



**La Dirección General
de la Policía firma
un convenio de
colaboración con Amifp**

**Especial:
Terapia Ocupacional en Amifp**

**Entrevista a
Laura del Pozo Camina - escritora**

**Colaboración de
Mariano Casado (Plena Inclusión)**

sumario

Editorial	3
Tú también opinas	4
Noticias AMIFP	5
Amifp Extremadura	11
Especial: Mariano Casado: Siempre con las personas más vulnerables	12
Reportaje: Terapia Ocupacional	14
Entrevista: Laura del Pozo Camina	16
Te interesa: lectura fácil	18
Residencia FUNDAMIFP	22
Pasatiempos	24
Cuento: La niña pobre que quería ser rica - Mayte Mayor	26

Amifp en las Redes Sociales



EDITA

Asociación a favor de personas con discapacidad de la Policía Nacional (AMIFP)

COORDINACIÓN Y EDITORIAL

Andrés Torquemada Luengo
Director - Gerente de AMIFP

REDACCIÓN

Alba Vila
Comunicación de Amifp

COLABORACIONES

Trabajadores de Amifp y Fundamifp y de Amifp (Sede de Badajoz)

Mariano Casado
Presidente de Plena Inclusión Madrid

Maribel Martínez:
Directora de Residencia Fundamifp

Lucía Rodríguez
Terapeuta ocupacional de Amifp

Marta Caldito (beneficiaria de Amifp en Badajoz)

Baltasar Salgado (usuario de Amifp)

LECTURA FÁCIL

- Adaptación de noticias a lectura fácil:

Adapta - Plena Inclusión Madrid

- Validación de noticias en lectura fácil:

Adapta - As.pi.mip

- Logo Lectura Fácil:

© Logo europeo de lectura fácil:

InclusionEurope. Más información

en www.easy-to-read.eu

IMPRESIÓN

Taller Imagen, S.L.

D.L.: M-24029-2013

DELEGACIONES AMIFP

SEDE CENTRAL

C/ Fomento, 24 - 3ª Planta
28013 Madrid

Tel.: 91 548 81 07 - 91 548 81 04

Fax: 91 548 81 04

e-mail: amifp1@amifp.org

AMIFP MURCIA

Avda. Academia Gral. del Aire, 353
30720 Santiago de la Ribera (Murcia)

Tel.: 968 18 59 33

Fax.: 968 18 42 11

e-mail: residencia@fundamifp.org

AMIFP EXTREMADURA

Avda. Santiago Ramón y Cajal, 1
06005 Badajoz

Tel: 924 24 07 94

e-mail: extremadura@amifp.org



Desde el 13 de marzo, día anterior a la declaración del Estado de Alarma en nuestro país, como consecuencia de la crisis sanitaria originada por el coronavirus (COVID-19), en Amifp se instauró el teletrabajo, renovándose de forma sucesiva hasta el pasado 11 de mayo, fecha en la que empezamos a combinarlo con el trabajo presencial, éste último en mayor medida.

La vuelta fue organizada, como es lógico, siguiendo las instrucciones de las autoridades sanitarias y laborales, adoptándose todas las medidas preventivas y de protección de la salud y seguridad de los trabajadores. A tal fin, se cuenta con el oportuno Plan de contingencia que ha de tenerse muy presente en nuestro día a día. Continuamos primando la atención telefónica a nuestros beneficiarios, si bien reanudamos ya la intervención directa en aquellos servicios, cuyos usuarios así lo requieren, tales como la atención psicológica, terapia ocupacional, trabajo social. En estos casos, aplicando el protocolo sanitario pertinente, tanto para las familias como para los trabajadores.

Como muchas otras entidades del tercer sector, y concretamente del ámbito de la discapacidad, hemos debido adaptarnos a la nueva situación vivida y que aún permanece, reorientando y reorganizando los diferentes servicios de Amifp. En este sentido, se han celebrado y hemos participado en diferentes reuniones, jornadas, talleres, conferencias y asambleas, vía telemática.

De la misma manera, varias de nuestras propias actividades se han organizado y desarrollado online, destacando el buen nivel de participación de las personas con discapacidad y sus familias, lo que ha permitido, sin duda, mantener una importante “presencia” en la distancia.

Todo ello, sin olvidar la permanente comunicación telefónica que hemos mantenido con nuestros socios y beneficiarios, ofreciendo apoyo y asesoramiento, tan importantes durante todo este período de preocupación e incertidumbre, en el que nos hemos visto

inmersos. El mero hecho de haber podido estar cerca de aquellos que han tenido mayores dificultades por diversas circunstancias, ha reconfortado nuestra labor y ha abierto nuevos canales de comunicación y de prestación de servicios.

Ante este nuevo escenario de crisis sanitaria y económica, realidad que nos acompaña desde hace ya algunos meses, nos enfrentamos a importantes retos, en los que las entidades del ámbito social y sociosanitario, precisamos del respaldo de las distintas administraciones y de la sociedad en su conjunto. En nuestro caso concreto, debemos seguir haciendo visible, aún más, si cabe, la discapacidad, y reivindicando la defensa de los derechos de todas las personas con discapacidad y de sus familias.

Solo la ilusión de avanzar en la consecución de nuestros objetivos, nos permitirá hacer frente a la tristeza que esta pandemia ha sembrado en la sociedad española.

¡GRACIAS a la gran familia de Amifp y a todos aquellos que, de una forma u otra, nos apoyáis y permitís que continuemos con nuestra labor diaria!

Andrés Torquemada
Director-Gerente de Amifp.



tú, también opinas

Envíanos tus cartas antes del 21 de diciembre de 2020,
con tu nombre completo y D.N.I. a la Sede de AMIFP en Madrid.

Estimado director:

Mi nombre es Baltasar Salgado García, soy socio colaborador de Amifp desde el año 2011, a lo largo de estos años he participado en muchos talleres y actividades de esta asociación. También, el pasado año, trabajé durante algunos meses en la sede que la Asociación tiene en Madrid, ayudando con labores de actualización de bases de datos. Esta acción me ha ayudado a crecer tanto laboralmente como a nivel personal.

En los meses de octubre a diciembre del año pasado Amifp, en colaboración con Psicodis, realizó un programa llamado *Coaching para la mejora de la empleabilidad* en el cual participé y aprendí a como conocerme tanto a nivel laboral como personal y también a cómo enfrentar una entrevista de trabajo y a desarrollar ciertas aptitudes frente a una entrevista.

Como decía anteriormente, he participado en muchos talleres, actividades y servicios. Entre ellos, el Servicio de Psicología (donde tengo que decir que me encuentro muy a gusto y que a lo largo de estos años de participación he mejorado mucho tanto psicológicamente como personalmente). También he participado en el servicio de Inclusión Laboral (SIL) donde me han ayudado a mejorar mis aspectos laborales.

De igual modo, he colaborado como voluntario en una de las Carreras solidarias contra el suicidio, organizada por la asociación La Barandilla y Amifp. El año pasado colaboré en la ayuda y preparación de documentación a entregar a los socios en las Jornadas celebradas en junio del pasado año en el edificio del Imsero.

Amifp también me ofreció la posibilidad de participar como voluntario en dos videos promocionales de la Asociación y en el calendario anual de este año 2020 y del año 2013.

En estos pasados meses, y debido a la situación del covid-19, he participado en talleres online como, por ejemplo, el taller de manualidades o el de gimnasia dirigido por la Terapeuta Ocupacional en los cuales estoy participando y me han ayudado a desarrollar algunas capacidades ya olvidadas.

Quiero acabar este texto, destacando que Amifp es un lugar en el que me siento como en mi casa ya que todos sus trabajadores son fenómenos. Tanto laboralmente como personalmente... ¡para mí es un placer ser socio de esta asociación!

Baltasar Salgado



Actualmente, nos enfrentamos a una situación muy complicada -todo hay que decirlo- pero, estoy seguro de que Amifp y sus trabajadores han seguido y seguirán trabajando para ayudar a personas como yo, con algún tipo de discapacidad.

La Dirección General de la Policía firma un convenio de colaboración con Amifp

El 2020 ha comenzado con fructíferos convenios entre Amifp y otras entidades, como la colaboración con Fundación Once. Además de esto, la Dirección General de Policía (DGP) también firma un convenio colaborativo con Amifp.

Se trata de un convenio entre la Secretaría de Estado de Seguridad, con delegación en el Director General de la Policía, Francisco Pardo Piqueras y Amifp, representada por su presidenta, Pilar Pacheco Uría, cuyo objetivo esencial es promover una mejor inclusión de las personas con discapacidad en la sociedad.

