

# baietz

revista de fevas  
ehatz-aren aldizkaria



# gracias...

"Uno no pinta siempre lo que ve, sino lo que siente"  
Vincent Van Gogh

Este número de Baietz viene a demostrarnos que más allá del 10, llega el 11, el 12... y llegarán más, siempre que estéis ahí para aprender, siempre que tengamos que sensibilizar a la sociedad para mostrar la cara más real y positiva de las personas con discapacidad intelectual.

Este número 11 hemos querido dedicarlo al arte, el deporte, la cultura en sentido amplio, aquellos ámbitos en los que no suelen estar presentes las personas con discapacidad intelectual, pese al importante papel que pueden desarrollar en él, como así ejemplifican las experiencias que hemos recogido. Encima de un tablado, delante de un lienzo, detrás de una cámara o sobre un escenario, delante del público o a solas, detrás de unas líneas o ante un auditorium abarrotado de gente...también hay personas con discapacidad intelectual.

Nuestro agradecimiento a:

A Félix González de Peñalba, Mainer Olaizola y a todos los empleados de la librería Elkar de Irún, también a Leyre Lasa del Garagune irundarra. A las diseñadoras Olatz Eskiroz y Ana Santos, TrakaBarraka, por prestarnos su colorida colección de ropa y a Irune Areces y sus padres; a Ricardo Gaisan de Apdema y al grupo de aeróbic. A Pablo Vadillo, Aitor Ortigosa y Erlantz Pérez de Mandiola; A Eduardo Cortés, Inmaculada Jiménez y Joana González. A Pablo Pineda, a 'Además Proyectos Solidarios' y a Jessica Hernández; A Mercedes Donoso, Luis y sus hijas, en especial a Teresa; A Patxi González y a Tania Pereda;

A los grupos de autogestores de Feaps Valencia, a Juan Carlos Morcillo y Chema Sánchez; Aspanas de Orense y a Rosa Carrera. A Alice López Tubia; A Blanca Zaragüeta del Taller de Cine de Atzegi y a Naiara Gómez, Marta Garmendia y Amaia Argarate. A Mirari Sagarzazu. A Manuel Romero a su madre Rosario y a la Asociación Síndrome de Down de Córdoba; A Lola Barrera, Amanda y a la Asociación Debajo del Sombrero; A Carmen Ollé y su hermano Alfons. A Feaps Madrid por cedernos su frase "Yo, como tú".

Gracias a todos y todas por haber hecho posible este baietz.

Eskerrik asko bereziki a: Alberto Palomera, Rober Garay, Dani Maíz, INFAME, Meneo y Kepa Junkera. A ellos nuestro infinito agradecimiento.



FEDERACIÓN VASCA DE  
ASOCIACIONES EN FAVOR  
DE LAS PERSONAS CON  
DISCAPACIDAD INTELECTUAL  
ADIMEN URRITASUNA  
DUTENEN ALDEKO ELKARTEEN  
EUSKAL FEDERAZIOA

Alameda Urquijo, 28-2º A / Bilbao 48010 / Tel: 94 4211476 / fevas@fevas.org / www.fevas.org

COLABORA



ENPLEGU ETA GIZARTE  
GAETAKO SAILA  
DEPARTAMENTO DE EMPLEO  
Y ASUNTOS SOCIALES

04. Necesitamos un Mindmanager **bat behar dugu**
06. "Quero ser,," complementos con mucho arte.  
**"Quero ser..." arte handiko hornigarriak**
07. Trío de deportistas **Kirolari hirukote bat**
08. Entrevista a Pablo Pineda **kin elkarrizketan**
09. Manuel Romero, un cantaoar con mucho duende  
**Manuel Romero, dohain handia duen kantaria**
10. Carme Ollé, fotógrafa con discapacidad visual  
**Carme Ollé, ikusmen ezintasuna duen argazkilaria**
11. Texto sobre Eowyn **Eowyni buruz hitzak**
13. Expo Baietz10, La impresión que cuenta de la discapacidad intelectual  
**Expo Baietz10, Adimen ezintasunaren inguruan balio duen inpresioa**
16. Un blog para Teresa **Blog bat Teresarentzat**
17. El blog de Patxi **Patxiren bloga**
18. Un aficionado al Yoga, entre libros  
**Yoga zalea liburuen artean**
20. Mens Sana in Corpore Sana
21. Irune, modelo por un día en Trakabarraka  
**Irune, Trakabarrakan modelo lanetan**
22. Entrevista a Mirari Sagarzazu **kin elkarrizketan**
23. Mucho arte debajo del sombrero  
**Arte asko kapelaren azpian**
24. 5 y... Acción! **Atzegiko zinema tailerra**
25. Chema Sánchez, profesor de filosofía **irakaslea**



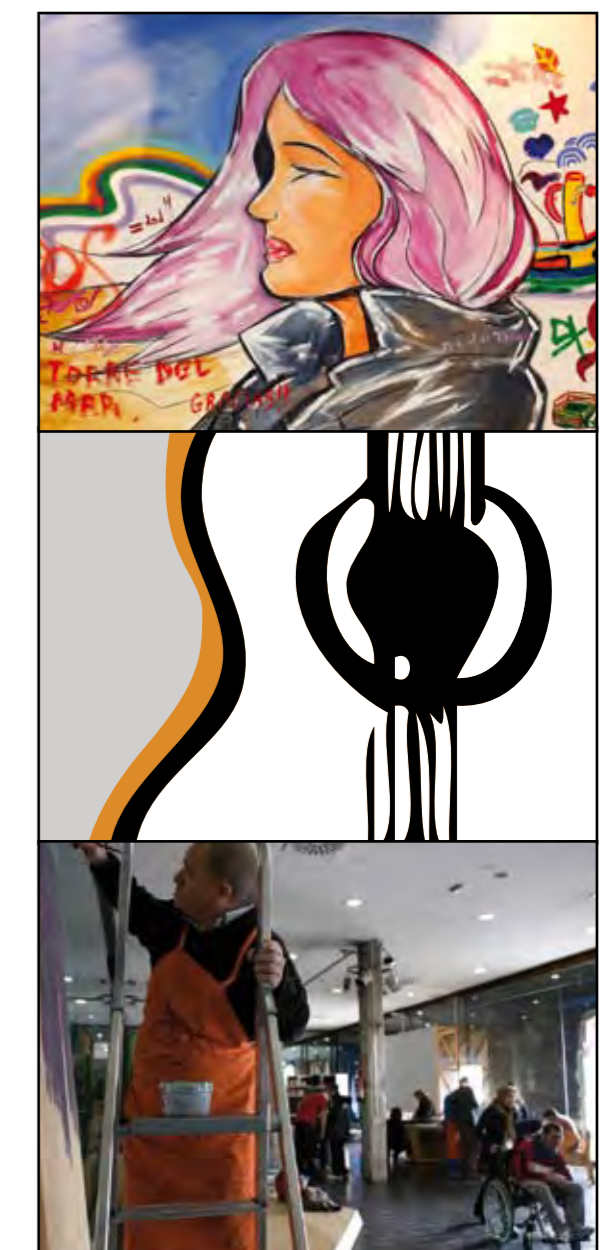
# baietz

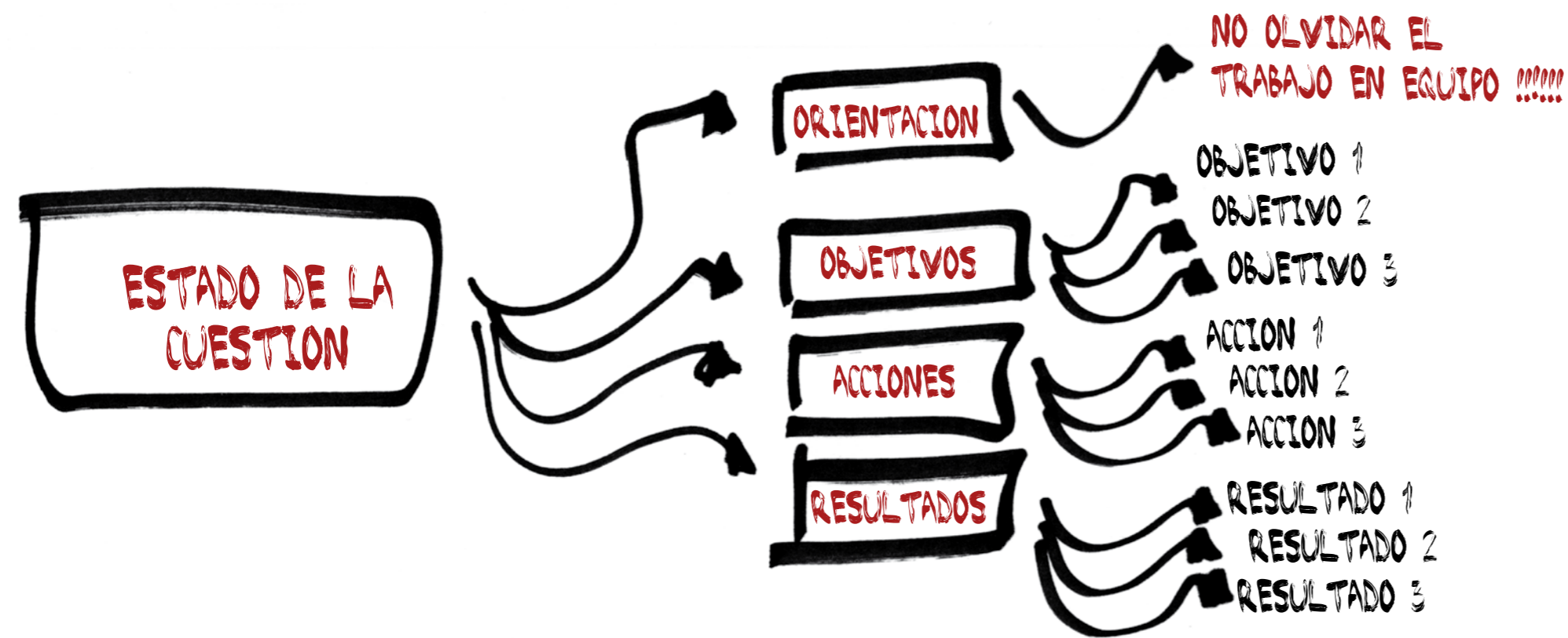
revista de fevas  
ehatz-aren aldizkaria

Portada y Contraportada: partes del mural realizado para expo baietz 10, creado por los artistas Alberto Palomera, Rober Garay, Infame y Meneo.

