



BonaGent

BONA GENT A.P.D.I.
REVISTA OFICIAL DE LA
ASOCIACION AMIGOS DE LAS
PERSONAS CON DISCAPACIDAD
INTELECTUAL

REVISTA IMAGINA

Num. 21. 2023



Feliz Navidad



WWW.BONAGENT.ORG



Número 21

Edición digital

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a todas las personas voluntarias y personas usuarias de Bona Gent su colaboración, su entrega y su cariño para la realización de esta revista, sin los cuales esta no sería posible.

BonaGent

amigos de las personas con discapacidad intelectual

COLABORADORES

- Redacción de contenidos: Profesionales y voluntarios/as de la entidad.
- Editora: María José Juan Ferrer
- Maquetación: Revista Imagina



Incorpora



C/ Serrería, 13 Valencia

960 09 98 27

info@dmortopedia.es
www.dmortopedia.es

CIRCULO ATLANTE.ES

Caballeros, 11 bajo | Valencia

Telf. 963 92 60 81

www.circuloatlante.es

Liberty Oro

INVERSIÓN Y AHORRO

Avenida de Francia, 38 Tel. 96.005.73.15

valencia@libertyoro.es www.libertyoro.es



Bona Gent

SEDE SOCIAL

C/ ISAAC PERAL 25 BAJO.
CP 46024.VALENCIA.

CONTACTO

WWW.BONAGENT.ORG

bonagent@bonagent.org

Telf. 674 441 740

revistabonagent@gmail.com

SUMARIO

Carta de la presidenta.....	3
Alquería de Bona Gent.....	7
Ocio. Beneficios de las estancias vacacionales	9
Educación permanente de personas adultas...	15
Inserción.....	19
Talleres Artes.....	23
Vivienda tutelada de mujeres.....	25
Taller Diurno.....	29
La Importancia de la Formación en el voluntariado.....	31
Vivienda tutelada de hombres.....	33

¿Quiénes Somos?

Somos una Asociación sin ánimo de lucro, creada en 1980 y declarada de utilidad pública, cuya misión es mejorar la calidad de vida de las personas con diversidad funcional intelectual y sus familias.

Atendemos a más de 1300 personas con diversidad intelectual mayores de 18 años y sus familias, a través de diferentes servicios y programas de apoyo, siendo nuestro ámbito de actuación la provincia de Valencia. Contamos con un equipo

multidisciplinar de 22 profesionales y un equipo de voluntarias/os de más de 200 personas que colaboran solidariamente con la misión de la Entidad.

Somos Centro social autorizado por la Conselleria de Bienestar Social, miembro de Plena Inclusión, de la Plataforma del Voluntariado e inscrita en el censo de Asociaciones Juveniles y Entidades prestadoras de Servicios a la Juventud de la Comunidad Valenciana.

Carta de la Presidenta

Estimada familia Bona Gent a.p.d.i.

Estamos llegando al final de este año 2023, y mirando hacia atrás, veo con tristeza y a la vez con gran fortaleza como han ido pasando los meses. Con tristeza al ver que alguno/a de los que forman parte de esta familia, por debilidad y con el único afán de hacer daño, han intentado ensuciar nuestro nombre, pero como decía al mismo tiempo con la gran fortaleza de saber que la verdad solo tiene un camino, y quien siembra tormentas recoge tempestades, son tan valiosos nuestros usuarios/as y tan preciada la recompensa, que no cesaremos en cuidar y luchar por todos los que somos y estaremos. Me siento orgullosa de verme rodeada como dije de una gran familia, personas usuarias, trabajadoras/es, socias/os, familiares, voluntarias/os, empresas colaboradoras y todos con un mismo fin, el bienestar de nuestros verdaderos héroes.

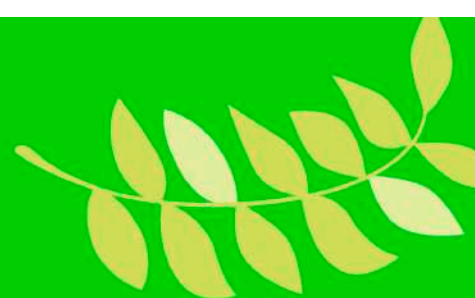
En este número 21 de la revista os detallamos todas las áreas de la Entidad, de los eventos y actividades que hemos ido desarrollando, y los nuevos retos que nuestros profesionales están preparando para este nuevo año. En primer lugar son nuestras chicas/os los que nos aportan ideas y preferencias, a continuación el equipo multidisciplinar el que lo traduce, y los responsables de área quienes lo ejecutan. Conseguir cualquier reto les hace felices, y su agradecimiento es el más sencillo y a la vez el más poderoso: la sonrisa, los abrazos, esa es su manera de mostrar su gratitud y para nosotros la mayor recompensa. Estamos seguros que el futuro depende de nosotros, mirando hacia delante, trabajando de forma estrecha y empática con nuestras/os chicas/os, ofreciéndoles la calidad en el trato y servicio que se merecen, sin escatimar en nuestro compromiso e intensidad, como en la responsabilidad de nuestras/os trabajadoras/es y nuestras/os voluntarias/os a los que siempre agradeceremos su gratitud y entrega desinteresada

Y recordaros que este año vamos a rozar el Gordo, o igual nos cae de golpe en el número de lotería de Bona Gent, a.p.d.i.

Os deseo unos felices días de Navidad, donde compartáis con vuestros familiares y amigos y un próspero año 2024 donde se cumplan todos vuestros deseos.

Encarna Ros Fontana.
Presidenta de Bona Gent A.P.D.I.





La Alqueria de Bona Gent

Inscritos en el Registro de
Productores del Comité de
Agricultura Ecológica
de la Comunidad Valenciana.



**VERDURAS Y
NARANJAS DE LA
HUERTA A TU
CASA**

**SOMOS UN PROYECTO
DE FORMACIÓN E
INSERCIÓN LABORAL
PARA PERSONAS
CON DIVERSIDAD
FUNCIONAL**



• HORARIO Y DIRECCIÓN •

Puedes recogerla los
viernes de
10:00 a 14:00 horas en:

Dirección de la Alqueria:
C/Racó de l'Anell, 19
Valencia

Oficinas de la Sede:
C/Isaac Peral 25 Valencia.

O por 2€ de suplemento
te la llevamos a casa

• CONTACTO •

Haz tu pedido
por WhatsApp:

694429572

Por mail:

alqueria@bonagent.org

Vía web:

<http://alqueria.bonagent.org>

Llevamos desde 2012 apostando
por abrir nuevos horizontes
laborales a través de la Agricultura
Ecológica.

Puedes colaborar con nosotras/os
con tus manos y tu tiempo, pasando
un buen rato cultivando con
nosotras/os, como voluntaria/o.

O puedes colaborar aportando 10€ o
20€ y te preparamos una cesta con
6 o 12 hortalizas, las que tú elijas.