A través de este convenio se pretende que ambas entidades sigan colaborando conjuntamente para defender la dignidad y los derechos de las personas con algún tipo de discapacidad y sus familias. Se intentará así continuar con acciones y programas que logren promover la inclusión, así como su empoderamiento y autodeterminación.

Entre los compromisos conjuntos se encuentran, por su parte, promover iniciativas tales como acciones formativas que potencien el acercamiento entre ambas entidades; prestar el correcto asesoramiento y ejecutar actuaciones que incrementen la visibilización social del colectivo, contribuyendo así al efectivo ejercicio de sus derechos.



Club de Ocio: nuevos retos en el 2020

El nuevo año 2020 trajo nuevas actividades y proyectos para el Club de Ocio. Entre lo más destacado de la lista de actividades se encuentran: la visita a la exposición GameOn de Fundación Canal donde aprendimos más acerca de la apasionante historia de los videojuegos y nos divertimos jugando con los más clásicos; la visita a los cines de Príncipe Pio con el Club de Ocio para disfrutar de una divertida película en la mejor compañía; la quedada en una discoteca para amenizar nuestra tarde bailando en grupo o las impresionantes vistas del Faro de Moncloa... Cuando ya no pudimos organizar más quedadas presenciales por la crisis sanitaria, tratamos de no desalentarnos y buscar otras soluciones que nos facilitasen el "seguir conectados" así surgió la idea de vernos a través de plataformas de video llamadas, también de los paseos individuales con monitores, jugar vía telemática a juegos online...en definitiva, tratar de buscar actividades que nos permitiesen seguir unidos, pese a la distancia sanitaria. Si quieres más #info sobre nuestro Servicio de #Ocio, ¡pasa por nuestra web e infórmate!: <https://amifp.org>



Participantes del Club de Ocio en el Karaoke junto a dos voluntarias

Charla en la Universidad de Comillas de Seguridad en la Red

Gracias a la Universidad Pontificia de Comillas de Madrid pudimos volver a disponer de sus enriquecedoras charlas sobre temas de gran importancia para el sector de la discapacidad. Este año comenzamos la primera adentrándonos en el tema de la Seguridad online. Gracias a este coloquio pudimos acceder a tips de gran importancia para estar preservado en el mundo de Internet. Así vimos temas como las redes sociales y sus peligros; las compras seguras online... Las diferentes charlas a las que hemos acudido este año fueron organizadas por la Clínica Jurídica de Comillas.



Ponentes de la Charla de Seguridad Online junto a los asistentes, usuarios de Amifp en la Universidad Pontificia de Comillas

Firma de Convenio con Fundación ONCE

El 11 de febrero firmamos un Convenio de Colaboración con la Fundación ONCE para una acción conjunta destinada a mejorar la inserción social y laboral de las personas con algún tipo de Discapacidad.

El acuerdo fue suscrito por el Director General de Fundación ONCE, José Luis Martínez Donoso, y por la presidenta de AMIFP, Pilar Pacheco, quienes han señalado la importancia que tiene la inserción de las personas con discapacidad para su normalización social. Desde esta perspectiva, Martínez Donoso considera muy positivo que las entidades que trabajan a favor de las personas con discapacidad unan sus fuerzas en aspectos como la formación y el apoyo a las familias. "Nos ponemos a vuestra disposición para poner en marcha distintos proyectos, con el foco siempre puesto en el empleo", ha apuntado. Por su parte, Pilar Pacheco destacó la necesidad de que las entidades del sector de la discapacidad colaboren en la promoción y defensa de los derechos de las personas con discapacidad, a fin de conseguir su plena inclusión social. En su intervención, ha afirmado que es "una satisfacción y un honor" firmar este convenio que, según ha indicado, viene a formalizar una relación que ya existía entre Amifp y Fundación Once.



El Director de la Fundación Once, José Luis Martínez Donoso, la Presidenta de Amifp, Pilar Pacheco y el Director-Gerente, Andrés Torquemada, en la foto, junto a miembros de la Fundación ONCE durante la firma del convenio

Participamos en el pre-estreno de Especiales, la película

Junto a otras entidades del ámbito de la discapacidad, participamos, a finales del mes de febrero, en el preestreno de la película Especiales, de Olivier Nakache, Éric Toledano. Este proyecto fue posible gracias a la ayuda de la reconocida productora A Contracorriente Films que nos cedió, de forma completamente gratuita, la proyección de esta película de origen francés. Basada en temática de índole social, Especiales indaga en el día a día de las personas con discapacidad. Cines Verdi fueron el lugar elegido para la proyección, siendo unos de los muchos que se han sumado a esta iniciativa junto A Contracorriente Films. Así, demostraron su generosidad para con el evento cobrando únicamente 1€ por butaca de la sala escogida.

PREESTRENO

Especiales

De Olivier Nakache y Eric Toledano

Precio Entradas: 5 €

23 de febrero a las 12:00 h

CINES VERDI de Madrid, Calle Bravo Murillo, 28. Madrid

Reserva aquí:
<http://ow.ly/b08530ghCJa>
 (También disponemos de Fila 0! Número cuenta (exclusivamente para ingresos por fila 0): ES37.2038.1826.11.6000728238

a contracorriente|films

Cartel de Amifp elaborado para el día del Preestreno

Charla coloquio. Crisis de pareja y Consecuencias Jurídicas

Gracias a la disposición de los alumnos y profesionales de la Universidad Pontificia de Comillas, el 21 de enero celebramos, en la sede Amifp en Madrid, una charla coloquio sobre un tema del que conviene estar informado para poder solventar posibles problemas jurídicos: las crisis de pareja. Las personas asistentes pudieron plantear los problemas y dudas siendo atendidas de manera personalizada.



Profesionales y asistentes a la charla en la sede de Amifp (Madrid)

Comunidad de aprendizaje Coaching: “Sanar para ser tú mismo: las heridas del alma”

El coaching tiene innumerables beneficios. Entre ellos destaca la mayor flexibilidad y adaptación al cambio o la reducción del estrés. Comenzamos nuestra nueva etapa de coaching en el mes de febrero, con una temática principal que ha sido y es muy necesaria a interiorizar a lo largo de nuestro camino vital: las heridas del alma: ¿cómo podemos sanarlas y ser nostr@s mismos?

COACHING para FAMILIAS: Encuentros de Cuidado y Acompañamiento

Impartimos diversas sesiones on line celebradas durante el Estado de Alarma (Abril-junio 2020). Amparado por el Proyecto de Coaching para Familias, ofrecimos un espacio de escucha y empatía, de apertura a la vulnerabilidad y de profundo respeto a la realidad y la situación de cada una de las personas que formamos esta gran familia. El objetivo fue aportar cuidado y acompañamiento a las personas que lo necesiten y así poder compartir sentimientos en estos momentos en los que nos es difícil manejar nuestras emociones, como el miedo, la rabia, la tristeza, la soledad o la impotencia.

Os dejamos el relato que inauguró esta nueva etapa online del curso: La historia de los lobos, una leyenda del pueblo Cherokee.

La historia de los lobos

Una noche, al lado de la fogata, un viejo Cherokee le contó a su nieto una historia acerca de una batalla interna que ocurría en las personas.

El viejo le dijo: hijo mío, dentro de todos nosotros ocurre una batalla interna entre dos 'lobos' que llevamos dentro.

Uno es malo. Es la ira, la envidia, los celos, la tristeza, el remordimiento, la arrogancia, la autocompasión, la culpa, el resentimiento, la inferioridad, las mentiras, el falso orgullo, la superioridad y el ego.

El otro es Bueno. **Es la dicha, la paz, el amor, la esperanza, la serenidad, la humildad, la amabilidad, la benevolencia,** la empatía, la generosidad, la verdad, la compasión y la fe.

El nieto pensó acerca de ello por un minuto y luego le preguntó a su abuelo: Abuelo, y cuál es el lobo que gana? El viejo, simplemente respondió:

El que tú alimentas.

COMUNIDAD DE APRENDIZAJE-COACHING

www.amifp.org



#YoMeQuedoEnCasa



Charla coloquio: Derechos de los empleados domésticos

¿Qué derechos tienen los empleados del hogar? ¿Cómo podemos acercarnos y orientarnos a los mismos? Gracias a una nueva colaboración de alumnos y profesionales de la Clínica Jurídica de la Universidad Pontificia de Comillas, el 28 de febrero tuvimos una interesante ponencia en nuestra sede de Amifp sobre los derechos básicos de los trabajadores del hogar. Queremos agradecer a la Universidad de Comillas toda su magnífica disponibilidad. ¡Muchas gracias por todas estas enriquecedoras sesiones!