Director: Pedro Fernández  
Coordinación: Lucía Soria  
Colaboran: Koro Lázaro y Alfredo Bezos  
Fotografía: David Herranz, Dani de Pablos, Amaia Arruti  
Diseño y Maquetación: Olatz Goikouria  
Deposito Legal: BI-3160-2006  
Impresión: Fasprint-Igara-Donostia

sumario-aurkibidea





## NECESITAMOS UN MINDMANAGER\*

### En memoria de Pedro Fernández, director de FEVAS

Pedro, a muchos les va a parecer curioso comenzar este texto en tu recuerdo con un titular tan poco convencional. Pero es que tú no eras convencional y nada de lo que hacías lo era. Que la gente reconociera a FEVAS, nuestro estilo propio -que no era sino el tuyo-, era una cuestión a la que dabas alguna vuelta. ¿Cuáles eran los ingredientes de ese estilo? Compromiso con los más débiles, mucha paciencia, unas gotas de humor, color, alegría, comprensión, ganas de encontrar puntos de encuentro, arte de escuchar, intuición, creatividad, ideas, ideales, algo de cintura... Todo ello aderezado con un poco de espectáculo y de imagen, una cámara no podía faltar donde tú estuvieras.

La verdad es que siempre supimos que era una persona excepcional, y ahora que no estás, lo estamos comprobando por toda esa gente que te recuerda y en la que has dejado una profunda huella. Con lo difícil que es ponerse de acuerdo (tú lo sabes mejor que nadie!) muchas voces dan una opinión unánime sobre ti y sobre tus logros; todos coincidimos en que eras un ser especial al que las personas con discapacidad intelectual y sus familias, el mundo asociativo y el tercer sector en general siempre tendremos mucho que agradecer.

Pero además de todo eso que nadie pone en duda, nosotros, tu "team" (equipo), queremos resaltar tus facetas más humanas, incluso divertidas. Te recordamos realizando Tai-chí en medio de la oficina, entonando alguna de tus canciones favoritas, saboreando un bombón o sentado junto a la ventana charlando intentando arreglar el mundo.

Tu máxima era la "felicidad en el trabajo" y con este nombre estabas implantando un nuevo "programa". Hablar de felicidad en el trabajo para muchos puede resultar paradójico, pero hemos compartido muy buenos momentos contigo, trabajando y hablando de nuestras familias, nuestros hijos, o el último estreno de la cartelera... Esas tonterías del día a día que van tejiendo lazos de complicidad y cariño. Todo ello sin que fuera necesario formalizarlo en ningún programa (aunque alguna que otra vez nos has visto llorar). Porque aunque para los que no te conocieron sea difícil de entender tú eras único mezclando una cosa con la otra, los temas personales con los profesionales, como en la vida misma.

Y no queremos enrollarnos más (tampoco eras amigo de rollos) simplemente decirte que en estos momentos necesitaríamos uno de esos MindManager que casi a diario ponías encima de nuestras mesas. Esos árboles llenos de ramas que nos indicaban un camino por el que no nos podíamos perder. En ellos encontrábamos soluciones, porque a veces donde nosotras sólo veíamos nubes tú veías arcosiris, como el que pintamos en el mural de nuestra exposición. Esos MindManager que hablaban de orientación y objetivos, esos que teníamos que tener en la vida y en el trabajo y que esperamos tener presentes en todo momento. Contigo como referente seguiremos adelante ¡Nosotr@s podemos!

EQUIPO FEVAS

\* Programa informático que sirve para hacer esquemas, mapas mentales, que resumen la información de forma creativa y visual.

A PEDRO FERNÁNDEZ, AMIGO ENTRAÑABLE.

Quisiera huir del elogio tópico, obligado, emocionalmente hueco. Con Pedro se me hace sencillo lograrlo: los sentimientos brotan espontáneos, limpios y sinceros. El primero, evidente, es el agradecimiento. Gracias por tu vida, Pedro. Cuantos de él escribamos estos días coincidiremos seguro en sus cualidades: alegría, tesón, sencillez, trabajador incansable, conciliador...

Sin embargo, por encima de todo, me gustaría resaltar que era un hombre amable, en el más genuino sentido de la palabra, es decir, digno de ser amado. Pedro hacía muy fácil a los demás llevarse bien con él. Y eso era porque él mismo era un enamorado impenitente. Es más, yo diría que un enamoradizo, porque era propenso a enamorarse, de todo, aunque principalmente de las personas: su familia, sus amigos, sus compañeros...; pero también su pueblo, su música y hasta sus guisos... Una debilidad bien definida: el servicio a los más pequeños, a los débiles, a los vulnerables.

Es muy hermoso y muy satisfactorio para los que le queríamos poder decir de él que una vida así es una vida que ha merecido la pena: es una vida digna de ser vivida..., una vida plena que se dice en términos éticos, al final, la meta a la que todos aspiramos.

En cualquier caso, quedémonos con su legado: vivir haciendo el bien, colaborando para que las cosas y las personas crezcan en positivo, dejando el mundo mejor de lo que lo encontramos cuando vinimos a él.

Él nos va a seguir ayudando desde el cielo. Sin duda ya estará trasteando, empezando a montar algún equipo de trabajo, federación, asociación o similar para ver cómo echar una mano a los que nos hemos quedado aquí abajo. Como a él le gustaba decir: ¡ánimo y adelante!

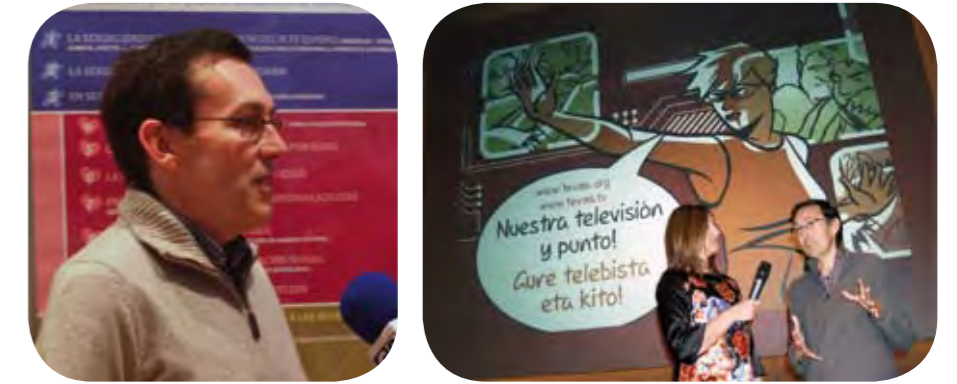
NACHO LOZA, DIRECTOR DE APDEMA

Siempre te recordaremos, Pedro. Nos has acompañado durante tanto tiempo, como tractor de ideas e ilusiones, como referente en el tercer sector, como reflejo de compromiso con el movimiento social, como ejemplo de carácter conciliador... que te echaremos en falta. Y añoraremos tu creatividad, tu hiperactividad, tu ilusión por visibilizar a la discapacidad intelectual. Pero, sobre todo, extrañaremos a la buena persona y buen amigo que siempre has sido, y que siempre serás.

GORABIDE

"Querido Pedro, Qué difícil es pensar que te has ido y sin embargo que estés tan presente. Has sido para nosotros un ejemplo de lucha, coraje y esfuerzo que permanecerá siempre en nuestra memoria. Te recordaremos como una persona íntegra, trabajadora y comprometida pero, sobre todo, recordaremos el entusiasmo y la alegría que ponías en todo lo que hacías. Hasta siempre Pedro".

URIBE COSTA



"PEDRO, TE HAS HECHO QUERER!"

Ese don lo tenéis los auténticos, los buenos. Has tenido visión y energía para ver y crear cosas, cubriendo huecos, descubriendo horizontes, tejiendo complicidades. Esta pasada primavera, al inicio de una reunión, charlábamos acerca de la proximidad de Semana Santa. Explicaste el sentido cristiano de la Pascua. Hablabas con convicción, con naturalidad. Te escuchábamos con respeto, probablemente algo de escepticismo, y un punto de nerviosismo, por el tema y por las circunstancias. El Dios en el que nos han educado a muchos, parecía sostenerte a ti especialmente.

Como en la canción de Macaco, "Mensajes del agua," que propusiste para animar el Congreso de Toledo del movimiento asociativo en el que tanto creíste, amaste lo diminuto, y a tu alrededor, una marea de gente, todos diferentes, supimos remar al mismo compás.

En tu funeral, el txistu nos ofreció la bella composición suletina popularizada por Benito Iertxundi, "goizian argia hastian". Como metáfora de tu propia vida, la letra invita al pájaro que al amanecer se posa en la ventana y hace que se esfumen las penas del corazón, a alegrar otras ventanas, "jinik hain goizik uste hiena baniala hanitx pena?, ez, ez, habil konsolatzera malerusago dena", "¿viniendo tan temprano, creías que tenía tanta pena?, no, no, vete a consolar a otros más desdichados". Eskerrik asko Pedro, eta beti arte! Besarkada handi bat adiskide!

RAMÓN BARINAGA, DIRECTOR DE GAUTENA



## "QUERO SER..."

COMPLEMENTOS CON MUCHO ARTE

ARTE HANDIKO HORNIGARRIAK

*Creados por la Asociación Aspanas (Ourense)*

Los llevamos con nosotros y nos retratan en nuestros gustos. Hay complementos para todos los gustos y de todos los estilos: de piel de cocodrilo o de poliuretano, made in China o de París... Y los hay, como los que diseñan en ASPANAS, ecológicos y solidarios, hechos a mano artesanalmente, con dedicación y cariño, llenos del orgullo de quien los hace, y de su ilusión por el trabajo bien hecho. Es la colección de accesorios "Quero ser..." creada por la Asociación de ayuda a personas con discapacidad intelectual Aspanas de Ourense.

Recientemente las personas con discapacidad intelectual de esta entidad se subían al escenario de un auditorium gallego para desfilan portando sus bolsos y complementos. Fue la puesta de largo de un proyecto innovador que hunde sus raíces y sus miras en un proyecto pionero de Londres, donde realizaban con gran éxito bolsos con Tetrabricks.

"Nuestro centro ocupacional hace recogida selectiva de residuos, hasta ahora completábamos el ciclo haciendo otros productos, hasta que descubrimos que se podían hacer piezas interesantes de moda y con su venta contribuir a dar el salto al empleo de los usuarios del centro", explica Rosa Carrera, responsable del proyecto. Por el momento, en el taller de formación trabajan quince personas y esperan que con el éxito que está cosechando el proyecto se puedan contratar a siete de ellas.

