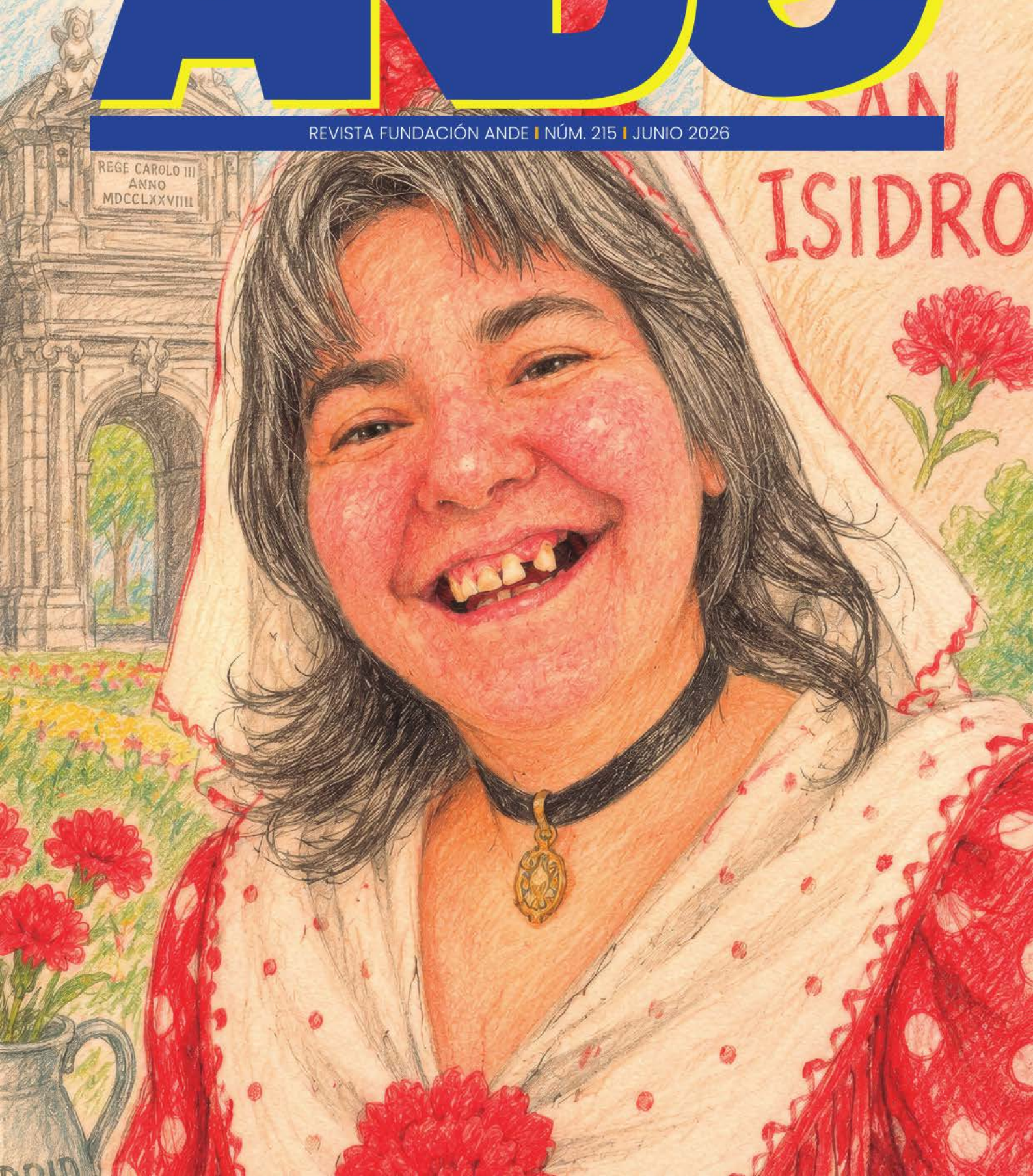


ANDE

REVISTA FUNDACIÓN ANDE | NÚM. 215 | JUNIO 2026





Próximias Actividades y Concursos ANDE

ANDE presenta la convocatoria de actividades y concursos para el segundo semestre del año 2026, abierta a todos los centros de atención a personas con discapacidad intelectual de toda España.

Su finalidad es fomentar la inclusión y el ocio y dar a conocer las capacidades, habilidades, riqueza creativa, y ganas de formar parte activa del mundo cultural, de este colectivo, promoviendo su integración en la sociedad.

CONCURSO DE BAILES

- **Fecha límite de inscripción:** 14 de septiembre.
- **Día de participación y fallo:** 14 de octubre.
- **Participación:** Los centros inscritos se reunirán en la mañana del 14 de octubre, en el lugar y hora que se indique.

Bases

- Cada Centro preparará un baile, que no puede exceder los tres minutos en escena.
- Los grupos deben ir adecuadamente vestidos.
- El máximo de participantes por centro es de 12 personas y dos acompañantes.
- Se aconseja llevar la música del baile en su cd original, más una copia en otro cd y en pen-drive por si hubiera problemas en su reproducción.
- El jurado valorará la relación entre el resultado alcanzado y el grado de capacidad del grupo, en aspectos como la técnica, coreografía, uniformidad y presentación del vestuario.
- El jurado, nombrado al efecto, otorgará un primer, segundo y tercer premios.



CONCURSO DE PINTURA

- **Fecha límite de envío de originales:** 29 de julio.
- **Participación:** Cada centro remitirá a la sede de la Fundación ANDE la hoja de inscripción debidamente cumplimentada junto con los originales. El plazo máximo de entrega será el 29 de julio.

Bases

- Normas específicas de presentación: La temática obligatoria para este año es: "La conmemoración de los 100 años de la muerte de Antoni Gaudí" Esta conmemoración, declarada Acontecimiento de Excepcional Interés Público, busca difundir su legado científico, técnico y patrimonial.
- Técnica libre
- Soporte y tamaño: papel o cartulina (DIN-A4 exclusivamente)
- Cada trabajo debe estar identificado con el nombre del autor, centro al que pertenece y título del mismo, en la parte posterior del original.
- Los originales pasarán a formar parte del Archivo institucional de ANDE, reservándose los derechos para su utilización o difusión.
- El jurado otorgará un primer, segundo y tercer premio.



CERTAMEN DE JUEGOS

- **Fecha límite de inscripción:** 16 de julio.
- **Día de participación y fallo:** 16 de septiembre.
- **Participación:** Cada Centro organizará un grupo para participar en diferentes Juegos.

Bases

- Se realizarán Juegos, de acuerdo a las capacidades de los usuarios de cada Centro. Como Parchís y Oca gigantes, a saltar, twister, juego de la Estatua.
- El ganador de cada juego le da un punto a su Centro. El Centro que más puntos obtenga será el ganador. Según la puntuación obtenida habrá 1º, 2º y 3º ganador.
- Se deberá enviar una hoja de inscripción indicando el nombre de los usuarios y el juego en que participará.



Próximos viajes y vacaciones

Como cada año volvemos a disfrutar de merecidas vacaciones en los más sugerentes rincones de nuestro país. Los destinos son las zonas más bellas, acogedoras y culturales de España.

CAMPAMENTOS DE VERANO (TURISMO INCLUSIVO)

1. PUNTAS DE MURCIA - MURCIA

Fechas:

- 1 al 13 de julio de 2026 (13 días / 12 noches)
- 15 al 27 de julio de 2026 (17 días / 16 noches)
- 1 al 31 de agosto de 2026 (31 días / 30 noches)

2. SANTIAGO DE LA RIBERA - MURCIA

Fecha: 1 al 27 de julio de 2026 (27 días / 26 noches)

3. VILLANUEVA DEL CAMPILLO - ÁLAVA

Fecha: 11 al 19 de julio de 2026 (9 días / 8 noches)

4. BERNEDO - ÁLAVA

Fecha: 1 al 29 de agosto de 2026 (29 días / 28 noches)

Participación: Contactar con Aducnatur (Tel.: 670 306 245) www.aducnatures

MÁS INFORMACIÓN:

Departamento de Actividades y Concursos de la Fundación ANDE
telf. 915696548 -ext. 2082
actividades@fundacionande.org

Departamento de Viajes de la Fundación ANDE
telf. 915696548 -ext. 2043
viajes@fundacionande.org

MÁS INFORMACIÓN:

Departamento de Formación de la Fundación ANDE
telf. 915696548 -ext. 2009 / 2041
formacion@fundacionande.org



15

A DESTACAR

Cumpleaños Presidente ANDE

17

CONCURSO

Tú Sí Que Vales / Teatro /
Dibujo

24

TALLERES

Aplicaciones del día a día

25

ESPECIAL

Plantas de la Amistad

26

VIAJES

Salamanca / La Cantuégana
y Porzuna / Portugal

29

A DESTACAR

Expresa tu amor

AGENDA

02 | ANDE próximas convocatorias 2026

EDITORIAL

04 | Madrid: una ciudad que avanza cuando nadie queda atrás

DE PRIMERA

05 | Historias de vida

PÁGINA ABIERTA

07 | Inteligencia artificial e inclusión laboral: el nuevo reto del trabajo social

EN OTRAS PALABRAS

09 | Todos por aprender. Todos conectados. Verdadera inclusión

SANOS Y CUIDADOS

11 | La fisioterapia como facilitador de la autonomía en la discapacidad física e intelectual

BUENAS PRÁCTICAS

14 | Más allá de la tradición: construir comunidad

PROTAGONISTA

31 | Freddy López, Departamento de Informática RR.HH.

JORNADAS CULTURALES

32 | Residencias Carmen Sevilla I y II y Centros

CENTROS ANDE

35 | Estar al día

EL VISOR

38 | Breves / Días de deporte y medallas

LECTURA FÁCIL

40 | El Sistema Solar

PÍLDORAS DE FE

42 | Significado de la visita del Papa, León XIV, a España

PARA RECORDAR

43 | Líderes religiosos

**Edita**

ANDE

Avda. Rafaela Ybarra, 75

28026 Madrid

Teléfono: 915 696 548

Fax: 915 609 252

e-mail: prensa@fundacionande.org

Presidente

Fernando Martín Vicente

Directora

Luz Elena Bermúdez

Redactora Jefe

María José Jaramillo Bermúdez

Colaboraciones

Alejandro Fuentes Sánchez

Lucía Sánchez Mulas

Maribel Villoria Portela

María del Mar Sojo Holguín

Mela Castilla Pascual

Montserrat Terrés Arellano

(colaboración externa)

Padre Antonio Manuel Lucero

Zingara

Residencias y centros Fundación

ANDE (Fotos)

Diseño y maquetación

CYAN, Proyectos Editoriales, S.A.

