



ecos!

ECOS Nº 127
DE LA ASOCIACIÓN A FAVOR DE
PERSONAS CON DISCAPACIDAD
INTELLECTUAL DE ÁLAVA
ADIMEN-EZINTASUNA DUTEN
PERTSONEN ALDEKO
ARABAKO ELKARTEA
Octubre 2020



APDEMA MANTIENE LA ACTIVIDAD DE TODOS SUS SERVICIOS ADAPTADOS A LAS NORMAS DE SEGURIDAD SANITARIA

Apdema y Fundación EDE concluyen el estudio de necesidades.

Necesidades de las personas usuarias y familias de la Asociación APDEMA.



ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA

FECHA: 18 de noviembre 2020

Lugar: Sala A de Vital Fundazioa Kulturunea
C/ La Paz, 5 - 1ª planta (C. C. Dendaraba)
01005 Vitoria-Gasteiz



Apdema mantiene la actividad de todos sus servicios adaptados a las normas de seguridad sanitaria

Tras un atípico verano cargado de trabajo y diseño de planes de prevención y contingencia por la pandemia del Coronavirus, todos los servicios de Apdema mantienen su actividad adaptada a la nueva realidad social y sanitaria. Así, algunos servicios y programas han sido reestructurados o sustituidos por otras alternativas acordes a las nuevas necesidades personales, sanitarias y asociativas.

Respecto a los **Servicios Asociativos**, se sigue manteniendo la atención presencial en las oficinas de la calle La Paloma, con cita previa y manteniendo todas las medidas de seguridad necesarias como son el uso de mascarilla, lavado de manos y distancia de seguridad. Además, las Comisiones de Empleo, Usuarios, Centros Ocupacionales y mayores han reanudado su calendario de trabajo habitual.

Por su parte, el **Servicio de Viviendas**, como desde el inicio de la pandemia, continúa funcionando a pleno rendimiento. Entre los ejemplos de vuelta a la normalidad, destaca la reapertura de las pernoctas en el programa del respiro. En el caso de los hogares de grupo, se ha reforzado el servicio en las viviendas, abriendo los pisos 24 horas. Y para garantizar la salud de residentes y trabajadores se están llevando a cabo medidas extraordinarias como la aplicación del plan de contingencia, la revisión y actualización constante de protocolos del COVID-19 y el suministro de EPIs.

En relación con el **Servicio de Ocio y Participación Social**, tras el exitoso desarrollo del Programa de Vacaciones, han



retomado su actividad, tanto en los diferentes Centros y Programas de ocio, como en otras actividades relevantes como los grupos de Autogestores, Clubs de Lectura Fácil o la Campaña Deportiva 2020-2021, inaugurada el pasado 21 de octubre.

Por último, el **Servicio de Atención Temprana**, reanudó el pasado mes de septiembre las sesiones presenciales con un plan de contingencia aprobado por el IFBS y adecuado a las características de nuestro servicio. El objetivo es proteger tanto a las niñas y niños como a sus acompañantes y a los profesionales, minimizando riesgos y asegurando una adecuada asistencia. Entre las medidas adoptadas destacan el uso de EPIs para las terapeutas; toma de temperatura a todas las personas que entren en el centro; cuestionario de salud diario; salvo excepciones, los niños y niñas entrarán solos a las sesiones; desinfección del material que se utiliza después de cada sesión... En el caso de confinamiento de niños-as si son asintomáticos, se ofrece a las familias realizar las sesiones de forma telemática.



Todos los servicios de Apdema siguen trabajando con medidas de seguridad ante el COVID-19. Los Servicios Asociativos están trabajando con todas las Comisiones. El Servicio de Viviendas continúa con un Plan

para garantizar la salud y la atención a todos. El Servicio de Ocio ha puesto en marcha todos los servicios y programas. El Servicio de Atención Temprana tiene sesiones presenciales desde septiembre.



Apdema y Fundación EDE concluyen el estudio de necesidades.

Apdema y la Fundación EDE han concluido el Estudio de Necesidades de las personas con discapacidad intelectual y sus familias cuyo objetivo era identificar claves para la mejora y adecuación de los servicios que actualmente ofrece nuestra organización.

Entre las principales conclusiones del Estudio, la preocupación general son las barreras psicológicas y la discriminación de la sociedad hacia las personas con discapacidad, seguido de la pérdida de amistades y el hecho de que se queda sola y el aislamiento general de las familias que habitan en zonas rurales. Además, las familias demandan más formación y apoyo psicológico.

En el ámbito del trabajo y la ocupación nos preocupa la integración en el mercado laboral, la transición a la jubilación y las relaciones con compañeras y compañeros y las pocas opciones que hay en el mercado laboral para las personas con discapacidad. Además, hay personas jóvenes sin actividad de día al acabar la etapa escolar.

