

Tres mujeres vivirán en la nueva vivienda tutelada de Atadi en la ciudad de Teruel

El recurso permite que las personas con discapacidad intelectual se independicen de sus familias

Redacción
Teruel

Atadi celebró el pasado jueves, 1 de julio, una jornada de puertas abiertas en la nueva vivienda tutelada de la que dispone la entidad en Teruel. Así, personas con discapacidad intelectual usuarias de Atadi Teruel y sus familias pudieron conocer esta nueva vivienda que, según las últimas gestiones realizadas con el Gobierno de Aragón, podría entrar en funcionamiento en agosto. Tres mujeres con discapacidad intelectual vivirán aquí, con el apoyo y supervisión de profesionales de la entidad.

Con este nuevo recurso, ya son dos las viviendas tuteladas con las que cuenta Atadi, ambas en la capital turolense. "Las viviendas tuteladas son pisos o casas convencionales, integradas en la comunidad, que permiten que las personas con discapacidad intelectual que cuentan con cierta autonomía puedan vivir de forma más independiente", resume la directora de Atadi Teruel y responsable de la gestión de este nuevo recurso, Irene Arroyas.

El futuro de la atención a la discapacidad y la dependencia se orienta a fomentar este tipo de opciones de vivienda, ya que son muchas las personas que podrían vivir en casas o pisos convencio-



Familias vinculadas a Atadi visitan la nueva vivienda tutelada

nales si contaran con los apoyos necesarios en algunas áreas de su vida. Las viviendas tuteladas permiten que las personas con discapacidad intelectual se independicen de sus familias, evitando o retrasando su institucionalización. Además, "la vida independiente potencia su participación e integración en la sociedad, refuerza

su capacidad de decisión y de enfrentarse a nuevos retos y les aporta mayor intimidad y privacidad", apunta Arroyas.

Las viviendas tuteladas también permiten que las personas con discapacidad intelectual puedan socializar y compartir de forma estable tiempo, experiencias y tareas con otras personas

que no son de su círculo familiar, algo que es enriquecedor para su desarrollo y les aporta nuevas perspectivas.

Los usuarios de Atadi que viven en viviendas tuteladas han recibido formación para la autodeterminación y la vida independiente y cuentan con el apoyo constante de profesionales que les

guían y orientan cuando lo necesitan, de modo acorde a sus preferencias y al momento vital en el que se encuentren. En cuanto a la formación previa que reciben, Irene Arroyas explica que "aborda aspectos variados de la vida cotidiana, como el autocuidado, la higiene, los hábitos alimenticios, las compras, la limpieza del hogar, la gestión del presupuesto, la convivencia, seguridad y salud, etcétera". Así, las personas que comienzan a vivir en una vivienda tutelada cuentan con herramientas y conocimientos prácticos que facilitan su día a día.

Con la apertura de esta nueva vivienda tutelada, ya serán seis las personas con discapacidad intelectual usuarias de Atadi que viven en este tipo de hogares, "una opción que cobra cada vez más fuerza y que será muy común a medio y largo plazo", asegura el gerente de Atadi, Ramón Royo.

De hecho, continúa Royo, "la futura residencia de Atadi en Monreal del Campo, para la cual ya se han adquirido los terrenos, contará con dos viviendas independientes, que podrían ampliarse a cuatro, destinadas a las personas con discapacidad intelectual con más autonomía". De este modo, Atadi trabaja para ofrecer servicios que se adapten a las distintas necesidades de cada persona con discapacidad intelectual.

Redacción
Teruel

Asapme Bajo Aragón considera de gran importancia el bienestar integral de las personas y para ello cuenta con un plan de actividades de lo más variado.

El día comienza a las 08:30 con el "desayuno y actualidad", una dinámica distendida de orientación a la realidad. Los usuarios, acompañados por un técnico, eligen si quieren tomar un café y desayunar, a la par que visualizan las noticias que aparecen en televisión, comentando aquellos aspectos que consideren más relevantes, y abriendo paso a diversos debates que permiten la expresión de opiniones y fomentan la asertividad, la flexibilidad mental, el respeto...

