DOS *BON VIVANTS* DE LES LLETRES QUE HAN DEIXAT EMPREMTA

"Ells volien canviar el món"

-

JOCS PARALÍMPICS RIO DE JANEIRO 2016

-

I SI TINGUÉSSIM LA CLAU DE LA PLENITUD?

i molt més...

conexió

ANY 2017 / NÚM. 30

aspace
Associació de la Paràlisi Cerebral

ÍNDEX

3
SUPERVIVIENTES VIP
Y GRANDES HERMANOS
EDITORIAL

4
BON VIVANT, BONA GENT
NOVETATS

6
JOCS PARALÍMPICS RIO
DE JANEIRO 2016
ESPORT

10
FIRA D'ORTOPÈDIA
ASPACE

11
ÉXITO DE LA CAMPAÑA
#BESOSDMPC
ASPACE

12
LA EXPERIENCIA DE TÍA ME
LLENA DE SATISFACCIÓN
PERSONALMENTE

14
EL PARE NOEL
VISITA L'ESCOLA
PÓSTER CENTRAL

16
DE-PENDIENTES
PERSONALMENTE

17
UN JUEVES
PERSONALMENTE

18
FALSES
ASSEGURANCES
PERSONALMENTE

19
VIAJAR EN AVIÓN EN
SILLA DE RUEDAS
ELÉCTRICA, UNA GRAN
AVENTURA
PERSONALMENTE

20
I SI TINGUÉSSIM LA CLAU DE
LA PLENITUD?
COACH_NEXIÓ

21
TU POTS, CONTINUA!
TU POTS, CONTINUA!

22
EL PIRAÑA,
DIRECTOR DEL CEAPAT
UNA NOVA MARCA, CIVIT
NOVEDADES +++

23
CUENTA_MEC
CUÉNTAME

24
DULCE NAVIDAD
O NAVIDAD AMARGA
POLOS OPUESTOS

26
ENJOY
ENJOY

Ú LTIMA HORA — DOS NOUS FITXATGES A L'STAFF DE LA REVISTA CONNEXIÓ ASPACE

Estem molt contents perquè en aquest número trenta de la revista hem pogut conèixer dues persones que volen col·laborar amb nosaltres. Són l'Ismael García, escriptor i Coach, qui farà una nova secció "COACHNEXIÓ, espai de reflexió", on reflexionarà i ens farà reflexionar sobre diferents temes, conceptes i valors. Portem una vida que passa per davant nostre com un tren d'alta velocitat, i sovint no fem una pausa per reflexionar sobre coses que són més importants del que sembla, coses que ens ajuden a ser feliços. Doncs bé, us proposem que feu aquesta pausa llegint aquesta nova secció de l'Ismael...

També podrem gaudir de les col·laboracions d'en Josep Calderon, pare d'en Marc, en la secció "TU POTS, CONTINUA!" i emocionar-nos amb les seves aventures compartint amb nosaltres experiències, sentiments, i un hobby que practiquen junts, el running.

Aquests "fitxatges" enriqueixen la revista, i ens donen altres punts de vista molt interessants i a tenir en compte. Moltes gràcies a tots tres, a l'Ismael, al Josep i al Marc. Gràcies per ajudar-nos a créixer com a revista. Per poder créixer necessitem de persones implicades com vosaltres. Gràcies.

QUÈ ÉS CONNEXIÓ?

Fa molts anys que la nostra revista està en funcionament com a òrgan d'expressió, amb la voluntat de fer partícips les persones amb paràlisi cerebral, famílies, professionals i persones d'altres entorns.

La línea editorial de la revista és oberta, i té per objectiu ser una eina de participació i cohesió tractant temes d'actualitat, de caràcter social i del nostre entorn, des d'una perspectiva seriosa però també amb un xic d'humor.

STAFF

Redacció
Rosa Ortolà, Xavi Soteras, Emilia Vicioso, Ramiro Herrador, Miguel Quintero, Jordi Cabrera, Luis Sierra, José Luis López, Verònica Pàmies, Manolo Martínez, Víctor Herrero, Yolanda Pons, Ismael García, Josep Calderon i Mabel Clavell.

Edició:
Yolanda Elipe

Impressió, maquetació i disseny
ASPACET / Pau Segarra

Coordinació tècnica
Xema Martín

Col·laboració
Francisca Gimeno, Maider Pereda, Nausica Prats, Carlos Varela, Benito Sánchez, Lluís Torras

Parte del equipo de la revista y amigos, recién inagurado el CIM.

SUPERVIVIENTES VIP Y GRANDES HERMANOS

Menudo 2006. Ay! queremos decir 2016! es que en el 2006 también fue un año de bajas...

Evidentemente la editorial la tenemos que hacer sobre lo acontecido este año con nuestros grandes amigos de la redacción de la revista. Vaya! Éramos como grandes hermanos, con Toni Molina y Martí Cuixart , que como todos sabéis nos han dejado este pasado año, uno en marzo y otro en diciembre, ya se podían haber puesto de acuerdo, y justo el año que se ha cumplido el 10º aniversario de la muerte de otro gran amigo y fundador de la revista "Connexió Aspace" Josep Maria Martí. También nos dejó Xavi de la Fuente, pero por otros motivos... Se ve que la revista tiene una maldición, esperemos que no le afecte a la persona que la maqueta.

Martí y Toni, eran dos grandes ejemplos, pero no queremos hablar de ellos, sino de los supervivientes, de nosotros, de Jordi Cabrera, por ejemplo, que está hecho un chaval, de Jordi Rietos que parece que haya hecho un pacto con el diablo, de todo un grupo de amigos, que visto el añito que hemos pasado, nos hemos autoproclamado supervivientes. No es que Martí y Toni llevaran una mala vida, nooooo, la misma mala vida que todos nosotros, pero somos gente con suerte, suertevivientes. Para rematarlos, sólo decir que nos hemos hecho la promesa de acordarnos mucho de ellos, de los grandísimos momentos vividos, y de no caer en el dramatismo que nos ha tocado vivir. De aquí esperamos que todos vosotros entendáis la ironía de esta editorial, la ironía con la que también vivían Toni Molina y Martí Cuixart, aunque nunca estaremos a la altura de ellos.

Ya lo decía Martí, la vida es un camino de Rosas y Espinas... y tú, Toni, capsigrany dels collons!

Escrit per **La Redacció**

“*BON VIVANT*, BONA GENT”

En la passada revista ens vam despedir d’en Martí Cuixart, i en aquesta d’en Toni Molina. Dos grans homes cofundadors de la revista “Connexió ASPACE” a qui hem dedicat la portada.

ESTIMAT TONI,

Amic, company de batalles, confident, pràcticament podríem dir germà. Avui, és un altre d’aquells dies tristos, en que la vida ens demostra que és una merda. Aquest és el nostre sentiment d’ara, malgrat sabem que hem d’aixecar el cap i mirar endavant com vas fer tu sempre, en una lliçó de superació constant i ferma. El cert és que marxes i a molts de nosaltres ens deixes un gran buit, el buit d’una bona persona amb majúscules.

La teva vida mai no ha estat fàcil amic, ni molt menys en aquests mesos finals. Però tu, amb la teva fortalesa innata l’has sabut viure amb dignitat, amb sentit de l’humor i amb un esperit crític positiu encomiable, aconseguint gestionar la teva vida, la teva autonomia, essent lliure, què gran Toni!, aconseguint l’amor, l’amor sincer d’una dona amb la que et vas casar, l’Adriana, tenint una grandíssima intel·ligència emocional i una capacitat d’emprenedoria fregant la genialitat. Perquè sí, Toni, sí tens una mica de geni, de geni dels bons, d’aquells que sempre ajuden els altres a complir els seus desitjos, d’aquells que sempre troben les paraules adequades, i com a geni, has aconseguit totes les fites que t’havies proposat. La vida no ha estat fàcil per a tu, no, ni a tu mai no t’han anat les coses fàcils.

Això sempre romandrà amb nosaltres, el record d’un amic, d’un germà, d’aventures compartides, cerveses, teràpies, ja ja, teràpies. Què llest eres!! Ha estat un honor haver-te conegut i haver gaudit de tu.

Toni t’estimem, espera’ns que vindrem allà on siguis, un últim favor o més ben dit, un primer favor en la teva nova vida, com sempre has fet, aplana’ns el camí.

Gràcies per tot, sempre estaràs present en els nostres cors i en la nostra memòria. Descansa amic nostre.

Escrit per
La colla pessigolla / La redacció

“La teva vida mai no ha estat fàcil, amic”

“Què gran Toni, tu has estat lliure”

Toni Molina de jovenet en unes vacances.

Esquela de Toni Molina.

HE VOLGUT SER UN BON COIX
PERÒ M’AGRADARIA HAVER ESTAT MILLOR PERSONA
Toni Molina (1963-2016)

EL MEU HEROI DELS PEBROTS!

A questa és una carta que vaig escriure no fa ni dos mesos al meu amic Toni Molina que aquesta tarda ha decidit que havia arribat l’hora de marxar d’aquest món. Just després d’haver pogut celebrar, divendres passat, l’aniversari de la seva estimada dona, amiga i companya Adriana. Aquell dia li havien diagnosticat un càncer en estat avançat. La vaig escriure però no vaig tenir el valor de llegir-li quan el vaig anar a veure aquella la nit a l’hospital de la Vall d’Hebron perquè, malgrat tot, encara tenia humor per riure. I el que és encara més gran, regalar-me la selfie més brutal de la meva vida: traient la llengua a la malaltia.

Des d’aquell dia, cada vegada que l’he anat a veure no ha deixat de somriure, malgrat ser conscient que la batalla era difícil o molt difícil. Fa una setmana encara parlàvem de projectes de futur, que ho continuen sent perquè els haurem de fer, sí o sí, els que ens quedem orfes del paio més noble i transparent que conec. S’ho ha guanyat a pols.

-

Toni dels nassos, siguis on siguis, espero que puguis llegir aquesta carta que mai et vaig donar.

