



MEMORIA ANUAL

ASOCIACIÓN RETINA SALAMANCA

Actividades organizadas por la Asociación o en las que ha participado a lo largo del año 2024

INTRODUCCIÓN

ASOCIACIÓN RETINA SALAMANCA

C.I.F. : G-37584059

Domicilio Social: Casa de las Asociaciones. C/ Gran Capitán 53. 37006 Salamanca

Tel. : 623 438 622

E-mail : asociacion.retina.salamanca@gmail.com

Presidenta: D^a Mercedes Vicente Barazal

La Asociación cuenta con **25 socios**. Dados sus condicionantes visuales, cada socio precisa de al menos una persona que lo acompañe y que se una a las actividades. Casi todos los socios y sus familiares participan en alguna de las actividades organizadas por la asociación.

OBJETIVO: Nuestro objetivo social principal es el apoyo tanto directo como emocional a las personas que sufren alguna patología o accidente que merma su capacidad visual. Les acompañamos emocionalmente en su situación y les instruimos sobre las posibles medidas paliativas o de adaptación a las dificultades que ya padecen y a las que puedan evolucionar de su situación. Les informamos sobre los últimos avances médicos en el tratamiento de sus patologías y sobre todo intentamos evitar su aislamiento social mediante múltiples actividades en común y su participación en paseos, eventos, excursiones y todo tipo de actividades. Las familias y personas allegadas a nuestros socios agradecen estos apoyos.

Al mismo tiempo tenemos como objetivo sensibilizar a la población y a las instituciones sobre los problemas de las personas con **BAJA VISIÓN** y concienciar al público en general sobre los inmensos matices que hay entre la visión óptima y la ceguera y las pautas correctas de acercarse y tratar a las personas con estas dificultades.

RECURSOS HUMANOS: Para realizar nuestras funciones, al ser una asociación pequeña, contamos fundamentalmente con la buena voluntad de nuestros colaboradores, directiva y socios en los distintos ámbitos. Para aquellas cosas que nuestro conocimiento o posibilidad no llega, contratamos el servicio de profesionales, un gestor, una persona dedicada a la administración y redes sociales, profesionales de teatro, una psicóloga, todos con contrato por prestación de servicio.

Por la complejidad creciente de las tareas de gestión de la Asociación también contamos desde hace unos meses con una trabajadora social a tiempo parcial con contrato laboral.

CONVENIOS DE COLABORACIÓN: Estamos en contacto y participamos en la mayoría de las actividades de las Asociaciones del sector de la discapacidad visual (Visión España, Beguisare) y otras de otros ámbitos de la discapacidad (Discamino, Aspar La Besana, Asanol etc...) .

También tenemos convenios de colaboración y voluntariado con otras entidades como la Universidad Pontificia de Salamanca, la fundación Salamanca Cultura y Saberes, el Instituto de Enseñanzas Aplicadas, IPSAL, el Instituto de Neurociencias, la Escuela de Hostelería de Salamanca, etc...

DIFUSIÓN: Intentamos difundir nuestra Asociación mediante actividades directas, mesas informativas a pie de calle varias veces al año, actividades de sensibilización en colegios de primaria y secundaria (muy gratificantes) y centros educativos superiores, en especial en aquellos del ámbito de la salud.

Disponemos de la página web www.retinasalamanca.com y publicamos nuestras actividades en nuestra página facebook para informar a nuestros seguidores.

ENERO

Martes 9 de enero. TEATRO Y PASEO SALUDABLE.

BIENESTAR EMOCIONAL. Comenzamos el año fomentando la interacción entre nuestros socios con nuestra actividad de teatro. Había muchas ganas de reencontrarse y participan todos los habituales de la actividad. El taller de teatro dura 2 horas y potencia nuestra autonomía de movimientos y nuestra relación con el espacio, al tiempo que nos proporciona Participan 12 socios

BIENESTAR FÍSICO, EJERCICIO. Por la tarde, a pesar del frío invernal, nos hacemos nuestro paseo habitual de los martes, de entre 1 hora y media y 2 horas. Hay que volver a ponerse en forma y bajar el turrón. Participan 8 socios.

Miércoles 10 de enero. REAPERTURA DE NUESTRA SEDE.

ATENCIÓN Y ASESORAMIENTO. Como es habitual, reabrimos nuestra sedede 11h. a 1,30h. en la Casa de las Asociaciones para consultas de nuestros socios y gente interesada. Como hacía más tiempo que no hablábamos con algunos socios. Atendemos más de 10 llamadas.

Martes 16 de enero. PRUEBA DE TRICICLOS ESPECIALES Y PASEO.

BIENESTAR FÍSICO. Con el infinito agradecimiento a nuestros amigos de Discamino, y en especial de Javier Pitillas, hacemos una prueba en el pabellón de la Policía Local de los triciclos adaptados para discapacitados visuales de los que disponen, de cara a futuras rutas en el Camino de Santiago y en otras ubicaciones. La prueba es un éxito y ya estamos planificando futuras excursiones, una nueva Ruta de Santiago... Participan 3 socios.

Por la tarde, en nuestro paseo habitual, el frío desanima un poco y asisten 6 socios



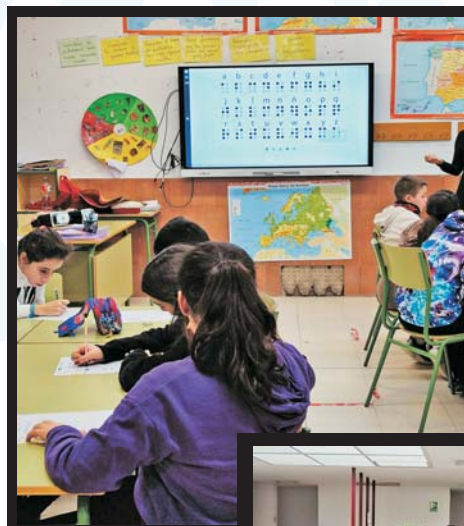


Miércoles 17 de enero. APERTURA DE NUESTRA SEDE.

