

Un año de objetivos cumplidos



Hay que ver cómo pasa el tiempo. A principios del año 2004, llegaba hasta vuestras manos el primer número del boletín de la **FUNDACIÓN TAMBIÉN**. Era una apuesta que ya venía de muy atrás, y en la que pretendíamos poner en marcha un vehículo de información para que **usuari@s**, **soci@s** y **entidades patrocinadoras** estuviesen al tanto del rumbo de nuestro trabajo.

Con el boletín en la calle, hemos visto nevar y después salir el sol. Luego hemos visto el mar, y un río lleno de piraguas, y un camino en el que ya no cabía ni una sola bici más. El número 1 de esta pequeña publicación ha sido testigo, en apenas unos meses, de cambios en la vida de todos, y también en la de cada uno. Con él hemos viajado hasta Atenas, hasta Barcelona, hasta Santiago de Compostela. Con él nos han ocurrido tantas cosas que ni cuenta nos hemos dado de que el año se terminaba.

Pero es cierto. Han pasado casi doce meses, y estamos orgullos@s de ver que a lo largo de ellos hemos podido conquistar algunas de las metas que nos fijábamos en el primer boletín. Gracias a la ayuda económica de las empresas, fundaciones y soci@s que colaboran activamente en nuestro proyecto global de deporte adaptado para personas con discapacidad, hemos podido organizar cursos de esquí en Madrid y en Granada; planificar actividades de buceo, piragüismo o pesca; y hasta inaugurar la primera **Escuela de Vela Adaptada de la Comunidad de Madrid**.

Ha sido un año de objetivos cumplidos para todos. Para nosotr@s y también para vosotr@s. El resultado de un esfuerzo mutuo por romper las peores barreras, que son las que no se ven. Por nuestra parte, no podemos menos que daros las gracias por vuestra participación, y animaros a continuar haciéndolo. Esto no ha hecho más que empezar.



FUNDACIÓN
TAMBIÉN

DEPORTE ADAPTADO PARA LA INTEGRACIÓN
DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

FUNDACIÓN TAMBIÉN
Gutiérrez Solana, 6 - 2ª izda. - 28036 Madrid
Tel.: 91.515.93.76 - Fax: 91.515.93.67
fundacion@tambien.org - www.tambien.org

PATRONATO
Presidente
Jesús Silva Porto

Vocales
Belén Benavides Martínez
Marta Chavarri Figueroa
Fernando de la Brena Pastor
Natalia Figueroa Gamboa
Beatriz Rolandi Botella
Fernando Silva Fernández
Jesús Silva Fernández
Alfonso Zunzunegui Redonet

EQUIPO DE TRABAJO
Directora General
Teresa Silva

Adjunta a Dirección
María Benavides
Coordinadora de Actividades
Eva Guerrero
Responsable de Programas
Carlos Rolandi
Asesor Fiscal
José María Alhambra
Elaboración boletín
Funelly Comunicación

PATRONATO DE HONOR
Francisco de Borbón Barucci (*In Memoriam*)
Ana Botella Serrano
(*Segunda Teniente de Alcalde y concejala de Empleo y Servicios al Ciudadano del Ayuntamiento de Madrid*)
Trinidad Jiménez
(*Portavoz del PSOE en el Ayuntamiento de Madrid*)
José Ribagorda (*periodista*)
Carmen Echevarría (*empresaria*)
Luis Alfonso de Borbón (*economista*)
Belinda Washington (*actriz*)
Gema Hassen-Bey (*medallista paralímpica en esgrima*)
Álvaro de Orleans-Borbón
(*Campeón del Mundo de Vuelo a Vela*)
Antonio Rodríguez "Toñejo"
(*Campeón de España de Motos de Agua*)
Albert Llovera (*Campeón de Andorra de Rallys*)
Iban Calzada (*Campeón de España de Esquí Alpino Adaptado*)
Ramón Alonso (*Campeón de Europa de Vuelo Acrobático*)
Federación Madrileña de Deportes para Minusválidos Físicos
(**FMDMF**)
Federación Española de Deportes para Minusválidos Físicos
(**FEDMF**)

FUNDACIÓN TAMBIÉN 2004, Año Europeo de la Educación a Través del Deporte.



