

# ecos!

ECOS Nº 118

DE LA ASOCIACIÓN A FAVOR DE  
PERSONAS CON DISCAPACIDAD  
INTELECTUAL DE ÁLAVA  
ADIMEN-EZINTASUNA DUTEN  
PERTSONEN ALDEKO  
ARABAOKO ELKARTEA  
SEPTIEMBRE 2017

## LA CAMPAÑA DEPORTIVA 2017-2018 DE APDEMA OFERTA OCHO DISCIPLINAS DIFERENTES



**CAMPAÑA  
DEPORTIVA  
KIROL KANPAINA**

ADIMEN EZINTASUNA DUTENENTZAKO  
KIROLA - DEPORTE PARA DISCAPACITADOS  
INTELECTUALES 2017/2018

CERCA DE 150 DEPORTISTAS PARTICIPAN  
EN LA CAMPAÑA

**VITORIA-GASTEIZ  
2017-2018**

**02**



### REUNIONES INFORMATIVAS CON LAS FAMILIAS DE LA PROVINCIA

Los encuentros tuvieron lugar en  
Rioja Alavesa y Llodio

### ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA

Fecha: **19 de octubre de 2017**

Hora: **19:30**

Lugar: **Sala Luis de Ajuria**  
C/ General Álava, 7  
01005 Vitoria-Gasteiz



# LA CAMPAÑA DEPORTIVA 2017-2018 DE APDEMA OFERTA OCHO DISCIPLINAS DIFERENTES

CERCA DE 150 DEPORTISTAS PARTICIPAN EN LA CAMPAÑA

La campaña deportiva apuesta por disciplinas que fomentan el desarrollo físico y psíquico de nuestros asociados y su interacción positiva

La oferta de la campaña deportiva 2017-2018 de APDEMA permitirá optar a las casi ciento cincuenta personas usuarias de APDEMA participantes entre ocho



disciplinas deportivas diferentes, tales como Aerobic, Badminton, Condición física (Tai Chi/Yoga), Fútbol Sala, Gimnasia de mantenimiento, Judo, Tenis de mesa y Natación, en diferentes niveles. El objetivo del programa de deportes es incrementar la autoestima de todas y todos los deportistas participantes, favorecer su participación social y proporcionarles oportunidades para la adquisición de habilidades de carácter físico y psicológico. Por ello, la campaña deportiva

2017-2018 diseñada por el Servicio de Ocio y Participación de la Asociación apuesta por disciplinas que fomentan el desarrollo y el trabajo en equipo de nuestros asociados. Segun su disciplina deportiva, nuestras y nuestros deportistas se repartirán en diferentes instalaciones deportivas de la ciudad como los polideportivos de Landazuri, San Andrés y Arriaga, los Centros Cívicos de Aldabe e Ibaiondo, el centro Público de Educación Gorbialde y el Complejo Deportivo de Mendizorrotza. La Campaña Deportiva 2017-2018 ofrece alternativas deportivas para todas las edades. Desde los cursos de Natación para bebés, con grupos de uno a cuatro y de cuatro a ocho años, respectivamente, hasta la Gimnasia de mantenimiento para personas mayores de 35 años. Los diferentes grupos de natación y tenis de mesa darán comienzo a la campaña deportiva el día dos de octubre. Como en ediciones anteriores, durante toda la campaña se llevará a cabo un control de asistencia a las diferentes actividades programadas con el objetivo de garantizar el mayor aprovechamiento posible.



Un año más, el mes de septiembre ha sido el momento escogido para celebrar las reuniones informativas que el Servicio de Atención Social de la asociación mantiene con nuestras familias de la zona rural. Así, la ronda de encuentros se inició el pasado 12 de septiembre en Rioja Alavesa y concluyó 2 días después con la reunión celebrada en Llodio.

En esta ocasión, el principal objetivo de las citas era propiciar un encuentro para dar forma al relevo que se ha producido en la gerencia de APDEMA. Así, además de producirse una emotiva despedida a nuestro anterior gerente, Nacho Loza, los participantes pudieron dar la bienvenida a la nueva Directora-Gerente, Ana Peñacoba.

Durante los encuentros se presentó el programa de actividades de ocio en Rioja Alavesa a cargo de Ricardo Gaisán, Laura Gil y Maitane Urdampilleta, Director de Ocio y participación Social de APDEMA y Técnicos de Ocio de Rioja Alavesa y Ayala, respectivamente. Además, los temas de interés de las familias participantes fueron abordados con nuestra trabajadora social, Oiane Uriarte, que también acudió a la jornada informativa.

