

EL BOLETIN

Presentación Proyecto “Derecho a la cultura” Ávila



Fundabem y Down Ávila presentaron el día 20 de febrero en el Palacio de Superunda de la capital abulense, el proyecto “Derecho a la cultura”, enmarcados en los proyectos de Transformación Digital financiados por la FUNDACIÓN VODAFONE y en colaboración con el Excmo. Ayuntamiento de Ávila.

El proyecto tiene como objetivo que la cultura y el patrimonio esté al alcance de todos y todas. Para ello las personas con discapacidad intelectual, darán los pasos necesarios en el conocimiento cultural y patrimonial más significativo de la ciudad con la supervisión de expertos, para conseguir la crear una aplicación informática basada en la Realidad Aumentada que permita a turistas de la capital, recibir una información fácil y accesible, pero a la vez rigurosa en cuanto a datos técnicos e históricos se



refiere. Se tiene previsto presentar dicha aplicación el próximo mes de junio.

En la presentación, del proyecto en Ávila, intervinieron el presidente y presidenta de ambas entidades y Eduardo (Fundabem)



y Lucía (Down Ávila), dos de los participantes en el proyecto, cerrando el acto el alcalde de la ciudad, D. José Luis Rivas, el cual hacía mención a que este proyecto ofrecerá una “nueva forma de conocer el patrimonio”.

No son solo estas dos entidades las que desarrollan el proyecto, Down-Valladolid, igualmente lo desarrollará en la esta capital de provincia. Su presentación será el 28 de febrero de 2019.

Índice

- NOTICIAS [P.1-P.3]
- OCIO [P.4-P.5]
- EN NAVALUENGA [P.6]
- FORMACIÓN [P.7-P.8]
- IGUALDAD [P.9-P.10]
- FAMILIAS [P.11-P.13]
- LOS ALUMNOS RECOMIENDAN [P.14]
- RECETA [P.15-P.17]
- CUMPLEAÑOS [P.18]
- COLABORADORES [P.19]

NOTICIAS

Presentación Proyecto “Derecho a la cultura” Ávila

Las tres entidades según declaraciones del presidente de FUNDABEM, D. Fernando García, van a “generar conocimiento que se va a ver en todo el mundo”.

Desde aquí agradecemos a los técnicos de la oficina de accesibilidad del Ayuntamiento de Ávila, las horas de trabajo que desde el primer momento nos han concedido, en apoyo a este nuevo reto.



Fundación
Vodafone
España

#Conecta2Xaccesibilidad



NOTICIAS

Visita a Santa Teresa Gourmet



El pasado día 26 de Febrero realizamos una visita en las nuevas instalaciones de Santa Teresa Gourmet en el Polígono de las Hervencias (Ávila). Durante la visita, hemos podido conocer de primera mano los principales procesos de fabricación de la compañía agroalimentaria, destacando el de Membrillo Santa Teresa.

La relación de FUNDABEM y Santa Teresa tiene su origen en 2007, cuando se fraguó una colaboración que perdura gracias a la ilusión, buen hacer y profesionalidad de los empleados de la fundación. Son varios los trabajos que se realizan para Santa Teresa en esta entidad. Desde el estuchado de las clásicas Yemas de Santa Teresa, hasta la realización de las singulares “monjitas de fieltro” que adornan los escaparates de Santa Teresa Shop y la emblemática “La Flor de Castilla”, en Ávila, que además viajan por todo el mundo acompañando a los turistas que se enamoran de ellas en su visita a la ciudad.



La sinergia con FUNDABEM refleja también el compromiso de Santa Teresa con el desarrollo por el empleo de Castilla y León, y más concretamente de Ávila, además de reafirmar su contribución a la integración e inclusión laboral de las personas con capacidades diferentes.

Fuente de la noticia: Santa Teresa Gourmet

OCIO

CLASES DE JUDO

Hace unos días el Club Deportivo Ávila Activa y en concreto David Sánchez dio unas clases de Judo a los usuarios y usuarias de FUNDABEM.

David es cinturón negro en judo, grado 4º DAN además posee el título de entrenador regional de judo otorgado por la Federación Española de Judo y D.A.