¿Cuántas emociones caben dentro de un año?

Quizá ésta pueda parecer una pregunta estúpida, sobre todo teniendo en cuenta que las emociones no son sustancia y, por lo tanto, no se pueden cuantificar. Sin embargo, para nosotros, la cuestión es extremadamente importante.

Después de todo, la recompensa más valiosa que obtenemos por nuestro trabajo viene a través de las caras de excitación, de sorpresa y de entusiasmo que vemos en todas las personas que nos acompañan cuando subimos a la nieve a esquiar o los días que nos damos una vuelta en bici por el parque Juan Carlos I, por ejemplo.

Echando la vista atrás, hasta el pasado mes de enero, se nos alegra el cuerpo al recordar a todas y cada una de las personas que han pasado por nuestras actividades durante este 2004, **Año Europeo de la Educación a Través del Deporte**.

La recompensa de la que antes hablábamos adquiere un valor doble en el cerca de un centenar de **niñ@s** que en los últimos doce meses han participado en alguno de los programas de la **FUNDACIÓN TAMBIÉN**.

Pero siguen sin salirnos las cuentas; son tantas las emociones que caben a lo largo de 365 días... Lo mejor será que volvamos a abrir el calendario por el principio.



Enero

Con el año recién estrenado, y después de que los Reyes Magos nos dejaran el flamante primer número de este boletín, nos fuimos a la nieve. Entre los días 11 y 16 de enero, la **FUNDACIÓN TAMBIÉN** organizó su primer curso de esquí adaptado de la temporada en la estación granadina de Sierra Nevada, gracias al apoyo de Santiveri y Cetursa. El Equipo Santiveri de **Esquí Alpino Adaptado**, por su parte, aprovechó el viaje para realizar allí sus entrenamientos previos al Campeonato de España de la especialidad.

Ni que decir tiene que las plazas se agotaron nada más abrir la convocatoria. Precisamente por eso, porque desde el principio la demanda fue abrumadora, dimos comienzo también a los cursos de un día en la estación de Valdesquí y en el Parque de Nieve Madrid-Xanadú, en colaboración con la Federación Madrileña de Deportes para Minusválidos Físicos y con el patrocinio de la Obra Social de Caja Madrid.

La oferta de actividades se completaba con el **programa de ciclismo adaptado**, que se

desarrolla ininterrumpidamente en el parque Juan Carlos I.

Enero supuso asimismo la puesta de largo de las nuevas actividades de la Fundación en la Feria Internacional de Turismo, FITUR. Miles de personas se acercaron hasta el mostrador que nos cedió la revista AireLibre dentro de su stand para pedirnos información, y fue allí donde empezamos a intuir que tal vez éste fuese un gran año.



Febrero

Febrero fue un mes en el que el esquí tomó un protagonismo absoluto. En Madrid, todos los fines de semana, Valdesquí y Xanadú se llenaron de mono-esquí, bi-esquí y todo tipo de adaptaciones. Además, en estas fechas realizamos un curso de formación de esquí adaptado para nuestros monitores voluntarios, que durante todo el programa de nieve han trabajado como auténticas máquinas para que todo saliese perfecto.

También entre febrero y marzo se celebró el segundo curso en Sierra Nevada, con el patrocinio de El Corte Inglés, con la colaboración de Cetursa y Santiveri. El resultado fue el mismo que en el de enero; lleno absoluto y muchas miradas de satisfacción.



Marzo

Aparte de recuerdos más alegres y de otros más tristes, marzo fue el mes en el que el Equipo Santiveri participó en el **Campeonato de España de Esquí Adaptado** celebrado en Andorra entre los días 1 y 5, y se trajo para casa un total de doce medallas: cinco oros, cuatro platas y tres bronce.