Algunos de los asistentes a la charla atentos a la explicación

Cocinamos en un nuevo taller de Terapia Ocupacional

Desde el servicio de Terapia Ocupacional se implementó un taller de autonomía personal centrándonos en la cocina. Acudimos de forma semanal al centro Casino la Reina donde realizamos estupendas recetas cada semana. Dadas las circunstancias sanitarias actuales, se animó a los socios a participar desde casa mandando sus recetas, y el resultado han sido platos tan ricos como estos macarrones que ilustra esta imagen.



Fotos de nuestro usuario, Arturo, cocinando

Evento Teatro

El 13 de febrero fue un día muy especial. Ese día tuvo lugar nuestra representación teatral que ponía fin a nuestro curso de Teatro Terapéutico. Gracias a varios meses de ensayo, práctica y perfeccionamiento de la técnica teatral terapéutica, nuestro esfuerzo dio sus frutos en esta actuación tan emotiva que tuvo lugar en el Espacio Teatro y Crecimiento (Calle de la Sombrería, 6, Madrid) . A lo largo de varios meses de este curso, que fue cofinanciado por Participación Ciudadana del Ayuntamiento de Madrid, aprendimos a dejar fluir nuestras emociones y expresar el autoconocimiento. El teatro terapéutico ayuda enormemente a estabilizar las emociones y a mejorar el bienestar físico y emocional. ¡Esperamos poder volver a escena! Aprovechamos estas páginas para destacar la gran labor y ayuda de nuestro voluntario, Sergio Angulo. También queremos agradecer a la profesora, la actriz Débora Izaguirre, toda su dedicación y cariño. ¡Gracias, Débora!



Senderismo Urbano con Amifp

En el departamento de Terapia Ocupacional se realizó un taller de senderismo urbano semanal que se suspendió temporalmente debido a las causas sanitarias actuales. Visitamos el Palacio Real y los Jardines de Sabatini.

¡Estamos deseando retomar el taller y seguir caminando juntos! Entre nuestras próximas visitas se encuentran los diferentes barrios de Madrid; la Casa de Campo; el parque Juan Carlos I y muchos sitios más...¡No dudes en pedir información para apuntarte!

Manualidades online

Durante este periodo de confinamiento, el servicio de Terapia Ocupacional ha puesto en marcha un taller semanal de manualidades donde hemos realizado un marco de fotos, marcapáginas, una hucha y muchas cosas más...El taller continuará de forma online hasta que pueda realizarse de forma presencial.



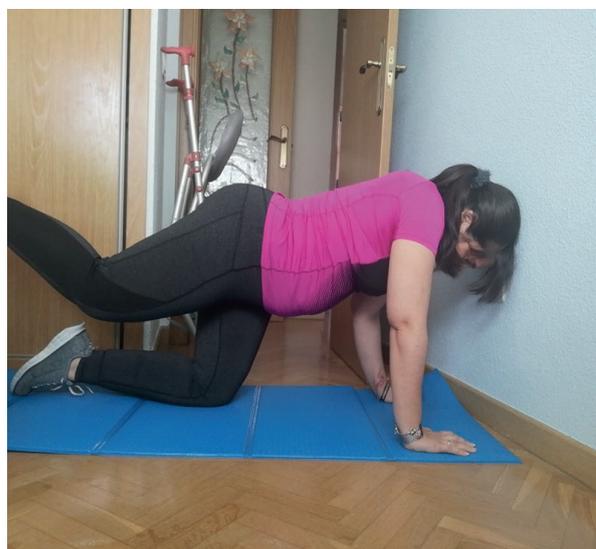
Flor realizada en nuestro taller de Manualidades Online

Nos ejercitamos: Taller de terapia ocupacional

Para no caer en el sedentarismo durante estos largos días de confinamiento, se ha implantado un taller semanal de ejercicio físico online donde nos ponemos en forma de manera muy sencilla.

Actualmente el taller se realiza de forma online, pero dentro de poco lo tendremos en la modalidad presencial en espacios abiertos.

¡No dudes en pedir información!



Servicio de Psicología de Amifp: siempre ahí para ayudarte

Desde el Servicio de Psicología, además de nuestras terapias habituales y de nuestro seguimiento individualizado nos hemos centrado en:

- Seguimiento de socios/beneficiarios y familiares ante el impacto del COVID-19. Desde marzo 2020.
- Intervención en Crisis de Ansiedad derivadas del confinamiento o afectación directa del COVID-19 con socios/beneficiarios y familiares.
- Apoyo psicológico a socios/beneficiarios y familiares para el duelo. Desde marzo 2020 hasta la actualidad
- Sesiones formativas: Guía para el uso y acceso a la plataforma de formación. Dirigido a personas con todo tipo de discapacidad y familias.
- Taller "Cuéntame cómo lo estás viviendo" : dirigido a Personas con Discapacidad Intelectual. ¿Cómo te has sentido durante estos días de confinamiento? cada uno ha podido expresarse como ha querido en este taller donde, después de escribir, trabajamos juntos, online, durante 4 sesiones sobre cómo nos ha afectado esta situación y cómo estamos volviendo a la normalidad.
- Taller "Y tú, ¿cómo lo has vivido? : dirigido a padres, familias y personas con discapacidad excepto intelectual.
- Charla-coloquio "Vuelta del confinamiento a la normalidad, ¿estamos preparados?", dirigido a padres, familias y PCD.



Servicio de Inserción Laboral de Amifp: seguimos acompañándote en tus metas laborales

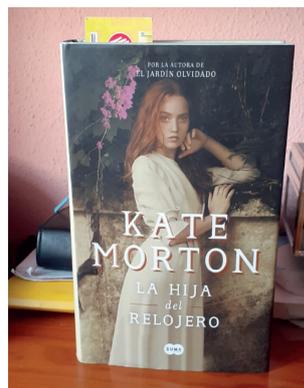
Durante el año 2020 hemos continuado con los cursos de formación realizados desde el Servicio de Inserción Laboral de AMIFP, en este caso, el ya mencionado "Nuevas Tecnologías de la Comunicación" e "Inglés", gracias a la colaboración de Fundación Randstad y VaughanSystem dentro de su proyecto "Inglés para todos".

Adaptándonos a las nuevas circunstancias, los meses de mayo y junio hemos realizado talleres online para atender a la demanda de nuestros usuarios, ajustando los contenidos a la realidad laboral del momento. Los talleres que hemos realizado han sido "Preparación de CV", "Crea tu carta de presentación", "Prepara tu entrevista de trabajo" y "Búsqueda de ofertas en portales de empleo".



Día del Libro

El 23 de abril celebramos un Día Internacional del libro muy especial, desde casa. Pero no desistimos porque...no hay rincón más idóneo para leer que en nuestra propia casa ¿verdad? En este día pedimos a nuestros usuari@s que nos recomendaran libros, que se sumasen a nuestra campaña de #YoLeoConAmifp y que nos enviaran fotos suyas leyendo en su rincón favorito. ¡Ah! Y también celebramos y nos pusimos muy content@s de que nuestra socia Mayte Mayor fuese una de las finalistas de la XV Edición del Premio Internacional de Cuentos de la Fundación Anadetras haber sido seleccionado su relato "La niña pobre que quería ser rica" que publicamos en las siguientes páginas ¡Enhorabuena Mayte!



(...)
¡Qué gran comienzo! Recuerdo el sonido de un arroyo cercano y las llamadas de una paloma torcaz en lo alto. Un hombre que tiraba de un caballo, un carro con un muchacho sentado sobre fardos de paja, el olor a hierba recién cortada...
Ah, ¡cuánto echo de menos ese olor! Unos rechonchos gansos de campo nos miraron con atención cuando llegamos al río y se pusieron a graznar valientes cuando nos fuimos.

Feliz día del libro .Yo estoy leyendo este libro que es muy bonito y por eso os lo recomiendo...

ISABEL PACHECO (USUARIA DE AMIFP)



Propuesta de lectura de Isabel Pacheco, usuaria de Amifp

Campaña “Gracias Policía”

A ti que estás siempre ahí, independientemente de las condiciones externas, velando por nuestra seguridad y bienestar. A ti que, en estos momentos tan difíciles, sigues trabajando por todos nosotros... Para ti van nuestros mejores ánimos, deseos y fuerzas(...) así comenzaba la carta de agradecimiento enviada a todos nuestros socios policías para agradecer su gran labor durante la crisis sanitaria. Además de este texto, decidimos hacerles un vídeo de agradecimiento con nuestros usuari@s/beneficiari@s. ¡Muchísimas gracias, Policía!



