

# ASOCIACION MONTES SOLIDARIOS



**MONTES**  
**SOLIDARIOS**



**CATEGORÍA INICIATIVA SOCIAL RESPONSABLE**



## MARCO LEGAL

La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y su Protocolo Facultativo del 13 de diciembre de 2006, en la sede de las Naciones Unidas, en su artículo 30 trata sobre “La participación en la vida cultural, las actividades recreativas, el esparcimiento y el deporte”:

Con el fin de que las personas con discapacidad puedan participar en igualdad de condiciones con las demás en actividades recreativas, de esparcimiento y deportivas, los Estados Partes tomarán medidas apropiadas para:

- a) Alentar y promover la participación, en la mayor medida posible, de las personas con discapacidad en las actividades deportivas generales a todos los niveles;
- b) Asegurar que las personas con discapacidad tengan la oportunidad de organizar, desarrollar y participar en actividades deportivas de discapacidad específica y actividades recreativas y, a tal fin, alentar a disposición, en igualdad de condiciones con las demás, instrucción, formación y recursos adecuados;
- c) Asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso a instalaciones deportivas, recreativas y turísticas;
- d) Velar por que los niños con discapacidad tengan igual acceso con los demás niños a la participación en actividades lúdicas, recreativas y deportivas, incluidas las que se realicen dentro del sistema escolar y de ocio;
- e) Asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso a los servicios de quienes participan en la organización de actividades recreativas, turísticas, de esparcimiento y deportivas. (Naciones Unidas, 2006, p. 26)



**En España, la Ley 26/2011, de 1 de agosto, de adaptación normativa a la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, vino a ratificar a las personas con discapacidades como sujetos titulares de derechos. Sin embargo, para cumplir este Protocolo en España se percibe una falta de programas y medidas pragmáticas que resuelvan el inconveniente de la accesibilidad de las personas a las actividades físico deportivas.**

La plena integración social está reconocida por las diferentes constituciones de los países democráticos y, asimismo, es un reconocimiento de los derechos humanos de la ONU, que recoge la igualdad de oportunidades entre las personas. En el caso de la Constitución Española, el Capítulo II, Artículo 14 menciona: “Los españoles son iguales ante la ley, sin que pueda prevalecer discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier circunstancia personal o social” (Gobierno de España, 1978, p. 9).

## **INICIATIVA MONTES SOLIDARIOS**

Montes Solidarios es una asociación sin ánimo de lucro, destinada a la promoción y organización de actividades de montaña, dirigidas a personas con diferentes diversidades funcionales: movilidad reducida, discapacidad visual, ciegos, etc... Para llevar a cabo estas actividades, y dependiendo del grado y de la discapacidad, existen diferentes elementos y técnicas para el guiado de este colectivo.

La Asociación Montes Solidarios no trabaja en el hecho de hacer más accesibles las montañas para personas con diferentes discapacidades, sino en educar y entrenar a dichas personas y sus acompañantes, a adaptarse a las montañas y dotarles de herramientas para poder acceder a ellas y a los deportes que en ellas puedan desarrollarse.

Para ello contamos con personas formadas en el guiado en montaña de ciegos y personas con discapacidad visual, y personas con movilidad reducida con esquís y en escalada, así como en el manejo y pilotaje de la silla Joelette, especial para desplazar a niños y adultos con movilidad reducida por cualquier terreno de montaña.