C/ Infanta Mercedes 62

www.cyan.es

Depósito legal: M-10.923-1981

Madrid:

una ciudad que avanza cuando nadie queda atrás

Madrid es una ciudad en constante movimiento. Late al ritmo de sus barrios, de sus plazas llenas de vida, de su diversidad cultural y de una ciudadanía que ha aprendido a convivir desde la diferencia. Pero también es una ciudad que se mira a sí misma con espíritu crítico, consciente de que el progreso real no solo se mide en crecimiento económico o modernización urbana, sino en la capacidad de garantizar derechos, dignidad y oportunidades para todas las personas.

En las últimas décadas, Madrid ha vivido una transformación importante en la manera de entender la discapacidad. Lo que durante años se abordó desde una mirada asistencial ha evolucionado hacia un enfoque centrado en la inclusión, la autonomía y la participación social. Este cambio ha sido posible gracias al trabajo de familias, profesionales, entidades sociales y de las propias personas con discapacidad, que han reclamado un papel activo en la sociedad.

La ciudad ha dado pasos significativos. Hoy existen más recursos de accesibilidad, programas de inclusión laboral, avances en educación inclusiva y una mayor sensibilidad social. Madrid cuenta además con un tejido asociativo comprometido, donde organizaciones como Fundación Ande desempeñan un papel esencial acompañando proyectos de vida y generando oportunidades.

Sin embargo, los retos siguen siendo importantes. La accesibilidad universal aún no es una realidad plena. Persisten barreras arquitectónicas, digitales y culturales, y muchas personas con discapacidad continúan encontrando dificultades para acceder al empleo, a una vivienda adecuada o a espacios de participación social en igualdad de condiciones.

Madrid tiene la oportunidad de convertirse en una referencia internacional de ciudad inclusiva. Para lograrlo, será necesario seguir impulsando políticas públicas eficaces, escuchar a las entidades sociales y entender que la inclusión debe ser un eje transversal de toda acción política y social.

Una ciudad verdaderamente moderna no es la que avanza más rápido, sino la que avanza junto a todos. Madrid tiene la posibilidad y la responsabilidad de seguir construyendo un futuro donde la discapacidad no limite derechos, sueños ni proyectos de vida. Porque una ciudad inclusiva beneficia al conjunto de la sociedad.



Historias de Vida

Por: Maribel Villoria Portela, Directora Técnica y de Calidad.

Cuando se habla de discapacidad, muchas veces pensamos en recursos, programas, actividades o servicios. Hablamos de plazas, protocolos, calidad, atención personalizada o inclusión. Y todo eso es importante. Muy importante y necesario para garantizar una atención adecuada y de calidad.

Detrás de cada procedimiento, de cada reunión técnica y de cada decisión organizativa en la que diariamente se ve envuelta la intervención de cualquier profesional —procedimientos, informes, registros, normativas, reuniones y objetivos técnicos— hay algo mucho más profundo, una dimensión que nunca debe quedar relegada: las personas.

Cada persona que llega a uno de los recursos de Fundación ANDE, ya sea una residencia, un centro de día, una unidad TEA o un centro ocupacional, trae consigo mucho más que una necesidad asistencial. Trae una historia de vida marcada por experiencias, pérdidas, ilusiones, inseguridades, sueños, miedos, aprendizajes y enormes ganas de vivir con dignidad, respeto y oportunidades.

A veces, las funciones técnicas parecen invisibles. Coordinar, supervisar, revisar planes de atención, elaborar procesos, procedimientos y protocolos, garantizar derechos, impulsar formación o diseñar estrategias puede parecer algo alejado de la emoción del día a día. Sin embargo, detrás de cada una de esas tareas existe una intención muy clara: mejorar la vida de las personas a las que acompañamos y apoyamos en su proyecto vital.



Detrás de cada procedimiento, de cada reunión técnica y de cada decisión organizativa en la que diariamente se ve envuelta la intervención de cualquier profesional (...) hay algo mucho más profundo, una dimensión que nunca debe quedar relegada: las personas.

Trabajar desde la Dirección Técnica y de Calidad de Fundación ANDE significa, precisamente, no perder nunca de vista esa realidad humana. Ninguna intervención puede ser verdaderamente transformadora si no es capaz de reconocer esta dimensión. Significa comprender que la calidad no son solo indicadores o documentos; la verdadera calidad aparece cuando una persona consigue sentirse escuchada, segura, respetada y capaz de decidir sobre su propia vida. Porque cuando un equipo está

coordinado, la atención es mejor. Cuando existen protocolos claros, las personas están más protegidas y seguras. Cuando se apuesta por la accesibilidad y la inclusión, se abren puertas a una participación real. Y cuando se trabaja desde la ética y la atención centrada en la persona, se devuelve algo esencial: la capacidad de elegir, decidir y construir un proyecto de vida propio.

Implica dejar atrás miradas limitantes, decisiones tomadas por otros y entornos que no escuchan. Implica



Detrás de cada expediente hay una persona con derecho a una vida plena y significativa; personas con derecho a equivocarse, crecer, participar, decidir y construir su propio proyecto vital.

entender que cada conducta tiene una historia detrás y que, muchas veces, una necesidad de apoyo es también una necesidad de comprensión, pertenencia o seguridad emocional. Desde mi ámbito técnico y de calidad, esta mirada debe impregnar toda la organización. La calidad no puede limitarse al cumplimiento normativo o a los estándares. La calidad aparece cuando una persona

se siente respetada en sus tiempos, escuchada en sus preferencias y acompañada en sus procesos vitales desde sus capacidades, y no únicamente desde sus limitaciones.

Significa también reconocer la vulnerabilidad de las familias, su incertidumbre y el miedo al futuro: quién cuidará de su familiar cuando ellas no puedan hacerlo, los años de sobrecarga acumulada... Escuchar estas realidades y acompañarlas con sensibilidad forma parte también del compromiso ético de nuestra Fundación. Y alcanza también a mis compañeros, que conviven diariamente con emociones intensas, procesos vitales complejos y grandes responsabilidades. Ellos construyen vínculos afectivos, generan confianza y, con su labor diaria, cambian vidas.

Es en esos momentos cuando encuentro el verdadero sentido de mi trabajo: favorecer espacios de coordinación, impulsar la mejora continua y recordar que la intervención social necesita tanto profesionalidad como sensibilidad humana. Porque detrás de cada expediente hay una persona con derecho a una vida plena y significativa; personas con derecho a equivocarse, crecer, participar, decidir y construir su propio proyecto vital. En definitiva, cuando somos capaces de mirar y reconocer a las personas, y esa mirada está presente en cada decisión, intervención o proceso, es cuando la calidad deja de ser un concepto técnico —a veces difícil de comprender— para convertirse en algo mucho más importante: una forma de cuidar la vida.



Inteligencia artificial e inclusión laboral: el nuevo reto del trabajo social

Por: Lucía Sánchez Mulas, Trabajadora Social, Centro Ocupacional San Fernando, Madrid.

La irrupción de la inteligencia artificial está marcando un antes y un después en nuestra manera de vivir, trabajar y relacionarnos. Su impacto ya se percibe en ámbitos tan diversos como la educación, el empleo, la comunicación o la atención social, generando nuevas oportunidades, pero también importantes desafíos. En este escenario de transformación acelerada, resulta imprescindible reflexionar sobre cómo garantizar que las personas con discapacidad formen parte activa de este cambio tecnológico y no queden al margen de una sociedad cada vez más digitalizada. Hablar de inteligencia artificial e inclusión significa, en definitiva, hablar de derechos, accesibilidad y participación en igualdad de condiciones.

La inteligencia artificial ya no es una cuestión de futuro. Está transformando el empleo, la comunicación, la formación y la forma en que las personas participan en la sociedad. Pero, en medio de esta revolución tecnológica, surge una pregunta imprescindible: ¿qué lugar ocuparán las personas con discapacidad?

En los últimos meses, distintas entidades sociales, administraciones públicas y organizaciones vinculadas a la discapacidad han comenzado a poner el foco en esta cuestión. La preocupación no es menor. Diversos estudios alertan de que la automatización y la inteligencia artificial podrían afectar especialmente a colectivos vulnerables si no existen políticas de acompañamiento, accesibilidad y formación digital.

Sin embargo, el debate no debe centrarse únicamente en los riesgos. La tecnología también puede convertirse en una herramienta de inclusión sin precedentes.

Actualmente ya existen proyectos que utilizan inteligencia artificial para mejorar la accesibilidad cognitiva, facilitar la comunicación o adaptar contenidos formativos a diferentes necesidades de comprensión. En España, organizaciones como Plena Inclusión, Fundación ONCE y distintas entidades del tercer sector están impulsando programas que conectan tecnología, accesibilidad y empleo inclusivo.

La clave está en cómo se utilice esta tecnología y, sobre todo, en quién participa en su diseño.

Durante años, las personas con discapacidad han tenido que adaptarse a entornos laborales poco accesibles. Hoy, por primera vez, existe la posibilidad de que sean los propios entornos los que se adapten a las personas. Herramientas de lectura fácil automatizada, asistentes virtuales, sistemas predictivos o aplicaciones de apoyo a la comunicación pueden reducir barreras que históricamente



La clave está en cómo se utilice esta tecnología y, sobre todo, en quién participa en su diseño.



han limitado la participación laboral de muchas personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Pero para que esto ocurra no basta con incorporar tecnología. Hace falta acompañamiento social.

Ahí es donde el trabajo social adquiere un papel fundamental. Los y las profesionales del ámbito social no solo acompañan procesos personales; también actúan como puente entre la innovación tecnológica y los derechos sociales. La inclusión digital no puede entenderse únicamente como el acceso a dispositivos o conexión a internet. Supone garantizar comprensión, apoyos, participación y oportunidades reales.

En muchos centros ocupacionales y recursos de inserción laboral ya se observa esta transformación. Las competencias digitales empiezan a formar parte de los itinerarios personalizados de empleo y los apoyos profesionales deben adaptarse a nuevas necesidades: manejo de plataformas, prevención de la exclusión digital, comprensión de herramientas tecnológicas o acompañamiento en procesos de formación online.

Al mismo tiempo, aparece un nuevo riesgo: que la inteligencia artificial reproduzca sesgos y desigualdades ya existentes. Investigaciones recientes señalan que algunos sistemas automatizados de selección de personal pueden penalizar perfiles asociados a la discapacidad si no se supervisan adecuadamente. Esto obliga a incorporar una mirada ética y social en el desarrollo tecnológico.