Silvani
FLORISTERÍA

Avd. Gaspar Aguilera 79
Esquina con C/ Caba Rojo

Tlf, WhatsApp: 660 670 038
A 150mts de H. Pesset

#floristeriasilvani | Síguenos en las redes | Floristería silvani

artesanía

FRUTAS Y VERDURAS

Folgado

Encarna y Juan

Servicio a domicilio

MERCADO CENTRAL
Puestos 36 al 38 y 65
Tel. 96 382 92 56 | 637 668 683
VALENCIA

GRUPO NOAL

ESPECIALISTAS EN
ELECTRICIDAD, CLIMATIZACIÓN Y MANTENIMIENTO

www.electricaysolar.es
gruponoyal@electricaysolar.es
691776384 / 649057184 / 962787085

Frutas selectas
PUCHADES
DESDE 1930



Mercado Central de Valencia, pto. 119-122 - Valencia
Telf. 963 829 212 | www.frutaspuchades.com

Bar - Restaurante

Aitana

Tapas | Menú del día

Telf. 963 40 91 83
Avda. De Burjassot, 205 - Valencia

Bon Dia
comunicació

Telf. 961 561 264
www.tv.bondiacomunicacio.com
Valencia

Shalakaabula
librería



Telf. 960 22 28 84
Carrer del dr. Marañón, 3
Mislata - Valencia

Andreu
PLASTICS I PAPER



Carrer Barranquet, 10 - Aldaia - Valencia
www.andreuplastics.com
Telf. 961 51 83 80

TANATORIO
CREMATORIO
PATERNA



WWW.TANATORIOPATERNA.COM
Telf. 961 34 05 92
PATERNA - VALENCIA

HF Cruz

www.hierrosyferrallascruz.com
CAMÍ L'ALQUERIETA N°41 - 46470 MASSANASSA (VALENCIA)
Telf. 605 107 205



VIRGINIA FUERTES
APELLER MÈDICO-ESTÈTICO

Tratamientos faciales y corporales
Depilación láser Diodo
Masaje y drenaje linfático
Depilación por cera e hilo
Microblading y micropigmentación
Medicina estética
Lifting de pestañas
Depilación por hilo
www.virginiafuentes.com

BELLEZA, ESTÉTICA Y BIENESTAR

C/ Leones, 67 - Valencia - 963 726 532 | 672 595 951
Avd. Valladolid, 5 - 961 608 728 | 613 588 771

GERMAN RAMOS TORRES

TLFN: 647 762 303



INSTALACIONES ELÉCTRICAS

J.A. BLANQUER
TRANSITOS Y ADUANAS

JOSE ANTONIO BLANQUER, S.L.
TRÁNSITOS - ADUANAS - CONSIGNACIONES Y SEGUROS
www.jablanquer.es

Dr. J.J. Domínguez, 18 - 3º - 2ª - Valencia | Telf. 963 57 57 11
C/ Castell, 6, 1B "Edificio Castell" - Benaguasil (Valencia) | Telf. 962 730 341
Aeropuerto Manises - Edif. Serv. Grales. Of. 102 - Manises (Valencia) | Telf. 961 522 079

McDonald's
VARA DE QUART
CAMI NOU DE PICANYA, 2
Valencia
96 313 84 05

ABERTO 24 HORAS
Todos los días
McAuto

Te llevamos McDonald's® a casa

Glovo | JUST EAT | Uber Eats

*Consulta disponibilidad del servicio de entrega en mcdonalds.es

lhn deco

OUTLET DE TELAS

C/ Cirilo Amoros, 79
Valencia
Tlf. 960 91 21 06
673 228 882



mondgrass SUMINISTRO E INSTALACIÓN DE Césped SINTÉTICO

Terrazas
Jardines
Mantenimiento
Instalaciones
Deportivas

25 AÑOS
Experiencia
Instalando en todo el mundo

15 ESPECIALISTAS
En diseño de jardines
Reservados en todo el mundo

20 TIPOS DE CÉSPED
Césped artificial
Césped sintético

Carrer Mar de Soriano, 11, 46003 Torrent (Valencia)

629 915 231 | Lunes - Viernes: 9:00 - 20:00 | mondgrass@gmail.com

ddSPlagas
Lucha Antivectorial

Calle Pintor Cortina, 43 bajo izq. - 46017 Valencia
Telf. 622 603 907 | www.ddsplagas.com

LA MÁQUINA

Teatro y danza para tod@s

www.jamaquinateatro.es
@jamaquinateatro.es

629 915 231

LUMAR YOGA

Tu centro de yoga en Godella

Telf. 693 39 39 21
PLAZA COLOMBIAES, 2 - GODELLA | VALENCIA

Uñas y Belleza
Pin Up

C/ Manolo Taberner 30-Bajo izq
644 117 914
@moni_nailspinup
f Uñas Pin-Up

el pollastre de serrano

C/ Guadalaviar, 7 - Valencia
Tlf. 963 47 78 89
www.elpollastredeserrano.com

MARCO VENDING

C/ Medico Fernando Narbon, 2 - Aldaya - Valencia
Telf. 667 59 66 67 - www.marco vending.es

50 ANIVERSARIO
AUTO OCASION SAEZ

Siempre Contigo

COMPRAMOS COCHES

Avda. Maestro Rodrigo, 22 - Valencia
661 854 816 | 963 473 111

TOP REDES VALENCIA

REDES DE PROTECCIÓN PARA GATOS, NIÑOS Y PALOMAS

Pon elementos de seguridad en tu vida y empieza a dormir tranquilo.

Teléfono: 683 59 77 59 | www.topredesvalencia.es
Calle Paterna n.8 bajo derecha - 46117 - Bótera, Valencia.

Contenedores Cartó

Pol. Ind. Masia Del Conde, C/3, 124-132
Loringuilla - Valencia
Telf. 961 54 61 78
www.contenedorescarto.com

SPAGNOLO
DESDE 1933

C/de Roger de Llòria, 12 Bajo Izquierda
Telf. 963 52 50 05 | www.spagnolo.es

La blasca

Avda. Blasco Ibañez, 152
Valencia
Tlf. 960 22 08 09

CLIA RAUTO

MANTENIMIENTO Y REPARACIÓN DEL AUTOMÓVIL

MANUEL CLIMENT ARAGÓN

C/ Alquería de Benlloch, 6 - 46014 - VALENCIA
Telf. 96 377 22 36

聚英 ESCUELA JU YING 中醫

C/ Fuencaliente, 9
Valencia
Telf. 963 362 469
www.escuelajuying.net

González Silva Tejidos

C/ Acacias, 35 Bajo - Valencia
Telf. 963 480 401

La Alquería de Bona Gent

Y comienza el curso.....

Retomamos el curso con mucha fuerza y con nuevas caras, estos primeros meses transcurren con la puesta a punto del campo; plantando, sembrando, desbrozando, abonando, rotovatando, etc. Labores necesarias para tener un campo repleto de hortaliza y bien cuidado.



- Sembrando habas de la variedad temprana plantada en luna de frutos.
- Limpieza de campo de naranjos.



- Sus primeros caballones.

Volvemos a tener habitantes en la caja nido de la Alquería.

A Principios del mes de agosto, la SVO (Sociedad Ornitológica de Valencia), vuelve, por segunda vez, a traer lechuzas a la alquería, esta vez procedentes de un centro de recuperación de Madrid, dentro del proyecto Mussols. Tres polluelos alimentados cada 3 días por el equipo de la SVO. Actualmente dos de los polluelos han abandonado la alquería, tan solo nos queda una lechuza, una lechuza muy especial que nos saluda todas las mañanas cuando llegamos.



- Polluelo recién llegado y anillado en la alquería.
- Lechuza joven.



- Actualmente la única lechuza que habita la alquería.

Avistamiento del vuelo de las lechuzas de la alquería.

El día 7 de septiembre quedamos con el alumnado, familiares y amigos, por la tarde, a la hora de la puesta del sol para ver los primeros vuelos de las lechuzas. El equipo de la SVO, traen para el avistamiento 3 telescopios y el resto llevamos prismáticos. También las podíamos ver a través de la webcam que tienen instalada para su seguimiento. ¡Una experiencia genial para repetir!



- Encuentro al atardecer para avistamiento.
- Imagen desde el telescopio.



- Imagen desde la webcam.

Taller de egagrópilas

Realizamos un taller muy interesante dirigido por la SVO (Sociedad Ornitológica de Valencia) El taller consiste en averiguar con que se alimentan las lechuzas, mediante el regurgitado (egagrópila). Las partes del animal que no pueden digerir, partes como plumas, huesos, pelos, anillas etc, no pasan por el aparato digestivo del ave, directamente lo devuelven, formando una especie de maraña de pelos y huesos.

Separando las partes de la egagrópila ¡como si de arqueología se tratara! Se van descubriendo los huesos y cráneos de los animales cazados por la lechuza. El taller

finaliza al colocar los restos del animal en un poster donde se clasifican las partes del cuerpo estudiado.



