

ASPACE CÁCERES

ENERO 2021

Contenido

03 **Noticias**

Llega la vacuna / Súperterapias

06 **Entrevistas**

José Luis Rivero / Johanna Mirabel

12 **Cocina con
nosotros**

Receta de crepes

14 **ASPACE en los medios**

*Entrevista a Antonio Rodríguez /
Noticia de formación*

16 **Nuestras redes**

Post destacados en Facebook



¡LLEGA LA VACUNA!

Profesionales y personas usuarias de los centros de Cáceres y Jaraíz ya han recibido la primera dosis



El pasado 12 de enero, medio centenar de personas de la plantilla de profesionales y usuarios pertenecientes al servicio residencial de ASPACE en Jaraíz de la Vera recibieron la primera dosis de la vacuna contra la Covid-19. Una semana después, el día 19, fue el turno del centro de Cáceres, donde se le inoculó el antídoto a 80 personas, entre trabajadores y personas usuarias.

“Desde el minuto uno, hemos cumplido con todas las medidas de seguridad sanitaria recomendadas, velando por la salud de todas las personas que visitan con frecuencia nuestras instalaciones”, manifiesta el directivo, subrayando que, cuando termine el proceso de vacunación, “la luz al final del túnel estará más cerca”.



El gerente provincial de ASPACE, José Acevedo, se congratula de que la vacunación haya transcurrido “con normalidad”, y ha agradecido la labor del personal sanitario que se ha desplazado a sendos centros para llevar a cabo el procedimiento, el cual ha demostrado “total efectividad”.

Una vez comenzado el tratamiento contra el coronavirus en los dos centros de ASPACE en la provincia que cuentan con el servicio de residencia, los siguientes en recibir la primera parte de la vacuna serán los de Plasencia, Trujillo y Moraleja.

SÚPETERAPIAS

Porque, cuando te diviertes, el aprendizaje es doble

CÁCERES

Nuestros chicos de centro de día han disfrutado, de manera grupal, de una partida de dominó.

Este popular juego de mesa ayuda a desarrollar procesos básicos cognitivos de percepción visual, atención y memoria. Así mismo, fomenta el control de la impulsividad y promueve el desarrollo de habilidades psicomotoras.

MORALEJA

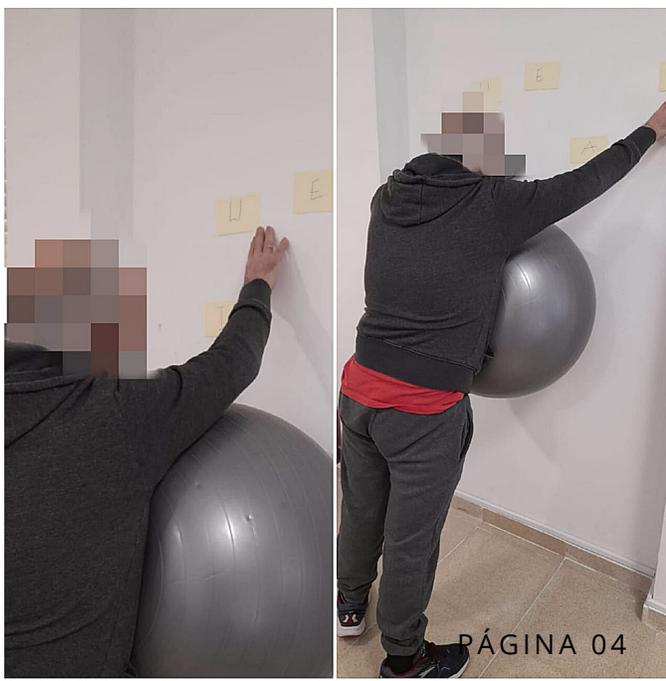
Desde Terapia Ocupacional, hemos trabajado con una misma actividad varios objetivos diferentes, como el uso de tijeras (pinzas), grafomotricidad, sensibilización a texturas o coordinación óculo manual.

¡Sin duda ha sido una gran experiencias para los más pequeños!