Cada familia es un mundo

En el Día Internacional de las familias, el 15 de mayo, nos unimos a la campaña de Plena Inclusión y peimos a nuestros usuari@s o beneficiari@s que definen su familia a través de un adjetivo... el resultado se reflejó en un emotivo video familiar creado por Plena Inclusión... entre los adjetivos recibidos destacan valientes, luchadores, pacientes, unidos y hasta ¡una familia que es una piña! Desde aquí agradecemos a todas las familias que han querido participar.

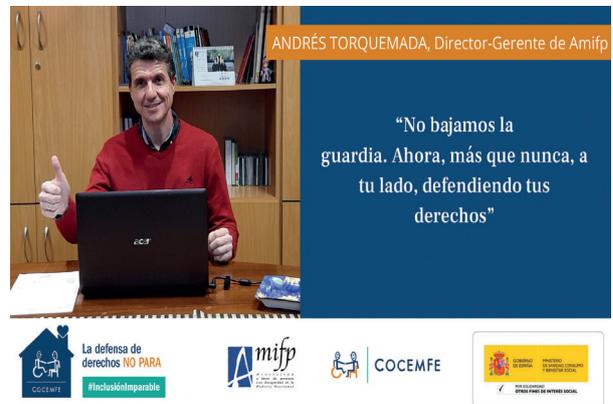


#FamiliasPlenas

Cartel de una familia socia de Amifp

Inclusión Imparable con COCEMFE

En muchas ocasiones es muy necesario recordar que, pese a los cambios vitales, hay cosas que permanecen ... con esta máxima se planteó la campaña de COCEMFE "Inclusión Imparable" a la que nos unimos. Bajo el lema 'la defensa de derechos no para' y difundida en el II Día Nacional de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de Naciones Unidas, que se celebró el 3 de mayo, se trató de reivindicar el objetivo de poder cumplir la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de Naciones Unidas, también en situaciones de pandemia como la actual. En palabras de nuestro Director-Gerente: "No bajamos la guardia. Ahora, más que nunca, a tu lado, defendiendo tus derechos"



Curso de Nuevas Tecnologías de la Comunicación de Amifp

Un año más, en enero, retomamos la segunda parte de nuestro curso de Nuevas Tecnologías de la Comunicación para personas con discapacidad, donde impartimos temas básicos de la Informática conjugados con herramientas de la comunicación que nos ayudan y facilitan el día a día. Como, por ejemplo, Google Calendar; Google Maps o CANVA. Esperamos poder volver pronto a retomarlo, ¡y seguir aprendiendo junt@s!



Amifp Extremadura

¿Qué hemos hecho durante el confinamiento?

Testimonio de Marta Caldito García, beneficiaria de Amifp Extremadura

Yo realmente, desde que empezó el confinamiento he estado en mi campo, y a veces he tenido el impulso de salir, pero a la vez he tenido un poco de miedo, pero poco a poco he empezado a salir y a sentirme más tranquila. He estado siempre rodeada de mi familia y han venido al campo cuando hemos pasado de fase. Yo viví eso un poco preocupada, por no verlos. Y al centro ocupacional no volveré hasta septiembre, pero hay personas que han vuelto, pero yo como no voy tenemos video llamadas con los profesores.



Servicio de Psicología de Amifp en Badajoz:

Ahora por videoconferencia

En diferentes situaciones vitales, la terapia psicológica es un recurso de gran ayuda en nuestro día a día. En la actualidad, son muchas las personas que se decantan por este tipo de herramienta terapéutica para mejorar, potenciar o facilitar algún aspecto de su vida.

En Amifp somos muy conscientes de la importancia de contar, como asociación, con un servicio de Psicología que pueda adaptarse a las necesidades de cada usuario y a las diferentes circunstancias que se van dando en las distintas etapas vitales.

Debido a la Crisis del COVID-19 y a los nuevos protocolos establecidos, hemos tenido que readaptar algunos de nuestros servicios. Uno de ellos es el Servicio de Psicología de Delegación de Amifp en Badajoz.

Ahora, los usuarios podrán acceder a sesiones de terapia a través de videollamada. Ello facilitará enormemente el hecho de poder continuar con las consultas o comenzar a asistir a terapia sin tener que desplazarse, sino desde el propio hogar.

Desde Amifp te recordamos que, hoy más que nunca, seguimos cerca de ti, seguimos a tu servicio. Llama al siguiente teléfono para tener más información: AMIFP BADAJOZ - Móvil: 610425010.

Siempre con las personas más vulnerables



Mariano Casado fotografiado por Amaya Gómez / Plena Inclusión Madrid

Nunca habíamos imaginado un drama así. Las situaciones vividas este 2020, desde que el pasado 14 de marzo el Gobierno de España decretara el Estado de Alarma, permanecerán para siempre en nuestra memoria, y sin duda, en la de generaciones venideras. La crisis del coronavirus se ha presentado no sólo como una crisis de salud pública, económica, y social sino también, como una crisis de derechos humanos.

La sociedad española se ha enfrentado a un confinamiento de gran dureza que nos ha puesto a prueba a todos y cada uno de nosotros. Aunque de manera general, la respuesta de la ciudadanía ha sido ejemplar, desgraciadamente nuestra sociedad no ha estado exenta de comportamientos incívicos. Víctimas de una situación difícil de manejar, la COVID-19 desencadenó situaciones de odio y exclusión que provocaron un gran dolor entre las personas afectadas,

algunas de ellas personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Durante semanas, fuimos testigos desde nuestras ventanas y a través de los medios de comunicación, de las agresiones verbales que los denominados "policías de balcón" lanzaban a las familias de personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y problemas de conducta que salían al exterior a realizar los llamados "paseos terapéuticos". Agresiones que se extendieron por todo nuestro territorio y que provocaron que las propias familias, con el fin de evitar pasar un mal trago, tomaran la decisión de no salir de casa, asumiendo riesgos para su salud física y mental; y cuando salían, "etiquetarse" para evitar ser increpados durante el paseo. Esto supuso retroceder de manera vertiginosa en la consecución de derechos y de su dignidad como ciudadanos.



Colaboración vecinal

Las personas con discapacidad intelectual y/o con autismo necesitan salir a realizar pequeños paseos terapéuticos

Así lo permite, excepcionalmente, el Estado de Alarma

Es posible que les veas:



Caminando despreocupados



Jugando en zonas apartadas

No les increpes, ponte en su lugar
Si ves a una persona caminando por la calle, piensa que

No es capricho. Es necesidad

Colabora con las familias de personas con discapacidad intelectual o del desarrollo
Imprime y coloca este cartel en tu comunidad de vecinos
Ayuda a tejer redes de solidaridad.

www.plenainclusionmadrid.org

Graficos: Freepik



Durante el Estado de Alarma

Si eres una persona con discapacidad intelectual o del desarrollo y vives sola



Continuamos A TU LADO

Agentes del Cuerpo Nacional de Policía, en coordinación con Plena Inclusión Madrid, realizarán un seguimiento a aquellas personas que lo soliciten



91.501.83.35



atulado@plenamadrid.org

Servicio disponible en los municipios de Madrid, Alcalá de Henares, Alcobendas, Alcorcón, Aranjuez, Coslada, Fuenlabrada, Getafe, Leganés, Móstoles, Parla, Pozuelo de Alarcón, San Fernando de Henares, San Sebastián de los Reyes y Torrejón de Ardoz

www.plenainclusionmadrid.org

Graficos: Freepik - Diseño: Plena Inclusión Madrid

Desde el movimiento asociativo reaccionamos impulsando una acción de sensibilización con el slogan "No es capricho, es necesidad".

Esta iniciativa encontró en la Policía Nacional al mayor de sus aliados, sumándose a la campaña a través de la implicación de toda su plantilla y difundiendo en sus redes sociales el cartel en el que solicitábamos a la sociedad que, si veía a personas en la calle, tratara de ponerse en su lugar y reflexionara, antes de increpar, acerca de los motivos por los que esas personas podían estar en la calle.

Esta contribución de la Policía Nacional amplificando el alcance de esta campaña hizo posible que llegara a comercios, comunidades de vecinos, y a perfiles de redes sociales de toda España, contribuyendo de forma directa a proteger a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y a sus familias durante la pandemia, y a disfrutar de esa excepcionalidad que les otorgaba el propio Estado de Alarma.

