

ecos!

ECOS Nº 133

DE LA ASOCIACIÓN A FAVOR DE
 PERSONAS CON DISCAPACIDAD
 INTELLECTUAL DE ÁLAVA
 ADIMEN-EZINTASUNA DUTEN
 PERTSONEN ALDEKO
 ARABAKO ELKARTEA

Julio 2022



LA "FIESTA PARA ASOCIADOS" INAUGURA LOS ACTOS DE CELEBRACIÓN DE NUESTRO 60º ANIVERSARIO

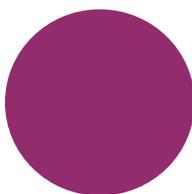
03

21.07.2022: Fiesta de Fin de Curso del Servicio de Atención Temprana



03

Apdema implanta el I Plan de Igualdad de mujeres y hombres



EMAKUMEEN AURKAKO
 INDARKERIARI EZ
 NO A LA VIOLENCIA
 CONTRA LAS MUJERES

04

Éxito de participación en el Programa de Vacaciones





La "Fiesta para Asociados" inaugura los actos de celebración de nuestro 60º Aniversario

Más de 160 asistentes entre personas usuarias, familiares, profesionales y personas voluntarias y colaboradores abarrotaron el comedor y sala de animación del Hotel Canciller Ayala donde se celebró la Fiesta 60º Aniversario de Apdema para personas asociadas.

Durante la recepción a todas las personas asistentes, se produjeron bellos momentos entre muchas de las personas asistentes sellados con calurosos saludos y abrazos recordando experiencias vividas a lo largo de los 60 años de andadura de nuestra

asociación. También se recordó a las diferentes personas que han formado parte de la Asociación durante estos 60 años como presidentes, gerentes...

Seguidamente, a las 14:30 dio comienzo la comida de hermandad en cuyo menú no faltaron camaradería y divertidas anécdotas, tanto entre personas compañeras de mesa como del resto del comedor.

Tras la agradable comida, el buen ambiente continuó en la sobremesa con la fiesta de celebración acompañada de música y animación. La pista de baile fue escenario de divertidas demostraciones de ritmo y buen humor.

Bajo el slogan "60 años y seguimos cumpliendo", Apdema ha diseñado un



programa de actos conmemorativos del 60º Aniversario de su creación. Además de esta fiesta inaugural de carácter interno, durante el mes de septiembre se llevará a cabo una exposición fotográfica a modo de recorrido por nuestros 60 años de historia. En concreto, la Sala 3 del Centro de Exposiciones de Fundación Vital de Vitoria-Gasteiz, acogerá del 2 de septiembre a 9 de octubre la Exposición "60 años y seguimos cumpliendo".

Y como colofón a los actos conmemorativos, el 19 de noviembre se llevará a cabo la Gala 60º Aniversario en el Auditorio María de Maeztu del Palacio de Congresos Europa de Vitoria-Gasteiz.



El pasado 9 de Julio celebramos en el Hotel Canciller Ayala la fiesta del 60 aniversario de Apdema. Además de una deliciosa comida

pudimos disfrutar de una fiesta. Pero las celebraciones no acaban aquí, en septiembre habrá una exposición fotográfica en noviembre la gala del 60 aniversario.



Fiesta de Fin de Curso del Servicio de Atención Temprana



Después de dos años sin poder celebrarla por la pandemia de la Covid-19, el próximo jueves 21 de julio, el Servicio de Atención Temprana gestionado por Apdema celebrará la tradicional Fiesta de Fin de curso.

El encuentro dará comienzo a las 11.00 de la mañana, con la ya clásica actuación musical de las profesionales del Servicio, desde Ordenanza a estimuladoras y fisioterapeutas. A pesar del hermetismo de sus responsables sobre su interpretación, seguro que harán las delicias de las niñas y niños asistentes

acompañados de sus familiares.

A continuación, el programa festivo incluye un Almuerzo colectivo. Como en ediciones anteriores, las personas asistentes podrán disfrutar de un lunch con platos y delicias traídos por las familias. El entorno perfecto para que familiares y el equipo de profesionales del servicio puedan hacer un balance más personal y distendido del curso.

