



Usuarios de ATADI y ATADES Huesca en la línea de salida del campeonato de cross

114 deportistas con discapacidad, en el XX Campeonato de Aragón de Cross

La prueba se celebró en Andorra y participaron usuarios de ATADI y ATADES

Redacción
Teruel

Andorra acogió el XX Campeonato de Aragón de Cross para personas con discapacidad y XIX Memorial Juan Vaqué el pasado sábado, 29 de septiembre. 114 deportistas, usuarios de ATADI y ATADES Huesca, se dieron cita en el circuito de cross de la localidad turolense de Andorra para participar en una calurosa jornada deportiva de convivencia cuyo objetivo era fomentar la prác-

tica de ejercicio físico y las relaciones interpersonales entre personas con discapacidad intelectual de todo Aragón.

Los deportistas compitieron en tres distancias diferentes: 50 metros, 270 metros o 500 metros. De este modo, cada participante pudo recorrer la distancia más adecuada a sus preferencias y estado físico.

Los participantes contaron con el apoyo de los trabajadores de ATADI y ATADES Huesca y una docena de voluntarios, que

colaboraron en la organización de esta jornada.

Fueron varias las autoridades que no quisieron perderse este evento. Asistieron al XX Campeonato de Aragón de Cross para personas con discapacidad la alcaldesa de Andorra, Sofía Ciércoles; Juan Ciércoles, concejal del Ayuntamiento de Andorra; Pedro J. Villar, consejero de Deportes y Juventud de la Comarca Andorra-Sierra de Arcos; Sagrario Bielsa, miembro de la Junta Directiva de ADIPA; Juan Antonio Gracia,

representante de Caja Rural de Teruel; y José Antonio Mora, director administrativo de ATADI y miembro de la Junta Directiva de Special Olympics Aragón.

Tras las carreras, los participantes recibieron sus correspondientes medallas de la mano de las autoridades mencionadas.

La jornada de convivencia continuó hasta las 18.00 horas con una comida conjunta en Espacio Trufé y una sesión de baile, que disfrutaron mucho todos los participantes.

Fundación DFA retoma las clases de Espalda Sana en Teruel

La actividad utiliza un método suave, progresivo, activo y para todas las edades

Redacción
Teruel

El servicio de Rehabilitación y Fisioterapia de Fundación DFA en Teruel retoma las clases de Espalda Sana, orientadas a la prevención y el mantenimiento del buen estado físico. Una lesión, malos hábitos posturales o el exceso de tensión muscular, pueden ocasionarnos problemas de espalda, molestias o incluso dolor.

Las clases se dividen en dos grupos: uno en horario de mañana los martes y jueves de 09.30 a 10.30 horas; y otro, en horario de tarde los lunes y miércoles de

17.30 a 18.30 horas. Son clases abiertas a toda la población, personas con y sin discapacidad.

Los ejercicios de espalda sana están orientados a conseguir y mantener unas buenas condiciones físicas generales con la vista siempre dirigida a que favorezcan el buen estado y funcionamiento de la espalda con el objetivo de mejorar la calidad de vida. Para ello, se trabajan diversos aspectos, como reeducación postural, conciencia corporal, autoestiramientos, fortalecimiento, relajación, automasaje y ejercicios respiratorios. Todo ello impartido por un profesional.



Actividad de Espalda Sana organizada por la Fundación DFA en Teruel

Se utiliza un método suave, progresivo y activo, aplicable a todas las edades, siempre respetando las posibilidades de cada individuo. Además, esta actividad se fundamenta en el análisis,

la observación y el estudio de la anatomía y fisiología del cuerpo humano.

Para más información, se puede contactar con la fundación en el teléfono: 978 619 619.

ATADI asiste a las jornadas sobre derecho a la asistencia personal

Redacción
Teruel

El asistente personal para personas con discapacidad intelectual es una figura poco conocida. Se trata de personas que ayudan a los miembros de este colectivo a desarrollar sus vidas de forma independiente. Para Plena inclusión, red de organizaciones de personas con discapacidad intelectual en España y de la que ATADI forma parte, la asistencia personal es un derecho, que debe ser reconocido y valorado, como vía de inclusión de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Para dar a conocer este derecho, Plena inclusión y Plena inclusión Aragón, con el apoyo de Fundación ONCE, organizaron en Zaragoza las Jornadas sobre el Derecho a la Asistencia Personal los días 25 y 26 de septiembre. Asistieron tres representantes de ATADI, para conocer diferentes experiencias innovadoras en este ámbito.

