

Objetivos de la práctica

La presente buena práctica recoge el trabajo que desde la federación se hace para promover la **Red Técnica de Vida Independiente** de Plena inclusión Castilla y León como una estructura de colaboración entre entidades del movimiento asociativo que trabajan en el ámbito de la vida independiente y la asistencia personal. La práctica se basa en un **paquete de acciones estructuradas** dirigidas a tres grandes públicos y con perspectiva transversal: personas con discapacidad intelectual y del desarrollo, familias y profesionales de apoyo. Su objetivo es generar procesos de empoderamiento, asesoramiento técnico, formación y sensibilización que promuevan modelos de vida elegida, participación social y redes de apoyo comunitario.

La propuesta se enmarca en el actual contexto normativo y de transformación del modelo de cuidados, y está respaldada por la **Convención de Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (artículo 19)**, la **Ley 39/2006 de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia**, y por el **modelo de atención centrado en la persona y el nuevo modelo de cuidados de larga duración** impulsado por la Junta de Castilla y León.

El **objetivo general** que persigue esta práctica es el de promover la vida independiente de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo en Castilla y León mediante una **estrategia de trabajo en red entre entidades**, centrada en el empoderamiento personal, la innovación metodológica, la formación y acompañamiento técnico, y la generación de comunidades inclusivas.

De manera concreta, esta práctica persigue los siguientes **objetivos específicos**:

- Dar respuesta a una necesidad real de las personas con discapacidad intelectual: poder ejercer su derecho a decidir sobre su propia vida y participar activamente en la comunidad, con los apoyos adecuados.
- Acompañar a los equipos profesionales en el tránsito hacia modelos sostenibles de atención centrados en la persona y en lo importante para ella, basado en el nuevo modelo de apoyos centrado en la persona.
- Ofrecer espacios de sensibilización y diálogo con familias que favorezcan su implicación activa en el proceso de vida independiente, trabajando sobre resistencias, riesgos percibidos y nuevos roles familiares.
- Continuar con nuestra red técnica inter-entidades que permita la sistematización, revisión periódica y transferencia de conocimiento, fortaleciendo la calidad y la coherencia del modelo.
- Diseñar y aplicar un paquete de acciones innovadoras que combinen metodologías participativas tradicionales con herramientas digitales accesibles y tecnologías de apoyo.
- Generar modelos y materiales fácilmente replicables por otras entidades del tercer sector, con una lógica de impacto ampliado y transferencia territorial.
- Impulsar alianzas comunitarias que contribuyan a la sostenibilidad de los proyectos de vida, fomentando entornos inclusivos y accesibles desde una lógica de corresponsabilidad social.
- Asegurar la participación directa y significativa de las personas con discapacidad en todas las fases del proceso, desde la definición de sus proyectos de vida hasta la evaluación de los apoyos.

Desarrollo de la práctica

La puesta en marcha de esta buena práctica surgió como respuesta a la necesidad de ofrecer apoyos reales y personalizados para que las personas con discapacidad intelectual pudieran vivir de forma autónoma, conectadas con su comunidad.

Con esta finalidad, se impulsa la **Red Técnica de Vida Independiente**, un espacio articulado desde Plena inclusión Castilla y León en el que participan profesionales de distintas entidades del territorio. Esta red no solo permite compartir recursos, sino que **estructura un paquete de acciones organizadas**,

sistemáticas y adaptables, dirigidas a tres públicos clave: personas con discapacidad intelectual, familias y profesionales.