En las clases David nos enseñó cómo debemos saludar, varios juegos de calentamiento y técnicas, además de mostrarnos como debemos caer.



OCIO

CLASES DE JUDO

Todos lo pasamos muy bien y aunque al principio íbamos con miedo y pensando que íbamos a luchar, las clases fueron muy entretenidas, dinámicas y nos reímos un rato. Desde FUNDABEM queremos dar las gracias a David por colaborar con el programa de Nutrición y Actividad Física de la entidad. Esperamos que David siga cosechando éxitos en el mundo del Judo.



Laura.

Sé Solidario
Fundación **MAPFRE**

EN NAVALUENGA

FUNDABEM NAVALUENGA CON LAS INSTITUCIONES

El día 22 de Febrero, los chicos del Centro de Navaluenga se visten de gala para asistir a la inauguración del nuevo Centro de Salud de Navaluenga, en el que asistió un gran parte de la población.



Escuchamos las palabras del Excmo. Alcalde, Don Armando García Cuenca, así como otros miembros de Diputación y gobierno, en los que hablaban de las ventajas de éste nuevo Centro, de las dificultades por la ya famosa Crisis Económica que aún hoy se deja notar, y de algo más importante y humano:

EL COMPROMISO Y LA HONRADEZ CON LOS DEMÁS.

Posteriormente, se realizó una visita libre por las dependencias, donde algunos “intrépidos” se quisieron pesar e hicimos un minijuego del “peso justo” a ver quién adivinaba el peso de los que iban subiendo a la báscula.

Seguidamente se sirvió un cóctel en el que degustamos algún picoteo rápido y en el que ya pudimos saludar al alcalde y a Pilar, la concejala. Posteriormente nos vamos al Centro ya que era mucho el tumulto y nuestra misión, el hacer presente a Fundabem en estos actos y por qué no, intentar acercarnos más a la población como forma de inserción social, quedaba más que cumplida...aunque algunos se hubieran quedado más por el embutido....

Fue una mañana interesante, en la que los chicos cambiaron de rutinas y pudieron conocer las nuevas instalaciones municipales de salud.

En el siguiente número...mucho más. Seguiremos informando.

Enrique Sánchez

FORMACIÓN

LOS ALUMNOS DEL CURSO YO ME PREP@RO VISITAN LA EMPRESA SEC (SERVICIOS EXTERNOS DE CALIDAD S.L)

Gracias a la colaboración y buena disposición por parte de los dueños de la empresa “Servicios Externos de Calidad S.L” y que siempre han mantenido con el servicio de empleo de Fundabem, los alumnos del curso de Tic´s Yo me Prep@ro junto con una de las educadoras, acudieron hacer una visita con la finalidad de ver de cerca el funcionamiento y las tareas que aquí realizan y sobre todo motivarles para su entrada en el mundo laboral. Esta empresa, que es un Centro Especial de Empleo (CEE) y que principalmente tienen en su plantilla contratadas a personas con capacidades diferentes, está situada dentro de la escuela de policía y se dedica principalmente a la lavandería industrial, especialmente al lavado y planchado de los diferentes uniformes y vestuarios de los alumnos que cursan en la escuela de policía, así como también lavan toda la ropa de camas y toallas.



Nos enseñaron todas las lavadoras y secadoras industriales que tienen y su funcionamiento, las calandras para el planchado, los carros para transportar la ropa y la máquina que utilizan para trasladar estos carros para no hacerse daño y evitar lesiones. También nos enseñaron el sistema que tienen de organización a la hora de colocar toda la ropa una vez limpia y planchada.

A parte de dedicarse al sector de la lavandería la empresa también ofrece otros dos tipos de servicios. Las mismas instalaciones disponen por un lado, de una pequeña tienda en el que puedes encontrar productos de todo tipo como de aseo e higiene personal pasando por libros, material de papelería o comestibles. Por otro lado, también disponen de un servicio de copistería por el cual realizan encargos de encuadernaciones,

fotocopias o bien acuden los alumnos de la escuela para que les impriman sus trabajos de dos maneras. Una manera es a través de su pendrive por el que la persona de la tienda lo introduce en un ordenador y el alumno le indica que es lo que tiene que imprimir, y la otra manera trata de que los alumnos envíen por correo electrónico al correo de la tienda su solicitud de documento a imprimir. Para esta tarea en concreto, el grupo de Fundabem pudo ver como reciben los pedidos de impresión a través del correo electrónico.