Participaron la coordinadora técnica del Real Patronato sobre Discapacidad, María Teresa Fernández, el director gerente del Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS), Joaquín Santos; el presidente del CERMI, Luis Cayo; el vicepresidente de Plena Inclusión, Juan Pérez; el presidente de Plena Inclusión Aragón, Santiago Villanueva y la dirigente con discapacidad Cristina Paredero, miembro de la Junta Directiva de Plena inclusión España.

Santiago Villanueva afirmó que hay que ofrecer apoyos "para que las personas con discapacidad intelectual puedan realizar las mismas elecciones en la vida que el resto. Elecciones grandes o pequeñas".

Cristina Paredero incidió en que lo que hace a una persona verdaderamente independiente "es poder tomar sus propias decisiones". Por eso la "asistencia nunca puede ser sinónimo de dependencia". Juan Pérez, puso el foco en la "falta de conocimiento sobre la Asistencia Personal existente entre las propias personas con discapacidad intelectual y sus familias, sobre esta figura y cómo acceder a ella".

Luis Cayo explicó que existe la gran paradoja de que "siendo la prestación más inclusiva y que más empodera a las personas, en el sistema de prestaciones es la última". María Teresa Fernández, añadió que "partimos de la necesidad de encuadrar y conocer algo más esta figura, para poder hacer una regulación realista y no exenta de sueños". Y finalmente, Joaquín Santos concluyó: "Debemos avanzar con acciones personalizadas, y esta figura puede ser una de ellas".

Monólogo de David Amor, por el Día Mundial de la Salud Mental

ASAPME Teruel organiza una charla de educación inclusiva

Redacción
Teruel

ASAPME Teruel iniciará la semana que viene multitud de actos en conmemoración del Día Mundial de la Salud Mental.

Aunque este día es el 10 de octubre, a lo largo de todo este mes, las más de 300 entidades que forman el movimiento asociativo de personas con problemas de salud mental y sus familiares en el estado español realizarán numerosas acciones informativas, de sensibilización y de reivindicación, tanto para promover la salud mental como para defender los derechos y la inclusión social de las personas con trastorno mental.

Desde Asapme Teruel se ha querido llegar a más público y, debido a la gran aceptación que tuvo el año pasado la actuación de Santi Rodríguez, este año se ha tomado la decisión de traer a otro gran monologuista, David Amor. La intención es pasar una noche agradable, llena de humor, y empatizar con el colectivo de personas con enfermedad mental.

David Amor presenta un nuevo espectáculo llamado *Fuera de sitio*, que tendrá lugar el próximo lunes 8 de octubre en el Teatro Marín de Teruel a las 20.45 horas.



Cartel de la actuación

Desde el año pasado se ha querido hacer una actividad con un tono diferente, ya que se quiere transmitir que a las personas con enfermedad mental les interesan las mismas cosas que al resto de la población, tienen ilusiones, expectativas y aficiones similares, y el humor es una de ellas.

Las entradas para este acto se pueden adquirir en Pub La Torre, The Brother's Happiness, Cruza y Pasa, Ruta 66, Ambigú y El Refugio, al precio de 12 euros; o a 15 euros en taquilla el mismo día

de la actuación. Los beneficios de la venta de entradas irán destinados a la mejora de la calidad de vida de las personas con enfermedad mental y sus familias.

Además de esta actividad, Asapme Teruel ha organizado diferentes actos.

Durante esta semana, los usuarios de la entidad están realizando diferentes campeonatos y actividades dinámicas y de su interés con motivo de esta celebración.