Con las bicis a pleno rendimiento en el parque y los nuevos proyectos tomando forma, entre los días 22 y 26 de marzo volvimos a viajar a Sierra Nevada para organizar el tercer curso de esquí adaptado de la temporada. En esta ocasión, el patrocinio corría a cargo de la Fundación Telefónica, con la colaboración de Cetursa y Santiveri.



Abril

Con el inicio del buen tiempo, le dijimos adiós a la temporada de nieve fuera de Madrid. Entre el 11 y el 16 de abril bajamos a celebrar el último curso de esquí del año en Sierra Nevada, patrocinado por la Fundación Adecco.

Sin embargo, no todo fueron despedidas. También en abril se presentó en sociedad el Equipo Santiveri-Paratodos, durante el **Campeonato de España de Tenis de Mesa para discapacitados**, celebrado en Brunete (Madrid). Allí tuvimos la oportunidad de ver la enorme calidad de sus componentes, que se alzaron con la cuarta plaza tanto en la categoría individual como en la de dobles.

Mayo



Mayo nos trajo las primeras actividades "para el buen tiempo". La más tempranera fue la **pesca**; desde el primer día, fueron muchas las personas que se acercaron a echar la caña con nosotros. Algunos, incluso, descubrieron en ello una afición oculta y se convirtieron en asiduos. Después vino la tradicional **Fiesta de la Primavera**, en la que desde el más pequeño hasta el más veterano pudieron disfrutar de la orientación, el piragüismo, el vuelo de cometas... También en mayo vivimos, junto a Teresa Silva, directora de la

FUNDACIÓN TAMBIÉN, y dos miembros del Equipo Santiveri de Esquí Alpino Adaptado, una de las aventuras más emocionantes de este año. Los tres deportistas embarcaron en el velero semiadaptado Laion, dentro del Programa Gavea 2004, promovido por COGAMI (Confederación Galega de Minusválidos), gracias al cual un buen número de personas con discapacidad tuvo la oportunidad de navegar bordeando toda la península Ibérica, con escala en el Fórum de Barcelona.

Junio

En junio empezamos a verle la cara al verano. Por eso, este mes nos lo pasamos casi por completo en el agua. Junio supuso el inicio de los **cursos de piragüismo** en el parque Juan Carlos I, y también fue cuando realizamos nuestro tradicional fin de semana de **multiactividad en el pantano del Burguillo**.

Incluso viajamos hasta el **río Deva**, en Cantabria, para probar a remar en sus aguas. Pero el que sin duda fue el acontecimiento ya no sólo de junio, sino de toda la temporada estival, fue la inauguración de la primera **Escuela de Vela Adaptada de la Comunidad de Madrid**, ubicada en las instalaciones que el Canal de Isabel II tiene en el pantano de El Atazar (Madrid).

El primero de los cursos de vela fue todo un éxito. El patrocinio de Mapfre y el Fondo Nike permitió que la Escuela contase con todos los medios técnicos y humanos necesarios para que la actividad funcionase. Esto también incluye un raquero, modalidad de velero especialmente accesible para personas con movilidad reducida. El hecho de que no existiera antes una escuela de similares características disparó la demanda de decenas de usuarios, que enseguida se pusieron en contacto con nosotros solicitando información.





Julio

El segundo curso de la Escuela de Vela Adaptada se celebró entre los dos primeros fines de semana de julio. Hubo incluso gente del primer curso que aprovechó las tardes veraniegas para acudir a perfeccionar lo ya aprendido. Los resultados, como en junio, fueron espectaculares.

También en julio celebramos nuestra **Fiesta de Verano**, con una jornada multiactividad en la que no faltaron las piraguas, las bicicletas, las cometas, ni tampoco las cañas de pescar. Hasta exhibiciones de esgrima y tenis de mesa tuvimos.

El patrocinio del Grupo Empresarial MAT lo hizo posible. Nos acompañó en esa ocasión Trinidad Jiménez, portavoz socialista en el Ayuntamiento de Madrid, quien disfrutó como una más y se interesó por los recursos que el deporte adaptado puede ofrecer a las personas con discapacidad.