Pudimos comprobar que son varios los puestos de trabajo que se necesitan desempeñar, desde ocupar un puesto de operario de lavandería a estar como dependiente/a de tienda para atender a los clientes, como también realizar trabajos de copistería. También nos contaron que tienen contratados a algunos trabajadores y trabajadoras a jornada completa y algunos otros a media jornada.



Al final de la visita se animó a los chicos del Yo me Prep@ro a poder dejar su currículum. Desde aquí nuestro agradecimiento a todas las personas que nos atendieron y nos enseñaron su trabajo.

Laura y Sara.

FORMACIÓN

LOS ALUMNOS DE FORMACIÓN PROFESIONAL BÁSICA SIGUEN SU APRENDIZAJE

Los alumnos de FPB 1 están aprendiendo la poda de diferentes variedades como el olivo, los pensamientos y los rosales. En este último caso, se ha realizado una práctica real en uno de los jardines de La Aldea del Rey Niño.

El proceso consiste en cortar todos los tallos, bien al ras (para evitar que vuelva a salir) o bien por encima del segundo nudo contando desde su base (para sanearlos y que vuelvan a salir en la siguiente campaña).

Algunos de estos tallos serán utilizados para obtener nuevas plantas. El proceso consiste en cortar al bias el tallo y plantarlo de forma que al menos una yema esté cubierta por el sustrato.

Aquí os dejamos unas fotos para que veáis el resultado del trabajo.



Por otro lado, se ha planeado una excursión al Museo de Ciencias y al Museo Colón de Valladolid para los alumnos de FPB. No obstante, también podrán asistir los alumnos del Centro Ocupacional.

IGUALDAD

FORMACIÓN EN IGUALDAD PARA PROFESIONALES DE PRENSAVILA Y FUNDABEM.

Los días 22 de febrero y 1 de marzo de 2019 los y las profesionales de FUNDABEM y PRENSAVILA, hemos recibido formación en el tema de igualdad de oportunidades.

El día 22 de febrero, la charla nos la dio Alma López Guerra, Agente de igualdad. Alma explicó conceptos básicos como machismo, feminismo, género y sexo, después se vio lo que son los micromachismos y se pusieron ejemplos de los mismos que hay en la vida diaria.

El viernes 1 de marzo, se hizo una presentación de lo que la entidad ha estado trabajando en el tema de igualdad. Se explicó lo que es un plan de igualdad y el porque se quiere hacer el mismo. Además se presentó la guía de lenguaje no sexista que se ha elaborado en el año 2018.



IGUALDAD

FORMACIÓN EN IGUALDAD PARA PROFESIONALES DE PRENSAVILA Y FUNDABEM.



En esta charla se hicieron varias dinámicas de grupo para trabajar los prejuicios y estereotipos que se tienen en torno a los hombres y las mujeres. Se detectaron canciones con mensajes machistas hacia el sexo femenino. Se trabajó la publicidad sexista, viéndose anuncios dónde se podían distinguir los roles de las mujeres, tales como: ama de casa, cuidadora, mujer guapa y atractiva o superwoman. Y por último se vio algún ejemplo de ofertas de empleo discriminatorias.

Laura.



Un pueblo un bosque

Accede al siguiente enlace para mas información sobre las próximas plantaciones:

<https://unpueblounbosque.es>

FAMILIAS

Taller para familias: “Hábitos de vida saludables”.

El pasado día 31 de enero de 2019, y dentro de las actividades del programa de nutrición y actividad física contra el envejecimiento de las personas con discapacidad intelectual, se impartió un taller en el CEAS sur de Ávila, en el que se habló de hábitos de vida saludables.



Este taller fue impartido por Rodrigo, trabajador social de Cruz Roja Y duró aproximadamente una hora y media. En dicho taller participaron 6 personas. Rodrigo nos enseñó a distinguir entre alimentos sanos y menos sanos, además aclaró varios mitos que hay en torno a determinados alimentos.



