

# TRAZOS

Abril 2012

Nº 28

Boletín periódico de información de la Fundación ADEMO y de la Asociación ADEMO

## Jornada de Conciencia en la SAFA



*Jornadas sobre la discapacidad en la SAFA*

Comprendieron que, en ese aspecto, sus diferencias no eran tantas. “Lo mismo que te gusta ayudarme a mí, también me gusta hacerlo a mí en la medida de mis posibilidades”, decía Dani.

Lo que pasó por las cabezas de nuestros chicos en ese momento aún era un misterio. Necesitaban más tiempo, y su silencio se camufló entre la suave música del corto de dibujos que proyectaron en el aula: “el cazo de Lorenzo”, tan sencillo y fácil de comprender que la discapacidad, de repente, pasó a ser algo social, no personal “no sólo está en la persona que la sufre, es algo que nos incumbe a todos”, comentaban en bajo desde los pupitres. Y la clase enmudeció aún más. Para nosotros, los profesores, resultó sorprendente su reacción. Ya habían comprendido que, de alguna manera, todos somos especiales, que tenemos puntos fuertes y necesidades: ¿quién no tiene que expresar sus miedos, descubrir sus talentos y desarrollarse como persona? El debate fue difícil, porque nuestros alumnos tenían miedo a “meter la pata” al expresarse. Y a la vez, sus rostros iban mostrando cierta relajación gracias al humor de Dani y de sus compañeros para presentarles el día a día de una persona con discapacidad: “es diferente, pero tenemos que saber y aprender a afrontarlo para seguir hacia delante”.

Gracias a la sinceridad y a la capacidad de los miembros de ADEMO para mantener la atención de sus oyentes y hacerse entender, los alumnos comprendieron que traían medallas de oro, ésas que se ganan en olimpiadas particulares. Las que muestran su potencial, no sus limitaciones. Las que hacen valer sus derechos.

A partir de esta visita, las reflexiones que los chicos nos entregaron han sido, sobre todo, sinceras, y escritas sin ese miedo a lo desconocido que les dejó “clavados” en la silla al descubrir que siempre hay que aprovechar las oportunidades de la vida, tal como ésta nos las quiera brindar. Os enviamos dos, breves y sencillas, de dos alumnos a los que habitualmente les cuesta mucho expresarse e implicarse en las clases. Muchas gracias por conseguirlo con vuestro esfuerzo.

**Raquel Arias García**  
Profesora de E.S.O.

## Mirar con otros ojos. La Fundación Ademo visita las clases de la SAFA

Dani, Alfonso, Sergio y Gema son cuatro miembros de esta fundación. Vinieron con el fin de hacer comprender a la juventud que las personas con discapacidad son iguales que las demás.

Varias encuestas realizadas a los alumnos informaban que a la mayoría de ellos les había encantado y enseñado muchísimo.

Poco a poco, estas maravillosas personas se van desenvolviendo más con el resto de la sociedad y con esto, la felicidad y la suerte les sonreirá otra vez.

**Susana Macías**  
Alumna de 2º de E.S.O.

# "Los Discapacitados" ¿Cómo reacciona la gente ante ellos?

La gente le transmiten lástima, pena, pero lo que no saben es que ellos son felices, incluso más que las personas sin discapacidad. Sinceramente, yo creo que todos deberíamos poner nuestro granito de arena para hacerles la vida más fácil. Para ellos sería mejor dejarles libres y que no haya gente siempre detrás de ellos.

Las personas con discapacidad tienen mucho mérito porque consiguen tener una vida medio normal o normal con sus desventajas. Todos tendríamos que tener la misma fuerza de voluntad. Como ellos, conseguiríamos todo lo que nos propusiéramos.

Creo que las personas con discapacidad son un ejemplo para que todos valoremos lo que tenemos y seamos capaces de realizar proyectos en nuestra vida y aprovechar el tiempo que tenemos.

María Romero - Alumna de 2º de E.S.O.