La Asamblea General de Apdema se aplaza hasta la última semana de septiembre

Debido a la falta de las liquidaciones de los convenios de colaboración que tenemos suscritos con el Instituto Foral de Bienestar Social, la Asamblea General queda aplazada a la última semana de septiembre en una fecha aún por determinar que os comunicaremos con suficiente antelación. En este tiempo, esperamos recibir las citadas liquidaciones y auditar las cuentas, requisito legal previo a la celebración de la Asamblea. Para ello, solicitaremos la autorización correspondiente al Gobierno Vasco, organismo competente en esta materia, explicando las circunstancias que nos impiden cumplir los plazos establecidos por la ley.

Apdema implanta el I Plan de Igualdad de mujeres y hombres

Tras dos años de trabajo, Apdema ha implantado su primer Plan de Igualdad de mujeres y hombres con vigencia hasta el año 2025. Analizadas las debilidades y fortalezas en la fase de diagnóstico, se ha priorizado la intervención para la igualdad en 4 Ejes de Intervención: “Hacia una organización más igualitaria”, “Conciliación corresponsable”, “Salud laboral y Género”, “Igualdad en la prestación de los servicios”.

El proyecto se ha abordado desde el inicio garantizando la participación de la plantilla, mediante la constitución de una Comisión Negociadora compuesta por 6 profesionales de diferentes ámbitos (5 mujeres y 1 hombre), con participación de la Dirección y de representación de la plantilla.



EMAKUMEEN AURKAKO
INDARKERIARI EZ
NO A LA VIOLENCIA
CONTRA LAS MUJERES



El servicio de Atención Temprana vuelve a celebrar su tradicional fiesta de fin de curso.

La Asamblea General de la asociación

será el próximo mes de septiembre.

Apdema implanta el I plan de igualdad de hombres y mujeres para los trabajadores de la asociación



Éxito de participación en el Programa de Vacaciones

Las 273 personas usuarias de Apdema apuntadas en el Programa de Vacaciones diseñado por el Servicio de Ocio y Participación Social para este año van a poder disfrutar de interesantes novedades como destinos inéditos, propuestas de turismo activo, escapadas deportivas, relax en la naturaleza...

Así, además de los tradicionales destinos y planes de costa, el Programa de Estancias y Escapadas de este año ofrece dos nuevas opciones. La primera de ellas, denominada "Relax en la naturaleza" ofrece estancias de 7 y 5 días en Burgo de Osma (hotel con SPA) y Jaca, respectivamente. Mientras que la oferta de Turismo Activo propone viajar a Lisboa y Tudela (Sendaviva).

Las Actividades Multideportivas también incluyen ofertas novedosas como las jornadas de iniciación al surf o la "Escapada deportiva: especial actividades náuticas".

La oferta se completa con las Actividades Culturales que tendrán lugar los días 24 de julio y 10 de septiembre en Bilbao.



7 disciplinas deportivas completan la Campaña Deportiva de Apdema

Aerobic, Taichi, Fútbol Sala, Gimnasia de mantenimiento para adultos, varios niveles de Natación, Tenis de mesa y Badminton son las 7 disciplinas que forman la oferta de la Campaña deportiva de Apdema para el curso 2022-2023.

Las personas usuarias interesadas en participar deberán realizar la inscripción los días 22 y 23 de septiembre. Para facilitar los trámites, el Servicio de Ocio y Participación Social ha habilitado tres vías para apuntarse en horario de 10 a 13 y de 17 a 21 horas: por medio del teléfono 945 144 633, a través del mail apuntateocio@apdema.org o acudiendo al Centro de Ocio de la calle Cercas Bajas, 1 - bajo.

