

Elegimos

Son muchas las veces que usamos las palabras Calidad de Vida, Autodeterminación, Autonomía, Elección... y parece que tenemos claro que queremos que sean éstas las que guíen nuestra práctica diaria, pero ¿Realmente sabemos que es autodeterminación? ¿Estamos haciendo de ella nuestra herramienta para lograr una mayor autonomía de los usuarios de nuestros centros? ¿Esta autonomía ayuda a que cada vez su capacidad de elección sea mayor? Y nosotros, ¿Les damos el apoyo necesario? ¿Respetamos el momento de elección y ofrecemos oportunidades accesibles?

La autodeterminación, en relación con la autosuficiencia y la autodirección del individuo, es por decirlo de algún modo, la base para hacer "que nuestra vida, sea nuestra". Es la capacidad de elección que nos permite crear una vida completa, y crearla en función de nuestras propias decisiones. Nuestro día a día está acompañado de continuas elecciones de las más sencillas a las más complejas, pero elecciones al fin y al cabo. Desde el momento en que nos levantamos estamos decidiendo, elegimos cómo vestirnos, qué desayunar, qué película ver... y mucho más allá de esto decidimos con quién estar, con quién hablar, cómo vivir o con quién compartir nuestra vida...

No debemos olvidar que una decisión podrá ser tomada, siempre que dispongamos de información suficiente, sobre todas las posibilidades con las que contamos, las consecuencias de las mismas, lo que ello supone... pero tener información debe implicar además que ésta sea accesible y comprensible, porque si no nuestra elección estará limitada, del mismo modo que lo estará nuestra autonomía. Puesto que el mensaje es el medio con el que contamos para transmitir información ¡Hagamos del mensaje un canal a través del cuál todos podamos comprendernos!

En el C. O. I., hemos querido que este mensaje accesible y comprensible, sea una realidad, y estamos trabajando por ello. Son varias las acciones que se están llevando a cabo en las distintas áreas, todas ellas encaminadas a ofrecer una información sencilla pero completa, en lectura fácil y siempre que es posible a través de imágenes e iconos identificativos. Desde hace un tiempo el centro cuenta con un punto de información en el que se recogen actividades relevantes del día a día, como qué vamos a comer, a través de fotografías y sin necesidad de leerlo en el menú; qué salidas están previstas para la semana; qué salidas hay cada día y qué compañeros están en ella; el horario de los profesionales con los que no contamos todos los días...

Además, puesto que los protagonistas de nuestros programas son los usuarios, no cabe posibilidad de ofrecer la información si ésta no aparece de una manera comprensible para ellos, y esto intentamos conseguirlo a través de informes en lectura fácil. En esta línea, las actas de las reuniones que se mantienen en el centro con los usuarios y la información de los acuerdos alcanzados en ellas, etc., se presentan en ese mismo formato de lectura fácil.

Además surgen diferentes iniciativas, que siendo desarrolladas por los propios usuarios, quieren acercar informaciones que se consideran relevantes al resto de compañeros y para el funcionamiento del centro, entre ellas se está elaborando una guía sobre prevención de riesgos laborales en lectura fácil, para ser presentada a los demás usuarios del centro, se han realizado carteles informativos con iconos que aportan información variada sobre reciclaje, gripe A, etc.

Isabel Murillo y Beatriz Agudo
Educatora y preparadora laboral C.O.I



CARTELES INFORMATIVOS



Tomar nuestras propias decisiones es muy importante. Es la base para conseguir "que nuestra vida" sea nuestra. Todos los días tomamos decisiones. Algunas son sencillas: elegimos cómo vestirnos,

qué desayunar, qué película ver, etc. Otras más complicadas: con quién estar, con quién hablar, con quién compartir nuestras cosas, etc. Para poder decidir bien es necesario saber, por eso es muy importante que los mensajes que nos llegan se puedan comprender.

En el C.O.I estamos intentando que la información nos llegue fácilmente a todos. Tenemos un punto de información en el que se ponen las actividades del día, que salidas se van hacer, entre otras cosas. Toda la información de interés se da en lectura fácil, y también se hacen carteles informativos con iconos y fotos con todo tipo de información que puede interesar.

Entrevista

¿Cómo te describirías a tí mismo? Preséntate

Hombre soy muy divertido, muy cariñoso, amable, bueno con la gente, bueno con los que me llevo bien. No todos somos iguales, somos diferentes.