ATENCIÓN Y ASESORAMIENTO. En nuestro horario habitual de los miércoles atendimos hoy la problemática personal de dos de nuestros socios y tratamos de encontrar las ayudas posibles. También recibimos 5 ó 6 llamadas.

Viernes 19 de enero. DIVULGACIÓN EN EL C.E.I.P. DE CANTALAPIEDRA.

DIVULGACIÓN. Retina continúa con su labor de concienciación y sensibilización social en el Colegio Público de Cantalapiedra, donde niños de varios cursos conocen la situación de las personas con Baja Visión, se ponen en su lugar durante unos momentos y aprenden a cómo ayudarlas. También les enseñamos las nociones básicas del Braille. La experiencia ha sido maravillosa, tanto para los niños como para los participantes de la asociación. Participamos 5 socios y unos 35 niños.



Martes 23 de enero. TEATRO Y PASEO SALUDABLE.

BIENESTAR EMOCIONAL. Taller de teatro donde además de ensayar nuestros papeles, bailamos, nos relajamos, nos reímos. Una hora y media muy completa. Participan 12 socios.

BIENESTAR FÍSICO, EJERCICIO. A las 17:00h. nos damos el paseo saludable de los martes, para hacer ejercicio y fomentar las relaciones personales y el bienestar psíquico.

Acabamos compartiendo un café y conversación con los demás socios. El estar juntos, salir de nuestra zona de confort y comprobar las cosas que aún podemos hacer es un gran avance en nuestro bienestar emocional. Participan 8 socios.



Lunes 29 de enero. CONCIENCIACIÓN CON ESTUDIANTES DE MEDICINA.

DIVULGACIÓN. Varios socios de Retina Salamanca participan en un programa dirigido por el Dr. Juan Antonio Rodríguez Sánchez, para concienciar a los alumnos de 1º de Medicina de la Facultad de Medicina de la Universidad de Salamanca sobre las distintas patologías de las personas con Baja Visión, sus dificultades cotidianas y la forma correcta de tratarlas en su futuro laboral. Se programan varias reuniones personales en grupos de dos socios con los alumnos voluntarios. Participan 10 alumnos.

Martes 30 de enero. VISITA AL COLEGIO MONTESSORI Y PASEO.

DIVULGACIÓN. Invitados por el centro Montessori de Salamanca, asistimos a un clase con los alumnos de infantil, para dentro de sus actividades, concienciarles sobre la existencia de personas con Baja Visión y la forma correcta de tratarlas y ayudarlas. Nos atienden 30 niños de dos aulas.

Por la tarde, en nuestro paseo habitual, asisten 9 socios.

Miercoles 31 de enero. REUNIÓN DE LA ESCUELA MUNICIPAL DE SALUD.

La Asociación Retina, a través de sus representantes, acude a la reunión convocada en la Casa de las Asociaciones por el Equipo de Promoción de la Salud del Ayuntamiento de Salamanca, con el objetivo de organizar y coordinar diferentes actividades, formaciones, proyectos y acciones que se llevarán a cabo con las Asociaciones de Ayuda Mutua y Salud durante este curso 2023/2024. En la reunión además se escuchan las propuestas de las distintas asociaciones para alcanzar mejor estos fines.

Tras la reunión, como todos los miércoles, abrimos nuestra sede en la casa de las asociaciones, para atender a nuestro socios. Asisten 5 socios y atendemos una decena de llamadas.

Lunes 5 de febrero. ALCORNOCAL DE VALDELOSA.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Acompañados de nuestros amigos de la asociación Aspar "La Besana" y también nuestros amigos de la asociación Discamino de Vigo y del club Amigos de la Bici de Salamanca, realizamos una ruta accesible por el Alcornocal de Valdelosa, en la que los chicos de Aspar "La Besana" nos estuvieron comentando la singularidades de esta ruta, su fauna y flora, y por que cierto lo hicieron muy bien y pasamos una mañana muy enriquecedora. Esperemos pronto repetir. Asistimos unas 20 personas.



Martes 6 de febrero. PASEO SALUDABLE Y TEATRO.

BIENESTAR EMOCIONAL. Nueva sesión de nuestro taller de teatro. Salimos de casa, nos juntamos con otras personas y afianzamos nuestro dominio espacial.

BIENESTAR FÍSICO. Por la tarde asisten 6 socios a nuestro paseo de dos horas habitual.

Miércoles 7 de febrero. ASAMBLEA GENERAL ANUAL DE RETINA SALAMANCA.

En la Casa delas Asociaciones celebramos la Asamblea General Anual de la Asociación. Se presentan las cuentas anuales, que son aprobadas por todos los asistentes y las actividades y sugerencias que se proponen para 2024. También se procede a renovar el cargo de Tesorero de la Asociación, que a partir de ahora asumirá el socio José Miguel Gómez Ratero. Los demás cargos se renuevan un año más. Asisten 18 socios.

Miércoles 8 de febrero. CHARLA EN LA UNIVERSIDAD PONTIFICIA.