- Egagrópilas recogidas.
- Participantes del taller.



- Analizando las muestras.
- Poster final del taller.

Mercats de l'horta en peligro.

Desde el 4 de marzo, fecha de inauguración, participamos en el mercado municipal de Benimaclet también llamados Mercats de l'horta. Actualmente el Ayuntamiento nos ha notificado su voluntad de extinción.

Desde aquí, animamos a todo el mundo, a apoyar y darle vida a esta forma de comercio tan tradicional y necesario para la agricultura de proximidad de la comarca de l'horta.



- Puestos en mercado de l'horta de Benimaclet.

Ocio

BENEFICIOS DE LAS ESTANCIAS VACACIONALES



Si entendemos la diversidad funcional intelectual como una limitación tanto en el funcionamiento intelectual como en el adaptativo, que se expresa en la dificultad para desarrollar habilidades conceptuales, sociales y de adaptación al entorno. Debemos entender también que estas limitaciones coexisten con muchas otras capacidades que pueden desarrollarse a través de una buena intervención.

En relación con ello, debemos valorar la importancia del ocio y las vacaciones, para favorecer la salud mental y para fortalecer las habilidades de todas las personas. A todas/os nos encanta ir de vacaciones, conocer nuevos destinos, nuevos amigos, etc. Pero en el caso de las personas con diversidad funcional intelectual, esto no es sólo un placer, sino que además viajar tiene un componente de terapia. Los beneficios del ocio en las personas con diversidad funcional intelectual suelen menospreciarse, pero desde la Entidad hemos comprobado que suponen beneficios para todas las personas, sin importar edad o sexo, ya que son reductoras del estrés, desarrollan las habilidades sociales, las capacidades comunicativas y la autoestima, y fomentan

características como la empatía, etc.

Desde Bona Gent entendemos que es necesario ofrecer mecanismos que garanticen el uso efectivo de los derechos ciudadanos y de ocio inclusivo. Es por ello que las estancias vacacionales que se han llevado a cabo durante el mes de agosto han ofrecido oportunidades de participación en el entorno de manera constante, dentro de un recurso respetuoso con el medio ambiente que apuesta por la formación y conocimiento de los participantes.

La propuesta de viaje que ofrecemos no se centra en ofrecer a las personas que participan una programación cerrada, sino que se dan las opciones y posibilidades variables que ellas mismas eligen por su propio interés, organizándose de una manera autónoma con los apoyos necesarios. Las personas de apoyo que participan en cada una de las estancias que hemos realizado no cumplen con un perfil de monitor de ocio y tiempo libre (que ofrecen una programación que ellos mismos conducen y dinamizan) sino que su participación se orienta hacia la asistencia personal y el acompañamiento en todo aquello que la persona demande o necesite.





Nuevo Estilo Carpintería



Avda. Peris I Valero, 111 - Valencia

Telf. 963 345 281

CETRADEC VALENCIA



Avda. Pío XII, 17 - Valencia

Telf. 963 17 00 44

www.cetradec-valencia.com

CRISTALERÍA CRISTALCARSAN

Avda. Vicent Andres Estelles, 1
Sedavi - Valencia

Tlf. 649 23 34 55



C/ Paseo Marítimo, 15 1º Esc. 2
Benicarló - Castellón

Telf. 656 31 25 84

www.controldeplagasfuentes.com



C/ Salvador Ferrandis Luna, 55 - Paterna - Valencia
Telf. 961 82 88 99 | www.armininstalaciones.com



AEROTERMIA / CALEFACCION
Y AGUA CALIENTE SANITARIA

Tef.: 636 968 609

jhernandez@termotech.es



Ctra. Barcelona Km. 5 Almàssera - Valencia

Tlf. 961 850 052

www.dacsa.com



SALUD PÚBLICA

- CUCARACHAS
- ROEDORES
- AVISPAS
- CHINCHES
- ÁCAROS
- CARCOMA
- PALOMAS
- DESINFECCIONES
- LIMPIEZAS EXTREMAS

Contactos:
clientes@plagasturia.com
www.plagasturia.com
960 729 539 - 652 481 187

EMPRESA AUTORIZADA POR EL MINISTERIO DE SANIDAD
A REALIZAR DESINFECCIONES POR COVID - 19



nuestro numero
de loteria
93063





Lacomba

Ortopedia técnica



PLANTILLAS A MEDIDA

Avda. Gregorio Gea, 6 Mislata
96 00 82 003



Prolongación Calle de la Gloria S/N
46910 Valencia
Telf. 963 964 980
www.intercontainer.es



C/ Doctor Moliner Nº 23, 46100 Burjassot - Valencia
Tif. 963 630 608
www.curvadosruiz.com



AMBIDELT
LIMPIEZA Y SERVICIOS

963 696 737 | 600 512 272



Carrer de Pascual i Genís, 10
despacho 7A, 46021 Valencia

www.ambidelt.com



PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

Avda. Jerónimo Roure Nº 49, 1º A (Pol. Ind. Inguinsa)
46520 Puerto de Sagunto - Valencia
Telf. 960 659 406 | www.oremeprevencion.com



montajes



C/ Vazquez de Mella Nº 17 Burjassot - Valencia
Tlfs. 960 654 909 | 654 396 773
www.montajesbellido.com



MARCOS

ABOGADOS DESPACHO MULTIDISCIPLINAR



Reino de Valencia Nº 76-5º
46005 Valencia
Tif. 963 734 551

CRÈME BRÛLÉE



C/ Literato Azorín Nº 12, 46006 Valencia
961 154 075
www.cremebrulee.es

TU HOGAR
EN BUENAS MANOS

96 346 70 77

adm@cambralla.com
C/ Eduardo Soler y Perez, 3 pta 2
46015 Valencia



Cambralla.
administración y
gestión de edificios

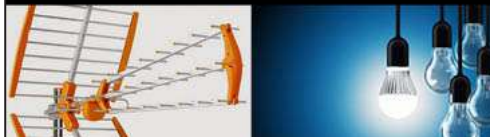
Administrador
Fincas
Colegiado

Administramos tu

TRANQUILIDAD



C/ Dolores Marqués Nº 6, 46020 Valencia
Tif. 961 931 704
<https://lumytel.negocio.site/>



MONMADERA
Carpintería Técnica de Madera

C/ Alcàsser n.º 63 bajo D
46470 Balbal - Valencia
Telf. 645 320 233
www.monmadera.com



Bar La Rubia de la Plaza

C/ Salcedo Nº 6
Valencia
Tif. 603 665 840
marinaramirezsther@gmail.com



Bora Taii



C/ Colomi Local 105 - Edif La Torre
Palma de Mallorca
Tif. 659 749 693
santru69@hotmail.com

Estamos por ti, comprometidos con la sociedad



EULEN
SOCIOSANITARIOS
Estamos por ti

www.sociosanitarios.eulen.com

RESTAURANTE LA FONT DE SANT LLUIS



Poligono 2 - C/ Nucleo 5 Torrent - Valencia
Tif. 622 028 003
www.restaurantelafontdesantlluis.com
sorinacamelipop@gmail.com

Pizzeria Napoletana



¡PEDIDO ONLINE!
[HTTPS://ILGHOTTONENAPOLETANOVLC.ES/](https://ilghiottonenapoletanovlc.es/)

603 687 272 | C/ SAGUNTO, 23 - 46009 VALENCIA

RESIDENCIA CANINA



Poligono 10 del Plá de Andanes - Parcelas 257 - 375
Nucleo Zoologico - Betera - Valencia
Tif. 609 654 065 | 629 301 818
www.valcan.net | informacion@valcan.net

BARDO

coffee & food



C/ Maestre Ramirez Nº 2 Bajo Izquierdo
Picassent - Valencia
Tif. 626 541 427
www.facebook.com/people/nou-bardo/100078694485632/