Desde Plena Inclusión Madrid hemos sido conscientes de la necesidad de articular colaboraciones con diferentes actores sociales, estableciendo con ellos relaciones estrechas que nos

permitieran avanzar hacia un futuro mejor para los ciudadanos con discapacidad intelectual o del desarrollo y sus familias.

Una de estas alianzas, como hemos podido comprobar, es sin duda la que mantenemos con la Policía Nacional, que ha permanecido más activa que nunca durante esta pandemia provocada por la COVID-19, facilitando la colaboración en el desarrollo de acciones que pudieran paliar los efectos sobre las personas con discapacidad intelectual. En este sentido, merece la pena destacar una acción que permitió que durante los meses de confinamiento agentes del Cuerpo Nacional de Policía realizaran seguimientos a personas con discapacidad intelectual o del desarrollo que viven solas, tanto de manera presencial como telemática.

Estos seguimientos englobados bajo el proyecto "Continuamos A Tu Lado", han sido muy bien valorados por las personas que los solicitaron quienes destacan, por ejemplo, la importancia que ha tenido para su bienestar emocional "ver una cara amiga de vez en cuando durante el confinamiento".

Sin duda, ante crisis sin precedentes como la que nos ha azotado, colaboraciones con instituciones como la Policía Nacional se yerguen fundamentales para salvaguardar con garantías los derechos de los más vulnerables. En el ánimo de Plena Inclusión Madrid está mantener y fortalecer estos vínculos, para avanzar en ciudadanía y transformación social y construir un futuro mejor para las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y sus familias.

Mariano Casado
Presidente de Plena Inclusión Madrid.

REPORTAJE:

Terapia Ocupacional

Estimados socios, AMIFP sigue avanzando en la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad y sus familias. Por este motivo no cesamos en seguir buscando nuevos servicios de los que puedan beneficiarse.

Uno de estos servicios es el departamento de Terapia Ocupacional. Aunque la asociación ya contaba con este servicio, se van a implementar nuevas actividades y servicios a diferentes colectivos.

Pero antes de empezar a describir en qué consiste la Terapia Ocupacional me gustaría presentarme como nueva integrante de la familia Amifp.

En un primer momento me decidí por estudiar Educación Social, pero mientras cursaba el máster descubrí lo que es la Terapia Ocupacional. En ese momento comprendí la importancia y el impacto que tiene nuestra profesión en el día a día de la gente. Desde que finalicé los estudios he trabajado y me he formado en diferentes colectivos, como salud mental, discapacidad intelectual y población infantil (Autismo, Integración Sensorial, Psicomotricidad). Por este motivo queremos empezar a crear un servicio nuevo que llegue a todos los beneficiarios sin importar el tipo de discapacidad o la edad.

La Terapia Ocupacional es una profesión sanitaria cuyo objetivo es fomentar la autonomía de las personas en sus actividades de la vida diaria. Entendemos como Actividades de la Vida Diaria las siguientes:

- Actividades Básicas de la vida diaria: aseo, vestido, alimentación, etc...
- Actividades Instrumentales de la vida diaria: manejo del dinero, uso del transporte, organización del hogar, etc...

Según la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS), «el conjunto de técnicas, métodos y actuaciones que, a través de actividades aplicadas con fines terapéuticos, previene y mantiene la salud, favorece la restauración de la función, suple los déficits invalidantes y valora los supuestos comportamentales y su significación profunda para conseguir la mayor independencia y reinserción posible del individuo en todos sus aspectos: laboral, mental, físico y social».

¿Cómo trabaja el terapeuta ocupacional?

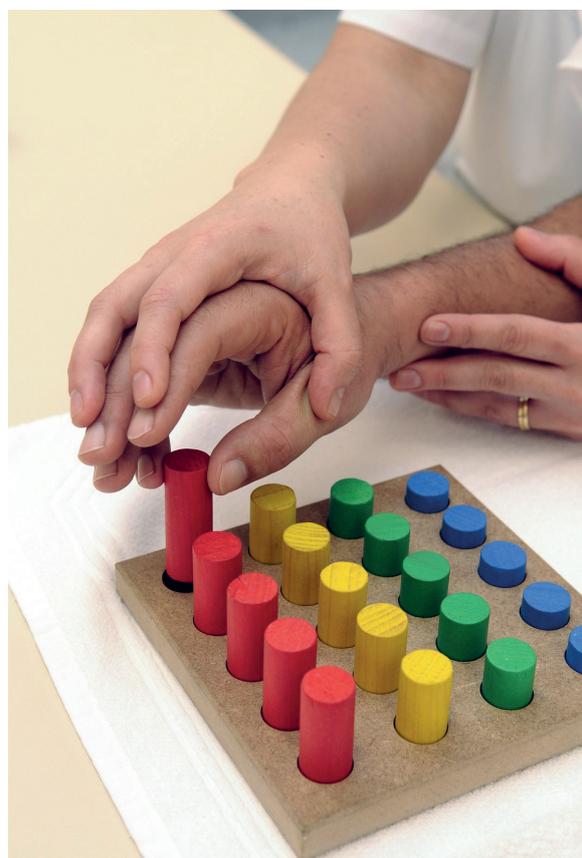
Trabajamos tanto en sesiones individuales como en talleres grupales en función de las demandas y necesidades de los usuarios.

¿Qué enfoque de intervención seguimos en Amifp?

La intervención en entornos naturales, es decir, en el desplazamiento del terapeuta al domicilio o cualquier otro contexto natural (centro educativo, restaurante, supermercado, transporte público, etc.) con el objetivo de mejorar las distintas áreas de desarrollo: comunicación, estimulación cognitiva, habilidades sociales, autonomía personal, problemas de conducta, juego, etc.

¿Qué colectivos pueden solicitar el servicio?

INFANCIA: el objetivo es maximizar el potencial individual de cada niño/a en su domicilio, en la escuela y





en el juego mediante el uso de actividades terapéuticas. Podemos orientar nuestra intervención hacia campos de la infancia como:

- El vestido-desvestido, aseo-higiene, alimentación, etc...
- Habilidades y destrezas motoras, perceptivo-cognitivas (para mejorar la lecto-escritura, por ejemplo) y socio-afectivas del niño/a través del juego y diversas actividades.
- Uso y mantenimiento de productos de apoyo: movilidad reducida, SAAC, etc.

DISCAPACIDAD INTELECTUAL:

Competencias personales: formación en habilidades, apoyos, ayudas técnicas y fomentar las oportunidades de elección.

Autonomía personal: alcanzar un óptimo desempeño en las AVD para fomentar la máxima independencia y mejorar la calidad de vida.

Adaptación de entornos: interviniendo sobre los espacios físicos y elementos del entorno, proporcionando productos de apoyo cuando sea necesario.

NEUROREHABILITACIÓN

Dirigida a personas de cualquier edad con afectación del Sistema Nervioso tras una intervención quirúrgica, una enfermedad o síndrome degenerativo (ACV, Esclerosis Múltiple, ELA, Lesión Medular, etc):

- Actividades para mejorar la movilidad, coordinación y equilibrio
- Reentrenamiento en las actividades de la vida diaria (AVDs)

- Actividades para mejorar la función cognitiva

SALUD MENTAL:

Evaluamos a cada persona y a su entorno habitual para marcar objetivos específicos, personalizados y asequibles como:

- Adquirir, entrenar y mantener las actividades de autocuidado, así como mantenimiento y cuidado del hogar.
- Entrenamiento de habilidades sociales e interpersonales.
- Actividades para mejorar la función cognitiva, por ejemplo, la atención, la memoria, la concentración, la percepción, el razonamiento, etc...
- Entrenamiento en hábitos, roles y rutinas saludables y equilibrados.

Lucía Rodríguez Monje,
Terapeuta Ocupacional de Amifp



ENTREVISTA:

Laura del Pozo Camina

Laura del Pozo Camina tiene 40 años y es de Sevilla. Hace unos años publicó su primer libro donde narra su experiencia vital de lucha a favor de la inclusión y de los derechos de las personas con discapacidad.

Además de pasar por varias Ferias literarias de gran renombre, Laura ha sido entrevistada en programas como Las mañanas de Radio nacional y también publica sus retos y experiencias en su web lauraysusretos.com. En Amifp nos llamó la atención su fortaleza, simpatía y afán de lucha.

Laura, al leerte o escucharte en algunas entrevistas, derrochas "afán de superación" por los cuatro costados... este valor de ir siempre adelante y superar barreras impuestas lo tienes desde pequeña, desde bebé... ¿verdad?

Si. Así es. Siempre he luchado de forma conjunta con mis padres.

¿Qué fue lo que te impulsó a escribir tu libro? // ¿Qué te llevó a elegir el título?

