

Nuestra Voz



**Planificación
Centrada en la
Persona**

Revista nº 34

Julio 2016

SUMARIO

CURIOSIDAD SATISFECHA
SEMANA CERVANTINA
PCP EN EL PADRE ZEGRÍ
AMPLIACIÓN DE SERVICIOS
VOLUNTARIAS CON CORAZÓN
CLUB DE LECTURA FÁCIL
BREVES
SECCIÓN ZEGRÍ
PROGRAMA DE VACACIONES
FORMACIÓN
JORNADAS LÚDICO PARTICIPATIVAS
OCIO
CRÓNICAS DEPORTIVAS

EQUIPO DE REDACCIÓN

Comunidad de HH. Mercedarias
Profesionales del centro

CENTRO ESPECIAL PADRE ZEGRÍ

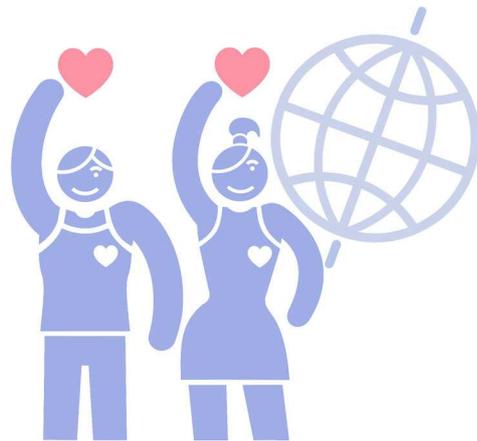
Con. Virgen de la Merced, 12 Bis
47009 VALLADOLID
Tlf.: 983 33 96 94
FAX: 983 34 20 63
info@centropadrezegri.es

Cada año son más los voluntarios y voluntarias que, desinteresadamente, deciden dedicar parte de su tiempo a colaborar, de un modo u otro, con nuestra entidad.

Son personas solidarias, responsables y sensibles, cuyo apoyo es muy importante en muchas de nuestras actividades y programas.

Su labor es, en ocasiones, silenciosa, pero no por ello poco valorada por el conjunto de personas que formamos parte de esta entidad.

Por eso, desde estas líneas, queremos dar las gracias a nuestras voluntarias, en nombre de la dirección, trabajadoras, hermanas mercedarias, usuarias y familias.



¡MUCHAS GRACIAS!

En el interior de este número, os invitamos a conocer algunas de las actividades en las que participan nuestras voluntarias.

CURIOSIDAD SATISFECHA

Escudo de la Merced

Son varias las personas que al llegar al *hall* del Centro se preguntan, ¿cuál será el significado de ese escudo y las cadenas? Y sienten verdadera curiosidad. Pues bien acogiendo el interrogante que se les presenta, voy a tratar de dar respuesta en este medio de difusión de nuestra revista.



Ese escudo que estáis viendo es el escudo de la Merced. Es sin duda, uno de los elementos que más identifican a los miembros de la familia mercedaria. Tanto en los lugares donde estamos, como en aquellos que hemos estado, siempre aparece el escudo como signo de nuestra presencia. Y claro como el "**Centro Especial Padre Zegrí**" está regido por la Congregación de las Hermanas Mercedarias de la Caridad, no podría faltar este signo de identidad.

Hay varias formas de escudos. Voy a ir enumerando sus partes. En el centro hay una **cruz BLANCA**, que es: símbolo de inocencia y pureza sobre el fondo rojo de **SANGRE. LA CRUZ BLANCA**, es la cruz de la catedral de Barcelona que el obispo de entonces, Berenguer

de Palou, regaló a la Orden de la Merced en su fundación y como expresión de su apoyo a la obra redentora de San Pedro Nolasco, fundador de la Orden de la Merced.

Seguimos mirando el escudo. Ahí se ven las **barras**. Son rojas **SANGRE**, símbolo de amor y caridad y amarillas **ORO**, símbolo de nobleza. Estas últimas son las barras de la corona de Aragón. El rey **Jaime I el Conquistador** entusiasta colaborador de la Orden de la Merced, que estuvo presente en la fundación de la Orden en la catedral de Barcelona el 10 de agosto de 1218, regaló a la Orden su propio escudo como expresión de su apoyo a la obra redentora. El escudo se convirtió para los mercedarios como el pasaporte real cuando iban a hacer las redenciones de los cristianos que estaban en poder de los sarracenos. Por esta razón veréis algunas veces escudos de la Merced con la corona real.

Veréis que hay **cuatro barras color SANGRE** en el escudo. Proviene de la corona de Aragón. Según la tradición **Wilfredo el Velloso**, fundador de la dinastía de los Condes de Barcelona, cayó gravemente herido luchando contra los normandos al servicio de **Carlos el Calvo** emperador de los franceses entre los años 875-877. Este, para premiar su valor le concedió en su lecho de campaña las armas heráldicas a él y a sus descendientes. Mojó los cuatro dedos de su mano derecha en la sangre que manaba de la herida y los imprimió sobre el escudo del Conde dejándole marcadas cuatro barras rojas.

¿Y las cadenas? Son símbolo de liberación. Para esto fuimos fundados, para romper y liberar las cadenas que oprimen y esclavizan al hombre, bajo el amparo de María de la Merced nuestra "sin igual Madre y Protectora".

EN UN LUGAR DE LA MANCHA...

Semana Cervantina

Preparar una gran fiesta siempre es costoso y más cuando el reto es superar los logros ya conseguidos. Habéis puesto mucho empeño y dedicación para cumplir con esta meta y la habéis alcanzado sobradamente a pesar de los muchos inconvenientes que han ido surgiendo en los días anteriores a la fiesta. Por todo ello queremos felicitaros por el esfuerzo y el trabajo realizado. Muchas gracias Comisión por poner lo mejor de vosotras mismas, por vuestra perseverancia y paciencia. Sin vuestro empeño y esfuerzo no hubiera sido posible alcanzar el objetivo propuesto. Enhorabuena.