No se trata únicamente de que las personas con discapacidad accedan al empleo, sino de garantizar que también puedan participar en la nueva economía digital en igualdad de condiciones.

En este contexto, la accesibilidad deja de ser un complemento para convertirse en un derecho esencial. La futura aplicación de la Ley Europea de Accesibilidad y el creciente interés por la accesibilidad cognitiva apuntan precisamente en esa dirección. Cada vez se habla más de lectura fácil, diseño universal y adaptación de contenidos digitales como elementos imprescindibles para una verdadera inclusión.

El reto, por tanto, no es únicamente tecnológico, sino también social.

El reto, por tanto, no es únicamente tecnológico, sino también social.

El reto, por tanto, no es únicamente tecnológico, sino también social. La inteligencia artificial puede abrir oportunidades extraordinarias para la autonomía, la participación y el empleo de las personas con discapacidad. Puede facilitar apoyos personalizados, ampliar canales de comunicación y generar nuevas formas de acceso al mercado laboral. Pero también puede ampliar desigualdades si se desarrolla sin perspectiva social y sin contar con las propias personas con discapacidad.

Por eso resulta imprescindible escuchar sus voces, incorporar su experiencia y reforzar el papel de los profesionales sociales en este proceso de cambio.

Porque la verdadera innovación no consiste solo en crear tecnología más avanzada, sino en construir una sociedad donde nadie quede fuera.



Todos por aprender.

Todos conectados. Verdadera inclusión

Por: **Monserrat Terrés Arellano**, formadora del curso "Uso básico del móvil". Fundación Orange. Colaboración externa.

Cuando decidí impartir este curso, sabía que me enfrentaba a un reto profesional, pero lo que no sospechaba era el profundo aprendizaje personal que me llevaría de vuelta a casa.

A menudo, cuando hablamos de formación, pensamos en una única dirección: el docente entrega el conocimiento y el alumno lo recibe. Sin embargo, durante estas semanas, esa jerarquía se ha disuelto para dar paso a un intercambio mutuo.

EL APRENDIZAJE COMO PUENTE

El título de este artículo no es casualidad. Todos por aprender nace de la convicción de que, en un aula donde prima la diversidad, el conocimiento fluye en todas las direcciones.

He de confesar que mi mayor preocupación inicial era la adaptación. ¿Cómo transmitir estos conceptos de forma clara? ¿Cómo llegar a cada uno de ellos? Pero la respuesta no estaba en los manuales, sino en la mirada de los alumnos. Aprendí que la verdadera adaptación no consiste en simplificar el contenido hasta vaciarlo de significado, sino en humanizar la enseñanza.

La verdadera inclusión ocurre cuando dejamos de mirar las limitaciones y empezamos a reconocer las capacidades latentes. En este curso no solo hemos hablado de cómo funciona un teléfono móvil; también hemos practicado la paciencia, la resiliencia y el valor de los pequeños logros que, para muchos, representan victorias gigantescas.

La formación digital contribuye a reducir brechas y fortalecer la cohesión social. Cuando las personas con distintas capacidades acceden a la tecnología, se amplían sus oportunidades de participación en la comunidad y se favorece una sociedad más equitativa. En los centros ocupacionales, el uso de herramientas



EN OTRAS PALABRAS

“La inclusión no es que te den permiso para estar en el salón, sino que te inviten a bailar”.

digitales no solo facilita la comunicación y la autonomía, sino que también promueve una participación más activa en la vida cotidiana.

Aprender a manejar un dispositivo móvil es aprender a estar presente en el mundo digital, acceder a servicios, comunicarse con mayor independencia y formar parte activa de una sociedad cada vez más conectada.

TODOS CONECTADOS: LA TECNOLOGÍA DEL AFECTO

En un mundo cada vez más digitalizado, tendemos a pensar que “estar conectados” tiene que ver únicamente con redes Wi-Fi o dispositivos de última generación. Mi paso por este centro me ha recordado que la conexión más poderosa es la empatía.

Existe una frase que resume muy bien esta idea: “La inclusión no es que te den permiso para estar en el salón, sino que te inviten a bailar”.

Estar conectados ha significado entender que cada ritmo es válido. Algunos necesitaban un refuerzo visual; otros, una palabra de aliento constante; y otros, simplemente, saber que alguien creía en su capacidad para lograrlo. Esa conexión emocional ha sido el motor que ha permitido que los contenidos realmente calaran.

He descubierto que el cariño no resta profesionalidad; al contrario, es el catalizador que convierte el aprendizaje en una experiencia verdaderamente transformadora.



¿QUÉ ES LA VERDADERA INCLUSIÓN?

A veces nos perdemos en definiciones teóricas. Para mí, tras esta experiencia, la verdadera inclusión es ese momento en el que el aula deja de ser un grupo de individuos con necesidades distintas para convertirse en un equipo con un objetivo común.

No existen límites para el aprendizaje cuando se dedica el tiempo adecuado a cada persona. Todos somos capaces de alcanzar metas si el entorno se adapta a nuestro ritmo, y no al revés.

La inclusión real implica:

- El resultado final.
- Un agradecimiento personal.

No puedo terminar estas líneas sin agradecer al equipo del centro por su acogida y, sobre todo, a los alumnos. Dar un curso y recibir tanto cariño es algo que no se olvida. Que te digan que te quieren, que te escriban una poesía o que te

reciban con abrazos y sonrisas es una experiencia profundamente humana.

Aunque me felicitaron por mi forma de adaptar el curso, la realidad es que fueron ellos quienes adaptaron mi corazón a una nueva realidad. Su alegría, su franqueza y su disposición para aprender demuestran una autenticidad difícil de encontrar en otros espacios formativos, donde a menudo prima la distancia.

Aquí, en cambio, todo era cercanía. Cada pregunta, cada descubrimiento y cada sonrisa frente a una pantalla se convirtieron en una lección sobre paciencia, empatía y humanidad.

Nos vamos con la mochila llena de conceptos, sí, pero sobre todo nos vamos más humanos. Porque, al final del día, todos estamos en el mismo camino: todos por aprender, todos conectados, construyendo paso a paso esa verdadera inclusión que hace que nuestra sociedad sea un lugar donde todos, sin excepción, tengamos un espacio para brillar.



La fisioterapia como facilitador de la autonomía en la discapacidad física e intelectual

Por: Equipo de fisioterapia Carmen Sevilla I.

La fisioterapia ha experimentado una profunda transformación en las últimas décadas. Lo que antiguamente se asociaba únicamente a la recuperación de lesiones o tratamientos musculares se ha convertido hoy en una disciplina fundamental dentro de la atención integral a las personas con discapacidad. Su papel ya no se limita exclusivamente al ámbito sanitario, sino que también influye directamente en la autonomía personal, la participación social, el bienestar emocional y la calidad de vida. En una sociedad que avanza hacia modelos más inclusivos, la fisioterapia se consolida como una herramienta clave para favorecer la igualdad de oportunidades y potenciar las capacidades de cada persona desde una mirada individualizada y humana.

LA FISIOTERAPIA Y LA DIVERSIDAD FUNCIONAL

Hablar de discapacidad implica hablar de diversidad. Cada persona presenta unas necesidades específicas, unas capacidades concretas y una forma diferente de relacionarse con su entorno. En este contexto, la fisioterapia debe adaptarse de manera personalizada, teniendo en cuenta no solo las limitaciones físicas o funcionales, sino también los objetivos personales, emocionales y sociales de cada individuo.



El objetivo principal de la intervención fisioterapéutica no es "normalizar" a la persona, sino ofrecer herramientas que permitan alcanzar el mayor grado posible de independencia y bienestar dentro de sus propias circunstancias. Esto supone entender a la persona desde una visión global, centrada en sus capacidades y no únicamente en sus dificultades.

Además, el trabajo fisioterapéutico no puede realizarse de manera aislada. Requiere coordinación con familias, cuidadores y equipos interdisciplinares formados por terapeutas ocupacionales, psicólogos, logopedas, profesionales sanitarios y personal de atención directa. Esta intervención conjunta permite abordar las necesidades de manera más completa y eficaz.



INTERVENCIÓN EN LA DISCAPACIDAD FÍSICA

En el ámbito de la discapacidad física, la fisioterapia desempeña un papel esencial en la prevención de complicaciones, el mantenimiento de capacidades y la mejora de la movilidad. Personas con parálisis cerebral, lesión medular, enfermedades neuromusculares, amputaciones o patologías degenerativas encuentran en esta disciplina una vía para conservar o mejorar su funcionalidad. Uno de los aspectos más importantes es la prevención de complicaciones secundarias derivadas de la inmovilidad o del deterioro físico progresivo. Las contracturas, las deformidades articulares, las úlceras por presión o la pérdida de masa muscular pueden reducir

notablemente la calidad de vida de una persona si no se interviene de manera adecuada.

A través de ejercicios terapéuticos, movilizaciones, trabajo postural y programas de intervención continuada, el fisioterapeuta ayuda a minimizar estos riesgos y favorece el mantenimiento de la autonomía personal durante el mayor tiempo posible. La fisioterapia también tiene un impacto directo en actividades cotidianas fundamentales: levantarse de la cama, caminar, subir escaleras, mantener el equilibrio o realizar transferencias. Acciones que muchas veces pasan desapercibidas pueden convertirse en grandes logros para una persona con discapacidad y representar una mejora significativa en su independencia diaria.



FISIOTERAPIA Y DISCAPACIDAD INTELECTUAL

La fisioterapia no actúa únicamente sobre el cuerpo. En personas con discapacidad intelectual o trastornos del desarrollo, el movimiento también se convierte en una herramienta de estimulación cognitiva, emocional y social. Muchas personas presentan alteraciones en la coordinación, el equilibrio, el tono muscular o la planificación motora. Estas dificultades pueden afectar directamente a su autonomía y limitar su participación en actividades sociales, educativas o recreativas.

El trabajo fisioterapéutico busca mejorar las habilidades psicomotrices, favorecer la integración corporal y aumentar la seguridad en los desplazamientos y movimientos cotidianos. Actividades tan simples como caminar por espacios públicos, participar en juegos grupales o mantener hábitos activos pueden verse condicionadas por estas dificultades motoras. Además, la fisioterapia contribuye significativamente a reducir conductas sedentarias y fomentar hábitos de vida saludables, algo especialmente importante en colectivos con mayor riesgo de obesidad, problemas cardiovasculares o deterioro físico prematuro.