Avui t’han dit que no hi ha remei. Fa pocs dies que t’has assabentat que tens càncer i, per si la patacada no fos prou important, avui t’han dit que és massa tard per fer-hi front.

I una merda! L’Adriana, aquest àngel que fa uns anys va creuar-se en la teva vida i es convertí en la teva dona, m’ha dit que estàs sencer. De fet abans d’ahir i fa una setmana et vaig veure molt més sencer del que jo estaria en el teu lloc. També m’ha dit que aquest matí has plorat amb el teu germà. I sé que són llàgrimes de dolor i no de ràbia, perquè fa pocs dies em deies que de tot plegat només t’amoïnava ser una càrrega. Jo ploro ara mateix i jo sí que ho faig de ràbia. No és just. Mai no és just, però en el teu cas molt menys just.

Saps? Ets el meu heroi dels pebrots. És un regal comptar-me entre els teus amics i veure com ets de capaç. Un PC -així anomenes tu la teva Paràlisi Cerebral- o un coix -l’altra teva autodefinició preferida- que vius amb una intensitat immensa qualsevol petit detall que per a molts de nosaltres ens passa per davant sense pena ni glòria. És una lliçó veure com la dificultat motriu o la cadira de rodes no són mai excusa per deixar de fer qualsevol parida que et passi pel cap. I coneixent-te, sé que després de la bufetada que acabes de rebre dedicaràs cada dia a viure’l amb tota la intensitat que puguis.

Ets un heroi impresentable perquè poses en evidència les meves mancances i les meves misèries. I ets el meu heroi dels pebrots perquè m’ho recordes, i això em fa sentir bé i, segurament, em fa ser millor persona.

“És un regal comptar-me entre els teus amics”

M’agrada riure amb tu, ballar amb tu, ser irreverent amb tu, fer conferències amb tu, prendre unes copes amb tu, intentar escriure un llibre amb tu -que hem d’acabar sí o sí-, anar al metge amb tu, casar-me amb tu al meu costat, fotografiar-te amb l’Adriana i casar-vos davant els amics... i ara també m’agradarà ser capaç de deixar la ràbia de banda i compartir amb tu una etapa que voldràs esprémer al límit sense dubtes i fins i tot amb la ironia i el somriure que sempre t’acompanya. Toni i Adriana, no sóc capaç de saber què se sent a la vostra pell. Per més que m’ho imagini és impossible. No sé què carai hem de fer a partir d’ara, però ho farem. I ho farem rient, plorant, cridant, vivint cada minut. Perquè, Toni, tu ets el meu heroi dels pebrots i a un heroi sempre se li fa cas!

Escrit per
Lluís Torras

EL MEU AMIC CAPSIGRANY

Primer de tot, bon dia i moltes gràcies per la vostra assistència. Sempre he pensat, que tots vosaltres presents i més amics que estan per les Espanyes, formeu part d'una segona família, que us estimo tant, que no sé que dir.

La veritat no sé per on començar, doncs al gran dolor que estem compartint, em fa molt difícil expressar-me.

Ja fa uns mesos, que l'assumpte que estem junts aquí, no ho veia gens clar, però malgrat això, tenia esperances que el Toni s'hi curés d'una vegada.

Ja fa força setmanes, que no descanso el que havia de descansar. Quan estic al llit, em venen moltes històries viscudes i que he compartit amb ell. Us haig de dir, que estic en un núvol i m'està costant assumir-ho, mentre el Toni, està escampat per l'Univers... (escoltant el que diem).

Quan el passat dilluns, estava prenent un tallat a un forn que sempre vaig, de sobte, vaig començar a rebre whatsapps, anunciant-me el fatal desenllaç, i és clar, em vaig acollonir.

"... segueixo pensant que ha marxat cap a Ítaca amb l'esperança que algun dia ens retrobarem."

Vaig haver de sortir al carrer, i vaig esclatar, de debò vaig estar com 10 minuts, assumint la gran pèrdua.

Allà on era em vaig poder desfogar amb una dona de la tenda, que estava de bon veure, com li agradaven al Toni.

Malgrat això, segueixo pensant que ha marxat cap a Ítaca, (com ell, bé ho definia), amb l'esperança que algun dia ens retrobarem.

Gràcies a ell, he après molt, i m'ha ajudat moltíssim (no us podeu imaginar). Hem compartit tot tipus d'actes, activitats, viatges, també moltes hores entaulats preparant diversos projectes, etc...

Què us haig d'explicar que no sapigueu!!

Malgrat els anys, segueixo recordant petites anècdotes viscudes al centre d'ASPACE i altres al ACU. Per exemple, als voltants dels anys 70, al centre, van organitzar diversos equips de futbol, (que tots nosaltres ho recordem), dons ell, també jugava a futbol i era porter, s'hi posava de genolls amb un xurro entre les cames, ajudat amb una fisioterapeuta que es deia Maria Camps. Més tard va ser àrbitre, i una vegada, ens va fer jugar a plena pluja.

També recordo, que aquells anys de hippy, vàrem fer unes escapades a Canet Roc (malgrat que sempre era pel mes de Juliol, va haver un any que hi va ploure, però hi vam anar igualment).

Altres aventures com un viatge que va organitzar a Tuníssia fa més de 30 anys. Moltes vacances compartides. Reivindicacions socials als anys 80 amb l'ACU. I les "manis" de la Diada que vam viure junts aquests últims anys.

Bé, en fi companys, com esteu observant, no acabaria mai, dons és impossible. Gràcies Toni, tu sí que sabies viure!!

Una de les teves grans "virtuts" ha estat la gran facilitat a la parla, i que tantes i tantes vegades ens has "enganyat" perquè féssim el que tu creies que havíem de fer.

Particularment, aquesta meravellosa persona, ens ha donat tant que no sé què més dir, us ho dic de tot cor.

A la part personal, li he de donar les gràcies (un cop més), que vas ser tu, qui em va "convidar" a que pogués integrar-me a l'àmbit laboral.
No va parar, fins que vaig poder fer en aquells temps cursets a l'Inem, que vaig ensopegar amb les obres Olímpiques, que havia de travessar tota Barcelona i a la fi, des de l'Institut, amb van citar per anar a una entrevista a una Fundació, i que em van escollir.

Us dic tot això, perquè em va ajudar moltíssim a ser millor persona i a ampliar els meus coneixements. I, perquè el trobaré a faltar tant i tant, malgrat sempre estaràs present en el pensament, capsigrany dels collons.

Escrit per
Jordi Cabrera

HOLA TONI,

El lunes no me pude despedir de ti, pero era porqué aún no te habías ido, estabas dando vueltas y organizando tu fiesta. Cuando me llegó tu invitación (me acojoné) entendí que querías que nos despidiéramos allí rodeado de tú gente y amigos, (que por cierto no pudiste escoger otra sala más pequeña jajaja). Allí estábamos, fue muy emotiva. Con tus imágenes y palabras nos hicisteis reír y llorar, pero no de tristeza sino de emoción, como tú querías.

Toni, ha sido un placer vivir momentos inolvidables contigo, pero esto no es un adiós para siempre, sino todo lo contrario, es un hasta luego porqué donde quieras que estés te buscaré y seguiremos haciendo batallitas.

Hasta pronto Toni

"Donde quieras que estés te buscaré"

Escrit per
Tu amiga Emi

Hola amics!

Sóc en Toni, però no us espanteu que no penso tornar. Però com no podia ser d'una altra manera, us volia donar un últim ensurt.

Aprofitant que no hi seré, us convoco per darrera vegada aquest **DISSABTE 17 DE DESEMBRE, A LES 10,45 DEL MATÍ A L'ATENEU L'HARMONIA** per fer un brindis -o el que vulgueu- en honor a aquest afable escuder que us ha acompanyat molts anys i fins ara en algunes batalles.

Vaja, **UNA GRAN FESTASSA** per a passar-s'ho be, riure i recordar els bons moments viscuts escoltant bona música.

Això si, mireu de distreure l'Adriana que, acostumada com la tenia a la meva gresca i les meves collonades, segur que em trobarà a faltar i necessitarà una mica de suport.

Sense mes m'acomiado i us recordo que **NO FEU EL BORDEGÀS I NO FALTEU A LA FESTA!**

On? Ateneu l'Harmonia - Casal de barri de Sant Andreu
Carrer de Sant Adrià, 20 (Fabra i Coats)
SALA 21 (2a planta)
Quan? Dissabte 17 de desembre a les 10,45 del matí

QUERIDO" ABUELITO" TONI MOLINA,

Hace 15 años que te conocí en unas jornadas de Boccia, al principio te veía una persona seria y formal, pero cuando formamos el club PCPORT me di cuenta que estaba muy equivocada (¿serio?, los cojones!) estabas y estarás siempre como una cabra y yo me alegré porqué también me gusta el cachondeo igual que a ti.

Así nació nuestra amistad, compartí muchos momentos contigo en la Boccia, campeonatos, a ti te importaba un pimiento la Boccia sólo te importaban las voluntarias y te ponías morado cuando las voluntarias se agachaban a recogerte "les boletes" y yo me partía de risa por los comentarios que hacías.

Parecíamos dos niños, siempre nos estábamos peleando, de broma claro. Cuando empezábamos una conversación seria siempre la terminábamos diciendo alguna guarrada.

Desde hace tres años nuestra amistad ha sido como la de un hermano. Nos veíamos mucho más en la ACU, muchas veces me quedaba a dormir en tu casa, por las mañanas te decía buenos días abuelito y tu te reías. Nos hacíamos nuestras confesiones.
En el hospital cuando nos quedamos solos me dijiste: "Vero me voy a morir, tú no cambies nunca y aprovecha todas las oportunidades". Me lo dijiste con una sonrisa de pillín, me pediste un favor que fuera a la paradeta de la ACU, pero por desgracia no pude ir porqué tenia bronquitis.

La última vez que te vi me dijiste que en carnaval me querías ver disfrazada de monja y lo voy hacer solamente por ti.

Te quiero dar las gracias por TODO. Para mí no estás muerto porqué siempre estarás en mi mente y en mi corazón y ya nos veremos algún día. Quiero que me prepares una buena bienvenida!