Lo que me impulsó a escribir el libro fue que en principio iba a hacer un reto de natación que luego por diferentes circunstancias nunca se llegó a realizar, y la verdad es que fue un poco de amor propio, lo que me llevó a tomar la decisión de escribirlo. El título del libro lo elegí sobre la marcha. Además me pareció apropiado, para que la gente sepa que el tener una discapacidad no significa que no podamos desarrollar nuestras capacidades al igual que cualquier otra persona sin discapacidad.

¿Qué destacarías del proceso de escribir un libro? // Imagino que pasarías mucho tiempo contigo misma, recordando y, en cierto modo, deconstruyendo la esencia de tu propia historia de vida ¿cómo lo viviste?

Al principio fue un poco duro, porque varias personas, me dejaron tirada, cuando tenía todo preparado, para hacer el proyecto que se iba a hacer de forma conjunta. Así que como con esfuerzo e ilusión no hay barreras, pues me decidí ponerme a escribir después de pasar cierto tiempo de dichas circunstancias. Gracias a unos cuantos amigos que quisieron aportar sus testimonios conseguí terminar el libro después de cambiar casi toda la estructura lo mejor que pude, porque en ningún momento fue fácil, sino todo lo contrario, me trajo de cabeza durante bastante tiempo.

¿Cómo crees que está valorada la discapacidad en la actualidad?

Pues la verdad que se han ido mejorando las cosas, com-

parado con años atrás, pero todavía falta mucho por hacer a todos los niveles.

¿Crees que vivimos en una sociedad del todo inclusiva?

No. Porque todavía hay mucha gente que a veces nos miran como si fuésemos "bichos raros".

En tu libro y en el propio título se destaca la importancia de "el poder de la palabra". No es lo mismo decir "discapacitada" que "persona con discapacidad" ¿Por qué crees que cuesta tanto eliminar términos que ya son considerados, por muchos, peyorativos como minusválido o discapacitado?... ¿tanto nos cuesta concienciarnos, incluso a nivel lingüístico?

La verdad es que no lo entiendo, pero hay mucha falta de concienciación con respecto a romper el estigma sobre este tema.

En tu libro hablas mucho de la superación... ¿Qué significa para ti? // ¿A que la vincularías?

Para mí la superación significa mucho, porque en esta vida tenemos demasiados avatares, como para tener que intentar superarte a cada momento, sino a veces es imposible seguir adelante dependiendo de las circunstancias de cada uno de nosotros obviamente.

Además de tu libro tienes una página web muy dinámica y donde vuelve de nuevo a resurgir con firmeza el concepto de superación y de retos... ¿Cuáles son los retos que más destacarías a lo largo de tu aprendizaje vital?

Todos mis retos son importantes y vitales, porque de todo se sacan momentos agriados. También de todo ello se aprende, para intentar no volver a cometer los mismos errores.

Tus padres han sido un apoyo fundamental a lo largo de tu vida... ¿Qué es lo que más admiras de ellos?

Pues que siempre aunque no puedan y les falte tiempo son capaces de cubrir todas mis necesidades que son muchas la verdad, como llevarme al trabajo o a las consultas médicas, etc.

Laura, en tu web hablas mucho de tu entrenadora... junto a ella has vivido muchas experiencias que calificas como retos vitales... desde participar en la Carrera de la mujer de Madrid hasta no rendirte en el entrenamiento en el gimnasio o natación... ¿qué destacarías de ella? // ¿Cómo logra transmitirte esa fuerza?



Es una persona incondicional y maravillosa como ha sido mi entrenadora, y en la actualidad es una de mis grandes amigas. M^a José ha sido y sigue siendo vital que siga formando parte de mi vida, porque siempre ha sido la que me ha animado a seguir adelante con todos mis retos, en algunas ocasiones lo hemos conseguido de forma conjunta, como no podía ser de otro modo, transmitiéndome su fuerza y su cariño en todo momento. De esta forma nadie nos paraba las ganas de seguir marcándonos objetivos diferentes.

En tu web también hemos visto que has llegado a realizar vuelo sin motor... ¡Qué maravilla! ¿crees que la sociedad actual necesita potenciar más ese tipo de experiencias de deporte de aventuras para personas con algún tipo de discapacidad?

Por supuesto que sí, porque cuando realicé vuelo sin motor en varias ocasiones, me tuvieron que coger entre dos personas, para poder meterme dentro del avión. Además al tener que hacerlo de esta manera, nos pueden hacer daño sin querer.

¿Cómo es un día a día en tu vida? dices que tu propio día a día es un reto...pero aun así no dejas de moverte... ¿además de las molestas barreras físicas que nos podemos encontrar, existen todavía muchas barreras mentales para con las personas con algún tipo de discapacidad?

Mi día a día es algunas veces bastante complicado, porque necesito a mi madre para casi todo, y yo quisiera que fuese justamente todo lo contrario, porque me gusta ser muy independiente, me gusta estar en soledad elegida, solamente me gustaría que me acompañasen a lo estrictamente necesario, no que casi todas mis decisiones las tengo que consultar con ellos. Pero bueno así es la vida, debido a las barreras arquitectónicas y mentales que tenemos todavía en la sociedad que vivimos.

¿Cómo fue tu incursión en el mercado laboral=? // ¿Crees que día a día podemos ir mejorando las dificultades que

tienen las personas con algún tipo de discapacidad ya no solo para encontrar trabajo, sino también para optar a puestos donde su expertise esté correctamente valorado y ajustado al puesto de trabajo en cuestión?

Acceder al mercado laboral siempre es muy complicado desde hace años para todo el mundo sin excepción, pero por supuesto que es muchísimo más para las personas con discapacidad sin duda alguna, porque la mayoría de las empresas no están preparadas ni mucho menos, hay una escasez de medios técnicos y humanos tremenda. Y aunque suene muy duro, se de lo que estoy hablando perfectamente, lo sufro día tras día con mi madre la mayoría de las veces. También a veces con mi padre. Son mis compañeros de batallas diferentes. También tengo compañeros/as de trabajo que son extraordinarios, pero no todo es esto, porque cada uno tiene su vida, como es natural. Necesitamos que a quién le corresponda, nos pongan los medios. No son todas las palabras, sino también son los hechos.





El Gobierno propone una nueva ley de educación



El Gobierno propone una nueva ley de educación para cambiar la ley que ahora existe.

Un cambio importante de la nueva ley de educación tiene que ver con los alumnos que tienen necesidades de apoyo en las clases. Por ejemplo, alumnos con discapacidad intelectual.

Algunas asociaciones de familias y de profesores creen que la nueva ley de educación quiere cerrar los colegios de educación especial.

Algunas asociaciones de padres y madres creen que llevar a alumnos con necesidades de apoyo a colegios ordinarios puede ser peor que llevarlos a un colegio de educación especial.

Otras asociaciones defienden que quieren ser libres para elegir a qué colegio quieren llevar a sus hijos.

El gobierno dice que se preocupa de que los alumnos con necesidades de apoyo en las clases tengan una buena atención en los colegios ordinarios.

El Museo del Prado hizo un ensayo antes de volver a abrir al público



El Museo del Prado volvió a abrir al público en el mes de junio. El museo estuvo cerrado desde marzo por la enfermedad del coronavirus como todos los sitios.

El museo ha recolocado sus cuadros más importantes para que los visitantes los vean en un nuevo recorrido. Los cuadros están ahora en la Galería Central y en las salas de alrededor. La Galería Central es la sala más importante del museo. El museo le ha puesto el nombre de Reencuentro al nuevo recorrido.

Un día antes de abrir al público, el Museo del Prado organizó un ensayo. El ensayo fue un preparativo para enseñar cómo iban a organizar las visitas cuando entrara el público. En el ensayo, el museo explicó todos los cambios que han hecho para poder evitar contagios por coronavirus.

El museo invitó para el ensayo a muchas asociaciones y representantes. El CERMI también estuvo en el ensayo. El CERMI es la organización que representa a todas las asociaciones de personas con discapacidad.

Os contamos todo lo que hemos hecho desde Amifp durante estos meses en casa

Todas las personas hemos estado encerrados en casa por la enfermedad del coronavirus.

En Amifp hemos organizado actividades para que todas las personas estuvieran activas y animadas.

Os vamos a contar algunas de las actividades que hemos hecho.

Guía del Ocio en Casa de Amifp

En la primera semana de encierro por el coronavirus, el profesional de Servicio de Ocio de Amifp hizo una Guía de Ocio en Casa.

En esta guía hay páginas web para ver películas u obras de teatro.