EL IMPACTO EMOCIONAL DEL MOVIMIENTO

Uno de los aspectos menos visibles, pero más importantes de la fisioterapia, es su dimensión emocional. El avance físico suele ir acompañado de un importante fortalecimiento de la autoestima y de la percepción de capacidad personal. Cuando una persona consigue caminar con mayor seguridad, mantenerse en pie,



La fisioterapia se ha convertido en una disciplina imprescindible dentro de la atención integral a las personas con discapacidad. Su impacto trasciende el ámbito sanitario para convertirse en una herramienta de inclusión, autonomía y participación social. Detrás de cada ejercicio, de cada avance motor y de cada sesión terapéutica existe mucho más que una intervención física: existe una oportunidad para mejorar la calidad de vida, reforzar la autoestima y favorecer la igualdad de oportunidades. Porque cuando una persona gana movilidad, también gana independencia. Cuando mejora su autonomía, mejora su participación en la sociedad. Y cuando la intervención se realiza desde el respeto, la sensibilidad y la atención centrada en la persona, la fisioterapia deja de ser únicamente una técnica para convertirse en una herramienta de transformación social capaz de devolver dignidad, bienestar y oportunidades reales de inclusión.



La confianza, la empatía y la escucha forman parte del tratamiento.

realizar una actividad de manera autónoma o alcanzar objetivos que antes parecían imposibles, mejora también su confianza y su bienestar emocional.

Estos avances no solo repercuten en la persona atendida, sino también

en las familias, que encuentran mayor tranquilidad, esperanza y calidad de vida en la evolución funcional de su familiar. La relación terapéutica desempeña aquí un papel fundamental. La confianza, la empatía y la escucha forman parte del tratamiento. La fisioterapia requiere conocimientos técnicos, pero también sensibilidad humana, capacidad de acompañamiento y comprensión emocional.

INNOVACIÓN TECNOLÓGICA Y NUEVAS OPORTUNIDADES

En los últimos años, la tecnología ha transformado notablemente la fisioterapia aplicada a la discapacidad. El uso de realidad virtual, robótica, plataformas de equilibrio, exoesqueletos o dispositivos de asistencia permite realizar tratamientos más personalizados, precisos y motivadores. Estas herramientas favorecen la participación activa de las personas y mejoran la adherencia a las terapias, especialmente en niños y jóvenes. La incorporación de dinámicas lúdicas y entornos interactivos convierte muchas sesiones en experiencias más estimulantes y menos invasivas.

Sin embargo, la tecnología nunca sustituye el valor del acompañamiento profesional. Su verdadera utilidad aparece cuando se integra dentro de una intervención humana, individualizada y adaptada a las necesidades reales de cada persona.

UNA MIRADA HACIA LA INCLUSIÓN

Todavía existen numerosos prejuicios sociales en torno a la discapacidad. Con frecuencia, la sociedad continúa poniendo el foco en las limitaciones y no en las capacidades. La fisioterapia contribuye precisamente a romper esa mirada reduccionista. Cada avance motor supone también un avance personal y social. Mejorar la movilidad o la autonomía no solo tiene consecuencias físicas; también facilita la participación en la comunidad, el acceso al ocio, la educación, el empleo y las relaciones sociales. Invertir en fisioterapia es invertir en dignidad, autonomía y calidad de vida. Significa apostar por una sociedad más inclusiva, donde todas las personas puedan desarrollar su proyecto vital con el mayor grado posible de independencia y bienestar.



Más allá de la tradición: construir comunidad

Por: Alejandro Fuentes Sánchez, Director Residencia Carmen Sevilla II, Sevilla.

Hay momentos del año en los que una ciudad se reconoce a sí misma con especial intensidad. Tras la solemnidad y la emoción de la Semana Santa en Sevilla, llega la luz, el color y la convivencia de nuestra Feria de Abril. Son días en los que no solo se celebran tradiciones, sino que se refuerza algo más profundo: el sentido de pertenencia.

Sentirse parte de algo es una necesidad humana esencial. Va más allá de compartir un espacio o unas costumbres; implica reconocerse en el otro, saberse acogido y encontrar un lugar donde uno puede ser sin necesidad de justificar su presencia. En Sevilla, ese sentimiento se manifiesta en el sonido de una banda de cornetas y tambores, en el esfuerzo de los costaleros, en el compás de unas sevillanas o en la majestuosidad de la portada iluminada.

Para las personas con grandes necesidades de apoyo, este sentimiento adquiere una dimensión aún más significativa. No se trata solo de participar en una actividad, sino de formar parte de una vivencia colectiva que les reconoce, les incluye y les celebra. Durante estas fechas, nuestros usuarios no son espectadores; son protagonistas de su propia experiencia. Hemos tenido el privilegio de compartir con ellos estos momentos y comprobar cómo la emoción, la alegría y la conexión con su entorno se expresan de manera auténtica. Cada sonrisa, cada mirada y cada reacción



nos recuerdan que la identidad no entiende de barreras. Esta vivencia tampoco sería posible sin el compromiso del equipo profesional y humano del centro. Un equipo que, más allá de su labor técnica, construye vínculos. Porque trabajar en este ámbito no es solo acompañar o asistir; es también compartir emociones y crecer junto a las personas a las que apoyamos.

La relación entre profesionales y usuarios se asemeja, en muchos aspectos, a las tradiciones que celebramos. Como en una banda de cornetas y tambores, donde cada integrante tiene su función pero es el conjunto el que emociona. Como en un paso de Semana Santa, donde el esfuerzo coordinado permite avanzar con sentido. O como una sevillana, que cobra vida cuando se baila en compañía. En nuestro día a día también construimos comunidad,

generamos identidad y creamos espacios donde cada persona puede sentirse parte de algo más grande. Y eso, en el ámbito de la discapacidad, es especialmente valioso. Cuando una persona se siente incluida y reconocida, se fortalecen su bienestar, su autoestima y sus oportunidades de desarrollo.

Estas fechas nos recuerdan por qué hacemos lo que hacemos. Nos invitan a mirar más allá de la rutina y a reconectar con lo esencial: las personas, los vínculos y la emoción compartida. Porque la verdadera inclusión no se mide solo en términos de acceso, sino también en la capacidad de generar pertenencia. Ese es nuestro mayor compromiso: seguir construyendo un espacio donde cada persona pueda sentirse parte de una cultura, de una comunidad y de una historia que se escribe entre todos.



¡Feliz Cumpleaños Presidente!

Como cada año, quisimos rendir un cariñoso homenaje a nuestro Presidente, Fernando Martín Vicente, con motivo de la celebración de su cumpleaños. En esta ocasión, decidimos sorprenderle de la forma que más le emociona y que mejor refleja los valores que comparte con nuestra entidad: mediante una celebración eucarística en la capilla del Cristo de Medinaceli, ubicada en el Centro San Vicente de la Fundación ANDE.

La ceremonia constituyó un momento especialmente emotivo y lleno de significado para todos los asistentes. La Santa Misa fue oficiada por el sacerdote José Pérez, quien cada domingo acompaña espiritualmente a los usuarios y familias que participan en las eucaristías celebradas en este espacio tan querido para nuestra comunidad.

A este entrañable acto acudieron usuarios, colaboradores, familiares y amigos, que quisieron unirse en oración para dar gracias por la vida de nuestro Presidente, así como por su dedicación, compromiso y cercanía a lo largo de los años. La celebración estuvo marcada por un profundo ambiente de recogimiento, fraternidad y alegría compartida.





CUMPLEAÑOS | A DESTACAR



Uno de los momentos más destacados de la jornada fue la participación de nuestro coro, que por primera vez intervino en una ceremonia de estas características. Su actuación conmovió a todos los presentes, interpretando con gran sensibilidad piezas tan significativas como

el Himno de la Alegría y un emotivo Padre Nuestro, que llenaron la capilla de emoción y espiritualidad.

Como colofón a esta solemne y entrañable celebración, compartimos una tarta de cumpleaños en un ambiente de afecto y convivencia, acompañada por el tradicional



“Cumpleaños Feliz”, cantado con entusiasmo por todos los asistentes. Un sencillo pero significativo gesto con el que quisimos expresar nuestro cariño y nuestros mejores deseos a nuestro Presidente en una fecha tan especial.

¡Por muchos más años Presidente!

Detalles de centros y usuarios

Desde el equipo de profesionales del Centro de Día San Alfonso queremos sumarnos a esta felicitación y trasladarle nuestro más sincero reconocimiento.

Su compromiso constante, su calidad humana y su implicación con las personas usuarias y sus familias hacen posible que nuestro trabajo tenga un valor aún más especial. Gracias por impulsar iniciativas y actividades que mejoren la calidad de vida de las personas y por apoyar siempre espacios de convivencia, ocio e inclusión tan importantes para todos.

Es un orgullo formar parte de una entidad liderada por alguien con tanta cercanía, humanidad y dedicación.

La deseamos muchos años más de salud, felicidad y éxito, para seguir compartiendo juntos tantos momentos inolvidables.

Con afecto y admiración,

Profesionales de Centro de Día San Alfonso




Estimado Don Fernando Martín:

Hoy queremos dedicarle unas palabras de nuestro cariño, respeto y agradecimiento por todo lo que haces por nosotros.

Para las personas usuarias del Centro de Día San Alfonso eres mucho más que el presidente de Fundación ANDE. Eres una persona cercana, amable y siempre dispuesta a ayudarnos cuando tenemos un problema o cuando necesitamos apoyo. Nos haces sentir importantes, escuchados y queridos.

Gracias por tu alegría, por tu forma de tratarnos y por hacer posibles tantas experiencias bonitas para nosotros. Gracias a ti podemos disfrutar de excursiones, salidas y días especiales que nos llenan de ilusión. Nunca olvidaremos esos momentos, las risas compartidas y, sobre todo, ¡las visitas al Parque de Atracciones! jajajaja. Son recuerdos muy felices que guardaremos siempre en nuestro corazón.

Queremos que sigas muchos años más con nosotros, acompañándonos, cuidándonos y regalándonos tu tiempo y tu cariño. Personas como tú dejan huella para siempre y nunca te vamos a olvidar.

Te queremos muchísimo y deseamos que la vida te devuelva todo el bien que haces cada día por tantas personas.

Con todo nuestro cariño,

Las personas usuarias del Centro de Día San Alfonso



Los buenos deseos de uno de nuestros usuarios

Del Centro de Día San Alfonso



Tú Sí Que Vales 2026: el talento volvió a brillar en Usera

El pasado 15 de abril, el Centro Juvenil Pipo Velasco de Usera se convirtió en el escenario de una de las citas más esperadas del año: una nueva edición de "Tú Sí Que Vales", el concurso de talentos de Fundación ANDE que reúne a personas de distintos centros para compartir sus habilidades, creatividad y entusiasmo.