TE QUIERO MUCHO ABUELITO

Escrit per
Verónica Pàmies

HASTA SIEMPRE QUERIDO TONI MOLINA.

El pasado lunes nos dijiste adiós definitivamente y se hace duro pensar que no volveré a verte, a compartir charlas, comidas, salidas, vacaciones juntos.

Hace unos 15 años tuve el privilegio de conocerte, entrenabas a Boccia en el piloto y de ahí nació nuestra amistad. Tampoco sabría definirte porqué eras tan maravilloso como persona que se hace difícil encontrar palabras correctas. Eras un ser excepcional, tenías un carisma especial que hacía entrañable estar contigo.

Recuerdos junto a ti tengo muchos, porqué quince años dan para mucho, pero me quedaré con lo bien que lo pasé todas las veces que compartí experiencias contigo. Aquellas tardes cuando vivías por la villa olímpica o ir simplemente a escucharte como me explicabas tus aventuras de joven era un tremendo placer, impagable, o las vacaciones que pude compartir contigo junto a Jordi Cabrera y nuestro Miguel. Estoy seguro que esto que siento lo estamos sintiendo todos aquellos que pudimos compartir contigo algún momento de nuestra vida, porqué personas de tu categoría encontraremos muy pocas a lo largo de nuestra vida.

FINS SEMPRE TONI!!

Y gracias por todo lo que me distes: tu amistad, tu sabiduría y tu inigualable sentido del humor.

Escrit per
Luís Sierra

Equipo Español de Boccia participando en los Paralímpicos de Rio.

JOCS PARALÍMPICS

M'agradaria iniciar aquesta petita carta dient que la Paràlisi Cerebral, com a tal, té dret propi a tenir participació en moltes de les modalitats d'esports inclosos en els Jocs Paralímpics, però malauradament, la selecció espanyola només ha pogut participar amb els seus esportistes de Boccia. Podríem dir que els Jocs Paralímpics de Rio de Janeiro 2016 són la màxima expressió de l'esport adaptat amb el que milers d'esportistes treballen durant 4 anys per aconseguir la seva participació.

Aquest fet és un tema delicat de tractar, on entre tots els que formem part de l'entramat de la federació, estem treballant per poder donar la volta a aquesta situació. És sabut que l'esport té una sèrie de beneficis pel nostre col·lectiu i que degut a la crisi durant aquests darrers anys, les entitats pel fet de ser deficitari han prescindit de la seva pràctica, perjudicant greument als presents i futurs esportistes del nostre país.

"... la selecció espanyola només ha pogut participar amb els seus esportistes de Boccia."

M'agradaria fer una crítica constructiva, perquè l'esport no només es basa en l'alt rendiment, encara que el coneixem com a tal, per l'avinentesa dels Jocs, darrera marca una gran trajectòria com a esport de base i escolar, projectant i treballant els valors de la persona, entenent els valors com a prioritats que reflecteixen el món intern i es manifesta a la conducta externa, afavorint a la vegada el desenvolupament psicomotor de l'individu, creant un entorn sà i idoni per a la persona.

La meva experiència personal a Rio ha marcat un abans i després en com enfocar la nostra intervenció, hem d'entendre els motius de les entitats i les hem d'acompanyar per aconseguir reptes i objectius comuns. Hem de professionalitzar i no desmerèixer una activitat on l'objectiu principal, és afavorir un entorn i una activitat on l'usuari es desenvolupi fent el que més li agrada.

Aquest fet és tal, que la gran decepció dels que estem immersos en aquest món, va créixer en veure les condicions amb les que el Comitè Internacional Paralímpic va permetre la celebració d'aquest esdeveniment, començant amb els entorns poc adaptats fins el tracte del personal, on els robatoris eren el pa del dia a dia.

Si em permeteu, parlant de la Boccia, estem en una fase de canvi generacional, intervenint en diferents punts clau per poder fer d'aquest esport, un món professional i adaptar els nostres recursos en aquells punts que ens facin créixer i tornar a estar a l'elit mundial.

Hem millorat el resultat dels Jocs Paralímpics de Londres aconseguint un 9è lloc en el Ranking Internacional, amb un grup d'esportistes que estan treballant sota les premisses de la lògica i professionals de diferents àmbits, de manera que el treball interdisciplinari és la base per crear una estructura ferma per establir els punts de partida.

Aprofitant la gran repercussió de la nostra revista, us convidem a preguntar per a la pràctica esportiva adaptada, és un fet i una realitat, i encara que no existeixin moltes entitats que les posen en marxa, existeixen recursos i s'han d'aprofitar, ja sigui per afavorir el desenvolupament, per crear relacions interpersonals o bé per jugar, tan fàcil i senzill com gaudir del que ens agrada.

Escrit per
Carles Varela / Fisioterapeuta d'ASPACE

RIO DE JANEIRO 2016

Hola amics: El 19 de Juliol, em varen comunicar la feliç notícia que formava part de l'equip Espanyol de Boccia i que al mes de setembre viatjaria a Rio De Janeiro, al Brasil, per participar als Jocs Paralímpics; a mi això em va fer molta il·lusió, però per una altra banda també em va suposar un sacrifici en quant als hàbits alimentaris i al meu ritme d'entrenament.

De Madrid a Rio de Janeiro hi havia 15 hores d'avió; l'anada encara, però la tornada amb el canvi horari em va resultar una mica pesat. Però no tot vàren ser inconvenients, vaig poder desfilar sota la bandera del meu país i això per mi serà una cosa que no podré oblidar d'aquella nit màgica. També vaig poder conviure amb atletes d'elit com Teresa Perales o fer-me una fotografia amb la infanta Elena.

"...vaig poder conviure amb atletes d'elit com Teresa Perales o fer-me una fotografia amb la infanta Elena."

El més important per a mi és que malgrat i tot el resultat no va ser gens bo, vàrem quedar novens, durant aquells dies em vaig sentir molt orgullós de poder estar a Rio, entrenant i jugant amb els meus companys d'equip i gaudint de tots els serveis gratuïts que hi havien a la vila paralímpica.

A més a més de la Boccia, també vàrem poder veure la competició de natació i un partit de Rugbi a peu de pista.

Quan va finalitzar la competició, vàrem poder fer una mica de turisme per Rio De Janeiro i visitar el Crist el Corcovat, pujar amb Funicular a veure el Pan de azúcar o fer un dinar acompanyat d' una Caipirinya a la platja De Copa Cabana, a més a més em vaig banyar a la platja d'Ipanema; la gent també ens demanava si ens podíem fer fotografies amb ells i els voluntaris.

Però tot s'acaba i hem de tornar, un cop a Madrid vàrem fer les visites d'agraïments a patrocinadors, i no us enganyo, estàvem molt cansats però davant de la súper rebuda que vàrem tenir per part d'ells era inevitable somriure. Això per no dir quan vaig arribar a l'Aeroport de Barcelona i l'endemà a la Llar Joan Trias, vaig tenir una càlida benvinguda per part dels meus companys i tot el personal.

En definitiva va ser una experiència molt bona i inoblidable.

Escrit per
Benito Sánchez

REHACARE INTERNATIONAL
Trade Fair
with Congress & Forums
Düsseldorf, Germany
4 – 7
www.REHACARE.com
Your year-round Information Portal

Self-determined living

FIRA D'ORTOPÈDIA

REHACARE DÜSSELDORF 2016, MÉS QUE UNA FIRA

El passat mes d'Octubre vam tenir l'oportunitat d'assistir a una de les fires d'ortopèdia més importants a nivell Internacional.

Una fira diferent, especial i per a tothom. Associacions, serveis d'atenció a l'usuari, oci, esport, cultura, viatges, tecnologia, roba, cotxes, professionals de l'àmbit de la rehabilitació, fabricants i distribuïdors de materials, grans i petites empreses, ortopèdics... però sobre tot persones amb un interès comú: la millora de la qualitat de vida de les persones amb diversitat funcional.

Ens va agradar molt veure i viure la quantitat de persones amb diversitat funcional que van assistir a la fira, adults, nens i famílies. Aquesta fira està molt pensada pels usuaris i fabricants, per intercanviar parers i millorar contínuament els productes oferts.

Tres dies solament per recórrer un total de 7 pavellons gegants! Els vam veure tots fent llargues caminades. Cada dia arribàvem a la fira amb molta energia i motxilles buides per omplir-nos de novetats i contactes. I sortíem arrastrant els peus!!!! I amb molta gana!

Allà els usuaris poden provar els nous productes i tenen un descompte si ho compren al mateix moment, com també nosaltres com a professionals podríem comprar certs productes per un preu econòmic. Hem tingut la oportunitat de conèixer productes innovadors i la seva utilitat. I vam veure de primera mà els productes que utilitzem en la nostra tasca diària. També hem pogut provar-los i fer nous contactes, encara que perquè aquests productes puguin ser coneguts i distribuïts en el nostre país, fa falta que els distribuïdors s'interessin i els resulti rentable introduir-les. D'altra banda, vam tenir espais per poder fer intercanvis d'idees amb els propis fabricants del material, ens demanaven l'opinió dels seus productes i quines demandes teníem com a professionals. És molt interessant i enriquidor l'intercanvi entre professionals, usuaris i fabricants de cara a millorar el resultat d'un producte. Creiem que parlar de les necessitats dels nostres usuaris enriqueix el resultat final del producte.

En general, podem dir que vam quedar fascinats per l'experiència, ja que viuen la discapacitat de manera molt diferent a la que estem acostumats a les nostres poblacions, amb més "amplitud" vital, tenen més espai, mes presència. Això ens dóna molta informació de com està enfocada la diversitat als països més nòrdics, on òbviament s'inverteix més en productes de suport que en el nostre país. És clar que n'hi ha novetats, moltes vegades petites millores del que ja existeix. N'hi ha molt avanç en robòtica, en cadires d'esport, en material de posicionament, en productes de suport. N'hi ha molts fabricants asiàtics que volen entrar al mercat europeu. També americans o canadencs. Però repetim, el més important per a nosaltres ha estat el desig comú de millorar els productes perquè millori la qualitat de vida dels usuaris.

