PREMIOS
SOCIEDAD INCLUSIVA

Merece la pena: actitud positiva ante las dificultades de la vida

Este proyecto está liderado por Ana Artázcoz Colomo, presidenta y fundadora de la Fundación Merece la pena, quien destaca una lección de vida: hay que saber mirar hacia la capacidad que tienen todas las personas para responder con una actitud positiva ante las dificultades inevitables de la vida. Este aprendizaje se debe a su experiencia personal con una enfermedad rara degenerativa y a su labor profesional como orientadora educativa del Gobierno de Navarra.

La historia de vida independiente de Ana Artázcoz

Entrevista sobre la Fundación Merece la pena

DATOS DE LA INICIATIVA

Nombre completo de la práctica inclusiva:

Merece la pena: actitud positiva ante las dificultades de la vida

Nombre de la persona física o jurídica que la realiza:

Ana Artázcoz Colomo a través de Fundación MERECE LA PENA

Enlace con informacion sobre la misma publicada en una web o redes sociales:

https://www.merecelapena.info/

Categoria a la que se presenta:

Innovación e impacto social

Resumen de los méritos de la candidatura:

Ana Artázcoz Colomo es:

- Una persona que tiene una enfermedad rara degenerativa
- Licenciada en Psicopedagogía. Universidad de Navarra
- Orientadora. Funcionaria del Departamento de Educación del Gobierno de Navarra

- Especializada en Logoterapia e Intervención Psico-Social. Universidad Pontificia de Comillas, Madrid y Asociación Española de Logoterapia (AESLO)
- Posgrado en Humanización de la Salud. Universidad Ramón Llull, Barcelona
- Directora del Equipo Pedagógico Ágora
- Fundadora y Presidenta de la Fundación MERECE LA PENA. Creadora de contenidos

Co-autora de la colección de cuentos "Merece la pena" , editados por Sahats y Ediciones Eunate:
- “Educar para afrontar la adversidad¨
- ¨Luci en el hospital¨
- ¨Corazón rojillo: Luci y Osasuna¨

Co-autora de las obras y otros artículos especializados:

- "La mujer, impulsora del desarrollo humano: una visión creativa". GAM Tepeyac.
- “Tras las huellas de Javier" . CENLIT
- Ver más: https://www.merecelapena.info/Ana-Artazcoz-Colo

Descripcion de la candidatura:

Este proyecto está liderado por Ana Artázcoz Colomo quien destaca una lección de vida: Hay que saber mirar hacia la capacidad que tienen todas las personas para responder con una actitud positiva ante las dificultades inevitables de la vida. Este aprendizaje se debe a su experiencia personal con una Enfermedad Rara degenerativa y a su labor profesional como Orientadora Educativa del Gobierno de Navarra.

El fallecimiento de un hermano que padecía la misma enfermedad que ella le impulsó a elaborar una serie de cuentos infantiles con los que educar la resiliencia, que es la capacidad de afrontar las situaciones adversas y resurgir fortalecido/a de ellas. Además, generó una página web donde poder ofrecer diferentes recursos educativos relacionados con el mismo tema.

Todo esto, sumándose a charlas testimoniales y formativas, culminó en un reconocimiento hacia Ana por el Parlamento Europeo. Este reconocimiento le motivó a seguir con esta labor que poco después se tradujo en la creación de la Fundación MERECE LA PENA.

Así, se constituyó dicha fundación privada sin ánimo de lucro que surge con el deseo de desarrollar y promover la RESILIENCIA. Para ello, MERECE LA PENA cuenta con 8 Proyectos que son:

1- ¨EDUCAR PARA AFRONTAR LA ADVERSIDAD¨: Línea formativa que puede organizarse como una conferencia o como un curso en el que se ofrecen claves para la educación y el desarrollo de la resiliencia. Además, cuenta con formación profesional en temas relacionados con Vida Independiente y Asistencia Personal.

2- ¨NUESTROS CUENTOS¨: Se trata de una colección de cuentos en los que los personajes, con sus palabras y comportamientos, son ejemplo de cómo afrontar y vivir la vida. La mascota de la Fundación, Luci, es una mariposa que en cada historia nos transmite una lección de vida: cómo afrontar la enfermedad o la muerte, cuáles son los valores del deporte y la diversidad… Además, los cuentos llevan incorporadas una serie de actividades didácticas para que los niños y niñas las trabajen en el colegio, en casa o en el hospital. Todos ellos acompañados de ilustraciones con mensajes educativos y traducidos a diferentes idiomas.

3- ¨RAYOS DE LUZ¨: Se difunden mensajes de optimismo y esperanza a través de las redes sociales, fortaleciendo nuestra “actitud positiva”.