Para continuar, cuando todavía no hace demasiado calor, se lleva a cabo la "vuelta". Dicha actividad se caracteriza por un

'Ment sana in corpore sano' en Asapme Bajo Aragón

La entidad persigue el bienestar integral de los usuarios

paseo de 30 minutos que permite a todos los participantes disfrutar de las primeras horas del día al aire libre.

Para recuperar fuerzas, se realiza un descanso al terminar, dedicado a la rehidratación y que prepara a los usuarios para el trabajo en el taller.

Es el momento del trabajo mental, para lo que se realiza el "taller de rehabilitación". En el se trabajan cultura general, habilidades sociales, habilidades de comunicación, rehabilitación cognitiva, etcétera. Multitud de

capacidades que son puestas en marcha a través de distintas actividades que elaboran los profesionales de Asapme.

Al terminar, se realiza la dinámica física "activación". Para acabar la mañana, se preparan ejercicios que ayudan a mantener activos a los usuarios. Utilizando materiales como pelotas, bandas elásticas, palos o el propio cuerpo, se realizan ejercicios que, siendo controlados por los técnicos, facilitan tanto flexibilidad como fortaleza en los distintos grupos musculares.

Llega la hora de la comida y cada uno de los asistentes se encarga de preparar los utensilios necesarios y de limpiarlos y recogerlos una vez finalizada. Cuando han terminado, se dirigen a los baños para lavarse manos y dientes, para después sentarse durante un tiempo, facilitando una correcta digestión.

A las 14:30 comienza una nueva actividad, "Recetas saludables". Para facilitar una correcta higiene alimentaria y las habilidades de cocina autónoma de los asistentes, se realiza una

receta que se guardará hasta la hora de merendar. Son los propios usuarios quienes mezclan y elaboran las distintas meriendas, así como se encargan de recoger y ordenar aquello que han usado para cocinar.

A las 15:30 se retoman los talleres, esta vez de un modo más informal, facilitando la interacción entre los participantes y poniendo en marcha habilidades relacionadas con la psicomotricidad, la cohesión grupal, el autoconocimiento, etcétera.

A las 16:30 se recuperan esas meriendas elaboradas previamente, disfrutando de un tentempié saludable y estimulante por el trabajo que ha requerido.

Finalmente, para terminar el día, se ofrece un espacio de "ocio y tiempo libre" donde cada uno de los asistentes puede decidir a qué quiere dedicar el tiempo: juegos de mesa, guiñote, pintura de mandalas y lecturas.

Espacio patrocinado por Caja Rural de Teruel



Asapme Teruel da comienzo a la temporada de ocio y tiempo libre

Las actividades reportan a los participantes beneficios emocionales

Redacción
Teruel

Los usuarios de la Asociación Salud Mental Teruel (Asapme Teruel) comenzaron la semana pasada su temporada de ocio con actividades dirigidas en las que también participan los diferentes voluntarios, alumnas de prácticas y profesionales de la entidad.

Para dar inicio al mes de ocio, se realizó una excursión a Fuentecerrada, donde pudieron disfrutar de un agradable paseo y participar en diferentes juegos de mesa. "Naturaleza y buena compañía son siempre una apuesta ganadora y, como no podía ser menos, todos nosotros disfrutamos muchísimo de una jornada diferente en un entorno tan bonito y tan cercano a nuestra ciudad", comentan desde la asociación.

A lo largo del mes de julio, se realizarán diferentes actividades de ocio al aire libre, dirigidas a las personas con enfermedad mental usuarias de la asociación.

Para ello, está previsto realizar salidas culturales en la capital turolense, rutas senderistas para disfrutar de la naturaleza de nuestro entorno, un taller de creación de camisetas *tie dye* (que significa literalmente "atar-teñir"), talleres de cocina, fiesta del agua o juegos tradicionales, entre otras.