Apdema participa en el I Feria de Voluntariado de Aiaraldea

El pasado 5 de junio, Apdema participó junto a otras 12 asociaciones alavesas en la I Feria de Voluntariado de Aiaraldea, organizada por Batekin, la Agencia de voluntariado de Álava, junto con el tejido asociativo del valle de Ayala. La jornada que tuvo lugar en la Plaza Aldai de Llodio de 11:00 a 14:00 horas pretendía dar a conocer diferentes iniciativas y proyectos que impulsan diversas asociaciones locales, así como la experiencia de muchos vecinos y vecinas que realizan voluntariado en las mismas.



El programa de vacaciones del Servicio de Ocio incluye propuestas de turismo activo, escapadas deportivas y relax en la naturaleza. También habrá actividades culturales.

Las inscripciones para la campaña deportiva 2022-2023 serán el 22 y 23 de septiembre. Apdema participó en la I Feria de Voluntariado de la zona de Aiaraldea

Deportistas de Apdema: Espíritu de superación y valores

Desde siempre, en APDEMA hemos apostado por el deporte como vía de crecimiento personal e inclusión de las personas con discapacidad intelectual. De hecho, las Campañas Deportivas que anualmente diseña el Servicio de Ocio y Participación Social van encaminadas no sólo a fomentar la actividad física y mejorar la calidad de vida de las y los deportistas de Apdema, sino a forjar en ellos habilidades para su desarrollo social como la aceptación de normas, la cooperación o el trabajo en equipo, entre otros.



Durante todos estos años, las y los deportistas de Apdema nos han enseñado con su ejemplo que no sólo han sido capaces de asumir las habilidades anteriormente citadas, sino que han incorporado en su día a día valores como las relaciones entre iguales, el reconocimiento, la tolerancia, la empatía, el compañerismo o la deportividad.

El deporte es salud y proporciona bienestar a las personas con discapacidad intelectual. Además, les ayuda a disponer de forma sana del tiempo libre y el ocio. La práctica deportiva les permite experimentar emociones y sentimientos de libertad que más adelante proyectan y aplican en su vida diaria.

El deporte en Apdema es, por tanto, considerado como una actividad clave, sin contraindicaciones y apta para todas las edades y condiciones físicas. Para nuestras y nuestros nadadores, futbolistas, gimnastas, palistas y deportistas en general la actividad física representa un continuo afán de superación y un gran estímulo a la hora de alcanzar objetivos personales, tanto si lo practican a modo de entrenamiento personal como a nivel competitivo.



En Apdema tenemos claro que el deporte además de proporcionar salud y bienestar es una actividad clave para desarrollar otras habilidades como el trabajo en equipo, la aceptación de normas, la empatía... Por eso en Apdema apostamos por el deporte como vía de crecimiento e inclusión de las personas con discapacidad intelectual.

ECOS del Txirripistina
Nº 133 – Julio de 2022
 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 MEMORIAM

Durante los últimos meses debemos lamentar la pérdida de M^a Carmen García Saenz de San Vicente, Blanca Zuñeda Saez de Samaniego, Alberta Quintas, M^a Cruz Ruiz del Portal Raposo y José Ignacio Perez de Mendiola Apodaca. 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

Apdema participa en el Congreso de Valencia

Los días 26 y 27 de mayo se celebró en Valencia el 10º congreso del Plan Estratégico de Plena Inclusión. El título era “Ganamos en Comunidad”.

Estuvieron representadas todas las comunidades.

Carlos Rueda fue el representante de Apdema y Fevas con su compañero Carlos Alonso de Gaude.

Fevas estuvo representada por 9 personas: profesionales de varias asociaciones y 2 usuarios.

Viajaron el día anterior en avión desde Bilbao.

Carlos Rueda tuvo el honor de ser maestro de ceremonias durante el Congreso.

Lo hizo con una compañera valenciana que era además la organizadora del evento.

El Congreso se celebró en Veles e Events.

El lugar y las vistas a la Malvarrosa eran preciosos.

Participaron aproximadamente 300 personas.

Mucha gente se conectó por internet al Congreso.

La inauguración del Congreso fue muy divertida, se hizo rompiendo una botella de plástico.

Hubo 3 debates muy importantes sobre: las personas, el entorno y las organizaciones.