## OBJETIVOS DE LA ASOCIACION MONTES SOLIDARIOS

- \* **Fomentar la inclusión en la montaña de las personas que temporal o definitivamente tengan una discapacidad**, y que por esta situación física, necesiten ayuda para poder acceder de forma autónoma a la montaña y en diferentes entornos naturales, para que puedan acceder con las personas más cercanas de su entorno (familia y amigxs), o con personas con las que compartan la misma afición.
- \* **Ofrecer actividades de ocio alternativas al colectivo de personas con discapacidad y/o dependientes y a sus familias**. Estos espacios de ocio son fundamentales para el desarrollo vital de las personas. Así como impulsar el acceso de este colectivo, a todos los deportes que en estos entornos naturales se desarrollen: Senderismo, montañismo por media, baja y alta montaña, alpinismo, escalada, esquí o carrera.
- \* **Impulsar la inclusión de personas con diversidad funcional en el día a día asociativo**.
- \* **Fomentar el Voluntariado**. Sensibilizar a la sociedad y promover entre la opinión pública sobre la importancia de la inclusión. A través de diferentes documentos audiovisuales se pretende también contribuir en materia de Responsabilidad Social, y se invita a participar tanto a los Voluntarios como a sus familias en cada actividad.
- \* **Fomentar hábitos de vida saludable a través del deporte** en la montaña, el deporte en familia, el voluntariado.
- \* **Educar en el respeto a la naturaleza** fomentando buenas prácticas en el medio ambiente y en la seguridad en la montaña.
- \* **Crear espacios de inclusión**. Educar en la igualdad, respetando la diversidad, ya que Montes Solidarios invita a participar a todo tipo de personas, sin importar su edad, género, nivel social y cultural, ideología, o su tipo o grado de discapacidad. Poniendo especial cuidado en la participación de las familias, y colectivos más vulnerables, así como personas de la tercera edad y niños y niñas.



- \* **Fomentar buenas prácticas y un comportamiento socialmente responsable** a través de estos espacios de inclusión como respeto en la diversidad, eliminación de prejuicios y estereotipos sobre colectivos vulnerables, y empoderamiento de estos mismos colectivos, entre otros...
- \* **Generar cohesión social.**
- \* **Fomentar el uso del euskera.**
- \* **Promocionar espacios naturales**, como montañas, caminos y diferentes rutas, ya que es aquí donde se desarrolla principalmente nuestra actividad asociativa.

## ROMPER RUTINAS. PROPORCIONAR EMOCIONES



## **RECURSOS TÉCNICOS**

Las técnicas específicas aprendidas por el equipo que forma la asociación Montes Solidarios son las siguientes:

### **GUIADO POR MONTAÑA DE PERSONAS CON DEFICIENCIA VISUAL, CIEGAS TOTALES O PARCIALES:**

En 1993 el doctor Juan Antonio Carrascosa Sáenz, médico del CREAVM (Centro de Recurso Educativos Antonio Vicente Mosquete) de Madrid, que era también miembro de la federación y montañero experimentado, fue el encargado del grupo de montaña de la ONCE, así como de diseñar las salidas y formación de guías. Carrascosa inventó la barra direccional como método de movilidad para la práctica del montañismo con ciegos.

La barra direccional es una herramienta parecida a una pértiga de atletismo que permite la movilidad esencial a personas con visibilidad reducida o ciegas. La barra direccional tiene una longitud de 3 m y un espesor de 3 cm de diámetro. Puede ser de madera, de fibra o de aluminio recubierto, de una sola pieza, o de tres piezas desmontables.

Cogidos a la barra direccional van tres personas:

□ En cabeza el llamado G1 (Guía de cabeza) que se encarga de describir los accidentes orográficos y ofrece toda la información necesaria a sus seguidores.

Le sigue su compañero B1 (persona con ceguera total), que agarrado al centro de la barra direccional, sigue rigurosamente todas las indicaciones no solo verbales, sino de movimiento de la barra, para salvar todos los obstáculos del terreno.

Cerrando el grupo, se encuentra el G2 (Guía trasero) que puede ser vidente, o puede ser B2 (persona con discapacidad visual o ceguera parcial). Este tercer componente del equipo, se encargará de guiar por el camino correcto al B1 (persona con ceguera total) por medio del simple movimiento de la barra direccional.



- La asociación cuenta con Barras direccionales adquiridas por Montes Solidarios para el guiado de ciegos por montaña.

## **PERSONAS CON MOVILIDAD REDUCIDA/FUNCIONAL: Silla *Joëlette***

El francés Joël Claudel, experimentado guía de montaña, diseñó en 1980, una silla con una única rueda, adaptada para el senderismo. Las diversas modificaciones técnicas han configurado a la silla *joëlette* como una silla con mucha versatilidad para todo tipo de terrenos.