TRUJILLO

Cuando la actividad se ejecuta en equipo desde las diferentes áreas de intervención, en este caso, Terapia Ocupacional y Fisioterapia, junto al usuario, el resultado es la generalización de aprendizajes para ser más funcionales en la vida diaria. En concreto, hemos trabajado el colocar los útiles del lavavajillas en el armario de arriba.

Asimismo, hemos entrenado de manera paralela los siguientes objetivos: funcionalidad de sus miembros, equilibrio y coordinación. manejo de situaciones mientras recibo inputs propioceptivos y vestibulares, y atención y funciones ejecutivas.



PLASENCIA

La vista es uno de los cinco sentidos más importantes que nos permite entender el mundo. El canal visual adquiere vital relevancia en el momento que capta un conjunto de imágenes y las interpreta en el cerebro. Es la vía mediante la que comprendemos de manera más rápida y sencilla lo que nos rodea.

Continuamente en las terapias con nuestros chicos hacemos uso de anticipadores visuales para mostrar lo que va a pasar a continuación, tanto en tareas como en juegos, y les preparamos para que se organicen mentalmente y vean con tiempo aquello que va a suceder, haciéndoles sentir tranquilos y seguros, y evitando rigideces y problemas de conducta. Por ello, el uso de apoyos visuales es nuestro gran aliado.

Os mostramos algunas posibilidades de hacerlo (todos ellos han sido creados y utilizados adaptándose individualmente a la persona y a sus capacidades).



Entrevista a José Luis Rivero

Por Carlos Díaz

José Luis Rivero (Plasencia, 1968) se define como un fotógrafo autodidacta, apasionado por captar a través del objetivo todo aquello que le transmita sensaciones. Tras 25 años retratando imágenes de la naturaleza extremeña, ha participado en numerosos proyectos y dejado su impronta en libros y revistas, además de resultar premiado en concursos de prestigio.

Este mes de enero se desplazó con su equipo fotográfico al centro de ASPACE en Jaraíz para disfrutar de una experiencia única en sus más de dos décadas de trayectoria: inmortalizar el día a día de las personas usuarias del centro. El resultado, una exposición absolutamente emotiva.

Pregunta. ¿Cómo surgió la posibilidad de realizar una exposición donde los protagonistas son las personas usuarias de ASPACE en Jaraíz?

Respuesta. La verdad que fue casual. A través de una amistad del centro de ASPACE en Jaraíz me comentaron que querían hacer una exposición con las personas usuarias del centro. Ya conocían un poco mi trabajo fotográfico, pues aparte de hacer naturaleza siempre he tocado otros temas, como actividades de ocio, tiempo libre, retratos...

"Estas personas tan maravillosas me han enseñado mucho"



Me ofrecieron esa posibilidad y me pareció una idea muy interesante ya que son personas que transmiten mucho en su entorno.

Espero que lo que yo haya querido mostrar se vea reflejado en las imágenes de estas personas tan maravillosas, que me han enseñado mucho a través del objetivo.



P. ¿Cuánto tiempo le ha llevado confeccionarla?

R. La realización de las fotografías me llevó una mañana, sin tener nada preparado, simplemente estando con ellos y haciéndoles sentir que yo era parte de las actividades, pero con una cámara en la mano. Intenté que fuera lo más natural posible.

Intenté relejar su día a día, su afinidad con los cuidadores, lo bien que se sienten, las actividades que les gusta hacer. Quería transmitir sus sensaciones. Colaboraron mucho conmigo y estoy muy agradecido.

P. ¿Ha sido su primera experiencia en un proyecto de estas características?

R. Pues sí, nunca había participado en un proyecto así. Es la primera vez que realizo este tipo de fotografía.

P. ¿Qué es lo que pretende reflejar con sus imágenes?

R. En primer lugar, la naturalidad con la que realizan sus actividades y su superación en el día a día haciendo lo que les gusta.

He notado lo bien que se sienten, lo que aportan a sus compañeros, su trato con los cuidadores, la mejoría del día a día, las sensaciones, las miradas, la compenetración entre ellos, la amistad,

la simpatía...

Quería conocer cómo viven y buscar esos momentos en los que transmiten la sensación de que están completamente capacitados para hacer lo que ellos pretenden.