Esta práctica se ha desarrollado de manera secuencial en varias fases de manera estratégica para la implantación y el acompañamiento flexible y adaptado a los distintos ritmos y necesidades de las entidades y los agentes implicados;

- **Diagnóstico compartido y definición de objetivos comunes:** A partir del trabajo conjunto entre entidades se identifican las necesidades prioritarias en torno a la vida independiente, tanto desde la perspectiva de las personas como desde los equipos y las familias.
- **Diseño del paquete de acciones:** Se construye un conjunto modular y flexible de intervenciones, en forma de:
 - **Pilotajes para el acompañamiento en la puesta en marcha y desarrollo de servicios de vida independiente:** Procesos de acompañamiento, asesoramiento experto, inmersión en experiencias e intercambio de conocimiento para el desarrollo y despliegue de servicios entre las entidades, y análisis de los procesos de transformación de servicios.
 - **Espacios de empoderamiento personal:** acompañamiento a la construcción de proyectos de vida, ejercicios de toma de decisiones, mapeo de recursos comunitarios.
 - **Asesoramiento y acompañamiento técnico a profesionales:** sesiones grupales e individuales, materiales de referencia, intercambio de prácticas entre entidades.
 - **Cafés-tertulia y sensibilización con familias:** para repensar juntos el rol familiar, abordar miedos y generar narrativas compartidas sobre la vida independiente.
 - **Espacios para asistentes personales:** encuentros para el cuidado profesional, la escucha entre pares y el fortalecimiento del rol desde la práctica ética.
 - **Foros interentidades de sistematización:** sesiones periódicas donde se comparten dificultades, aprendizajes y ajustes metodológicos entre entidades.
- **Implementación descentralizada:** Las acciones se llevan a cabo desde las entidades locales, con un marco común pero permitiendo adaptaciones a las características de cada territorio.
- **Seguimiento y evaluación continua:** Se recogen datos, experiencias y propuestas de mejora en todas las fases. Esto permite una revisión constante del modelo y su actualización a nuevas realidades.

Algunas **dificultades** que se han encontrado en el desarrollo de esta experiencia son las siguientes: Resistencias familiares al modelo de vida independiente, desigualdad territorial en el acceso a recursos comunitarios, descompensación en los ritmos de cambio entre profesionales, ausencia de una regulación clara y homogénea sobre la figura del asistente personal en la comunidad autónoma y riesgo de fragmentación del conocimiento generado

Entre las **lecciones aprendidas**, es posible destacar que: La red multiplica el impacto y mejora la sostenibilidad, la participación real transforma a las familias en aliadas del proceso, la comunidad no es un entorno pasivo, sino un agente clave para la replicabilidad, la evaluación continua es una herramienta de mejora, no solo de justificación, evolución natural del servicio a incorporado nuevos perfiles de implicación directa como son las personas y las familias y también a nivel internos se ha unido sinergias con otros proyectos de diferentes áreas federativos como de familias.

Servicio de vida independiente en Web de Plena inclusión Castilla y León:

<https://www.plenainclusioncyl.org/innovacion/servicio-de-vida-independiente-y-asistencia-personal/18>

Método empleado para la puesta en marcha

La práctica se construye desde una **metodología participativa, flexible y transferible**, basada en los principios del modelo de apoyos centrados en la persona, la vida independiente como derecho, y la comunidad como espacio de ciudadanía activa. Esta metodología articula acciones diferenciadas según el perfil de los participantes, dentro de un marco común de trabajo colaborativo entre entidades.



La Red de Vida Independiente se construye sobre una metodología viva, centrada en el aprendizaje colectivo, la participación activa de todos los agentes implicados, y la generación de conocimiento situado. No se trata de aplicar modelos cerrados, sino de **co-crear soluciones desde la práctica**, adaptándolas a cada realidad territorial y organizativa.

Para ello, se han desplegado **múltiples estrategias metodológicas** que permiten activar, sostener y transferir el trabajo de la red:

- **Metodologías de intercambio horizontal de conocimiento** entre profesionales de distintas entidades, a través de comunidades de práctica, encuentros presenciales y virtuales, y espacios de contrastación de experiencias. Estos encuentros no se centran solo en el “qué se hace”, sino sobre todo en el “cómo se hace” y en los dilemas éticos, organizativos y técnicos que emergen en el día a día.
- **Educación no formal y espacios de formación experienciales** tanto para profesionales como para personas con discapacidad, en los que se utilizan dinámicas participativas, análisis de casos reales, simulaciones, role playing y narrativas compartidas. La red promueve una lógica formativa basada en la práctica reflexiva y la transferencia de saberes entre iguales.
- **Técnicas de facilitación visual y trabajo en canvas** (como el diseño de apoyos en torno al proyecto de vida o el análisis de actores clave), que permiten pensar de forma colaborativa, integrar diferentes perspectivas y aterrizar ideas en propuestas concretas. Estas herramientas fomentan la creatividad aplicada y ayudan a ordenar los procesos.
- **Estrategias de ideación colectiva y prototipado rápido**, con las que se han generado recursos metodológicos, materiales formativos y propuestas de intervención adaptables y replicables. Muchas de estas ideas surgen de sesiones de cocreación en red, donde se exploran soluciones desde los retos detectados.
- **Dispositivos para la escucha activa y la detección de resistencias**, como buzones virtuales de experiencias, diarios de campo compartidos, grupos de escucha o canales informales entre profesionales. Estas metodologías permiten detectar dificultades emergentes, rastrear tensiones no visibles y ajustar los acompañamientos en tiempo real.
- **Espacios de diálogo y reflexión crítica** como los cafés-tertulia con familias, los foros con asistentes personales o los círculos de calidad con equipos profesionales, en los que se trabaja desde el reconocimiento mutuo, el pensamiento relacional y el sentido ético de los apoyos.
- **Lógica de mejora continua desde la evaluación participativa**: la red revisa sus procesos, indicadores y metodologías en sesiones periódicas, asegurando que las acciones evolucionen con las personas, los territorios y los aprendizajes acumulados.

En conjunto, esta metodología combina enfoques del **diseño centrado en la persona, el aprendizaje organizativo, el trabajo colaborativo, en la participación e implicación directa de las familias y las personas y la acción comunitaria**, generando un modelo técnico que no solo acompaña vidas independientes, sino que también transforma la forma en que las entidades piensan, sienten y hacen sus apoyos.

Principales resultados obtenidos.

Los resultados obtenidos es la conjunción de todas las acciones en los que os presentamos lo más significativo para el trabajo desarrollado:

Entre las principales actuaciones realizadas destacamos:

1. *Entrevistas individuales y dinámicas grupales para construir proyectos de vida:*
 - Cada persona inicia un proceso individual de reflexión y planificación sobre su proyecto de vida, con el acompañamiento de profesionales y personas de confianza.
2. *Formación continua para los asistentes personales:*
 - La formación incluye parte teórica, práctica y seguimiento en los primeros meses de acompañamiento real.

3. *Acompañamiento en contextos reales de vida (hogar, ocio, comunidad):*

- A lo largo de toda la intervención se ofrece asesoramiento técnico tanto a personas con discapacidad como a familias y asistentes personales.

4. *Cafés tertulia y trabajo con familias y asistentes personales:*

- Se celebran encuentros informales (cafés tertulia) para dialogar sobre los retos, dudas y emociones que surgen en este nuevo modelo de vida independiente.

5. *Dinamización comunitaria para fortalecer la red de apoyos naturales:*

- La comunidad no es un decorado, sino un agente activo. Se promueve la participación de la persona en su entorno, la creación de redes de apoyo naturales, y la sensibilización de agentes sociales (asociaciones, comercios, centros cívicos, etc.).

6. *Uso de tecnologías como apoyo a la planificación, la comunicación y la toma de decisiones:*

7. Las TIC se incorporan como herramienta facilitadora del proceso. *Metodología de evaluación participativa:*

- El proceso incorpora un sistema de evaluación mixto.