¿Por qué solicitaste una plaza en las viviendas tuteladas?

Mi madre se está haciendo mayor, y no me podía llevar a todos lados en coches.

Antes me cuidaba mucho, ahora ya es más mayor, y no quería darle más trabajos que hacer.

A mí también me gusta estar aquí, un poco a mi aire... A mi familia le gusta la decisión pero nos echamos de menos aunque hablo todos los días por teléfono y los fines de semana voy con ellos.

¿Cómo te sentiste cuando te dieron la noticia?

Fue una sorpresa, no me lo esperaba, por arte de magia, que bárbaro... me puse muy alegre y muy contento.

Aunque también me daba miedo porque pensaba que no podía salir del piso y mi madre me decía que no era una cárcel, que podía salir cuando quisiera.

Aunque voy poco a poco acostumbrándome y ya no estoy tan nervioso, todavía me cuesta acostumbrarme al cambio, yo lo que quiero es pasármelo muy bien.

¿Cómo te sientes ahora en las viviendas?

Estoy mejor ahora, aunque a veces hay problemillas entre los compañeros, por las tareas de la casa. Eso me pone de los nervios, pero no es siempre así, sólo a veces.

¿Echas algo de menos?

Estar en casa en Madrid, pero como dice mi madre, ahora tengo dos casas... Echo de menos a mi madre, el barrio, la piscina...

¿Tienes dudas, miedos por el cambio?

Pasé unos días muy malos, en otoño, todo era muy apagado, muy frío, lloviendo... y no podía salir por la calle muy a menudo, que es lo que hacía en Madrid. Fué todo muy rápido para mí, porque no estaba acostumbrado y me costaba trabajo...

¿Tienes algún plan de futuro?

A ver cómo explicarme... irme de vacaciones con mi novia en verano, tomarme el aperitivo en el chiringuito, irme al pueblo, a la finca.

¿Tienes algún hobbies o aficiones?

Me gusta mucho la música, la radio, la T.V. Pero también dar paseos, mejor acompañado, es que soy muy pícaro para ésto (risas) Cuando llega el buen tiempo prefiero estar fuera que dentro de casa.

¿Qué tal la convivencia?

De momento va todo bien con mis compañeros y yo estoy muy tranquilo.

Entrevista realizada por Fernando Moyano
a Máximo Ocaña
Educador y usuario de las V.V.T.T



MÁXIMO OCAÑA

Y ahora, ¿qué?

Hablando con una amiga me contaba que cuando su hija dejó atrás la adolescencia y el colegio y comenzó a asistir a un taller ocupacional, la familia más cercana y amigos bromeaban con ella preguntándole si había conocido algún chico que le gustara o pensaba en alguno como novio. Al principio ella no quería ni oír hablar de chicos, decía que si eran tontos, que se lo tenían creído, que eran unos brutos y cosas así. Luego empezó a notar que hablaba de Jorge con mucha frecuencia hasta que un día, de la manera más natural le dijo que había quedado con Jorge para dar una vuelta.

La verdad es que, -dice- no le dió mucha importancia. Cuando días más tarde volvió a quedar con él pensó: cosas de chicos, no durará mucho. Pero se equivocó. Ya llevan dos años saliendo juntos, y aunque tienen peleas y se enfadan, continúan saliendo y ya habla con naturalidad de "mi chico/a, o novio/a".

Seguía contándome que no le disgusta y entiende esa relación. Para su hija ha sido beneficioso, está más centrada, responsable, participativa e ilusionada. Ahora se pregunta hasta dónde puede llegar esa relación y cuál es el techo.

Se lo pregunta ella y creo que nos lo preguntamos muchos. Luchamos porque no exista discriminación con nuestros hijos, porque tengan los mismos derechos, por equipararles en todo a los demás, porque dispongan de autonomía propia, pero después, somos nosotros mismos, los padres, los hermanos, los tutores, los que metemos la tijera cortando una situación que nos acobarda y no sabemos cómo manejar porque se sobredimensiona.