4 - ¨LA MÚSICA DE LAS MARIPOSAS¨: El arte de la música es el medio seleccionado en este proyecto para transmitir a las personas una gran lección de vida: La vivencia del dolor pesimista y negativa, se puede transformar en una oportunidad de crecimiento enriquecedora y con luz. Se organizan y desarrollan conciertos solidarios en colaboración con diferentes centros educativos.

5- ¨NUESTRA RADIO¨: La Fundación MERECE LA PENA ofrece un espacio radiofónico que se presenta como una oportunidad de crecimiento personal y un medio de reflexión en valores. Se han realizado dos programas:

o MERECE LA PENA VIVIR. 23 Podcasts disponibles
o EL COFRE ESCOLAR DEL CAPITÁN MORGAN: Dedicado a niños/as en su ámbito escolar. Este programa se canceló debido a la Pandemia. 3 Podcasts disponibles.

6- ¨CENTRO DE ESCUCHA Y ORIENTACIÓN¨: Se ofrece un espacio de escucha para compartir nuestras emociones y sesiones de orientación personal para descubrir claves que ayuden a desarrollar una actitud positiva ante las dificultades de la vida.

7- ¨SUPERACIÓN Y DIVERSIDAD¨: Se pretende reflexionar sobre situaciones vitales que acojan “el modelo de la diversidad” y se vean los obstáculos, no como limitaciones, sino como oportunidades de superación y crecimiento personal.

Experiencia 1: Fiesta ¨NAVIDAD Y DIVERSIDAD
Experiencia 2: ¨GANAS DE VIVIR GRACIAS AL ARTE¨
Experiencia 3: ¨BAILE EN SILLA DE RUEDAS POR LA ACCESIBILIDAD¨

8 - ¨PROYECTOS SOLIDARIOS¨: Abarca tres Iniciativas Solidarias que son:

8.1 ¨AYUDA A UCRANIA¨ : Tiene como fin ayudar a las personas afectadas por la crisis humanitaria vivida en Ucrania en guerra con Rusia desde el 24 de febrero de 2022. Se realizó un Evento Solidario en colaboración con el proyecto ¨LA MÚSICA DE LAS MARIPOSAS¨

8.2 ¨AYUDA A LA PALMA¨: Tiene como fin ayudar a las personas afectadas por la erupción del volcán en la isla de La Palma que comenzó el 19 de septiembre de 2021 y duró hasta el día de Navidad.

Comenzó con la edición de 4 vídeos:
- 1: Presentación
- 2: VOLUNTARIADO
- 3: SITUACIÓN ACTUAL Y PERSONAS AFECTADAS
- 4: CONOCE LA PALMA

- Para finalizar, se realizó una fiesta titulada ¨NAVIDAD Y DIVERSIDAD¨ para recaudar fondos

8.3 ¨AYUDA A SIRIA Y TURQUÍA¨: Tiene como fin ayudar a las personas afectadas por el terremoto del día 6 de febrero de 2023.

Se considera importante la PARTICIPACIÓN ACTIVA de la sociedad.

Por ello, abrimos un cauce de comunicación en donde además de los Proyectos anteriormente desarrollados, se posibilita tres canales específicos:

- Blog: Medio en el que los participantes de los Centros Educativos publican sus trabajos grupales reflexionando sobre la igualdad y la diversidad
- Concursos
- Talleres

Además, existe una WEBQUEST que es una herramienta educativa en la que se ofrecen ACTIVIDADES adaptadas a diferentes etapas académicas y que pretenden servir de ayuda para reflexionar sobre la capacidad de afrontar situaciones adversas y salir fortalecido de ellas.

MERECE LA PENA desea compartir consultas, dudas y sugerencias que puedan enriquecer y motivar a otras personas a reflexionar sobre la importancia de adoptar una actitud positiva ante las dificultades de la vida.

Impacto social de la candidatura:

Todos los proyectos impulsados por Ana Artázcoz Colomo y su Fundación MERECE LA PENA, tienen una idea común: ¨El dolor es un misterio universal¨. Por ello, la unidad de las personas se fortalece y crece al percibir la diversidad como algo natural. Además, el hecho de que las actividades se adapten a la edad de las personas destinatarias, a su nivel de madurez y capacidad de comprensión, hace que la aportación enriquezca a la sociedad en su conjunto.