DIVULGACIÓN. Invitados por la Universidad Pontificia de Salamanca dimos una charla de sensibilización y divulgación sobre la Baja Visión a los alumnos de tercero de enfermería. Muchas gracias a la Universidad Pontificia de Salamanca y a los alumnos por una mañana tan enriquecedora. Asisten más de 40 alumnos.



Jueves 15 de febrero. PROGRAMA "ESCUCHAR, COMPRENDER, COLABORAR".

DIVULGACIÓN. Siguiendo con el programa de concienciación con estudiantes de la Facultad de Medicina de la Universidad de Salamanca, varios socios de Retina se reúnen con alumnos de los primeros años de carrera para concienciarles de su problemática, de la diversidad de patologías y afectaciones personales, de cara a una mejor actuación en su futuro profesional. Nos atienden 15 alumnos.

Lunes 19 de febrero. REUNIÓN CON ASPAR-LA BESANA.

Primera reunión con ASPAR - LA BESANA para la elaboración y adaptación del material educativo encaminado a completar nuestros recursos para la realización de los talleres que llevamos a cabo dentro de nuestro objetivo de sensibilización y divulgación...



Martes 20 de febrero. TEATRO.

BIENESTAR EMOCIONAL Y FÍSICO. Otro martes más en clase de teatro con nuestro profesor Martín Piola de Lombó Teatro. En esta clase no solo aprendemos, también pasamos un rato muy divertido entre amigos... Hoy asistimos 11 socios.

Por la tarde damos nuestro paseo saludable habitual. Venimos 9 socios.



Domingo 25 de febrero. MAREA AMARILLA A FAVOR DE AERCYL.

BIENESTRA FISICO Y EMOCIONAL. DIVULGACIÓN. Pese al día desapacible, varios miembros de la Asociación Retina participan en la marcha solidaria a favor de AERCYL, Asociación de Enfermedades Raras de Castilla y León. Nos juntamos 10 socios que continuamos después en una cafetería.

Martes 27 de febrero. TEATRO Y PASEO SALUDABLE

Seguimos juntándonos y mejorando nuestro dominio del espacio a través de nuestro curso de teatro. Asistimos los 12 socios habituales.

Por la tarde damos un paseo por la Aldehuela hasta la Isla del Soto y Santa Marta, para mantenernos un poco en forma. Hoy somos 9 socios.

Miércoles 28 de febrero. ATENCIÓN A LOS SOCIOS

Como todos los miércoles por la mañana, abrimos nuestro despacho de la Casa de las Asociaciones, donde nos reunimos los miembros de la Junta Directiva a planificar futuras actuaciones y a atender a los socios. Atendemos unas 5 llamadas y a tres socios.

MARZO

Jueves 7 de marzo. PRUEBA PARA EL CAMINO DE SANTIAGO.

BIENESTAR FÍSICO. Los miembros de la Asociación que van a participar en el camino de Santiago el próximo mayo, lleva meses preparando su condición física. Este jueves los miembros de Discamino pusieron a prueba su resistencia en un test previo de 30km. con los triciclos adaptados. Asistes 4 socios.

Lunes 11 de marzo. PROGRAMA ACCIÓN - VISIÓN.

DIVULGACIÓN. Retina Salamanca aporta su experiencia en el programa ACCIÓN-VISIÓN, dirigido a dar a conocer la forma correcta de ayudar a las personas con BAJA VISIÓN o ciega.



Martes 12 de marzo. TEATRO Y PASEO SALUDABLE.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Un martes más nos reencontramos en nuestra actividad conjunta de teatro. Asistimos los 12 habituales.

Por la tarde al paseo saludable acudimos 8 socios.

Miércoles 13 de marzo. CHARLA COLOQUIO UPSA.

Pontificia de Salamanca, una representación de Retina acude al curso "EMOCIONES COMO FUENTE DE SALUD", impartido en las aulas de la UPSA.

Viernes 15 de marzo. CURSO DE VOLUNTARIADO.

Asistimos al curso de voluntariado impartido en la Casa de las Asociaciones...

Jueves 21 de marzo. DIVULGACIÓN EN EL C.R.A. DE CANTALPINO.

Dentro de nuestra labor de divulgación y conocimiento de la BAJA VISIÓN, nos desplazamos hasta el colegio Eusebia Palomino de Cantalpino. Allí dimos una charla de divulgación y sensibilización con los alumnos de primaria y después ellos mismos pusieron en práctica nuestros talleres de reconocimiento de monedas, objetos, Braille y nuestras propias ayudas visuales, junto con las gafas de realidad virtual y los bastones. Con los de infantil, la profesora les contó un cuento y luego les dimos unos dibujos para que pintaran con rotuladores de olores. Fueron unos artistas. Estuvimos con unos 20 niños.



Lunes 25 de marzo. DIVULGACIÓN EN ARABAYONA.

DIVULGACIÓN. Tras la agradable experiencia de la semana pasada en Cantalpino, hoy nos fuimos al colegio de Arabayona que pertenece a su C.R.A. Allí conocimos un niño nuevo que acaba de incorporarse al cole ese mismo día. Después de la charla de sensibilización y divulgación de la baja visión, estos alumnos también probaron los talleres de monedas, objetos, braille y pudieron probar las gafas virtuales y los bastones blanco, rojo y blanco y el verde. Nos atendieron 18 niños.



Martes 26 de marzo. TEATRO Y PASEO SALUDABLE .

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Seguimos con nuestras actividades habituales de los martes. Por la mañana compartimos un rato en nuestro curso de teatro adaptado. Fuimos los 12 socios habituales.

Por la tarde el buen tiempo anima a más socios a dar un paseo circular por la ribera del Tormes. Hoy asistimos 14 socios.