En el aspecto económico la preocupación es la repercusión en las familias por la reducción de jornada laboral y los gastos extraordinarios y cómo cubrirá la persona con DI sus necesidades económicas a futuro.

Respecto a la vivienda nos preocupa donde vivirá la persona con discapacidad cuando falten los familiares con los que convive y cómo responder a las necesidades de independencia que reclaman y quién prestará los apoyos necesarios.

En relación con el ocio y tiempo libre lo que más preocupa es la necesidad de recursos de respiro para las familias. Además, las personas con DI demandan un ocio a medida para todas sus necesidades.

18.11.2020: Asamblea General Ordinaria de Apdema

La Sala A del Vital Fundazioa Kulturunea situada en el Centro Comercial Dendaraba acogerá un año más la Asamblea General Ordinaria de Apdema. En concreto, a las 19:00 horas del próximo 18 de noviembre, las personas asociadas que lo deseen, podrán participar en el principal órgano de gobierno y decisión de nuestra Asociación sobre temas de relevancia como las cuentas anuales, el Plan de Trabajo anual o la renovación de la Junta Directiva.

Apdema pone en marcha la tercera edición del Programa “Impulsa-T” para la inserción socio-laboral de personas con discapacidad.



Desde el pasado 7 de septiembre siete personas con discapacidad intelectual participan en la tercera edición del Programa de Inserción Socio-Laboral Impulsa-T cuyo objetivo es dotar a las personas participantes de habilidades de empleabilidad necesarias para acceder y

manejarse en el mundo formativo y laboral según sus habilidades e intereses. Por tercer año consecutivo, el Programa cuenta con el apoyo de la Fundación Vital Fundazioa.

Apdema ha realizado un Estudio con Fundación EDE para conocer las necesidades de las personas con discapacidad y sus familias. El próximo 18 de noviembre

Apdema celebrará en Dendaraba la Asamblea General Ordinaria. 7 personas con discapacidad intelectual participan en el programa de empleo Impulsa-T.



Apdema pone en marcha el programa ENLAZADOS.

El pasado 5 de octubre se puso en marcha el proyecto “ENLAZADOS”, gracias al apoyo de la Obra Social La Caixa. Ganar mayor autonomía personal, mayores oportunidades de participación en la comunidad, más control sobre sus vidas y mayor independencia de las personas con discapacidad intelectual, son los objetivos de ENLAZADOS. La finalidad última: empoderar a las personas con discapacidad intelectual, convirtiéndose en protagonistas de su vida y tomando las riendas de su proyecto vital.



Para lograr esto, se ha puesto en marcha un Servicio de Atención Inclusivo e Integral para personas adultas con discapacidad intelectual, con el fin de dar una respuesta real y eficaz a las necesidades de cada persona de forma individualizada, y también de forma conjunta. Entre las diferentes iniciativas que han ido surgiendo desde que se ha puesto en funcionamiento este servicio, en esta ocasión destacamos la generación de dos grupos de participación e inclusión en la comunidad para personas que llegaban a la Asociación con esta demanda, siendo personas que no eran usuarias de ningún servicio de atención diurna municipal y/o comunitario.

Otros ejemplos de iniciativas que en estos momentos se están cuajando son: Ayudar a una joven con discapacidad intelectual a cumplir su sueño de ser voluntaria en una Asociación de Protección Animal, o el empoderamiento de una mujer con discapacidad intelectual que necesita ayuda para poder salir de la situación actual en la que se encuentra, entre otros. A lo largo del año, y gracias al ECOS, os haremos llegar testimonios de personas que han podido acercarse un poco más a sus sueños, gracias al apoyo de ENLAZADOS.

2020/2021

Kirol Kanpaina Campaña Deportiva

Adimen ezintasuna dutenentzako kirola
Deporte para discapacitados intelectuales

Arakile: **Itena non eman** Info-puntua
Arakile: **Itena non eman** Info-puntua

Apdema inicia la Campaña Deportiva de 2020-21.

El pasado, 21 de octubre, las disciplinas de Natación y Condición Física inauguraron la temporada deportiva 2020-21 de Apdema. Un año más, el Servicio de Ocio y Participación Social ha apostado por deportes que fomentan el desarrollo físico y psíquico de nuestros asociados y su interacción positiva.

Debido a la pandemia del Covid-19, se han diseñado protocolos de seguridad para todas las disciplinas deportivas del programa.

Participa en la lotería de Navidad de Apdema.

Como ya es tradición, Apdema participará en el Sorteo Extraordinario de Lotería de Navidad con un total de 5.000 participaciones del número 09544.