Casi lo más fácil es dejarlo correr y adoptar la actitud del avestruz: meter la cabeza debajo del ala y no querer ver nada. Y esto puede dar resultado si la pareja no demanda otras necesidades y asume la situación como natural; bien porque no necesite más o porque comprenda su limitación para abordar otras obligaciones y responsabilidades. Pero ¿qué pasa si no se conforma y quiere vivir en pareja? Con todo, no es este el mayor problema. Otro importante sería que los padres al jubilarse, o por cualquier otro motivo, decidieran irse a vivir a un pueblo ¿Qué hacen con la pareja?

Hortensia Izquierdo
Madre de usuario del C.O I

Mi hermano

Mi hermano para mí es tan importante que no tengo palabras para describirlo. Con su llegada a la familia todo cambió, yo apenas lo noté pues era aún pequeño... me dijeron que tenía una enfermedad y que era Síndrome de Down, a mí ni se me pasaba por la cabeza qué era eso, pero con el tiempo y a medida que iba creciendo lo llegué a entender, era un hermano minusválido, pero no dejaba de "molar" y mucho menos de ser mi hermano, por eso seguimos nuestro día a día familiar ayudándonos todos y por supuesto sin ocultar a David para nada.

A mí me encanta pasar el tiempo con él, y compartirlo realizando actividades y algún sueño que otro, como ser toreros. Yo he puesto ese sueño en marcha por los dos, y para mí es tanta la ilusión que el tiene y demuestra que a mí me ayuda mucho en esos días de entrenamientos, miedos, presiones... y tanto es así que hemos llegado a compartir lo personal con lo profesional realizando un paseíllo juntos.

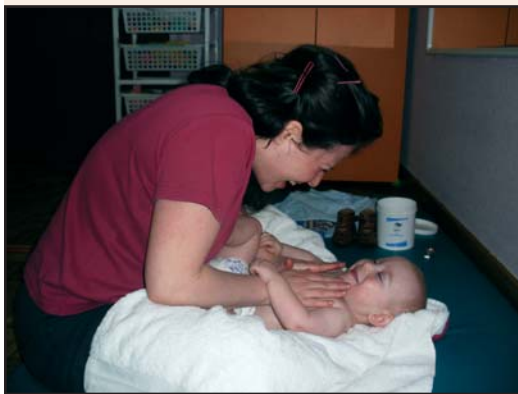
Como ya he comentado David es de las mejores personas que pasan por la vida de una persona, y gracias a Dios por la mía ha pasado para quedarse, con ésto sólo puedo dar gracias a la vida por darnos a esta gran persona, a mis padres que han luchado mucho por y para nosotros, pero más para él, a mi hermano mayor por poner su grano de arroz con David y el logopeda... y sobre todo a David por llegar a nuestra familia, ser como es, querernos como nos quiere, ser tan feliz y porque él se lo merece todo.



Javier Berjillos
Hermano de alumno C.E.E

PRACTICANDO CON EL
CARRETÓN

Masaje infantil



DAVID RECIBIENDO SU MASAJE

todas las madres a sus hijos.

El método "Shantala" fue descubierto por el Dr. F. Leboyer hace más de 30 años en uno de sus viajes a la India. Allí observó cómo una joven madre le practicaba masajes a su bebé en las calles de Calcuta, y en su honor llamó a este masaje "Shantala", É con este nombre se conoce en occidente. Actualmente este método es aplicado en niños con dificultades en la comunicación, la integración del esquema corporal, alteraciones en el tono muscular, agitación motora...

El masaje desarrolla el sentido del tacto en el bebé estimulando su capacidad sensorial, avivando la circulación de la sangre, influyendo en la función cardíaca y en la respiración. También estimula la motricidad, la percepción de las partes del cuerpo y los conceptos de presencia/ausencia. Favorece su relajación, mejora la calidad del sueño, aumenta el apetito y fomenta el vínculo afectivo entre padre-hijo, ya que genera seguridad emocional en el bebé.

La palabra masaje deriva del árabe "massh" (presión suave). El masaje infantil es milenario, nace en el sur de la India, en un lugar llamado Kerala, es un ritual ancestral practicado por

Es un espacio de comunicación entre madre/padre e hijo, donde comparten un momento entrañable, el niño se serena y se generan descubrimientos mutuos que seguro serán muy útiles en otros contextos.

El tipo de comunicación que se persigue es intersubjetiva mediante información propioceptiva: de contacto físico, visual, de movimientos y emociones.