Miercoles 27 de marzo. ATENCIÓN A LOS SOCIOS.

En nuestra mañana habitual de apertura de nuestra sede, hemos tratado un problema particular de uno de los socios y hemos intentado ayudarlo en la medida de nuestras posibilidades. También atendimos 6 llamadas telefónicas.

Domingo 7 de abril. DÍA MUNDIAL DE LA SALUD.

DIVULGACIÓN. Retina Salamanca asiste a la celebración del Día Mundial de la Salud, organizado por la Escuela Municipal de Salud del Ayuntamiento de Salamanca, bajo el lema "Tu salud, mi derecho" celebrado en el Parque de la Alamedilla. La buena mañana anima la asistencia y atendemos unas 20 consultas y repartimos más de 50 folletos.



Miércoles 10 de abril. CHARLA COLOQUIO EN LA ESCUELA DE HOSTELERÍA.

DIVULGACIÓN. Retina Salamanca estuvo en la escuela de hostelería, dando una charla de sensibilización a los alumnos del ciclo superior de hostelería y también a los del ciclo superior de agencia de viajes. Fueron muy participativos y al finalizar la charla, se pusieron por un rato en la piel de las personas con problemas de visión, ya que probaron las gafas de realidad virtual y los bastones. Asistieron unos 35 alumnos.



17, 18 y 19 de abril. IV CONGRESO DE ENFERMEDADES RARAS

DIVULGACIÓN. AERSCYL, la Asociación de enfermedades Raras de Castilla y León invitó a Retina Salamanca, junto a otras entidades, a participar en el IV Congreso de Enfermedades Raras, celebrado esos días en el Auditoria Juan Pablo II de la Universidad Pontificia.

Instalamos nuestro stand informativo y fueron tres días intensos de conocer gente y aprender de todo el mundo. Muchas gracias a AERSCYL por contar con nosotros. Atendimos unas 40 consultas esos días.



Viernes 19 de abril. PROYECTO ESCUCHAR, COMPRENDER, COLABORAR

DIVULGACIÓN. Retina Salamanca acudió a la facultad de medicina de la USAL a la presentación del proyecto "Escuchar, Comprender, Colaborar" realizado por los alumnos de medicina, orientado a dar herramientas para una mejor atención al paciente de los futuros médicos. En el proyecto han colaborado varias asociaciones.



Lunes 22 de abril. TALLER DE RISOTERAPIA.



BIENESTAR EMOCIONAL. Aunque hemos tenido un mes de abril muy ajetreado, también hemos sacado tiempo para un taller de risoterapia al que asistimos el 22 de abril.

Nos lo pasamos muy bien en compañía del profesor Germán Bueno.

La foto lo dice todo. Asistimos 12 socios.

Miércoles 24 de abril. CURSO DE TEATRO Y PASEO SALUDABLE

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Por la festividad de ayer, pasamos al miércoles nuestras actividades habituales de los martes. Por la mañana a nuestro curso de teatro y comprensión espacial asistimos 11 socios.

Por la tarde a nuestro paseo vienen 8 socios.

Jueves 25 de abril. CHARLA EN LA UNIVERSIDAD PONTIFICIA

DIVULGACIÓN. Invitados por M^a Eugenia Polo, directora de Voluntariado de la UPSA, Retina Salamanca dió una charla a los alumnos del Grado de Ciencias de la Actividad Física y Deporte (CAFD). Se les contó lo difícil que les resulta a las personas con problemas visuales hacer deporte y que para ellos es mejor un trato más personalizado.

Asisten 20 alumnos de la clase.



Viernes 26 de abril. ESCUELA DE HOSTELERÍA. HOSTELERÍA INCLUSIVA

DIVULGACIÓN. La escuela de hostelería de Salamanca y de A Coruña nos invitaron a un proyecto de colaboración con la Guía Repsol sobre Accesibilidad Universal: Hostelería Inclusiva 360º.

En este proyecto colaboramos varias asociaciones en las que se han puesto varios puntos en común para mejorar la accesibilidad en los establecimientos de hostelería.

Asisten 10 alumnos.



Lunes 29 de abril. REUNIÓN CON LA FUNDACIÓN.

DIVULGACIÓN. Nos reunimos con la fundación Salamanca Ciudad de Cultura y Saberes para revisar y concretar nuestra propuesta de divulgación de la BAJA VISIÓN en colegios de la ciudad. Fijamos el calendario de las próximas visitas.

Martes 30 de abril. TEATRO Y PASEO SALUDABLE.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Terminamos el mes con nuestras actividades de los martes. 11 socios acuden al curso de Teatro y expresión espacial y corporal y 10 socios nos juntamos en nuestro paseo de la tarde.

MAYO

Martes 7 de mayo. TEATRO Y PASEO SALUDABLE.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Iniciamos también el mes con nuestras actividades de los martes. 12 socios acuden al curso de Teatro y expresión espacial y corporal y 14 personas nos juntamos, con el buen tiempo en nuestro paseo saludable de la tarde.

Miércoles 8 de mayo. VISITA AL COLEGIO "CAMPO CHARRO".

DIVULGACIÓN. Comenzando con las visitas a colegios concertadas este trimestre con la Fundación Salamanca Ciudad de Cultura y Saberes, visitamos a los alumnos de los dos grupos de 4º de la E.P.O. del Colegio Campo Charro. Fue como casi siempre entretenido y enriquecedor para todos. Atendimos a 48 alumnos con sus profesores.