De los 5 € de cada boleto, los participantes jugarán 4 € a la lotería y 1 € en el Sorteo de una Cesta de Navidad gentileza de Supermercados BM.



14 personas con discapacidad intelectual participan en el Programa Enlazados para empoderar a las personas con discapacidad. El pasado 21 de octubre comenzó

la Campaña Deportiva 2020-2021 con las medidas de seguridad necesarias. Un año más, Apdema saca a la venta un número para la Lotería de Navidad.



Apdema crea un programa pionero de empoderamiento para mujeres con discapacidad intelectual.

El pasado 6 de octubre, ocho mujeres con discapacidad intelectual inauguraron el Programa "Círculo de mujeres" diseñado por Apdema con el objetivo de dotar a las mujeres participantes de herramientas que les ayuden a mejorar su autoconcepto y autoestima para su inclusión en la sociedad de una forma saludable para ellas, y evitar las situaciones de abuso o desprotección en las que se suelen encontrar. El proyecto es pionero en su género tanto por su finalidad como por su metodología grupal.



Basado en el desarrollo comunitario, el proyecto "Círculo de mujeres" pretende crear un espacio propicio para que las mujeres con discapacidad intelectual desarrollen cambios en su comportamiento y actitud que les ayuden a empoderarse en los diferentes ámbitos de la vida, desde el autocuidado o la educación al empleo, maternidad, crianza...

Como nos informan las responsables del programa, Leire y Janire, a través de la acción grupal e individual, "el programa pretende no sólo reconocer y localizar los recursos personales de las mujeres participantes sino también aportarles control sobre los mismos y ampliarlos. Nos reunimos los martes de 17:30 a 20:00 horas con la finalidad de hablar de todo aquello que a las asistentes les pueda apetecer y/o interesar. Algunos de los temas propuestos estas dos sesiones que ya se han realizado han sido: somos mujeres, roles de género, pareja, relaciones, amor romántico, sexualidad... Así mismo, estamos abiertas a poder participar en alguna actividad exterior si hubiese algo que se ajuste a sus gustos y/o necesidades (exposición, charla,...). Cumpliendo en ambos casos los protocolos de seguridad establecidos".

El grupo que participa en el programa es muy heterogéneo y está formado por mujeres usuarias de Apdema que se encuentran en muy distintos momentos vitales.

El proyecto tendrá una duración de 3 meses y se trabajará a través de un grupo de encuentro de las mujeres con discapacidad intelectual participantes, mediado por Leire y Janire como facilitadoras de apoyo. El grupo se reunirá semanalmente en once sesiones de dos horas y media.

Apdema ha creado un programa nuevo para mujeres con discapacidad intelectual. Se llama el "Círculo de mujeres" y pretende mejorar su autoconcepto y autoestima. Han creado un lugar de encuentro donde charlan, debaten y aprenden técnicas para trabajar en su día a día.

ECOS del Txirripistina
Nº 127 – Octubre de 2020
Edita: APDEMA, Asociación a favor de las personas con Discapacidad Intelectual de Álava – Adimen-ezintasuna duten pertsonen aldeko arabako elkarteak.
La Paloma, 1 Bajo. 01002 Vitoria-Gasteiz
Tel. 945 258 966

- www.apdema.org
- twitter.com/Apdema
- www.facebook.com/apdema

ENTIDADES ADHERIDAS AL PROGRAMA DE RSE



COLABORAN:



IN MEMORIAN

Durante los últimos meses debemos lamentar la pérdida de Ana Isabel Pz. de Mendiguren, M^a Teresa Mata Alcalde, Begoña Salazar Pz. de Arenaza y M^a Ascensión Ortega Echevarria. Desde ECOS queremos transmitir nuestro sentido recuerdo a sus familiares y allegados, en nombre de todas las personas que formamos la asociación.

ecos!