Una vez más, la música, el baile, la interpretación, el humor y diferentes modalidades artísticas fueron los grandes protagonistas de una jornada llena de ilusión, compañerismo y aplausos. Participantes, profesionales, familiares y público disfrutaron de un encuentro donde cada actuación demostró que el talento no entiende de límites y que el esfuerzo, la dedicación y las ganas de superarse merecen siempre un reconocimiento.

Durante la mañana, los diferentes grupos participantes ofrecieron

actuaciones preparadas con mucho trabajo e ilusión. Cada puesta en escena reflejó meses de ensayos, creatividad y trabajo en equipo, convirtiendo el escenario en un espacio para compartir emociones y celebrar las capacidades de todos los usuarios participantes. Más allá de los premios, el verdadero éxito de esta edición fue volver a encontrarnos, disfrutar juntos y comprobar cómo el arte y la expresión son herramientas que favorecen la inclusión, la participación y el desarrollo personal.



Nuestros presentadores sí que lo valen. Dando comienzo a una mañana de mucho talento.



Esperando su turno para darlo todo en el escenario.



Nos acompañaron con muy buena energía los colegios Edith Stein, Nuestra Señora de Fátima y el instituto Pío Baroja. Todos de Usera.



Una foto para nuestras redes en un mundo digital.



Gracias por venir y disfrutar.



ACTUACIONES: LOS PROTAGONISTAS DEL DÍA

Las actuaciones sorprendieron por su variedad y originalidad. Hubo momentos para cantar, bailar, interpretar personajes, hacer reír y emocionar

al público. Cada propuesta fue recibida con una gran ovación, demostrando el apoyo y cariño existente entre todos los centros participantes. El jurado tuvo una tarea complicada, ya que el nivel artístico y la implicación de los grupos fue extraordinario. Sin

embargo, como ocurre cada año, el espíritu de "Tú Sí Que Vales" va mucho más allá de la competición. Lo importante fue participar, compartir experiencias y disfrutar de una jornada que ya forma parte de la historia de Fundación ANDE.



Y nada más comenzar lo hicimos con un sketch del propio "Tú Sí Que Vales" de la Residencia Carmen Sevilla II de Sevilla.



Un viaje por los éxitos que nos marcan con "La Máquina de la Música" del Centro de Día San Alfonso de Madrid.

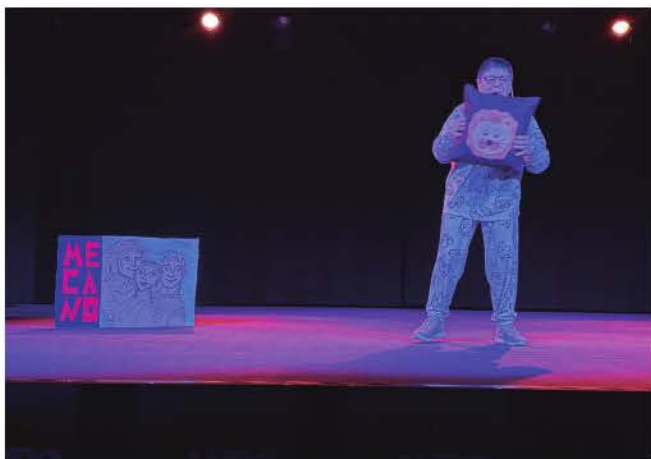


Un viaje a la ganadora de Eurovisión con "La La La" de la Residencia San Martín de Sevilla la Nueva.



No hay mejor ejercicio que el que se hace con ganas y con la canción de las Guerreras K "Golden" de la Residencia San Vicente de Madrid.

"Tú Sí Que Vales es un concurso de talentos en el que los participantes muestran sus habilidades artísticas a través de actuaciones de música, baile, interpretación, humor o cualquier otra disciplina creativa. Su objetivo es poner en valor el talento, el esfuerzo y la capacidad de superación de cada participante. El formato nació en España y se estrenó en televisión el 1 de enero de 2008 en Telecinco".



Nostalgia de temas inolvidables con "La Fuerza del Destino Tributo a Mecano" de la Residencia Carmen Sevilla I de Madrid.



Puro arte en tiempo real con "Música y Arte" de Viviendas con Apoyo de Talavera de la Reina.



Atónitos quedamos con este gran show que mezclaba ilusionismo y humor con "Creadores de Magia" del Centro Ocupacional San Fernando de Madrid.

Ganadores



1º Premio
"Creadores de Magia", Centro Ocupacional San Fernando, Madrid.



2º Premio
"La Fuerza del Destino Tributo a Mecano", Residencia Carmen Sevilla I, Madrid.



3º Premio
"La Máquina de la Música", Centro de Día San Alfonso, Madrid.



La inclusión se sube al escenario

El Teatro Municipal Diéguez, de Colmenar de Oreja en Madrid, acogió una nueva edición de la actividad de sensibilización organizada por la Fundación ANDE. Una jornada centrada en la importancia de la inclusión de las personas con discapacidad, para un público muy especial. Alumnos de Educación Primaria de los centros educativos de Colmenar de Oreja acudieron a disfrutar de la magia del teatro.

El acto contó con la presencia del Presidente de la entidad, Fernando Martín Vicente, quien dirigió unas palabras a los asistentes al final de la representación. En su intervención destacó el papel fundamental de los más jóvenes en la construcción de una sociedad más justa e inclusiva, invitándoles a reflexionar sobre el respeto a las diferencias y la necesidad de ofrecer las mismas oportunidades a todas las personas.



El imponente Teatro Diéguez de Colmenar de Oreja.



Nuestro pequeño gran público llegando al teatro.



Últimos retoques.

Nuestro Presentador Quique dando comienzo a una velada inolvidable.

El Presidente de la entidad, Fernando Martín Vicente, dirigiéndose a los asistentes.





¡Se abre el telón!

En escena nuestros usuarios de los diferentes centros, interpretando obras dinámicas, cargadas de emoción y mensajes que consiguieron captar la atención de los escolares y público en general desde el primer momento. A través de distintas situaciones cotidianas, la representación trasladó valores como la empatía, el compañerismo y el respeto a la diversidad, fomentando la

reflexión sobre las barreras que todavía encuentran muchas personas con discapacidad.

La participación de usuarios de la Fundación permitió acercar a los alumnos una visión real y cercana de la discapacidad intelectual. Este contacto directo favoreció el intercambio de experiencias y contribuyó a derribar estereotipos, convirtiendo la

jornada en una auténtica experiencia de convivencia e inclusión. El teatro volvió a demostrar su capacidad como herramienta educativa y de transformación social, transmitiendo mensajes que difícilmente se olvidan y ayudando a sensibilizar a las futuras generaciones sobre la importancia de construir entornos accesibles e inclusivos para todos.



Walt Disney aplaudiría con "Blanca Nieves y los Siete Enanitos" de la Residencia Carmen Sevilla II de Sevilla.



Una inmersión por el mundo del arte y las emociones con "El Museo de las Emociones" de la Residencia San Martín de Sevilla la Nueva.



Nos contagiamos de felicidad con "Hakuna Matata, ¡Qué Bonito es Vivir!" de la Residencia Carmen Sevilla I de Madrid.



Ponernos en el lugar del otro es un acto de empatía, así nos lo mostraron con "Las Gafas de Sentir" la Residencia San Vicente de Madrid.



¿Quién no se ríe con Lina Morgan? Pues nosotros mucho más con esta divertida parodia: "Sketch con humor" de Viviendas con Apoyo de Talavera de la Reina.



Aunque su nombre fuera confuso, entendimos muy bien el bonito mensaje con "Qué Lío de Emociones" del Centro de Día San Alfonso de Madrid.



Cerramos con un gran aplauso y honor a este maravilloso género con "La Vida es Puro Teatro" del Centro Ocupacional San Fernando de Madrid.



Ganadores



"El Museo de las Emociones",
Residencia San Martín de
Sevilla la Nueva.



"La Vida es Puro Teatro", Centro Ocupacional
San Fernando de Madrid.



"Sketch con humor" de Viviendas con
Apoyo de Talavera de la Reina.



**Mención
especial**

"Hakuna Matata ¡Qué Bonito es
Vivir!" de la Residencia Carmen
Sevilla I de Madrid.

Y nuestra tradicional
merienda bailable



Foto de familia.



El Presidente de Ande, Fernando Martín, charlando
con los usuarios.

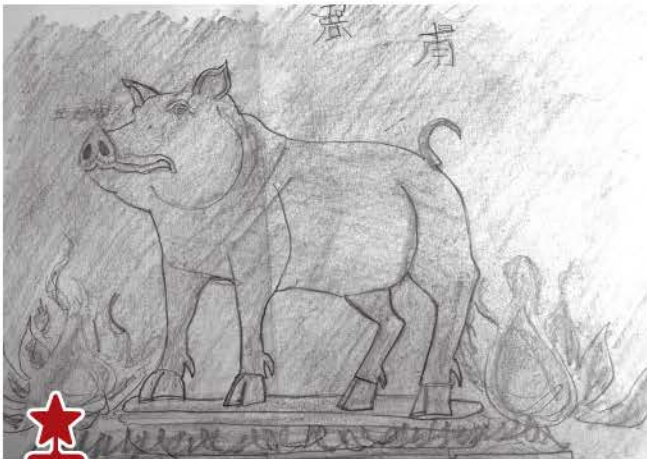


El calendario chino

Con el objetivo de acercar a los usuarios a la riqueza cultural y simbólica del calendario chino, organizamos el concurso de dibujo, a lápiz o carboncillo, de 2026 inspirándonos en sus doce animales zodiacales y las tradiciones asociadas a este sistema

milenario. Los participantes pudieron expresar su imaginación y talento artístico, interpretando de forma personal los elementos de tal calendario, dando lugar a una variada colección de obras llenas de originalidad y significado.

Ganadores



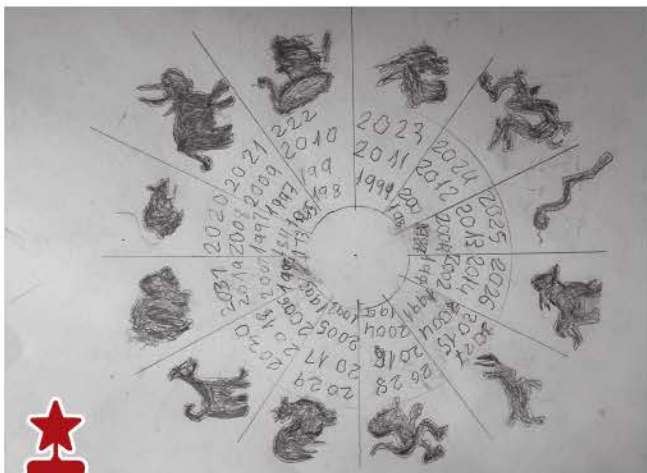
1^{er}
Premio

"Cerdito Caliente", Andrés Álvarez de Viviendas con Apoyo de Talavera de La Reina.



