

TU ACTITUD MARCA LA DIFERENCIA

SERVICIO DE PROMOCIÓN PARA LA AUTONOMÍA PERSONAL



Ayuntamiento
de Mogán



CAP
Centro para la
Autonomía Personal



Mogán
Sociocultural



A continuación, podrás encontrar un ejemplo de las experiencias vividas por protagonistas de un servicio social, inclusivo, y especializado del Área de la Discapacidad del Ayuntamiento de Mogán.

El Servicio de Promoción para la Autonomía Personal, trabaja con las personas para promocionar su condición física, psíquica y emocional, fomentando vivir en comunidad en plena inclusión.

En este proceso deben estar implicados todos los miembros de la comunidad adoptando medidas conjuntas. Esperamos que esta lectura sirva para aunar esfuerzos y mirar todos en la misma dirección.

PARTICIPANTES



ESTER SOSA PEÑA

“La discapacidad no es un freno para mí, el freno me lo ponen las circunstancias que me rodean”



MIGUEL GARCÍA BATISTA

“A pesar de las dificultades no dejo de intentar de hacer las cosas, no hay obstáculos, el obstáculo te lo pones tú”



FRANCISCO ÁLAMO SUÁREZ

“Ahora tengo la motivación que me hacía falta. Se me abren las alas porque puedo tener conversaciones que no tengo en otro lugar”



FERNANDO SANTOS RAMÍREZ

“No pierdo el sentido del humor, cuando me preguntan: ¿Fernando, cómo andas? Contesto: Ando poco cristiano”



ELIJO TRUJILLO MONTESDEOCA

“Hubo un tiempo que no quería saber de nadie, pero gracias a mi mujer y venir al grupo, ahora tengo la confianza de salir sin miedo”

PARTICIPANTES



YERAY SUÁREZ SEGURA

“He pasado de no querer salir de mi casa a estar todo el día haciendo kilómetros”



DOMINGO TRUJILLO TRUJILLO

“Gracias a esto he cambiado mi vida, ahora tengo una rutina, y si no vengo me hace sentir mal. Disfruto haciendo ejercicio”



MANUEL MIRANDA LEÓN

*“¿Qué voy a contar de mí?
Si vine en silla de ruedas
y ahora me voy caminando”*



GENOVEVA GONZÁLEZ SAAVEDRA

“Me gusta sentarme debajo del manguero de mi casa a hablar con mi tía y mi madre. Voy poco a la playa, pero siempre que voy disfruto mucho”

PARTICIPANTES



JESÚS del CARMEN JIMÉNEZ RIBERO

“Soy presumida y me encanta que mi hermano Esteban me compre ropa, e ir juntos a hacer la compra de la casa. Sin mi casa limpia y la comida hecha no salgo a la calle”



JUAN MANUEL GARCÍA BERNAL

“La bici es mi pasión, me gusta ir a la montaña de paseo, tomar café y cenar con mis compañeras de trabajo”



CECILIA CALIXTA NAVARRO CABELLO

“Me apasionan las clases de inglés e ir a comprar al Mogán Mall, además de bañarme en la playa”



PATRICIA LEÓN DELGADO

“Pasar tiempo con los animales en la finca es lo que más me gusta, así como ayudar a los demás. Me gusta preparar algunos talleres para enseñar a los demás”

TEMÁTICAS

¿QUÉ HA SUPUESTO EMPEZAR A RECIBIR LOS SERVICIOS DE SPAP?



Paco: Debía haber venido mucho antes, pero me creé un mundo falso y me impresioné, creía algo que no era. El taller es el desahogo que tengo. Esto me ayuda a quitarnos el velo de la vergüenza que tenía por mi cambio físico. Nos han dado un empujón para integrarme de nuevo en la sociedad.

Genoveva: Gracias a esto salgo de mi casa, si no acudo al grupo estoy aburrida y no hago nada, me da mucha alegría reunirme con ustedes soy feliz los días que toca taller.

Eligio: El venir a talleres y hacer excursiones me dio la confianza de estar en la calle y salir en los ratos libres. Ahora siempre que puedo estoy en la calle dando un paseo o saludando a los vecinos. Gracias al grupo voy a sitios nuevos y hago cosas que si no es por el servicio nunca hubiera hecho.

¿QUÉ TE HA APORTADO ACUDIR A UN GRUPO DE IGUALES?

Yeray: Desde que empecé no ha habido ningún día que no quiera venir. Al principio solo quería que vinieran a casa. Pero ahora el poder relacionarme con los demás me ha sentado genial, he entendido que relacionarme es lo que necesito.

Esther: Cuando me veo con personas en una situación parecida a la mía me animo para seguir adelante. Si ellos pueden yo también. Ver como se desenvuelven mis compañeros con sus dificultades me ayuda a sentir que yo también puedo hacerlo.

Cecilia: Gracias al grupo he ganado confianza para salir a la calle, ahora soy capaz de hacer cosas que antes no podía, relacionarme con mis compañeros y compañeras me ayuda a perder el miedo a estar con otras personas. Me siento apoyada y con fuerzas para seguir hacia delante. Gracias al grupo tengo una nueva ilusión.