Consiste en una ingeniosa silla articulada y adaptada para facilitar el acceso a personas que, por sí solas, no pueden caminar o desplazarse por ciertos senderos. La tecnología mecánica de la *joëlette* se compone de una cómoda y segura silla que reposa sobre una rueda con amortiguación.



Unos brazos delanteros y traseros ergonómicos permiten el transporte del usuario. La transferencia no tiene apenas complicación.

La portabilidad de la *joëlette* es una ventaja, puesto que se monta y desmonta con facilidad –con una única llave– y cabe en el maletero de un turismo. Su precio ronda los 3000€ y es fabricada por la empresa Ferriol- Matrat [<http://www.ferriol-matrat.com/>].

Para manejar o conducir la *joëlette* es necesario un equipo de 3 o 4 personas, según condiciones del terreno. Estas personas son: el usuario, dos pilotos y un tercer piloto como asistente de seguridad o de relevo en la conducción.

La *joëlette* está técnicamente diseñada para progresar por casi todo tipo de senderos. En sí, su manejo no representa ninguna dificultad, depende de la fuerza y dominio técnico de los pilotos. La técnica se adquiere en poco tiempo. Podemos considerar que en unas cinco horas de conducción se adquiere un buen nivel.



A pesar de su fácil manejo, no debemos olvidarnos que nos movemos por terreno de montaña, baja o media, y debemos adaptarnos a las complicaciones que nos puedan surgir en dicho terreno. Además, de unas prácticas de pilotaje de las sillas *joëlette*, es necesaria una puesta en marcha y mantenimiento de las sillas antes y después de ser utilizada, así como unas nociones básicas para progresar en llano, pendiente ascendente y bajadas, y que el usuario no sufra los cambios de terreno.

El personal de Montes Solidarios está formado para este tipo de actividades, y hemos acudido a diferentes cursos todos ellos relacionados con la discapacidad en la montaña, así como en seguridad y prevención de accidentes en este medio natural.

Consideramos que la seguridad es primordial tanto para los usuarios de las diferentes adaptaciones para acercar a las personas con discapacidad a la montaña, como para los guías y acompañantes. La formación y la práctica son imprescindibles para el guiado, y lo será también para el voluntariado que con nosotros quiera vivir y hacer vivir estas nuevas experiencias.

Montes Solidarios cuenta con dos sillas todo terreno *Joëlette* valoradas en más de 3.500€ cada una.

## **CURSOS REALIZADOS**

Contamos con personas con una amplia formación y experiencia en montaña, así como en seguridad y prevención de accidentes. Estos son algunos de los cursos realizados para garantizar un buen resultado en cada actividad desarrollada por la asociación, con máximas garantías de seguridad y disfrute tanto de las personas usuarias, como de las personas voluntarias y sus acompañantes.

**CURSO INTENSIVO MULTIDISCIPLINAR DE SENDERISMO Y MONTAÑISMO, Y DE MONTAÑISMO ADAPTADO. CURSO DE GUIADO DE CIEGOS EN MONTAÑA:**  
Curso de la fundación UNED





**CURSO DE AUTORRESCATE EN PARED:** Impartido por la Escuela Alavesa de Alta Montaña.



**CURSO AVANZADO DE GUIADO DE CIEGOS EN MONTAÑA (SEGUNDO GRADO DIDÁCTICO DE MONTAÑISMO ADAPTADO 1a EDICIÓN):** Cuya duración ha sido de 30 horas lectivas prácticas del 28 al 29 de mayo de 2016 (Puerto de Navacerrada, Madrid)



**CURSO SUPERIOR DE MONTAÑISMO PARA CIEGOS Y MONTAÑISMO ADAPTADO EN CONTEXTO DE EXPEDICIÓN 1a EDICIÓN, (EXPEDICIÓN DOCENTE ADAPTADA NORUEGA 2017):** Cuya duración ha sido de 350 horas, del 16 de diciembre de 2016 al 5 de junio de 2017



**CURSO DE MANEJO Y PILOTAJE DE SILLA JOELETTE:** Organizado por la Fundación Global Nature dentro del proyecto “Naturaleza para todos dentro del Parque Nacional de los Picos de Europa” e impartido en colaboración con la asociación “Montañas para todos”. □

**CURSO DE GUIADO DE ESQUÍ CON PERSONAS CIEGAS Y DEFICIENTES VISUALES:** Organizado por el Departamento de Servicios Sociales, Unidad de Atención al mayor, Cultura y Ocio de la Delegación Territorial de la Once de Madrid.