## Carta de Servicios

Las Cartas de Servicios son documentos eficaces para fomentar la mejora continua de los centros, pues muestran gráficamente los niveles de calidad que los clientes pueden recibir al utilizar los diferentes servicios que se les prestan.

Al elaborar las Cartas de Servicios de todos los centros y servicios de la F. ADEMO hemos perseguido los siguientes objetivos:

- Promover la mejora continua estableciendo niveles (estándares) de calidad con los que trabajar y fijar metas a alcanzar.
- Hacer público nuestro compromiso en ofrecer servicios de calidad a las personas con discapacidad intelectual y a sus familias, expresado a través de objetivos medibles, y mediante el control y seguimiento de los indicadores
- Informar a la sociedad de los servicios que ofrecemos.

Creemos que con estos documentos, que un equipo multiprofesional de los

diferentes centros de la Fundación ha realizado a lo largo del 2011, podremos informar mejor de nuestros compromisos a la hora de prestar los servicios y permitir realizar un seguimiento de su evolución a través de los indicadores de cumplimiento.



Cartas de Servicio de la Fundación Ademo



Un equipo de profesionales de la Fundación ADEMO ha realizado durante el año 2011 las Cartas de Servicios de todos los centros y servicios.

El objetivo de las cartas es informar mejor de nuestro compromiso de calidad en la prestación de los servicios. Esta información es para nuestros clientes y la sociedad en general. También queremos realizar un seguimiento de cómo lo hacemos y para ello hemos puesto indicadores de cumplimiento. Estos indicadores se miden anualmente.

## Mejorando el Servicio de Comedor

A finales del año 2011 se pasó un cuestionario a los usuarios del C.O.II "Pablo Sacristán" para conocer su opinión sobre el servicio del comedor del centro. Hasta el momento, la opinión sobre el mismo, así como del resto de servicios y actividades que se ofertan, se conocía a través de las opiniones y sugerencias que hacen los usuarios en los grupos de opinión del centro. La diferencia en esta ocasión es que se ha pasado un cuestionario específico como ya se venía haciendo en el C.O.I Arganda desde hace un par de años.

La realización del cuestionario se ha ofrecido con carácter voluntario a todos los usuarios del servicio, así como el apoyo individual de una de las educadoras para su cumplimentación. Se ha realizado una valoración de los resultados, que se ha explicado, de manera adaptada, a todos los usuarios del centro.

A la vista de los resultados de los cuestionarios podemos concluir que la valoración global en los distintos aspectos que se recogen (variedad, calidad, atención recibida ...) en este periodo ha sido muy positiva. Sin embargo, se han recogido varias observaciones respecto a la temperatura de la comida servida. Se trata de un aspecto que ya se intentó mejorar hace tiempo, también a propuesta de los usuarios en grupos de opinión. Para ello, se creó un proceso específico de medición de la temperatura que lo garantizara. Haciendo una reflexión sobre ello, se ha visto que tal vez, la temperatura que se considera adecuada, no es igual para todo el mundo, por lo que se ha pensado como solución poner un microondas a disposición de los usuarios que deseen la comida más caliente.

La compra de un microondas, así como de un mueble para poder colocarlo en el comedor del centro ha sido posible gracias a la donación económica que ha gestionado la hermana de una usuaria de nuestro centro.

Ana Rodríguez Ares

Psicóloga C.O.II "Pablo Sacristán"

# Entrevista con Máximo

**H**OLA MÁXIMO, CUÉNTAME. **¿CÓMO CONOCISTE CRUCE DE CAMINOS?** Porque un día vino Silvia a las viviendas y nos explicó lo que era. Nos enseñó imágenes en el ordenador de algunas actividades a las que podíamos ir.

**¿CÓMO TE APUNTASTE?** Silvia colgó en el corcho de las viviendas una hoja para que nos pudiéramos apuntar, yo puse mi nombre y apellidos.