Ha sido muy gratificante. He tenido unas sensaciones de alegría, de estar en compenetración con ellos. Esto es lo principal.

P. Una vez finalizada su obra, ¿qué experiencia destacaría?

R. Me parece que aporta mucho a los familiares, trabajadores y otras personas que visitan el centro. En las fotografías considero que se refleja lo bien que se encuentran, el compañerismo que existe entre ellos y la alegría que desbordan al sentirse personas capaces de tener una vida como los demás.

"Me encantaría repetir el proyecto en otro centro de ASPACE Cáceres"

P. ¿Ha sido un trabajo espontáneo o cada fotografía estaba previamente ideada?

R. El trabajo ha sido totalmente espontáneo, como a mí me gusta. Simplemente dejarlos hacer a ellos y buscar esos momentos en los cuales reflejan su motivación y sensaciones, actuando de una forma natural sin pensar que yo estaba allí retratando.

P. ¿Le gustaría repetir el mismo proyecto en otros centros de ASPACE?

P. Por supuesto que me encantaría. Para mí, ha sido la primera vez en un centro de estas características y con estos protagonistas. La verdad que, aparte de que me sentí uno más, fue una experiencia muy gratificante, muy bonita. Me aportaron muchísimo.

Ha supuesto una lección de humildad ver que a veces somos personas que nos preocupamos por cosas insignificantes, y viviendo ese día en ASPACE me di cuenta que con trabajo e ilusión se pueden conseguir muchas cosas. Me sentí muy arropado y tengo que dar las gracias por haberme permitido formar parte de este proyecto.





Entrevista a Johanna Mirabel

Por Cristina Burgos

Johanna Mirabel Lozano es psicóloga y trabaja en el centro de Moraleja de ASPACE desde 2017. Su andadura en la entidad comienza a través de un Proyecto de Normalización e Inserción Laboral, además de llevar a cabo las terapias de psicoterapia.

Ese mismo año empezó a interactuar con la Red de Ciudadanía Activa. Más tarde, en 2019, se hace cargo de la coordinación de la Red de Ciudadanía Activa de Aspace Cáceres.

Actualmente es la psicóloga del centro de Moraleja, y lleva a cabo las valoraciones iniciales, la psicoterapia del centro, y los talleres de Conocimiento Corporal y Afectividad con los chicos y chicas de Habilitación Funcional. Asimismo, participa en el grupo Talento Sexualidad y Afectividad de la Confederación y en los talleres de Centro de Día.

Pregunta. Como coordinadora de la Red de Ciudadanía Activa de ASPACE Cáceres, ¿nos podría contar en qué consiste este departamento?

Respuesta. La Red de Ciudadanía Activa ASPACE es un grupo de trabajo formado por 359 personas con parálisis cerebral y otras discapacidades afines con altas necesidades de apoyo, procedentes de 26 entidades ASPACE de toda España. Tiene como objetivo potenciar la participación social a través del fomento de su autodeterminación, de tal forma que, desde la familia, las propias entidades ASPACE, las instituciones públicas

y la sociedad en general valore y respete sus opiniones y decisiones como ciudadanos.

P. ¿Por qué motivo se crea esta Red?

R. Se crea para dar visibilidad del empoderamiento, para la participación y auto-representación de los hombres y las mujeres con parálisis cerebral y otras discapacidades afines con altas necesidades de apoyo.

Esta red lleva 6 años de funcionamiento y ha ido centrando su actividad en las temáticas demandadas activamente por las propias mujeres y hombres que forman este grupo. Así, si bien durante los primeros años se abordaron cuestiones generales relativas al autogobierno y el empoderamiento, los dos últimos se han centrado en áreas de trabajo concretas.

Específicamente, 2018 se destinó a abordar cuestiones generales y singulares con las relaciones afectivo-sexuales de los hombres y las mujeres con parálisis cerebral y discapacidades afines, mientras que 2019 sentó las bases del auto-conocimiento de los derechos como herramienta clave al ejercicio de la ciudadanía activa. Durante el año 2020 se profundizó y consolidaron conocimientos adquiridos sobre derechos y afectividad-sexualidad, los cuales se seguirán consolidando durante el año 2021 tanto para nuevas entidades como para las que ya forman parte de la Red de Ciudadanía ASPACE.