## Reuniones informativas con las familias de Rioja Alavesa y Llodio





## ANA PEÑACOBA NUEVA GERENTE DE APDEMA

El pasado 10 de agosto, Ana Peñacoba asumió las labores de gerencia de la Asociación, dando relevo a Nacho Loza, tras treinta y cinco años en el cargo. Ana Peñacoba, que ha ejercido de responsable de Recursos Humanos de la Asociación durante los últimos tres años, accede al cargo tras su propuesta para el cargo y designación unánime por parte de la Junta Directiva de la Asociación.

Desde ECOS, en nombre de todas las personas que formamos la Asociación, queremos agradecer el esfuerzo y dedicación de Nacho durante todos estos años y dar la bienvenida y mostrar nuestro apoyo incondicional a Ana en el ejercicio de su nueva responsabilidad.

## APDEMA PARTICIPA EN LA RONDA DE CONTACTOS SOBRE LA PROPUESTA DE MEJORA DE LA RGI DEL GOBIERNO VASCO

El pasado 12 de septiembre, representantes de FEVAS Plena Inclusión Euskadi, entre los que se encontraban miembros de APDEMA, y responsables de Empleo y Políticas Sociales del Gobierno Vasco celebraron una reunión sobre las propuestas de mejora y cambio normativo de la Renta de Garantía de Ingresos (RGI), de mayo de 2017.

Durante el encuentro, nuestros representantes incidieron en cinco puntos clave de la propuesta relativos a la autonomía de la persona con discapacidad intelectual y del desarrollo como derecho, el sobreesfuerzo de la familia, la dificultad de acceso al empleo, la inclusión en la comunidad y las cuestiones relativas a la Unidad de Convivencia especial.

## 19 DE OCTUBRE: ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA DE APDEMA

El jueves, 19 de octubre, a las 19:30 horas, el Aula Luis de Ajuria acogerá la Asamblea General Ordinaria de APDEMA tras el aplazamiento que os comunicamos a todas y todos los asociados en fechas recientes. Así pues, el máximo órgano de representación de nuestra asociación podrá conocer al detalle el alcance la memoria de actividades del ejercicio 2016, así como los proyectos para el 2017, muchos de ellos ya en marcha. Como os venimos informando, la Asamblea General prevista para el 28 de septiembre debió ser aplazada por causas ajenas a la Asociación. El motivo fue la imposibilidad de presentaros las cuentas anuales dado que hasta ahora el Instituto Foral de Bienestar Social no nos ha hecho entrega de la liquidación del convenio del Servicio de Viviendas del ejercicio 2016.

## CONTINÚAN LAS BARRERAS ARQUITECTÓNICAS EN EL HOGAR DE GRUPO DE LLODIO

Los problemas de accesibilidad del portal del Hogar de Grupo de Llodio continúan sin ser resueltos, a pesar de las reiteradas solicitudes realizadas al Instituto Foral de Bienestar Social. Desde su puesta en marcha, hace 29 años, la Asociación viene transmitiendo al IFBS la necesidad de eliminar las barreras arquitectónicas del inmueble por los evidentes riesgos que diariamente vienen sufriendo usuarios y trabajadores. Como os informábamos en nuestro número 117 de marzo pasado, representantes de APDEMA y del equipo directivo del Departamento Foral de Servicios Sociales se reunieron el pasado 17 de mayo para tratar este y otros temas de interés para las familias de Ayala sin que por el momento se haya solucionado el problema.



## IN MEMORIAN

Los asociados Rosa Mª Garrido Alcalde, Asun López de Lapuente García de Cortazar y Fernando García Santamaría fallecieron durante el último trimestre. Desde ECOS, queremos transmitir nuestro sentido recuerdo a sus familiares y allegados, en nombre de todas las personas que formamos la asociación.



### NIEVES ORALLO

**Soy vitoriana y tengo 45 años. Me incorporo a Apdema en Julio del 2017 como Responsable de Recursos Humanos. Siempre he trabajado como Responsable en Recursos humanos y en todas sus áreas y siempre en el mundo de la empresa.**



### ¿QUÉ ES QUÉ?

El Programa de Respiro es un servicio de apoyo familiar que trata de dar descanso durante los fines de semana a las familias con niñas y niños en edad escolar que presentan problemas conductuales u otros problemas añadidos (sensoriales, motrices, etc.).