No tot va ser anar a la fira, també vam tenir l'oportunitat de conèixer una miqueta Dusserdolf, una ciutat d'Alemanya amb molt d'encant, vam passejar per la vora del Rhin, pels carrers cèntrics de la ciutat...S'ha de dir que la majoria de carrers i els transports públics estan adaptats. També vam gaudir del menjar tradicional d'aquesta ciutat: Codillo al forn!!!!. Encara que una nit ens vam deixar seduir per la simpatia d'una malaguenya i vam sopar "tacos" mexicans!!!

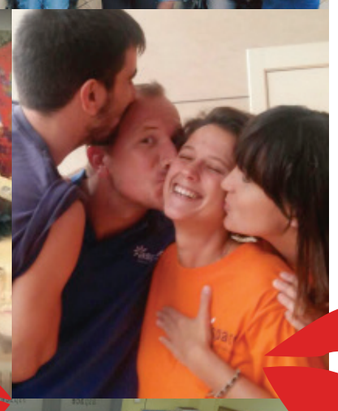
Aquesta vivència ha estat possible gràcies a la col·laboració de alguna de les ortopèdies que ofereixen els seus serveis a ASPACE. La possibilitat de compartir amb ells aquesta experiència ens va permetre conèixer de primera mà el seu dia a dia com a professional i intercanviar punts de vista des de diferents perspectives.

Volem agrair a SUPACE, Ortopedia SOM (Suministros Ortopédicos Meridiana) i Ortopedia PAS la seva invitació per assistir, en especial a Gemma, Antonio i Andreu per acompanyar-nos durant la fira!

Escrit per
Francisca Gimeno, Maider Pereda, Nausica Prats i Carles Varela / Equip de rehabilitació d'ASPACE

Equip de rehabilitació d'ASPACE.

ÉXITO DE LA CAMPAÑA #BESOSDMPC



Este año con motivo de la celebración del Día Mundial de la Parálisis Cerebral, la Confederación Aspace puso en marcha una campaña que se hizo viral en las redes sociales cuyo lema era "BESOS POR LA PARÁLISIS CEREBRAL".

La campaña, que consistía en publicar en las redes sociales una foto enviando un beso con el Hashtag #BESOSDMPC", se hizo viral con una participación que superó las expectativas y donde participaron personajes famosos como el actor Dani Rovira, el presentador Jesús Vázquez, la actriz Maria Castro, la modelo Nieves Álvarez, y el mediático político Miguel Ángel Revilla, entre otros.

Resaltar también la gran participación de los diferentes centros ASPACE repartidos por la geografía española cuya repercusión ha generado un cierto debate en torno a nuestro colectivo en estos días. Comentar también que en diferentes ciudades y para dar a conocer el Día Mundial de la Parálisis Cerebral se organizaron diferentes flashmoobs.

El año pasado fue un selfie, este un beso, y el próximo... sorpresa.

Escrit per
La redacció

#besosDMPC

Fotografías de Verónica con su sobrina Gisela.

LA EXPERIENCIA DE TÍA ME LLENA DE SATISFACCIÓN

Yo tenía aquella pena de no tener hijos porqué me creía que sería incapaz de cuidarlos, de darles la educación adecuada, de darles el cariño que necesitaban. A mí me gustan muchísimo los niños aunque que sean unos demonios como el mag Lari Poppins.

Ahora creo que soy capaz pero con ayuda, os lo digo porqué ahora estoy en proceso de ser tía-madre a la vez.

Tengo dos sobrinos que viven con nosotros: una niña de 7 años y un niño de 3 años. Pero en este articulo os voy a explicar la experiencia con mi niña Gisela.

Me acuerdo del primer día que la fui a ver al hospital. Cuando entré por la puerta la niña abrió los ojos me miró e hizo una mueca, no sé si fue una causalidad y eso me llenó de felicidad.

Estábamos las dos en la cama, la niña era recién nacida, estaba llorando porqué tenia hambre, le metí la punta de mi nariz en la boca y se calló hasta que vino mi hermana y le dio el biberon, pero que conste que tenía la nariz limpia, ja ja!

Cuando mi madre me la traía al trabajo se ponía loca de contenta al verme. La niña tendría 4 o 5 meses gritando tata tata. Su primera palabra fue tata porqué yo la llamo tata. Cada vez el cariño que sentía por ella era más fuerte.

"Cogía una barra de la cuna y la mecía con mis distonías"

Mucha gente me decían (Vero si yo nunca te he visto embrazada) se creían que era mi hija porqué se parece bastante a mi.

Casi todas las noches la dormía yo con la mano que se me mueve más. Cogía una barra de la cuna y la mecía con mis distonías.

Estuvimos dos temporadas yendo a un camping y la niña ya tenia 1 año, ya encontró el truco de subirse a los pedales de la silla de ruedas le daba una vuelta a nuestra calle, cada vez le gustaba más. A los 2 años ya le llevaba por todo el camping incluso a comprar en la tienda del camping, ella sabía si la llevaba le compraría un chupa-chup.

Cuando iba a P3, P4 y a P5 siempre la llevaba yo al cole y la iba a buscar, cuando llegábamos a casa le ponía los dibujos de Dora la Exploradora porqué veía que con esos dibujos la niña aprendía muchas cosas diferentes, no como ahora que mi sobrino ve Spiderman y sólo quiere luchar (no os imagináis lo que hace conmigo).

El año pasado me fui un año a vivir a Barcelona para desapegarme un poco. Fue una experiencia porqué me di cuenta que puedo vivir sola con un amigo pero al mismo tiempo fue un error porqué la niña me necesitaba y eso que la veía los fines de semana pero para ella no era suficiente estaba triste, no hablaba en el cole.

Cuando volví a casa, la niña cambió, más alegre, más abierta con la gente y unas buenas notas en el cole, cuando tiene algún examen me pongo con ella y se lo explico de una manera que ella lo entienda, la profesora me dice, icómo se nota que le ayudas a Gisela a estudiar!

Desde que la niña iba a la guardería estoy en el grupo de padres en el whatssap y por allí nos informamos, nos preguntamos si tenemos algunas dudas y preparamos actividades.

Al principio de este verano la niña le dijo a mi madre que si podría ir conmigo a dar una vuelta por Barcelona (yo vivo en Olesa) y la contestación de mi madre fue: nooo hasta que tengas 10 años.

Estuvimos 2 semanas en un apartamento de Cunit de vacaciones, me llevaba a la niña a pasear.

Cuando íbamos toda la familia a pasear mi madre se dio cuenta que yo estaba muy pendiente de la niña porqué cuando hay mucha gente no me gusta que vaya a mi lado. Me gusta que vaya subida a los pedales de la silla. Cuando va cogida a la silla en los pasos de peatones le digo que se ponga en el lado contrario de donde vienen los coches... si pasa un loco que me toque a mi primero.

Después de Cunit mi madre me dejó llevame a la niña a Barcelona. La primera vez fuimos al cine de Gran Via 2 a ver la película Zipy y Zape, pero nunca más porqué salimos del cine con dolor de cervicales a causa del sitio que tienen reservados para la silla de ruedas (delante de todo). Las dos próximas películas fuimos al cine de Heron City que allí en la quinta fila está reservada para silla de ruedas. Siempre que vamos a Barcelona las dos vamos a parar al mismo sitio para comer, a Macdonals, le encanta, me da de comer y se enfada conmigo porqué bebo poca agua. Ella me da agua a la fuerza y yo lo hago por no hacerme pipi.

Una vez en Heron City había un futbolín pequeño y me dice... "tata porfi jugamos al futbolín?" yo le dije "cariño yo no puedo"... y ella... "va que sí puedes"... finalmente jugamos y acabó mosqueada porqué le gané aún no entiendo cómo lo hice.

Otro día fuimos a la playa del Puerto Olímpico ella jugando con la arena y yo cuando tenía calor me ponía la cabeza debajo de la ducha.

El otro día vino el mago Lari a la Passió de Olesa, y lo fuimos a ver, me gustó más a mí que a ella.

Cuando vamos a los parques quiere que juegue con ella y a veces los niños le preguntan por qué hablo mal y la contestación de la niña es porqué nació mal de la barriga de mi yaya pero yo la entiendo muy bien, y eso es verdad la niña es la persona que mejor me entiende.

No soporta que me vaya con amigos y tampoco soporta que hable con chicos. Por ejemplo, el sábado estábamos en una tienda comprando chucherías y entonces llegó un amigo mío del Instituto que hacía mucho que no nos veíamos y como nos dimos dos besos en la cara y empezamos a hablar, la niña encima mío en lugar de coger las chucherías. La psicóloga que la lleva dice que es normal porqué tiene miedo que me vuelva a ir.

Gracias a ellos saco el niño que todo el mundo tenemos en el interior, con ellos hago muchas payasadas que nunca las hice en mi vida.

A veces me dice la niña: **"cuando se muera la yaya te cuidaré yo y si mi marido no quiere, le mando a paseo"**.

Con este relato autobiográfico, tan real como la vida misma, me gustaría demostrar que un PC no tiene límites cuando hay obligaciones, pero muchas veces no nos dejan tener responsabilidades y asumir obligaciones o bien porqué se piensan que no podemos, que no somos capaces y nos limitan, o bien porqué nos sobreprotegen, sin embargo yo he tenido la suerte de tener una sobrina que es una joya, responsable, cariñosa, y buena, y de tener una familia que me ha permitido ejercer de tía con naturalidad, como cualquier persona a pesar de mis dificultades.

A mis dos sobrinos los quiero como si fueran mis hijos, daría mi última gota de sangre por ellos.

Escrit per
Verónica Pàmies

EL PARE NOEL VISITA L'ESCOLA

DE-PENDIENTES!