LA JUNTA DIRECTIVA

COMISIÓN 2016

Yolanda Melero,
Elena Hernández,
Adela Díaz,
Esther Alcalde,
Nuria García,
Resu Salazar



Durante este año 2016 estamos conmemorando el IV Centenario del fallecimiento de **nuestro escritor más universal: Miguel de Cervantes**. A lo largo y ancho de todo el territorio nacional, instituciones y entidades de diversa índole han celebrado actos conmemorativos para recordar a nuestro ilustre literato y su obra. Desde el Centro Especial Padre Zegrí hemos querido sumarnos a esta conmemoración y por ello ha sido el tema elegido para celebrar nuestra fiesta de verano.

Así, durante unos días nuestras usuarias han viajado al pasado. Han revivido pasajes de la vida de Cervantes, se han adentrado en su imaginario y han descubierto un sinfín de personajes e historias. Por supuesto, cómo no, han “cabalgado” junto a Don Quijote y Sancho Panza y han aprendido de sus experiencias y aventuras.

En la Semana Cervantina han tenido lugar multitud de actividades: deportes, visita a la casa de Cervantes en Valladolid, actuaciones, talleres temáticos y, como colofón final, **la celebración del Día de las Familias**.

En esta jornada tuvimos el placer de contar con la presencia de **D^a. Rafaela Romero, concejala de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Valladolid**, a la que deseamos dar las gracias nuevamente por su asistencia.

También nos acompañaron D^a Concepción Morales, Representante del Gobierno Provincial de las Hermanas Mercedarias de la Caridad y D. Carlos Sanz, presidente de la Asociación de Padres, Tutores y Hermanos del Centro Especial Padre Zegrí, así como familiares, usuarias, profesionales, voluntarios y demás amigos.



Muchísimas gracias a *Creaciones Covadonga* por elaborar y obsequiarnos con las fofuchas de Don Quijote y Sancho Panza.

PLANIFICACIÓN CENTRADA EN LA PERSONA

En el Centro Especial Padre Zegrí

En los últimos años nuestra entidad ha venido desarrollando diversos programas y **Buenas Prácticas basadas en la Planificación Centrada en la Persona** (en adelante PCP), pero ¿qué es la PCP, cómo surge este nuevo paradigma y qué implicaciones tiene en nuestra labor y en la vida de nuestras usuarias?

En primer lugar, la PCP es un marco teórico y un modelo de práctica donde las protagonistas, **los elementos centrales del proceso de planificación, son las personas a las que van dirigidos los apoyos**. Es decir, nuestras usuarias.

La principal diferencia frente a los modelos de planificación centrados en los servicios, es que éstos se flexibilizan para adaptarse a las necesidades y deseos de las usuarias, y no al contrario.

La filosofía en la que se basa la PCP es consecuencia de los cambios sociales y culturales que se han producido en las últimas décadas, en relación al modo de comprender y dar respuestas ante la discapacidad.

Como sabemos, en la historia se han ido sucediendo diversos modelos de atención, que respondían a distintas visiones acerca de la discapacidad: desde la **prescendencia**, marginación u ocultación de las personas con discapacidad, pasando por el modelo **médico-rehabilitador**, hasta un modelo **social**.

Algunas de estas visiones coexisten o no llegan a desaparecer del todo, lo que nos lleva al momento actual, en que hablamos y luchamos por un modelo de **inclusión, derechos y autodeterminación**.

Esto, a efectos prácticos, implica que las decisiones con respecto a los servicios no dependen en exclusiva de los profesionales, sino que responden a las necesidades detectadas tras un **proceso de escucha activa a nuestras usuarias**. Se trata de un proceso en el que todos y todas estamos aprendiendo.

Por un lado, **los profesionales debemos ser más flexibles** para adaptarnos a las nuevas exigencias. Por su parte, **las usuarias ahora tienen un papel protagonista** y deben tomar decisiones con respecto a su propia vida. Algo que, como a todos nos ha pasado, también deben aprender a base de práctica, de conocerse a una misma y, por qué no, de equivocarse.

EXPERIENCIA PILOTO

A lo largo del año 2014 se ha llevado a cabo una experiencia piloto de implantación en la entidad de la metodología PCP, en la que participaron 7 usuarias del centro. Una vez finalizado el proceso, se evalúa y se decide continuar con el mismo en aquellos casos en los que la persona y su círculo de apoyo así lo desearan.

TENGO UN PLAN

En el año 2015 otras 11 usuarias de nuestra entidad se han incluido en un nuevo programa de formación en PCP, denominado "*Tengo un Plan*". Gracias a esta buena práctica las personas con discapacidad intelectual han establecido objetivos de trabajo para su programa individual del año 2016.

PLANEANDO PLANES DE VIDA, VIVIENDO VIDAS CON PLANES

En la actualidad, la línea de trabajo iniciada con la PCP continúa con el desarrollo de esta Buena Práctica, denominada: *"Planeando planes de vida, viviendo vidas con planes"*.

En nuestra experiencia piloto aplicamos la PCP de forma bastante fiel a como se plantea este proceso. Después de una reflexión sobre el desarrollo y los resultados, vimos que existía dificultad para poder aplicar la metodología a la totalidad de nuestras usuarias con los recursos con los que contábamos, así como dificultades en las propias personas con discapacidad intelectual para el autoconocimiento y la toma de decisiones.

Así surge la necesidad de esta nueva propuesta, más flexible, que persigue el **objetivo principal de apoyar a las personas en sus planes de vida**, utilizando como guía la filosofía de la PCP. Para ello es crucial que apoyemos a nuestras usuarias para que descubran sus preferencias y deseos. Empoderarlas para que planifiquen su día a día, sus actividades, y que su vida sea más acorde con lo que desean y es importante para ellas.

En este sentido, se han incorporado en las programaciones de los talleres ocupacionales contenidos específicos sobre el autoconocimiento, conceptos abstractos (meta, sueño, futuro), sobre qué es un plan de atención individual y un plan de vida.