Domingo 12 de mayo. EXCURSION A "LA DEHESA" DE CANDELARIO.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Si hace poco dijimos que abril fue un mes ajetreado, mayo no se va a quedar corto. Así que decidimos hacer una excursión a la Dehesa de Candelario. Teníamos que coger fuerzas para lo que se nos viene encima y que mejor manera que estar en la naturaleza disfrutando del día y de los/as amigos/as. Fue un día muy bonito y pudimos disfrutar del sol y del sonido del agua y algunos pudieron probar las barras direccionales. Asistimos 16 socios.



Martes 14 de mayo. TEATRO Y PASEO SALUDABLE.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Nueva sesión de nuestras actividades de los martes. 12 socios acuden al curso de Teatro y expresion espacial y corporal y 10 socios nos juntamos en nuestro paseo de la tarde.

Miércoles 15 de mayo. ATENCION A LOS SOCIOS. COLEGIO JUAN DEL ENZINA

Este miércoles en nuestro horario habitual de la Casa de las Asociaciones atendimos los problemas administrativos de un socio y varias consultas telefónicas .

DIVULGACIÓN. Otros miembros de la directiva de Retina acuden al colegio Juan del Enzina en nuestra tarea de divulgación. Nos acompañan 12 alumnos.



Viernes 17 de mayo. ESCUELA DE HOSTELERÍA.



DIVULGACIÓN. Retina Salamanca acude al centro Integrado de Formación Profesional Rodríguez Fabrés para impartir una charla y unas prácticas con los alumnos de Servicio de Comedor sobre las pautas de servicio correctos a personas con Baja Visión. Asistimos a la entrega de un cuadro homenaje hecho por uno de nuestros socios y somos muy bien atendidos durante la comida por los alumnos del ciclo. Asisten 18 personas.

Lunes 20 de mayo. MATERIAL ADAPTADO. LA BESANA

DIVULGACIÓN. Recibimos y probamos en nuestra sede de la Casa de las Asociaciones el material adaptado para nuestras labores de aprendizaje y divulgación que hemos encargado a nuestros amigos de la Asociación ASPAR "La Besana" y que han realizado sus propios alumnos. Nos ayudará mucho en nuestra labor.



Martes 21 de mayo. TEATRO Y PASEO SALUDABLE.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Otro martes mas de nuestro Teatro adaptado. asistimos los 12 socios habituales. Por la tarde, buen tiempo y paseo largo. Nos juntamos 9 socios.

Miércoles 22 de mayo. ATENCION A LOS SOCIOS Y AL PÚBLICO .

Este miércoles en nuestro horario habitual de la Casa de las Asociaciones probamos con los socios que acudieron el nuevo material adaptado. También lo probaron alguna de las personas de las asociaciones vecinas. Las opiniones fueron en general muy favorables. Atendimos tres consultas por internet.

Miércoles 22 de mayo. COLEGIO PÚBLICO ALFONSO X EL SABIO .

DIVULGACIÓN. Siguiendo el plan elaborado con la Fundación Salamanca Ciudad de Cultura y Saberes acudimos al C.P. Alfonso X El Sabio para nuestra charla de divulgación sobre la Baja Visión con los alumnos de 6º de E.P.. Estrenamos con ellos el nuevo material. Participaron entusiasmados. Asistieron 15 alumnos.



Viernes 24 de mayo. JORNADA DE APRENDIZAJE-SERVICIO

FORMACIÓN. Retina Salamanca acude al C.M.I. de la Pza. de Trujillo para la jornada "Construyendo Espacios entre las Asociaciones de Ayuda Mutua y Salud y la Universidad". El curso versó sobre la metodología y las buenas prácticas en el Aprendizaje-Servicio entre las Asociaciones y la Universidad.



Sábado 25 de mayo. ALAMEDILLA. FERIA DEL VOLUNTARIADO.

DIVULGACIÓN. Retina asiste como invitada a la Feria del Voluntariado, celebrada en el parque de la Alamedilla. Atendemos a más de 20 personas y repartimos un montón de folletos y material divulgativo.



Sábado 25 de mayo. CAMINO DE SANTIAGO.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Dos de nuestros socios, con la inestimable colaboración de nuestros amigos de Discamino, iniciaron una ruta de 8 días en bicicleta adaptada desde Salamanca hasta Santiago. Fue una experiencia maravillosa para la que se venían preparando desde hace meses.



JUNIO

Lunes 3 de junio. CURSO DE DESARROLLO DE HABILIDADES .

DIVULGACIÓN - FORMACIÓN. Retina Salamanca acude al centro de formación Esla de la C/ Gomez Ulla a colaborar en curso "Desarrollo de habilidades personales y sociales de las personas con discapacidad" financiado por la Junta de Castilla y León, el Gobierno de España y los fondos Next Generation de la U.E.. Varios miembros de la asociación imparten un curso y un taller de 3 horas.



Martes 4 de junio. CURSO DE TEATRO Y PASEO SALUDABLE .

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Estamos ya casi al final de la preparación de nuestra obra de teatro de final de curso, contentos porque vamos viendo los resultados y afianzando nuestra movilidad espacial y gestual. Asistimos los 12 habituales.

A última hora de la tarde el buen tiempo anima a 11 socios a nuestro paseo saludable.

Miércoles 5 de junio. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE .

ATENCIÓN AL PÚBLICO. En nuestro horario habitual de atención al público recibimos la visita de dos socios y una persona interesada. también atendemos 4 llamadas telefónicas.

Lunes 10 de junio. CURSO EN LA ESCUELA DE HOSTELERÍA .