La actitud que muestre el niño ante el masaje nos guiará durante el mismo y será extremadamente importante respetar lo que desea o no. Escucharemos la demanda del niño, aunque no la exprese con palabras, para responder acorde a ella. Por ello, es posible que tengamos que empezar el masaje de forma gradual, para que vaya aceptando el contacto poco a poco y que no le resulte invasivo. Desencadenándose así, sucesivos turnos de acción, con movimientos, vocalizaciones...

Ante todo hay que saber que no es una serie de ejercicios rígidos que hay que seguir al pie de la letra, sino una pauta recomendada que los padres podréis variar según las necesidades. El masaje puede ser con movimientos suaves y continuos o más firmes e intermitentes. Los primeros si nuestra intención es la de relajar y los segundos si lo que queremos es una respuesta o activación motora.

"Ser cargados, acunados, acariciados, tocados, masajeados, cada una de esas cosas es alimento para los niños pequeños, tan indispensable, si no más que vitaminas, sales minerales y proteínas. Si se lo priva de todo eso, y del olor y de la voz que tan bien conoce el niño, aunque esté harto de leche, se dejará morir de hambre" (Dr. F. Leboyer)

Claudia Capristán Wadsworth Y Natalia de Casas Calvo,
Técnicos en estimulación de CAT



El Masaje Infantil "Shantala" es para tranquilizar, mejorar la comunicación, la relación y dar seguridad emocional en el niño. Con él podemos ayudar a niños con dificultades.

Es importante ver cómo está el niño para adecuarnos a él. El masaje no es algo rígido, puede cambiar según sus necesidades. Los niños necesitan que los cojan en brazos, los acaricien y jueguen con ellos.

Proyecto europeo - visita a Bruselas

El 24 de Junio Miércoles salimos de mi casa a las diez en la mañana para ir a barajas, cuando llegamos estaban algunos compañeros de la Spanish Delegation, esperamos a que estuviéramos todos (éramos nueve).

Estaba muy contento por poder participar en este viaje y conocer a gente de otros países y culturas y pasar unos días fuera de tu casa sin tus padres tenerlos por ahí cerca y en otro país me gustaba... Una vez en Bruselas, tuvimos que coger un tren para ir al hotel donde nos alojamos, dejamos las maletas y nos llevaron a Delork, una asociación, a darnos la bienvenida. Después de vernos de nuevo algunos, y conocer gente nueva, cenamos en el hotel y nos fuimos a dormir.

Al día siguiente, después de desayunar volvimos a Delork, donde nos explicaron como funciona: es un centro de día, y en un aula nos dejaron tocar unos instrumentos, en otro aula hacían psicomotricidad, y en otra (que a mi particularmente me gustó mucho) hacían relajación. También estuvimos haciendo velas y agendas con papel maché y estuve hablando con un turco que sabía algo de español, jeje.

Luego estuvimos viendo otro que era una especie de pisos tutelados o residencia, donde allí los usuarios viven, y trabajan en una pequeña granja que ellos mismos cuidan. Luego fuimos a

tomar algo, y en el autobús una guía nos iba diciendo las cosas más importantes de la ciudad.

Visitamos y comimos en el parlamento europeo y nos explicaron qué cosas se hacen allí. Por la tarde visitamos unas casas adaptadas para personas con discapacidad. Estaban muy bien

porque estaban hechas en un barrio donde hay gente sin discapacidad, y eso es bueno para la integración. Es una de las cosas que más me gustó de allí, que las personas con discapacidad se integren con el resto de la gente, porque después de todo somos personas.

El último día dedicamos la mañana a hacer una valoración de cómo fueron los días en Bruselas y las conclusiones fueron muy positivas. Luego pudimos hacer algunas compras de rigor por las tiendas, lo que más compramos fue chocolate típico y

corriendo hacia el aeropuerto para coger el avión de regreso. Cuando llegamos a Madrid me decían en broma que mi silla de ruedas no estaba en la bodega del avión, y tanto de broma de broma, que hubo un momento que no aparecía y pensábamos que se había quedado en Bélgica o en otro avión de por ahí, y lo que pasó es que se enganchó en la cinta de equipajes y no salía.

Daniel Díaz
Usuario C.O.I



COMPARTIENDO EXPERIENCIAS

Reflexionando

Después de mucho dudar, por fin nos decidimos a ser padres.

