



F U N D A C I Ó N

TAMBIÉN

DEPORTE ADAPTADO PARA LA INTEGRACION DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD



TRES AÑOS INTEGRANDO DEPORTIVAMENTE



Acabamos de dejar atrás 2003, Año Europeo de las Personas con Discapacidad. A lo largo de estos doce meses, se nos han ido descubriendo las iniciativas que desde los frentes más diversos se están realizando para la integración social de las personas con movilidad y/o comunicación reducidas. Hemos visto que el acceso a la educación o al mercado laboral, por ejemplo, son temas clave en el camino hacia la igualdad, más allá de las características físicas de cada uno. Sin embargo, la normalización en el ocio no ha hecho más que empezar a despuntar como demanda urgente. Dicho de otra forma, las personas con discapacidad todavía no tienen ni medio cubiertas sus necesidades en el terreno del tiempo libre.

Persiguiendo ese objetivo, el de equiparar oportunidades en el ocio en general y en el deporte en particular, la Fundación También cumple ahora tres años trabajando en la promoción de actividades deportivas adaptadas a las necesidades de las personas con discapacidad. Una empresa sencilla y complejísima a un tiempo porque se trata de normalizar, sí. Se trata de poner a las personas en condición de igualdad, y en ese sentido todos estamos conformes. Pero también se trata de romper barreras físicas, económicas, educativas o personales. Y ahí, todavía quedan muchas cosas por arreglar.

Por eso, en este 2004 que ahora comienza, Año Europeo de la Educación a Través del Deporte, la tarea de la Fundación También sigue siendo doble. Por un lado, continuar con nuestra programación de actividades para todos, sin perder de vista los obstáculos que sabemos que todavía nos quedan por sortear. Por otro, tratar de transmitirte el afán que tenemos por pasárnoslo bien en plena naturaleza, disfrutando de un paseo en bicicleta, de una mañana de pesca o del descenso por una ladera nevada. El primer paso de esta nueva época que iniciamos es el boletín que tienes entre las manos; un vehículo en el que, número tras número, intentaremos demostrarte de que tú también puedes esquiar, volar, navegar, bucear... Que tú también puedes hacerlo.



FUNDACIÓN
TAMBIÉN
DEPORTE ADAPTADO PARA LA INTEGRACION DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

FUNDACIÓN TAMBIÉN

Gutiérrez Solana, 6 - 2º izda.
28036 Madrid
Telf: 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

Teresa Silva

Jefa de Servicios

María Benavides

Coordinadora de Actividades

Eva Guerrero

Asesor Fiscal

Jose María Alhambra

Comunicación

Funelly Comunicación

Patronato de Honor

Ana Botella Serrano (Tercera Teniente de Alcalde y concejala de Empleo y Servicios al Ciudadano del Ayuntamiento de Madrid)
Francisco de Borbón Barucci (In Memoriam)
Álvaro de Orleans-Borbón (Campeón del Mundo de Vuelo a Vela)
Ramón Alonso (Campeón de Europa de Vuelo Acrobático)
Luis Alfonso de Borbón
Antonio Rodríguez "Toñejo" (Campeón de España de Motos de Agua)
Belinda Washington
José Ribagorda
Carmen Echevarría
Albert Llovera (Campeón de Andorra de Rallys)
Iban Calzada (Campeón de España de Esquí Alpino Adaptado)
Federación Madrileña de Deportes para Minusválidos Físicos (FMDMF)
Federación Española de Deportes para Minusválidos Físicos (FEDMF)

FUNDACIÓN TAMBIÉN

Deporte para todos



Salir a correr, dar un paseo en bici, bucear en el mar o perderse en plena naturaleza gracias a una ruta senderista son actividades que a todos nos han tentado, con mayor o menor frecuencia, por poca inquietud deportiva que tengamos. Los más aficionados, los deportistas natos, no necesitan motivaciones externas; llega el fin de semana, hacen el petate y marchan aquí o allá a practicar su deporte favorito. Otros son más remolones, y aunque les pique el gusanillo de poner el cuerpo a funcionar, encuentran una excusa en el cansancio acumulado de la semana, en la falta de tiempo o en un dolor de cabeza. Los hay incluso que ponen como pretexto el hecho de estar sentados en una silla de ruedas. Como si eso fuese suficiente disculpa.

Pero es cierto. Todavía hay gente que piensa que las personas con discapacidad tienen las puertas cerradas a muchas facetas de la vida diaria, entre ellas las actividades deportivas. Son los mismos que hablan de incapacitados, de minusválidos, de subnormales... La Fundación También lleva desde los primeros días de 2001 trabajando a fondo para promocionar en España la práctica de deportes adaptados, actividades que todos puedan realizar independientemente de su condición física, como vía no sólo de participación, sino también de creci-

miento personal, de fomento de la autoestima y de rehabilitación en muchos de los casos.