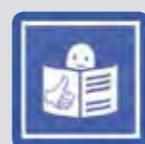
Son complementos para personas "dispuestas a llevar un elemento diferenciador, que transmita sensibilidad hacia el medio ambiente y al mismo tiempo inclusión social".

Próximamente Aspanas inaugurará un 'escaparate virtual', una web que incluirá una parte social con toda la información de esta iniciativa y donde poder adquirir estos complementos ecológicos y otros productos de artesanía elaborados en el taller ocupacional y el centro especial de empleo.

Parafraseando el nombre de la marca "Quero ser...", viene a la memoria una estrofa de una canción de Amaia Montero, "Quiero ser el verbo puedo", un 'puedo' que se hace realidad cuando hablamos de las manos, el empeño de todos las personas que participan con sus manos artesanas culminando un cierre, un asa, un bolsillo...que guarde todos nuestros enseres, todos nuestros secretos...

*Aspanas Elkarteak egindakoak (Ourense)*

Zorroak, diru-zorroak, hornigarriak... "Quero ser..." markaren izenpean merkaturatzen dira eta adimen ezintasuna duten pertsonen gizarteratzea bultzatzen duten produktu ekologikoak izatearen balio gehitua dute. Adimen ezintasuna duten pertsona hauek beraien produktuak aurkeztu zituzten gala batean 900 pertsonen aurrean. "Motibazio ziztada handia izan zen, egiten dutena balioa duela eta jendearen gustukoa dela ikusi zutelako. Honek ahalegin gehiago egiten eta beraien lana gogo handiagoz aurrera eramaten laguntzen die" adierazten du Rosa Carrerak.



### LECTURA FÁCIL

La asociación Aspanas trabaja con personas con discapacidad intelectual en Ourense y ha presentado una colección de accesorios (bolsos, monederos, Carteras...) realizada con materiales reciclados como las cajas de leche. Estos productos están hechos por los usuarios de Aspanas.

La idea de hacer accesorios con materiales reciclados se les ocurrió al ver una empresa en Londres que los hacía y los estaban vendiendo muy bien.

Los productos llevan la marca "Quero ser..." en gallego, traducido es "Quiero ser..."

Por el momento, en el taller de formación trabajan quince personas con discapacidad intelectual y esperan contratar a otras siete.

Los productos se podrán comprar a través de la web de la asociación.

# trío de de por tis tas



Clock, clock clock...ese inconfundible sonido de las pelotas de tenis golpeando repetitivamente contra la mesa se convierte en una deliciosa banda sonora para los oídos de Pablo Vadillo, Aitor Ortigosa y Erlantz Pérez de Mendiola. Horas de afición han quemado frente a la mesa reglamentaria que les ha llevado a ser promesas de esta modalidad de deporte adaptado. Más de un éxito han cosechado en los campeonatos en los que han participado. La pelota va y viene de un campo al del contrario, concentración, la mirada fija...un suspiro de tiempo que puede contener la victoria.

Los tres trabajan en Centros Ocupacionales, pero dos días a la semana cuelgan el 'mono' de faena y cogen la pala para entrenar con su monitor Pedro Ramirez, con quien perfeccionan y mejoran su rendimiento para conseguir ese golpe de pala que descoloque al contrario. Y aunque lo importante es divertirse y ejercitarse en el deporte, los tres se preparan con constancia y tesón para conseguir los mejores resultados, ese clock que les dé el tanto de la victoria. Una victoria que Pablo ya saboreó con un merecido tercer puesto en el Campeonato celebrado en Sevilla y la plata en el Campeonato de Granada. Aitor y Erlantz por su parte siguen en la brecha para abrirse un hueco en esta práctica. No tardarán en conseguirlo, les mueve la afición y las ganas.

La actividad física es un aspecto importante en el desarrollo de todas las personas y, en este caso, una oportunidad para que las personas con discapacidad intelectual puedan incorporarse a la sociedad de forma activa. Esto es algo con lo que los tres jóvenes se muestran muy sensibilizados, por ello demandan que la sociedad contribuya a hacerlo posible.

Mientras eso llega, siguen practicando el deporte que más le gusta, ese golpe, el sonido de ese tanto que les de la victoria. Suena perfecto.

Pablo Vadillo, Aitor Ortigosa eta Erlantz Perez de Mendiola, APDEMA elkarte arabarraren mahai-tenis taldeko partaideak dira. Hiru kirolari hauek etorkizuna dute kirol egokituaren modalitate honetan. Zenbait txapelketetan parte hartu dute dagoeneko, behin baino gehiagotan garaile izanik.

Hirurek Zereginetako Zentroetan lan egiten dute, baina astean birritan, lan tresnak utzi eta pala hartzen dute Pedro Ramirez, euren zaintzailearekin, entrenatzeko. Harekin beraien errendimendua hobetu egiten dute, lehiakidea lekuz kanpo utziko duen pala kolpe bikain hori lortzeko asmoz.



### LECTURA FÁCIL

Aitor Ortigosa, Erlantz Pérez y Pablo Vadillo trabajan en un centro ocupacional y su gran afición es jugar a tenis de mesa.

Dos días a la semana acuden a entrenar con su monitor. Pablo ya ha ganado varias competiciones deportivas. Los tres piden a la sociedad más oportunidades para practicar deporte.



## "ESTOY CANSADO DE SER NOTICIA"

### ENTREVISTA A PABLO PINEDA

**PABLO PINEDA.** DIPLOMADO EN MAGISTERIO DE EDUCACION ESPECIAL. ACTOR EN LA PELICULA "YO TAMBIEN" Y GANADOR DE LA CONCHA DE PLATA AL MEJOR ACTOR EN EL FESTIVAL DE CINE DE SAN SEBASTIAN 2009

**UNA BARRERA A ERRADICAR...** la ignorancia, el no querer llegar a conocer al otro más allá de la apariencia.

**ME GUSTARÍA QUE LA SOCIEDAD FUERA MÁS...** tolerante, más justa, más pegada a los valores.

**SI FUERA PRESIDENTE CAMBIARÍA...** de modelo, no me fijaría tanto en lo económico, apoyaría más el terreno social, educativo y de valores, porque creo que por ahí va el futuro.

**LA SOCIEDAD AÚN NO...** concibe que tengamos los mismo derechos que los demás.

**DESMONTA UN MITO SOBRE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELLECTUAL...** que somos asexuados. No es cierto, tenemos las mismas necesidades que cualquier persona. La sexualidad es algo bonito, no sólo es el acto sexual también comprende el cariño, el amor...

**¿QUÉ HABRÍA QUE HACER PARA QUE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELLECTUAL FUERAN MÁS VISIBLES?** Los medios de comunicación tienen un papel muy importante en ello. Cada vez estamos siendo más visibles en cine, en la tele... pero hay que seguir. Hay que salir a la calle para que se nos vea y participar en el entorno.

**¿QUÉ QUEDA POR HACER EN EL ÁMBITO DE LA DISCAPACIDAD INTELLECTUAL?...** aún queda mucho, podemos hacer muchas más cosas. El tema laboral ha mejorado pero quedan otros como la independencia, el tema afectivo-sexual, la dependencia, el tema económico, sacarse el carnet de conducir, ser funcionario...

**ESTOY HASTA LAS NARICES DE...** que me pregunten siempre lo mismo. Estoy cansando de ser noticia. Creo que el efecto sorpresa de ser una persona con síndrome de down que sale en los medios ha pasado. Quiero que me vean como una persona que puede hacer cosas como los demás.

**TU SITUACIÓN ES DISTINTA A LA DE MUCHAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELLECTUAL...** El objetivo no es hacer una carrera universitaria o una película como yo, la frustración viene por ahí. Hay que dejar de lado la afectación e intentar sacar lo máximo de una persona con discapacidad. ¿Qué más da que haga una carrera o no! eso no es importante. Hay que tratarle como a un hijo normal, no como a un enfermo. Cada persona con discapacidad intelectual puede sacar, a su nivel, lo mejor de sí mismo, sólo hay que estimularle para que lo haga. Lo importante es tener ilusión, ser positivo y seguir para adelante.

**EL PAPEL DE LA FAMILIA ES...** fundamental, es el motor. La familia debe creer en su hijo con discapacidad intelectual, confiar en él y estimularle. No puedes exigir a un maestro que le enseñe si tú, como padre o madre, no le aceptas. Mi familia me ha educado como un hijo, no como una persona con discapacidad, y a partir de ahí he tirado hacia delante.

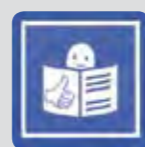
**¿CUÁL ES LA COSA MÁS TONTA QUE TE HAN PREGUNTADO?...** Si tengo novia, no es una cuestión importante. Algunos medios me preguntan por tonterías como si fuera un niño. Me parece más importante preguntar ¿qué mensaje das? ¿cuál ha sido tu educación?...

## "NEKATUTA NAGO BERRIA IZATEAZ"

### PABLO PINEDARI ENTREVISTA

**MEDIOEN ARRETAREN FOKUA AMATATZEN DENEAN ZERA EGITEA GUSTATUKO LITZAIDAKE...** irakaslea, orientatzailea, psike-pedagogoa izatea, hezkuntzarekin edo gizarte gaiekin zerikusia duen lanbide bat edukitzea, oinak lurrean baitituzu baloreen alde borrokatuz.

**ELKARTEEN LANA...** oso garrantzitsua da arazo gehiago dituztenei laguntzeko orduan. Elkarteek jardun eta gizartea barrutik eraldatu behar dute. Sentikortzeko ekintzak aurrera eraman behar dituzte.



### LECTURA FÁCIL

Pablo Pineda es un joven con discapacidad intelectual que ha estudiado en la universidad Educación Especial.

Pablo se hizo famoso por hacer una película junto a la actriz Lola Dueñas que se titulaba "Yo También" y con la que le dieron un premio al mejor actor.

Desde entonces ha participado en muchas entrevistas, ha acudido a programas de televisión y ha dado conferencias por todo el país. De esta manera, Pablo se ha convertido en una de las personas con discapacidad intelectual más conocida.

También ha demostrado que estas personas pueden participar en el mundo del arte.

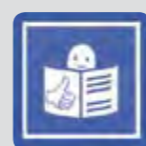
En esta entrevista Pablo habla acerca de la importancia de fomentar los valores en la sociedad y anima a las personas con discapacidad intelectual a participar en la sociedad.