DroneVal

Especialistas en drónes profesionales



C/ Jesus Nº 12 - Valencia
Tif. 961 292 538
www.droneval.com | ventas@droneval.com



**GIGAELECTRIC
SERVICIOS
SL**



Av. Cortes Valencianas Nº 41 Valencia
Tif. 667 978 961
gigaelectric@gigaelectric.es

MARMOLES Y SUMINISTROS FRANCISCO BARBA TRIGUERO

Belleza y calidad en muros y monumentos



Pol. Ind. Ermita, carrer dels Borja nº 34
El Romani - Valencia
Tifs. 961 767 477 - 629 379 392
www.fcobarbamarmoles.com
francisco@fcobarbamarmoles.com

TURIADES INGENIERIAS

QUIERES PRESENTAR LICITACIONES
TE AYUDAMOS

Tel: 963225100
619219009

CALLE DEL MAR, N 43
ESCALERA DERECHA 1
VALENCIA

Email: info@turiades.com

VALENCIANA
SUMINISTROS
ESCOLARES SL



C/Cami del Fos Nº 40, Masanasa - Valencia
Telf. 961251098 - 606592001



EDUCACIÓN PERMANENTE DE PERSONAS ADULTAS (EPA)

LA IMPORTANCIA DE EDUCAR EN LA AUTONOMÍA

Desde su nacimiento, el ser humano, es completamente dependiente de otras personas para sobrevivir. Esto sucede así en mayor o menor medida durante toda nuestra vida. Las personas necesitamos de otras personas para vivir.

No obstante, cuando vamos creciendo, vamos desarrollando una valiosa cualidad: la autonomía. Ésta se desarrolla en todos o casi todos los ámbitos de nuestra vida. Pero, ¿Qué es la autonomía?

Se define la autonomía como la capacidad que tiene una persona para actuar según su propio criterio, con independencia de la opinión o el deseo de otros. Por tanto, una persona autónoma es capaz de construir sus propias normas sin necesidad de influencias externas, por consiguiente, analiza las reglas desde su propia conciencia, reflexionando si son o no razonables para guiar su comportamiento.

En el ámbito educativo, la autonomía de cada individuo, no solamente se debe entender como que la persona coge un autobús sola o se lava los dientes sola, eso se refiere explícitamente al sistema motor (lo físico), sino que, se debe considerar también el sistema cognitivo, el cual, comprende los procesos como pensar, imaginar, resolver problemas y tomar sus propias decisiones.

Para que una persona llegue a este punto, es necesario que reciba una educación adecuada que le lleve a alcanzar o adquirir esta cualidad. Y cuando se da este tipo de educación, cada persona adquirirá más o menos autonomía dentro de sus posibilidades y características personales.

En el ámbito educativo de la autonomía en personas con diversidad funcional intelectual, podemos observar

diferentes grados de autonomía, lo cual no significa que unos hayan recibido mejor o peor educación, si no que cada persona tiene unas características y un tipo de diversidad que le permite adquirir o implementar, en su día a día, actuaciones más o menos autónomas.

Por ello, se debe tener en cuenta la situación personal de cada individuo. Es decir, si una persona con diversidad funcional intelectual, por el tipo de diversidad que tiene no es capaz de entender el proceso por el cual se llega a dividir números, no quiere decir que la educación que ha recibido esa persona haya fracasado, sino que la autonomía en esta persona será diferente, por tanto sus educadores/as deberán centrarse en otros aspectos de la vida, para que sea lo más autónoma posible, teniendo en cuenta siempre sus características específicas.

Otro aspecto muy importante dentro de la educación en autonomía es la responsabilidad. Es importante que cada persona sea consciente de las responsabilidades que puede y debe asumir, ya que una vez las interiorizan y las llevan a cabo, esto les permite ser capaces, por sí mismas de actuar, siendo conscientes de lo que están haciendo y entendiendo la importancia de llevar a cabo todo aquello que está bajo tu responsabilidad.

Cómo conclusión cabe decir que, educar es acompañar a las personas para que logren ser lo más independientes posibles dentro de sus posibilidades. Por ello, la enseñanza en la autonomía tiene una relevancia fundamental en el desarrollo presente y futuro de las personas, ayudándoles a potenciar la seguridad en sí mismos y en sus capacidades. Y esto es precisamente lo que se pretende conseguir en la Escuela Para Adultos



EPA
(Escuela Para Adultos)

EN BONA GENT HACEMOS INTERMEDIACION CON EMPRESAS



**Para personas que tengan certificado discapacidad
igual o superior al 33%**

Si estás interesada/o ponte en contacto a través de:

insercion@bonagent.org

laboral@bonagent.org

O al teléfono 963 30 14 77 ext.1





Remomboxi
cultural




cafetería
Luer



C/ De Couca Nº 138 Valencia
Tif. 744 461 765
cafeteriabocaterialuer@gmail.com

BAR EL MAÑO



C/ De Crevillente Nº 5 Valencia
Tif. 650 132 844
<https://bar-el-mano.negocio.site/>
samana.1276@gmail.com



SEQUIAL 20
restaurant



C/ Valencia Nº 32 Sueca - Valencia
Tif. 686 989 742
www.sequial20.com | sequial20@hotmail.es

Bar
San Esteban



C/ Almirante nº 1
Valencia
Tif. 699 206 834
barrier8@hotmail.com

Per **TRETZE** raons...
·CAFETERIA-RESTAURANT·



Av. Pobra de duc nº 13 Beniganim - Valencia
Tif. 744 617 006



Aircoval



Instalación profesional de
aire acondicionado

C/ Duc del Gaeta Nº 56 Valencia
Tifs. 640 824 607 - 679 530 814
www.aircovalvalencia.es
aircovalvalencia@gmail.com

DOOWEBS

Disseny i desenvolupament web

dooweb.es

Healthy Cakes
Repostería de diseño para todos



Calle Virgen del Lidon 2-A
La Pobra de Vallbona - Valencia
Tif. 650 510 553
www.healthycakes.es
contacta@healthycakes.es

Calero
BARBACOA
SINCE 1998



Av. de la Mediterranea nº 6 Montcada - Valencia
Tif. 696 816 978
<https://barbacoacalero98.web.app/>
barcalero98@gmail.com

BARBERIA **EL CUBANO**



Av. Maria Ros nº 34 Burjassot - Valencia
Tif. 960 090 296
<https://barberia-el-cubano.negocio.site/>
bismarckescobar11@gmail.com



La Flama
Sabor y Tradición



Listo para llevar

Carrer de Amadeu de Savoia nº 15 Valencia
Tif. 722 185 623
laflama2019@hotmail.com



BAR
ASENSIO
DESDE 1990



C/ Carrer Gomez Ferrer Nº 30
Picassent - Valencia
Tif. 961 232 501
[@barasensio](https://www.instagram.com/barasensio)



GUILLERMO MARTÍNEZ GARCÍA
PULIDOS Y
VITRIFICADOS DE SUELOS
Tel/Fax. 963 903 434 Móvil 606342246



C/ Maestre Lope nº 67 bajo 1 Burjassot - Valencia
Tif. 963 903 434
www.pulidosguiller.es
kubanekurdo@gmail.com



BAR KURDO



C/ De Benicarlo nº 37 Burjassot - Valencia
Tif. 666 304 514
<https://bar-kebab-kurdo.metro.bar/?lang=es>
kubanekurdo@gmail.com

BAR NOVA ESTACIÓ



C/ Francisco Victoria Laporta nº 4
Muro de Alcoy - Valencia
Tif. 677 090 262
pandorgo72@gmail.com



C/ Carrer La Plana nº 58 Torrent - Valencia
Tif. 641 044 334
ladolcevitaesteticaavanzada@gmail.com



C/ Fernandez Reyes Católicos nº 66
Valencia
Tif. 686 835 990
<https://granvia66valencia.eatbu.com/?lang=es>