¡SÍ 25 EUROS TUYOS SE CONVIERTEN EN 100 EUROS PARA FUNDABEM!

Accede al siguiente enlace para mas información:

<https://www.fundabem.es/25son100/>

FAMILIAS

Taller para familias: “Hábitos de vida saludables”.

El próximo taller/charla tendrá lugar el jueves 28 de marzo y será impartido por una Laura Galán, diplomada en enfermería. Esta vez se tratarán temas relacionados con el colesterol, la tensión y el azúcar.



Dado que al último taller asistieron pocas personas me gustaría desde aquí pedir la colaboración de las familias en estas charlas/talleres.

Laura.

YA DISPONIBLE NUESTRO CATÁLOGO DE ARTÍCULOS DE REGALO Y DECORACIÓN

Accede con el siguiente enlace:

<https://www.yumpu.com/es/document/read/62229318/catalogo-de-articulos-de-regalo-y-decoracion-de-fundabem>



FAMILIAS

Carta Amparo

A finales de la primavera del año pasado me ofrecí a ir a las clases de cocina, a enseñarles a cocinar un plato. Me apetecía pasar un rato con ellos, verlos en su salsa.

Y allí me presente, tan segura de mi misma, de mi “capacidad”, de lo que podía enseñarles. Nada fue como lo imaginé.

Todo mi gozo en un pozo, yo no era la “madre lista-profesora” por un día, mi papel era únicamente explicarlos que ingrediente iban a utilizar y los pasos. Inmediatamente ellos formaron los equipos, se repartieron las tareas y lo hicieron absolutamente todo.

Mientras yo les observaba y les indicaba algún detalle ¿en vuestras casas sois así? ¿Tan responsables, tan autónomos, tan seguros? ¿Cómo es que todos funcionan también allí?

Supe enseguida que era debido a que se espera de ellos que lo sean, tienen la confianza en que pueden hacerlo. También es cierto que después se comen lo que han cocinado y la ensalada campera estaba francamente buena ¿puede que eso les motive también?

Descansamos mientras comían el bocadillo y me gusto charlar con ellos, las cosas tan interesantes que pueden contarnos si los escuchamos a veces son peleones, o graciosos e incluso trascendentes, otra lección para una experta en la materia que no sabía hasta qué punto son seres individuales y diferentes entre sí, con la manía que todos tenemos de poner las etiquetas, de convertirles en un grupo uniforme.

Tuve la suerte de que me invitaron a trabajar con ellos en el membrillo, bueno, ‘chupao’ ¿no? embolsé y puse etiquetas y casi me da algo cuando los 2 que hubo que repetir eran míos, las etiquetas estaban torcidas y allí el nivel es muy alto, lo haré mejor la próxima vez, necesito un tiempo para aprender.

Después de un tiempo cosiendo, rellenando, cortando, observe que no todos saben hacer todo, pero que eso no importa, hay una tarea para cada uno y todos son importantes si quieren que los gatos, fundas de agenda, ratoncitos, corazones, etc salgan perfectos y quedan preciosos.

Las tres mañanas que pase allí, cada una con un grupo diferente, fue una experiencia maravillosa. Yo, que iba a enseñarles a cocinar, termine la mañana consciente de que había aprendido mucho.

Cada tarea que realizan, que aprenden están programadas para que cada uno de ellos consiga sacar lo mejor de sí mismo dándoles la posibilidad de ser autónomos y que hacerlo juntos es esencial por que se están socializando aprenden a socializar con los demás y manejar conflictos es importante

Yo les dije que me gustaría repetir, espero que vuelvan a contar conmigo.