Actualmente se están llevando a cabo los planes de vida de las participantes y movilizándolo los apoyos y recursos necesarios para dar cumplimiento a las metas personales que cada una de ellas se ha planteado.

Somos conscientes de que esta práctica supone un reto y un giro más en nuestra forma habitual de trabajar, un cambio en el papel de los profesionales y en la cultura de la organización. No obstante, nuestra motivación es lograr **que todas las personas puedan vivir de acuerdo a sus planes, sueños y anhelos**, cada vez más lejos de los condicionantes de la organización.



AMPLIACIÓN DE SERVICIOS

Servicios de atención a la dependencia

A lo largo del último año la entidad ha ampliado su carta de servicios, incorporando los servicios de promoción de la autonomía personal y atención a la dependencia.

Estos servicios tienen por finalidad desarrollar y mantener la capacidad personal de controlar, afrontar y tomar decisiones acerca de cómo vivir de acuerdo con las normas y preferencias propias y facilitar la ejecución de las actividades básicas de la vida diaria. Pueden ser financiados a través de la prestación vinculada a personas en situación de dependencia.



ESTIMULACIÓN COGNITIVA

El objetivo es mantener, compensar y/o mejorar las capacidades cognitivas de la persona así como frenar el deterioro mediante la estimulación cognitiva y funcional, procurando que la persona alcance la máxima capacidad física, funcional y social.

ASISTENTE PERSONAL

Servicio personalizado de apoyo a las personas en el que una profesional realiza o ayuda en la realización de actividades que otra persona no puede hacer por sí misma, como: acompañamientos a los servicios de salud, traslados, apoyo en actividades de ocio y en la realización de gestiones, entre otras.



HABILITACIÓN Y TERAPIA OCUPACIONAL

Su finalidad es conseguir la máxima funcionalidad de la persona con limitaciones físicas, cognitivas, conductuales o un conjunto de ellas, a través de técnicas, métodos y actuaciones con fines terapéuticos, para conseguir la mayor independencia e integración posible de la persona en la vida comunitaria.

Además de los servicios citados, ya en mayo de 2015, la entidad ha incorporado el **servicio de transporte** para facilitar el desplazamiento de las usuarias que así lo requieran.

VOLUNTARIAS CON CORAZÓN

Actividades voluntariado



Un grupo de voluntarias formado por Melisa, M^a Isabel, Coral, María, Sara y Pili nos ha acompañado durante estos meses en diversas ocasiones en el tiempo de ocio. Han ofrecido canciones, bailes y pequeñas representaciones teatrales para nuestras usuarias, con títulos como: Princesas del Reino, Circo Respira de Vida, La creación de la mujer, La radio amiga o El parchís de la ilusión.

En sus actuaciones se nota todo el cariño y el esfuerzo que ponen para el disfrute de nuestras usuarias, a las que también han obsequiado con muchos detalles, como globos, flores, coronas y pulseras.

También participan en el programa de ocio Raquel, Rebeca y Alba, dando soporte en el desarrollo de diferentes actividades. Alba ha colaborado además en alguna salida.

Por último, nuestras voluntarias Soledad, Teresa y Socorro, colaboran en el Club de Lectura Fácil, del que ampliamos información en las siguientes páginas.

HAZTE VOLUNTARI@, HAZ UN MUNDO MEJOR

Para participar en nuestra entidad como voluntario/a, se debe contactar con la coordinadora de voluntariado:

✚ voluntariado@centropadrezegri.es

✚ **Teléfono:** 983 339 694

Buscamos personas con sensibilidad hacia la diversidad funcional o discapacidad. Carácter altruista, responsable y solidario, que cumplan con los compromisos que libremente adquieran. Valores en consonancia con los valores del centro.

Amplia posibilidad de horarios y actividades: deportes, acompañamientos, salidas, ocio y tiempo libre, fines de semana, etc.

Hazte voluntari@!!

TU ELIGES
horario y actividad!

EN NUESTRO CENTRO:

CENTRO ESPECIAL
PADRE ZEGRI

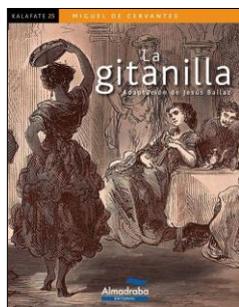
Haz un mundo mejor!

La visión y servicios más avanzados para la inclusión de personas con discapacidad intelectual.

Pregúntanos en: Tel.: 983 339 694 voluntariado@centropadrezegri.es
www.centropadrezegri.es | Centro Virgen de la Merced nº 12 Bx. 47011 Palencia, España

CLUB DE LECTURA FÁCIL

Lectura al alcance de tod@s



Durante este año hemos leído en el Club de Lectura Fácil una de las Novelas Ejemplares de don Miguel de Cervantes: “*La gitanilla*”, que narra la historia de amor entre una hermosa gitana (Preciosa) y un joven caballero (don Juan). Preciosa, que está bajo la protección de una vieja gitana, pone como condición a don Juan que se haga pasar por gitano durante 2 años y después decidirá si se casa con él o no.

CHARLA DE LA ESCRITORA NURIA MARTÍ

Además de disfrutar con esta lectura tuvimos el placer de conocer a Núria Martí Constans, escritora en lectura fácil y autora entre, otros libros, de “*Trampa de fuego*”. La novela está basada en la historia real del incendio de la fábrica textil “Triángulo”, en Nueva York, un 8 de marzo de 1908. En este incendio murieron 146 personas, entre ellas 123 trabajadoras de la confección. Las miserables condiciones en las que trabajaban, con un sueldo paupérrimo y una cantidad excesiva de horas al día, hicieron que se creara el sindicato de trabajadoras textiles, que lucharía por mejorar las condiciones laborales. Asimismo, ese día marcó la celebración del Día Internacional de la Mujer. Las razones que llevaron a Nuria Martí a escribir sobre este tema vienen dadas por la dedicación de su familia a la industria textil.