Pablo dice que hay que apoyar a las personas con discapacidad intelectual para que saquen lo mejor de sí mismos, y que todo se consigue con ilusión y siendo positivos.



## 'DOHAIN' HANDIA DUEN KANTARIA

**Manuel Romero, flamenko-kantaria.** Manuel Romerok, artisten munduan Manolo de Santacruz bezala ezagunagoa denak, 26 urte ditu eta Cordoba hiriburuko merkataritza gune batean apal-betetzaille lanetan ibili da azken bi urteetan, lan hau egunen batean uzteko itxaropena duen arren. Bere ametsa flamenkoaren munduan ospetsua izatea eta bere artea mundutik eramatea da.



### LECTURA FÁCIL

Manuel Romero es de un pueblo de Granada y trabaja como reponedor en un supermercado aunque su gran pasión es el flamenco.

El joven usa para cantar el nombre artístico Manuel de Santacruz en honor a su pueblo.

El tiempo libre lo dedica a ensayar con su padre y su guitarra, y ya ha dado varios conciertos.

El Instituto Andaluz de la Juventud está ayudando a Manuel a hacer su primer disco de flamenco que tendrá canciones suyas y otras populares.

El disco se titulará "La voluntad hecha voz"



## UN CANTAOR CON MUCHO 'DUENDE'

### Manuel Romero, cantaor de flamenco.

El quejío roto de una guitarra acariciada por ágiles dedos...el sentimiento que infunde mucho coraje en el fondo del estómago, la garganta presta para rasgar las notas más sentidas...y tener mucho duende, que dicen los andaluces, esa magia de Don para transmitir cantando. Todo eso y mucho más es el flamenco, declarado recientemente Patrimonio de la Humanidad y que hace poco despedía a uno de sus grandes, Enrique Morente. Pasión de los sentidos elevado a la categoría de arte.

Una pasión, el cante que lleva a Manuel Romero a convertirse en Manolo de Santacruz cuando pisa las tablas para sacar todo su genio cantando flamenco. Una afición que le nació con 12 años viendo a su padre emocionarse con esta disciplina. "Yo también quiero cantar" le dijo. Así empezó a forjarse un sueño que se va cumpliendo, gracias al apoyo de su familia y al del logopeda Francisco Solís, que vio en él no sólo constancia y voluntad sino sobre todo "cualidades". A partir de ahí sólo quedó "Seguir pá lante y pá lante", comenta con gracejo cordobés Rosario su madre. Fueron precisamente sus padres quienes le pusieron el apelativo de Manolo de Santacruz en honor "a nuestro pueblo".

Un buen oído para cantar, tiempo dedicado al ensayo, la guitarra de su padre que le acompaña para poner la música, y la aportación del Instituto Andaluz de la Juventud que le ha ayudado con la parte técnica, están haciendo posible que el sueño de Manuel se vea plasmado en un disco que llevará por título "La voluntad hecha voz".

"Mis amigos, la gente del barrio y los compañeros de trabajo me dicen que valgo para esto, que siga", cuenta Manuel, quien trabaja de reponedor en un hipermercado. El tiempo que le queda libre acude a clases de logopedia para aprender a respirar y vocalizar para el cante. También recibe clases de guitarra para llevar el ritmo de la música.

"Mis cantaores favoritos son Luis de Córdoba, Paco Toronjo, Fosforito de Huelva y los maestros: Enrique Morente y Camarón", cuenta el joven de 26 años. "Me siento orgulloso de cantar lo que me gusta para superarme. No me pongo nervioso cuando estoy ante el público porque cuando me pongo a cantar se me olvida todo". En la maqueta musical que está preparando hay temas populares y algunos escritos por el propio Manuel. "Me inspiro en el campo, la familia, mi pueblo...", cuenta, y se muestra muy humilde al decir que "yo estoy empezando, quiero aprender muchas cosas".

Manuel anima a que las personas con discapacidad sigan con sus sueños parafraseando el título de su disco "con voluntad se consigue casi todo".



## El arte de saber captar un instante Une bat nola islatu jakitearen artea

Carme Ollé, fotógrafa con discapacidad visual

Comenzó de jovencita a aprender el arte de captar el instante en un laboratorio fotográfico; allí, entre carretes, líquidos y objetivos aprendió todos los secretos del blanco y negro. Fue en 1995 cuando 'se le apagó la luz' en la mirada conservando un resto visual. Su herramienta de trabajo quedó tocada, pero el arte nace más allá de la técnica y de los instrumentos... la capacidad de sentir quedó intacta. Un sentimiento que hoy siguen recogiendo sus instantáneas.

Aficionada como las grandes fotógrafas a esa especial magia que desprenden las cámaras analógicas, este año ha comenzado a hacer sus pinitos con las digitales. "Me gusta retratar los paisajes, los contrastes del agua, las luces y las sombras de la naturaleza", unos elementos por los que se siente atraída desde que era joven y subía al monte en su Cataluña natal.

"Hacer una fotografía no es dar un 'Click', eso surge después de un largo proceso de mirar y saber captar el momento", explica. Maravilla oírle hablar sobre las imágenes, sobre las técnicas de trabajo y lo importante que para ella es captar el matiz de los colores de la naturaleza en su estallido de tonalidades. Cuando se le oye hablar sobre su pasión por la fotografía, al que la escucha sólo le surgen ganas de sentir como ella siente sus paisajes retratados. Conocer su mirada profesional más allá de su discapacidad. "Me dicen que mi obra tiene influencias impresionistas, me preguntan si soy pintora por cómo plasmo el color", cuenta.

Además de la fotografía su otra gran afición son los viajes, donde capta las imágenes de su obra. De todos ellos, tiene un recuerdo especial del altiplano de Venezuela, allí fotografió el paisaje y sus gentes. "Me gustan las personas de los entornos rurales, me gusta retratarles con respeto, guardando su intimidad, intento difuminar sus rasgos en mis fotografías".

La gente se asombra de que una persona con discapacidad visual pueda dedicarse a la fotografía, yo les explico que hoy existen prismáticos, zooms, pantallas de ordenador grandes que te permiten adaptar la técnica... Luego te guías por la voz, por donde sabes que están las cosas, intuyes las distancias... no vas a dirigir la cámara al suelo si vas a sacar un retrato", se ríe.

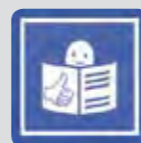
Le falta la vista pero de un tiempo a esta parte percibe que se le han "agudizado" otros sentidos, "siento más, experimento más", explica marcando la intensidad con su voz. Sus 'otros ojos' son su hermano Alfons, quien le ayuda en el taller que tiene y cuando salen al campo a captar instantes. La fotografía ha pasado de ser su trabajo a ser su gran afición. "Tenía una parte artística que estaba oculta, antes tenía que producir, trabajar, ahora me puedo dedicar a ello con más pausa y saborearlo. La artista ha expuesto en numerosos lugares, entre ellos la Bienal de Arte contemporáneo de la ONCE, ahora perfila una obra sobre "manos que trabajan en distintos oficios". Unas manos que son retratadas a cada click de la mirada de la cámara de Carme.

"Ni bezalako beste pertsoneri hots eman nahi nieke argazkigintzarekin saiakuntzak egiteko, lanari eusteko balio duten baliabide digital eta beste zenbait tresna dauden garai honetan"

Lan handiak, kemenak, denbora pixkatxo bat gehiagok eta teknologiaren eta ONCE fundazioaren laguntzak bere zaletasunarekin jarraitzen eta "betiko bera berriro izaten lagundu zioten. Bertan familia bat, euskarri bat eta aurrera egiten irakatsi zidan irakaslea aurkitu nituen" dio Carmek.



Carme Ollé, ikusmen ezintasuna duen argazkilaria



### LECTURA FÁCIL

Carme Ollé es una fotógrafa catalana que tiene discapacidad visual.

Carme aprendió las técnicas fotográficas de muy joven y ha dedicado toda su vida a ello aunque tuvo que dejar de trabajar debido a su discapacidad.

Ahora se dedica a la fotografía de una forma artística y sale al campo a fotografiar los distintos colores de la naturaleza.

A Carme también le gusta mucho retratar a las personas de los pueblos.

Los nuevos aparatos tecnológicos y su hermano Alfons le ayudan a realizar su labor. Su obra ha sido expuesta en varias exposiciones.



## TEXTO SOBRE EOWYN

Pinto a Eowyn entre otros personajes del Señor de los Anillos, por que me gusta. Eowyn es la Dama de Rohan, hermana de Eomer, y sobrina del rey Theoden de la Marca. Eowyn es valiente como cualquier hombre, o incluso más, es templada como el acero. Pero es hermosa de bellera como ninguna. Sabe manejar la espada como un hombre, ama a Aragorn, pero está comprometido con Arwen Undomiel, la hija de Elrond de Rivendel. Eowyn luchó en la batalla final, disparada de guerrero de Rohan, para tener honor entre los suyos, y derrotó al Nazgul, el mas grande de los nueve, el rey brujo de Angmar.

Alice López Tubiak margolaritza du oso gogoko eta bizitzaten duen APNABIko egun zentrotik artearen bidez bere burua adierazteko eta bere sormenezko adimen handia garatzeko kemena ematen diote.

He pintado al personaje de Eowyn, porque me parece que tiene muchas características. Es muy valiente, noble, hermosa etc... y sobre todo porque me apetecía pintarla, y porque es uno de mis personajes favoritos. Los otros cuadros que he pintado, los he hecho por el mismo motivo.

Todos tienen sus características, son todos diferentes, con personalidad.

Pues Eowyn me transmite bien estar, me gusta, y yo creo que me gusta más que otros personajes, por eso la he pintado con decisión, y con ganas. Su aspecto me gusta, toda ella en sí.

Alice

4-11-10

LA TELEFONÍA MÓVIL TIENE QUE CAMBIAR. EMPECEMOS.



LA TELEFONÍA MÓVIL TIENE QUE CAMBIAR. EMPECEMOS. SIMple

5 CENT / MIN A TODAS HORAS. A TODOS. SIEMPRE.



Llamadas nacionales. Quedan excluidas las llamadas a números especiales, red inteligente, roaming e internacionales. Coste de establecimiento 15 cent. Consumo mínimo mensual 6€. Cuota de alta gratuita para nuevas altas de postpago con SIMple realizadas antes del 1/2/2011. Impuestos indirectos no incluidos.