**UNA VEZ QUE TE APUNTASTE, ¿QUÉ PASÓ?** Silvia vino otro día y fue entrevistando a los que nos habíamos apuntado.

**¿QUÉ TE PREGUNTÓ SILVIA EN ESA ENTREVISTA?** Que dónde vivía, si hacía alguna otra actividad y qué cosas me gustaban y yo le dije que la cerámica y el ciclismo.

**¿Y QUÉ ACTIVIDAD HICISTE?** Silvia buscó y vino al taller para contarme que había cerámica en el centro cultural de Arganda, me dijo los horarios y a mí me pareció bien. Llamó a mi madre que también le pareció bien. Entonces Silvia y yo fuimos a echar la inscripción al centro cultural.

**¿TE ACOMPAÑÓ SILVIA A LA CLASE DE CERÁMICA?** Sí, me acompañó los dos primeros días. Al principio, estaba un poco nervioso y tenía miedo, pero como iba con Silvia tuve un poco menos de miedo. Luego la cerámica me fue gustando, además me relaja y he conocido gente nueva.

**¿TE GUSTA LA CERÁMICA?** Sí, acabo de terminar una botella y ahora estoy haciendo una jarra. Mi profesor no pensaba que iba a acabar tan rápido y está muy contento conmigo. Os animo a que os apuntéis a Cruce de Caminos y hagáis actividades que os gusten.



Máximo en la clase de Cerámica

## Resultados Programa Cruce de Caminos

**C**ruce de Caminos es el programa de mediación del Servicio de Ocio que apoya a las personas con discapacidad intelectual para que éstas, elijan y participen en las actividades de ocio comunitario que se llevan a cabo en su entorno.

Una vez finalizada la subvención obtenida de Fundación Mapfre, que ha tenido una duración de junio a diciembre de 2011, nos gustaría presentaros los buenos resultados obtenidos en estos meses.

En este tiempo hemos recibido 33 peticiones de personas con discapacidad intelectual que tenían interés en participar en el programa. De ellos, se han incorporado 15 personas en diferentes actividades de ocio, como las siguientes: cursos de cerámica, de sevillanas, de voluntariado, gimnasios, gimnasia rítmica y viajes en grupos normalizados.

Para lograr estas incorporaciones se han hecho un total de 46 acompañamientos: para ayudar a realizar las inscripciones, en el transporte, dentro de las actividades y/o realizando seguimientos para comprobar la integración en la actividad.

En lista de espera quedaron 10 personas, de las cuales en los primeros meses del año se han incorporado 4 a unos talleres de La Casa Encendida. Anticipamos que en estos primeros meses del año 2012 se han incorporado algunas personas más en nuevas actividades.

A nivel de asesoramiento se han realizado 19 sesiones en las que se ha informado y sensibilizado sobre el programa a unas 470 personas, aprovechando jornadas de puertas abiertas en los Centros Ocupacionales, mercadillo solidario en Arganda, reuniones de profesionales en los distintos centros de la Fundación, grupos de opinión con familiares, reuniones de ocio y también en otras entidades como la asociación APSA de Arganda.

Además se ha informado y asesorado también, a 21 recursos municipales tanto de Moratalaz y alrededores, como de Arganda del Rey. La mayoría de personas asesoradas son los directores de estos recursos y profesores de las actividades en las que se han incorporado los participantes con discapacidad intelectual.

Otra acción de difusión ha sido la creación de un blog ([ocioinclusivo.wordpress.com](http://ocioinclusivo.wordpress.com)) donde los participantes cuentan sus experiencias. Cruce de Caminos va a continuar durante todo el año 2012 gracias a la renovación del acuerdo entre Fundación Mapfre y Feaps Madrid y del apoyo de Fundación Telefónica que nos permite seguir manteniendo los enclaves de Moratalaz y Arganda del Rey. Esperamos que haya muchas más incorporaciones de personas con discapacidad intelectual en actividades de ocio inclusivas, porque nos parece importante que ellos también utilicen y disfruten de los recursos de nuestra comunidad, como el resto de personas.