P. ¿Qué se hace desde la Red de Ciudadanía de ASPACE?

P. Es la primera piedra que pone el colectivo de la parálisis cerebral y otras discapacidades afines para ganar autodeterminación. Cada grupo de la Red ASPACE trabaja coordinadamente para potenciar su autodeterminación e incidir sobre el entorno para que familiares y profesionales se amolden y adopten progresivamente esta nueva filosofía.

"Los autogestores y autogestoras son personas con discapacidad organizadas para defender sus derechos y dar visibilidad al colectivo"

P. ¿Quiénes son las personas autogestoras?

P. Los autogestores y autogestoras son personas con discapacidad, mayores de edad, que se organizan en grupos para analizar las cuestiones que les preocupan, defender sus derechos y dar visibilidad al colectivo.

El objetivo de los autogestores y autogestoras es que su voz y sus opiniones se tengan en cuenta, e influir en la toma de decisiones de las cuestiones que les afectan. Quieren estar incluidos en la comunidad y creen que la mejor forma de conseguirlo es darse a conocer y mostrar de lo que son capaces.



P. ¿Cuántos centros participan y cuál es el número de participantes?

P. La Red de Ciudadanía Activa de ASPACE Cáceres está formada por un total de 34 participantes. Está compuesta por los cinco centros de la provincia: Jaraíz de la Vera, Plasencia, Moraleja, Trujillo y Cáceres.

P. ¿Cómo definiría la palabra autodeterminación?

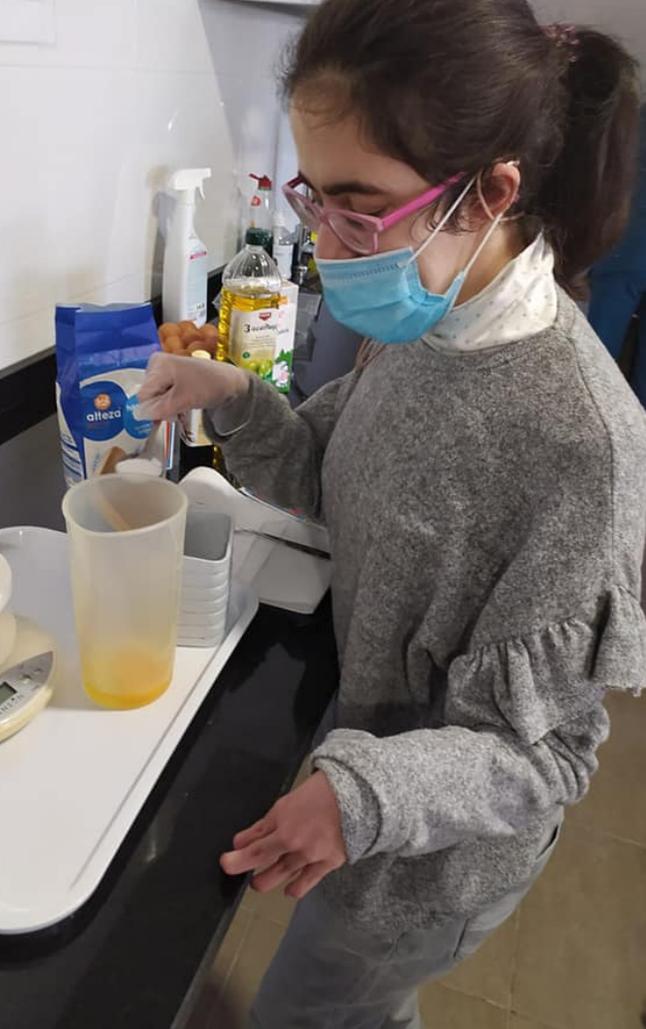
P. Es la capacidad de cada persona para tomar decisiones según sus objetivos y deseos. Para conseguir autodeterminación es necesario que la persona se conozca a sí misma y pueda gestionar su comportamiento.