¿BARRERAS y dificultades ENCONTRADAS POR PADECER UNA DISCAPACIDAD?

Domingo: Las personas no tienen en cuenta donde aparcen los coches, a la entrada de mi casa se aparcen tan pegados que, aunque está señalizado, no me dejan salir con la silla. A la gente les da igual, me pregunto si a ellos no les dejaran salir de la casa como se lo tomarían.

Eligio: No puedo salir ni de mi propia casa, porque tiene escaleras. Me montaron una silla eléctrica, pero aun así lo hicieron de tal manera que dependo de una segunda persona para poder salir de mi casa. Los edificios no están pensados para personas en silla de ruedas.

Miguel: Muchas veces al salir de mi casa para ir a comprar me encuentro bolsas de basura que pone la gente mal colocada y me impiden el paso, también coches que aparcen en el paso de peatón y no puedo cruzar, ya me he caído varias veces intentando pasar por sitios estrechos. Hasta me han atropellado por coches mal aparcados que quitan la visibilidad. Yo entiendo que la gente no encuentre aparcamientos o que el contenedor de basura le quede lejos pero no por ello me tengo que quedar sin ir a una farmacia o a un supermercado. Tenemos que estar más visibles y que se eduque a las personas y sepan las consecuencias porque muchos si no tienen un familiar con discapacidad no se percatan de nada.



¿QUÉ HACEN EN SU DÍA A DÍA?



Tati: En mi casa hago la limpieza, me gusta dar paseos con mi novio Bruce Lee, también voy a tomar café al bar y me encanta ir casa de mis amigas a charlar y hablar de las cosas que están pasando en el pueblo. Soy ama de casa y me encargo de lavar, limpiar y de hacer la compra y la comida para mi hermano que vive conmigo y mi novio. También voy a casa de mi amiga *Moncita* y la ayudo en lo que le haga falta, le hago recados o le ayudo cuando tiene que ir al baño.

Patri: Por la mañana estoy cuidando la finca y lo animales de mi padre, también paso tiempo con mi abuela haciéndole compañía. En mi tiempo libre me gusta la carpintería, ahora mismo estoy haciendo un baúl con madera de pales, también

cuido las plantas de mi casa, además me gusta pasar tiempo con los perros mi favorita es Chanel.

Manuel: Vivo solo en mi casa, yo me preparo la comida y hago la limpieza de la casa. Llevo más de 20 años trabajando de reponedor en SPAR. En mi tiempo libre me gusta ir al gimnasio, montar bicicleta e ir a caminar por la montaña.

¿CÓMO ES VIVIR UNA DISCAPACIDAD?



Manolo Miranda: No te queda otra cosa que aceptarlo y seguir para adelante, la vida sigue. Yo siempre he querido continuar haciendo cosas si no es de una manera es de otra, pero no dejo que mi situación me frene. Cuando no tenía las dos prótesis, me quería ir de excursión y la guagua que vino a recogerlos era muy grande y no estaba adaptada, pero yo me subí igual, arrastrándome y fui a la excursión. Si no le ponemos actitud no salimos de la casa.

Fernando: Cuando me enteré que me iban a amputar las piernas lo pasé fatal, pero lo peor que llevo es necesitar ayuda de otras personas, hay que aceptar que la vida cambia, pero la vida es la misma y hay que seguir.

Paco: Cuando me pasó lo de la pierna, no tenía ánimo y al principio pensaba que nadie más estaba como yo, hasta que conocí personas en peor situación que yo y ver eso me dio fuerza psicológica que me permitió mejorar y aceptar la situación. Mis problemas de salud han hecho que esté a punto de morirme, he pasado miedo. Nunca vuelves a ser el mismo, pero aprendes a hacer cosas otra vez, al principio es difícil, pero gracias a la ayuda de profesionales vuelves a tener ganas de hacer cosas.



MOMENTOS COMPARTIDOS



TU ACTITUD MARCA
LA DIFERENCIA





TU ACTITUD MARCA
LA DIFERENCIA











Gracias a todas las personas que han hecho posible este trabajo conjunto entre profesionales y protagonistas, para demostrar que un mundo inclusivo siempre es un mundo mejor.



Cuando el mundo ordenado que creíamos desaparece, empieza un nuevo mundo lleno de desigualdad y caos. En esos momentos de no entender qué está pasando, dejas de cumplir los roles sociales establecidos y comienza una época difícil. Justo ahí, es crucial lo que decidas para ti mismo.

Es de vital importancia apoyarte en profesionales especializados, que te den la oportunidad de comprender la situación que estás atravesando y reclamar esa igualdad de oportunidades que mereces por derecho para mantener una vida activa.

En definitiva, lo importante no es la discapacidad ni la dependencia, eso es un rol social más que nos ha tocado vivir. Lo importante son las estrategias que utilizamos o los esfuerzos que estemos dispuestos a hacer en nuestro día a día, para tener una mayor inclusión en la sociedad.

CENTRO PARA LA AUTONOMÍA PERSONAL (CAP)
Tfno: 928568576



Ayuntamiento
de **Mogán**



CAP
Centro para la
Autonomía Personal



Mogán
Sociocultural