



**Planeta  
fácil**

**Noticias fáciles de entender sobre  
el mundo y la discapacidad**

Número 108  
9 de febrero de 2023

## **Adiós a las mascarillas en el transporte público**



### **Personas en el metro con mascarillas**



Nuestra web:  
[planetafacil.plenainclusion.org](http://planetafacil.plenainclusion.org)

## En este boletín vamos a hablar de:

---

	Noticias actuales .....	3
	Adiós a las mascarillas en el transporte público .....	3
	Noticias actuales .....	6
	Plena inclusión adapta temarios de oposiciones para personas con discapacidad intelectual .....	6
	Artículo de opinión.....	9
	Noelia Almendros nos cuenta su opinión acerca al ocio inclusivo.....	9
	Noticias actuales .....	12
	Nace Discamedia.es, un periódico sobre la discapacidad .....	12
	Noticias sobre cultura.....	14
	Economistas sin Fronteras: cuando las cifras trabajan para acabar con la pobreza.....	14
	Noticias actuales .....	16
	¿Qué es el deporte inclusivo? .....	16



# Adiós a las mascarillas en el transporte público

Te informamos en Planeta Fácil sobre el fin de la obligación legal de llevar puestas mascarillas dentro de los transportes públicos.

La obligación de llevar mascarilla se puso como obligatoria al principio de la pandemia del coronavirus para evitar que la gente se contagiara.

Carolina Darias, que es la ministra de Sanidad, anunció ayer que ya no es obligatorio ir con la mascarilla puesta en los medios de transporte.

Por ejemplo, en:

- Trenes.
- Avión.
- Autobús.
- Taxi.
- Metro.

Esta decisión que ha tomado el Consejo de Ministros se pone en marcha a partir de hoy miércoles, 8 de febrero.

Pero todavía va a ser obligatorio llevar mascarilla puesta en:

- Hospitales.
- Residencias de mayores.
- Farmacias.
- Clínicas dentales.

### **Más información**

Este es un resumen a lectura fácil de una noticia de público

Enlace la noticia

en lectura difícil: [Adiós a las mascarillas en transporte público](#)

En esta infografía te explicamos de forma sencilla esta información:

## En qué lugares te puedes quitar la mascarilla a partir del 8 de febrero de 2023

### Deja de ser obligatoria en



Autobús



Avión



Tren



Taxi



Metro

### Te la tienes que poner en



Residencias



Hospitales



Farmacias



Clínica dental



# Plena inclusión adapta temarios de oposiciones para personas con discapacidad intelectual

## ¿Qué es una oposición?

Una oposición es un examen que hacen las personas para trabajar en la Administración. Por ejemplo, para trabajar en un ministerio, o en un ayuntamiento, o en una comunidad autónoma.

## ¿Qué tipos de oposiciones existen?

**Libres:** a estas oposiciones se pueden presentar cualquier persona

**Promoción interna:** solo se pueden presentar las personas que están trabajando en las administraciones, para mejorar su puesto de trabajo. Por ejemplo, las personas que trabajan en los ministerios.

## **¿Qué pasa con las oposiciones de promoción interna?**

Que los exámenes no están adaptados a lectura fácil por esto es importante que leas este resumen.

La Administración General del Estado por ejemplo, los ministerios ha convocado 555 puesto de trabajo de promoción interna para personas con discapacidad intelectual.

Estas plazas van a ser destinadas a personas que ya están en los ministerios, para mejorar su puesto de trabajo.

El movimiento asociativo de Plena inclusión se alegra de esta medida, pero pide que se adapten los temarios de los exámenes a lectura fácil.

Por eso se han adaptado algunos de estos temas a lectura fácil, para facilitar el estudio a las personas que se presenten a estas oposiciones.

[Enlace al temario  
en lectura fácil](#)

Más información

Este es un resumen a lectura fácil  
de un comunicado  
que ha hecho Plena inclusión  
hablando de este tema.

[Enlace a la nota de prensa](#)  
en versión difícil.



# Noelia Almendros nos cuenta su opinión acerca al ocio inclusivo



Noelia Almendros trabaja en el servicio de Entorno Fácil, del servicio de accesibilidad cognitiva de Plena inclusión Castilla-La Mancha

Esto es lo que nos cuenta sobre el ocio inclusivo

### **¿Qué actividades haces los fines de semana?**

Salgo con mi grupo de amigos y amigas a tomar algo a algún bar de la Puebla de Almoradiel, mi pueblo.

Puebla de Almoradiel, es un pueblo de Toledo

También voy a clases de baile, hago gimnasia y clases de memoria.

## **¿Quién te apoya en esto?**

Cuando salgo con mi grupo  
tengo una monitora.

Cuando voy a clase de baile  
tengo una profesional de baile.

Cuando voy a hacer  
gimnasia y memoria  
tengo una monitora.

## **¿Qué dificultades tienen las personas en el acceso al ocio?**

Cuando salgo con mi grupo de ocio  
no podemos ir a casi todos los bares  
porque tienen barreras  
y como voy con un chico  
en silla de ruedas  
no puedo ir a esos bares

En todo lo demás  
yo no tengo ningún problema

## **¿Tienes un mensaje de despedida para quien sigue Planeta Fácil?**

Que todos los que leáis esta entrevista os vengáis a hacer la San Isidro Xtrem que se organiza todos los años en mi pueblo.