WEB LÉELO FÁCIL



Otra visita muy interesante para las lectoras y lectores del Club fue la presentación, por parte de dos de sus creadores, de la web “*Léelo fácil*” (<http://www.leelofacil.org>). Este proyecto une la lectura fácil y la tecnología para conseguir unas adaptaciones literarias enriquecidas con recursos digitales, como música e imágenes. Los libros disponibles son tanto actuales como clásicos y su elección se realiza por votación abierta entre un grupo de obras propuestas. Su funcionamiento es sencillo y claro para todos, ya que está íntegramente en lectura fácil. En el desarrollo de esta página la participación de personas con discapacidad intelectual es muy activa e importante. Durante la visita a la web tuvimos la ocasión de conocer parte de una de las novelas disponibles y todos coincidimos en lo ameno y entretenido que resulta este formato y todo lo que aporta al texto. Su difusión es gratuita. Este es otro gran mérito de Plena Inclusión España.

PEREGRINACIÓN AL SANTUARIO

El día 24 de junio participamos en la peregrinación al Santuario del Saarado Corazón con motivo del estar en el año de La Misericordia.

A esta peregrinación acudieron todas las personas que así lo desearon siendo participes las Hermanas Mecedarias, usuarias, trabajadoras, familiares y amigos de nuestro centro.

A las 10 de la mañana nos pusimos en marcha y nos llevó un autobús hasta las inmediaciones del Santuario, una vez reunidos en la Puerta Santa donde nos recibió el sacerdote pasamos al interior para la celebración de la eucaristía.

La eucaristía fue muy participativa y emotiva y todos salimos con un sentimiento de felicidad y de paz.

Destacar la participación del coro que, con un poco de esfuerzo y mucho entusiasmo, consiguió emocionar a todos los asistentes, sobre todo con la canción del Padre Zegrí para terminar la celebración.

Desde aquí agradecemos a Miquel, Mari y Gemma su ayuda y dedicación en los ensayos de los días previos.



ACTUACIÓN DEL GRUPO DE JOTAS



El día 22 de de abril con motivo del día de nuestra comunidad Castilla y León la residencia de personas mayores Ballesol invitó a nuestro arupo de jotas para que les ofreciésemos unas jotas y danzas.

Esta residencia está muy cerca de nuestro centro, en la avenida de Giión, por ello acudimos a pie, vestidas con los bonitos trajes regionales.

En la residencia va estaba todo preparado para que los mayores disfrutaran de los bailes que llevábamos preparados: Boñar y La Jarra de la provincia de León, El Lindanao de la provincia de Valladolid, El Pinaacho de Coaces del Monte, y para finalizar la danza de San Juan de la provincia de Burgos.

Pasamos una tarde divertida y nos llevamos un sentimiento de aratitud hacia la residencia por la buena acoqida y su valoración hacia nuestro trabajo, nos despidieron con unos dulces y refrescos y les hicimos la promesa de volver a verles.

MES DE MAYO, MES DE MARÍA

Una sonrisa, un corazón, una flor... tantas cosas hemos compartido con nuestra Madre, la Virgen María, y con todas las personas del centro.

En el mes de las flores hemos tenido tiempo para Ella, le hemos pedido por nuestras familias, por nuestros anhelos, pero también hemos sabido dar las gracias.

Siempre presentes en este tiempo los niños que se acercaban por primera vez a Jesús, los niños que hacían su primera comunión, de ellos nos hemos acordado todos los días.

El último día hemos ofrecido a la Virgen nuestra labor y entrega... nuestro ser y nos hemos puesto a su servicio para intentar vivir como su hijo.

SECCIÓN ZEGRÍ

Párroco y arcipreste en Huétor Santillán

Estamos siguiendo las huellas que nos ha dejado el P. Zegrí en **Huétor Santillán** como Párroco y Arcipreste. Hay que añadir que fuera de los límites de la Parroquia, ejerció la tarea de predicador. De ello hay constancia en los volúmenes de sermones que conservamos de él. Son una joya. No tienen desperdicio ninguno de ellos. El afirma con su puño y letra: **“que predicó de concepto y sin escribir todas las cuasmas pasadas en Huétor”**. Parece ser que en ese tiempo litúrgico seleccionaban a los mejores predicadores para mover al pueblo de Dios a la conversión. Y entre ellos lo escogían a él.

También tuvo a su cargo el octavario de ánimas, según consta en el registro de la **“Hermandad de las Animas”** de Huétor Santillán. Al leer esto os puede surgir alguna pregunta: ¿Y a qué se refiere ese octavario? Pues nada más ni nada menos que a orar por aquellas personas que nos han precedido en el signo de la fe y que ya no se encuentran con nosotros. Hay que tener en cuenta que mientras estemos aquí, sigue existiendo un vínculo de caridad y amor que nos liga a ellos. Nuestra misión es por tanto orar por los difuntos no solamente llevar flores a los cementerios. Las dos cosas están bien, pues nuestros seres queridos merecen nuestro respeto, amor, cariño, pero sobre todo nuestra oración.



Y como cosa curiosa os diré que en la hemeroteca de la Casa de los Tiros, que está situada en la plaza del Padre Suárez de Granada, se han encontrado algunas cosas que hacen referencia al P. Zegrí. Era costumbre en aquel tiempo, anunciar en la prensa local en la sección religiosa los cultos más importantes de diversas iglesias de

Granada. Y allí se mencionaban a los oradores, el motivo del sermón y los asistentes. Pero claro esto solamente cuando eran muy importantes. Y como el P. Zegrí gozaba de muy buena fama como orador siempre le destacaban en alguna columna de los periódicos locales. Algunas veces la reseña de su predicación era breve, pero otras era amplia y muy elogiosa.