Exposición baietz 10

## La impresión que cuenta de la discapacidad intelectual

### Una inauguración "impresionante"

Aunque Bilbao amaneció la mañana del 13 de diciembre arrastrando el intenso frío del invierno, dentro de la sede vizcaína del Colegio de Arquitectos Vasco-Navarro brotó la cálida primavera en forma de una gran mariposa que extendió sus alas arropada por el calor de todas las personas que acudieron a la inauguración de la muestra, "Baietz 10: la impresión que cuenta de la discapacidad intelectual". La mariposa, elemento inconfundible de muchos de los diseños de Baietz, aparecía posada en la pared central de la exposición. Hermosa, plena, batiendo sus alas cargadas de algunas de las fotografías que, durante estos cerca de cuatro años, han mostrado una cara más real, cercana y positiva de las personas con discapacidad intelectual a través de las páginas de la revista.

"Personas que trabajan, ríen, sueñan, aman... como cualquier persona", explicaba en la presentación Luis Mari Fernández, presidente de Fevas. Escenas de su vida cotidiana, de su ocio, de su trabajo, con su familia... imágenes en color enfocadas desde el mejor de los ángulos: aquel que la sociedad tiene que conocer de las personas con discapacidad intelectual. Una realidad como la que reflejaban las grandes fotografías protagonizadas por las chicas de Gorabide que, con la elegancia del blanco y negro, cubrían los ventanales dando la bienvenida a la sala. Junto a ellas, las portadas de los diez números de Baietz y, desde cada una de ellas, los diferentes artistas que han querido participar de esta apuesta por mostrar la otra de la cara de la discapacidad intelectual, por una comunicación como motor para la sensibilización.

"No sólo se trata de eliminar barreras arquitectónicas, queremos superar prejuicios e ideas preconcebidas, que los que vean la muestra se lleven esa impresión que realmente cuenta", comentó el presidente de FEVAS a los presentes antes de dar paso a las palabras del diputado de Acción Social, Luis Mari Aburto, y al director de Innovación Educativa del Gobierno Vasco, Cándido Hernández. Como telón de fondo, la música de Kepa Junkera, que acariciaba su trikitixa para lograr los mejores acordes con el titanio del cercano Guggenheim como testigo tras los ventanales.

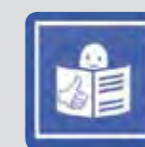
Personas con discapacidad intelectual, familias, profesionales, directivos, y personalidades de la administración compartieron esta inauguración que ha condesado interminables horas de trabajo, de sueños y, sobre todo, mucho arte. Arte realizado sobre un lienzo de más de 25 metros por las manos de todos con la colaboración de artistas como Alberto Palomera, Rober Garay, Dani Maiz, INFAME y Meneo. Un mural pintado bajo un mismo latido en el que se esgrimieron las mejores armas: pinceles, sprays, pinturas, rotuladores... para pintar la mejor cara a una sociedad inclusiva en la que todos contamos.

Baietz aldizkari 10 aleetako 200 argazki baino gehiagok osatzen zuten erakusketa. 300 pertsona inguru hurbildu ziren erakusketara eta bertan, gizarte inklusibo baten ikurra izan nahi zuen, artista ezberdinek eta adimen ezintasuna duten pertsonen margotutako 25 metroko horma-irudia ikusi ahal izan zuten.

Hemendik eskerrak eman nahi dizkiegu Baietz 10 erakusketa ezagutzera hurbildu ziren guztiei eta baita hau posiblea egiten nolabait lagundu zutenei. Gure eskerrik beroenak ere ondorengo artistei: Alberto Palomera, Rober Garay, Dani Maiz, INFAME eta Meneo, Olatz Goikuria eta Kepa Junkerari.

**Vídeo de la inauguración y Making Off en [www.fevas.org](http://www.fevas.org)**

*Agradecemos expresamente la colaboración del Departamento de Empleo y Asuntos Sociales, Gobierno Vasco.*



LECTURA FÁCIL

Fevas ha realizado una exposición que se ha llamado "Baietz 10: la impresión que cuenta de la discapacidad intelectual" y a su inauguración en Bilbao han acudido muchas personas.

En la exposición se han podido ver fotografías de personas con discapacidad intelectual en su vida cotidiana.

Además, artistas, familias y personas con discapacidad intelectual pintaron un mural muy grande como símbolo de una sociedad en la que todos participamos.

Esta exposición ha servido para mostrar una imagen positiva de las personas con discapacidad intelectual.





# UN BLOG PARA TERESA

## BLOG BAT TERESARENTZAT

na, una niña con síndrome de Down |  
síndrome-down-blog

FIISKAL TEL Posta Apple Yahoo! Google Maps Wikipedia

Mercedes Donoso es la madre de Teresa, la protagonista del blog "Diario de una chica con síndrome de Down". Mercedes comenzó su diario digital al año de nacer la niña "fue el tiempo que necesité para asimilar la noticia", cuenta esta madre de siete hijas que vive junto a su marido Luis en Yanguas, un pequeño pueblo de Soria donde regentan un albergue.

"Comencé como una manera de contar mi experiencia y compartirla con otros padres con hijos con discapacidad, por ver que no estás sólo". A ella también le sirvió leer otras bitácoras como "El Blog de Anna". Hoy en día el espacio de Teresa ha recibido en dos ocasiones el premio al mejor blog solidario del diario *20 minutos* y se ha convertido en punto de referencia para padres y madres y personas interesadas en el mundo de la discapacidad intelectual.

Desde el otro lado del ordenador Mercedes va contando el día a día de su familia, desde los primeros pasos de Teresa hasta los progresos que realizan ella y su hermana pequeña Reyes. "Me gustan los blogs que hablan del síndrome de Down y la discapacidad con normalidad, con sus cosas buenas y malas, no veo bien esa proliferación de espacios donde se les trata de "angelitos" o "regalito enviado del cielo", opina.

"Estas personas aportan cosas positivas pero hay que ser realista, también conllevan preocupaciones. Me inquieta cómo llevará su adolescencia y saber que no podrá hacer ciertas cosas. Ésto también hay que tenerlo presente", comenta esta madre bloguera.

"Mucha gente me preguntaba que por qué no me había hecho la amniocentesis en el embarazo de Teresa, o cuando después nació Reyes, pero para mí Teresa es algo positivo y no lo hice porque no quise, no me gustan los procesos de selección y menos para mi descendencia. Su nacimiento nos impulsó a hacer cosas para las que no habíamos tenido el arranque antes, como abrir nuestro albergue, y gracias a ella estoy hoy hablando con vosotras. Estamos orgullosos de nuestras hijas aunque haya días, como para todas las familias, que todo se hace más cuesta arriba". Mercedes desea que cuando crezca Teresa "sea lo más feliz posible, que pueda hacer lo que quiera, que cuente con sus hermanas y que haga una vida normalizada dentro de sus posibilidades".

<http://diariodeunachicaconsindromededown.blogspot.com/>  
<http://www.elblogdeanna.es/>

Teknikarekin baino ahalegin eta gogo handiagoekin, Mercedes interneten zirrirituak argitzen ibili zen bere esperientzia konpartitzeko. "Blog bat egitea guretzat ere zaila bada batzuetan, pentsa nola izango den ezintasunaren bat duen persona batentzat, baina alde onak baditu ere, chat batean guztiok berdinak gara, ez dago itxura fisikoa inarrituriko aurreiritzirik.

Nire alabak, etorkizunean Tuentin edo beste sare sozial batean sartu nahi badu, ahalik eta hoberen erabiltzeko irakatsiko diot. Eta, auskalo, agian etorkizunean nire ametsa beteko da eta gaur bere inguruko informazioa ematen duen blogaren egilea izango da Teresa bera.



### LECTURA FÁCIL

Mercedes vive en Soria y es madre de una niña con discapacidad intelectual que se llama Teresa.

Mercedes tiene un blog en Internet donde habla de Teresa y lo que hace junto a sus seis hermanas.

Un blog es un espacio en Internet hecho por una persona donde habla de un tema que le interesa. En él se pueden incluir fotografías, videos y otras cosas y la gente que lo lee puede opinar.

El blog de Mercedes se llama "Diario de una chica con síndrome de Down" y lo empezó cuando nació su hija.

Mercedes hizo el blog para contar su experiencia con Teresa y compartirla con otros padres con hijos con discapacidad intelectual.

Su blog ha recibido varios premios y mucha gente lo lee.

facebook

EL BLOG DE PATXI

## PATXIREN BLOGA

En el proceloso mar de Internet hay cibernautas como Patxi González de Barakaldo (Bizkaia) quien, gracias a un monitor de su centro ocupacional, abrió una cuenta de correo electrónico y empezó a hacer sus pinitos en el mundo on-line. Hoy es un gran aficionado a las nuevas tecnologías y cuelga textos en su Blog.

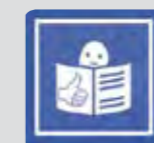
"Estuve aprendiendo durante un año, luego empecé a usar internet en la Casa de Cultura de Cruces, porque yo no tenía en casa. Ahora tengo conexión y navego casi todos los días", cuenta Patxi. Su primera página fue un Blog, para la parte técnica contó con su cuñado, el resto fue cosa suya. En su espacio empezó incluyendo fotos de sus dibujos -porque le encanta pintar-, luego fue abriendo otros espacios para poner poesías dedicadas a su madre, hablar de sus experiencias en tiempo libre o efemérides, esos hechos curiosos vinculados a cada día. "Las efemérides me gustan mucho, lo actualizo todos los días, el resto me da más pereza y voy escribiendo cuando me apetece", cuenta.

Patxi no sólo escribe textos, "también me gusta andar en Internet para leer los periódicos, ver páginas de televisión y otras cosas. Uso el correo electrónico y tengo página en Facebook ' Francisco Diego Gonzalez... ahí ando", dice, y se encoje de hombros. "Facebook me gusta pero tengo más lío", confiesa en una queja común para mucha gente que anda perdida en la complejidad de las redes sociales.

Él también ha cambiado la televisión por la pantalla del ordenador para algunos de sus ratos de ocio. "Cuando vuelvo del trabajo me pongo en el ordenador y voy aprendiendo a hacer cosas", cuenta.

El joven es consciente de los riesgos que entraña Internet, "me han explicado algo sobre el tema y ya sé que tengo que tener cuidado, que nos pueden engañar". Una precaución que tiene en cuenta pero que no le impide disfrutar del mundo digital. "He hecho algunos amigos por el chat y alguna amiga...", sonríe tímido.

