

Participan:



Plena
inclusión
Aragón

CAJA
fundación
CAJA INMACULADA

Fundación
iberCaja

Desescalada en las residencias: «Aún no es posible achucharlos, pero al menos ya podemos estar cerca»

Las residencias para personas con discapacidad intelectual retoman las visitas de familiares y, aunque pueden hacerse bajo muchas restricciones, esta fase de la desescalada es un auténtico alivio para familias como los Bravo Rubio, cuyos hijos viven en el centro Vértice de Zaragoza, y no pudieron visitar a su hija mientras estuvo ingresada con coronavirus

ZARAGOZA Por primera vez en su vida han pasado más de dos meses separados, pero por fin la familia Bravo Rubio ha podido reencontrarse cara a cara. Y había muchas ganas porque, además, Virginia, la hija, ha pasado parte de este tiempo hospitalizada con la covid-19, y ni sus padres ni su hermano pudieron ir a visitarla. Pero esa fase ya quedó atrás. «Mis hijos se llevaron una alegría muy grande al vernos a su padre y a mí. Nos habían visto ya por videollamada, pero al estar tan cerca...», recuerda emocionada la zaragozana Pilar Rubio.

La desescalada ha llegado también a las residencias para personas con discapacidad intelectual. Con muchas restricciones, las visitas vuelven a estar permitidas: con cita previa, un solo visitante por residente, una hora como máximo, a poder ser en exteriores, manteniendo los dos metros de distancia, siempre con mascarilla... Pese a todo, familias como los Bravo Rubio empiezan a dejar atrás unos meses de verdadera angustia, alejados de sus hijos.

Pilar es la madre de Virginia y David, dos hermanos que rondan la cincuenta y tienen una parálisis cerebral que afecta a su movilidad y les provoca discapacidad intelectual. Ambos viven desde hace una década en la residencia Vértice de la Fundación José Luis Zazurca, entidad perteneciente a Plena inclusión Aragón. Pero están acostumbrados a pasar todos los fines de semana en casa con sus padres, y en este periodo los han echado de menos.



El martes pasado, Pilar Rubio pudo visitar por primera vez a sus hijos, Virginia y David. VÉRTICE

El padre también se llama David y está desarrollando alzhéimer. «Era autónomo para ir a tomar un café y salir todos los días, pero el cambio de rutina a raíz del estado de alarma le afectó mucho», relata su esposa. «Y justo cuando mi marido ha empezado a depender de mí para ir a todos los sitios, en esas circunstancias, Virginia cogió el coronavirus».

«Una noche, a las doce, me llamaron. Pensaba que sería por mi hijo porque había tenido unas dé-

cas de fiebre, pero me dijeron que se trataba de Virginia. Había empezado con fiebre y diarreas y después con neumonía, y la habían trasladado al hospital», recuerda Pilar. Dio positivo en covid-19.

En total, Virginia estuvo ingresada catorce días. «La primera semana ya le hubieran podido dar el alta, pero no la dejaban volver a la residencia, ya que tenía que pasar catorce días de cuarentena, así que el médico la mantuvo hospitalizada hasta que pudo regresar

a Vértice. Me dijo que a casa no se atrevía a mandarla, por el riesgo que corriamos también nosotros, pero tampoco quería mandarla a ningún otro sitio», un gesto que Pilar agradece infinitamente.

«Fue un médico amabilísimo, me llamaba todos los días, y no solo para contarme cómo estaba mi hija. Me preguntaba por mi estado y el de mi marido». Es el doctor Manuel Hernández, médico internista del Hospital Militar de Zaragoza. Tanto él como su equipo fueron «una grandísima

ayuda emocional para mí en los días en que peor lo he pasado en mi vida», asegura Pilar. «Soy una madre muy agradecida».

Un vínculo y una familia

Los sanitarios fueron el vínculo de esta madre con su hija. «La primera videollamada la hizo una doctora, que se emocionó cuando me oyó cantarle a mi hija y que ella respondía. Fue muy bonito». Estas videollamadas fueron un verdadero bálsamo para Pilar que, aunque según el protocolo podría haber visitado a su hija, al ser esta una persona dependiente, optó por seguir el consejo del doctor Hernández y evitó ponerse en riesgo a sí misma y a su marido. «Si hubiera estado peor, intubada, habría buscado la forma de ir, dejando a David aislado en algún lugar, porque no lo podía dejar solo».