**CURSO DE ESQUÍ ADAPTADO:** Manejo de sillas de esquí adaptadas para personas con movilidad reducida. Sillas Dual y Tempo. Impartido por la ESF (Escuela de esquí Francesa)

**CURSO DE ESQUÍ ADAPTADO TANDEM SKI- TANDEM FLEX:** Manejo de silla de esquí Tandem Ski y Tandem Flexi. Impartido por la ESF (Escuela de esquí Francesa)

**CURSO DE ALPINISMO:** Impartido por la Escuela Alavesa de alta montaña.

**CURSO DE SUPERVIVENCIA INVERNAL:** Impartido por la empresa Latitud Nomada, especialistas guías de montaña y guías árticos



**I Y II CURSO DE TRATO A PERSONAS CON DIVERSIDAD FUNCIONAL Y MANEJO DE LA SILLA JOËLETTE:** Organizado por Montes Solidarios y dirigido a guías y voluntarios de la asociación, con el objetivo de mantener una formación constante y dotar de herramientas para un mejor desarrollo de cada actividad.

**CURSO PRACTICO CON ACTIVIDAD REAL DE MANEJO, MONTAJE Y DESMONTAJE DE SILLA TODO TERRENO JOELETTE:** Organizado por Montes Solidarios y dirigido a guías y voluntarios de la asociación, con el objetivo de mantener una formación constante y dotar de herramientas para un mejor desarrollo de cada actividad.

Al margen de estos y otros cursos realizados, contamos con una gran experiencia en montaña como escaladores, alpinistas, esquiadores, corredores de montaña etc. Así como en todo lo relacionado con la seguridad, la prevención y el rescate en montaña.

## **RECURSOS HUMANOS**

- Contamos con un equipo de Guías-Instructores, formados tanto en el manejo y pilotaje de la silla todo terreno, llamada silla Joelette, para personas con movilidad reducida y amplia experiencia en el pilotaje de dicha silla, abalada por infinidad de actividades en media, baja y alta montaña, así como en carreras.

-Uno de estos Guías-Instructores con mas de 3 años de experiencia acudiendo como instructores de manejo y pilotaje de silla Joelette dentro del curso de guiado de ciegos por montaña organizado por la Fundación UNED de Madrid.

- De la misma manera contamos con Guías-Instructores formados para el manejo de la barra direccional, herramienta imprescindible para el guiado de ciegos por montaña. Tres de ellos habiendo completado el curso avanzado de guiado de ciegos por montaña organizado por la fundación UNED e impartidos en Madrid.

Uno de nuestros Guías Instructores, además del primer curso básico de guiado de ciegos por montaña, han superado el curso avanzado y el master internacional de guiado de ciegos por montaña, también organizado por la fundación UNED. Este ultimo curso-master internacional finalizo con una expedición a la montaña mas alta de los Alpes Escandinavos en Noruega, con un grupo de montañeros ciegos, y completando de esta forma un curso único a nivel internacional, nunca antes realizado.



- Un amplio grupo de voluntarios (65) con experiencia en diferentes salidas tanto con la silla Joelette como con la barra direccional, algunos de ellos habiendo superado cursos internos para el manejo de estas herramientas de guiado.

Creemos que la actividad en este medio natural, debe ser responsable y ordenada, respetando el medio ambiente, fomentando las buenas prácticas y concienciando a todo aquel que en ella se adentre.

## RESULTADOS

Desde su nacimiento, Montes Solidarios ha realizado múltiples actividades en la montaña, y salidas a la naturaleza, ajustándose siempre a las circunstancias de la persona usuaria para garantizar, el máximo disfrute, junto con las medidas de seguridad necesarias para el desarrollo de cada salida, tanto para las personas usuarias como para guías y voluntarios y voluntarias.