Teknologia berriek erronka bat suposatzen dute guztiarentzat eta are gehiago ezintasunaren bat duten pertsonentzat. Erabilerraztasunak mundu digitalaren konpondu gabeko arazoa izaten jarraitzen du. Hala eta guztiz ere, erronken aurtean komunikazioaren abantaila handiak daude ere, ezagutzak partekatuzko elkarreteragina, besteekin abiada handiz kontaktuan jartzeko aukera eta, batez ere, informazioaren protagonistak izateko aukera, hura lantzea, elkarbanatzea, hedatzea...



### LECTURA FÁCIL

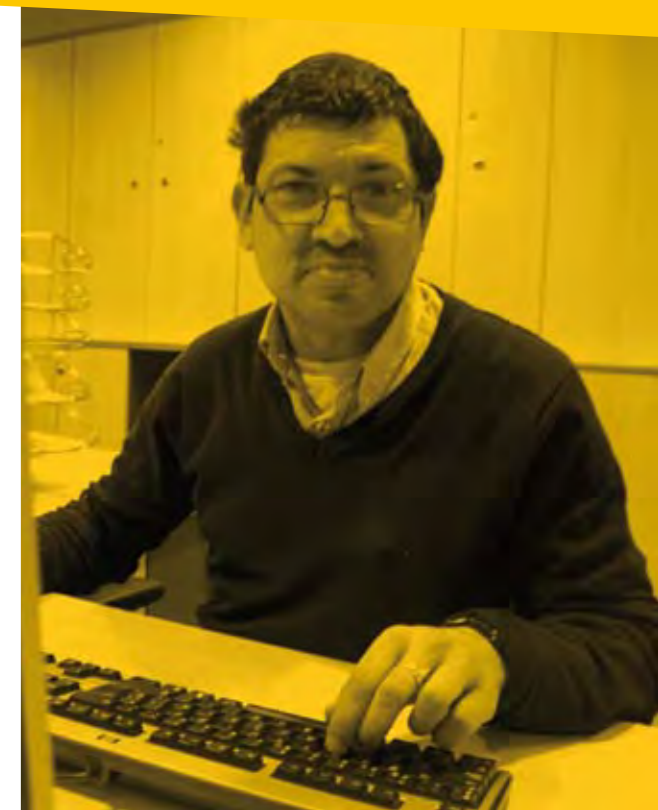
Patxi aprendió a utilizar Internet y ahora es un gran aficionado.

Todos los días se conecta a Internet para leer el periódico o escribir en redes sociales como Facebook.

El joven reconoce que las nuevas tecnologías y las redes sociales son complicadas para las personas con discapacidad intelectual.

Un blog es una página de internet donde las personas hablan de temas que les gustan y los que los leen dejan sus opiniones.

El joven de Barakaldo pone en sus blogs dibujos que ha hecho él o poesías dedicadas a su madre. También cuenta lo que hace en su tiempo libre.



Descarga musica, pe... Inicio 3000 Hiztegia

Cambiar contraseña | Facebook

el mostrador de rob EUSKALTEL Posta Apple Ya

facebook

# Un aficionado al yoga, entre libros

**Félix González de Peñalba, practica Yoga y Tai-Chi y trabaja en una librería**

Hoy le ha tocado limpiar una leve brisa de polvo a los libros que más le gustan, los que hablan de disciplinas milenarias como el Yoga o el Tai-chi. Félix practica unas horas a la semana de estas técnicas que combinan posturas o 'asanas' con el control de la respiración y la meditación en movimiento. Dos especialidades que buscan la relajación, la concentración y el equilibrio entre el cuerpo y la mente, algo que Félix sabe bien y que explica a su manera. "Me gusta mucho y me relaja. En casa tengo un libro con un CD de ejercicios y experimento, pero me gusta más con mi maestro, es un chico muy majo", cuenta.

En la librería Elkar de Irún, donde todos los días acude dos horas a trabajar, Maider Olaizola, encargada de la librería, y sus compañeros saben de su afición. Allí son como una pequeña familia. "Félix aquí es uno más, llega, saluda a todos, habla un rato y enseguida se pone a sus tareas. Es muy autónomo", cuenta Maider. Cada uno tiene su tarea y Félix se encarga de limpiar las baldas y controlar que los libros estén ordenados en las estanterías. "Hay días que están más revueltos porque la gente los saca para mirarlos y luego no los pone en su sitio", cuenta Félix mientras los va colocando.

Si tuviera que recomendar un libro a un cliente no lo dudaría "le diría que se llevara uno de yoga", cuenta este aprendiz de yogui, al que también le gusta leer libros sobre viajes.

Fuera de su trabajo Félix es un chico activo al que le encanta hacer planes. En el Centro de Día de la Fundación Goyeneche de Irún realiza distintas actividades: va a la piscina del polideportivo, sale de paseo con la voluntaria de Nagusilan o participa en un taller de danza. En su tiempo libre le gusta ir al Club Txolarte o sale a tomar algo.

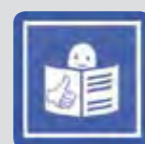
Félix está a punto de terminar, esta entrevista le ha rascado algunos minutos a su tarea y quiere dejar todo listo antes de marcharse. Cuando acaba, guarda el chaleco de trabajo con su nombre y se despide afectuosamente de sus compañeros hasta el día siguiente.

Sólo le ha faltado despedirse con el saludo por excelencia de los practicantes de yoga: ¡Namasté!, una palabra hindú para desear paz.

Hendaiaiko gazte honek bi urte t'erdi darama liburu dendan. "Hasieran astean behin etortzen zen, gero bere lana ondo egiten zuela eta pozik zegoela ikusi genuen, eta ondoren egunero 10.00etatik 11.00tara etortzeko aukera eskaini genion" aditzera ematen du Maiderrek. "Esperientzia oso baikorra eta aberasgarria da lan talde osoarentzat. Normaltasun osoz bizitzen dugu, Felixek bere eginkizunak ezagutzen ditu, ez dugu bere atzean ibili behar" Gaur liburu dendara berarekin etorri den Leyre Lasak, Irungo Goyeneche zentroko arduradunak, Felix bere lanarekin poz-ozik dagoela badaki ere.



## yoga zalea liburuen artean



### LECTURA FÁCIL

Félix trabaja unas horas al día en la librería Elkar de Irún donde se encarga de mantener los libros limpios y ordenados en sus estanterías.

A Félix le gusta mucho practicar en su tiempo libre Yoga y Tai-chi que son unas técnicas de la india para relajar el cuerpo y la mente.

Él disfruta mucho cuando le toca trabajar en la librería colocando los libros que hablan de estos temas.

Sus compañeros están contentos de que Félix trabaje con ellos porque es buen compañero y muy disciplinado con sus tareas.

Si tuviera que recomendar un libro para regalar sería uno de Yoga o de otro de sus temas favoritos: los viajes.

# Ponte en su lugar



## Pero no ocupes su lugar

Las plazas de aparcamiento reservadas para las personas con discapacidad son un derecho, no un privilegio; una apuesta de las administraciones para posibilitar la participación social de las personas con movilidad reducida. **No las ocupes.**

# Mens sana in corpore sana



Baile mezclado con música, ritmo, alegría y buen ambiente es lo que se palpa en la clase de aeróbic que la asociación APDEMA organiza para un nutrido grupo de personas con discapacidad intelectual. La monitora Joana González trabaja con ellos "aspectos de coordinación dinámica general, percepción espacio-temporal y sistemas rítmicos" pero, sobre todo, pretende que "aprendan a bailar y escuchar música".

La sala de aeróbic se convierte en cada sesión en un pequeño oasis en el que la música borra las preocupaciones. Funky, hip-hop y otros compases sirven para disfrutar, trabajar coreografías y aprender a expresarse con el cuerpo. Joana intenta transmitir lo que siente por la música. Una pasión que comparten "alumnos" como Eduardo Cortés Hermoso de Mendoza, al que le entusiasma la música y lo mismo coge las baquetas para tocar la batería, saca unos acordes en su guitarra o se afana para sacar alguna nota con el cajón flamenco. Se confiesa enamorado del rock y el grupo alavés "burkina faso" es su favorito, incluso asiste a sus ensayos.

Todo vale para mover el cuerpo, eso piensa Inmaculada Jiménez, quien encuentra en el aeróbic la mezcla perfecta de deporte y baile, por eso dos días a la semana coge el chándal y la bolsa y acude puntualmente a sus clases para compartir con sus compañeros ese rato de diversión.

En el aeróbic, como en la vida, la discapacidad es lo de menos, los pasos y las coreografías acaban por salir. Lo importante: sentir la música, el ritmo... dejarse llevar.



Musika, erritmoa, poza eta giro onarekin nahastutako dantza, hori da adimen ezintasuna duten pertsona talde handi batentzat APDEMA elkarteak antolatutako aeróbic saioetan atzematen dena. Joana Gonzalez zaintzaileak "koordinazio dinamiko orokorraren, espazio-denbora somaketaren eta erritmo sistemen alde ezberdinak lantzen ditu beraiekin, baina batez ere, "dantzatzeko eta musika entzuten ikas dezaten" du helburu.

Inmaculada Jiménezek eta Eduardo Cortés Hermoso de Mendozak erritmoaz eta musikaz gozatzeko dute aeróbic saioetan.



## LECTURA FÁCIL

Personas con discapacidad intelectual de la asociación APDEMA asisten a clases de aeróbic. El aeróbic mezcla ejercicios físicos con música para mantenerse sano y en forma.

En las clases hay muy buen ambiente y los alumnos bailan al ritmo de diferentes músicas para aprender a expresarse con el cuerpo.

La monitora Joana González quiere transmitir a sus alumnos su pasión por la música.

Lo importante es sentir la música, el ritmo y dejarse llevar.

# IRUNE, MODELO POR UN DÍA EN

## TrakaBARRAKA



Olatz Esquiroz, diseñadora.

Colores... muchos colores, lunares, tejidos, hilo, dedal, imaginación a raudales, o lo que es lo mismo TrakaBarraka, una original firma de moda que tiene su tienda-taller en el corazón de Bilbao La Vieja. Un espacio casi mágico que abrió sus puertas de forma especial para convertir a Irune Areces en modelo por un día de sus propuestas de moda.

Ese día Irune cambió de buen grado la mochila escolar por vestidos, faldas, nikis y sombreros para posar como una top-model junto a Irantzu Rojo, psicopedaga y trabajadora de FEVAS, demostrando que verse guapa, estar cómoda y a la última, no entiende de barreras.