Durante este mes hicimos también dos salidas muy especiales. La primera de ellas nos llevó hasta el **Fórum**

Barcelona 2004, donde tuvimos la oportunidad de promocionar durante tres días el ciclismo adaptado entre los visitantes con y sin discapacidad. Desplazamos hasta allí quince bicicletas, gracias al apoyo de Repsol YPF. La segunda de las salidas sirvió para inaugurar oficialmente la temporada de los **cursos de buceo** en Mazarrón (Murcia) Allí, la playa estaba ya llena de sombrillas. Quizá fuera momento de tomar unas vacaciones... no sin antes pasarnos con nuestras piraguas por el **Descenso para Personas con Discapacidad del Sella**, y **volar en ultraligero** por el cielo de Villanueva del Pardillo (Madrid). En esta última cita nos acompañaron las cámaras de la cadena de televisión Telecinco.

Septiembre

Con las pilas recargadas, en septiembre nos dispusimos a afrontar la recta final del año con nuevas actividades. La primera, recorreremos nuestro propio **Camino de Santiago** en bicicletas adaptadas. Nos fuimos hasta allí cerca de cincuenta personas, dispuestas a llegar



hasta la capital compostelana como cualquier peregrino. La experiencia fue inolvidable y la participación, masiva. Nuestro agradecimiento a Esteban Rivas, que una vez más nos ha facilitado la ardua tarea de transportar nuestro material. Otro de los grandes momentos de este mes fue el fin de semana de multiactividad en las **Lagunas de Ruidera** (Ciudad Real). Todos los que nos acompañaron pudieron practicar, en un entorno espectacular, ciclismo adaptado, piragüismo, tiro con arco y senderismo. La multiactividad coincidió en el tiempo con el viaje de Teresa Silva a **los Juegos Paralímpicos de Atenas**, donde acompañó a la expedición española y disfrutó de la Fiesta Mayor del deporte adaptado.

Septiembre finalizó con un nuevo curso de buceo adaptado en Mazarrón, y con un montón de planes apunto de convertirse en realidad. Una realidad forjada a golpe de teléfono, fax y correo electrónico en nuestra oficina, donde el trabajo diario entre memorias, elaboración de presupuestos y búsqueda de fuentes de financiación, entre otras muchas tareas, nunca termina.

Octubre

Octubre fue un mes en que el volvimos a calentar motores con la vista puesta en la temporada de nieve, que de nuevo se nos echaba encima. En esos días, recibimos el informe del estudio que la Fundación Lealtad, entidad que se dedica a promocionar la transparencia y la buena

gestión de las organizaciones no gubernamentales, al que nos habíamos sometido en los meses anteriores. El resultado fue excelente. También acompañamos a nuestra amiga Irene Villa en la presentación de su primer libro, "Saber que se puede". Fue un acto realmente emotivo, tanto como las palabras que Irene dedica a la **FUNDACIÓN TAMBIÉN** a lo largo de sus páginas: "(...) Sin embargo, y después de demasiado tiempo, descubrí la Fundación También, donde me enseñaron que las personas con discapacidad también podemos practicar otros muchos tipos de deporte. Desde que conocí esta fundación de deporte de aventura para personas con discapacidad, vi que la única faceta que creí acabada tras el atentado, la del deporte, volvía a inundar mi vida".

Y como, además, el buen tiempo seguía acompañándonos, todavía pudimos organizar un último curso de vela como cierre de temporada, además de unas jornadas de divulgación de este deporte náutico, en las que participaron muchos aficionados, entre ellos un gran número de niños.

Noviembre

El mes de noviembre lo encaramos con la agenda repleta de citas y conferencias. En los primeros días, dimos comienzo a los cursos de esquí adaptado en el Parque de Nieve Madrid-Xanadú, y organizamos un par de jornadas de formación para monitores voluntarios. En este punto debemos detenernos y dar las gracias a todos aquellos que hicieron posible el éxito de estas últimas. Llegamos a alcanzar la cifra récord de medio centenar de alumnos en tan sólo dos

fines de semana, lo que nos proporcionó una pista acerca de lo que será nuestro trabajo el año que viene. Mientras, en el parque Juan Carlos I continuaban las jornadas de ciclismo adaptado. La participación, como siempre, era numerosa a pesar de que Madrid ya empezaba por esas fechas a enseñar su cara más fría.