La mayoría de las salidas se han intentado aprovechar para ir con personas en la silla *joëlette*, y al mismo tiempo con personas que utilizan las barras. Ajustándose siempre el número de personas usuarias a la disponibilidad de personas voluntarias para garantizar la actividad.

Nos parece destacable señalar algunas de las diferencias entre las personas usuarias. Hay personas que nunca han podido disfrutar de subir a un monte, hasta ir con Montes Solidarios, debido a que su discapacidad se lo ha impedido, y otras personas, en cambio, debido a discapacidades adquiridas de adultas, pensaban que nunca podrían volver a realizar ciertas actividades en la naturaleza.

Estas salidas o actividades realizadas, se pueden clasificar en varias categorías para su explicación y mejor comprensión.

**Salidas a la naturaleza.** Como las de Ajarte- Mendiola, o las subidas a las campas de Urbia, que son paseos sin demasiada dificultad técnica, que hemos querido complementar con información de interés histórico y natural de la zona.

**Escalada.** Como la de Riglos, que fue una de las primeras actividades llevada a cabo por Montes Solidarios.



**Salidas en colaboración con otras asociaciones.** Asociaciones de personas con discapacidad física, visual, con daño cerebral, etc. En estas salidas se ha trabajado dando a conocer las buenas prácticas de Montes Solidarios a asociaciones de personas con diferentes tipos de diversidad funcional, y con el objetivo de abrir una puerta de ocio a las personas de este colectivo tan diverso.

**Salidas Institucionales,** en colaboración con el Departamento de turismo de la Diputación Foral de Alava, promoviendo y desarrollando un plan de accesibilidad de parques naturales de Alava en diferentes itinerarios hasta ahora no accesibles para personas con diversidad funcional.

**Colaboraciones con el Ayuntamiento de Vitoria.** Promoviendo salidas por entornos naturales con diferentes asociaciones de Alava divulgando el deporte de media montaña, trekking y senderismo cercano a la ciudad con el proyecto llamado “Vitoria Gasteiz se lanza al monte mas solidario”

**Salidas para cumplir sueños,** en las que personas se ponen en contacto con la Asociación para cumplir sueños que el usuario o sus familias tienen. Como subidas al Aratz o a San Juan de Gaztelugatxe. También la subida al Babio, que se viene haciendo dos años seguidos y en la que se acompaña a varias personas en una romería popular el día 24 de diciembre.

**Carreras,** como la Zegama-Aitzgorri, varias San Silvestre, Medias maratones o La Media Rioja Alavesa.

**Retos anuales,** que son retos que se plantea la asociación, y salen del día a día. Como la subida al Teide con una persona con movilidad reducida o el Tour del Mont Blanc con dos personas ciegas. La maratón internacional de montaña Zegama Aizkorri con una persona ciega etc.

De todas estas salidas, y de muchas más, hay documentos audiovisuales colgados en el canal de youtube:

<https://www.youtube.com/channel/UCEpyhgrRuXn8Boyn1Ph-P9g/videos>

Entendemos que estos videos, son una herramienta fundamental para dar a conocer la actividad de la asociación, así como para poder transmitir las emociones que se generan en todos los participantes al poder cumplir sus sueños, y en sus familias, así como en los voluntarios que ven el fruto de sus esfuerzos recompensados.



Hemos comprobado que las emociones, vivencias y esfuerzos que cualquier persona con discapacidad pueda sentir llevando a cabo una marcha por muy simple que sea en la montaña, puede aportar y aporta una gran cantidad y calidad de vida, emoción y satisfacción a personas con diferentes capacidades o con inquietudes diferentes.

Al mismo tiempo, formar y dar la opción de acompañarnos a diferentes colectivos de personas, sean montañeros o no, sean grupos en riesgo de exclusión social, familiares y amigos, como voluntarios para desarrollar estas marchas, puede crear un movimiento social lo suficientemente interesante como para que diferentes asociaciones, empresas y entidades se unan a este proyecto.

## **MONTES SOLIDARIOS, LAS MONTAÑAS DE LAS EMOCIONES ÚNICO OBJETIVO... CUMPLIR SUEÑOS**