Avinguda La Rambleta nº 57
Catarroja - Valencia
Tif. 641 401 944
miguelquintero632@gmail.com

Sol i Lluna

Heladeria Cafeteria



Av. de les Corts Valencianes nº 17
Turis - Valencia
Tif. 646 253 610
andres.oliva1987@gmail.com



C/ Valencia nº 1 Quart de les Valls - Valencia
Tif. 655 294 747
juancau.002@gmail.com



GARDEN CAFÉ BAR LA PERGOLA

PUERTO SAGUNTO



Avinguda 9 de octubre nº 128
Port de Sagunto - Valencia
Tif. 960 470 910
minervagng@gmail.com

CENCAVAL



Centro Canino De Valencia



Ctra. Pla de Quart - Aldaia - Valencia
Tif. 637 830 028
www.residenciainacencaval.com
info@residenciainacencaval.com



Avinguda Ausias March nº 48 Burjassot - Valencia
Tif. 682 110 387
www.vaperzone.es | info@vaperzone.es



HORNO
PANADERIA
PASTELERIA



C/ Maestro Arturo Padilla Nº 26 Burjassot - Valencia
Tif. 963 638 922
bakerstreethornoartesanal@gmail.com



961 634 172



C/GUILLEM DE CASTRO, 81
46008 VALENCIA



el_centro81



Restaurante de comida rápida

695 01 92 83

Camí Real 72,
Catarroja (Valencia)

Síguenos en
facebook



CALIZA

POOL BAR



Av. Ojos Negros Nº 72 - Sagunto - Valencia
Tif. 675 615 357 | 675 741 608
www.calizapoolbar.es
info@calizapoolbar.es

INCOVAL

PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS

Instalación y mantenimiento de sistemas
contra incendios en Valencia

Carrer la Font, 7
46016 Tavernes Blanques
(Valencia)

Telf: 676 36 89 05
Telf: 96 071 78 12



www.incovalproteccioncontraincendios.es

INSERCIÓN

Salud mental, trabajo y discapacidad.

En el Día Mundial de la Salud Mental (10 de octubre), compartimos las reflexiones de Jonatan Tovar, ingeniero industrial y gestor de la compañía PreZero (colaboradora de Incorpora). España, sobre el valor de los profesionales con problemas de salud mental dentro de las empresas Ponemos el enlace del post con el título **“Las personas con problemas de salud mental nos educan tanto a las empresas como a la sociedad.”**

<https://www.instagram.com/p/CyNfdeclx8Q/?hl=es>

Lo primero a destacar es la educación: educan a los trabajadores y trabajadoras, a las empresas y a la sociedad en general. Todo lo que aportan es positivo. También aportan satisfacción: por lo que se consigue, por cómo se integra, por las barreras que se vencen y por los problemas que se van solventando durante el camino.

Tener un trabajo estable supone muchos beneficios para las personas en situación de vulnerabilidad —en este caso, con problemas de salud mental—: empoderamiento, autoestima e independencia, entre otros. Pero, como podemos ver, ellas también aportan muchos elementos positivos en el mundo laboral.

Estas declaraciones han sido extraídas de “Diarios Incorpora”, un podcast documental sobre empleo y salud mental, presentado por Manuel Jabois.

En la misma línea queremos difundir un artículo de opinión publicado en CincoDías por el **Psicólogo especializado en Salud mental, José Manuel Cañamares.**

Salud mental, trabajo y discapacidad

La relación entre trabajo y salud mental es una parte fundamental de nuestra cultura. El 10 de octubre de cada año se celebra el Día Mundial de la Salud Mental, auspiciado por las Naciones Unidas. El lema de este año es “La salud mental es un derecho universal”.

Cabría preguntarse, dentro del espectro de los derechos, ¿es el trabajo un derecho para las personas con todas las personas independientemente de sus dificultades o condición? ¿Y en particular para las personas con problemas de salud mental?

Parece que sí, si se atiende a los convenios internacionales, legislaciones, etc. Pero en realidad no es exactamente así. Desde 1948, el artículo 1 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos proclama que todas las personas nacen libres e iguales en dignidad y derechos. Y en la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de 2007 se recoge la visión de “promover, proteger y garantizar el disfrute pleno e igualitario de todos los derechos humanos y libertades fundamentales por todas las personas...”.

Más allá de estas declaraciones formales y del mayor o menor conocimiento de la salud mental o de sus consecuencias, es evidente para cualquier persona profana en estas materias que el desempleo está claramente vinculado a problemas de salud mental y que, por el contrario, el empleo puede mejorar la salud mental, la calidad de vida, la red social y la inclusión social. Esta relación entre trabajo y salud mental es una parte fundamental de nuestra cultura. Sin remontarse demasiado lejos, por ejemplo, en el siglo XVII uno de los dos principios morales básicos es que solo se podía alcanzar la felicidad y la salvación a través del trabajo (el otro tenía que ver con la moral sexual). Y esta idea se ha mantenido a nivel social hasta nuestros días, el concepto de ciudadanía plena lleva siglos vinculad al trabajo.

Se podrá contraponer que desde hace tiempo está en auge la sociedad del ocio, que el trabajo es solo una parte de la vida que hay que ocupar si no queda más remedio y que lo importante es la vida personal, el ocio, etc. Más allá de disquisiciones sobre si este mito de la felicidad está afectando negativamente en exceso o no a nuestra sociedad, hay un elemento fundamental que no se ha tenido en cuenta en esta ecuación del ocio, trabajo y salud mental. Y es el derecho a decidir. Es decir, que una persona no trabaje porque tiene un problema de salud mental debe derivarse de su decisión de no trabajar, no de que no puede acceder al mercado laboral por tener un problema de salud mental. Porque en este caso se están conculcando sus derechos. A pesar de que durante décadas tanto la OMS como la ONU, Gobiernos, etc., han estado trabajando para que las personas con problemas de salud mental, y con los otros tipos de dificultad que pueden provocar una deriva hacia la exclusión social, ejerzan como ciudadanos de pleno derecho, lo cierto es que el estigma asociado a la salud mental, la discriminación y las dificultades para acceder a un empleo aún están totalmente presentes.

Los porcentajes de empleo de personas con trastornos mentales históricamente están siempre en último lugar dentro de colectivos a los que se les puede suponer alguna dificultad en su inserción laboral, que por supuesto están por debajo de los de la población general. ¿Cómo revertir esta situación? Porque reitero que el problema es de ejercicio de derechos, no caritativo ni de bonhomía. Además de los esfuerzos anteriormente apuntados de las Administraciones para aminorar el estigma asociado a la salud mental, esa idea de que una persona con un diagnóstico de esquizofrenia, por ejemplo, es alguien peligroso, impredecible e indigno de confianza, es necesario que la sociedad civil ayude a que todas las personas ejerzan los derechos que estimen oportunos.

Iniciativas como el programa **Incorpora**, de la **Fundación La Caixa**, son un ejemplo de cómo se puede llevar a cabo una discriminación positiva que ayude a las personas en riesgo de exclusión, las que tienen trastornos mentales graves entre ellas, puedan acceder a la inserción por el empleo. La mayoría de estas personas con dificultades que provienen de un proceso de sufrimiento psíquico pueden trabajar en igualdad de condiciones que el resto de la población general si tienen los apoyos suficientes para generar las herramientas personales y sociales que les permitan desarrollar una actividad laboral normalizada. Y basta ver los datos de las memorias de este programa Incorpora o de las redes de centros de apoyo a la inserción laboral de personas con trastorno mental existentes en las diferentes comunidades autónomas para evidenciar que este objetivo de inserción laboral es real y perfectamente alcanzable. Por concluir, hoy Día Mundial de la Salud Mental hay que recordar que el trabajo es un derecho, que todas las personas deberían poder ejercer este derecho, que es suyo, sin dificultad, y que la labor conjunta de la sociedad es promover apoyos para que este derecho sea efectivo.