2^o
Premio

"Rata", Daniel Jiménez de la Residencia Carmen Sevilla I de Madrid.



3^{er}
Premio

"Todos los Años Juntos", Armando Cadalso de Residencia La Paz de La Puebla de Montalbán.



Mención especial

"Montaña Silenciosa", Alberto Coronel de Centro Ocupacional San Fernando de Madrid.



Aplicaciones del día a día

“Aplicaciones del día a día” es un curso de capacitación digital impulsado por la Fundación Orange y la Fundación FDI dentro del **proyecto Reto Rural Digital**. Nos visitaron en Fundación ANDE para ayudar a nuestros usuarios a hacer un uso correcto y responsable de sus dispositivos digitales. A enseñarles a los participantes cómo usar aplicaciones móviles y plataformas en línea para resolver necesidades prácticas del día a día, como gestiones bancarias, salud, transporte y comunicación.

Los contenidos que se trabajaron fueron:

- uso básico del *smartphone*,
- ciudadanía e identidad digital,
- compras y banco *online*,
- seguridad en Internet y en las Redes Sociales,
- contenidos audiovisuales o
- uso responsable de la tecnología entre otros.

¡Muchísimas gracias! Fue de gran utilidad.



“Aplicaciones del día a día” es un curso de capacitación digital impulsado por la Fundación Orange y la Fundación FDI dentro del proyecto Reto Rural Digital.





Plantas de la Amistad

Fundación ANDE participó en el proyecto del cortometraje documental "Las Plantas de la Amistad" de la Universidad Rey Juan Carlos y COMKIDS, Grupo de Investigación de Alto Rendimiento en Comunicación y Menores URJC. Junto

con los alumnos del colegio de Nuestra Señora del Carmen de Villaverde Alto, fuimos protagonistas de una propuesta artística y educativa centrada en el uso del llamado lenguaje claro y/o lectura fácil. El documental narra un proceso que

combina música, expresión corporal, teatro y sensibilización ambiental, mientras se asiste a la creación colectiva de la fábula (representada en una obra de teatro). ¡Qué ganas de que se estrene!

Aquí el detrás de cámaras:



De viaje: donde el tiempo se detiene

Como cada temporada, volvemos a disfrutar de increíbles viajes en los más sugerentes rincones de España y del mundo. Destinos con las zonas más bellas, acogedoras y culturales. ¿Cuáles serán los próximos?

Salamanca

Un viaje a Salamanca puede convertirse en una experiencia inolvidable gracias a la combinación de historia, cultura y ambiente universitario que caracteriza a la ciudad. Pasear por sus calles empedradas permite descubrir monumentos emblemáticos

como la Plaza Mayor de Salamanca, considerada una de las plazas más bellas de España, así como la impresionante Catedral y la histórica Universidad. La riqueza patrimonial de la ciudad, convierte cada rincón en una oportunidad para crear recuerdos únicos.





La Cantuérzana y Porzuna

Nos fuimos de excursión a La Cantuérzana, en San Martín de Montalbán, y a Porzuna, jornadas llenas de descubrimientos y buenos momentos. Rodeados de naturaleza y paisajes característicos de Castilla-La Mancha, los usuarios disfrutaron de un día de convivencia, paseo y contacto con el entorno. Entre senderos, zonas verdes y rincones con encanto, se alejaron de la rutina y pudieron valorar la riqueza natural y cultural de estos dos municipios.



Norte de Portugal

Amanecer en Oporto, donde el Duero acaricia *ribeiras* antiguas y puentes de hierro. Rumbo a Guimarães, cuna de piedra y castillos medievales, respirando historia pura. Braga nos sorprende con su fe barroca y jardines serenos, alma espiritual. Aveiro dibuja canales con *moliceiros* de colores, Venecia atlántica. Finalmente, Viseu aguarda, serena, entre granito, vinos nobles y tradición. Norte inolvidable.





Expresa tu amor

Y aunque ya febrero pasó hace unos meses, nunca es tarde para dar y recibir amor. Volvimos a convocar una nueva edición de nuestro concurso "Expresa tu Amor", una de las iniciativas más recientes, y una vez más nos emocionó el material recibido. Cada propuesta

reflejó, de manera única y auténtica, distintas formas de expresar el cariño, la amistad, el agradecimiento y los vínculos que nos unen. A través de sus creaciones, nuestros usuarios compartieron su creatividad.

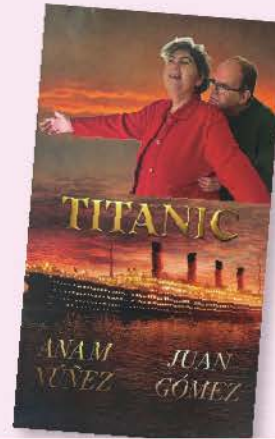
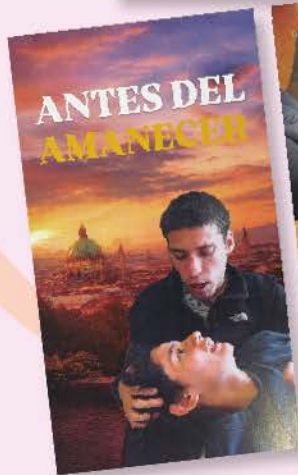
Como ocurre en cada edición, la calidad y el significado de los trabajos

presentados hicieron que la tarea del jurado fuera especialmente desafiante. Elegir a los ganadores resultó lo más difícil, ya que detrás de cada propuesta hubo dedicación y entusiasmo.

Ganadores



1er PREMIO
Centro de Día San Alfonso,
Madrid



2º PREMIO
Residencia Carmen Sevilla II, Sevilla



3er PREMIO
Residencia Carmen Sevilla I, Madrid



Freddy López Ramos

Coordinador Informático
de Recursos Humanos

PARA EMPEZAR

❖ ¿Qué es lo que más le ha marcado en esta vida?
Una operación de columna fue un proceso muy duro, luego de la operación mi calidad de vida cambió favorablemente.

❖ ¿Cómo ha cambiado su vida desde que forma parte de la institución?
De manera positiva, al trabajar con muchas personas he aprendido a relacionarme y a tener una mejor comunicación.

EN DIEZ PREGUNTAS

- 1 ¿Por qué se dedica a lo suyo?
Desde pequeño siempre me ha llamado la atención la tecnología. Mi primer ordenador me lo regalaron mis padres a los 10 años, lo primero que hice fue desarmarlo y quitarle todas las piezas, desde ese momento comenzó mi curiosidad por la informática.
- 2 ¿Una fórmula para triunfar en su puesto?
Constancia, disciplina y aprendizaje, anteriormente en el área de la informática y la tecnología las cosas podrían tardar años en actualizar, hoy en día eso pasa en meses y con nuevas modalidades, es fundamental prepararse día a día, es como la medicina, nunca se deja de estudiar.
- 3 ¿Qué le haría tirar la toalla?
Nada, en la vida hay obstáculos, pero uno siempre mirando hacia adelante.
- 4 ¿A quién le hace caso?
A las personas sabias con experiencias.
- 5 ¿A quién le cuenta sus secretos?
Soy muy reservado, se quedan conmigo.
- 6 ¿A quién evita?
A las personas que le gusta estar al tanto de todo o son indiscretas con la vida de los demás.

- 7 ¿Cuál es su frase de cabecera?
¡Dios mediante!
- 8 ¿Un proyecto a cumplir?
Tener mi propia empresa.
- 9 ¿Cómo recarga baterías?
Todo el fin de semana en casa viendo Netflix.
- 10 ¿Qué le deja sin palabras?
La hipocresía y la falsedad.

EN 10 PALABRAS

- **A quién admira:** A mis padres.
- **A quién envidia:** A nadie.
- **Una tentación:** El dulce.
- **Una debilidad:** Las personas en estado de vulnerabilidad.
- **Un placer:** Una buena comida.
- **Un libro:** El arte de la guerra de Sun Tzu.
- **Un cuadro:** "La última Cena", de Leonardo Da Vinci.
- **Una película:** Lágrimas del sol.
- **Un lugar:** La playa.
- **Una última cena ¿con quién y qué?:** Con mi familia y un buen asado.



Jornadas Culturales 2026

“La Fundación ANDE tiene el placer de daros la más cálida bienvenida a sus Jornadas Culturales 2026, un espacio de encuentro donde la creatividad, la inclusión y la ilusión se unen para celebrar lo que nos hace únicos. Un año más, abrimos nuestras puertas con entusiasmo para compartir experiencias que inspiran, emocionan y construyen comunidad. Para estos días hemos preparado una programación diversa pensada para todos. La cultura se vivirá a través de talleres artísticos, exposiciones, actividades musicales, representaciones teatrales y espacios participativos en los

que podremos expresarnos y vivir nuevas aventuras. Lo que convierte estas Jornadas en una oportunidad especial para poner en valor el talento, la diversidad y el esfuerzo de todas las personas que forman parte de la familia ANDE. Os invitamos a vivir estas jornadas con el corazón abierto, a participar, a aprender y, sobre todo, a disfrutar. Que comiencen los días más especiales del año.”

Fernando Martín Vicente
Presidente Fundación ANDE

Residencia Carmen Sevilla I

Desde Ciudad Lineal en Madrid, disfrutamos de unos días llenos de actividades, aprendizaje y diversión. Los usuarios, familiares y visitantes disfrutaron de una visita y entrenamiento junto al Sporting de Hortaleza, además de acercarse al mundo de las motos Harley y los tatuajes. También conocieron más sobre los flamencos y se adentraron en la riqueza de la cultura africana, viviendo experiencias enriquecedoras y muy especiales.





Residencia Carmen Sevilla II

Del 16 al 18 de abril, extendiéndose hasta la Feria de Abril de 2026, se llevaron a cabo unas jornadas culturales en Sevilla, llenas de experiencias, tradición y diversión. Los residentes disfrutaron de la visita a las tradicionales casetas de feria, además de conocer de cerca un santuario de burros. También participaron en un taller de decoración de abanicos y recibieron en el centro a un grupo de música flamenca, compartiendo momentos increíbles en comunidad.