Si quieres más información, no dudes en contactar con nosotros en el teléfono: 699678068 o en el 917723500, (preguntar por Silvia) o a través del mail [ademo.silvia@gmail.com](mailto:ademo.silvia@gmail.com)



FUNDACIÓN MAPFRE

Fundación Telefónica

Silvia Sánchez  
Coordinadora del Programa Cruce de Caminos

# 2º Encuentro solidario de la Asociación Ademo

El pasado 3 de Marzo, se celebró el Segundo Encuentro Solidario de la Asociación ADEMO, para nosotros fue el primero y esperamos que no sea el último.

El Encuentro se desarrolló en un ambiente muy agradable, donde no faltó el detalle de bienvenida, un lote de productos muy agradecido por todos los asistentes.

Tras las presentaciones y saludos, dimos buena cuenta de un menú exquisito servido en los Salones OMA de Arganda del Rey y atendido estupendamente por su personal.

Tras la comida, llegó el momento más esperado por todos, LA RIFA, donde se repartieron regalos y risas. Tras la finalización, todos a bailar.

No quisiéramos terminar, sin agradecer su dedicación y generosidad a los profesionales de ADEMO, a las autoridades del Ayuntamiento de Arganda, y Casa de Andalucía, que decidieron compartir con nosotros, un ratito de su tiempo libre.

También agradecer a todos aquellos, que con sus donaciones han permitido realizar esta rifa solidaria.

Por último, decir que echamos en falta a los mas jóvenes de la Asociación, esperamos que en las próximas ediciones estén también con nosotros.

Hasta el año que viene.



2º Encuentro Asociación Ademo

Manuel Losa Terrón

Miembro de la Junta Directiva de la Asociación Ademo y Padre de una alumna del C.E.E. Ademo

## Bon Appetit!

Hace unas semanas los alumnos de la clase de Mila y Ana de la etapa básica del colegio Ademo, nos deleitaron con una nueva y enriquecedora actividad. En ella, los propios alumnos se encargaron de vender, en un pequeño kiosco, los alimentos que previamente habían



Sofía y Juan Carlos Cocinando

elaborado en el taller de cocina. Aparte de una idea deliciosa, me pareció una iniciativa muy interesante, ya que como logopeda del centro me permitió salir de la rutina diaria del trabajo llevado a cabo en el aula, para trabajar una situación real con la que van a encontrarse nuestros alumnos, como es comprar.

Hoy jueves 9 de febrero de 2012, han vuelto a sorprendernos con riquísimos aperitivos y precios "anticrisis", y lo más importante, han dado pie a volver a trabajar una situación real de la vida cotidiana desde el centro. Aprovecho este artículo para felicitarles por su apetitosa idea y ya solo me queda esperar con anhelo el próximo día de kiosco, en el que estoy segura de que volverán a sorprendernos con nuevas texturas y sabores.

Sofía de la Ventana Díez

Maestra de Audición y Lenguaje del C.E.E.

## Vamos a la cama

Un sueño insuficiente en la infancia tiene repercusiones físicas, cognitivas y altera el comportamiento del niño produciendo irritabilidad y exceso de actividad. Los problemas para dormir del niño generan también alteraciones del sueño de los padres que afectan negativamente a la dinámica familiar. Aquí recogemos las pautas de higiene del sueño recomendadas por la Asociación Española de Pediatría para que ayudéis a vuestros hijos a descansar mejor.

- El niño debe **dormir solo**, en su cama y en su propia habitación.
- **No acostarle ya dormido**. Realizar una actividad relajante con él y despedirse, permitiendo que se duerma sin la presencia de los papás.
- Los despertares nocturnos son normales. Permitid que el niño **intente conciliar de nuevo el sueño sin ayuda**.
- Introducid desde los primeros meses **rutinas** que anticipen el momento de dormir. Le ayudará que le deis un objeto o muñeco que sea sólo para dormir.
- No hagáis planes ni intentéis resolver problemas en el momento de acostarse.
- El niño debe acostarse y levantarse a la **misma hora** aproximada todos los días. No debe haber diferencias de más de una hora entre los días de diario y el fin de semana.
- **Reducid los estímulos** ruidosos y luminosos como la televisión o el ordenador, dos horas antes de acostar al niño, así como los juegos bruscos.
- Evitad el consumo de bebidas con **cafeína** desde el medio día.
- **No utilizéis la cama como lugar de castigo**.
- **Acostad a los niños cuando empiecen a estar cansados** y no si están muy excitados.