Hoy, se cuentan por cientos las personas que ya se han unido a la Fundación en alguna de las actividades que programa: cursos de esquí, cursos de buceo, rutas en piragua, recorridos en bicicleta, pesca... Sin embargo, a pesar de que sólo han pasado tres años, mirando hacia atrás se puede ver que ha sido largo el camino recorrido. Y que aún queda mucho por andar.

Empecemos por el principio

En mayo de 1989, Teresa Silva, miembro de la Selección Española de Parapente, sufre un accidente mientras entrenaba para el Campeonato del Mundo que ese año iba a celebrarse en Kössen (Austria). El percance le provoca una paraplejia que le obliga a utilizar una silla de ruedas para sus desplazamientos. Antes de su accidente, Teresa practicaba los deportes más variados: vuelo, esquí alpino, ciclismo, vela, esquí acuático... Por eso, superado el período de hospitalización y una vez reincorporada a su vida habitual, intentó seguir haciéndolo. Pero le resultó imposible; la inexistencia de material adaptado, de monitores especializados o de organizaciones que programasen actividades para personas con movilidad reducida hacían que sus intenciones se desva-

reciesen. Más allá de los paralímpicos, ¿qué persona con discapacidad podía interesarse por el deporte?

El caso es que Teresa no se rindió. En 1998, consigue meter la cabeza en el incipiente mundo del esquí alpino adaptado, y comienza a colaborar con asociaciones y fundaciones del colectivo animándoles a practicar esta actividad y a que experimenten en primera persona la sensación de libertad que el deporte de nieve les puede proporcionar. Dos años más tarde, en 2000, después de recorrer despachos en busca de colaboraciones económicas, consigue crear el Equipo Santiveri de Exhibición y Competición de Esquí Alpino Adaptado. Con él, logra una enorme difusión de esta práctica a través de los medios de comunicación. El éxito obtenido le hace plantearse una meta mucho más ambiciosa: crear la Fundación También.

Durante el año 2001, el Equipo Santiveri participó en numerosas actividades en estaciones de esquí como las de Sierra Nevada, Boi Taüll o Vallter 2000, y se hizo un hueco en los medalleros de los Campeonatos de España y Cataluña, reclamando de paso mejoras en las infraestructuras para usuarios con movilidad reducida. La recién creada Fundación También puso en marcha la primera Escuela de Piragüismo Adaptado de la Comunidad de Madrid, cerrando así un año verdaderamente fructífero. La Escuela realizó cursos en Aranjuez, en el pantano del Burguillo e incluso organizó un viaje a Asturias con más de 30 personas para participar en el descenso del río Sella.

El año 2002 se caracterizó básicamente por dos acontecimientos. En primer lugar, se puso en marcha el programa de esquí alpino adaptado, una de las actividades estrella de la Fundación, orientada a facilitar a las personas con discapacidad el acercamiento al esquí, impulsar la creación de escuelas especializadas por toda la geografía española e informar y prestar ayuda técnica a las estaciones para la eliminación de barreras arquitectónicas. Para ello, diseñaron tres tipos de actuaciones. Por un lado, los cursos de iniciación, desarrollados en la estación madrileña de Valdesquí, con la colaboración de la Federación Madrileña de Deportes para Minusválidos Físicos. Por otra parte, los cursos de progresión, de cinco días de duración, en las estaciones de Sierra Nevada (Granada), gracias a la facilidades y el apoyo prestado por Cetursa - Sierra Nevada. La tercera modalidad, la de competición, estaba centrada en las exhibiciones y entrenamientos del equipo Santiveri.

El segundo de los hechos que marcaron este 2002 llegó en primavera. Fue en ese momento cuando la Fundación

LOS BENEFICIOS DEL DEPORTE

En la actualidad, existen en España tres millones y medio de personas con discapacidad física, psíquica y/o sensorial; el 9 por ciento de la población total. Más allá de la influencia decisiva que el deporte tiene sobre ellas en su desarrollo personal y en el crecimiento de su autoestima, cada vez que se ejercitan físicamente están aportando a su vez beneficios enfocados a hacer más efectiva su rehabilitación fisioterapéutica y pedagógica.

Discapacidad física/sensorial: en personas con este tipo de deficiencias, el deporte y la motivación que éste provoca fomenta esfuerzos que muchas veces superan aquellos que se realizan en sesiones individuales de fisioterapia; se trabajan de forma más exigente ciertos aspectos que de otra forma no se ejercitarían. Además, el deporte por definición contribuye a mejorar las funciones motoras y sensoriales, estimula el crecimiento armónico y previene vicios posturales. Ya en 1944, el doctor Ludwig Guttmann introdujo el desarrollo sistemático del deporte como parte esencial de su programa de rehabilitación de personas con lesiones medulares.