Escrit per **Mabel Clavell**

Mabel, junto con Ángel Aguilar del CRA (Centro de recursos y adaptaciones) fueron hace unos meses a dar una charla dirigida a dependientes de comercios, sobre cuál es el trato que se han de dar a personas con diversidad funcional, en concreto con nuestro colectivo. Mabel Clavell, parte de la redacción de la revista quiere compartir con vosotros esta charla tan interesante y didáctica.

Muchas gracias por venir a esta jornada. Soy una chica con parálisis cerebral, soy una chica muy luchadora, lucho para que la gente como vosotros sepan tratarnos igual que a los demás, eso nos importa mucho, porqué nos sentimos una persona más en la sociedad, como sería lo más normal. Pero por desgracia no es así, ya que la gran mayoría de las personas de esta sociedad, cuando ven una persona de estas características enseguida se apartan, como si fuéramos bichos extraños, y esto se tiene que cortar, en todos los campos. Pero ahora vamos a centrarnos en el campo comercial.

Cuando vamos a comprar a un centro comercial, con un familiar o con unos amigos, y la persona con silla de ruedas o con movilidad reducida, que esta eligiendo una prenda de vestir o un producto, y viene el dependiente o la dependienta a aconsejar, pero se dirige a los familiares o a sus amigos, en vez de dirigir a él o ella. Eso nos da mucha rabia, porqué parecemos que no estemos en la conversación y nos ignoran, y nosotros nos estamos enterando de toda la conversación, y muchos de ellos nos tratan como si fuéramos niños pequeños, o nos sonríen, como diciendo (-"Ayy, pobrecitos de ellos") O también (-"Mira que felices que están") iiiiiSin comentarios!!!!

Nosotros queremos que cuando vayamos a un centro comercial, nos traten como a una persona más, tal y como expliqué al principio. Ya sé que la gran mayoría de nosotros, tenemos muchas dificultades para poder hablar bien, pero con un poco de paciencia, por las dos partes, tanto el dependiente como el consumidor, podemos amoldarnos, y con la ayuda de la alta tecnología en comunicación y adaptaciones, como pulsadores, brazos articulados, móviles, tablets, como la que llevo yo ahora, puedo escribir lo que quiero decir, también es más rápido hacer una lista de palabras con frases hechas. Como saludos, para ir a comprar, preguntas e infinidad de temas. Para nosotros es muy importante la comunicación porqué tenemos oportunidades de hablar con gente nueva, etc...

Pero prosigo con el tema de los dependientes de centros comerciales. Si a veces os encontráis con un comprador que va solo con silla de ruedas a comprar, lo primero de todo, no os pongáis nerviosos o nerviosas, luego mirarlos a la cara, es la parte fundamental, para poder tener una primera visión de cómo puede hablar o cómo puede señalar lo que quiere comprar, a veces solemos llevar distintos comunicadores adaptados a la persona, como Sistema SPC, Sistema BLISS, una tablet, un abecedario o simplemente una nota. Entonces sacaremos, nuestro sistema alternativo, para pedir el producto que deseamos comprar, vosotros nos tenéis que hablar como un cliente más, y lo podemos entender todo perfectamente.

Yo había pensado, para un futuro inmediato, hacer una asignatura más, como matemáticas, historia, lenguas, en las escuelas de este tema, para que los niños desde pequeños conozcan nuestra realidad, y en un futuro no muy lejano poder estar en la sociedad más igualados.

Bueno, espero que os haya servido esta charla, para conocernos a nosotros, y cuando veáis alguna persona en silla de ruedas o con movilidad reducida, penséis, de manera diferente, que cuando empecé la charla.

No es complicado, se trata de ser natural, aunque entendemos que hay una serie de estereotipos en relación a este tema que cuesta romper, como el hecho de que nos hablen alto como si estuviéramos sordos, o cuando pedimos una cerveza y se quedan parados (sí, sí que podemos tomar alcohol, y si no, es nuestra decisión)... Muchas gracias a todos.

UN JUEVES

Escrit per **Rosa Ortolà**

En mi pueblo el jueves es día de encuentros, reuniones, almuerzos, cafés y cotilleos. ¡El jueves hay mercado!

No es tanto mercado de comestibles, aunque hay algún puesto de fruta y verdura en un recinto cerrado donde casi nadie compra ¡Es día de mercadillo! Los puestos toman las calles destinadas a este menester, ese día cortadas al tráfico y puedes circular por la calzada sin miedo a que te atropellen.

Es un mercadillo pequeño y muy básico. Los puestos de bolsos, ropa, lencería, caramelos, minerales, bisutería, zapatos, pequeños juguetes y trajes de faralaes, salazón y salmuera, pollo alas, churros, menaje de cocina, flores y plantas, calcetines, retales y cojines, ropa para bebé... No hay ningún puesto de muebles, cerámica o decoración.

Los vendedores son naturales de la zona, nacionales, gitanos, árabes y alguno de color. Como dijo no sé quién: judíos, moros y cristianos conviven en perfecta armonía y compran y venden su mercancía.

No suelo comprar nada, me paseo, miro, toco pero si no voy con alguien que entienda de telas no compro. Algún pantalón para diario ha caído, siempre en el mismo puesto, flores para casa, son más baratas que en la floristería que me gusta aunque no hay variedad, no hay rosas por ejemplo, bolsos sin marca, pero duran y son buenos y alguna piedra que Rubén me explica para qué sirve. ¡Ah! Y ropita para mi ahijada de siete meses.

A parte de comprar o no, hay que saber comprar en un mercadillo, yo no sé pero voy aprendiendo. Te encuentras a personas que no sueles ver durante la semana que saludas, o te saludan, con más o menos entusiasmo. Te paras, hablas un rato, paras la circulación aunque intentas no molestar, las personas mayores la paran más que yo, te encuentras a otra, paras y así hasta atravesar todo el mercado. Te enteras de chismes que, en el fondo te importan un bledo, haces tus gestiones y sigues hasta la plaza del Ayuntamiento y te tomas tu infusión, café, o si tienes hambre un bocadillo, una tostada o lo que sea. Allí está Jose, el del Bar Zorrilla, que como soy clienta diaria, me pregunta para confirmar y me saca mi infusión con pajita incluida, antes tomaba café, me pone el azúcar y me lo remueve, lo cual es de agradecer.

Como el marujeo no me interesa, me pongo en una mesa sola, saludo y observo a la fauna del Zorrilla y la que pasa por la Calle Mayor. Son grupitos cerrados y, rara vez, alguien comparte mesa conmigo, la verdad es que no me importa mucho, no conozco a la gente, sólo de vista, y cuando la comparto se entera medio pueblo, ¡Eso molesta!. Estoy un ratito, últimamente me llevo mi e-book, he retomado el hábito de la lectura, de vez en cuando miro por encima de las gafas porque me llama la atención algún comentario o simplemente observar el panorama. Pago mi consumición, si tengo algo que hacer me voy antes. Camino a casa, me paro en el puesto de Rubén, hablamos un rato de cosas más o menos profundas, le pregunto qué propiedades tiene las piedras y qué son, deshago el camino hecho por la mañana para volver a casa a comer.

A alguien le parecerá aburrido después de haber vivido en Barcelona pero no lo es, es simple y complicado a la vez, las relaciones humanas son así. Aún no me he acostumbrado al ritmo pausado y sin prisas, creo que no me acostumbraré pero me adapto, que no es lo mismo. Empiezo a "tener mono" de viajes, ciudad, compras en grandes almacenes... pero para eso hace falta coche y alguien que lo conduzca. Ya me he puesto en marcha y espero encontrar una suplente de Dora para que descanse de mí y yo de ella, que se pueda coger algún día libre... O sea, que nos sirva "de respiro" a las dos. Por lo demás no echo de menos Barcelona, bueno sí, a mi madre, a mis amigos, tiendas, contaminación, coches, aceras anchas y con rampa, poder coger un autobús y cosas así.

La vida aquí es simple pero queda mucho trabajo por hacer.

FALSES ASSEGURANCES

Escrit per **La redacció**

FORMULARI
PER ASSEGURAR-SE

NOM:
-

Edat:
-

1)Es troba vostè perfecte?

2)Pensa tenir algun accident en els propers mesos?

3)Es posa bufanda a l'hivern?

4)Fa alguna activitat que posi en risc la seva vida?

5)Té cantoneres protectores en els objectes de casa seva?

6)Pensa viure molts anys?

FIRMA:

Fa uns anys, un conegut futbolista, l'Iker Casillas, va fer una campanya publicitària per a una mútua, casa d'assegurances, que segur que recordareu pel seu eslògan: "Me siento segurooo" (al youtube la podeu trobar). Doncs bé, aquest escrit relata tot el contrari, o sigui, que hauríem de dir: "No me siento segurooo...".

Les persones que tenim una qualitat de vida més vulnerable necessitem unes atencions i una prevenció útil de recursos per al nostre dia a dia, per tal de tenir una qualitat de vida el més digna possible. Les assegurances serveixen per donar tranquil·litat a les persones. Són bones eines, eficaces, que et donen pagant una quantitat, una prestació o indemnització segons quin sigui el tipus d'assegurança.

Volíem parlar d'aquest tema perquè fa un temps ens hem assabentat de casos en el nostre entorn, en els quals el tracte degut a la discapacitat ha estat de rebuig o amb un increment important de la quota en comparació a la població en general.

No és un tema qualsevol. Tothom hauria de tenir dret a l'accés a qualsevol tipus d'assegurança en les mateixes condicions, és injust que no puguem aspirar a la mateixa qualitat de vida que tothom. El fet de tenir una discapacitat no significa que tinguem més fragilitat que la resta de la població en general.

Per exemple fa uns anys un amic nostre autònom, es volia fer una assegurança per si es posava malalt i havia d'agafar la baixa. Ja sabem com està el tema dels autònoms. Resulta que en diferents assegurances no el volien agafar, posaven excuses, i eren tot problemes. Aquesta persona es va indignar, fins i tot va escriure una carta al diari, però finalment ho va aconseguir, encara que pagant una prima molt més elevada.
Un altre cas és el d'una parella que volia fer-se una assegurança de salut i quan omplien el formulari d'admissió i arribaven al punt d'explicar la discapacitat física quedaven exclosos perquè es veu que hi ha vàries excepcions. Entendríem que ens haguessin posat una carència de l'esquena per l'escoliosi, però no per a la resta del cos ja que a nivell de salut som com tothom, i podem tenir un mal d'estómac. Finalment a través d'una corredoria d'assegurances que va passar per alt el tema de la discapacitat física van poder donar-se d'alta.