Centro Ocupacional San Fernando

Y para finalizar, cerramos estas primeras jornadas de la temporada en Madrid. El Centro Ocupacional de San Fernando destacó con su jornada de intercentros centrada en la India, a la que no le faltó detalle.

También visitaron y disfrutaron de una gran comida en el Pantano de San Juan. Baile, cine y una rica barbacoa cerraron estos inolvidables días.





Al día con nuestras residencias y centros

Nos damos una rápida vuelta sobre lo que han sido estos meses de actividades, talleres y excursiones de nuestros centros y residencias. Nunca hay tiempo para aburrirse y menos para cruzar los brazos, nuestros chicos siempre predispuestos a conocer, aprender, culturizarse, ayudar y sobretodo, divertirse. Todos somos uno.

Incluir a personas con discapacidades en las actividades cotidianas y animarlas a que tengan roles similares a los de sus compañeros que no tienen una discapacidad garantiza que haya políticas y prácticas adecuadas vigentes en una comunidad u organización.



Tiempo de diversion en Circo Price.



Ayopando al equipo de La Puebla de Montalbán.



La Residencia La Paz con su equipo.



Bonitos recuerdos e importante mensaje en el día de la mujer.



Taller "Jugando con los sentidos y la imaginación".



Más del taller.



Haciendo llaveros de colores.



Resultado del taller de llaveros.



Recordando La Pascua.



Misa celebrando a San José.



También comulgamos.



Juegos reunidos.



Dibujando y aprendiendo sobre nutrición consciente.



La importancia de un plato saludable.



La Feria de abril toma Madrid.



Educación vial. La calle es de todos.



¡Qué arte el de nuestros usuarios!



¡Y olé!



Una gran fiesta andaluza.



De paseo por las joyas del Pardo.



Salir de excursión siempre es una buena idea.



Aprendiendo a hacer abanicos.



¿Y de qué equipo vamos a ser? Pues del Real Madrid.



Así se ve y se siente la Amistad.



Abanicos para la temporada de verano.



Concentrados en nuestra actividad de música.



Los estudiantes de peluquería y estética del colegio Rafaela Ybarra, mimándonos con una manicura.



En estos tiempos



La Policía Nacional ha presentado un **cuaderno de pictogramas** con el que quiere mejorar la atención policial a las víctimas de delitos sexuales que tienen dificultades de comunicación, ya sea para comprender preguntas o expresarse. Gracias al cuaderno las víctimas podrán comunicarse a través de imágenes, con las que podrán indicar situaciones, emociones o hechos.



La **contaminación atmosférica es la causa de 8,1 millones de muertes al año**, que equivaldría a más de una de cada ocho muertes en el mundo, según datos de la Organización Mundial de la Salud y del informe "Estado del aire global" del Instituto de Efectos de la Salud de Estados Unidos. Las

áreas urbanas, donde vive la mitad de la población mundial, es donde se concentran los contaminantes, procedentes de procesos industriales, quema de combustibles fósiles y biomasa.



La **plataforma Control Z**, que agrupa a una docena de sociedades médicas, ha publicado un documento sobre "Protección de niños, niñas y adolescentes en entornos digitales", en el que recomienda cero horas diarias ante pantallas a menores de 6 años, y hasta los 12 lo limitan a un máximo de una hora diaria supervisada, avisando de los efectos perniciosos en lo físico y mental, entre ellos la ansiedad y la hiperactividad.

El **Reino Unido ha decidido prohibir por ley que los nacidos después de 2008 fumen**. Esta ley impedirá no solo vender productos de tabaco a los que actualmente son menores de 17 años, sino que también prohibirá

vapear en vehículos que transporten niños, en parques infantiles o inmediaciones de colegios y hospitales. Por supuesto, las asociaciones anti tabaquismo están muy satisfechas.

España duplica la media europea en trasplantes de médula de donantes voluntarios no emparentados, que ha aumentado un 25 % en dos años, según la Organización Nacional de Trasplantes (ONT). Un dato significativo es el rejuvenecimiento del registro: los donantes del último año de media tenían 27 años, mientras la media general es de 40.



Rafa Jódar nos ha regalado grandes momentos en el último Masters 1000 de Madrid, donde se mostró como toda una promesa del tenis a sus 19 años. Lamentablemente, el ganador del Masters, Jannik Sinner, fue quien lo eliminó en cuartos. Pero el buen sabor de boca queda y las esperanzas de verlo conseguir mucho más, también.

Va de cifras

Cerca de la mitad de jóvenes (**47,3%**) de 26 a 34 años que vive con sus padres lo hace porque no puede **pagarse un alquiler (34,6%)** o no puede comprar un piso (**12,7%**), como recoge la Encuesta de Condiciones de Vida sobre dificultades de acceso a la Vivienda en 2025, del Instituto Nacional de Estadística.

Continúa la tendencia a la escasez de vivienda en 2026, en el que se espera que caerá un **2,1%**, según previsiones del Observatorio del Alquiler, que cifra la cantidad disponible este año en **669.529**, **14.391** menos que en 2025.



SÍ te lo vas a creer (y además es verdad)

El **coste medio de una boda en España** es de casi 25.000 euros, según el último informe del portal bodas.net elaborado en colaboración con la Escuela Superior de Administración y Dirección de Empresas (Esade). El sector nupcial representa entre 4.000 y 4.500 millones de euros, un 0,25% del PIB. Aunque el número de ceremonias ha descendido, han aumentado los servicios por evento.

El **gasto por celebración de nacimiento** asciende a 3.500 euros, según informes de entidades financieras como Younited Credit. Y por comuniones, cuya media de invitados están en 50, el gasto medio sería de 6.800 euros, según la Asociación Española de Consumidores, lo que representa un encarecimiento del 21% en 2026.



NO te lo vas a creer (pero es cierto)

El **número de mujeres víctimas de violencia de género** con órdenes de alejamiento ha descendido un 3,8 en 2025, alcanzando las 33.373. Por otra parte, han aumentado un 74%, situándose en 9.513, las de violencia doméstica (sobre cualquier miembro del entorno familiar), aunque también es mayoritaria sobre las mujeres.

Una de cada 15 mujeres en el mundo (el 6,8%) sufre depresión posparto en el año después de dar a luz, como recoge una revisión sistemática publicada en la revista The Lancet Psychiatry. La prevalencia de la depresión posparto es más alta las dos primeras semanas después del parto.



Y además...

Días de deporte y medallas

Audrey Pascual, esquiadora madrileña de 21 años, fue la que consiguió las medallas de la delegación española en los pasados Juegos Paralímpicos de Invierno Milán-Cortina 2026, donde sumó cuatro: ganó dos oros (supergigante y combinada alpina), una plata (descenso) y un bronce (eslalon sentado). No hay límites para quien trabaja duro y con ilusión.

Llevábamos tiempo sin catar metal en los Juegos Olímpicos de invierno, cuando en Milán-Cortina 2026 Ana Alonso, a la que solo unos meses antes habían atropellado y roto los ligamentos de la rodilla izquierda, y pocos daban nada por ella, ganó el bronce en la prueba de esprint individual femenino. Una demostración de que vale la pena perseguir los sueños.

Y la alegría de toda España en los Juegos Olímpicos de Milán-Cortina siguió veinte minutos después, cuando Oriol Cardona conseguía la medalla de oro en esquí de montaña. Pero todavía quedaban metales por recoger: la



medalla de bronce que se llevaron Ana y Oriol 48 horas después en relevos mixto de "skimo".

Estas tres medallas en unos solos juegos olímpicos contrastan con las cinco logradas por España anteriormente: la primera en 1972 de Paquito Fernández Ochoa, oro en eslalon de esquí alpino; en 1992 de su hermana Blanca, bronce en la misma disciplina; la tercera en 2018 de Regino Hernández, bronce en snowboard cross; la cuarta de Javier Fernández el mismo año, bronce en patinaje artístico; y la quinta en 2022, de Queralt Castellet, plata en halfpipe femenino.



Pensando en nuestros lectores con discapacidad intelectual, dedicamos estas dos páginas especialmente para ellos, con contenidos interesantes y supervisados por el grupo de Lectura Fácil de ANDE.

El sistema solar



¿Qué es el sistema solar?

- El Sistema Solar es el lugar donde están el Sol y los planetas.
- Todos los planetas giran alrededor del Sol.
- El Sol da luz y calor.

El Sol

- El Sol es una estrella muy grande.
- Está muy caliente.
- Sin el Sol no habría vida en la Tierra.



Los planetas

El sistema solar tiene 8 planetas:

1. Mercurio
2. Venus
3. Tierra
4. Marte
5. Júpiter
6. Saturno
7. Urano
8. Neptuno

La Tierra

- La Tierra es el planeta donde vivimos.
- Tiene agua y aire.
- La Tierra tiene una luna.
- La Luna gira alrededor de la Tierra.

Otros cuerpos del espacio

- También hay asteroides y cometas.
- Los asteroides son rocas que viajan por el espacio.
- Los cometas tienen hielo y polvo.

La Vía Láctea

- El sistema solar está dentro de la Vía Láctea.
- La Vía Láctea es una galaxia.
- Una galaxia tiene millones de estrellas.

Resumen

- El sistema solar está formado por el Sol y los planetas.
- Todos giran alrededor del Sol.
- La Tierra es nuestro hogar.





El significado de la visita del Papa, León XIV, a España

Por: Padre Antonio Manuel Lucero.

La visita de Papa León XIV a España es un acontecimiento muy especial para millones de personas creyentes. Más allá de la importancia institucional o política, este viaje tiene un profundo significado espiritual y humano. Para muchas familias cristianas, la llegada del Papa representa un tiempo de alegría, reflexión y renovación de la fe.

El Papa es visto por muchos fieles como un guía espiritual que acompaña, escucha y anima a las personas en momentos de dificultad. Sus palabras suelen transmitir cercanía, paz y esperanza. En un tiempo marcado por preocupaciones sociales, guerras y soledad, su presencia recuerda la importancia de la fraternidad y del cuidado hacia los demás.

España mantiene una relación histórica muy profunda con la tradición cristiana. Sus iglesias, celebraciones religiosas y caminos de peregrinación forman parte de la vida cultural y espiritual del país. Por eso, la visita papal también puede servir para fortalecer los valores de solidaridad, respeto y ayuda a quienes más lo necesitan.

UN MENSAJE DE UNIÓN Y CERCANÍA

Uno de los aspectos más importantes de esta visita es el mensaje de unión entre las personas. El Papa suele insistir en la necesidad de construir puentes y evitar el enfrentamiento. Su presencia invita a mirar al prójimo



“Que esta visita sea un signo de esperanza.”
Papa León XIV

El actual Papa Leon XIV, elegido el 8 de mayo de 2025.