Participación:

MERECE LA PENA ha llegado a 150 centros y 40.000 personas aprox. Este cálculo se ha realizado teniendo en cuenta el número de centros, la cantidad de sesiones y el volumen de las personas asitentes a cada acto. Se puede ver el listado de participantes en: https://www.merecelapena.info/Listado-de-participantes-SM4.html

Marco temporal:

01/01/2017

Accesibilidad:

Todos los contenidos, se adaptan a las personas beneficiarias de cada actividad. Pero además, la página web donde se recoge toda la labor desarrollada, cuenta con criterios de accesibilidad: www.merecelapena.info
ACCESIBILIDAD A LOS CONTENIDOS DEL PORTAL
• Introducción: Con esta Web se pone al alcance de los usuarios un canal de comunicación práctico y accesible a todos. Se pretende también suprimir barreras, logrando mejorar la presencia en la red según los criterios de máxima simplicidad, alcance y eficacia, de tal manera que se pueda difundir la información y los servicios ofrecidos a cualquier persona que quiera consultarlos.

• Accesibilidad La web ha sido diseñada y realizada con el objetivo de adecuarse a los criterios de accesibilidad fijados por la legislación vigente: (REAL DECRETO 1494/2007, de 12 de noviembre, por el que se aprueba el Reglamento sobre tecnologías, productos y servicios relacionados con la sociedad de la información y medios de comunicación social) y con el fin de facilitar el acceso a sus contenidos al mayor número de personas, especialmente a aquellas que cuentan con algún tipo de discapacidad. Para asegurar este objetivo se han seguido las pautas marcadas en la WCAG 1.0 (Web Content Accesibility Guidelines, versión 1.0) establecidas por el grupo de trabajo WAI (Web Accessibility Initiative) del W3C (World Wide Web Consortium), de nivel AA. El objetivo de estas directrices es facilitar el acceso a la información ofrecida desde Internet a todos los ciudadanos. Entre las principales medidas que se han adoptado se encuentran las siguientes:

• Estándares : El lenguaje utilizado para los contenidos y su estructura es HTML 5.0, y para disponer los elementos y presentarlos de manera gráfica se han utilizado Hojas de Estilos en Cascada (CSS 3.0).

• Tamaño del texto: Las fuentes utilizadas tienen dimensiones relativas, lo que permite al usuario controlar su tamaño desde el navegador que esté utilizando. Para cambiar el tamaño de letra del texto en los principales navegadores gráficos utilice los siguientes menús: Internet Explorer: Ver > Tamaño del texto Mozilla y Firefox: Ver > Tamaño del texto Opera: Ver > Zoom Safari: Ver > Hacer el texto más grande Chrome: Controla la página actual > Tamaño del texto

• Navegación: El diseño ha sido realizado para que sea compatible con el mayor número de navegadores posible y en diferentes plataformas. Las páginas incluyen navegación semántica que podrá visualizarse en aquellos navegadores que ya incluyen barra de navegación semántica, como Opera, o en los que sin incluirla tengan instalada la extensión correspondiente.

• Diseño : Este sitio web utiliza capas y hojas de estilo en cascada (CSS) para el diseño visual de las páginas. De este modo, el contenido es independiente de la presentación, y los usuarios que lo deseen pueden navegar por la información deshabilitando la descarga de hojas de estilos en su navegador. Todas las imágenes contienen una breve descripción mediante el atributo alt.

• Archivos PDF: Algunos enlaces de este portal son a documentos con formato PDF. Para poder visualizarlos necesitará Adobe Reader que puede descargar gratuitamente del portal de Adobe. Descargar Adobe Reader.

• Nivel de accesibilidad : La mejora de la accesibilidad en los contenidos del portal debe ser un proceso continuo. Para seguir en esta mejora, se abre la posibilidad de contar con la opinión de las personas usuarias. Si a pesar de todos nuestros esfuerzos encuentran alguna dificultad para acceder al contenido o tiene cualquier sugerencia, pueden comunicarse con nosotros a través de nuestros datos de contacto.

Trabajo en red:

Buscando el mejor desarrollo y difusión de las actividades propuestas por la Fundación MERECE LA PENA, existe colaboración con asociaciones, entidades y organismos con intereses comunes.
Colaboradores:
- TANTAKA: Banco de Tiempo Solidario de la Universidad de Navarra
- MUSEO UNIVERSIDAD DE NAVARRA: Museo universitario que acerca el arte a los universitarios y a todos los ciudadanos
- EQUIPO PEDAGÓGICO ÁGORA: Educación familia, valores humanos y desarrollo personal. Trabajan por la formación integral a través de la educación
- CUENTOS DE CUCURUCHO: Cuentos para niños/as, donde el cuento es la herramienta para educar, para conversar en familia. - COCEMFE NAVARRA: Trabajamos para mejorar la calidad de vida y autonomía de las personas con discapacidad de Navarra.