Formación

El Día Mundial de la Salud Mental, el 10 de octubre, se impartirá una charla con el lema *Educación inclusiva, salud mental positiva*. La impartirá Agustín Sanz Vituri, director de la Escuela de Adultos Isabel de Segura de Teruel, tras la lectura del manifiesto por la consejera de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de Aragón, Mayte Pérez. Este acto tendrá lugar en el salón de actos del edificio Carmelitas, a las 19.00 horas.

Para finalizar esta programación tan completa, ASAPME Teruel organizará un día de convivencia con todo el colectivo de la entidad, con el propósito de pasar un día agradable y en familia para afianzar las relaciones interpersonales.

ASAPME Bajo Aragón organiza un viaje por Andalucía

Redacción
Teruel

Un grupo de 23 usuarios y cuatro profesionales de ASAPME Bajo Aragón se desplazaron hasta Mairena del Aljarafe (Sevilla) para disfrutar de ocho días de vacaciones en Sevilla, Córdoba y Cádiz, del 19 al 26 de septiembre.

El día 19 salieron temprano hacia el destino aunque no llegaron hasta 13 horas después. Los días siguientes estuvieron cargados de rutas turísticas donde pudieron visitar la Catedral de Sevilla, La Giralda, la Torre del Oro y la ciudad en general gracias al bus turístico.

Cádiz les recibió con altísimas temperaturas, aunque en general la ola de calor de esos días no les dio tregua; pero eso no impidió que pudieran visitar su museo, las plazas más características, la catedral, y todos aquellos monumentos y edificios que conceden el nombre de *Tacita de Plata* a la ciudad. Por la tarde, disfrutaron de un baño en la playa La Caleta, algo que mitigó en gran medida las altas temperaturas.

El tercer día disfrutaron de Isla mágica, parque temático con atracciones situado en la ciudad hispalense; cuyo disfrute fue evidente en los comentarios que

hicieron los participantes tanto dentro del parque como en el viaje de regreso al hotel.

El día de la segunda visita a Sevilla fue más tranquilo aunque igual de interesante. La Plaza de España disfrutaron de toda su belleza paseando a través de sus diferentes localizaciones. Visita panorámica de la ciudad a través del autobús y parada en el campo Sánchez Pizjuan. Acabó el día con tiempo libre y paseo.

Córdoba les recibió con sus callejuelas y puestos de *souvenirs*. La Mezquita, el puente Romano y la Judería completaron la jornada. El último día, disfrutaron de un paseo por Mairena del Aljarafe, localidad en la que estaba el hotel y de una sesión de cine muy entretenida.

Tras las 13 horas de viaje de rigor, volvieron a su lugar de origen con ganas de descansar pero con ilusión de disfrutar el año próximo de otros días de vacaciones.

Desde la ASAPME Bajo Aragón se valora en gran medida el esfuerzo que hace la entidad y los profesionales para que esta actividad se pueda llevar a cabo año tras año. La experiencia la pudieron compartir con ALFAEM León, entidad similar a ASAPME Bajo Aragón situada en la provincia de León.

ANUDI se acerca al mundo de la minería en Escucha y Utrillas

Las familias disfrutaron de una jornada de convivencia conociendo patrimonio

Redacción
Teruel

Las familias de ANUDI, Asociación de Discapacitados Nuevo Día, disfrutaron el sábado 29 de septiembre de un día espléndido con una nueva experiencia que les llevó a visitar una auténtica mina.

La jornada comenzó en el Museo Minero de Escucha y el Centro de interpretación del Pozo Pilar, y continuó por la tarde en Utrillas, con un trayecto en tren entre el Pozo Santa Bárbara y el Museo de la Ciencia y la Arqueología Minera.

Un recorrido turístico que, gracias a las amenas explicaciones de los guías, consiguió despertar el interés de todos. Los más pequeños no olvidarán el tren de vapor, pero los adultos tampoco. La actividad resultó muy divertida y fue una oportunidad de convivencia familiar para conocerse mejor y compartir experiencias para favorecer el cuidado y bienestar de los hijos con discapacidad. Desde ANUDI agradecen a las monitoras y voluntarias su gran motivación y la labor realizada al colaborar en esta actividad lúdica.



Visita de ANUDI al Museo de la Minería de Escucha

Espacio patrocinado por Caja Rural de Teruel