Resumiendo, y refiriéndonos a las personas que a priori tendrían más dificultades en la inserción laboral, que son las que tienen un trastorno mental grave. ¿Pueden trabajar? Sí ¿Necesitan trabajos concretos y adaptados? La mayoría, no ¿Necesitan apoyos para estar en igualdad de condiciones? Un porcentaje significativo sí.

Por tanto, ¿es el trabajo un derecho real para todas las personas que tienen un diagnóstico en salud mental? Todavía no.

Publicado en CincoDías. 10/10/2023
Seguimos...

Incorpora



El taller de Alquería y los servicios complementarios quedan excluidos de esta certificación





fets
RESTAURANTE
TERRA - MAR - HORTA

📍 Carrer de Josep Benlliure, 111
46011 València, Valencia

☎ +34 960 88 34 98

✉ info@fetscanyamelar.com



TALLERES SUCOP

Carretera cv-520, Km 5 - Valencia

Tif. 647 881 856

www.talleresfontestad.es
sucoptruck@gmail.com



Restaurante
L'Olivier

AVINGUDA GERMANIES Nº25
CARCAIXENT (VALENCIA)
TEL:654 548 338



Cullasiete
ARROCIERIA RESTAURANTE

Pl. Alquería de la Culla Nº 7
Alfajar - Valencia

Tif. 601 54 38 38

https://arroceriacullasiete.eatbu.com



Che Boludo
cocina de aquí y de allá
a la leña.

Paseo Alameda Nº 31 Valencia
pablosarramone@gmail.com

Tifs. 963 375 494 | 601 207 863



HOGAR CALIDO
CALEFACCION VALENCIA

Calle Senda del Secanet 14 - Valencia

Tif. 636 551 036
44formacion@gmail.com



**PINTURAS
JUSAN**

C/ d'Emili Baro Nº 45 Valencia

**Tifs. 963 623 966
631 527 996**

pinturasjusan628@gmail.com



Protecciones a medida

DIVETIS
SAFETY EXPERTS

961 60 24 26
www.divetis.es



La Murada
Restaurante

C/ Plaza Mercat Nº 5 Valencia

Tif. 607 411 784



**bikram
hot yoga**
la finca roja

Bikram Hot Yoga se practica en una sala oxigenada y calentada a 40 grados con 40% de humedad. Realizamos 26 posturas y 2 ejercicios de respiración que se repiten 2 veces. No hace falta flexibilidad, la práctica se adapta a tu nivel y edad. Una clase dura 90 minutos. Después de cada clase se tiene una gran sensación de bienestar.

Reserva llamándonos o por WhatsApp al 605 498 498

Calle Marvá 11, bajo Izq. 46007 VALENCIA www.bikramhotyogavalencia.com



EL RACO
MARISQUERIA
SAGUNT

C/ Joaquín Rodrigo, 4
Sagunto - Valencia

Tif. 962 650 987
kikolucas83@gmail.com



**Ludoteca
Sambori**

C/ Santa Teresa, 57 Alzira - Valencia

Tif. 692 386 007
daniel.pb.business@gmail.com



IGNACIO SUGRAÑES GARCÍA
MANUFACTURAS E INSTALACIONES

TotVidrevlc

totvidrevlc@gmail.com
635 593 914



CRISTINA MENDOZA
PODOLOGÍA Y BIOMECÁNICA

C/ De la democracia Nº 87 Valencia

Tif. 603 010 142
www.podologiacristinamendoza.es
crismenpodologia@gmail.com



APRIL NAILS
TUS UÑAS Y BELLEZAS

Tif. 605 477 703
Valencia
mariainesc@hotmail.es

Sonrisas

Aprender

Compromiso

Hazle

Solidaridad

Educación

Derechos

Inclusión

Igualdad

Diversión

Voluntario@

Solidaridad

Diversidad

BONA Gent

www.bonagent.org



voluntariado@bonagent.org

ARUNA

YOGA



C/ Fco. Cubells N° 40 Valencia

Tif. 603 629 970

www.arunaesyoga.com

arunaesyoga@gmail.com



C/ Aparicio Albiñanan bajo 2
46015 Valencia

Tif. 601 239 447

www.elobradordelceliaco.com
elobradordelceliaco@gmail.com



proyectos & reformas
nv-laosa



C/ Jose Maria Mortes Lerma N° 36 Valencia

Tif. 619 101 526

www.reformasintegraleslaosa.com
info@reformaslaosa.es

Talleres Artes

En El taller de Artes hemos iniciado el curso con mucha energía y ganas de exprimir al máximo los días.

Nuestras metas se centran en crear situaciones de aprendizaje y aprovechar las oportunidades que esas situaciones nos ofrecen para crecer de forma integral en todas las aéreas de la vida.

En el taller aprendemos de manera práctica y sencilla una perspectiva interdisciplinar que aborde todas las dimensiones de la persona teniendo en cuenta sus intereses y a la vez permitiendo mejorar las habilidades para ser personas más útiles, equilibradas y autónomas.

Pero tenemos un Doble objetivo ya que paralelamente se crean medios de trabajo que permitan lidiar con algunas de nuestras necesidades básicas como el control de impulsos, la reflexión , la empatía ,el trabajo en equipo, resolución de conflictos, la cultura del esfuerzo, los hábitos saludables y el espíritu de superación.

Nos gusta mancharnos, trabajar el barro, montar artículos de joyería, bailar, hacer pulseras, debatir y poner color a todo lo que hacemos.

Al entrar al taller hacemos magia y todas las “Dis -capacidades “ se quedan fuera y nos encargamos de potenciar nuestras Capacidades y trabajar de forma cooperativa para conseguir resultados geniales.

La formación pre laboral que ofrecemos en el taller está combinada con la experimentación y el pensamiento crítico. Nuestros productos nacen de forma teórica y vamos dando forma a nuestros proyectos de la manera más cuidadosa hasta obtener el resultado final. En cada artículo que creamos va un poquito de todos nosotros ,así que os animamos a que vengais al taller y colaboréis con la distribución solidaria de nuestros productos para momentos especiales





www.kaldevi.com



KALDEVI
Tu ortopedia de confianza

BURGOSOT
Pl. Comendador 11
46100 Burjassot
963 16 47 48
info@kaldevi.es

VALENCIA
C/Almendra 5
46017 Valencia
963 77 58 93
tienda@kaldevi.es



Nieto Castelló
Instalaciones eléctricas




C / Pintor Rafael Solbes 23 Bajo - Valencia

Telfs: 96 378 99 03 | 626 03 81 86
www.ienc.es

HANNOVER
1998

Hernán Cortés 29 | Valencia
Telf. 963 52 05 02
www.hannover1998.com



Wolf

Hernán Cortés 27 | Valencia
Telf. 963 52 32 51
www.wolfboutique.com



Vivienda tutelada de Mujeres

Empezamos los meses de verano dando la bienvenida a nuestra nueva compañera Nastia, dedicando la tarde a pintar. Nuestra querida Nastia ha decidido pintar un cuadro que representa su llegada a la vivienda y un nuevo comienzo en su vida más independiente. Ha sido un momento divertido y relajante. Nastia ha disfrutado mucho pintando. Su primera pintura con nosotras hemos decidido colgarla en su habitación. ¡¡¡¡¡Bravo Nastia, eres una artista!!!!



En la vivienda de chicas no hemos parado de hacer actividades durante estos meses de verano, realizando diferentes talleres y excursiones de todo tipo.



En el taller de fabricación de exfoliante, mascarilla fácil y capilar, hemos aprendido que con productos caseros podemos cuidarnos de manera fácil y económica. Nos lo hemos pasado muy bien, nos hemos reído y relajado juntas. Otro de los talleres que hemos realizado es hacer helados artesanales, con frutas y zumos naturales. Nos ha encantado aprender una nueva técnica divertida y sana, pero lo que

más nos ha gustado es comerlos. Mmmmmm estaban buenísimos. Para repetir otro día.