Les assegurances són molt útils per a tothom, però no han de ser falses promeses d'assegurances, han de ser reals i proporcionades.

Per no parlar del tema de les hipoteques... coneixem gent que s'han trobat en situacions vergonyants i s'han aixecat de la taula del banc o caixa.

Moltes vegades en aquestes situacions les assegurances, o les empreses, pretenen que responguin els pares per nosaltres, d'alguna manera ens incapaciten, degut al desconeixement absolut de la paràlisi cerebral i altres discapacitats, sovint es pensen que no podem raonar i per tant decidir per nosaltres mateixos. No saben res, no saben com estem i ens fan sentir malament.

En certa manera no descobrim res de nou, vivim en una societat que en comptes d'enfortir a les persones vulnerables, ens fa més vulnerables i dependents de tercers.

Si teniu alguna experiència d'aquest estil, o al contrari, positives en aquest camp i la voleu compartir ens la podeu enviar a connexio@aspace.cat

VIAJAR EN AVIÓN EN SILLA DE RUEDAS ELÉCTRICA, UNA GRAN AVENTURA

Escrit per **La redacció**

Una vez más, queremos compartir nuestras reflexiones basadas en la nuestra propia experiencia. En esta ocasión nos hemos centrado en el hecho de viajar en avión, y todo lo que conlleva. Seguro que a muchos de vosotros os suena el tema.

Viajar en avión, gran aventura o gran tortura, no sabemos cómo definirlo, mejor dicho gran tortura china. Hablando del tema de las paraolimpíadas y el viaje a Brasil, se nos vinieron a la mente muchos recuerdos de nuestros viajes en avión, ya sea por tema de deporte (Boccia, Eslalon, Fútbol)... o por ocio, justo ahora hace 30 años que viajamos un grupito (Jordi Cabrera, Miguel Quintero, Rosa Ortola, Toni Molina, Jaume Soler) entre otros, con la ACU (Asociación Cultural Urbana) a Túnez pero en aquella excusión no tuvimos problemas porqué viajamos con sillas de ruedas manuales (plegadas en la bodega del avión), y un comandante muy amable.

Los problemas de verdad han sido básicamente cuando queríamos viajar con nuestra silla eléctrica, aunque todavía nos acordamos de cuando con el equipo de Básquet adaptado del San Rafael, en un viaje a Melilla, nos hicieron viajar primero a nosotros y luego a las sillas manuales porqué no cabían en el mismo avión y llegamos al pabellón y las sillas no aparecían....

El problema de la silla eléctrica, básicamente es el tipo de baterías, es por un tema de seguridad. El personal del Aeropuerto te ve llegar en eléctrica y poco más que se esconde, aunque cuando hayas hecho la reserva del billete en la agencia de turno pasas toda la información que te piden (peso, medidas, tipo de batería etc...), cuando llegas al Aeropuerto el personal no está ni informado, ni preparado, incluso en alguna ocasión nos habían dicho que la silla no podía viajar, así tajante, como al que le dicen que tiene que dejar la colonia, que si no nos podían dejar alguna silla en el destino, a continuación hay el típico debate acalorado de "mi silla va conmigo" y al final después de contestar que sí que la batería se puede desconectar, se soluciona el tema, no sin un buen calentón.

Es bastante indignante, es un calentón que se podría evitar porqué en el momento que haces la reserva del billete, ya está todo bien especificado, sin embargo a día de hoy aún pasa. Incluso aunqué vayas con el salvoconducto de la selección española. En una competición de boccia no nos querían dejar viajar a los once jugadores, según el comandante hay una normativa que no pueden viajar más de 5 sillas, pero bien teníamos los billetes, y en el viaje de ida no nos dijeron nada. Supongo que depende del comandante, "gracioso de turno".

Bueno y finalmente el espectáculo de entrar en el avión, a menudo somos los últimos de entrar y como los asientos reservados están al final o al principio del mismo, somos el centro de todas las miradas, como en el circo, aunque hay gente, pobres, que no saben dónde mirar.

Nos preguntamos si hay alguna compañía que tiene el hueco reservado para que puedan subir las sillas a cabina, como el autobús y el metro, y no haría falta desmontar las baterías y tanto tinglado, sería más como para todos nosotros, y el resto del pasaje. Sería ideal, si alguien lo sabe, que nos mande un e-mail a connexio@aspace.cat con la información.

Col·laborardor de la revista.

gracare
Institut català d'ajudes tècniques

I SI TINGUÉSSIM LA CLAU DE LA PLENITUD?

És intrínsec a l'ésser humà la cerca de la felicitat, però què és la felicitat? Em resulta un concepte massa ampli i eteri com per donar una definició acadèmica. En tot cas diria per una banda que esdevé un valor fonamental per a la humanitat i, alhora, que, per a mi, té molt a veure amb el sentiment de plenitud. Quan ens sentim plens experimentem també una major sensació de felicitat.

L'altre dia, mentre prenia cafè amb una amiga, m'explicava com gaudia de la seva feina de mestre, en tant, que per a ella era important contribuir al desenvolupament integral dels infants. Sovint estava cansada, podia sentir moments de mandra, li calia un esforç, però, per sobre d'aquestes resistències, prenia més força la satisfacció de contribuir a aquest desenvolupament infantil. També, un altre amic que s'havia trencat un turmell compartia amb mi com aquell accident tenia un sentit per a ell en tant que li feia prendre consciència d'algunes dinàmiques vitals a modificar. De fet, jo mateix he viscut aquestes dues sensacions de replantejar-me què és important per a mi i donar sentit a allò que em passa i no controlo. Formen part de la meva manera d'entendre la plenitud.

La sensació de plenitud es produeix quan donem un sentit a allò que fem i vivim. Entenem sentit com una raó de ser, un motiu o motivació, un "per a què". Se sustenta en tres actituds. Una primera seria el actuar amb coherència amb els nostres valors, la segona té a veure amb trobar un equilibri entre superar els propis límits i acceptar-los quan s'imposen, i la tercera amb trobar aquest "per a què", allò que ens passa i no controlem, o com a mínim confiar que existeix; acceptar.

Així doncs, els valors juguen un paper important en el fet de sentir plenitud. De fet, Simon Doland, catedràtic de la psicologia del treball a ESADE, ha dut a terme estudis on determina una relació directa entre incoherència amb els nostres valors, estrès i malaltia. Quan no estem enfocant les nostres accions en la línia dels valors que ens mouen, experimentem estrès, el qual és alhora precursor de patologies físiques i mentals.

I, què és exactament això dels valors? M'agrada definir-los com conceptes als quals nosaltres, sigui de forma individual o col·lectiva atorguem un valor, és a dir, fem que prenguin una determinada importància per a nosaltres. El propi concepte de plenitud esdevé valor, des del moment que jo declaro que és important per a mi viure en un estat de plenitud. Alhora, aquests valors, com si d'una brúixola es tractessin, ens indiquen cap a on encarar la nostra vida, què volem fer a nivell professional, quines actituds adoptem davant les realitats en que ens trobem, quin món volem construir.

Em sembla interessant doncs encetar espais com aquest on tinguem l'oportunitat de provocar reflexió al voltant dels valors, anar-los identificant i donar pinzellades del possible significat de cadascun d'ells. Val a dir que aquest pot variar d'una persona a una altra en funció de les creences que elles posen darrera de cada valor. En la mesura que, mitjançant la reflexió i l'autoconeixement siguem capaços i capaces d'anar explorant aquest terreny dels nostres valors, posant ordre i, si s'escau, redirigint les nostres accions, en conseqüència, viurem amb una major sensació de plenitud i salut. Així doncs, seguirem en propers números.

Escrit per **Ismael García Fernández / Escriptor/Coach**
www.elracodelismael.cat

Josep Calderón amb el seu fill Marc a la cursa dels Nassos.

Papa, tu pots, continua!- En aquell moment jo ja no podia més. Fèiem junts una duatló, havíem corregut ja 5 km empenyent la cadira de rodes, i 10 km més amb la bici. Estàvem a punt d'arribar però aquella última pujada que venia se'm feia impossible, i li vaig dir "Marc, haig de parar no puc més". Llavors vaig sentir com em cridava, ell, que gaire bé encara no parlava, tot i tenir quasi 6 anys. Vaig girar el cap, i allà estava el Marc, cridant-me, animant-me. Després tot va ser baixada.

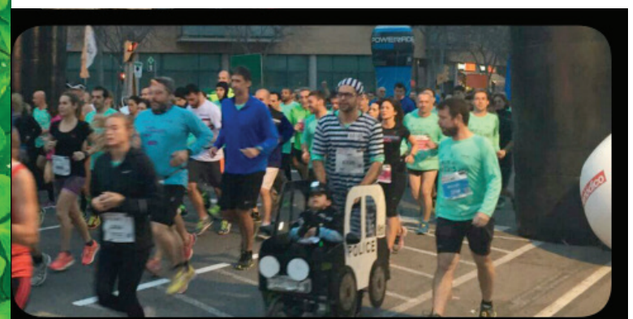
"Tu pots, Continua!", neix amb la intenció de ser una col·laboració fixa en aquesta revista. Fa temps que el Marc i jo estem relacionats amb ASPACE d'una o altra manera des de ja fa molts anys, començant assistència a Montjuïc per passar després al Centre de Recursos d'ASPACE (CRA). De fet al 2011 vam publicar un llibre sobre els primers dos anys d'en Marc, "Cartes i poemes des d'una cadira", els beneficis del qual van ser donats a ASPACE. Per això, quan va sortir l'oportunitat de col·laborar amb la revista Connexió, no ens ho vam pensar. Podia ser interessant compartir les experiències i els sentiments que sorgeixen quan un pare i el seu fill amb paràlisi cerebral, comparteixen un hobbie, en aquest cas esportiu, com poden ser les curses populars. I és que crec que no us podeu imaginar lo bé que ens ho passem, i lo famós que s'està fent el Marc!