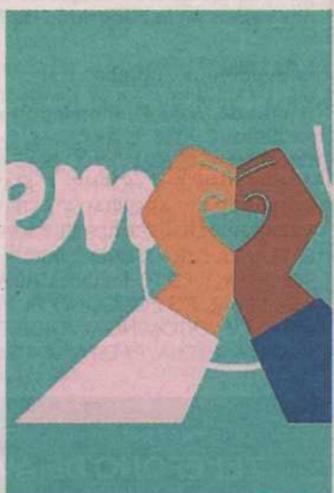
Pero el aislamiento de Virginia se vio compensado por un equipo sanitario que, según valora su madre, fue mucho más allá de la mera obligación, convirtiéndose en una auténtica familia para su hija durante esas dos angustiosas semanas. «Quiero darles las gracias por todas sus atenciones y el cariño que le dieron. Siempre estaré en deuda con ellos. Si algún día puedo, iré a conocerlos», asegura.

De momento, a donde sí acude Pilar es a la residencia Vértice, en la que por fin puede ver a sus hijos sin que medie una pantalla. «Aún no podemos achucharlos, pero al menos ya podemos estar cerca».

PLENA INCLUSIÓN ARAGÓN

Corazones conectados por la esclerosis múltiple

El pasado sábado, 30 de mayo, se celebró el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple que este año puso en valor la importancia de las conexiones y las redes de apoyo como herramientas para derribar el aislamiento social y la soledad ante la enfermedad. 'Me conecto, nos conectamos' fue el lema elegido con el propósito de que nadie se enfrente en soledad a la esclerosis múltiple y de acercar y conectar a la sociedad, en tiempos de distanciamiento por la covid-19, con las personas que viven en primera persona esta enfermedad neurológica.



Corazón de la esclerosis múltiple.

Para promover esta conexión, Fundación Esclerosis Múltiple Madrid, junto a Esclerosis Múltiple España, de la que es miembro, lanzaron en redes sociales una acción simbólica animando a enviar mensajes de apoyo a las personas afectadas y a sus familias, acompañándolos de una foto que incluía el gesto solidario de manos (las propias o junto a las de otra persona) haciendo 'el corazón de la esclerosis múltiple' y añadiendo el hashtag #ConexionesEM. También se invitaba a acompañar el mensaje de apoyo con un GIF descargable del gesto que se encuentra disponible en la web diamundialem.org.

La publicación de la novela 'La promesa' completa la trilogía de literatura y discapacidad

El autor Juan Checa Giménez acaba de completar su trilogía con la publicación de la novela titulada 'La promesa'. El objetivo de Checa con estas obras es que exista «una literatura novelada sobre las personas con discapacidad, como una forma de demostrar que son como nosotros o mejor que nosotros», pues, en su opinión, «si nosotros fuéramos como ellos, el mundo sería mejor».

'La promesa' llega tras las novelas tituladas 'La carta' e 'Historia de Pedro'. En esta tercera

entrega, se narra la historia de José, «el tonto del pueblo», que hace una promesa y, con las palabras de su maestro -sobre ser consecuentes con los propios actos y cumplir siempre lo prometido- grabadas en su corazón, la cumplirá hasta sus últimas consecuencias.

Por su parte, Angelines, la maestra, otra de las protagonistas de la obra, buscará un amor perdido en la vorágine de la guerra. Solo con José y su promesa encontrará la felicidad.

Integrar la discapacidad en la trama literaria es el reto de esta iniciativa que Juan Checa completa ahora con esta tercera novela.

#Sin Barreras

El Centro Deportivo Santiago de Fundación CAI reabre sus puertas

El Centro Deportivo CAI Santiago ha reabierto sus puertas y, desde el lunes pasado, sus socios ya pueden disfrutar de instalaciones y servicios con las necesarias medidas sanitarias. El club prevé abrir las piscinas el próximo viernes 12 de junio, con limitación y control del aforo. Todo ello con unas excelentes condiciones económicas para nuevos socios y familias. Las instalaciones están adaptadas para personas con movilidad reducida.

Bienestar social

Desde sus comienzos, el centro, creado en 1987, ha tenido como objetivo facilitar la práctica deportiva como medio para promover el bienestar social, favorecer la amistad e inculcar valores como la autodisciplina, la responsabilidad y el compañerismo. De ahí que se dedique especialmente a la formación de

los más jóvenes a través de sus escuelas deportivas (tenis, pádel y tenis de mesa), en las que el año pasado participaron más de 200 niños.