En julio, y con el calor, es el momento de inaugurar el verano con una excursión a la piscina del Parque del Oeste. La piscina siempre es una apuesta segura, porque nos encanta bañarnos y disfrutar de un día de sol, agua y pic-nic. Nos encanta reír, bailar dentro del agua y compartir ratos juntos seguro que volvemos, lo hemos pasado genial.





Nos encanta la piscina, pero también hemos ido a la playa! Un poco de brisa marina nos recarga las pilas, y pasear por el paseo marítimo nos ayuda a relajarnos y volver a casa con olor a mar.



Uno de los días, aprovechando las horas que no hacía tanto calor, nos fuimos a cenar a la playa. Fue un momento muy divertido de convivencia, risas y hasta nos bañamos!!!



Pero no todo son talleres y sol, también hace falta algo de deporte, hemos tenido grandes paseos, aunque la finalidad de estos haya sido merendar como el día en churrosrock, donde nos hemos puesto las botas merendando churros rellenos, bueniiiisimos!!!!



Otro de nuestros grandes paseos, ha sido después de comer juntos, VT Chicos y VT Chicas por el centro de Valencia, y para recargar fuerzas, nos hemos tomado una horchata fresquita con fartons en uno de los sitios más conocidos de la ciudad: Santa Catalina!! Además, hemos trabajado el manejo del euro con el ticket. ¡¡Ha sido un día de 10!!



Para disfrutar de un domingo y olvidarnos del calor, hemos disfrutado haciendo un taller de brochetas con frutas fresquitas, pero lo mejor fue el final , ¡¡¡Qué ricas!

Ultima vez que nos saltamos la dieta antes de empezar con la rutina y despedirnos del verano hemos hecho un taller de repostería: trenzas de chocolate!!!. Hemos disfrutado muchísimo

elaborando la receta, pero mucho más cuando las hemos comido. Nos han salido riquísimas!!!



Despues de tanto sol del verano, toca relajarnos y disfrutar de unas mascarillas faciales... Nos encanta cuidarnos la piel, y empezar el otoño con buena cara, necesitábamos una sesión de autocuidado!



Hemos celebrado el cumple de Loli, disfrutando de estar todas juntas y de la cena que le hemos preparado. Hemos reído, cantado y bailado que es lo que mas nos gusta. A Loli le han encantado sus regalos. Loli te deseamos lo mejor en tu 45 cumpleaños. ¡¡¡¡¡¡¡¡Te queremos!!!!!!!!!!!!



Aunque estamos en septiembre en VT Chicas seguimos disfrutando de comidas y actividades al aire libre, hemos estado en el parque central y en el parque Gulliver, nos encanta compartir momentos como estos en los que disfrutamos ejercitando el cuerpo y respirando aire puro.



Parque Central



Ya en septiembre gracias a la Falla Bilbao-Maximiliano Thous de la primera edición del MAXI SOLIDARI en la que participaba nuestra asociación con un Stand, hemos podido disfrutar de una paella con nuestros compañeros de Vt chicos. Participar en un evento solidario como este siempre es una gran satisfacción y una manera de hacer visible a las personas con diversidad funcional. Gracias a la Falla Bilbao-Maximiliano Thous por haber contado con nosotros.



Otra de nuestras excursiones, ha sido al Mercado Medieval de Manises, allí hemos merendado, paseado, mirado puestos, y comprado regalitos. Nos hemos reído mucho haciendo fotos. Nos ha encantado, nos sentíamos de verdad en la época medieval. ¡¡¡¡¡¡Para repetir!!!!!!

En el mes de octubre, hemos realizado un taller creativo donde hemos elaborado pulseras, colgantes, llaveros, etc. Nos hemos sentido súper orgullosas de nuestras creaciones, en principio no sabíamos cómo hacer y finalmente, hemos cogido confianza y ya no queríamos parar de crear. Hemos podido hacer pulseras para nosotras y para nuestras amigas y amigos, así como familiares. Ha sido un momento relajante y divertido entre nosotras. Nos hemos regalado pulseras unas a otras, para que podamos tener un bonito recuerdo de nuestra convivencia en la vivienda. ¡¡¡¡¡¡ Para repetir!!!!!!



El día 9 de octubre, para celebrar el día de la Comunitat Valenciana, VT Chicas hemos salido con VT Chicos para irnos de comilona y después dar un paseo por el centro de la ciudad. Además, aprovechamos para ver el desfile de Moros i Cristians, que se hace todos los años para celebrar la entrada de Jaume I en la ciudad de Valencia. Pasamos un día muy divertido conociendo nuestra cultura y tradiciones.



TALLER DIURNO



En el taller diurno hemos empezado con ilusión el nuevo curso.

El deporte nos encanta y seguimos un año más realizando baloncesto y tenis, se nota una gran mejoría en las capacidades físicas y cognitivas, además, aprendemos valores como el trabajo en equipo, el respeto y el espíritu de superación.



También hemos empezado a practicar Yoga, para conectar el cuerpo, la respiración y la mente.

Tiene múltiples beneficios, como reducir el estrés, ayudar a relajarnos, mejorar la concentración y conseguir bienestar muscular.



Con el cine fórum conseguimos expandir nuestra mente viendo películas de todos los géneros, a parte trabajamos la comunicación, la reflexión y la comprensión, lo que nos ayuda a expresarnos mejor y ver diferentes puntos de vista. Nos encanta.

Y aprovechando el buen tiempo, seguimos haciendo salidas culturales y excursiones, en los últimos meses hemos visitado el palacio del Marqués de Dos Aguas, el museo del comic y hemos ido a pasar la mañana a la Plaza de la Reina y al cauce del Rio Turia a disfrutar de la naturaleza.

Y por último mencionar el taller de ciencia, donde hemos hecho un barco a motor con materiales reciclados, fuimos a probarlo y fue una experiencia increíble.

Sergio Bermell Rodriguez



YOA
Centro de Bienestar

Te enseñamos a cuidarte por dentro y por fuera
Ofrecemos servicios como Quiromasaje, Coaching, Pilates, Yoga, Danza y mucho más...



C/ Ribarroja, 4 -Bajo, Valencia (Campanar)
Tlf. 618 592 237
www.yoacentrodebienestar.com
yoanahp@hotmail.com

 **Yoga para embarazadas**
Carmela Escriche

C/ de Sueca 56 Valencia
Tlf. 617 745 448
www.yogaparaembarazadas.com
carmelaescriche@yogaparaembarazadas.com

MateoFerrer

VETERINARIO CONSULTOR

PREVENCIÓN INDIVIDUALIZADA QUE DEJA HUELLA



SERVICIO VETERINARIO ONLINE Y A DOMICILIO
ESPECIALIZADO EN MEDICINA PREVENTIVA

www.mateoferrerveterinario.com
Tlf. 613 75 30 23





Avda. Juan XXIII N° 44 Valencia

Tlf 654 53 84 37

www.roig44.es

roig44vlc@gmail.com

Síguenos en  

filmagraph
DIGITAL

LA IMPORTANCIA DE LA FORMACIÓN EN EL VOLUNTARIADO



En los estatutos de Bona Gent APDI, se promueve y fomenta la acción voluntaria y se garantiza su formación. Todos los servicios que proporciona la Asociación y todas las actividades se desarrollan gracias a un nutrido y formado equipo de voluntariado que trabaja conjuntamente en un proyecto común, coordinados por los diferentes profesionales.

En nuestra asociación llevamos formando al voluntariado desde la fundación de la Asociación en 1980, la formación se adecúa cada año a las necesidades del equipo de voluntariado, contamos con 43 años de experiencia en formación del voluntariado.