DE USUARIOS

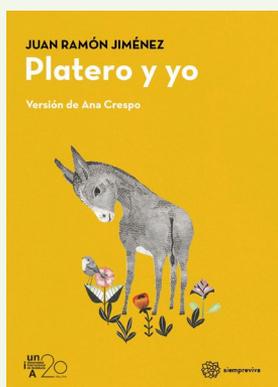
Un verano atípico y distinto



En junio empezó un verano distinto para nosotros. Volvimos a las reuniones de autogestores. Las reuniones fueron muy distintas: en la calle, al aire libre. Encontramos un sitio bueno, bonito y barato. Era la terraza de la iglesia de Los Ángeles. Hemos tenido más reuniones que nunca: en junio, julio y agosto. Nos ha costado mucho cambiar nuestros planes. No sabíamos que iba a pasar al día siguiente pero hemos conseguido mantener la chispa y el buen humor. Han sido muchos cambios en nuestra vida y los hemos aprovechado. Hemos leído y paseado mucho. Hemos celebrado la jubilación de compañeros. Hemos hecho cosas que antes no habiéramos pensado. Algunos hemos ido a las escapadas de Munguía. Otros hemos participado en las actividades de verano. Un grupo de valientes pidió apoyo a Amalia para organizarse entre ellos este verano tan raro. Carlos es el encargado de buscar cosas que se pueden hacer. Ha aprendido a manejar la web del Ayuntamiento y hacer reservas. Se reúne con la persona de apoyo y lo cuenta a los demás. En esta cuadrilla hay gente de distintos grupos y edades. Hemos estado en conciertos al aire libre, en el Humedal de Salburua, en el Museo de los Faroles, en la Catedral vieja y la Torre.... Esta es la parte buena de la pandemia. Hemos hecho cosas que no pensábamos que éramos capaces de hacer. Nuestra idea es seguir así. Es muy agradable volver a nuestro lugar de reunión en el Centro de Ocio.

Vuelta a la lectura

Los 3 Clubs de LF de Apdema se han podido mantener.
Han comenzado en octubre, seguimos en los mismos sitios y a la misma hora.
Estamos de 6 a 7 de la tarde:
los lunes en la Casa de Cultura Ignacio Aldecoa.
los miércoles en el Centro Cívico Iparralde
y los viernes en el Centro Cívico El Pilar.
Estamos leyendo “Platero y yo” y “Ana Frank, su vida”.
Este trimestre los grupos son más pequeños.
Respetamos todas las medidas de seguridad.
Es una suerte poder volver a esta actividad
que no pensábamos poder hacer.
Hemos vuelto con muchas ganas.



Nueva comision en Fevas Plena Inclusion Euskadi

Fevas Plena Inclusion Euskadi es la federación vasca de 13 asociaciones de personas con discapacidad intelectual. Apdema es una de las asociaciones de Fevas. Fevas ha creado un grupo de trabajo nuevo. Es una comisión de personas con discapacidad intelectual. Está compuesta por 5 personas: una de Gorabide, una de Gaude, Una de Futubide y dos de Apdema. Lucía es la profesional de Fevas que va a apoyar la comisión. Elisa López de Briñas y Carlos Rueda son los dos autogestores que van a representar a Apdema. Carlos y Elisa están en la comisión “Construimos mundo” de Apdema y llevan trabajando desde principios de 2016. La nueva comisión de Fevas se va a reunir en noviembre. Nuestros compañeros empiezan con mucha ilusión. Es algo nuevo para ellos porque ahora no se pueden juntar. Lo van a tener que hacer por ordenador. En todo momento van a contar con su persona de apoyo.



Opinión:

Nuestro compañero Ignacio

En enero le operaron a Ignacio y lleva ingresado desde entonces.

Estuvo en el Hospital de Santiago y luego en Leza.

Son muchos meses sin poder estar con él.

La buena noticia es que el 8 de octubre volvió a Vitoria-Gasteiz.

No hemos podido verle, pero lo estamos organizando.

Hasta ahora hemos hecho muchas video llamadas y le hemos mandado postales.

En una reunión de autogestores en julio propusimos hacerle una visita a Leza.

Todos pusimos bote para hacerle un regalo.

Sabíamos que era difícil, pero lo conseguimos.

Amalia nos ayudó a organizar el viaje y tomar todas las medidas necesarias.

La fecha elegida fue el lunes 3 de agosto.

Viajamos 7 autogestores (Kontxi, Baroja, Rufino, Pedro, Susana, Ana Rosa y Elisa) con Amalia en autobús.

Fuimos derechos al Hospital para ver a Ignacio.

La chica de recepción le llevó nuestro regalo a la habitación.

No podíamos entrar, así que esperamos en el jardín.

Ignacio se asomó a la terraza y hablamos desde allí.

Abrió nuestros regalos: un marco con una foto del grupo, una postal y el libro “Colores prohibidos” dedicado por todos.

Todos nos emocionamos mucho y nos mandamos besos.

Estuvimos diez minutos con él, parecíamos Romeo y Julieta.

Nos despedimos y fuimos a dar una vuelta por el jardín.

Aprovechamos para hablar entre nosotros y tomar algo.

Tuvimos que esperar casi dos horas al autobús de vuelta.

Ignacio volvió a salir al balcón cuando nos íbamos.

Para todos fue una experiencia muy bonita.

Algunos decían que fue duro y fuerte pero para repetir.

Ver la cara de Ignacio fue el premio para todos.

Es todo un campeón, esto no es nada fácil.

Un abrazo muy muy fuerte, Ignacio.

Tus compañeros autogestores del grupo 2