Es un programa que funciona todos los fines de semana del año, de viernes tarde a lunes por la mañana. Además, se proporcionan estancias cortas de cinco días de duración a todas y todos los usuarios en períodos vacacionales como Semana Santa, San Prudencio y a lo largo del verano. El programa es fundamentalmente de ocio.

El Recurso de Respiro es un piso que está situado en Vitoria, en el que hay tres plazas en habitaciones individuales para que las niñas y niños beneficiarios pasen su estancia lo mejor posible acompañados por un equipo de monitores. El nivel de servicio se describe como de “total atención a la persona y/o supervisión completa”.

A diferencia del resto de los recursos de viviendas, no es necesario cursar solicitud al Instituto Foral de Bienestar Social, sino que se realiza directamente en APDEMA, donde la responsable del programa valora y estudia cada solicitud.

En la actualidad el Servicio de Respiro de APDEMA atiende a veintidós familias, cuyos hijos tienen edades comprendidas entre los diez y veinte años.

### 01 ¿Cómo y porqué entraste en contacto con APDEMA?

» Conocí Apdema a través de los portales de empleo. No conocía a la asociación pero al empezar a trabajar en ella he descubierto todo un mundo. Ha sido todo un descubrimiento. Muy grato.

### 02 ¿En qué consisten tu trabajo y responsabilidad dentro de APDEMA?

» Mi trabajo consiste en la coordinación, gestión y supervisión de todo el personal de la organización para conseguir el trato excepcional al usuario creando un ambiente cercano, comunicativo y cordial.

### 03 Tu experiencia vital y laboral ¿cómo puede contribuir al mejor funcionamiento de APDEMA?

» Haré todo lo posible para aportar todo lo posible siempre y cuando beneficie a la asociación. Desde el departamento se hará una gestión equitativa para el buen provecho de todos.

### 04 Desde tu puesto, ¿qué objetivos te planteas?

» Mantendré todo el trabajo hecho hasta ahora aunque tendremos que adaptarlo constantemente a los nuevos objetivos y metas que vayan surgiendo en la asociación.

### 05 ¿Cuáles son las prioridades dentro de tus funciones?

» Mis prioridades serán adaptar los procedimientos y políticas del departamento a todos los proyectos y objetivos prioritarios que vayan surgiendo en la asociación. La adaptación a las nuevas situaciones debe ser un principio del departamento de recursos humanos.

### 06 ¿Hay algo que quieras añadir?

» Estoy muy agradecida por la oportunidad que se me ha brindado y que aportaré todo lo posible al buen funcionamiento de la asociación.

## PROGRAMA RESPIRO: DESCANSO PARA UNOS Y OCIO PARA OTROS

El Programa de Respiro es un servicio de apoyo familiar que trata de dar descanso durante los fines de semana a las familias con niñas y niños en edad escolar que presentan problemas conductuales u otros problemas añadidos (sensoriales, motrices, etc.).

Es un programa que funciona todos los fines de semana del año, de viernes tarde a lunes por la mañana. Además, se proporcionan estancias cortas de cinco días de duración a todas y todos los usuarios en períodos vacacionales como Semana Santa, San Prudencio y a lo largo del verano. El programa es fundamentalmente de ocio.

El Recurso de Respiro es un piso que está situado en Vitoria, en el que hay tres plazas en habitaciones individuales para que las niñas y niños beneficiarios pasen su estancia lo mejor posible acompañados por un equipo de monitores. El nivel de servicio se describe como de “total atención a la persona y/o supervisión completa”.

A diferencia del resto de los recursos de viviendas, no es necesario cursar solicitud al Instituto Foral de Bienestar Social, sino que se realiza directamente en APDEMA, donde la responsable del programa valora y estudia cada solicitud.

En la actualidad el Servicio de Respiro de APDEMA atiende a veintidós familias, cuyos hijos tienen edades comprendidas entre los diez y veinte años.



## AMURRIO TRAIL LASTERKETA

redactor del boletín ECOS de Usuarios. Su noticia, publicada el pasado 3 de julio acaparó el interés de casi 2.000 personas.

Este trimestre la noticia más seguida en nuestras redes sociales fue la crónica sobre la Amurrio trail Lasterketa de Josean Mendibil, usuario de APDEMA y habitual

MÁS INFORMACIÓN EN:

» <http://bit.ly/2ugxHBH>



## BROCHE DE ORO EN EL TALLER DE COCINA DEL CENTRO DE OCIO DE APDEMA EN LLODIO

PODÉIS HACERLO EN:

» <http://bit.ly/2tHKvnc>



La segunda noticia más leída del último trimestre, con más de 1.100 visitas fue la noticia sobre la clausura del Taller de Cocina del Centro de Ocio de APDEMA en Llodio. Si queréis consultar el relato de Maitane Urdanpilleta, responsable de ocio de APDEMA en la zona rural y Dixon, voluntario de APDEMA en el valle de Ayala y alma máter del taller de cocina.