Discapacidad psíquica: el deporte es un punto de referencia básico a la hora de rehabilitar habilidades cognitivas y sociales. La participación en grupo, la búsqueda de estrategias para alcanzar determinadas metas y la toma de decisiones son elementos presentes en las actividades deportivas y que influyen decisivamente en las personas con discapacidad intelectual.



También alcanza un acuerdo con el Parque Juan Carlos I para desarrollar en sus instalaciones un programa multiactividad compuesto por ciclismo (con el patrocinio de Repsol-

Nevada. Pero también ha sido el año de la puesta de largo de actividades como la pesca (la Fundación También fué una de las entidades beneficiarias del Fondo Nike convocado por American Nike en 2002, con la colaboración de la Fundación Empresa y Sociedad), el vuelo de cometas (patrocinado por el Grupo Empresarial MAT) o los cursos de buceo adaptado. Estos últimos, patrocinados por Ferrovial, ofrecen la posibilidad de obtener el título de "Open Water" para poder practicar este deporte con toda la seguridad, además de servir como disparadero hacia un mundo excitante y desconocido; el que respira debajo del mar. Además, a lo largo de 2003, la Fundación También ha conseguido incrementar la oferta de deportes federativos como el tenis en silla de ruedas, y ampliar el material especializado y de transporte necesario con el apoyo inestimable de la Fundación Solidaridad de Carrefour y de las empresas Chrysler, Voxel, Esteban Rivas y Transportes Ruiz. Un año decisivo, sin duda, que tuvo su colofón en diciembre, con una mañana de multiactividad en el Parque Juan Carlos I y con una cena-fiesta por la noche, en la que se proyectaron vídeos, se hizo balance de una temporada en la que más de 600 personas han participado en las actividades de la Fundación y se adelantaron algunos de los retos para 2004, entre ellos la creación de la primera Escuela de Vela Adaptada de la Comunidad de Madrid, la puesta en marcha de una Escuela de Tenis de Mesa o el desarrollo de talleres de escritura creativa junto al grupo Binomio Fantástico.



YPF) y piragüismo (en la actualidad, patrocinado por El Corte Inglés). La iniciativa se convierte rápidamente en un éxito, y decenas de personas empiezan a abarrotar cada convocatoria para perderse por el parque a lomos de una bicicleta que ellos mismos pueden manejar con sus manos o navegar en kayak por la ría

El broche del año, en diciembre, fue el acto de presentación de las nuevas actividades de la Fundación y de entrega de diplomas, presidido por la actual concejala de Empleo y Servicios al Ciudadano del Ayuntamiento de Madrid, Ana Botella, y presentado por el periodista de TVE José Ribagorda.



El pasado 2003 fue el año de la consolidación definitiva del programa de esquí adaptado, gracias a la colaboración de sus patrocinadores: Santiveri, Fundación Telefónica, Fundación Adecco y Cetursa - Sierra

¿Qué pretendemos?

Tan sólo con echar un vistazo a la jovencísima historia de la Fundación También, quedan más que claros sus objetivos. Durante estos tres años, nos hemos encargado de divulgar aquel deporte que funciona como motor de integración de personas con deficiencias físicas, psíquicas o sensoriales. Entrados en faena, hemos organizado todo tipo de cursos deportivos, actividades y eventos relacionados con el deporte adaptado, contando en todo momento con el material necesario para una práctica completamente normalizada. De igual forma, hemos intentado ofrecer un servicio completo de información y asistencia técnica para personas con discapacidad y sus familias, y dotar de formación a personal y voluntarios. Todo esto, además de participar en la divulgación y promoción de las diferentes actividades mediante foros, congresos, charlas orientativas, exhibiciones...

Si hay algo que tenemos claro en la Fundación es que el deporte es una de las vías más eficaces para aprender a superar las dificultades. Por un lado, favorece el desarrollo personal. Por otro, inicia en el camino de la autonomía. Además, el hecho de realizar las actividades al aire libre aporta una sensación de libertad que es indescriptible verdaderamente, y que sólo puede explicarse cuando se ha sentido de la piel para adentro.