También hay páginas web para ver lugares de otros países.

Puedes descargar esta guía de nuestra página web: www.amifp.org

Hablamos del duelo

El duelo es un sentimiento de gran tristeza por la muerte de una persona querida.

Muchas personas han muerto por la enfermedad del coronavirus.

Muchas personas han perdido a familiares y amigos.

Por eso, hemos hablado del duelo.

Cuando pasamos por un duelo, nos sentimos muy tristes.

Por eso, necesitamos ayuda de otras personas para estar mejor.

En nuestra página web hemos hablado sobre el duelo.

Campaña “Yo me quedo en casa con Amifp”



Hemos pedido a las personas con discapacidad que vienen a los centros de Amifp que participaran desde sus casas en algunas ideas y actividades. Eran ideas y actividades para estar en contacto y hacer más llevadero el encierro por el coronavirus. Por eso, hemos pedido muchas fotos de dibujos, de libros preferidos, de recetas o para dar las gracias a la Policía por su trabajo. También hemos organizado muchas actividades a través de internet. Os enseñamos varios ejemplos.

Residencia

Fund  mifp

Renovación de las instalaciones de la residencia FUNDAMIFP

En nuestra Residencia se vienen realizando diferentes reformas desde hace casi dos décadas, necesarias como consecuencia del deterioro normal por el uso del centro, así como de la adaptación a la normativa vigente en cada momento. Todo ello, con la finalidad de prestar un adecuado servicio a los residentes y usuarios de programas de respiro.

Se ha contado con diferentes cofinanciadores, entre los que cabe destacar el Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social (actualmente Ministerio de Servicios Sociales y Agenda 2030), la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, el Ayuntamiento de San Javier, etc, Fundación La Caixa, la antigua Obra Social de Caja Madrid...

El presente ejercicio se ha desarrollado la reforma de una parte de la planta primera del centro, con el apoyo económico de la Consejería de Mujer, Igualdad, LGTBI, Familias y Política Social, con cargo a la convocatoria del IRPF 2018 (71.301,69 €), el Ayuntamiento de San Javier (5.000 €) y Amifp (Asociación a favor de personas con discapacidad de la Policía Nacional (7.000 €).

Dichas obras han consistido en:

Reforma completa de habitaciones 101 a 106:

- Eliminación de balcones: para ampliación de superficie por habitación, dándoles casi 4 metros cuadrados más a cada una, con lo que se pueden acreditar como habitaciones dobles, en vez de sencillas.
- Nuevos cerramientos: se han colocado unos cerramientos estructurales de aluminio, vidrio -con cámara de gas argón para mejorar la transmitancia térmica y mejorar las características de eficiencia energética- y panel aislante, con un sistema de estores motorizados opacos con control solar.
- Reforma de cubierta de torreón central del edificio, creando una cubierta plana no transitable, para la nueva ubicación de las unidades exteriores de climatización.
- Climatización: se han cambiado todos los equipos de aire acondicionado, trasladándolos a la parte superior del edificio
- En los baños, cambio de bañeras por duchas a ras de suelo, nueva instalación de fontanería, sanitarios y grifería y nuevo alicatado y solado.

- Ampliación de puertas de paso, así como el resto de carpintería, con ampliación de armarios.
- Nuevas instalaciones eléctricas y de iluminación, sustituyendo esta última por focos LED.
- Cambio de techos de escayola fijos por placas vinílicas desmontables.

En la habitación 123 se han realizado todos los anteriores cambios, a excepción de la eliminación del balcón, ya que no era necesaria por ser esta habitación mucho más grande que el resto.

Se ha reformado y adaptado a la normativa exigida, la sala de duchas existente, con cambio de alicatado y solado antideslizante y colocación de sanitarios nuevos.

Maribel Martínez Brocal / (Directora de la Residencia)

Actividades de la Residencia Fundamifp



Laborterapia: botes "lluvia de purpurina"





Taller de cocina: tarta de fresa



Mi experiencia como fisioterapeuta en FUNDAMIFP

Soy fisioterapeuta especializado en deporte pero hay etapas en las que necesitas dar otro enfoque a la vida para aprender y enriquecerte y ese es uno de los motivos que me han llevado a querer realizar una sustitución como fisioterapeuta en Fundamifp. Llevo dos meses en el puesto y lo que en un principio iba a ser un aprendizaje laboral se ha convertido en una experiencia personal y llena de valores. Todas las estrategias específicas de intervención, cada cosa que has aprendido durante la carrera o el máster que hayas podido realizar quedan en segundo plano, siendo lo verdaderamente importante la empatía que existe entre el fisioterapeuta y la persona con discapacidad, ya que influye de manera directa en la valoración, el abordaje terapéutico, la evolución de la patología y/o discapacidad y su resultado en fisioterapia. En estos dos meses puedo decir que conseguir o no los objetivos terapéuticos que me planteo como profesional, no solo depende de las técnicas específicas que puedas conocer o aspectos científicos novedosos sino que se suma la relación con la persona a la que trates. En el centro destaca el equipo de profesionales que desde que llegué me han facilitado el trabajo, creando un ambiente agradable y humano y haciendo que cada día vaya a mi puesto con una gran

motivación. Cada una de esas personas es imprescindible para que todo fluya y vaya en una misma dirección, lo que supone que los usuarios del centro se sientan en un ambiente familiar y a la vez de trabajo para responder a las necesidades que puedan tener. Mi trabajo diario lo realizo a través de abordajes especializados en fisioterapia respiratoria encaminada para mejorar el patrón ventilatorio de los pacientes y la prevención o tratamiento de las secreciones, realizadas mediante maniobras manuales e instrumentales. Mediante la fisioterapia neurológica puedo tratar problemas de movilidad, equilibrio, marcha, control postural, dolor, manipulación y sensibilidad. Con la fisioterapia en el medio acuático obtenemos multitud de mejoras a nivel motor y neural aparte de ser una manera de evadirse del día a día y poder disfrutar mientras realizan la terapia. Cuando realizo cualquier tratamiento ya sea a nivel particular o grupal, tengo en cuenta que cada persona necesita un tratamiento específico, incluso cada día no podemos realizar las mismas terapias por lo que se hace un trabajo individualizado para cada persona. El resultado de esta corta experiencia está siendo espectacular y me está cambiando el modo de tratar a cada uno de mis pacientes.

Pedro Antonio López Romero / Fisioterapeuta



PASATIEMPOS

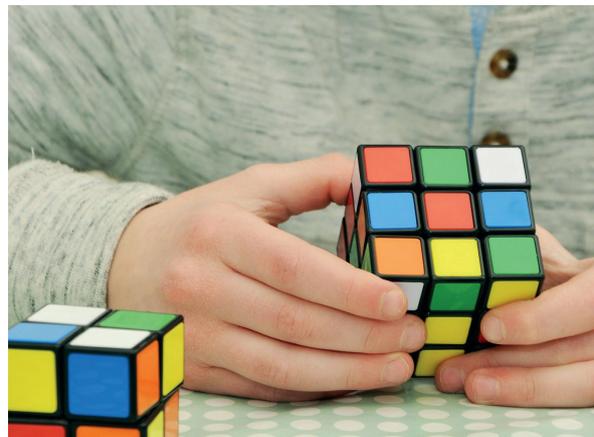
Te proponemos estas páginas de entretenimiento a modo de pasatiempos para que te entretengas con ejercicios de memoria y coloreando terapéuticos mandalas.

TEST DE MEMORIA

1. ¿Cómo está tu Memoria Semántica? Vamos a ejercitar nuestra memoria, intentando memorizar quince palabras. ¿Te apetece?

Lee y relee atentamente cada palabra de la lista durante un minuto, luego deja de mirar la lista y coloca, en una hoja de papel, todas las palabras que te acuerdes, sea cual sea el orden en el que te vienen a la mente. Después, suma las respuestas.