## CARRERA PEREGAÑA IGOERA

En el tercer puesto del ranking de noticias más leídas durante los últimos tres meses repite Josean Mendibil. Su crónica sobre la participación de varias usuarias y usuarios de APDEMA como voluntarios del equipo organizador de la Carrera Peregaña Igoera fue vista por casi mil cincuenta personas.



## EL SERVICIO DE ATENCIÓN TEMPRANA CELEBRA SU FIN DE CURSO

Por último, la noticia sobre la fiesta de fin de curso del Servicio de Atención Temprana gestionado por APDEMA tuvo un alcance de más de setecientas personas que le sitúan como cuarta noticia más leída del trimestre.



MÁS INFORMACIÓN EN:

» <http://bit.ly/2uY9xzM>





## HASTA SIEMPRE

Me piden desde este boletín ECOS que me despida de vosotros al haber llegado mi jubilación, como ya sabéis parcial. La verdad es que han sido unos cuantos años. Empecé como voluntario en ocio –entonces ‘en el club’– el año 71. Hice mis prácticas de Trabajo Social en la oficina y en los últimos treinta y cinco años ‘he tenido la culpa de todo lo que salía mal en APDEMA’, como diría Chicho Ibañez Serrador.

La idea principal que quiero transmitiros es que **ME ALEGRO MUCHO DE HABEROS CONOCIDO**, de verdad: ha sido una suerte haberme encontrado con la realidad de las personas con discapacidad intelectual y sus familias. Inevitablemente, en estas ocasiones, se hace balance, de una u otra manera. En mi caso, me sale un resultado equilibrado, porque he dado mucho, pero también he recibido mucho. Los desfases, también en este terreno, no son buenos, ni por exceso, ni por defecto. También he de deciros que me voy con la satisfacción del deber cumplido. No quiero que suene pretencioso, sino sincero. Seguramente me habré equivocado en más de una ocasión; sin embargo, podéis tener la seguridad que habrá sido siempre buscando el cumplimiento del deber. En definitiva, espero haber contribuido a mejorar la calidad de vida de los alaveses con discapacidad intelectual y la de sus familias.

Finalmente os pido y os animo a seguir luchando por ello. Aquí nadie regala nada y menos en estos tiempos. Los avances habidos, que han sido muchos, lo han sido fruto del empuje de todos, gracias en definitiva a la labor asociativa, que es la unión de todas las fuerzas. Queda mucho por hacer y no es un tópico. Bien lo sabéis los que estáis esperando una plaza en un recurso de vivienda, o de empleo, o en el mismo servicio de atención temprana. Y muchos derechos que defender. Seguramente, si no lo hacéis vosotros, quedará sin hacer... El papel de ‘Pepito Grillo’ de las asociaciones es irrenunciable e indispensable. Hay que seguir pidiendo a los políticos más nueces y menos ruido, más servicio y menos apariencias, más realizaciones y menos promesas.

No os digo adiós, sino ¡hasta siempre! De una u otra manera, siempre me tendréis con vosotros y de vuestra parte, eso sí, procurando no molestar.

Un abrazo a todos.

**Nacho Loza Aguirre**

### ECOS del Txirripistina Nº 118 – Septiembre 2017

Edita: APDEMA, Asociación a favor de las personas con Discapacidad Intelectual de Álava – Adimen-ezintasuna duten pertsonen aldeko arabako elkarlea.

La Paloma, 1 Bajo. 01012 Vitoria-Gasteiz  
Tel. 945 258 966  
apdema@apdema.org



[www.apdema.org](http://www.apdema.org)



[twitter.com/Apdema](http://twitter.com/Apdema)



[www.facebook.com/apdema](http://www.facebook.com/apdema)

### EMPRESAS ADHERIDAS AL PROGRAMA DE RSE



ElectraVitoria  
Gasteiz



### COLABORAN:



Diputación Foral de Álava



FUNDACIÓN  
FUNDazioa



Fundación ONCE  
para la cooperación e integración social  
de personas con discapacidad

# 30 HOSPITALEROS ESTE VERANO EN LOS ALBERGUES

Cada vez más compañeros se animan a ser hospitaleros. Este verano 30 autogestores hemos estado en los albergues de Estella, Nájera y Grañón.

