

Boletín Semestral

**Mentes
con
Alas**

Comunidad de Vida para
Adultos con Parálisis Cerebral



Venta de bolos 2015

Continuamos con la producción y venta de bolos, parte de las actividades productivas de la Comunidad. Agradecemos a todos nuestros amigos por favorecernos con su compra y así permitirnos ser productivos, recordándoles no se olviden de nosotros en esta Navidad.



¡Nos protegemos!

Con el objetivo de ofrecer un servicio más seguro a nuestra Comunidad, durante los meses de agosto a diciembre se llevaron a cabo acciones de adecuación, equipamiento y capacitación en Protección Civil con apoyo del Programa de Coinversión Social de Indesol y DIF Coahuila.



Capacitaciones al Personal

En la búsqueda constante de armonía y crecimiento personal de todos los integrantes de esta Comunidad, Mentes con Alas ofreció los cursos: "Política ética" para los adultos con Parálisis Cerebral y "Política ética y la actitud de servicio" para el personal, guiados

por la M.E. Brenda Moreno. "Atención plena en el trabajo" impartido por la Lic. Gabriela Ramos Clamont. Y el taller "El arte de la felicidad en el trabajo" impartido por la psicóloga Gilda Urbina.



Día Mundial de la Parálisis Cerebral 2015



Este miércoles 07 de octubre celebramos el Día Mundial de la Parálisis Cerebral. Gracias a la generosidad de Javier Pérez, gerente de Plaza 4 Caminos tuvimos la oportunidad de mostrar al mundo quiénes somos y qué hacemos en el marco de este espacio público, lo que nos brindó una mayor visibilidad.

La inauguración se llevó a cabo a las 9:30 horas en el atrio principal de la plaza con emotivas palabras de nuestro consejero, el Ing. Javier Allegre para continuar con los

talleres de pintura y bisutería.

Simultáneamente, en el local 130 se ofrecieron talleres de sensibilización a alumnos, maestros de diferentes instituciones y público en general.

Por la tarde contamos con presentaciones de artistas laguneros para terminar las actividades con un rico pastel que compartimos con los invitados.

El domingo 11 de octubre concluimos nuestros festejos con la tercera edición de Ruedas con Alas, rodada incluyente organizada en colaboración con Ruedas del Desierto, colectivo lagunero de ciclismo urbano.

¡Muchas gracias a todos los que nos acompañaron!



Uno de los objetivos del Día Mundial de la Parálisis Cerebral, es socializar esta condición de vida, para así crear consciencia, derribar mitos y romper barreras.

Gracias a:

- El Siglo de Torreón y a Yohan Uribe por la publicación en Siglo Nuevo.
- Grupo Milenio por las entrevistas realizadas y por la columna de Federico Ramos, a quien agradecemos su presencia y apoyo continuo.
- Televisa Laguna por su invitación al programa "Hoy Laguna".
- Radio Laguna por el espacio concedido en "Dívalo sin miedo".



Movimiento vital expresivo: la experiencia

Con cuatro años de trabajo en colaboración entre Mentes con Alas, A.C. y Río Abierto Laguna, A.C. los adultos con Parálisis Cerebral, apoyados por la Lic. Gabriela Ramos, en compañía de Pilar Calleja, Estrella Alonso y Cristina Allegre, facilita el taller de Movimiento Vital Expresivo, el cual ha permitido la expresión y liberación de emociones.

“En este taller nos movemos en círculo porque todos somos iguales y así tenemos siempre la posibilidad de mirarnos a los ojos, nadie queda fuera. Nuestro punto de partida es el cuerpo, usamos la música, la secuencia de movimientos, la liberación de la voz, las dramatizaciones y la respiración, dinamizando los diversos centros de energía hasta lograr un contacto real con el propio cuerpo, las

emociones y el pensamiento creador.”

En lo personal para mi participar facilitando este taller ha sido una experiencia de mucho aprendizaje y uno de los mayores ha sido constatar que la discapacidad más severa y dolorosa es la del “Corazón”, la del “Alma”, es que podemos tener muchas limitaciones, en el cuerpo, en la mente, emocionales, etc. pero si tengo un Corazón cerrado, lastimado y endurecido, si no tengo Amor dentro de mí: ¿Quién Soy?
Lo demás es solamente un estuche.

-Gabriela Ramos



¿Qué piensan ellos?

“La música en mi opinión es el lenguaje de la paz universal. Y de pronto me encuentro con ella para sacar los sentimientos, ha sido una práctica muy hermosa.

El sentir la música como un trampolín para que brinquen mi enojo y mi coraje, y que se queden lejos de mí, ha sido muy especial.

Luego escuchar una música para darme cuenta que estoy invadido de amor, sólo basta con extender mis brazos para compartirlo con las personas que están a mí alrededor.

La experiencia no se puede describir con palabras. Hay que estar ahí, para conectarnos con la tierra, y dejarle todo lo que nos estorba y recoger todo lo que nos nutre, así recibir la luz de lo alto.

Muy grata sensación me deja cada semana realizar éste entrenamiento. Sólo me queda agradecer por todo esto que aquí expreso”.

-José Reynaldo Alcorta



¡Tu redondeo contribuye a mejorar vidas!



Durante el mes de septiembre, el redondeo en farmacias Klyns y Medexx fue en beneficio de Mentes con Alas. Los recursos obtenidos fueron destinados a la compra de materiales para equipar algunos talleres del Programa.

¡Muchas gracias a farmacias Klyns y Medexx y a todos sus clientes que nos dieron un sí!

¡Cerramos este año llenos de agradecimiento!

En próximas fechas tendremos nuestra celebración de acción de gracias por este semestre y festejos navideños, que incluirán una pastorela interpretada por los adultos con Parálisis Cerebral y una posada en Comunidad, entre otras actividades.

Una parte importante de nuestro cierre es la Evaluación 360° realizada a todos los que conformamos la Comunidad de Mentes con Alas: consejeros, voluntarios, familias, integrantes y colaboradores. Este instrumento nos permite conocer y medir nuestro desempeño, siempre con el deseo de mejora continua.



Mentes con Alas

Comunidad de Vida para
Adultos con Parálisis Cerebral

Mentes con Alas, A.C.

Estamos a sus órdenes en:

Av. Ocampo #1797 Ote.
Col. Centro C.P. 27000
Torreón, Coahuila; México
Teléfono: (871) 718.00.68
y 204.25.09

comunidad@mentesconalas.org.mx

www.mentesconalas.org.mx

 Mentes con Alas

Para realizar un donativo:

Banco Santander
No. 92000726992
Mentes con Alas, AC
Clabe Interbancaria
014060920007269921

- Tarjetón mensual
- Tarjetón anual
- Cargo automático a tarjeta



Enviar comprobante de pago a:
administracion@mentesconalas.org.mx