Diciembre

Terminando de elaborar este boletín comenzamos a preparar la presentación oficial de nuestra nueva página web. Los teléfonos de la oficina no paran de sonar. Los hay que preguntan por las bicis; otros se interesan por la **Fiesta de Navidad**, que celebramos el día 11; y a algunos casi podemos verles la cara de ilusión al otro lado del auricular cuando les aseguramos que, si se vienen con nosotros a Sierra Nevada en enero, volverán a calzarse los esquís y a deslizarse por una pista.

Y es en este momento cuando nos damos cuenta de que dentro de un año caben un montón de emociones. Las vuestras y también las nuestras. Pero procuramos que este pensamiento no nos distraiga demasiado, que todavía tenemos mucho trabajo que hacer.



**ÚLTIMA HORA:
LA FUNDACIÓN TAMBIÉN,
RECIENTE PREMIADA
EN LA CONVOCATORIA
DE AYUDAS FUNDACIÓN
SOLIDARIDAD CARREFOUR**

Al cierre de este boletín recibíamos una excelente noticia. La **Fundación Solidaridad Carrefour**, que el pasado mes de abril lanzó su convocatoria anual de ayudas a nivel nacional, dirigida a ONGs y destinada a financiar 3 proyectos en beneficio de la infancia desfavorecida, concedía a la **FUNDACIÓN TAMBIÉN** uno de los tres premios. Entre los 285 proyectos recibidos se seleccionaron seis finalistas. Los empleados de Carrefour han votado entre éstos para elegir los tres proyectos ganadores, con una dotación de 30.000€ cada uno.

El proyecto galardonado, que se convertirá en una realidad durante el próximo año 2005, tiene como objetivo diseñar jornadas deportivas (ciclismo manual, piragüismo, pesca sin muerte, vuelo de cometas y esquí) para niños con discapacidad física, psíquica y sensorial, con el fin de propiciarles un ocio normalizado junto a otros jóvenes sin deficiencias.





Nos han llegado cartas de toda España de gente que nos ha acompañado en alguna de las actividades que la **FUNDACIÓN TAMBIÉN** ha promovido a lo largo de este año. Querían participar en el boletín, y nosotros hemos pensado... ¿quiénes mejor que ellos para dar su visión de este 2004?



Estáis dándole vida a un montón de gente

Las veces que he participado en las actividades de la **Fundación También** he sentido cosas muy especiales. Aprendí a utilizar la piragua en el parque Juan Carlos I, y también aproveche para ir con mi marido al descenso del Sella, en 2003. Fue una experiencia inolvidable. Repetimos en 2004 con nuestras hijas pequeñas, y el recuerdo que guardo es verdaderamente excitante.

Realizar actividades deportivas con vosotros me ofrece la oportunidad de sentirme "capaz". A mí, que se supone que soy una persona con discapacidad. La Fundación me ha permitido compararme con otras personas sin discapacidad; con mi propia familia, por ejemplo, que es mi referente más cercano. Reconozco que es un desafío, y que termino realmente cansada. Pero me da igual, me hace sentir valiosa. Estáis dándole vida a un montón de gente.

Gracias a la Fundación También he conocido a gente maravillosa. La relación con los compañeros durante las actividades es muy gratificante (entre todos nos animamos, y eso nos da fuerzas para seguir adelante). También recuerdo haberme encontrado con personas increíbles cuando quedábamos en aquel pub para jugar al billar, a las cartas y demás.

Gracias a todos. Un beso.

Clara Osuna.

La experiencia más emocionante que he vivido



Hace poco más de año y medio que conozco la Fundación También, y varias han sido las actividades a las que me he apuntado desde entonces. Intento ir a montar en bici al parque siempre que puedo ya que, aparte del buen ejercicio que supone, es una buena ocasión para charlar, compartir experiencias, ideas y hasta alguna que otra cervecita.