Varias veces fue llamado a predicar a **CAPILEIRA**. Aquí tenemos una vista de una de las calles de este pueblo tan pintoresco.

Capileira es una localidad y municipio español situado en la parte noroccidental de la Alpujarra granadina. Limita con varios pueblos y entre ellos uno que se llama: **LANJARÓN**, famoso por las fuentes o manantiales descubiertos a finales del siglo XVIII: declaración de agua mineromedicinal, en seis manantiales del pueblo de Lanjarón, entre ellos el Manantial Salud.

Gran parte del término municipal de Capileira pertenece al Parque Nacional de Sierra Nevada, llegando hasta las cimas del pico Veleta y el Mulhacén, techo de la península Ibérica, que comparte con Güéjar Sierra y Trevélez, convirtiendo a estos tres municipios en los más altos de la península, y segundos de España tras La Orotava. Todo el municipio forma parte igualmente del Conjunto Histórico del Barranco del Poqueira.

Este pueblo se sitúa en la parte alta del valle de Poqueira, en la vertiente meridional de Sierra Nevada.

En este pueblo de Capileira fue el P. Zegrí a predicar varias veces y en especial en la solemnidad de la patrona **Nuestra Señora de la Cabeza**. Las autoridades de este pueblo en prueba de gratitud y admiración y por sus excelentes panegíricos en honor de la patrona, le otorgaron diversos diplomas de reconocimiento. Así se recoge en la prensa granadina de La Alhambra de su tiempo.



Y para terminar, destaco el testimonio de una Hermana mercedaria que era natural de Capileira. Manifiestó que cuando era niña conoció al P. Zegrí. Cuando iba a predicar a su pueblo, se hospedaba en su casa. Toda la gente le tenía un gran aprecio y veneración. Admiraban en él, su reserva y modesto recato sacerdotal. Así son los santos. A su paso van dejando estela de santidad.

¿Cómo son los santos? Acojamos lo que el P. Zegrí nos dejó escrito y que se puede aplicar a él: **“Los santos, son esos astros brillantes y hermosos, que aparecen en el horizonte de la Iglesia y que, los veneramos por sus virtudes. Son la dulce y encantadora expresión de la virtud cristiana, del amor divino, corriente poderosa que da al espíritu alas de ángel para atravesar el camino de la perfección, hasta unirse en abrazo misterioso con Dios, término de todas las aspiraciones que abrazan y consumen nuestra existencia”**.

138 AÑOS DE CAMINAR

Celebración eucarística

Cada año en pleno camino cuaresmal, celebramos una gran fiesta congregacional: el aniversario de la fundación de la Congregación. El 16 de marzo, en este caminar de 138 años celebramos la fecundidad de la vida de todas las Hermanas que acogiendo la llamada del Señor, han seguido a lo largo de la historia a Cristo Redentor en el compromiso de un servicio de amor liberador. Que esta Eucaristía sea de agradecimiento a Dios Padre, porque su **“misericordia y fidelidad”** ha estado y sigue estando con nosotras, y nos da la oportunidad de seguir cumpliendo el gran sueño de nuestro querido Padre el Beato Juan Nepomuceno Zegrí y Moreno, tal como lo expresó en el lema de la Congregación: **“Todo para bien de la humanidad en Dios por Dios y para Dios”**.

Teresa Sedeño M.C.

PROGRAMA DE VACACIONES

Ocio inclusivo, autonomía y calidad de vida

VACACIONES PASADAS POR AGUA



Durante todo el año estamos esperando que lleguen las vacaciones, unos días para conocer lugares nuevos, descansar y abandonar la rutina que nos persigue durante el resto del año.

El Centro Especial Padre Zegrí, gracias a Plena Inclusión, en colaboración con el IMSERSO, organiza vacaciones para personas con discapacidad intelectual.



Este año veinte usuarias del centro han disfrutado de las vacaciones en el municipio granadino de Almuñécar, con una duración de siete días.

El objetivo del programa de vacaciones es fomentar el ocio inclusivo, la autonomía y la calidad de vida en entornos normalizados, así como disfrutar de unos días de esparcimiento y visitar lugares nuevos.



Estos objetivos se han cumplido gracias a las diversas actividades que se han realizado en Almuñécar, Nerja y Granada. Las usuarias han disfrutado de playa, bailes, visitas a diferentes lugares, compras... todo ello organizado por un equipo de cinco profesionales que las han acompañado y ayudado durante todo el viaje.

En Almuñécar, donde estaba situado el hotel, visitaron el parque ornitológico "Loro Sexi", el acuario, el Palacio de la Najarra, el parque botánico "El Majuelo", donde se encuentra la Factoría de Salazón del pescado y también hubo tiempo para pasear por las calles de este municipio andaluz.

Realizaron una excursión a Nerja, donde visitaron las cuevas, el balcón de Europa, el museo y el barco de Chanquete. Éste era uno de los lugares más esperados del viaje, además tuvieron la suerte de conocer a "Tito", un personaje de la serie "Verano Azul", con el que pudieron hacerse una foto para el recuerdo. Un momento único, que seguro no olvidarán.

En Granada, en el tren turístico, dieron un paseo alrededor de la ciudad y, caminando por sus empedradas calles del casco histórico, pudieron contemplar la catedral.

En todas estas salidas, hubo un fiel acompañante que fue la lluvia, la cual dificultó el camino ya que había que ir ataviadas con chubasquero y cargando con paraguas, pero esto no les impidió disfrutar de estas maravillosas vacaciones.

Durante los dos últimos días de estancia, la lluvia dio una tregua y las usuarias pudieron pasear por la playa y tomar el sol, además de tomar refrescos con vistas al mar, con el que "soñaban" desde que supieron que el destino del viaje era la Costa Mediterránea. Por las noches, disfrutaron de bailes en el hotel y de paseos por el municipio.

A lo largo de todo el viaje, **se fomentó la toma de decisiones** por parte de las usuarias para que las vacaciones fueran su momento de asueto y disfrute y pudieran realizar las actividades que más deseaban en cada momento, siempre que fuera posible.