(Carta de Amparo)



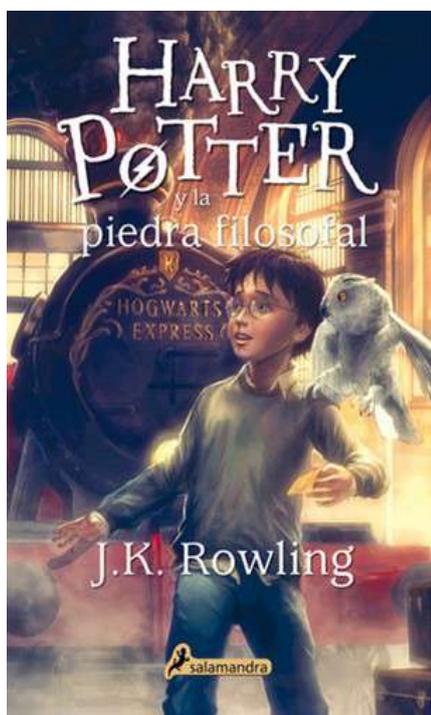
LOS ALUMNOS RECOMIENDAN

Mario Galán y Abrahám recomienda: “Harry Potter y la Piedra Filosofal”

Hoy en la sección “Los alumnos recomiendan”, les toca el turno a Mario Galán y Abrahám, porque los dos querían recomendar los libros de Harry Potter.

En concreto quieren recomendar el primer libro de la saga: Harry Potter y la Piedra Filosofal. Os dejamos la sinopsis:

Harry Potter se ha quedado huérfano y vive en casa de sus abominables tíos y del insoportable primo Dudley. Harry se siente muy triste y solo, hasta que un buen día recibe una carta que cambiará su vida



para siempre. En ella le comunican que ha sido aceptado como alumno en el colegio interno Hogwarts de magia y hechicería. A partir de ese momento, la suerte de Harry da un vuelco espectacular. En esa escuela tan especial aprenderá encantamientos, trucos fabulosos y tácticas de defensa contra las malas artes. Se convertirá en el campeón escolar de quidditch, especie de fútbol aéreo que se juega montado sobre escobas, y se hará un puñado de buenos amigos... aunque también algunos temibles enemigos. Pero sobre todo, conocerá los secretos que le permitirán cumplir con su destino. Pues, aunque no lo parezca a primera vista, Harry no es un chico común y corriente. ¡Es un verdadero mago!

Abrahám nos dice que le gusta el libro porque es de aventuras y te entretiene, Mario G. nos dice que se ha leído los 3 libros primeros, pero que hay más, también que ha visto todas las películas. Aunque los libros tienen bastantes páginas se leen bastante bien. Si todavía no los habéis leído, os animamos a que lo hagáis.

RECETA

HUMUS CASERO

INGREDIENTES PARA 5 PERSONAS

500gr de garbanzos
2 cucharadas de **tahini** casero
El zumo de medio limón
1 cucharadita de comino molido
1 diente de ajo
250ml de agua de cocción
Una pizca de sal

PARA ADORNAR

Aceite de oliva
Pimentón dulce
Perejil



PREPARACION

Poner los garbanzos en agua tibia el día anterior, tienen que estar al menos 12 horas. Cuando haya pasado este tiempo los escurrimos y lavamos. Echar en una olla rápida cubrir de agua, cocer durante 20 o 25 minutos.



Una vez cocidos se escurren y se ponen en la batidora.



RECETA

SALSA TAHINI

INGREDIENTES

4 cucharadas sopera de sésamo
4 cucharadas de aceite de oliva
4 cucharadas de agua
1 pizca de sal



PREPARACIÓN

Echar el sésamo en una sartén y ponemos a fuego medio durante 1 minuto, hasta que se dore un poco, remover continuamente.



Dejar que se enfríen las semillas. Poner en la batidora con el aceite, la sal y el agua. Batir muy bien.



RECETA

Os dejamos unas fotos de la elaboración



#SéSolidario
Fundación **MAPFRE**

Avance catálogo productos comuniones y bautizos

Próximamente ampliaremos el número de productos disponible.



CUMPLEAÑOS



MIGUEL RODRIGUEZ GONZÁLEZ
25/02



ALEJANDRO GARCÍA SERRA
10/02

Feliz cumpleaños!!

Con la colaboración de:



Grupo CN Monteros S.L

Hermanos González Rosado S.L

Agrovac S.L

Estación de servicios "Las vegas"



Reciban un cordial saludo del equipo de Fundabem