Por eso, en estos tres años de historia que ahora cumplimos, hemos podido constatar que muchas de las personas que han participado con nosotros han cambiado en buena parte sus hábitos de vida. Su autoestima ha crecido, y algunos nos hablan de su inquietud por afrontar nuevos desafíos: entrar en el mercado laboral, alimentar su formación académica o simplemente viajar solo en un medio de transporte. - FT



La Fundación También es una institución de interés general y ámbito estatal sin ánimo de lucro, y como tal consigue sus recursos económicos a través de colaboraciones externas. Son esos recursos los que permiten la financiación del material adaptado y de los programas deportivos. Gracias a ellos, la Fundación puede ofrecer bonos de diez sesiones de ciclismo de dos horas de duración por sólo 12 euros, cursos de cinco días de esquí con clases particulares, alojamiento en media pensión, forfait y alquiler de material por 230 euros, o la subvención de gran parte de los costes de todos los programas deportivos que organizatanto de los participantes con discapacidad como de sus acompañantes.

Existen dos vías de colaboración con la Fundación También.

- **PATROCINIOS**, que consisten en la financiación de las actividades por parte de empresas, ya sea parcial o totalmente.
- **APORTACIONES** de socios y colaboradores de la Fundación bien mediante cuotas, bien mediante prestación de servicios o colaboraciones en especie.

Si estás interesado en colaborar con la Fundación, no tienes más que ponerte en contacto con nosotros:

Fundación También
C/ Gutiérrez Solana, 6 - 2º izda.; 28036 Madrid
Tfno.: 91.515.93.76
Fax: 91.515.93.67
fundación@también.org
www.también.org

EQUIPO SANTIVERI DE EXHIBICIÓN Y COMPETICIÓN DE ESQUÍ ALPINO ADAPTADO

El Equipo Santiveri de Exhibición y Competición de Esquí Alpino Adaptado se creó a finales de la temporada de 2000. Desde sus inicios (cada año se incorporan nuevos deportistas), ha estado formado por campeones de España y miembros de la Selección Nacional con diferentes discapacidades físicas. A pesar de que su andadura en la competición es todavía muy corta, en sus vitrinas cuelga ya un total de 38 medallas: doce conseguidas en los Campeonatos de España de 2001, trece en los de 2002, nueve en los de 2003, dos en los Campeonatos de Cataluña de 2000 y otras dos en los de 2001.

Los objetivos del Equipo Santiveri quedaron claramente trazados ya en sus primeras actuaciones. Por un lado, animar a las personas con discapacidad a experimentar en primera persona las sensaciones que proporciona el esquí adaptado. Por otra parte, asesorar técnicamente a las estaciones españolas para adecuar la infraestructura de sus instalaciones y potenciar la creación de escuelas con monitores especializados. Otra de sus metas es desarrollar el afán de superación por medio de

la competición, así como apoyar la progresión de las nuevas promesas de este deporte y fomentar la participación femenina. Sus andanzas han sido seguidas por numerosos medios de comunicación (prensa, radio, televisión e Internet) en cada uno de sus desplazamientos.

El equipo realiza semanas de exhibiciones y entrenamientos en diferentes estaciones de esquí de nuestra geografía y participa en los Campeonatos de España y de Cataluña.



Actividades

- Esquí alpino
- Buceo
- Piragüismo
- Ciclismo
- Pesca
- Vela
- Senderismo
- Quads
- Equinoterapia
- Tenis
- Tenis de mesa
- Tiro con arco
- Esgrima
- Escalada
- Espeleología
- Vuelo de cometas
- Vuelo sin motor
- Esquí acuático
- Golf
- Natación
- Paseos en ultraligero y globo
- Paracaidismo en tandem
- Campamentos
- Cursos especiales de conducción adaptada



DEPORTE ADAPTADO PARA LA INTEGRACION DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Tú TAMBIÉN PUEDES



COLABORADORES:

- Fondo Nike - Empresa Municipal Campo de Las Naciones
- Grupo Recoletos - Digital Press
- Hilti - OCSMedia - Tavira y Botella
- Revista Aire Libre - Revista Quad & Jet
- Revista Polibea Turismo
- Canal de Isabel II - Vía Libre
- Fundación Antoni Serra Santamans
- Conei Cia. - Transportes Ruiz
- Club Internacional del Libro
- FMDMF - FEDMF - Acerbis

FUNDACIÓN TAMBIÉN CON AYUDA DE SUS COLABORADORES Y PATROCINADORES LO HACEN POSIBLE.

PATROCINADORES:

El Corte Inglés

Santiveri

ESTEBAN RIVAS

CREATIVOS DE PUBLICIDAD

COTURSA

CHRYSLER

FUNDACIÓN Telefónica

FUNDACIÓN SOLIDARIDAD

grupo empresarial MAT

SUR MARKET

REPSOL

CAJA MADRID

ferrovial

vexel

FUNDACIÓN ADECCO PARA LA INTEGRACIÓN LABORAL

FUNDACIÓN TAMBIÉN
C/Gutiérrez Solana, 6, 2º Izd. -28036 Madrid, Spain
Tel: 91 515 93 76 - Fax: 91 515 93 67 www.tambien.org

email:
fundacion@tambien.org