Iba a ser una niña, que alegría, nuestra princesita. Cuando llegó el momento de nacer, algo fue mal, nuestro ángel no iba a volar como los demás, tenía un problema genético. Fueron muchos meses de médicos, de arriba para abajo, de estimulaciones.

Pasó el tiempo y tocó escolarizarla. Otro trago. Nuestra niña tenía que ir a un Colegio de Educación Especial. Miramos muchos centros y, por fin, encontramos ADEMO, que parecía que encajaba para ella.

Tras unos cuantos años nos hemos dado cuenta que aquí hay mucha gente maravillosa, otros padres con los mismos problemas que te apoyan, y un grupo de profesionales que nos ayudan enseñando y ayudando en la educación de la niña. GRACIAS, con mayúsculas, a todos los que formáis ADEMO. Seguid así.

Raquel y Raúl.
Padres de una alumna del CEE

Nueva experiencia

Nos llamamos Alejandro Martín Mera y Laura Torrecillas de Santos, nuevos alumnos de T.V.A de ADEMO.

Mis compañeros y nosotros fuimos al instituto José Saramago de Arganda del Rey a exponer los trabajos que habíamos realizado en el colegio, y allí vimos a nuestros antiguos compañeros, amigos y profesores y nos trataron muy bien y también nos dijeron que los trabajos estaban muy bien hechos y vendimos muchas cosas.

Nos gustó mucho esta experiencia y queremos volver a repetirlo porque nos alegró mucho compartir nuestros trabajos con ellos y que viesen que somos capaces de realizar trabajos muy valiosos.



LAURA TORRECILLAS

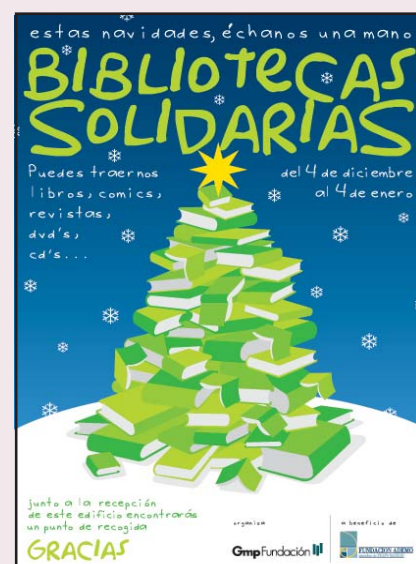
Alejandro Martín y Laura Torrecillas
Alumnos del C.E.E

Bibliotecas solidarias

Las pasadas navidades la Fundación Gmp, realizó la campaña "Bibliotecas solidarias", con el objetivo de dotar de material educativo a la Fundación ADEMO, para que sus usuarios cuenten con materiales adecuados para una educación de calidad.

Colaborar era muy sencillo, quien lo deseara solo tenía que llevar libros, revistas, comics, cd's o dvd's a los puntos de recogida de las recepciones de los edificios de Gmp. Desde la Fundación ADEMO queremos agradecer, tanto a la Fundación Gmp como a las personas que han colaborado en que su campaña fuera un éxito, la iniciativa y el material que ha llegado a los Centros y que consiste en 3.155 libros, 263 revistas, 237 cd's de música, 386 películas y 112 cd's de juegos.

Gracias a este material se han renovado las bibliotecas de los diferentes Centros de la Fundación, incluso se han creado nuevas cedotecas para facilitar el acceso a los cd's y los dvd's.



Resultados cuestionario familias

El 21 de enero de 2010 se celebró un acto en el centro ocupacional "Pablo Sacristán" para dar a conocer los resultados del cuestionario de satisfacción que las familias de los centros de la Fundación ADEMO cumplieron en diciembre de 2008. A la presentación asistieron padres, familiares, usuarios y profesionales y durante el transcurso de la misma se expusieron las principales conclusiones del estudio de resultados elaborado por el Equipo de Calidad de ADEMO. La primera de ellas fue el alto nivel de satisfacción de las familias con los centros donde acuden sus hijos o familiares: las medias de las respuestas a las 15 preguntas de elección múltiple superan en todos los casos la valoración de satisfactorio (4 en el gráfico), acercándose en muchos casos al nivel de muy satisfactorio (5 en el gráfico). Como puntos fuertes caben destacar los aspectos relacionados con los profesionales de los centros, en concreto la libertad para expresar opiniones cuando las familias hablan con ellos, el trato de estos hacia las familias y los usuarios, así como su accesibilidad y formación. Como punto con más posibilidades de mejora fue señalado el relativo a las instalaciones de los centros. El resto del cuestionario estaba compuesto por preguntas