La primera empezó en Estella en mayo y la última acaba allí el 29 de septiembre. En medio hemos estado en Nájera y Grañón.

A Estella hemos ido 18 personas de las que 3 eran nuevas. Todo el mundo ha venido muy contento y piensa repetir. A Nájera hemos ido 7 y también había dos nuevos.

Después de haber acabado nuestra tarea, 2 voluntarios fuimos el lunes 18 de septiembre a una paella que organizaba el albergue. Fue una experiencia nueva y muy buena.

A Grañón nos animamos 5 y sólo había una nueva.

Este año tampoco vamos a faltar al Encuentro de Hospitaleros que es en Ávila y nos vamos 6.



El sitio elegido para este verano era una ruta por varias ciudades y ha sido genial. Sólo nos ha sobrado un poco de calor algunos días.

Nos fuimos del 6 al 13 de agosto a Madrid, Toledo, Cuenca y Aranjuez. Todos los sitios nos han gustado mucho y nos gustaría volver a Madrid porque estuvimos pocos días y allí hay mucho que ver.

A todos nos gusta mucho viajar en tren, es muy cómodo. Los hoteles han estado muy bien porque estaban todos en el centro y nos podíamos mover a pie.

Hasta ahora no habíamos hecho visitas guiadas y las que repetir porque se aprende mucho y son divertidas.

## VACACIONES A NUESTRO AIRE



## » OPINIÓN

### Guía “Hablamos de maltrato”

Desde el último Encuentro de Autogestores de Fevas que fue en Bilbao el 22 de octubre 2016, todos los grupos de autogestores de Apdema hemos trabajado esta guía.

Cada grupo lo ha hecho de una manera: unos la guía completa, otros por encima, y varios grupos trabajando los ejemplos que venían y con debates muy “calentitos”.

Todos estamos de acuerdo en que nos ha costado mucho trabajar la guía porque es un tema muy difícil y muy duro.

Había diferentes opiniones y eso hacía que la gente discutiera. Hubo muchos debates.

Nos ha ayudado a prender cosas muy importantes como los diferentes tipos de maltrato: psicológico, físico, sexual, económico y jurídico.

Para el futuro nos ha servido para saber lo que tenemos que hacer. Os la recomendamos. Está en la web de Fevas Plena Inclusión Euskadi.



## EMPEZAMOS EN LA CRUZ ROJA



El pasado 28 de julio de 2017, doce autogestores de Apdema nos fuimos a la Cruz Roja que está en la calle Castilla, para formarnos como voluntarios, fue de 5 a 8 de la tarde. Sólo faltó una compañera que no pudo ir. Desde principios de año habíamos contactado con ellos para ver si podíamos hacer voluntariado en alguno de sus programas.

El curso nos lo dieron Itziar y Karmeles, dos voluntarias que nos contaron que cosas hacía cada una. Además se ofrecieron para quedar un día y ver cómo hacen su trabajo. Fueron muy amables con nosotros y nos explicaron todo de manera sencilla.

Primero nos contaron la historia de la Cruz Roja y como llegó hasta España. Henry Dunant fue el que organizó todo.

Luego nos explicaron cómo está organizada y todos los campos en los que podemos hacer voluntariado. Nosotros no podemos participar en todos, porque hacen falta conocimientos muy elevados, pero si hay cosas que encajamos muy bien. Dos compañeros han decidido que no van a participar, igual el año siguiente. Al final vamos a estar 11 autogestores los que vamos a probar. La mayoría de nosotros, elegimos el sitio que más nos gustaba

- Apoyo en administración: hay 3 personas que van a ir una tarde a la semana porque manejan bien el ordenador
- Preparar la furgoneta que sale todas las noches: 3 compañeros van a ir un día a la semana para dejar lista la comida y las mantas que llevan
- Acompañar a ancianos: se comprometen otros dos autogestores un día a la semana para visitar en una residencia a ancianos
- Plan de alimentos: hay que organizar el ropero por tallas y la comida en paquetes y ahí vamos a estar 3 personas

Acabamos con una visita por toda la Cruz Roja para conocer y ver los diferentes sitios en los que vamos a estar. La verdad es que fue muy interesante y aprendimos mucho.

Este mes de septiembre empezamos a reunirnos cada uno en lo que ha elegido. Tenemos reuniones con los responsables el 21, 25, 27, 28 y 29 de septiembre. Ya os contaremos.

Sabemos que lo importante es probar y luego comprometernos durante un tiempo. Eso es lo que vamos a hacer este trimestre.