En Febrero me "reinicié" en la práctica del esquí, y hasta ahora ha sido la experiencia más emocionante que he vivido desde que estoy en silla de ruedas. Tener la oportunidad de volver a practicar uno de los deportes que más me gustaba fue muy gratificante. Difícilmente se puede superar esa sensación de libertad que produce el deslizarte por la nieve aun con el monitor por detrás, ya que era mi semana de iniciación con la silla de esquiar. Espero que ésta sea una buena temporada de nieve para poder perfeccionarme y seguir disfrutando como un enano.

En Septiembre me apunté al Xacobeo en bici, y lo pasamos muy bien. Pedalear por esos caminos suponía algo más de esfuerzo de lo habitual, pero el entorno merecía la pena; una ruta muy bonita, siempre en buena compañía. También fui un día a darme una vueltecita en velero al pantano del Atazar. Fue muy relajante. El verano que viene, seguro que seremos muchos los que busquemos iniciarnos en esta actividad.

La Fundación También nos ofrece la gran oportunidad de poder realizar actividades al aire libre con todas las facilidades y sin que supongan tanto esfuerzo como en principio podríamos imaginar. Así que animo al que quiera a que pruebe lo que más le pueda atraer. Seguro que no se arrepentirá. Ánimos "también" a la Fundación para seguir sacando adelante tantos planes que nos permitan disfrutar de grandes y emocionantes experiencias.

Bertrand Tramont



Muchas gracias por todo

Soy David, el padre de Joshua, un niño de ocho años con espina bífida. Joshua lleva ya cuatro años practicando deporte. Se inició en la natación a los cuatro años, gracias a los cursos que organiza la Federación Madrileña de Deportes para Minusválidos Físicos, y lleva ya un año practicando esgrima y atletismo. Sin embargo, éstos son solamente los deportes que hace de forma regular, es decir todas las semanas. También ha probado el tenis en silla de ruedas, el tiro con arco y el baloncesto en silla. Además de estas actividades, y gracias a la labor de la Fundación También, Joshua ha podido practicar el esquí, el ciclismo y la pesca.

Para Joshua, la práctica del deporte ha sido una experiencia muy positiva. Joshua es un niño fuerte y sano, que lleva una vida incluso más saludable que la mayoría de las llamadas "personas normales". Poco a poco va cogiendo más confianza como persona gracias, entre otras cosas, al deporte, y no tiene ningún problema con su autoestima.

A pesar de su corta edad, hemos vivido momentos inolvidables con Joshua, y muchos de ellos tienen que ver con el deporte. No se me olvidará nunca la primera vez que le vi bajar por las pistas de Valdesquí en un mono-ski. A los ocho años estaba él haciendo algo que yo, sin discapacidad, no había hecho jamás. Tampoco queda muy atrás el recuerdo de la cara de susto que puso cuando cogió velocidad por primera vez en una de las cuestas del parque Juan Carlos I en una bici adaptada.

Muchas gracias por todo.

Un cordial saludo.

David Stirton.

La experiencia ha sido increíble



Este año he tenido una gran oportunidad de hacer deporte y... ¡la he aprovechado! Fue en enero del 2004 cuando, en un anuncio digital de la página del Hospital Nacional de Paraplégicos (www.infomedula.org), anunciaban la posibilidad de hacer esquí alpino adaptado para personas con discapacidad gracias a la Fundación También.

Me apunté para abril de este año y fui una de las afortunadas que pudo disfrutar de un deporte al que siempre me había sido imposible acceder, sobre todo por que desconocía si, por mi discapacidad, tendría posibilidades de hacerlo. No puedo expresar con palabras lo mucho que disfruté con el esquí; esa sensación de libertad y riesgo. Además de conocer a gente maravillosa, dispuesta a vivir una experiencia muy enriquecedora. Y qué decir de los nervios iniciales ante una experiencia nueva... El esquí es ahora mismo mi deporte favorito, y deseo con todas mis fuerzas volver a practicarlo.