DIVULGACIÓN - FORMACIÓN. Retina Salamanca acude al La Escuela de Hostelería de Salamanca, en el Polígono El Montalvo a colaborar en curso "Atención Sociosanitaria a Personas Dependientes en Instituciones". Asisten 18 alumnos.



Martes 11 de junio. CURSO DE TEATRO Y PASEO SALUDABLE .

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Últimos ensayos de la obra de teatro. Asistimos los 12 habituales.

A última hora de la tarde el calor empieza a desanimar y sólo acudimos 5 socios a nuestro paseo saludable.

Martes 18 de junio. CURSO DE TEATRO .

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Ensayo final de nuestra obra de teatro. Pulimos los últimos movimientos, nuestra colocación en el escenario y las referencias espaciales para nuestras miradas y la interacción con nuestros compañeros. Asistimos los 12 habituales.

Acabamos cansados y tarde y suspendemos el paseo habitual.

Sábado 22 de junio. REPRESENTACIÓN TEATRAL .

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Por fin llegó el día. Ante más de 50 personas representamos la obra de teatro para la que nos venimos preparando todo el año. Salió muy bien. El público aplaudió con ganas al final.



Miércoles 26 de junio. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE .

ATENCIÓN AL PÚBLICO. En nuestro último día antes del verano, la junta directiva evalúa lo hecho en el semestre y atendemos a 3 socios.

JULIO

Martes 2 de julio. SEGUNDO CURSO EN LA ESCUELA ESLA.

DIVULGACIÓN - FORMACIÓN. Retina Salamanca acude de nuevo al centro de formación Esla de la C/ Gomez Ulla a colaborar en curso "Desarrollo de habilidades personales y sociales de las personas con discapacidad". Atendemos durante 2 horas a 10 alumnos.



Miércoles 2 de octubre. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE .

ATENCIÓN AL PÚBLICO. BIENESTAR EMOCIONAL. Reabrimos nuestra sede después del verano. Se acercan varios socios a comentarnos sus experiencias, buenas vivencias y frustraciones. Echamos unas risas entre todos a pesar de todo. También atendemos dos posibles incorporaciones a la asociación.

Viernes 4 de octubre. JORNADAS DE VOLUNTARIADO Y NAVILENS .

FORMACIÓN Y DIFUSIÓN. La directiva de Retina participa por la mañana en la jornada sobre ONG y voluntariado organizada por la Universidad Pontificia de Salamanca.

Además, durante todo el día, varios socios de la Asociación participan en el taller de Tecnología Online organizado por nuestros amigos de Beguisare, sobre las múltiples posibilidades que nos abre la aplicación Navilens y las formas de sacarle más partido. Varios de nosotros la pusimos en práctica ese mismo día en las paradas de autobuses de la ciudad, donde se acaba de instalar.



Miércoles 9 de octubre. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE .

ATENCIÓN AL PÚBLICO. Atendemos al público como todos los miércoles y ultimamos los preparativos para celebrar el día Mundial de la Visión

Jueves 10 de octubre. DÍA MUNDIAL DE LA VISIÓN.

DIVULGACIÓN. Iniciamos la celebración del Día Mundial de la Visión instalando nuestra mesa informativa en la Puerta de Zamora. Allí atendemos a todas las personas que se nos acercan, a las que explicamos los fines de nuestra asociación y la problemática de las personas con Baja Visión. Repartimos más de 100 folletos.

Día Mundial de la
VISIÓN

10 DE OCTUBRE



Al final de la mañana, Retina Salamanca acude a la recepción en el Ayuntamiento de Salamanca con la concejala de Salud, D^a Vega Villar.

A mediodía comemos todos los socios juntos en un restaurante de la ciudad y por la tarde se programó una visita turística adaptada para personas con discapacidad visual con una guía turística especializada.



Martes 15 de octubre. TEATRO Y PASEO SALUDABLE .

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Retomamos nuestra actividad de teatro, para seguir afianzando nuestra autonomía espacial y expresiva y pasarlo bien todos juntos, compartiendo risas. Dedicamos el día a escuchar diferentes textos para la nueva obra que vamos a preparar.

Por la tarde reanudamos nuestros paseos saludables, con un clima increíble para octubre. Acuden 9 socios.

Miércoles 16 de octubre. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE .

ATENCIÓN AL PÚBLICO. Atendemos al público como todos los miércoles. Hoy tenemos 5 ó 6 llamadas telefónicas y acuden tres socios.

Martes 22 de octubre. TEATRO Y PASEO SALUDABLE. CONFERENCIA IBSAL.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Por la mañana seguimos con las actividades de los martes, nuestra obra de teatro.

Por la tarde no hay paseo, porque acudimos al Centro de Salud de San Juan para la Jornada del Instituto de Investigación Biomédica de Salamanca en la que nos hablan de la difusión a la sociedad de su actividad científica.

Miércoles 23 de octubre. GRABACIÓN PROGRAMA RTVE 2.

DIFUSIÓN. Varios miembros de la Asociación, acompañados por nuestros amigos de Discamino, acudimos a Madrid para la grabación del programa "El Escarabajo Verde" de la 2 de RTVE. El tema del programa era la accesibilidad de los Caminos Naturales. Estuvimos grabando en dos lugares de los alrededores de Madrid y aunque tras todo el día de grabación sólo salimos unos minutos en el programa, quedamos muy satisfechos con la experiencia y la divulgación de nuestras situaciones.