BAJO EL SOL DE GALICIA

Además del Programa ofrecido por Plena Inclusión y el IMSERSO, el Centro Especial Padre Zegrí cada año amplía su oferta vacacional con excursiones a diferentes destinos. Este año el lugar elegido fue O Grove, localidad costera en la provincia de Pontevedra.

Si el primer turno de vacaciones estuvo marcado por la lluvia, en el segundo turno veintiuna usuarias pudieron disfrutar durante cuatro días del sol y las playas de Galicia, con el apoyo de seis monitoras.

La actividad estrella de este viaje fue la visita al "Acuario do Grove", con posterior paseo en catamarán y degustación de mejillones. En el acuario las usuarias conocieron parte de la fauna marina de la zona, y también de otros lugares del mundo. Luego, en el barco, aprendieron sobre la cría de mejillones, mientras disfrutaban de un maravilloso paisaje ¡Incluso se pudieron avistar delfines!



En este viaje tampoco podía faltar el tren turístico, que sirvió para recorrer las localidades de O Grove y A Toxa y conocer más acerca de su historia y sus gentes.

Y ADEMÁS...

Por si esto fuera poco, el día 2 de julio se celebró el **VII Encuentro Regional de Hermanos y Cuñados de personas con discapacidad intelectual de Plena Inclusión**, en el complejo multiaventuras "La Roca", de Palencia, con la participación de varios de nuestras usuarias con sus familiares.

Además, como en años anteriores, el día 8 de julio usuarias y familias, junto con la trabajadora social, han pasado un estupendo **día de playa en Santander**.

¡Ahora, sólo nos queda empezar a tachar días esperando las próximas vacaciones!

FORMACIÓN

Aprendemos y seguimos creciendo

Algunos de los cursos más destacados en los que han participado nuestras **profesionales**:

PREVENCIÓN DEL ESTRÉS LABORAL

En nuestro trabajo es muy importante disponer de recursos personales que nos ayuden a combatir el estrés y por eso es fundamental la formación en este campo. Gracias a este curso hemos aprendido a identificar el estrés, cómo prevenirlo y cómo afrontarlo.



RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS



En el trato entre personas, igualmente importante es que sepamos resolver de manera asertiva los conflictos que puedan surgir en nuestra actividad diaria. Las habilidades de comunicación son esenciales, así como conocer y emplear diversas estrategias que nos ayuden a resolver situaciones difíciles.

ARTETERAPIA: EL PODER TERAPÉUTICO DE LA CREATIVIDAD

Entre los cursos que ofrecía este año **Plena Inclusión** se encontraba *Arteterapia*, que es una disciplina que utiliza la creación artística como vehículo para favorecer el contacto con uno mismo; el despertar de la conciencia, de lo que somos y de lo que necesitamos, así como la expresión emocional y la resolución de conflictos, que nos impiden desarrollarnos de una manera sana y equilibrada. Así pues, todos los asistentes al curso tuvimos que mirar dentro de nosotros mismos y desarrollar nuestra creatividad. Porque la creatividad tiene el poder de generar la visualización, es decir, gracias a ella podemos soñar, recordar, relacionar ideas, sueños y recuerdos y también, gracias a la imaginación, damos forma a lo invisible a lo desconocido: los miedos, los deseos, el amor... **Graciela Fuks Pizarro** profesional con gran experiencia en este campo, fue la persona encargada de impartir este maravilloso taller, que considero una herramienta nueva para desarrollar con nuestras usuarias.



Chus García

Por su parte, nuestras **usuarias** han asistido a diversos cursos de interés, además de la formación recibida en el propio centro:

SAFE SURFING

Navegar por Internet, desde cualquier tipo de dispositivo, se ha convertido en algo cotidiano para la mayoría de las personas. Las nuevas tecnologías, en especial las redes sociales, nos ofrecen una nueva forma de comunicación y de relación, pero no están exentas de riesgos y las personas con discapacidad intelectual son más vulnerables a ellos.

Para poder identificar y prevenir posibles situaciones problemáticas o peligrosas, surge el proyecto *Safe Surfing*. Se trata de un proyecto europeo de *Inclusión Europe* impulsado, aquí en España, por **Plena Inclusión**.

Personas con discapacidad de toda España han participado en una formación online para concienciar y proteger sus datos en Internet. Una usuaria de nuestro centro ha participado en este curso.



PILATES PARA MAYORES



En esta formación, nuestras usuarias Pili e Isabel han tenido un doble rol.

En primer lugar se han formado, junto con otras personas con discapacidad intelectual, gracias a **EPCM Pilates**.

Posteriormente, todo el grupo, con el apoyo del profesor **Carlos Marín**, dirigió una sesión de pilates en el Centro de Personas Mayores **Cardenal Marcelo**, de Valladolid.

La experiencia, promovida por **Plena Inclusión CyL**, ha resultado todo un éxito. Tanto es así, que esta es la segunda edición de este curso y esperamos que haya una tercera.

Isabel y Pili ya son unas expertas y hasta se han animado a realizar alguna sesión de pilates en nuestro polideportivo.

COCINA

Otra de las acciones formativas organizadas por **Plena Inclusión CyL** ha sido un taller práctico para fomentar *Habilidades de independencia en la cocina*, dirigido a personas con discapacidad intelectual que residan en viviendas tuteladas.

Este curso lo ha impartido el chef **Rubén Alonso**, de la **Escuela Internacional de Cocina "Fernando Pérez"**. Por parte de nuestra entidad asistieron Mar e Isabel y volvieron encantadas, con nuevas ideas para su recetario.