cerradas y preguntas abiertas, donde se podían aportar opiniones a cada una de ellas. Los aspectos mejor valorados son nuevamente los relacionados con los profesionales, y el trato y cercanía. Las preguntas 19 y 20 recogían posibles necesidades que en la actualidad pueden no estar cubiertas por los centros. Cerca del 70% de las familias contestaron que actualmente estas necesidades están cubiertas. Del resto de respuestas podemos destacar que las demandas más importantes iban dirigidas a una mayor intensidad de los programas y actividades que actualmente se están llevando a cabo con los usuarios/alumnos y con las familias, así como un mayor apoyo y asesoramiento para las familias. En tercer lugar y con una menor proporción se solicitaban programas nuevos para los alumnos/usuarios.

Con este cuestionario cerramos un ciclo. Estamos seguros que las opiniones y valoraciones recogidas en los tres cuestionarios de satisfacción, realizados en estos últimos años por los usuarios, profesionales y familias de ADEMO, nos han permitido comprender mejor las necesidades y prioridades de todos los que formamos la Fundación ADEMO, y de esta forma tener la posibilidad de mejorar aun más nuestros centros y seguir avanzando en la mejora continua en la prestación de los servicios.



Las familias de la Fundación ADEMO realizaron un cuestionario para recoger su opinión en diciembre de 2008. De 325 familias contestaron 169, lo que es una buena participación. Las familias están muy satisfechas con los centros a donde acuden sus hijos o familiares. Especialmente están muy contentas con los profesionales de los centros. Están satisfechas con las instalaciones, pero es el aspecto donde más se puede mejorar. Una gran parte de las familias piensan que las necesidades de sus hijos en los centros están atendidas. También piensan lo mismo de sus necesidades.

La Caixa sigue apostando por nuestros proyectos. Esta vez tenemos que agradecer la colaboración prestada a las actividades deportivas de nuestra Fundación, por las siguientes sucursales:

- Paseo de los Alemanes, oficina 9351, con 5.000 euros
- Calle Caleruega, oficina 2745, con 2.492 euros
- Calle Fragata, oficina 1896, con 900 euros
- Avenida del Ejército, oficina 2924, con 882 euros

El Centro de educación agradece la donación realizada por la empresa 3M de material informático y audiovisual que favorece el desarrollo de nuestros objetivos en relación a "la comunicación"



La Constitución cumple años

El pasado 4 de diciembre de 2009, asistimos todos los colegios de Moratalaz, a la inauguración de los Jardines de la Constitución en la Junta Municipal de Moratalaz, con motivo de la celebración del XXXI aniversario de la misma. Empezó el acto con la banda de la policía municipal tocando el Himno Nacional. Seguidamente hubo una serie de discursos por parte del Concejal y de los Vocales de los diferentes partidos políticos. A continuación dos alumnos de cada colegio leyeron un artículo de la Constitución.

Me gustaría destacar la intervención del C.P Menéndez Pidal, por su originalidad en leer el artículo, al hacerlo al mismo tiempo de manera oral y con el sistema pictográfico de comunicación (S.P.C).

Después el Excelentísimo Alcalde de Madrid, pronunció un discurso y se hizo una foto con todos los chicos que habían participado en la lectura.

Hay que agradecer que a todos los invitados, tanto a alumnos como profesores, nos regalaron un libro precioso de la Constitución Española y una caja muy bonita que contenía una pequeña maceta, herramientas pequeñas de jardinería, semillas e instrucciones para que pudiésemos plantar cada uno un pino. Por todo ello muchas gracias. Lo pasamos muy bien. Además también tenemos que dar las gracias a que nos hizo un día espléndido.

Alicia Maestre
Maestra C.E.E

No sabrás todo lo que valgo hasta que pueda ser, junto a ti, todo lo que soy.

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: Alicia Bardón, Ana Rodríguez, Gustavo Zaballos, Hortensia Izquierdo, Teba Stoner y Yolanda Jáuregui

CENTRO DE ATENCIÓN TEMPRANA
Av. de Moratalaz, 42
28030 Madrid
Tel. 914392924
fax. 914390072

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/Úranio, 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