Jueves 24 de octubre. CONFERENCIA UNIVERSIDAD PONTIFICIA

DIFUSIÓN. Invitados por la Universidad Pontificia de Salamanca acudimos al salón de actos de la Facultad de Comunicación para acompañar la conferencia de nuestros amigos de Discamino y su experiencia en llevar a personas con discapacidad a distintos recorridos del Camino de Santiago. Junto a Javier Pitillas y otros miembros de Discamino, varios socios de Retina, toman la palabra para exponer nuestras vivencias en el Camino y animar a todo el mundo a realizarlo. El lema es "Que nadie te diga que no puedes". El auditorio estaba a reborar y los alumnos de la facultad salieron impresionados.



Viernes 25 de octubre. CHARLA MEDIACIÓN COMUNICATIVA

DIFUSIÓN. En el Instituto de Enseñanzas Aplicadas, seguimos acompañando a nuestros amigos de Discamino en la charla que allí dieron sobre Mediación Comunicativa.

Acudieron 15 personas del centro.



Domingo 27 de octubre. CARRERA DE LOS 1000 PASOS .

BIENESTAR FÍSICO. Retina colabora con nuestros amigos de AVIVA en su carrera de los 1000 pasos.



Martes 29 de octubre. TEATRO Y PASEO SALUDABLE .

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Ya elegimos la nueva obra de teatro y pese a nuestras dificultades nos ponemos a ello. Hay que memorizar el texto de cada uno y su contexto. Dadas nuestras dificultades, necesitamos que nos lean varias veces los papeles para aprendérmolos. Lo vamos consiguiendo.

Por la tarde al paseo saludable, acuden 7 socios.



Miércoles 30 de octubre. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE .

ATENCIÓN AL PÚBLICO. La junta directiva se reúne para concretar las próximas actividades de la asociación. Atendemos a 2 socios y a una posible incorporación. También varias llamadas telefónicas.

NOVIEMBRE

Martes 5 de noviembre. TEATRO Y PASEO SALUDABLE .

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Primeros ensayos con nuestra nueva obra de teatro.

Por la tarde al paseo saludable, con un tiempo impropio para noviembre acuden 9 socios.

Miércoles 6 de noviembre. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE .

ATENCIÓN AL PÚBLICO. Un miércoles más abrimos nuestra sede. Últimas cosas pendientes para nuestro acto con ASANOL y Visión España. Atendemos a 3 socios.

Jueves 7 de noviembre. EXPOSICIÓN AVIVA.

Varios de nuestros socios acuden al Palacio del Obispo a la inauguración de la interesante exposición de nuestros amigos de AVIVA.



8, 9 y 10 de noviembre. REUNIÓN ASANOL Y DE VISIÓN ESPAÑA .

DIVULGACIÓN - FORMACIÓN. Este fin de semana, ASANOL, la Asociación de la Atrofia del Nervio Óptico de Léber, organizó su encuentro nacional en Salamanca. Retina, como asociación amiga con base en Salamanca fue invitada a todos los actos. Comenzamos el viernes con una cena de confraternización con los miembros de Asanol asistentes y de VISIÓN ESPAÑA, de la que acudió su presidente D. Andrés Mayor.

El sábado por la mañana, en el Centro Integrado Julián Sanchez El Charro tuvieron lugar las conferencias y talleres, que versaron sobre la aplicación Navilens, sobre la importancia del deporte y la música para nosotros, sobre el mejor uso del bastón y sobre el aprendizaje del sistema Braille. Tras la comida conjunta, asistimos en el teatro Juan del Encina al concierto benéfico a favor de ASANOL del grupo Mayalde.

El domingo acompañamos a nuestros amigos en la visita turística adaptada por la ciudad.



Martes 12 de noviembre. TEATRO Y PASEO SALUDABLE .

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. vamos aprendiéndonos los papeles de nuestra nueva obra. Es difícil, pero nos va saliendo. Asistimos 12 socios

Por la tarde al paseo saludable acuden 7 socios.

Miércoles 13 de noviembre. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE .

ATENCIÓN AL PÚBLICO. Ultimamos las actividades pendientes hasta el fin de año, el estado de la memoria y demás papeleo. Se acercan dos socios y atendemos 6 llamadas telefónicas.

Jueves 14 de noviembre. CLASE DE DANZA ADAPTADA .

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Tenemos alguna dificultad en nuestra obra de teatro con la ubicación espacial. Para mejorarla nos hemos apuntado a esta nueva curso de Danza Adaptada. Vueltas completas, cuartos de vuelta y seguir sabiendo dónde estamos. Es divertido y nos ayuda mucho. Acudimos 10 socios.

Lunes 18 de noviembre. INSTITUTO DE NEUROCIENCIAS .

DIVULGACIÓN. Dentro de nuestra labor divulgativa de la **BAJA VISIÓN** y su problemática hoy visitamos el Instituto de Neurociencias de Castilla y León. Fue emocionante comprobar el interés en nuestra situación de los futuros expertos en neurología. Asistieron 16 alumnos.



Martes 19 de noviembre. TEATRO Y PASEO SALUDABLE .

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Seguimos mejorando en nuestra nueva obra de teatro. Asistimos 11 socios

Por la tarde al paseo saludable sigue haciendo un tiempo muy aceptable. Acuden 8 socios.

Miércoles 20 de noviembre. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE .

ATENCIÓN AL PÚBLICO. Nuevo día de atención a nuestros socios y público en general. Se acercan tres socios y atendemos 4 llamadas telefónicas.

Jueves 21 de noviembre. CLASE DE DANZA ADAPTADA. PRUEBA DE GAFAS DE REALIDAD VIRTUAL.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Seguimos con nuestra clase de Danza Adaptada. Hoy hemos colocado a nuestros compañeros de curso unas gafas de realidad virtual, para que entiendan mejor nuestras dificultades. Acudimos 10 socios.