Com a pare, és un plaer difícil de descriure, el fet de poder compartir amb el meu fill una activitat esportiva que ens agradi a tots dos.

Que el Marc té paràlisis cerebral? I què? Això no ens és cap impediment per córrer junts i divertir-nos.

Que requereix més esforç? Sí, és clar, però les coses fàcils no aporten tanta recompensa i qui més qui menys s'ha d'esforçar d'una o altra manera cada dia.

Però no és només el moment de la cursa, és tot plegat. És parlar els dies abans per recordar que el diumenge tenim cursa i ens haurem de llevar d'hora. És anar els dies abans a la fira del corredor a buscar el dorsal, anar corrents al llistat de participants per veure si troba el seu propi nom com un més, preparar tot l'equip la nit abans (la samarreta, posar el xip a les seves bambes, col·locar el dorsal amb els imperdibles a la seva samarreta...). És arribar als calaixos de sortida i que em digui "papa, baixa'm de la cadira que haig de fer els estiraments", i mentre l'aguanto amb una mà, amb l'altra li doblego una cama, l'altra, un braç, l'altre... Se sent un més. La resta de corredors el veuen i li parlen, de fet, alguns ja el coneixen de coincidir en el mateix calaix de sortida per temps d'altres curses. Ell, que ja amb set anys ha aconseguit poder parlar una mica millor, no para de preguntar mil coses a uns i altres. Comença el compte enrere, els nervis, el riure impacient, els ànims dels corredors veïns...3,2,1...Tret de sortida!! I ja comença demanant pista "Cuidadoooooo, rodaaa!" per avisar que portem una roda pel davant i que s'apartin i vigilin de no caure.



Ja portem moltes curses a les nostres esquenes, més de 30 ja, la majoria a Barcelona però també les del nostre poble, Blanes. Les de la Mercè, la de bombers, la Jean Bouin, la del Barça, Corte Inglés, Mar i Murtra i Sant Bonós (a Blanes), la mitja marató de Barcelona i un llarg etcètera entre les que són imprescindibles, la dels Nassos i la de la Paràlisi Cerebral.

Marc Calderón a la cursa En marxa per la Paràlisi Cerebral.

La dels Nassos perquè sempre anem disfressats, la cadira inclosa, i les setmanes prèvies construint entre els dos l'estructura per la disfressa de la cadira, es tornen en una altra activitat de lleure compartida divertidíssima. L'any passat fins i tot vam pujar al podi a recollir copa... lo bé que senta de vegades ser el segon!!

I la de la paràlisi per l'emocionant que és. Aquest any, a més de la cursa de 6 km amb la cadira, el Marc va participar per primer any en solitari a la cursa de 1 km, amb el seu caminador. No es podia estar més feliç, i això que era l'únic que ho feia amb caminador, de tant en tant havia de descansar i, poc a poc, va anar quedant l'últim, però encantat perquè la policia motoritzada li feia de "cotxe escombra".

Tot és alegria, arribem...falten pocs metres per creuar la meta i el Marc accelera el ritme amb els nervis de creuar tot sol. Ara sóc jo que li torna aquella frase que el Marc em va dir un dia i que porto tatuada al braç: TU POTS MARC, CONTINUA!

Escrit per **Josep Calderón / Pare d'un nen de CCEE**

EL PIRAÑA DE VERANO AZUL, DIRECTOR DEL CEAPAT

(Centro de Referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas)

Este año la mítica serie "Verano Azul" ha sido noticia porqué se celebra su 35 aniversario. Seguro que todos recordamos dicha serie, incluso las nuevas generaciones habrán oído hablar o visto porqué la reponen casi cada verano. Pero, para nosotros esa no ha sido la noticia, la noticia es el "Piraña", aquel entrañable, divertido, comilón chico pecoso de 9 años, uno de los personajes más recordados.

Qué sorpresa la nuestra cuando nos enteramos, que Miguel Ángel Valero, alias "Piraña", tiene una gran vocación de servicio a los demás, dicho por él, y ha colmado dicha vocación con el nombramiento de Director del Centro de Referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas técnicas (CEAPAT). Como ingeniero electrónico que es hace años que trabaja para hacer más fácil la vida de las personas con diversidad funcional aplicando la tecnología (esto nos suena muchoooo...). Él mismo, según ha explicado, es consciente que queda mucho por hacer, por ejemplo juguetes adaptados, o viviendas tecnológicamente accesibles (domotización) para las personas que no pueden abrir la puerta, ventanas, persianas...

Tal como era en la serie el "Piraña", Miguel Ángel Valero, se ve que es una persona muy optimista. Su lema es que "hay que ser optimista en la vida....". A nosotros nos ha impactado gratamente que haya encaminado su vida para hacernos la nuestra más fácil, es nuestro "Ángel" y desde su posición de poder puede hacer muchas cosas por nosotros. Como él, vamos a ser optimistas y según sus propias palabras, creer que "se pueden hacer infinidad de cosas" para hacer la vida más fácil a las personas.

Ojalá el Piraña tenga tanto éxito en su trabajo como lo tuvo en la serie y nuestros veranos sean veranos azules. Gracias Miguel Ángel, gracias Piraña por dedicarte a nosotros, y si no, siempre tenemos a nuestro queridísimo Àngel Aguilar que nos hace la vida más fácil.

Escrit per **La redacció**

Por cierto, si vienes a Barcelona, nos encantaría hacerte una entrevista!

JA ESTÀ TOT APUNT!

Víctor Herrero, amic i component de la redacció de la nostra revista, és una persona emprenedora, alegre, i amb moltes ganes de treballar. A més de buscar feina, fa temps que treballa en el seu propi projecte. Vol crear una marca amb valor afegit, i tot seguit ens ho explica. Us animem a col·laborar i ajudar el Víctor a fer realitat aquest projecte.

Prepareu-vos pel Boom de Civit, una marca amb diversitat funcional.

Entitats, dissenyadors, publicistes, durant molt de temps, hem estat donant-li forma a una idea potent, emocional i original, que finalment ha esdevingut en una marca. La qual està buscant finançament mitjançant la plataforma de crowdfunding Verkami.

Escrit per **Víctor Herrero**

Tot seguit us expliquem que és Civit i el perquè de la seva importància:

Veureu, Civit és la nova marca que plasma, mitjançant dissenys originals, els instants quotidians identificatius de la societat en la qual vivim, per tal d'integrar la diversitat. Tenim un doble objectiu: d'una banda, aportar humor i ironia en els nostres productes i, de l'altra, crear i difondre continguts crítics que impulsin processos de transformació social, amb la diversitat com a eix vertebrador de la nostra societat. Creiem en la necessitat de la nostra marca, ja que aposta per la diversitat no com un exercici d'estil buit, sinó com a forma i fons d'un missatge: ser divers és ser normal. Per això, el principal esforç de Civit serà el transmetre la quotidianitat de la diversitat per incorporar el concepte en el nostre dia a dia per tal de suprimir la intolerància.

Dit això, ara us toca a vosaltres, decidir si us engresca la idea tant com a nosaltres. Així doncs per si voleu ampliar informació i/o participar, aquí teniu el web.

https://goo.gl/FBV6e8

CUENTA_MEC !!

Com sempre ens trobem un dijous més a la tarda debatent diferents temes per aquesta secció. Valorem explicar una història molt divertida, que per unes hores va posar l'escola en alerta màxima; "la fuga de la Pili i la Mercedes"; ho explicarem en un futur...

Finalment com qui no vol la cosa ens veiem parlant d'un tema tècnic, que ens afecta a nosaltres encara que no som tècnics.

Recordem fa molts anys quan vàries persones que participem en la redacció de la revista, veníem a l'escola del Centre Pilot, concretament la feina que fèiem amb la logopeda, que ens ajudava molt en el tema del llenguatge, a fer la nostra parla el més intel·ligible possible, amb la comunicació alternativa, amb exercicis de respiració (bufar i apagar espelmes), de fet tenim un deute amb aquest professional, sempre recolzat pels altres (mestres, fisios, terapeutes ocupacionals, monitors ...) a qui estem molt agraïts.

Tanmateix, la figura professional del logopeda, suposem que degut a que la seva formació ha evolucionat, també és tècnic de deglució. Abans no es posava tant el focus en la deglució, l'hora de dinar abans era un "divertimento" , i cadascú menjava com podia i els professionals li adaptaven el dinar de la millor manera, de fet a l'hora de dinar treballàvem molt el fet de ser el més autònoms possible, encara que per nosaltres fos una mica feixuc i que mengéssim una mica de tot , i ara, no sabem si a l'escola també, ens sentim una mica observats, hi ha com una mena de calma tensa i estan molt pendents de la deglució.

De fet a una de nosaltres que amb prou feines porta vuit mesos en un dels centres d'adults li han canviat la forma d'alimentar-se, sempre menjava com volia, bé, lògicament tallat en trossets petits..., i ara degut a que tossia i després de fer-li una prova anomenada MEC, li han adaptat les textures. Que vol dir adaptar les textures? Doncs, segons quins aliments s'han de triturar, com la carn, la pasta i el pollastre, s'ha de vigilar amb les dobles i triples textures (pasta, caldo...), i altres coses que hauria d'explicar algun tècnic.

Ja ho acceptem, però entre poc i massa, per moments sembla que hi ha un excés de cel en aquest tema, entenem que és un tema molt íntim, ja tenim prou dificultats, no cal enumerar-les (no poder ni saltar, ni cantar, ni ballar...). S'han de valorar molt bé els pros i els contres ja que una cosa que podem gaudir, com el gaudir dels aliments, valgui la redundància, la perdem abans d'hora.

Nosaltres podem decidir. És un tema a reflexionar entre tots.