8. *Diseño del pack documental*

Se elaboró un conjunto de materiales y herramientas que sirvieran de guía para los distintos agentes implicados. Este pack incluye:

- Tríptico de Servicio de Vida independiente y Asistente personal Plena inclusión Castilla y León:
https://www.plenainclusioncyl.org/uploads/blog/descarga_1645513599_2022AP.pdf
- Manual de formación de Asistentes Personales de Plena inclusión Castilla y León: (2024):
- Guía de todo lo que quieres saber sobre la Asistencia Personal:
https://www.plenainclusioncyl.org/uploads/blog/descarga_1614537581_Guia-de-AP-2021.pdf
- Los jefes toman la palabra:
https://www.plenainclusioncyl.org/uploads/blog/descarga_1703089562_Los-jefes-2023-web.pdf
- La asistencia personal en lectura fácil:
https://www.plenainclusioncyl.org/uploads/blog/descarga_1574429867_3.-AP-en-LF.pdf
- El asistente personal si es vs no es:
https://www.plenainclusioncyl.org/uploads/blog/descarga_1574429849_2.-DipticoAP.pdf

Este pack no es cerrado, sino que se adapta a las necesidades de cada territorio y persona participante.

Videos:

1. La figura del asistente personal en las entidades de Plena inclusión Castilla y León:

<https://www.youtube.com/watch?v=1oxZoxXeLBY>

2. Hablamos de vida independiente y proyectos de vida:

<https://www.youtube.com/watch?v=zDwld5t3x8o>

3. Hablamos de espacios inclusivos y comunidades:

https://www.youtube.com/watch?v=4M2x0g_cdV8

4. Las personas preguntan sobre el asistente personal:

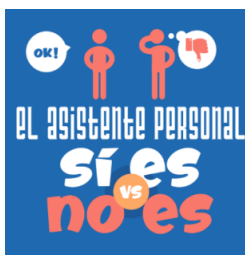
https://www.youtube.com/watch?v=wxR_g2o_yyE

5. Servicio de vida independiente: <https://www.youtube.com/watch?v=ab5hzB6tc50>

6. Ser independiente el sueño de Silvia: <https://www.youtube.com/watch?v=62tvSERskvw>

7. Valeriana, crónica de un servicio de asistencia personal:

<https://www.youtube.com/watch?v=MwIFIDLWDTM>



Indicador	Dato
<i>Profesionales formados en modelo de vida independiente y sistemas de apoyo centrados en la persona</i>	242 profesionales de carácter técnico
<i>Asistentes personales formados en acciones de capacitación promovidas desde la Red de Vida Independiente</i>	233 profesionales asistentes personales
<i>Profesionales participantes en foros de intercambio de conocimiento de carácter técnico</i>	187 profesionales de carácter técnico
<i>Profesionales participantes en plataformas de participación y gestión del conocimiento</i>	350 profesionales de carácter técnico
<i>Profesionales participantes en espacios informales de tertulia y diálogo (café-tertulia)</i>	140 profesionales
<i>Participantes en eventos de divulgación y sensibilización promovidos desde la red (jornadas, seminarios...)</i>	227 personas participantes en eventos
<i>Profesionales que han formado parte de acompañamientos y asesoramientos metodológicos sobre proyectos de vida y desarrollo de buenas vidas en comunidad</i>	1327 profesionales han formado parte
<i>Potenciación de la reflexión en torno al concepto propio de vida independiente entre las propias personas</i>	104 personas con discapacidad en proceso de formación
<i>Participación activa en espacios de reflexión (cafés-tertulia, sesiones formativas, encuentros de escucha), donde se ha abordado el miedo a “soltar” y se han redefinido los roles familiares.</i>	80 familias han participado en acciones

Más allá de los datos, es posible destacar el valor añadido que constituye esta práctica, en la medida en que se constata que el desarrollo del trabajo de la red demuestra de forma clara la **capacidad de generar un impacto transformador real**, tanto en la vida de las personas participantes como en la cultura de trabajo de las organizaciones implicadas y de las familias.

Aspectos del trabajo que pueden ser relevantes para el tercer sector

Esta práctica ofrece aprendizajes y elementos metodológicos que pueden resultar altamente valiosos para el conjunto del tercer sector, especialmente para aquellas entidades que trabajan en el ámbito de la discapacidad, la inclusión social y los derechos humanos.

En primer lugar, constituye un **ejemplo real de innovación social aplicada**, al combinar enfoques participativos tradicionales con metodologías colaborativas contemporáneas, tecnologías accesibles y dispositivos de escucha activa. La práctica demuestra que **la innovación no siempre requiere grandes inversiones**, sino una mirada creativa, una estructura abierta al cambio y voluntad de cocrear soluciones desde la base.