A raíz de esta experiencia, pude practicar otros deportes con la Fundación También como el ciclismo, el piragüismo o el tiro con arco, de lo cual me siento también muy afortunada y dispuesta a seguir aprendiendo y ejercitándome.

La experiencia ha sido increíble. Dicen que vivir de los recuerdos es vivir dos veces, pero no me quedaré ahí y seguiré soñando con la próxima vez que toque la nieve o el agua, para seguir yendo más lejos y con más ganas hacia... quién sabe.

Mª José Montero



Deporte al aire libre en familia

Soy madre de Alexis y deportista. El orden de los factores sí que altera el producto porque, en realidad, fui deportista primero y luego madre de Alexis.

En los meses posteriores al nacimiento de Alexis, fui asumiendo la realidad que conlleva la discapacidad a base de ponerme en su futura piel. Con dos hijos más (una por encima y otro por debajo), pensé que se había acabado por completo la posibilidad de practicar algún deporte. Lo que siempre me había repuesto las pilas para seguir con el día a día, ahora no sólo era imposible por falta de tiempo sino que, además, las pocas veces que me permitía practicarlo, acudía a mi cabeza el mismo pensamiento machacón: "Esto nunca lo podrá experimentar él". Como comprenderéis, ni siquiera lo disfrutaba.

Siendo un niño con inteligencia conservada, decidí concentrarme en prestarle las mayores ayudas técnicas y educativas para su posible integración. Hasta entonces, me había tenido que conformar con que, mientras yo hacía tiempo en una sala de espera a la salida de su frecuente rehabilitación, mi hija mayor me reprochara, al llegar tarde a casa, que a ella no la apuntase a ninguna clase de deporte extraescolar.

Así pasaron cinco años hasta que descubrí la labor de la Fundación También. El momento de mayor felicidad que siento cuando comparto jornadas con sus integrantes es el de saber que aún hay esperanzas para que, un día no muy lejano, podamos practicar algún deporte al aire libre en familia en el que Alexis también participe. Además, a través de los distintos programas, podemos ver cómo nuestros hijos comparten momentos íntimos de reflexión y concienciación de sus propias realidades y de las de los demás, quitándole o echándole más o menos leña al fuego, según sus etapas de desarrollo. La Fundación También contribuye a que cada miembro de mi familia se acerque un poco más a una de las más importantes metas que debe alcanzar

cualquier ser humano, y que no siempre es fácil de conseguir: la feliz aceptación de uno mismo y de su realidad.

Mi máximo agradecimiento a todos sus miembros.
Lucía Zavala

¡Hemos sido capaces!



Conocí la Fundación También gracias a una entrevista que hicieron a su directora, Teresa Silva, en la prensa. En silla de ruedas y esquiendo. Para mí fue un aldabonazo; si ella esquiaba, yo... que ando... mal, pero ando... Si ella esquiaba, yo... a lo mejor... puedo bucear. Bucear como los que tienen y usan las piernas. Bucear; lo he deseado siempre: ver el mar desde sus profundidades, atravesar bancos de peces, respirar casi por branquias, sentir el rayo de sol hendiendo las ondas marinas, contar erizos de mar flotando sobre ellos como si yo fuera una medusa transparente...

Y llegó el día. El verano mediterráneo sonreía en sus comienzos, allá, en el Sur, en La Azohía luminosa y brillante. Aparecisteis cordiales, ruidosos, simpáticos y animados. Quien más, quien menos, un poquito nervioso; expectantes todos: ¡mañana! Sí, mañana... Una presentación teórica (¡ojalá acabe pronto!) a cargo de Sergi, y luego... ¡inmersión! Pero Sergi era tan ameno, tan comunicativo... y Adriana, y Paco Handy... ¡Qué bien se estaba allí!

Luego vino la inmersión, la paella, las fotos, el compañerismo... ¡Hemos sido capaces! ¡Hemos buceado todos juntos, en grupo! ¡Hemos contribuido, cada uno individualmente, y todos al unísono, a vencer nuestras limitaciones! ¡Hemos sentido el mar, el cariño, la luz, los pececillos, la acogida! ¡Soy como todos! ¡Hago lo que todos! ¡Disfruto!