Olatz Esquiroz, el 50% de TrakaBarraka junto a Ana Santos, ayudó a Irune con sus indicaciones para lograr su lado más fotogénico, al fin y al cabo esto de posar tiene sus truquillos. Una mirada aquí, un giro allá, que si esa luz... Verse guapa es toda una inyección de energía positiva.

Los estándares manidos de la mujer "perfecta" 90-60-90 no van con esta firma bilbaína, por eso Irune, como cualquier otra chica, es la modelo ideal para vestir la ropa colorista y cómoda de estas diseñadoras que se distinguen por un estilo fresco y sello propio que parece inspirado en los cuentos de hadas.

Flashes, luces y algunas miradas centradas en una Irune que entra y sale del probador, recorre las perchas con sus inquietas manos y se prueba camisetas, vestidos, bolsos, gorros... ilusión y sorpresa. Duda y sonrisa. Demasiadas prendas para una niña que, según afirma su padre, Fran, "no es demasiado presumida" y a la que la cuestión estética todavía no le preocupa especialmente.

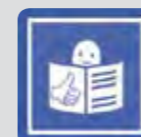
"La moda es una manera de comunicar, a través de la ropa estamos expresando, casi sin darnos cuenta, nuestro estado de ánimo. Cada uno tiene que encontrar su estilo y la ropa con la que se sienta más cómodo", explica la creativa diseñadora Olatz. "Aunque Irune todavía es muy joven irá buscando su forma personal de vestir y adaptando la moda acorde a su personalidad", comenta.

Para Irune no queda lejos esa etapa de la adolescencia en la que una se sienta frente al armario eligiendo desesperadamente ante una montaña de ropa qué ponerse. De momento hoy sueña entre tejidos y colores, prueba, se cambia, gira, mira... se pone seria, sonrío... porque... ¿quién no se ha sentido feliz con un traje bonito?

Olatz Eskiroz eta Ana Santos aurrera egiten ari dira modaren munduan trakabarraka firmarekin. Bi denda dauzkate dagoeneko; bata Bilbon eta bestea Madrilen, baina beraien diseinuak munduan zehar zabaltzea dute amets.

Bere aisialdian, Irunek igeri egiten eta patinatzen du gogoko, baita balleta ere.

TrakaBarraka  
C/ Dos de Mayo, 3 ( Bilbao )  
Tlfno. 944 168. 358  
<http://trakabarraka.com/>



## LECTURA FÁCIL

Irune es una joven a la que aún no le preocupa la moda pero sí verse guapa.

TrakaBarraka es el nombre de una marca de moda de unas diseñadoras de Bilbao que se llaman Olatz y Ana.

Irune estuvo un día en su tienda para probarse ropa y hacer una sesión de fotos como si fuera una modelo.

La diseñadora Olatz dice que a través de nuestra ropa mostramos como nos sentimos y nuestra forma de ser.

“ADIMEN EZINTASUNA DUTEN ARTISTA BIKAINAK DAUDE, EZAGUTU BAINO EZ DITUGU EGIN BEHAR”



#### Entrevista a Mirari Sagarzazu

Mirari Sagarzazu, hermana de un joven con Síndrome de Asperger y Licenciada en Bellas Artes, está realizando su tesis doctoral en torno al Análisis de la obra pictórica de adolescentes con Síndrome de Asperger desde el área de la educación artística.

Mirari Sagarzazu, Asperger Síndromea duen mutil baten arreba eta Arte ederretan Lizentziatua. Hezkuntza artistikoaren esparrutik, Asperger Síndromea duten nerabeen margo lanaren azterketaren inguruan burutzen ari da bere doktore tesia

#### ¿Existen rasgos que caractericen las formas de expresión artística de las personas con discapacidad intelectual?

Mi conocimiento se centra más en las personas con trastornos del espectro autista. Partiendo de este punto, no creo que se pueda hablar de un tipo de “arte autista” o de arte de personas con el síndrome de Asperger. Pero sí creo firmemente que este síndrome o el autismo están directamente relacionados con el modo de trabajar y la peculiar manera de expresarse de estas personas ya que su percepción, su manera de ver, de sentir y de entender el mundo revisten características diferenciadas.

Aún así, después de realizar un pequeño estudio con adolescentes, con y sin esta discapacidad intelectual, se observa que, aunque las diferencias entre los dibujos de los participantes de ambos grupos no eran muy significativas, es de destacar que los jóvenes con Síndrome de Asperger realizaron los ejercicios con mucha más rapidez. Esto es algo que no se esperaba y que puede deberse a su buena memoria. Una vez que retienen el objeto a representar en la memoria no necesitan mirarlo de nuevo.

#### ¿Qué importancia tiene desarrollar la creatividad en las personas con discapacidad intelectual?

La creatividad puede ayudarnos a buscar respuestas a problemas o situaciones que se nos presentan en la vida diaria. Por otra parte, la sensación de crear, de ser el autor de algo, por muy pequeño que sea -un dibujo, el café que nos tomamos cada mañana...- es un refuerzo muy positivo, es una forma de motivar, y esta motivación será mayor si tenemos algún tipo de discapacidad porque así nos sentimos útiles.

“HAY ARTISTAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL EXTRAORDINARIOS, SOLO HAY QUE CONOCERLOS”

“Sormenak, eguneroko bizitzan aurkezten zaizkigun arazo edo egoerei erantzunak aurkitzen lagun gaitzake”

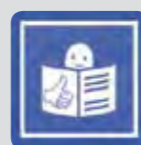
“Pentsatzeko gaitasuna dugu guztiok, batzuentzat, beste zenbaitentzat baino zailagoa den arren. Sormena, bakoitzaren izaerarekin lotuta dago, gure esperientzietatik abiatuta sortzen dugu”

#### ¿Cómo podríamos fomentar la creatividad?

La creatividad está relacionada con la manera de ser de cada uno, creamos a partir de nuestras propias experiencias. Así pues, un ambiente rico y sugerente en experiencias será la mejor manera de potenciar nuestra creatividad.

#### A veces parece que creatividad y discapacidad intelectual no son “compatibles”, ¿Puede desmontar esta falsa creencia?

Es cierto que durante años se ha supuesto que las personas con autismo carecen de juego simbólico y de creatividad por su inflexibilidad mental. Sin embargo, a medida que hemos ido viendo casos de personas con trastornos del espectro autista, hemos conocido personas realmente extraordinarias en el campo del arte como: Stephen Wilshire, Nadia, George Widener, Lisa Perini, Eric Jiani, Jessica Park... Sólo hay que conocerlos. Yo sinceramente os invito a buscar sus nombres en Internet y conocer su obra.



#### LECTURA FÁCIL

Mirari Sagarzazu estudió Bellas Artes y tiene un hermano con discapacidad intelectual.

Mirari está haciendo un trabajo de investigación sobre pintura y adolescentes con síndrome de Asperger.

Ella dice que gracias al arte las personas con discapacidad intelectual expresan su manera de ver el mundo.

También dice que la creatividad está relacionada con la manera de ser de cada uno y que creamos a partir de nuestras experiencias.

Mirari defiende que hay personas con discapacidad intelectual que son extraordinarias en el arte y que sólo tenemos que conocerlas.



## MUCHO ARTE DEBAJO DEL SOMBRERO

### ARTE ASKO KAPELAREN AZPIAN

Creatividad, integración y mucho arte es lo que hay tras la asociación “Debajo del sombrero” de Lola Barrera y su equipo de artistas con discapacidad intelectual. Juntos llevan cuatro años llevando adelante un sueño artístico en el que el arte y proceso creativo contribuyen positivamente a los proyectos vitales de los participantes.

Lola es la directora de este pequeño oasis creativo, un proyecto pionero en nuestro país apoyado en experiencias internacionales muy consolidadas pero “con un sello propio que lo distingue del resto”. Como génesis, el documental “¿Qué tienes debajo del sombrero?” dirigido por la propia creadora junto a Iñaki Peñafiel, y donde dan conocer un modelo americano de taller compartido en el que artistas acompañan y orientan a otros artistas con discapacidad. Todo ello a través de la experiencia vital de Judith Scott, una escultora norteamericana de 62 años con síndrome de Down.

“El documental es una reflexión acerca del aislamiento que puede provocar una discapacidad, y de cómo a través del arte se consigue restaurar la comunicación”, explica Barrera. Esto es algo que ellos han conseguido, aunque siguen en el camino para lograr otras metas.

Todos los programas de la asociación “Debajo del sombrero” continúan “con buen pie y perspectivas de ampliarse”. Actualmente hay en funcionamiento: “Matadero sin miedo” (en referencia al nombre del centro artístico madrileño) donde cualquier persona con discapacidad intelectual puede tener su experiencia con el arte. El programa de “la Casa encendida”, más específico para personas con intención artista, y el Aula de escultura del Museo de Bellas Artes, donde se encuentran cuatro creadores con discapacidad que han sido admitidos por un claustro específico de profesores.

“Los proyectos van bien pero su duración es puntual, nuestra ambición de futuro es conseguir un espacio de trabajo donde estos artistas se puedan dedicar a tiempo completo a crear. Paso a paso vamos consiguiendo que se vayan integrando en los programas ordinarios de arte de la ciudad”. Un ejemplo de esto es el proyecto piloto que se llevará a cabo con la Asociación Madrileña de Artistas Visuales para que dos artistas con discapacidad puedan trabajar con el resto de artistas a tiempo completo en los talleres Pradolongo, en un

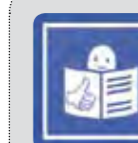
espacio no específico de discapacidad.

Lola con muchos años a sus espaldas dedicados a la pintura, confiesa que “nunca se me había pasado por la cabeza que una persona con discapacidad intelectual pudiera involucrarse en el arte”. Pero he aquí que un sombrero, más bien todo lo que había de genialidad bajo él, consiguió cambiar su visión y su trayectoria artística. Hoy vive centrada, junto a otras colaboradoras, en este proyecto que le apasiona y que tiene como protagonistas a los artistas con discapacidad intelectual.

[www.debajodelsombbrero.org](http://www.debajodelsombbrero.org)  
<http://www.youtube.com/watch?v=94GgusovKFs> (Fragmento del documental “¿Qué tienes debajo del sombrero?”)

Debajo del Sombrero izeneko elkarteak helburu orokorra lortzeko esperientzia ezberdinak jasotzen ditu: adimen ezintasuna duten pertsonak garaiko sortze-lanetan barneratzea, alegia. Beharrezko laguntzak izanda, adimen ezintasuna duten pertsonak artistak bezala garatzeko aukera eta eskubidea dutelako ustetik abiatzen dira.