ASOCIACIONES Y REDES A LAS QUE PERTENECEMOS:
- ASOCIACIÓN DE FUNDACIONES DE NAVARRA: Servicios de asesoramiento y formación en materia de fundaciones. Con el objetivo de crear redes de colaboración, se desarrollan reuniones y talleres.

Transversalidad:

La labor del proyecto es transversal ya que influye en diferentes factores y se trabaja con diversidad de personas independientemente de su origen, género, orientación, localización, edad, etc.

Innovación:

Todos los Proyectos desarrollados anteriormente, tienen el objetivo común de ayudar a otras personas a ¨adoptar una actitud positiva ante las dificultades de la vida¨. El desarrollo de esta actitud vital, primero ha sido vivida por la propia candidata a través de su experiencia personal y profesional.
Además, las actividades son realizadas sin ánimo de lucro. El único fin es motivar a las personas a que ellas descubran sus propias capacidades de superación.

Transferibilidad:

1º Estudiar el tema que se va a desarrollar y saber en qué contexto se va a desarrollar
2º Conocer las características de las personas a las que se dirige la actividad
3º Recopilar recursos didácticos adaptados al colectivo destinatario
4º Desarrollar la actividad
5º Valoración
6º Memoria del acto

Evaluación:

Como se indica en el apartado de la metodología anteriormente explicado, antes de realizar cualquier actividad se recopila información sobre las características de las personas destinatarias con el fin de adaptar la actuación a sus necesidades. Para ello, se realizan entrevistas con personas de referencia (familiares, personal de Orientación y Psicología, profesorado…). Después de la actuación, se realiza una evaluación de los resultados obtenidos para buscar mejoras:

1- Valora el INTERÉS de los temas tratados
2- ¿Crees que esta sesión te ha ayudado a reflexionar sobre tu ACTITUD ante los problemas de la vida?
3- ¿Crees que esta sesión te ha MOTIVADO a ayudar a otras personas que atraviesan situaciones de dificultad?
4- ¿Consideras que hay que hablar de estos temas en el Centro Educativo?
5- ¿Cuál es tu VALORACIÓN global de la sesión?
6- OBSERVACIONES

Trayectoria:

PREMIOS:

• “INTEGRACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL”, otorgado por la Asociación de Fundaciones de Navarra, 2018.

• “PANCARTA DE ORO”, por la Peña Anaitasuna, 2019.

• “MUJER EMPRENDEDORA”, por YOUTH BUSINESS SPAIN, 2021.

• “LUCHA E INSPIRACIÓN”, por COCEMFE Navarra, 2022.

RECONOCIMIENTOS:

• Del Parlamento de Navarra. (de todos los grupos parlamentarios) por el trabajo realizado en el ámbito educativo y sanitario en favor de los niños, adolescentes y jóvenes, para su Educación en salud, en Resiliencia y afrontamiento de la enfermedad.(Sesión informativa del Parlamento de Navarra, 2 de diciembre de 2016).
• Del Parlamento Europeo (Bruselas) por el Proyecto MERECE LA PENA que dirijo. (Parlamento Europeo, 28 febrero 2017).
• De la Comisión Europea de Salud – Bruselas, a través de su Director General, por la colección de cuentos infantiles MERECE LA PENA: EDUCAR EN SALUD, que pretende enseñar cómo crecer en salud, tanto física como psicológicamente. (3 marzo 2017).
• Del Centro Nacional de Innovación e Investigación Educativa (C.N.I.I.E) perteneciente al Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, y difusión en sus redes sociales, de la colección de cuentos infantiles MERECE LA PENA: EDUCAR EN SALUD como un recurso educativo de interés social tendente a la atención a sectores desfavorecidos en el ámbito de la educación y la sanidad (2017).
• Presentación y colaboración en la Universidad de Lovaina - KU Leuven (Bélgica) del cuento infantil "Luci en el hospital" / "Lutxi hospitaleam", traducido también al inglés, francés y alemán. (2 marzo 2017).
• Presentación y colaboración en el Instituto Cervantes de Bruselas (Bélgica) del cuento infantil "Luci en el hospital" / "Lutxi

hospitaleam". Disposición en su Biblioteca de ejemplares del cuento en distintos idiomas. (1 marzo 2017).
• Presentación y colaboración con los niños del "Hospital Niño Jesús" de la Comunidad de Madrid. Realización de actividades didácticas con el cuento "Luci en el hospital/ Lutxi hospitaleam" para enseñarles a afrontar la enfermedad (2017).

Más info:

https://www.merecelapena.info/

FOTOGRAFÍAS