Desde el punto de vista de la **sostenibilidad**, esta experiencia pone en valor el trabajo en red como estrategia para optimizar recursos, evitar duplicidades, reforzar capacidades locales y sostener procesos

a largo plazo. Las entidades que forman parte de la red no solo han mejorado sus intervenciones individuales, sino que han generado una **inteligencia colectiva** que se traduce en mayor impacto y resiliencia organizativa.

Otro de los aspectos más significativos es su **carácter replicable**. Al haber sido diseñado en forma de paquete de acciones modulares y adaptables, este modelo puede ser trasladado a diferentes contextos territoriales y tipos de organización, incluso en entornos rurales o con baja disponibilidad de recursos. Los materiales generados (manuales, guías, vídeos, protocolos, herramientas visuales) están concebidos con esa intención: **servir de base a otras entidades** para construir o fortalecer sus propios servicios o redes de vida independiente.

También es relevante su **alto grado de sistematización**. A través de un trabajo técnico compartido, la red ha documentado procesos, recogido evidencias y creado instrumentos que permiten no solo replicar sino también **evaluar y mejorar** la práctica en el tiempo. Esta dimensión es clave para responder a los retos actuales del sector en términos de transparencia, rendición de cuentas y mejora continua.

Por último, cabe destacar que esta práctica refuerza el papel del tercer sector como **agente articulador de comunidad y motor de transformación social**. Al colocar a las personas con discapacidad en el centro del proceso, y al activar redes informales, agentes locales y recursos del entorno, el modelo contribuye a la construcción de comunidades más justas, abiertas y corresponsables. La vida independiente, entendida no como un destino sino como un derecho en construcción permanente, se convierte así en una palanca de cambio colectivo.

Conclusiones

La implementación de esta buena práctica ha supuesto una transformación profunda en la vida de las personas con discapacidad intelectual participantes. Gracias a que hemos reflexionado y avanzado hacia los nuevos modelos de apoyos, combinado tanto los apoyos personalizados, como la asistencia personal, y metodologías centradas en el proyecto de vida, muchas personas han dado pasos significativos hacia una vida más autónoma, plena y elegida. Han ganado en confianza, capacidad de decisión, conexión con su entorno y bienestar emocional, demostrando que la vida independiente es posible cuando existen apoyos humanos, respetuosos y adaptados a cada persona.

El proceso ha permitido que las personas sean reconocidas no solo como beneficiarias de servicios, sino como protagonistas de sus propias historias, con sueños, metas y maneras diversas de vivir. Este cambio ha impactado también en sus familias, que han ido descubriendo nuevas formas de acompañar sin dirigir, y en las comunidades, que han aprendido a mirar desde la inclusión y la diversidad.

Para la organización que impulsa esta práctica, el camino recorrido ha sido una oportunidad de alinearse con mayor profundidad con su misión: garantizar los derechos de las personas con discapacidad intelectual y promover su inclusión activa en todos los ámbitos de la vida. La práctica ha fortalecido los equipos, ha mejorado los sistemas de trabajo colaborativo y ha generado materiales, alianzas y aprendizajes útiles para el futuro.

Además, esta experiencia contribuye directamente a la misión y visión del Movimiento Asociativo Plena inclusión, que apuesta por modelos de vida centrados en la persona, la comunidad y la autodeterminación. Encaja con la Estrategia de Desinstitucionalización, con el Horizonte 24, Apoyos 2030 de Plena inclusión y refuerza el mensaje colectivo de que todas las personas tienen derecho a decidir dónde, cómo y con quién vivir.

En definitiva, esta buena práctica demuestra que cambiar es posible: que cuando se escucha, se confía y se acompaña desde el respeto, las personas florecen, las familias se transforman y las comunidades se hacen más humanas. Vivir como se quiere no es un privilegio, es un derecho. Y hacerlo realidad, es el corazón del trabajo del tercer sector.