Viernes 22 de noviembre. ESCUELA DE HOSTELERÍA DE SALAMANCA.

DIVULGACIÓN. Dentro de nuestra labor divulgativa de la BAJA VISIÓN y su problemática hoy visitamos el Instituto Rodríguez Fabrés donde sus alumnos de varios ciclos de Formación Profesional atendieron nuestras explicaciones e interactuaron con nosotros, preguntándonos y usando nuestro material para mejor comprender nuestra situación y los múltiples matices que hay entre la BAJA VISIÓN y la ceguera completa. Asistieron 25 alumnos de los distintos cursos.



Martes 26 de noviembre. TEATRO Y PASEO SALUDABLE.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Seguimos con nuestra nueva obra de teatro. Asistimos 12 socios. Por la tarde al paseo saludable acuden 5 socios.

Miércoles 27 de noviembre. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE. TALLER DE PSICOLOGÍA.



ATENCIÓN AL PÚBLICO. FORMATIVA. Nuevo día de atención a nuestros socios y público en general. Aprovechamos la jornada para el taller de Psicología propuesto por alguno de nuestros socios sobre cómo sobreponernos a nuestras frustraciones. Fue muy interesante para aprender a llevar nuestro día a día y la paulatina pérdida de visión que a tantos nos ocurre. Asisten 10 socios.

Jueves 28 de noviembre. CLASE DE DANZA ADAPTADA.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Seguimos con nuestra clase de Danza Adaptada. Aumentamos la dificultad de nuestros movimientos y la relación correcta, espacial y personal con nuestro compañeros. Asistimos 11 socios.

Viernes 29 de noviembre. PREMIOS ACCESIBILIDAD DEL C.R.M.F.

DIVULGACIÓN. Retina asiste a la gala de los premios de accesibilidad del C.R.M.F. Inmerso de Salamanca, donde en la categoría "Turismo y Ocio Accesible" ha resultado premiada la entidad que Retina Salamanca propuso al premio, nuestros amigos de Discamino, que tanto nos han ayudado estos últimos años. Nos alegramos mucho por ello y felicitamos al jurado por su decisión.



DICIEMBRE

Martes 3 de diciembre. DÍA DE LA DISCAPACIDAD. C.E.I.P. SAN FRANCISCO

DIVULGACIÓN. Retina celebra el Día Mundial de la Discapacidad acudiendo al Colegio Público San Francisco, de Ciudad Rodrigo, donde los alumnos de primaria se mostraron muy atentos a nuestras explicaciones e interactuaron con nosotros, con el perro guía de uno de nuestros socios y usaron nuestro material para mejor comprender nuestra situación. Asistieron más de 50 alumnos de los distintos cursos.



Miércoles 4 de diciembre. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE.

ATENCIÓN AL PÚBLICO. FORMATIVA. Nuevo día de atención a nuestros socios y público en general. La Junta Directiva revisa la documentación a presentar y las últimas actividades del año. Atendemos a dos socios y 6 llamadas telefónicas.

Jueves 5 de diciembre. CLASE DE DANZA ADAPTADA.

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Seguimos con nuestra clase de Danza Adaptada. Vamos mejorando mucho nuestros movimientos y nuestra conciencia espacial. Asistimos 11 socios.

Martes 10 de diciembre. TEATRO

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Últimas sesiones del año de nuestra nueva obra de teatro. Asistimos 12 socios

Por la tarde el frío desanima al paseo saludable y se suspende.

Miércoles 11 de diciembre. ATENCIÓN EN NUESTRA SEDE.

ATENCIÓN AL PÚBLICO. Hoy repartimos los calendarios de pared a nuestros socios y amigos. Por el número de personas que se acercaron a nuestro despacho en la Casa de las Asociaciones pensamos que han gustado mucho. Calendarios con números grandes, por favor... Atendemos 8 llamadas telefónicas.

Jueves 12 de diciembre. DANZA ADAPTADA. ESCUELA DE HOSTELERÍA

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Última sesión del año de nuestra clase de Danza Adaptada. Al tiempo de mejorar nuestro estado físico, ya podemos dar dos vueltas y dirigirnos directos a nuestros compañeros de danza. Asistimos 11 socios.

DIVULGACIÓN -FORMACIÓN. Varios socios de Retina acuden al Instituto Rodriguez Fabrés para la realización de un documental de los alumnos del Módulo de Imagen y Sonido, dentro del proyecto "Hostelería Inclusiva" desarrollado en colaboración con otras asociaciones como AFIM, ASPRODES y ASPACE ...



Martes 17 de diciembre. TEATRO

BIENESTAR FÍSICO Y EMOCIONAL. Última sesión del año de nuestra nueva obra de teatro. Asistimos 12 socios

Miércoles 18 de diciembre. FIRMA DEL CONVENIO CON EL INSTITUTO DE ENSEÑANZAS APLICADAS

DIVULGACIÓN AYUDA. Tras un largo periodo de entendimiento, Retina Salamanca, a través de su Presidenta, D^a Mercedes Vicente Barazal ha firmado el convenio de colaboración y voluntariado con el Instituto de Enseñanzas Aplicadas de Salamanca.



Jueves 19 de diciembre. COMIDA DE NAVIDAD.

BIENESTAR EMOCIONAL. Hoy, celebramos con todos los socios la habitual comida de Navidad en un restaurante de la ciudad. Nos atendieron muy bien y lo pasamos genial. Asistimos 21 socios



¡¡ FELIZ NAVIDAD A TODOS !!