"Son tantas las ideas que tenemos que no nos va a dar tiempo a realizar todas las actividades que hemos pensado. Esta-



Asapme Teruel da comienzo a la temporada de ocio con una excursión a Fuentecerrada

mos deseando poner en práctica todo lo que se nos está ocurriendo porque estamos convencidísimas de que lo vamos a pasar genial", apuntan.

Además, tres días a la semana estarán destinados a piscina, disfrutando de las diferentes instalaciones deportivas de la ciudad.

"Con todas las actividades que realizamos, tanto dentro de la asociación como fuera de esta, se potencian las habilidades sociales y emocionales del colectivo de personas con problemas de salud mental, favoreciendo una mayor autoestima y aportando competencias para aplicarlas posteriormente en su vida

diaria", recalcan las profesionales de la entidad.

Se espera que la participación sea muy activa por parte de los usuarios, tal y como han observado en los últimos años ya que, además de pasar momentos muy divertidos juntos, todos ellos obtienen de esta experiencia unos grandes beneficios emocionales.

La pandemia incide en la salud de las personas con discapacidad

Redacción
Teruel

La crisis socioeconómica derivada de la covid-19 está afectado de forma incisiva a las personas con discapacidad, condicionando sus vidas, perjudicando su estado de salud, dificultando el acceso al empleo y generando pobreza.

Esta es una de las principales conclusiones del segundo informe sobre los *Efectos y consecuencias de la Covid-19 en las personas con discapacidad* del Observatorio sobre Discapacidad y Mercado de Trabajo de la Fundación ONCE (Odismet), presentado el pasado jueves.

El estudio pone de manifiesto una mayor incidencia del virus en las personas con discapacidad, un 8,6% frente al 7,8% en el conjunto de la población. Igualmente, la necesidad de hospitalización es superior en el colectivo, 15%, frente al 9,8% entre la población sin discapacidad.

La situación de pandemia ha supuesto un empeoramiento de la salud física de las personas con discapacidad en el 34,4% de los casos, cifra que en el caso de la salud psíquica se eleva al 57%.

En otro ámbito, el 51,9% indica que su situación económica ha empeorado desde el inicio de la pandemia; un 27,6% afirma no poder llegar a fin de mes y el 33,2% se ha visto en la necesidad de retrasar pagos.

CONTAGIA SOLIDARIDAD PARA ACABAR CON EL HAMBRE

Manos Unidas
CAMPAÑA CONTRA EL HAMBRE

Juntos lo conseguiremos
COLABORA

900 811 888 | bizum 33439
www.manosunidas.org

Guía Servicios Útiles

Si desea aparecer en esta guía póngase en contacto con nosotros

978 61 70 87
publicidad@diariodeteruel.net

IMPULSOSERVICIOS
-centro especial de empleo-

- Lavandería industrial con servicio a particulares.
- Venta y personalización de ropa.
- Reclamos publicitarios.

Polígono de Platea, parcela 1, nave 6. Teruel
impulsoservicios@fundacionimpulso.es - 689 226 753

DESATASCOS

LIMPIEZAS DE:

- ALCANTARILLADO
- DEPURADORAS
- FOSAS SÉPTICAS
- DESAGÜES

629 787 774
607 208 690

MANTENIMIENTO Y LIMPIEZAS ORTIZ, S.L. C/ Ollerías del Calvario, 59 - Teruel

Comprando en tu barrio, mejoras el planeta y puedes llevarte una experiencia en autocaravana

ENVÍANOS UNA FOTO DE TU TICKET DE COMPRA DE MÍNIMO 20€ EN NUESTROS ESTABLECIMIENTOS ASOCIADOS

@ACESTeruel 621 22 24 15

SORTEO DE UN FIN DE SEMANA EN AUTOCARAVANA

compra SOStenible

Organiza: Colabora: Patrocina:

Teruel GOBIERNO DE ARAGON