También organiza colonias urbanas en vacaciones escolares para facilitar la conciliación familiar y la participación de menores de familias con escasos recursos económicos. Asimismo, dedica un esfuerzo adicional a fomentar la práctica deportiva entre sus socios con un claro espíritu integrador y, especialmente, entre mujeres de todas las edades. De hecho, el año pasado creó un equipo de pádel femenino federado que compite en Tercera Categoría Regional.

Otra sección destacada fue la de gimnasia rítmica, también de nueva creación, que gestiona el Club Escuela Rítmica de Zaragoza. Otras actividades que ofrece son espalda sana, tonifi-



Zona de piscinas del Centro Deportivo CAI Santiago. FUNDACIÓN CAI

cación, zumba, ciclo indoor, gimnasia de mantenimiento para mayores de 65 años, step, entrenamiento funcional y bailes de salón.

Las instalaciones se asientan sobre unos terrenos de 15.000 metros cuadrados, propiedad de Fundación Caja Inmaculada. Dis-

ponen de pistas de tenis, pádel (dos cubiertas), frontón, fútbol sala, baloncesto, piscinas rodeadas de 4.000 metros cuadrados de césped, servicio de hostelería, parque infantil y terrazas. También cuenta con un pabellón polideportivo donde se practican la escalada y otras disciplinas para

usuarios de todas las edades. Desde el año pasado, los socios disfrutan de un espacio específico de lectura.

Las líneas de bus para llegar al centro son la 29, 44 y 50. Más información en la web cdsantiago y en el teléfono 976 526 911.

HERALDO

@Plena inclusión

#CURSOS

Para profesionales y personas con discapacidad



Plena Inclusión Aragón organiza un curso en colaboración con el Servicio Público de Empleo Estatal, que se conoce

como el Sepe.

El nuevo curso se llama: El blog en la enseñanza.

Un curso para aprender a hacer blogs. PLENA INCLUSIÓN

El alumnado aprenderá a hacer blogs, que son un tipo de página web.

El alumnado también aprenderá a usar los blogs para mejorar la educación.

El curso será del 1 al 28 de julio. El curso tiene una duración de 40 horas.

Las clases se harán a través de internet.

Este curso del Sepe y Plena inclusión Aragón se dirige a profesionales del sector de la educación que estén trabajando actualmente.

También se reservarán unas pocas plazas para profesionales de la educación que estén en el paro.

Además, Plena inclusión Aragón también está organizando un curso para personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Este curso se organiza en colaboración con el Instituto Aragonés de Empleo, que se conoce como el Inaem.

Este curso se llama: Auxiliares de eventos.

Más adelante informaremos sobre la fecha de este curso.

Si quieres apuntarte o saber más sobre estos cursos, llama al 976 738 581, escribe a informacion@plenainclusionaragon.com o entra en www.plenainclusionaragon.com.

(Texto en Lectura Fácil)

@Fundación DFA

#CULTURA

XXVII Certamen Literario

El Centro de Actividades Socioculturales de Fundación DFA convoca su Certamen Literario, abierto a todas las personas mayores de 16 años tengan o no discapacidad.

Se han establecido tres categorías:

- Narrativa: tema libre con una extensión máxima de cinco folios.



- Poesía: tema libre, sin límite de extensión.

- Microrrelato: tema libre con una extensión máxima de 1.000 caracteres (sin espacios).

Las obras deberán ser inéditas, en castellano y presentadas a doble espacio (interlineado 2,0) en formato PDF, con un límite de dos obras de cada género por participante.

La participación será con el sistema de plica. Los autores enviarán dos archivos en formato PDF. El primero será el de la obra y el segundo será plica, indicando título de la

obra, seudónimo, nombre y apellidos del autor, dirección, teléfono y 'email' de contacto.

Los ganadores de cada categoría recibirán un lote de libros y un vale/menú para dos personas en el restaurante Dfabula. El segundo y tercer premiado de cada categoría recibirán un lote de libros. Se podrán otorgar varios accésit en función de la calidad y el mérito de las obras presentadas. La organización se pondrá en contacto con los premiados por vía telefónica.

El plazo de presentación de las obras finaliza el viernes 19 de ju-

nio de 2020. La participación supone la plena aceptación de estas bases. Los participantes ceden de manera total, gratuita e irrevocable todos los derechos de propiedad intelectual de las obras presentadas al certamen.

Los trabajos deberán ser enviados por correo electrónico al Centro de Actividades Socioculturales de Fundación DFA ocio@fundaciondfa.es, indicando en el asunto 'Participación en el 27 Certamen Literario de Fundación DFA'.

Más información en la página web www.fundaciondfa.es.