El perfil del voluntariado con el que contamos, mayoritariamente, es el de mujer menor de 30 años, aunque hay voluntarias/os de variadas características y edades. Predominan personas jóvenes, estudiantes de carreras universitarias afines al mundo de la diversidad funcional, y con sensibilización por este colectivo. Igualmente sigue en aumento la incorporación de personas jubiladas y amas de casa, que ofrecen sus aficiones, capacidades y experiencia.

La Entidad participa en el Programa de la Juventud de Voluntariado Europeo, a través de la Asociación

Ágora Cultural e IVAJ, como entidad receptora, donde los ciudadanos europeos pueden realizar su acción voluntaria.

Es importante dejar constancia de que no existen muchos programas de formación para el voluntariado, siendo los que existen transversales o genéricos, aplicables de un modo general al voluntariado de cualquier entidad. En este contexto, se hace necesario desarrollar nuestro propio programa de formación para apoyar y formar a las personas voluntarias en tanto a las necesidades específicas de apoyo que tienen las personas usuarias de la Asociación, además de ser una de las garantías de la calidad de la tarea voluntaria. A través de la formación, que se adecúa cada año a las necesidades del equipo, el voluntariado irá adquiriendo cada vez más fuerza social, ahorrando esfuerzo y rentabilizando su entrega gratuita, en sinergia con las necesidades reales de las personas a las que apoyan.

Nos referimos a la Formación del Voluntariado como un proceso constante de transformación, en el que la persona voluntaria, con su grupo de acción, va dialogando con la realidad, va aprendiendo de ella, y va sistematizando sus conocimientos, sus hábitos de trabajo y sus habilidades.



VIVIENDA DE HOMBRES

Viaje de Aniversario

Es bonito cumplir años y más bonito es si se hace compartiendo con el otro, disfrutando, escuchando, aprendiendo, descubriendo...

La vivienda de hombres fue el primer recurso residencial de Bona Gent, que se inició con muchísimo esfuerzo en el año 2000, se empezó en una pequeña casa de un edificio de la calle Gas Lebón, muy cerca de Bona Gent. Sólo contábamos con una casa de unos escasos 80 m2, tres habitaciones y un baño. Por entonces solo había 4 usuarios de los cuales ya, no hay ninguno, bien porque se han independizado o porque se encuentran en otros recursos para personas más dependientes. Desde entonces, por la vivienda de hombres han pasado diferentes profesionales y usuarios, todos ellos hemos seguido a lo largo de la trayectoria creciendo y formándonos juntos. Actualmente la vivienda es de unos doscientos diez metros cuadrados y cuenta con 5 habitaciones en la cual residen seis usuarios.



Ahora mismo, con nuestros veintitrés años, formamos equipo Jorge, Marina, Fer y Raquel junto a seis personas con diversidad intelectual, que quieren vivir cosas nuevas y seguir sumando a sus vidas.

Como todos los años las personas educadoras nos volcamos para preparar con mucho cariño el tal demandado viaje de aniversario. Este año querían viajar al extranjero, visitar un sitio que no conocieran, vivir cosas nuevas, alojarse en un sitio bonito, tener un cuarto individual, estar todos (ya que hay compañeros, de baja y otro trabajando) ... ¿Justo este año al extranjero y alojamiento de lujo? ¡Madre mía, con los precios que hay! Pero nada, ¡manos a la obra! ¡No hay obstáculo que se nos ponga por delante! Ellos piden y nosotras nos ponemos en marcha para sorprenderles.

Primero, tuvimos que averiguar las vacaciones del usuario que trabajaba, nos dieron el periodo y estaba a la vuelta de la esquina, ¡pero no pasa nada!, porque si se quiere, ¡se puede! Segundo, saber que el compañero que estaba de baja podría venir, pero no hubo suerte. Desde aquí le mandamos besos y esperamos que se recupere pronto.

Pues nada, ya con esto teníamos cerrados plazos inmediatos, ya que las vacaciones del usuario trabajador, se terminaban, por lo que tocaba gestionar todo, de la manera más rápida posible. Miramos destinos propuestos por ellos al extranjero y económicos. Oporto fue votado por

la mayoría de los usuarios, solo uno, quería otro destino. ¡No siempre puede llover a gusto de todos!

Teníamos que llegar rápido a nuestro destino, y nos pareció una muy buena opción viajar en avión, ya que había usuarios que nunca habían volado y así tenían una experiencia nueva que sumar en sus vidas y además había billetes muy bien de precio. ¡Qué nervios! Todo era nuevo: el protocolo a seguir en el control de seguridad en el aeropuerto, la entrega de tarjetas de embarque, el despegue y aterrizaje...Hubo mucho trajín y algún que otro despiste, pero todo terminó bien y con unas carcajadas.



Nos faltaba el alojamiento, y tuvimos suerte con ello, alquilamos dos bonitos apartamentos que estaban en una casita no muy lejos del centro. La dueña, Alejandra, nos recibió con muchísima amabilidad y nos lo explicó todo muy bien, los apartamentos eran preciosos y tenían de todo, Yelow Oporto, ¡os los recomendamos!. Cada uno de los usuarios pudieron tener sus cuartos individuales, menos uno de ellos que prefirió compartir con educador. Los apartamentos tenían una terraza estupenda y los usuarios quedaron encantados con el espacio. No nos cobraron las tasas, ni a los educadores, ni a ellos, al ser personas con diversidad. Y antes de partir, Alejandra y su hermano, tuvieron el detalle de regalarnos una gran caja de galletas típicas de Oporto que estaban riquísimas, gracias por vuestra hospitalidad y acogida.





Y después de tanto paseo, había que reponer fuerzas, y que mejor que hacerlo con una buena comida típica, degustando las famosas "Francesinhas". ¡Ummm que rico estaba todo!

Y al finalizar el día, nos íbamos a descansar a nuestros apartamentos, los cuales les encantaban a los usuarios. ¡Yo me quiero quedar a vivir aquí! Decían. ¡Qué a gusto estoy!

Los días pasados en Oporto fueron toda una aventura debido al clima: disfrutamos del sol, de un poquito de lluvia y de... ¡mucho lluvia! Pero estos cambios no hicieron más que hacer nuestra estancia más divertida y emocionante.

Pero todo lo bueno se acaba y llegó la hora de marcharse. A los usuarios se les hizo corto el viaje porque lo disfrutaron muchísimo. Y las/los educadoras/es estábamos muy satisfechas, porque era muy gratificante observar sus caras de felicidad.

No dejaban de repetir que se les gustaría quedarse allí; que el viaje les había gustado mucho. Y así lo reflejaron en los cuestionarios de satisfacción que nuestra voluntaria María les pasó al día siguiente de nuestra llegada. ¡Muchas gracias María! Terminamos la experiencia cansados, pero muy contentos. ¡Ha merecido mucho la pena!

Para visitar la ciudad, decidimos utilizar todos los días el autobús turístico por su comodidad, ya que nos daba la posibilidad de realizar todas las paradas que quisiéramos, y poder bajar y visitar los edificios y lugares más emblemáticos de la ciudad; así como admirar las preciosas vistas panorámicas.

También utilizamos el barco y disfrutamos una de las experiencias más tradicionales de Oporto: pasear por el río Duero bajo los seis puentes de la ciudad. Y Aunque lo hicimos en un día lluvioso, esto nos permitió que el entorno se mostrase más bucólico y embriagador.

Pero sobre todo, hicimos muchos paseos por la ciudad... recorrimos sus calles adoquinadas y admiramos las preciosas fachadas azulejadas de las casas, y que son su característica. ¡Qué bonito! Decían nuestros chicos.

Y por supuesto, también visitamos algunos de los monumentos más emblemáticos; como la conocidísima librería "Lello", considerada la más bonita de Europa y en la que se inspiró la escritora J.K. Rowling, para escribir un capítulo de un libro de Harry Potter.



EN NUESTRO APARTAMENTO



WWW.BONAGENT.ORG

Telf. 963 301 477