Elena Casas

Logopeda y Estimuladora C. A.T.

# Autoestima

En función de la fuente que consultemos podemos encontrar varios significados .Según el diccionario

*autoestima.: 1. f. Valoración generalmente positiva de un@ mism@.*



Monica y sus padres

En resumidas cuentas parece sencillo, si tu estas triste tu autoestima esta baja y, si estas feliz tu autoestima esta alta.

Hecha esta breve introducción me gustaría aprovechar este espacio para hablar sobre la importancia de este conjunto pensamientos y sentimientos en la persona con discapacidad intelectual, utilizando como ejemplo a mi hermana Mónica.

Tiene 32 años y desde muy pequeña ha ido pasando por las distintas etapas y servicios que ofrecía la asociación, atención temprana , club de ocio , centro ocupacional ..etc.

Hace poco tuvimos una conversación que me dejo más que sorprendido. Le preguntaba ¿que tal estaba? ¿Como le iba...? cuestiones típicas entre hermanos, con respuestas lógicas, posiblemente predecibles..."el trabajo bien , contenta con el ocio" ,y de repente me suelta... que uno de sus puntos fuertes es la autoestima, que la tiene alta... Después de bromear sobre el tema, y ponernos al día, me di cuenta de que algo estaba cambiando.

Últimamente esta participando en el programa Cruce de Caminos de FEAPS, disfrutando de un ocio inclusivo, participando como voluntaria. Y además forma parte de un grupo de mujeres, donde hacen salidas culturales, obras de teatro, participan en conferencias, viajes. Todo esto sumado a su vida cotidiana dentro de la asociación trabaja con el modelo de PCP.

Los aspectos cruciales de nuestras vidas son planificados por nosotros mismos para alcanzar lo que deseamos: Un buen trabajo, matrimonio, hijos, un estilo de vida confortable.

Por ello el hecho de enfocar nuestros esfuerzos como profesionales y /o familiares, a servir de apoyo en la toma de decisiones, facilitando un papel principal y protagonista en sus vidas, antes podía parecer utópico, pero cada vez es mas real y cercano, generando mejoras tan positivas como difíciles de medir o cuantificar .Por ejemplo, tener la autoestima alta.

**Fernando Moyano**  
Coordinador Viviendas

## Un Poco de América en Madrid

Me llamo Sergio Galán y hoy he visitado junto a mis compañeros y profesores el Museo de América.

La visita es espectacular, los guías del museo nos han abierto las puertas para viajar al mundo antiguo y saber como vivían las primeras poblaciones de América, sus costumbres, sus viviendas, como era su religión, su música, etc.....

A veces en España no sabemos las cosas o lugares tan bonitos que tenemos. Como curiosidad os diré que este de Madrid es el único museo del mundo que recoge toda la cultura americana tanto del norte como del centro y del sur.

Tiene objetos de todos los países americanos, maquetas, cuadros, joyas y uno de los tres únicos códigos de escritura jeroglífica de los indios que existen en el mundo, los otros dos están en Francia y en Alemania.

Como el año pasado represente a Cristóbal Colon en una obra de teatro en el colegio, me he sentido como si estuviese en casa al visitar el museo, viendo los viajes que hice, llevando a mi tripulación a descubrir un nuevo continente y recordando todos los lugares que recorrí. Solo me queda pedir que el colé nos lleve de viaje de fin de curso a América para completar así nuestros conocimientos sobre el tema.