## **¿Algo más que añadir?**

Que me encuentro muy feliz de participar en el grupo de Entorno Fácil, y poder adaptar textos a lectura fácil para las personas que tienen dificultades de comprensión lectora.



# Nace Discamedia.es, un periódico sobre la discapacidad

Este lunes ha nacido "Discamedia.es"  
un periódico digital  
creado por Servimedia.

Este periódico informará  
sobre más de 4 millones  
de personas con discapacidad  
que viven en España.

Esta iniciativa pretende  
que se cumpla  
el artículo 20  
de la Constitución Española  
ya que estas personas  
se sienten discriminadas

Esto es debido que muchas veces  
encuentran barreras  
o términos complicados  
en los medios de comunicación.

Cada día, va a publicar 30 noticias  
de temas diversos como:  
accesibilidad, empleo  
o historias de superación.

Por otro lado, se van explicar datos mediante gráficos sencillos.

También va a participar Maldita.es para combatir los bulos a las personas con discapacidad.

## **Programas de televisión y redes sociales**

Discamedia.es nace con una clara vocación audiovisual y concederá un espacio destacado a Planeta fácil TV, que es el primer programa de televisión presentado por personas con discapacidad intelectual.

Más allá de la web, va estar muy presente en las redes sociales.

Más información  
Este es un resumen a lectura fácil de una noticia publicada por La Vanguardia.

Enlace al contenido difícil: [Nace "Discamedia.es" un periódico sobre discapacidad](#)

[Enlace al contenido de Discamedia.es](#)



# Economistas sin Fronteras: cuando las cifras trabajan para acabar con la pobreza

Economistas sin Fronteras es una asociación independiente en que la gente no pertenece a ningún partido político.

Esta asociación nació en 1997 por un grupo de profesores universitarios que les preocupaba la desigualdad y la pobreza.

### **¿Qué cosas hace esta asociación?**

- Trabaja para que la ciudadanía esté informada.
- Lucha por una economía social, es decir, para las pequeñas empresas.
- Defiende que las inversiones sean justas.

Una cosa importante que tiene esta página web es un proyecto llamado "Mujeres que replantean la economía".

Este proyecto trata de descubrir a las mujeres académicas que han participado en diferentes proyectos a lo largo del tiempo.

Esto es debido a que este colectivo ha estado invisible a lo largo del tiempo.

También se ha hecho una exposición para conocerlas mejor, así como un libro que explica su vida.

Todo esto ha sido gracias a un equipo de voluntarios del País Vasco que trabaja en esta organización.

Para conocer mejor este proyecto pulsa en este enlace: [Mujeres que replantean la economía](#)

Si quieres tener más información sobre esta asociación ve a este enlace en lectura difícil:

[Te damos a conocer una asociación que trabaja por una economía justa](#)



### ¿Qué es el deporte inclusivo?

Muchas personas con discapacidad de diferentes partes del mundo tienen dificultades para acceder al deporte a lo largo de su vida.

Para superarlo existe una práctica que beneficia a estas personas.

Nos referimos al deporte inclusivo.

El deporte inclusivo permite que las personas con discapacidad tengan las mismas oportunidades, en el deporte, que las demás personas.

### **¿Qué aporta el deporte inclusivo a quien lo practica?**

- Desarrollas mejor la mente.
- Tienes más amigos.
- Te mueves más.
- Pierdes peso.

## **¿Qué valores aporta el deporte inclusivo a los niños y niñas?**

- Nuevas amistades.
- Mayor respeto a las personas.
- Mejores notas en la escuela.
- Comprender mejor a las personas con discapacidad.

## **¿Qué ejemplos existen de deporte inclusivo?**

Aquí tienes varios ejemplos:

- **Fútbol**

Existe la Liga Genuine que juegan equipos de personas con discapacidad.

Enlace a la noticia:

[En la Liga Genuina juegan al fútbol equipos de personas con discapacidad intelectual](#)

- **Rugby**

Existe un equipo de rugby llamado "El Salvador", de Valladolid, en el que chicos y chicas juegan juntos.

Enlace a la noticia: [El rugby inclusivo, un ejemplo para el deporte](#)

- **Baloncesto**

Existe un equipo de baloncesto en Extremadura, llamado "Sagrado Corazón", en el que juegan personas con o sin síndrome de Down.

Enlace a la noticia:

[El equipo inclusivo del club Sagrado Corazón de Cáceres se pone de largo](#)

Más información en un resumen a lectura fácil de la web de la Universidad Europea

Enlace a la noticia

en lectura difícil: [¿Qué es el deporte inclusivo?](#)



**Web de Planeta fácil**  
[planetafacil.plenainclusion.org](http://planetafacil.plenainclusion.org)



**¡Participa!**  
Envía tus opiniones a Planeta Fácil.  
[http://planetafacil.plenainclusion.org/  
participa-en-planeta-facil/](http://planetafacil.plenainclusion.org/participa-en-planeta-facil/)