Muchas gracias a todos los que trabajan en la Fundación También. Un abrazo.

Laura Rubio



Aunque Aarón no habla, no es difícil saber cuándo está contento

Hola, me llamo María y vivo en Oliva (Valencia). Hace diez años, mi hijo Aarón nació con el síndrome de Marshall-Smith. La primera experiencia que vivimos con la Fundación También fue en abril de 2004, cuando nos fuimos a esquiar a Sierra Nevada una semana. Nos lo pasamos en grande, pero sobre todo me llenó de satisfacción ver que mi hijo disfrutaba tanto. ¡Le encantó esquiar! Aunque Aarón no habla, no es difícil saber cuándo está contento.

Otro de los viajes que hemos hecho con vosotros ha sido este verano, cuando nos fuimos a Asturias a hacer el descenso del río Sella. A Aarón le gustó una barbaridad; no paraba de reírse, y se relajó tanto que los dos últimos kilómetros los hizo durmiendo.

Cuando le cuento a otros padres de niños con discapacidad todo lo que Aarón y yo hacemos (esquí, piragua, vela...) y lo bien que nos lo pasamos, no se lo creen. Dicen que es imposible. Así que les invito a que vean el vídeo que grabó la Fundación cuando estuvimos en Sierra Nevada. Ya se sabe: una imagen vale más que mil palabras.

Para Aarón y para mí, la Fundación ha sido un gran apoyo. Él se divierte a lo grande y yo también. Hemos hecho muy buenos amigos.

Un abrazo a todo el equipo. Sin vosotros no sería posible.

María Mayol

Familia Fundación También



Queremos trasladar nuestra enhorabuena a todos los participantes, voluntarios, organización y empresas que colaboran para conseguir que se cumplan los objetivos de todos y cada uno de los que formamos la "Familia Fundación También".

Hemos disfrutado en todas las actividades, pero si tuviéramos que destacar una sobre todas las demás, ésa sería el Camino de Santiago en Bicicleta. La fácil integración que tuvimos todos los participantes y el hecho de que pudiésemos compartir la misa con el resto de peregrinos son motivos suficientes para daros las gracias. Gracias por vuestra experiencia, por vuestra colaboración y por hacer sencillo algo que a nosotros nos parecía completamente inviable.

Nuestro hijo Álvaro es parte fundamental en las actividades que realizamos los tres juntos. Hemos comprobado que, participando junto a otras personas, su capacidad para involucrarse es cada vez mayor; esto hace que su nivel de superación y autoestima se potencie. También es buena razón para daros las gracias, ¿no creéis?.

Esperamos que conservéis el mismo nivel de compromiso a la hora de conjugar superación, integración y participación. Muchas gracias por todo.

Álvaro, Loli y Carlos Contreras

DEPORTE ADAPTADO PARA LA INTEGRACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Tu TAMBIÉN puedes ayudar

- Informándote de las actividades que desarrollamos y dándolas a conocer.
- Haciéndote socio- colaborador o realizando una aportación económica única.
- Aportando tiempo o trabajo voluntario.

Al hacerte socio-colaborador de la FUNDACIÓN TAMBIÉN, te vincularás a un proyecto innovador y solidario que tiene como finalidad la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad.

Formarás parte de un colectivo de personas, empresas y entidades que hacen posible los proyectos de la FUNDACIÓN TAMBIÉN: la integración social del discapacitado a través del deporte adaptado. Se podrán realizar grandes cosas con la cantidad que puedas aportar. Tu decides el importe y la periodicidad de tus aportaciones. Además, serás informado de manera periódica de las actividades fundacionales

¡Hazte socio-colaborador!



FUNDACIÓN TAMBIÉN

Gutiérrez Solana, 6 - 2ª izda.
28036 Madrid
Tel.: 91.515.93.76
Fax: 91.515.93.67
fundacion@tambien.org
www.tambien.org

D A T O S PERSONALES

Nombre Apellidos D.N.I.
Domicilio..... Localidad C.P.....
Provincia..... País..... Tel..... e-mail.....