Jarduera sortzailea garatzea zoriontasun proiektuak sortzeko era da.



#### LECTURA FÁCIL

Lola Barrera es pintora y dirige una asociación en Madrid que se llama “Debajo del sombrero” que está dedicada al arte.

En la asociación, Lola y otros artistas hacen talleres en los que participan artistas con discapacidad intelectual.

A Lola le gustaría contar con un espacio de trabajo donde los artistas con discapacidad intelectual se pudieran dedicar a crear y ser artistas.

La asociación está consiguiendo que las personas con discapacidad intelectual participen en las actividades de arte que se organizan en Madrid y en espacios donde trabajen otros artistas.



# 5 y... ¡ACCIÓN!



“LA MENTE NO ES UN JARRÓN PARA LLENAR, SINO UN LEÑO QUE HAY QUE ENCENDER”

CHEMA SÁNCHEZ, PROFESOR DE FILOSOFÍA



Desde esa piedra angular del poeta latino Horacio que proclamaba “Sapere Aude” (“Atrévete a pensar”), hablar de personas con discapacidad intelectual que disertan sobre filosofía pueda parecer paradójico, pero es una realidad en FEAPS Valencia.

“Existe la creencia de que estas personas no pueden pensar; parece que cuando existen limitaciones en la inteligencia falta capacidad de pensar, sin embargo, son dos cosas totalmente diferentes. La capacidad de pensamiento es propia del ser humano por el simple hecho de serlo. Todos estamos dotados de razón y de conciencia”, explica Chema Sánchez, profesor de filosofía y alma mater de los talleres sobre este tema que Feaps Valencia desarrolla desde hace algo más de dos años.

“Al taller con autogestores llevo un jarrón de cerámica y les digo: vuestra mente no es un jarrón que tenéis que llenar, tenéis muchas cosas que decir y vamos a sacarlas hablando, haciendo debate filosófico. Ellos también son seres humanos que se plantean cuestiones relacionadas con la vida, la muerte, el amor...”, explica el filósofo.

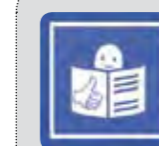
Este grupo utiliza para trabajar las lecturas de ‘El diario de Chimo’, un libro que narra el día a día de una persona con discapacidad intelectual. Estos textos les permiten compartir sus inquietudes en grupo, cada uno a su nivel. No hay profesor como guía, sino un facilitador del diálogo que a través de la lectura del diario lanza preguntas. “Te sorprendes de las aportaciones que hacen, porque sacan muchas cosas de sí mismos y eso ayuda al resto del grupo a desarrollar sus habilidades según su nivel de apoyos. No es una clase donde el profesor imparte sino que enseñamos a pensar y a sentir todos juntos, en equipo”.

Este programa de desarrollo de habilidades cognitivas es pionero. “Es más habitual trabajar las habilidades sociales a nivel cognitivo pero no la dimensión metafísica del ser humano, trabajar las emociones, los valores... Son personas adultas, unos con más capacidad y otros con menos, pero todos tienen capacidad de filosofar porque tienen capacidad de verbalizar sus emociones.

“La mente no es un jarrón que hay que llenar si no un leño que hay que encender”, es una máxima del pensamiento del filósofo Sócrates. Ese jarrón real y de porcelana con el que Chema comienza sus talleres “lo cogemos entre todos y lo rompemos como ejemplo de que estamos cansados de que nos quieran meter un montón de cosas en la cabeza y no nos dejen sacar nada. Somos seres humanos y tenemos capacidad de pensar”, concluye.

“BURUA EZ DA BETE BEHARREKO PITXERRA, PIZTU BEHARREKO EGURKIA BAIZIK”

Ekimen honen arrakastaren ondorioz, bere arduradunek beraien esperientziak material didaktikoetan gauzatzea erabaki dute. Hauek, “Pienso, luego soy uno más. Programa de pensamiento libre para personas con discapacidad intelectual” izenpean urte honen bukaeran edo hurrengo urtearen hasieran argitaratuko den liburuan jasoko dituzte.



## LECTURA FÁCIL

Chema Sánchez es profesor de filosofía y hace talleres sobre este tema con grupos de autogestores de Feaps Valencia.

La filosofía estudia los problemas del ser humano y les da respuesta pensando.

Chema defiende que todas las personas con discapacidad intelectual pueden pensar como cualquier otra persona.

En sus talleres los autogestores hablan de temas como la sabiduría, la existencia del ser humano, el conocimiento, la verdad o la belleza.

Chema suele usar un jarrón en sus clases para explicar que la mente no es un jarrón que hay que llenar con ideas sino que hay que hacer que la mente piense.



Dentro del cine las historias se levantan del papel para cobrar vida en movimiento, unas historias que dependen de la forma de mirar el mundo de cada autor, de sus experiencias, de su forma de compartirlas... es la magia de narrar en la gran pantalla, la magia del séptimo arte.

En el Taller de cine de Atzegi, Blanca Zaragüeta se encarga desde hace 3 años de acercar los secretos del mundo del cine y de su creación a personas con discapacidad intelectual. Lo primero que enseña es que “hay que tener algo que contar” como punto de partida, luego hay que educar la percepción visual, la mirada, para ello visionan películas, cortometrajes, documentales, y analizan las diferentes formas que tiene cada autor de contar su historia.

Como no hay dos personas iguales, no hay dos historias iguales...que se lo digan a Naiara Gómez, quien participa en este Taller y muy aficionada a la nueva hornada de

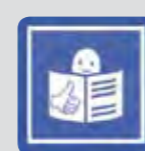
películas sobre vampiros. “Me gusta mucho la saga ‘Crepúsculo’ y ‘Luna nueva”, cuenta Naiara. A su compañera Marta Garmendia le atraen el cine y la fotografía “me gustan las películas de Harry Potter y las musicales”, cuenta. Por su parte, Amaia Argarate es otra de las jóvenes que participa en estos talleres que organiza la entidad donostiarra.

Además de ver cine, en este taller se inventan y escriben los guiones de sus propias películas para luego rodarlas. Tienen ya en su haber seis títulos, “Romeo y Julieta” es la favorita de Blanca y Amaia. Lo importante es que ellos “den el paso de imaginarse en pantalla lo que están pensando y escriban su historia”, cuenta la responsable. Una labor de ‘directores’ que “les ayuda a desarrollar la creatividad y valores como el trabajo en equipo, la escucha o respecto hacia la opinión del otro.

Fuera de los entresijos de la creación y realización, enfrentarse a una cámara e incluso actuar ante ella estimula y aprenden mucho “a las personas nos cuesta vernos y escucharnos, pero es una manera muy buena de reconocerse y aceptarse”, explica esta experta que enseña cine en escuelas y participa como voluntaria en este proyecto y a la que este Taller le está enseñando a ver la vida de forma más positiva.

La experiencia de este taller les ha resultado muy enriquecedora a todos. A Marta le encantaría participar en una película o cortometraje, Naiara se muestra algo más tímida y eso de ser actriz no le motiva, aunque sí le gusta todo lo que conlleva el proceso de creación y escribir las historias. Amaia por su parte, se apuntó por conocer gente y hacer algo con su ocio y ahora se muestra encantada. Todas ellas llevan dos años haciendo sus pinitos en esto del cine... quién sabe si dentro de un tiempo podremos disfrutar comiendo palomitas de alguna de las obras en las que hayan intervenido.

Blanca Zaragüetak 3 urte darama Atzegiko zine tailerrean, zinemaren munduko sekretuak adimen ezintasuna duten pertsoneri hurbiltzen. Filmak ikusteaz gain, tailerrera datozenek beraien filmen gidioak asmatu eta idazten dituzte eta geroago filmatu ere. Kamara baten aurrean jartzeak edo haren aurrean antzezteak adorea ematen die eta horrela asko ikasten dute. Bizitza era positiboz ikusten laguntzen didan sentiberatasun berezia dute pertsona hauek.



## LECTURA FÁCIL

Blanca Zaragüeta enseña a personas con discapacidad intelectual a hacer cine en un taller de la asociación

Atzegi.

El taller lleva 5 años en funcionamiento y ya han hecho 6 películas.

Blanca dice que lo más importante para hacer cine es tener una historia y escribirla pensando cómo se verá en la pantalla.

Amaia, Marta y Naiara participan en el taller desde hace dos años y están muy contentas con su experiencia.

La profesora dice que actuar delante de una cámara es una buena forma para reconocerse y aceptarse.



## "Tal como eres"

Tema de "El canto del Loco" incluida en su disco "Zapatillas", dedicado a una persona con síndrome de Down

Hoy me siento tan grande, por tenerte a mi lado, me regalas la vida, que sin ti yo no valgo.

Tienes ese silencio y esos ojos tan magos,  
el hermano pequeño el que quiero y extraño.  
Nada te haría tan especial, discutir o hablar, comunicarte de forma que te entiendan tantos,

Tienes ese don que te hace mejor sensibilidad,  
mucho cariño que regalar, te necesito tanto.  
Y pensando, que sinceramente, te quiero así, tal como eres, y como se, que lo que haces te hace feliz, tal como eres.

Trato de hacer algo por los dos, simplificando hasta mi interior, trato de verme tal como soy, es lo que tiene.  
Esperando un aviso te enfrentaste al mundo y desde ese momento no te estás consumiendo.

Te encontré sincero y mi amor no es el mismo, sin querer te espero como espera un amigo.

Nada te haría tan especial, discutir o hablar, comunicarte de forma que te entiendan tantos, dejar de ser, saber escoger y creer que vas simplificando la vida como harían otros.

Y pensando, que sinceramente, te quiero así, tal como eres, y como se, que lo que haces te hacen feliz, tal como eres.  
Trato de hacer algo por los dos simplificando hasta mi interior, trato de verme tal como soy, es lo que quieres.

Trato de darte de lo mejor que hace que todo se llame amor,  
trato de verme como soy yo y cambiar lo que duele.



Murgibe sl

CONSULTORÍA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES

Consultoría y Asistencia Técnica

Planes de Igualdad

Formación en Género

Evaluaciones de Impacto de Género

Investigación y Estudios

Inserción Sociolaboral y Empleo

Elaboración de Materiales

Organización de Campañas, Congresos y Jornadas

ET

BA

BA

ETORKIZUNA  
ERAIKI



S LO  
EMOS



por aquí PASO  
EL CHURRERO  
ABISAL