Escrit per **La redacció**

DULCE NAVIDAD O NAVIDAD AMARGA

En aquesta ocasió i tenint en compte que quan surti aquest número de la revista Connexió Aspace, tot just acabaran de passar les festes de Nadal, hem pensat reflexionar justament envers a aquest tema, el Nadal.

La idea sorgeix de la gran divisió que hi trobem en el propi ambient de la redacció de la revista, on hi havien dos punts de vista molt contraposats. De manera, que una tarda ens vàrem dividir en dos grups: un, que defensava el fet de que el Nadal ja no era el mateix (ni molt menys), i que troben molta hipocresia en aquest tema, i un altre, que encara defensa els valors tradicionals del Nadal, admetent que el temps ha transformat certament alguns hàbits. A veure què us sembla. Podeu dir la vostra a connexio@aspace.cat

LA HIPOCRESIA DE LA NAVIDAD

La Navidad ya no es lo mismo que antes. En la época de nuestros padres, la Navidad tenía un sentido y un tiempo. Antes estábamos deseando que llegaran las fiestas de la Navidad por todo lo que representaban, se reunían las familias alrededor de una buena mesa y como cosa excepcional se comía todo aquello que durante el año era muy difícil o imposible poder comer. No hace falta que enumeremos todos los productos que se comen en las Navidades. Antes se decoraba la casa, se adornaba el árbol, se hacía el Belén, la juventud tenía espíritu navideño, en las comidas navideñas se cantaban villancicos, se iba a la misa de gallo, se mandaban postales felicitando las fiestas a todo el mundo...

Hoy en día podríamos decir que las Navidades se han convertido en las fiestas de la hipocresía y el consumismo, porqué podemos comer de todo cualquier día. La comida ha dejado de ser una cosa excepcional, no sabemos si las familias se reúnen por devoción o por obligación, y luego durante el año si te he visto no me acuerdo. Ahora ya hay quien decora la casa y quien no (para qué? si no lo va a ver nadie...), adiós al espíritu Navideño, se está perdiendo casi todas las cosas típicas o tradicionales de la Navidad, ya casi nadie canta villancicos, por no hablar del tema de ir a misa... La mayoría de gente ya no se acuerda de lo que es una postal, etc... Lo que se lleva ahora es felicitar las fiestas por WhatsApp y redes sociales, se han convertido en las fiestas del consumo, hay que comprar de todo, como si no hubiera un mañana, por no hablar de la Lotería que nos dejamos una pasta y nunca nos toca.

Conclusión: las Navidades son para los niños, porqué ellos son los verdaderos protagonistas de estas fiestas, y sin ellos no hay espíritu Navideño.

Escrit per **La redacció fondo sur**

NADAL 2.0. EL SENTIMENT NADALENC NO S'HA PERDUT, S'HA ACTUALITZAT.

Parlant de la nostra infantesa i d'aquells moments més especials, coincidim en que el Nadal era un dels moments més desitjats, emotius i màgics de l'any, i de fet de la nostra vida.

Ja fa molts anys que celebrem el Nadal com a adults, i també ens continua il·lusionant i tenim moltes ganes de que arribin aquestes dates perquè ens agrada gaudir de les reunions familiars, veure l'emoció dels nens i nenes, nebots, nebodes, fills i filles de la nostra família i la innocència amb la que fan cagar el Tió (cosa que ens transporta a quan nosaltres érem petits), infants que es passen la tardor preguntant quan arribarà el Nadal. També ens agrada perquè és una època en la que les persones som més generoses, pensem en els altres, en quin regal els agradarà, en quin dinar podem fer perquè estiguin contents quan tenim convidats a casa, en enviar felicitacions (utilitzant més el e-mail que el segell), i també en aquestes dates a nivell social s'organitzen campanyes solidàries que ens conviden a participar com la Marató de Tv3, el banc d'aliments, campanyes de Càrites, o el "Inocente Inocente" d'antena 3... campanyes que ens recorden en aquestes dates que una societat com la nostra: consumista, egoista, egocèntrica, anàrquica, agressiva, i trepa que els valors d'una societat com cal són tot el contrari, són generositat, companyonia, amabilitat, altruisme... o sigui els valors del Nadal. És molt important tenir una època de l'any on predominin aquests valors i que ens fa sentir bé amb nosaltres mateixos.

Som conscients que fa 30 anys era un altre moment, i amb el pas dels anys tot ha evolucionat, també el Nadal i els costums.

Començant perquè els nens i nenes són més espavilats que abans, i tenen la sort de la irrupció d'un "paio" com el Papa Noel que es cola per les xemeneies, i també els hi porta regals, continuant perquè les famílies, ara, sovint es reuneixen en masies o restaurants, ja que és difícil amb el ritme de vida que portem organitzar un dinar o sopar amb tanta gent a casa, també les xarxes socials tenen el seu protagonisme en el Nadal 2.0, poques postals però felicitacions massives per whatsapp, twitter... Podem afegir en aquesta evolució dues coses més que han canviat quasi radicalment. Una és la missa del Gall, abans era una tradició anar-hi i ara és un tema més minoritari, tanmateix si aconseguíssim "linckar" la missa del Gall a les xarxes socials "otro gallo cantaria", i la segona és el clima, on són els Nadals freds de bufanda, de "plumón y moquillo"? El Nadal 2.0 és un Nadal més tropical.

Per acabar volem reflexionar en un altre canvi comparat en un temps passat, el protagonisme que ha agafat el consumisme en la nostra societat, i concretament en aquestes dates. Es parla de festes consumistes i realment és cert que en això se'ns va una mica la mà, però això és una opció personal, cadascú pot triar com vol viure aquestes dates tan especials, evidentment a nosaltres ens agraden els valors nadalencs, no cal ser austers però tampoc sucumbir al consum desmesurat.

Recordem a les persones que estimem, a les que falten, i siguem feliços. Bon Nadal.

Escrit per **La redacció fondo norte**

ELS HEREUS D'EN CUIXART

CUIX_ART & COIX_ART

Tal com vàrem proposar en el número anterior de la revista, en aquesta secció volem tenir un record pel nostre amic Martí Cuixart, i publicarem petits escrits, poemes, narrativa... que ens envieu a connexio@aspace.cat

MI CORAZÓN Y YO

Yo no estoy para pensar ahora,
ayyy, si yo te contara,
me voy a callar.
Ayyy, esto qué es,
qué me pasa,
es increíble,
Ya está.

¡Qué! es que acabo de llegar,
me tengo que situar,
me tiro todo el santo día viendo a mujeres,
porqué en mi corazón,
ahora, no hay ninguna mujer.
Estamos solitos,
él y yo.

ANÓNIMO

IMPRESSIÓ I DISSENY RESPONSABLE

IMPRESSIÓ DIGITAL
MAILINGS I MANIPULATS
SERVEIS DE SECRETARIA
ESTUDI DE DISSENY

ASPACET
Centre Especial de Treball

ASPACET el **Centre Especial de Treball d'ASPACE Barcelona,** és una iniciativa social que té com a objectiu formar i integrar laboralment persones amb paràlisi cerebral i altres discapacitats en els diferents àmbits de treball.

aspace INSTITUT FUNDACIÓ PRIVADA

C Marc Aureli, 16 baixos | 08006 Barcelona
Telf: 93 200 35 68 / Fax: 93 531 18 83 / aspacet@aspace.cat

DOBLE V DOBLE V DOBLE V

1. SENSIBILITZACIÓ SEXUAL

http://salutsexual.sidastudi.org/es/search?search=simple&text=discapacidad&search=

Actualment s'està fent un cicle de xerrades a la nostra associació, dirigides principalment a pares per tractar el tema de la sexualitat. S'encarrega d'aquesta formació la nostra amiga i Psicòloga Sexòloga, Gemma Deulofeu, que ha col·laborat en diverses ocasions amb la revista.

És recurrent que s'hagi de parlar del fet de reconèixer que totes les persones tenim dret a viure la seva sexualitat. És bo que és faci una bona feina amb els pares ja que sovint són la primera barrera. I, esperem, que la cosa no quedi en la teòrica.

Li vàrem demanar a la Gemma una recomanació en forma de pàgina web i ens ha aconsellat aquest link on podreu trobar diferents materials i campanyes de sensibilització en aquest tema per a persones amb diversitat funcional. És una web amb el suport de l'Ajuntament.

2. NOTÍCIES CIENTÍFIQUES

http://www.lavanguardia.com/autores/josep-corbella.html

Josep Corbella és periodista de La Vanguardia, responsable de la informació de ciència i salut des del 1993. Fa temps que volíem suggerir alguna pàgina sobre notícies científiques i hem pensat que pot ser interessant. Aquí trobareu els articles que escriu amb temes d'actualitat científica i mèdica molt interessants.

3. RECERCA DE FEINA

https://www.mercadis.com/
https://ofertas.fundacionadecco.es/candidato/ofertas/ofertas.aspx

Us presentem un parell de webs especialitzades en la recerca de feina per persones amb diversitat funcional. Podreu registrar el vostre Currículum i apuntar-vos a les ofertes que us encaixin. Sort!

4. APP COMUNICAT

https://play.google.com/store/apps/details?id=appinventor.ai_psicovan_virtual.comunicant&hl=es

La nostra amiga i col·laboradora, la Vanesa Fuentes, ha desenvolupat a partir de la seva pròpia experiència i necessitat una App molt sencilla d'utilitzar i eficaç.

És una App que com el seu nom indica ens pot ajudar en la comunicació. Pots configurar la mida de la lletra, la reproducció de text a veu... La podeu trobar al playstore de Android, valorada amb 3,4 punts sobre 5. De fet va ser seleccionada pel concurs famós "Apps para todos".

1. SENSIBILITZACIÓ SEXUAL
2. NOTÍCIES CIENTÍFIQUES
3. RECERCA DE FEINA
4. APP COMUNICAT

Si coneixes alguna web interessant o vols compartir alguna aplicació ens ho pots enviar a connexio@aspace.cat

7 DIFERÈNCIES

Per **Rulex** / **La redacció**