P. ¿Existe algún tipo de convivencia?

R. Normalmente se lleva a cabo una convivencia anual de forma presencial con todos los integrantes de la Red de Ciudadanía Activa. Los chicos y chicas deciden entre todos que actividad quieren que se lleve a cabo ese día, además de elegir el menú y el centro donde llevar a cabo ese encuentro.

Durante el año, cada dos meses, más o menos, se realiza una videoconferencia entre los cinco centros para debatir algún tema concreto, proponer una actividad, compartir experiencias y seguir manteniendo el contacto.





COCINA CON NOSOTROS

ESTE MES TOCA...
¡CREPES!



INGREDIENTES PARA LA MASA



HUEVO

1 HUEVO



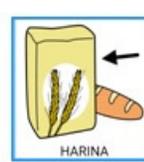
AZÚCAR

2 CUCHARAS



ACEITE DE OLIVA

2 CUCHARAS



HARINA

300Gr



LEVADURA

½ CUCHARA



LECHE

½ VASO



SAL

PIZCA DE SAL



VAINILLA

½ CUCHARA

- Otros ingredientes para la crepe...



SIROPE DE CHOCOLATE



NATA MONTADA



UTENSILIOS DE COCINA



CUCHARA



BOL



BATIDORA



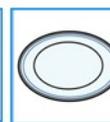
SARTÉN



CUCHARÓN

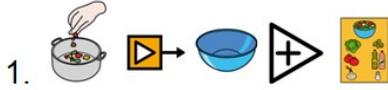


ESPÁTULA





ELABORACIÓN



1. Añadimos al bol los ingredientes



2. Batir los ingredientes



(Textura intermedia entre líquida y espesa)



3. Poner la sartén en el vitrocerámica



4. Encender la vitrocerámica al número 6



5. Cuando la sartén esté caliente



6. Añadimos medio cucharón de masa en el centro de la sartén.



7. Cuando se dora, le damos la vuelta



8. Poner la crepe al plato.



ASPACE EN LOS MEDIOS

El crack de la batería



La vuelta de las navidades en ASPACE Cáceres en su centro de Trujillo siempre es un día especial. Pero este año no cabe duda que lo fue más aún.



LEER

Nuestro compañero Antonio Rodríguez, "Rodri" para sus allegados, se mostraba rebosante de alegría, pues había sido protagonista de una entrevista, dando a conocer su habilidad y su sueño... ¿Quieren saber más? Haga click en "Leer" y lea el artículo de Hoy Trujillo: *Antonio, el 'crack' de la batería de Conquista*, por Javier Sánchez.

Formación en planificación centrada en la familia



ASPACE Cáceres, con sus diferentes centros en la provincia, apuesta por dar el mejor servicio a las familias y a las personas usuarias.



LEER

Tanto es así que cada año ofrece cursos formativos a sus trabajadores y trabajadoras. ¿Quieren saber cuál es la última formación grupal? Visite el artículo de Hoy Trujillo firmado por Javier Sánchez.



¡SÍGANOS!
(CLICK EN EL LOGO)



DESTACADOS DE FACEBOOK

Pinche en la imagen y será redirigido a la publicación



Quiénes somos

- X **José Acevedo / Gerente de ASPACE Cáceres**
mail: jose.acevedo@aspacecaceres.es
- X **Cristina Burgos / Coordinadora de Comunicación de ASPACE Cáceres**
mail: cristina.burgos@aspacecaceres.es
- X **Carlos Díaz / Redacción y maquetación**
mail: carlos.diaz@aspacecaceres.es
- X **Ester Clemente / Responsable de comunicación del centro de Cáceres**
mail: ester.clemente@aspacecaceres.es
- X **Virginia Gómez / Responsable de comunicación del centro de Jaraíz**
mail: virginia.gomez@aspacecaceres.es
- X **Irene Valhondo / Responsable de comunicación del centro de Plasencia**
mail: irene.valhondo@aspacecaceres.es
- X **Elena Galán / Responsable de comunicación del centro de Trujillo**
mail: elena.galan@aspacecaceres.es
- X **Fátima Rodríguez / Responsable de comunicación del centro de Moraleja**
mail: fatima.rodriguez@aspacecaceres.es