**Sergio Galán**  
Alumno del C.E.E. de Ademo



Excursión alumnos de TVA al Museo de América

# Escuchar

Algo que es tan sencillo, y a veces, que trabajo cuesta. Y nos cuesta, porque el escuchar trae consigo todas o algunas de estas posibles consecuencias: pensar, decidir, responder o actuar, con lo cual muchas veces interesa ser sordo "acomodaticio" y más si la respuesta compromete, por lo que la mayoría de las veces oímos, pero no escuchamos.

A mí misma me ha pasado. Confieso con sonrojo que en más de una ocasión mi hijo me ha reprochado "es que no me escuchas" Y con toda razón. Bien porque estaba distraída pensando en otras cosas, o porque no me interesaba lo que decía, o simplemente le respondía sí, sí sí, a intervalos como si le escuchara, pero claro, se daba cuenta que no me estaba enterando.

Cada día las personas con discapacidad están haciendo esfuerzos porque les escuchemos y se merecen que nuestra respuesta sea coherente. Escuchémosles de verdad y no menospreciemos su capacidad con una convencional y ridícula respuesta. A ninguno de nosotros nos gustaría que nos lo hicieran.

Estas reflexiones las hago tras la visita al C.O. I de Arganda el día 21 de Diciembre/11 con motivo de la Jornada de "Puertas Abiertas" y asistir a la charla-coloquio con la que nos deleitaron unos usuarios, que están trabajando para difundir en Colegios e Institutos de la Comunidad de Madrid cómo es la vida diaria de una persona con discapacidad, las barreras, de todo tipo con las que se encuentran, y la exigencia a las familias y tutores de necesidad de apoyos para conseguir su derecho a la independencia y libertad, como cualquier otra persona, y que lamentablemente aún se les cuestiona.

Hortensia Izquierdo  
Familiar usuario C.O.I Arganda

## TABLÓN

### Teatro solidario: "La Opera de los dos centavos"

Viernes 20 de Abril a las 22:00h

Colegio Mayor Santa Maria del Pino

Precio: 6€ (se donarán íntegramente a la Fundació Ademo)

Se ha abierto una fila cero, para todo aquel que desee colaborar y no pueda asistir, en la siguiente cuenta:

2038 1813 99 6000351811

2104 0618 55 9162270324



Nuestro mas sincero agradecimiento a EXPERTUS SERVICES GROUP. S.L su donación de 1000 € al centro de Atención Temprana de la Fundación, sin duda nos será de gran ayuda.

Muchas personas pequeñas, en lugares pequeños, haciendo cosas pequeñas, pueden hacer algo grande



C/ Hacienda de Pavones, 328  
28030 Madrid  
Tel. 917 72 35 00  
Fax. 917 72 10 11  
administracion@fundacionademo.org

**FUNDACIÓN ADEMO**

miembro de FEAPS-MADRID



Para cualquier reclamación o sugerencia, dirigirse al fax: 917721011 o al correo electrónico: comunicaciones@fundacionademo.org

**ASOCIACIÓN ADEMO**

miembro de FEAPS-MADRID

Equipo editorial: Laura Gonzalo, Hortensia Izquierdo, Abel Manzanares, Julio Monseco, Fernando Moyano, Marisa Muñoz, Mercedes Vallejo, Gustavo Zaballos

**CENTRO DE ATENCIÓN TEMPRANA**  
Av. de Moratalaz, 42  
28030 Madrid  
Tel. 91 4392924  
Fax. 91 4390072

**CENTRO DE EDUCACIÓN ESPECIAL**  
C/ Hacienda de Pavones, 328  
28030 Madrid  
Tel. 917726144  
Fax. 917721011

**CENTRO OCUPACIONAL II "PABLO SACRISTÁN"**  
Camino de Vinateros 59  
28030 Madrid  
Tel. 914398118  
Fax. 913283184

**CENTRO OCUPACIONAL I "ARGANDA"**  
C/Uranio, 11  
Polígono Finanzauto  
28500 Arganda del Rey  
Tel. 918717412  
Fax. 918706005

**VIVIENDAS TUTELADAS**  
C/Grupo Escolar, 19-21-23  
28500 Arganda del Rey  
Tel. 918713707  
Fax. 918713707