JORNADAS LÚDICO-PARTICIPATIVAS

Conocemos la Historia

En el centro ocupacional 1/8 nos hemos propuesto, al menos una vez al mes, celebrar una sesión lúdico-participativa para recordar acontecimientos importantes de la Historia. Estas son las sesiones que hemos celebrado en estos meses:

Enero: no se nos ha ocurrido mejor forma de inaugurar esta actividad que con la conmemoración del **IV Centenario del fallecimiento de Miguel de Cervantes**. Hemos pasado una tarde muy entretenida en la que hemos conocido la biografía de Cervantes, se ha realizado una pequeña representación de su vida, hemos visto vídeos, hemos cantado y nos hemos leído. En definitiva, hemos disfrutado de lo lindo y, lo más importante, nos hemos acercado a la vida y obra de nuestro gran literato.

Febrero: con motivo del **V Centenario del fallecimiento de Fernando El Católico** hemos hecho un repaso a su biografía y así hemos descubierto datos curiosos. También hemos aprovechado para conocer cómo se vivía en la Edad Media ¡Hemos participado y aprendido un montón!

Marzo: **el Día Internacional de la Mujer** quisimos rendir homenaje a dos grandes mujeres de la música de nuestro país: Rocío Durcal y Rocío Jurado. Primero conocimos un poco de la historia de la celebración del Día de la Mujer y luego disfrutamos cantando y bailando al son de la música de estas grandes artistas.

Abril: este mes se cumplían **30 años de Chernóbil**, una de las mayores catástrofes nucleares de la historia. Hemos recordado este trágico acontecimiento, del que aún hoy permanecen las secuelas. Durante la sesión hemos reflexionado sobre las consecuencias de la radiación y la energía nuclear, especialmente en los niños.

Mayo: quisimos dedicar este mes a las mujeres, reivindicando el papel de grandes mujeres de nuestra historia, como son: **Frida Kalho, Valentina Tereshkova, Rigoberta Menchú y Florence Nightingale**.



Junio: el tema elegido fue un **homenaje al payaso Fofó en el 40 aniversario de su fallecimiento**. Se pusieron vídeos de algunas actuaciones de Fofó con sus hermanos, hablamos de su vida y de la causa de su muerte. La usuarias mostraron mucho interés por la vida de Fofó y disfrutaron recordando sus canciones.

Las sesiones están siendo un éxito de participación y, sobre todo, de aprendizaje de una forma diferente y divertida.



El día 30 de enero se celebra el Día Escolar de la No Violencia y de la Paz y por ello nosotras también hemos querido participar con un acto simbólico para esta conmemoración. Entre todas las usuarias elaboramos un mural, a partir de dibujos que habíamos preparado en días anteriores. Después se leyeron varias poesías sobre la paz de Gloria Fuertes, Antonio Machado, Mario Benedetti, entre otros.

Carnaval

En el marco de las actividades programadas en la ciudad con motivo de la celebración de los carnavales, un grupo de nuestras usuarias acudió al baile, desfile y concurso de disfraces organizado en el Centro de Personas Mayores de la Victoria. Ataviadas con vestidos y accesorios heterogéneos, como un traje de sevillana y un collar hawaiano, el objetivo no era otro que el de pasar un buen rato e interactuar con otras personas.

Nuestras representantes desfilaron con estilo, ilusión y, por qué no decirlo, ¡ganas de protagonismo! , aunque éste fue eclipsado por el ingenioso disfraz de un señor lleno de cables, antenas, teléfonos, radios, en alusión al abuso de las nuevas tecnologías por parte de la sociedad.

Pasaron una tarde divertida, tomaron algo en la cafetería, bailaron y lucieron palmito y disfraz. ¡Nuestras usuarias mayores tienen energía y ganas de marcha para rato!

Además, como en años anteriores, hemos participado en el concurso de disfraces del barrio con el disfraz de *Los piratas de La Victoria*. Un año más, hemos conseguido el premio a la originalidad, premio que es muy bien recibido y valorado, pero lo que más nos gusta es elegir y preparar el disfraz durante las semanas anteriores.

En ese día los nervios aparecen de subir al escenario pero rápidamente se olvidan para pasar una tarde divertidísima y terminar con un rico chocolate que ofrece la organización del concurso.

En el camino de regreso al centro vamos comentando la fiesta y pensando el disfraz para el año que viene.



Tardes de cine...



El 30 de marzo acudimos al cine en la sala Borja para ver la película "Con todas nuestras fuerzas". La proyección la organizó **Plena Inclusión** dentro de un programa que utiliza el cine para la defensa de los derechos de las personas con discapacidad. El acto terminó con un debate en el que participó la hermana de una usuaria de nuestro centro.

Otra película que hemos disfrutado ha sido "El libro de la selva". Una nueva adaptación de Disney de los célebres relatos de Joseph Rudyard Kipling.

...y de exposiciones

Con motivo de la celebración de la Semana Santa en marzo acudimos a la exposición en el teatro Calderón "Nazarenus. Símbolo, iconografía y arte del Vía Crucis". En esta exposición, organizada por la Junta de Cofradías de Semana Santa de Valladolid pudimos contemplar y disfrutar de una serie de imágenes de La Pasión.

Y en mayo, aprovechando la llegada del buen tiempo, y que se celebró la jornada de puertas abiertas de los museos, nos acercamos hasta la Sala Municipal de Exposiciones del Museo de Pasión.

Allí vimos "El pintor y el cartel. De Picasso a Andy Warhol". Una exposición que reúne una selección única de carteles, un conjunto de 94 obras que forman un elenco incomparable y que pertenecen a la colección José Luis Rupérez.



La exposición traza un recorrido cronológico que se inicia en el S. XIX hasta nuestros días, de la mano de los artistas más destacados de cada época como Toulouse-Lautrec, Picasso, Chagall, Warhol o Barceló.

Estos carteles, no sólo poseen valor como obras artísticas, sino que muestran las inquietudes o los tiempos vividos por los artistas que los realizaron en cada momento.

Coral La Cotarra

La tarde del 25 de abril nos visitó y deleitó con sus canciones la coral La Cotarra, pasamos una tarde estupenda escuchando y disfrutando sus magníficas voces.