La participación fue muy alta

y las conclusiones fueron muy interesantes.

Los asistentes votaban las conclusiones de cada uno de los tres debates.

Se trabajó mucho pero también hubo fiesta.

La comida fue más informal, de pie.

Era un picoteo en la terraza.

En la cena hubo una sorpresa para el ex presidente de Plena Inclusión.

Todos los asistentes se emocionaron mucho con el vídeo.

Después de la cena hubo fuegos artificiales y música.

La fiesta duró hasta las 2 de la madrugada.

Los participantes tenían muchas ganas de bailar.

El 27 de mayo sólo se trabajó por la mañana.

Presentaron el último debate y las conclusiones.

También proyectaron el video resumen del congreso.

La presidenta de Plena Inclusión Valencia cerró el congreso con las autoridades valencianas.

Al final hubo foto de familia de todos los asistentes.

En la web de Plena Inclusión está toda la información.



Viaje al albergue de Zamora

El año 2022 es muy importante para los hospitaleros de Apdema que han debutado en un albergue nuevo.

El nuevo destino es el albergue de Zamora.

Como han hecho siempre viajaron al nuevo destino.

Necesitan conocer el sitio, cómo viajar y manejarse allí.

La persona de apoyo les acompaña la primera vez.

La fecha elegida fue el 26 y 27 de marzo

El viaje fue largo pero ya saben cómo hacerlo.

También aprendieron el recorrido de la estación al albergue.

Les esperaba Adolfo, el responsable del albergue.

Comieron con él y las hospitaleras de turno.

La tarde fue para conocer bien el albergue,

las tareas que les corresponden hacer y aclarar todas las dudas.

Les dio tiempo a conocer un poco Zamora.

El domingo tuvieron turno de limpieza en el albergue.

Marian y Kontxi ya han debutado como hospitaleras.

Pedro, Josean, Susana y Ana lo harán próximamente.



Nuestros videos para Grañón

El albergue de Grañón celebra su 25 aniversario.

Apdema colabora con el albergue desde 2015.

Ocho personas han sido voluntarias estos años.

Nos pidieron grabar un vídeo cortito de 15 segundos para explicar lo que es Grañón para cada uno.

Marian, Jesús, Baroja, Josean, Kontxi, Laura y Maite se animaron a grabar su vídeo.

Todos coinciden que Grañón es un albergue distinto, especial, con magia para los hospitaleros.

Jesús ha participado en la fiesta del 2 de julio.

Está de hospitalero estos días en el albergue.

Coincidió con viejos conocidos, Sara y Anai.

Participó mucha gente, disfrutaron a tope.



Opinión:

Guía “La amistad es un tesoro”

La guía “La amistad es un tesoro” es la sexta guía que ha publicado Fevas Plena Inclusión en lectura fácil. Varios autogestores de Apdema validaron esta guía antes de publicarla igual que hicieron con las guías anteriores. El tema de la amistad nos parece muy importante e interesante en nuestras vidas. Esta guía la hemos trabajado en todos los grupos de autogestores. Ha sido muy divertido aunque el tema es muy serio. Empezamos con el juego de “El dado de la amistad”. Así nos conocimos más entre los compañeros. Seguimos con varios “teatros” de cosas reales que nos han pasado a algunos de nosotros. Todos hemos compartido experiencias de amigos especiales, de la infancia, del colegio, de verano, los que merecen de verdad la pena, los tóxicos, etc... En las reuniones ha habido muchos debates, opiniones muy diferentes que nos enriquecen a todos. Todos hemos sido muy respetuosos entre nosotros. Nos ha servido para aprender y entender muchas cosas. La guía utiliza un lenguaje claro y sencillo. Las explicaciones y los ejemplos se entienden muy bien. Nos vamos con las ideas claras de lo que es y lo que no es la amistad. Os invitamos a que leáis esta guía. Esperamos que os sirva tanto como a nosotros y que la disfrutéis en compañía. La podéis encontrar en la web de Fevas Plena inclusión Euskadi.



Marian, Alicia, Jesús, Mari fe, Carlos y Ana