Visita al Papa en El Vaticano de los Reyes de España.

con compasión y a recordar que todas las personas tienen dignidad.

Durante su estancia, muchas personas participarán en misas, encuentros y actos religiosos. Para algunos será una experiencia emocionante e inolvidable. Otras personas seguirán los actos desde sus casas, pero también sentirán que forman parte de un momento importante para la comunidad cristiana.

La visita de Papa León XIV también puede inspirar a los jóvenes a acercarse más a valores como la paz, el servicio y la empatía. Su mensaje suele animar a vivir con sencillez y a no olvidar nunca a quienes sufren.

Para muchos creyentes, esta visita dejará una huella profunda en el corazón de España: la imagen de una Iglesia cercana, abierta al diálogo y comprometida con la esperanza.



Líderes religiosos

Por: Zíngara.

PAPA CATÓLICO

Voz de unidad y esperanza para el mundo católico



El Papa es el máximo líder de la Iglesia católica y guía espiritual de millones de personas en todo el mundo. Vive en la Ciudad del Vaticano y es considerado el sucesor de San Pedro. Su misión principal es enseñar la fe cristiana y transmitir mensajes de paz, amor y solidaridad. También tiene un papel importante en el diálogo entre religiones y en la defensa de los más pobres y vulnerables. Suele viajar a distintos países para encontrarse con los fieles y fortalecer la comunidad católica. Para los creyentes, el Papa es un símbolo de unidad, esperanza y orientación moral.

papel social y educativo. Su función no se limita al ámbito religioso, ya que también suelen acompañar a las personas en momentos importantes de su vida y fomentar valores como la solidaridad, el respeto y la convivencia.

RABINO

Guardián de la memoria y la ley judía



El rabino es el maestro y guía espiritual dentro de la religión judía. Su trabajo consiste en enseñar la Torá, explicar las tradiciones religiosas y acompañar a la comunidad en celebraciones y momentos importantes. Los rabinos son figuras muy respetadas por su conocimiento de los textos sagrados y por su capacidad de orientar a las familias y a los creyentes. También desempeñan una importante labor cultural y educativa para mantener vivas las costumbres y valores del judaísmo.

DALAI LAMA

Sabiduría viva de la compasión universal



El Dalái Lama es el principal líder espiritual del budismo tibetano. Su misión es enseñar valores como la compasión, la paz interior y el respeto por todos los seres vivos. Es una figura muy respetada en todo el mundo por su mensaje de no violencia. Vive en el exilio desde 1959, pero sigue guiando a sus seguidores desde fuera del Tíbet. En 1989 recibió el Premio Nobel de la Paz por su trabajo a favor de la armonía entre las personas.

PATRIARCA ORTODOXO

Custodio de la tradición cristiana oriental



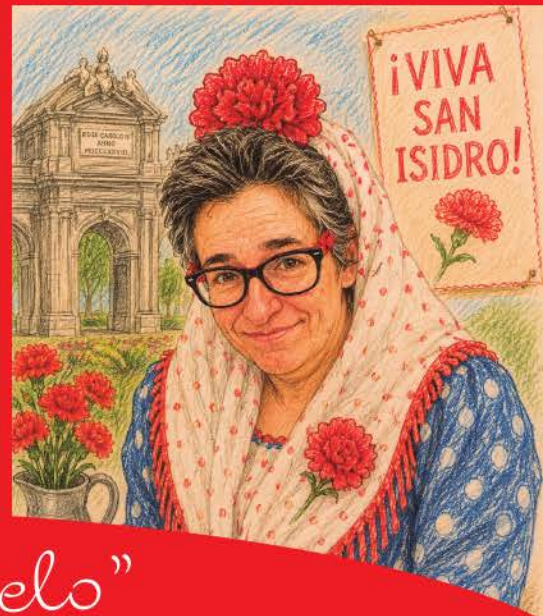
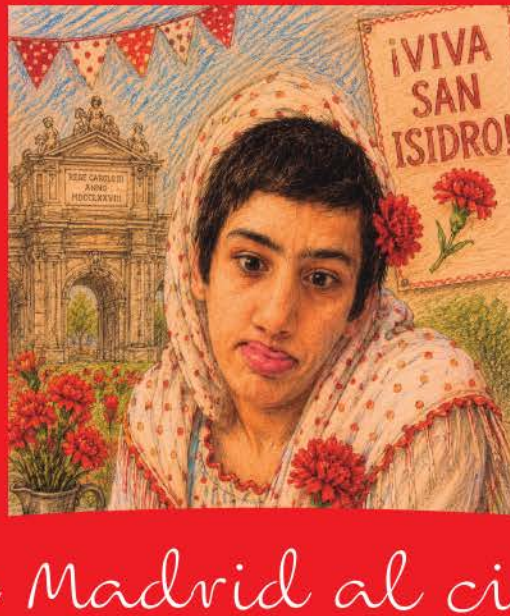
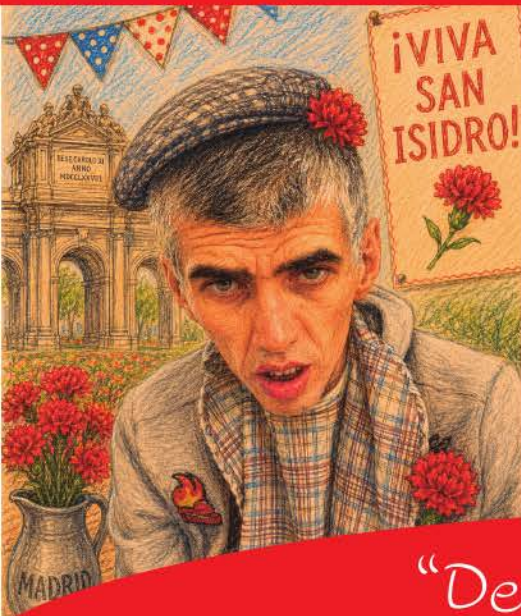
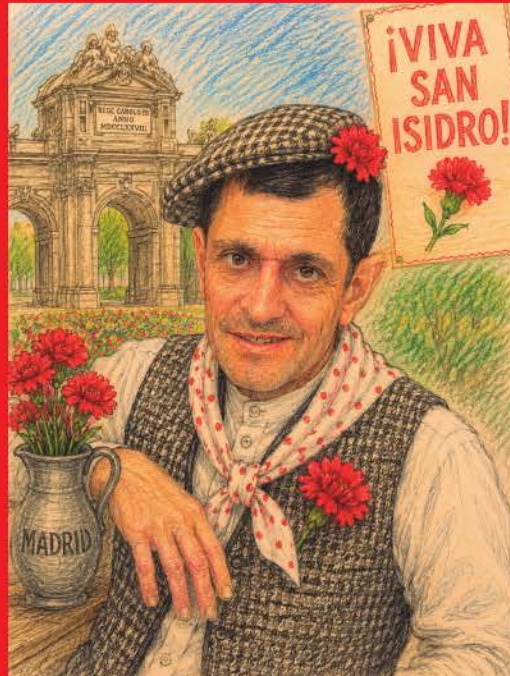
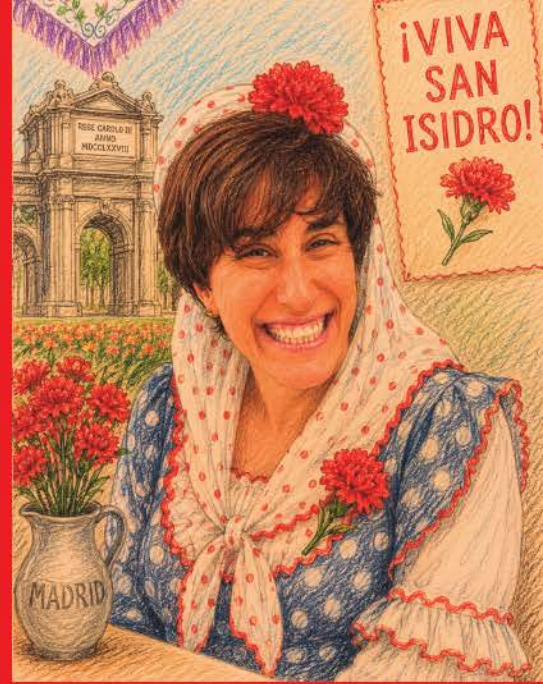
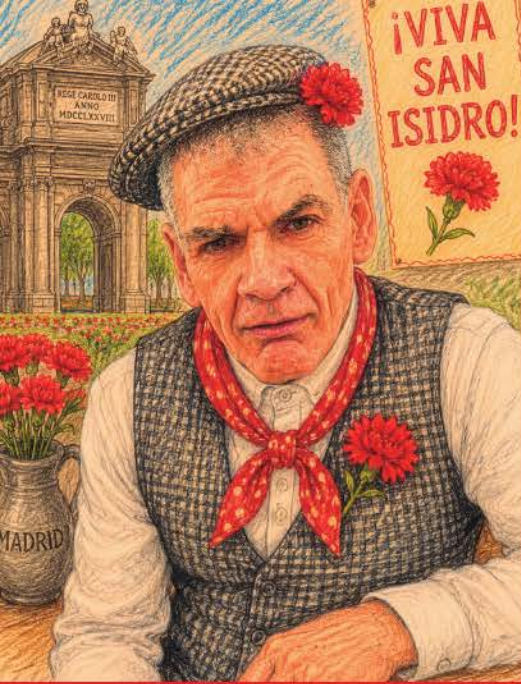
El patriarca ortodoxo es uno de los máximos representantes de la Iglesia ortodoxa y ejerce una importante autoridad espiritual sobre millones de fieles. Su figura está profundamente ligada a las antiguas tradiciones del cristianismo oriental y simboliza la continuidad histórica de la fe ortodoxa. Además de dirigir ceremonias religiosas, los patriarcas participan en encuentros internacionales y en iniciativas de diálogo entre religiones. Para los creyentes ortodoxos, representan la unión entre tradición, espiritualidad y servicio a la comunidad.

IMÁN

Corazón espiritual de la comunidad musulmana



El imán es una figura central dentro del islam y tiene la responsabilidad de dirigir las oraciones en la mezquita y orientar espiritualmente a la comunidad musulmana. Además de enseñar el Corán y las tradiciones islámicas, muchos imanes desempeñan un importante



“De Madrid al cielo”

Luis Quiñones de Benavente, Dramaturgo del Siglo de Oro Español.