La Agrupación Coral de "LA COTARRA", nació en el año 1988 para dar forma a una idea que venía fraguándose en la mente de varios amigos, que poseían un denominador común: el gusto por la música y el vivir durante los meses estivales en una pequeña urbanización del sur de Valladolid. Desde el año 2010 asume la dirección de la coral Verónica Rioja.

Esperamos poder contar de nuevo en otra ocasión con sus canciones y su amabilidad.





Un poco de historia: San Pedro Regalado nació en 1390 en Valladolid, en la plaza del Ochavo, la hoy conocida como calle de la Platería. Con sólo 15 años, acompañaba en sus viajes a fray Pedro de Villacreces con quien funda los conventos de la Aguilera (Burgos) y El Abrojo (Valladolid). Fue ordenado sacerdote a los veintidós años. Poco después fue nombrado jefe de todos los monasterios.

Su fama de santidad creció muy rápido, incluso después de su muerte. Se sabe que visitó su tumba la reina Isabel la Católica. Falleció en 1456 en La Aguilera. Fue canonizado en 1746 por Benedicto XIV, siendo declarado patrón de Valladolid y fijando su fiesta cada 13 de mayo.

Así pues, con motivo de la festividad de San Pedro Regalado, nos acercamos a ver el mercado castellano de San Pablo, dando un agradable paseo. Había olor a incienso, cuero, hornazo salmantino, almendras garrapiñadas... Bajo los toldos vimos utensilios de madera, artesanía en plata y cuero, jabones y esencias naturales. Llegamos curioseando hasta Cadenas de San Gregorio, donde las más golosas compramos unos canutillos de chocolate. Y después de saborear este delicioso dulce, volvimos a casa, con la sensación de haber pasado una agradable tarde.

XVII Edición del Festival Internacional de Teatro y Artes de Calle

A finales del mes de mayo, del 21 al 29, se celebró en distintos rincones de la ciudad, la XVII Edición del Festival Internacional de Teatro y Artes de Calle (TAC). Este evento, que cada vez cuenta con más seguidores autóctonos y foráneos, está organizado por la Fundación Municipal de Cultura y llena las calles vallisoletanas de espectáculos de danza, circo, títeres, música urbana y mucho teatro de la mano de compañías de todos los rincones del mundo.

Como cada año en el centro se organizaron grupos y durante el tiempo de ocio tuvimos la oportunidad de disfrutar de distintas y originales actuaciones.

Las usuarias disfrutaron mucho y, aunque la semana amenazó con tormentas primaverales, conseguimos librarnos de ellas y hasta salió el sol.

Desde el servicio de ocio, el TAC se ha convertido en una cita obligada y esperamos ilusionadas a la siguiente edición.

Nos vamos al teatro

El 28 de abril, por la tarde, nos acercamos al teatro de la sala LAVA de nuestra ciudad para disfrutar de la obra titulada "Nadie".

PREDIF organizó por primera vez en Valladolid una obra de teatro accesible para todas las personas: audio descrita, subtitulada, con bucle magnético, intérprete de Lengua de Signos Española y en un teatro sin barreras arquitectónicas. La representación corrió a cargo del grupo de Teatro Paladino Teatro, que trabaja por la inclusión social y laboral de las personas con discapacidad, o personas en riesgo de exclusión, a través del teatro.

Ha sido la primera vez que hemos visto una obra con estas peculiaridades y la experiencia fue muy positiva.



CRÓNICAS DEPORTIVAS

Temporada 2015/2016

Durante esta temporada muchos han sido los campeonatos en los que ha participado nuestro Club Deportivo Padre Zegrí, y aunque algunos nos han ocasionado algún que otro sinsabor, en general **los resultados son positivos** y nos dejan con ganas de repetir y mejorar.

Este año hemos contado con una gran participación en la **Liga de Natación** que finalizó con una plata y un bronce, además de una **subida a primer nivel** de una de nuestras deportistas, la cual tendrá que esforzarse mucho más de cara a la próxima temporada, puesto que el nivel de exigencia es mayor.

En lo referente a **baloncesto**, nuestro equipo ha quedado como **subcampeón** en la Liga, gracias al esfuerzo de sus integrantes.

Quienes también se esforzaron por obtener un buen resultado fueron las participantes de las **pruebas motrices**, que en las dos ocasiones en las que han competido durante esta temporada han demostrado que lo hacen cada vez mejor y disfrutando con mucha ilusión.

En cuanto al **atletismo**, hemos comprobado que ni las condiciones meteorológicas adversas, ni el duro asfalto o el barro resbaladizo afectan en demasía al tesón y el espíritu de competitividad de las deportistas, puesto que en distintas modalidades como el **cross campo a través**, la **Milla de San Pedro Regalado**, el **atletismo en pista** y el **lanzamiento de peso**, han conseguido una plata, tres bronce y unos honrosos cuartos y quintos puestos.

Finalizamos la temporada con el reciente campeonato de **petanca**, en el cual compitieron en la modalidad de dupletas y tripletas, en niveles dos y tres, respectivamente, obteniendo éstas últimas un tercer puesto, con las consabidas medallas de bronce.

Para la siguiente temporada seguiremos con más energía y aplicándonos para hacerlo cada vez mejor, no sin antes disfrutar del merecido descanso veraniego.



Elena Hernández

y en diciembre...

Mosaico de Sonidos

Mercedes Hernández nos cuenta su experiencia en este proyecto.



Salidas a la ciudad

Un recorrido por las visitas realizadas durante el año.

Celebraciones navideñas

Compartiremos nuestros mejores deseos.

¡Y mucho más!

Toda la actualidad del segundo semestre del año.



**CENTRO ESPECIAL
PADRE ZEGRÍ**

Camino Virgen de la Merced nº 12 Bis.
47009 Valladolid, España



ISO 9001
BUREAU VERITAS
Certification



<http://centropadrezegri.es>
<https://www.facebook.com/centropadrezegri>