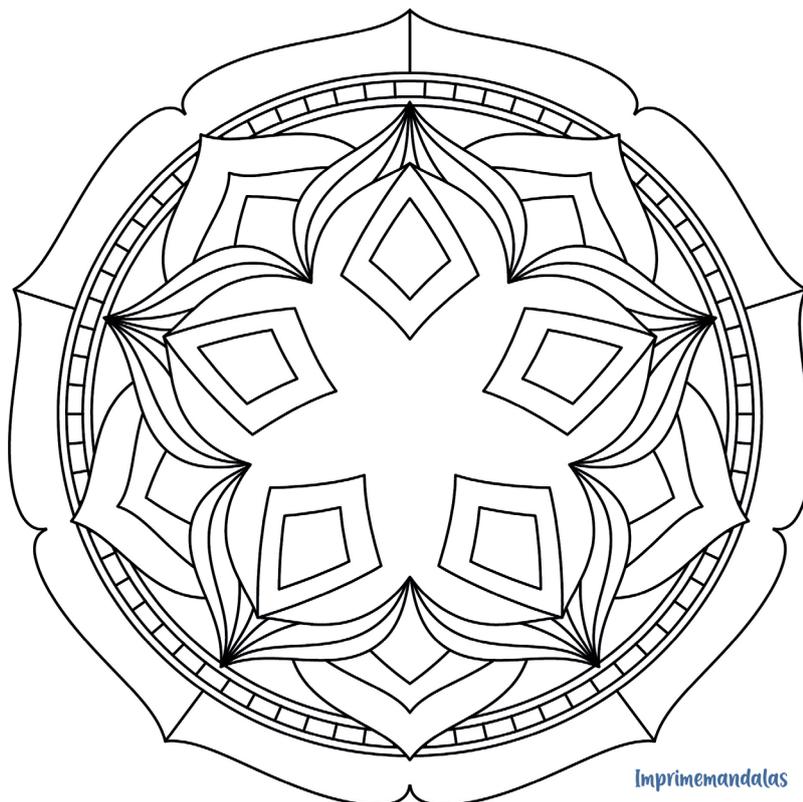
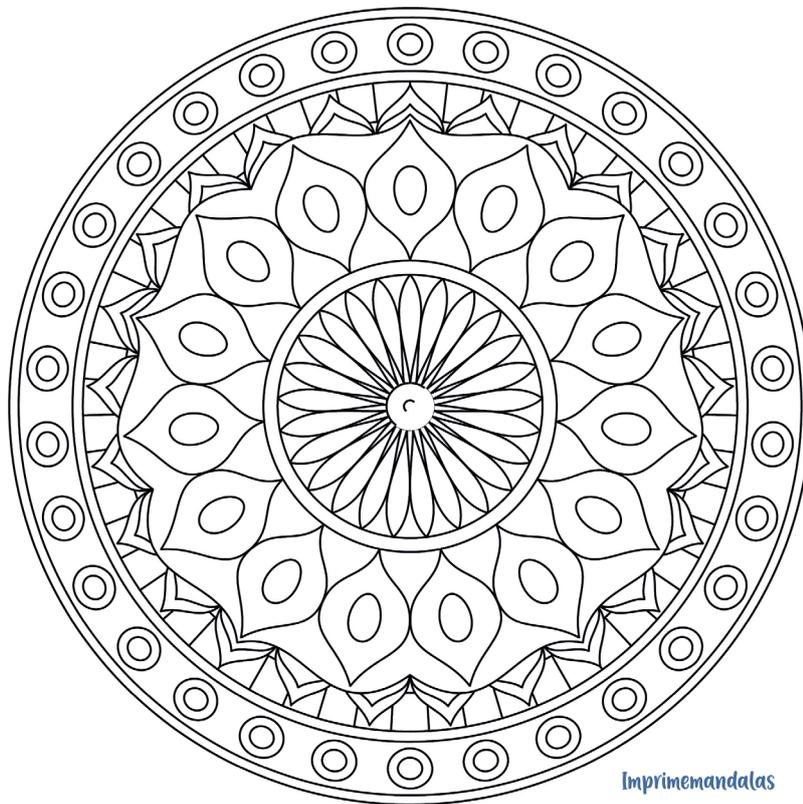
1. **Rueda**
2. **Elefante**
3. **Reloj**
4. **Televisor**
5. **Auto**
6. **Vela**
7. **Taza**
8. **Silla**
9. **Aro**
10. **Lápiz**
11. **Puerta**
12. **Libertad**
13. **Casa**
14. **Anteojos**
15. **Alfajor**



Si quieres participar en la próxima edición de la revista de Amifp, no dudes en enviarnos un dibujo, una carta, una adivinanza... ¡lo que quieras! Puedes hacer el envío a través de nuestro WhatsApp: 635 64 72 61 o al correo: comunicación@amifp.org

COLOREA MANDALAS

Colorear mandalas es una técnica que se ha convertido en tendencia desde hace algunos años. Entre sus poderosos beneficios se encuentran su capacidad para despejarnos la mente, reducir el estrés diario y ayudarnos a focalizar nuestra atención.



CUENTO:

La niña pobre que quería ser rica

Mayte Mayor

Nuestra usuaria Mayte Mayor escribió este emotivo relato que fue seleccionado por la Fundación Anade en su XV Edición de su Premio Internacional de Cuentos y que pronto se publicará en el libro oficial de esta edición.
¡Enhorabuena, Mayte!



Érase una vez una niña que se llamaba Lucía y vivía con sus padres en el pueblo. La niña tiene 10 años, tiene movilidad reducida y sólo vivía con sus padres. Sus abuelos nunca quisieron hacerse cargo de ella por su discapacidad, porque vivían en el campo y eran muy mayores.

Un día Lucía y sus padres se fueron al campo en coche a ver a los padres de ella, “sus abuelos” y les dijeron: “Aquí está Lucía vuestra nieta, y os la hemos traído para que la conozcáis”. Los abuelos le contestaron: -¡Hija!, ni te molestes en traernos a la niña, porque tiene problemas, nosotros no podemos ocuparnos de ella porque somos muy mayores, no vamos a vivir eternamente y no queremos saber nada!.

Los padres de Lucía y también Lucía al oír tal comentario, el mismo día se fueron de su casa en coche al pueblo. Al volver tuvieron un accidente, los padres murieron y Lucía sobrevivió. Se quedó huérfana. Desde ese día, Lucía vivía sola en casa y sin ayuda de nadie. Pero, de repente un día decidió dar un giro de 80° a su vida y dijo:

“Mis padres me ayudaban y cuidaban, ahora tengo que hacerlo yo. Quiero demostrarles que puedo valerme por mí misma, defenderme y poder ayudar a los demás”. Mis padres me dijeron un día: ¡Lucía, hija!, el día que no te podamos cuidar y te veas sola, no mires atrás, piensa en ti misma y podrás salir adelante ayudando a los demás.

Gracias al consejo de mis padres, he podido salir adelante. Ahora tengo 25 años y soy profesora, ayudo a las personas con discapacidad a ser independientes como yo, haciendo de ellos que sean alguien en la vida.

Mayte Mayor Rodríguez



¿Quieres hacerte socio?

DATOS COMUNES A TODOS LOS SOCIOS Y BENEFICIARIOS:

Apellidos y Nombre D.N.I.

Domicilio C.P. Localidad

Provincia Teléfonos contacto

Clase de Socio y Beneficiario (marca con una "X" lo que proceda)

NUMERARIO Miembros de la D.G.P. con personas con discapacidad a su cargo (e integrantes de la D.G.P. con discapacidad)
Cuota mínima: 5,00 €/mes

COLABORADOR Pertencientes a la D.G.P. Cuota mínima: 2,00 €/mes

Beneficiario Ajeno a la D.G.P. Cuota mínima: 5,00 €/mes

A RELLENAR POR LOS FUNCIONARIOS DE LA D.G.P.:

Categoría N° Profesional Destino

Plantilla

Situación (marca con una "X" tu situación actual):
Activo **2ª Actividad** **Jubilado/a** **Viudo/a**

En caso de funcionarios que se encuentren en **activo/a** o **2ª actividad**, la cuotas serán retenidas mensualmente en las nóminas por Habilitación.

Autorizo a la Habilitación pertinente del C.N.P. a retener con carácter mensual en mi nómina la cantidad de concepto de pago de cuota de socio de A.M.I.F.P.

Funcionarios, jubilados, viudos de funcionarios, socios, colaboradores y beneficiarios ajenos a la D.G.P.: pagos semestrales mediante domiciliación bancaria:

Autorizo a la Asociación a favor de personas con discapacidad de la Policía Nacional (AMIFP) a cargar con carácter semestral en mi cuenta la cantidad de € en concepto de pago de cuota de socio o Beneficiario. C.C.C. N° (20 dígitos):

DONATIVOS: C.C.C. N°: IBAN ES14 0182 7345 48 0201614690
AMIFP. C/ Fomento, 24 - 3º Planta. 28013 Madrid

Fdo:



A *mifp*



Asociación a favor de personas con discapacidad de la Policía Nacional

C/ Fomento, 24 - 3ª Planta
28013 Madrid
Tel.: 91 548 81 07
91 548 81 04
Fax: 91 548 81 04
e-mail: amifp1@amifp.org
www.amifp.org

