

REVISTA Nº 2
AÑO 2018



Sólo con el corazón se puede ver bien.
Lo esencial es invisible a los ojos.



ITXAROPENA

REVISTA DE LA ASOCIACIÓN ALAVESA DE PERSONAS CON BAJA VISIÓN

IK4 OIKERLAN
Research Alliance

visionespaña
luchando por una capacidad visual plena

Obra Social
"la Caixa"

Loramendi

FUNDACIÓN DOBLE LUNETA

Arabako Foru Aldundia
Diputación Foral de Álava

LABORAL
kutxa



Ayuntamiento
de Vitoria-Gasteiz
Vitoria-Gasteizko
Udala

Gomelxa
CENTRO DE JARDINERÍA

Orona

Vital
FUNDACIÓN · FUNDAZIOA

MIRANDO HACIA ADELANTE

ITXAROPENA, la Asociación alavesa de personas con Baja Visión, ha cumplido 38 años de existencia junto a los ciudadanos que han querido compartir con nosotros alguna parcela de su vida. Aquellos padres con niños invidentes que buscaban una salida académica para sus hijos en nuestro territorio, formaron un colectivo humilde que cuatro décadas después se ha convertido en una asociación del siglo XXI con ganas de hacer cosas nuevas y romper los topi-cazos que rodean el mundo de la discapacidad.

Hoy ITXAROPENA trabaja codo a codo con personas que buscan trabajo o quieren mejorar sus situaciones laborales: acomodar las condiciones escolares a su discapacidad; solicitar asesoramiento para ayudas técnicas, trámites burocráticos o apoyo en sus desplazamientos cotidianos: o simplemente, disfrutar de su tiempo libre y salir a tomar unos cacharros o practicar algún deporte. Lo que cualquier ciudadano alavés demanda, en definitiva.





CUANDO LA CIUDAD SE VUELVE HOSTIL

Vitoria-Gasteiz presume de comodidad, de contar con un urbanismo a la medida del ciudadano. Pero hay gasteiztarras que no lo ven tan claro. De hecho, las barreras arquitectónicas y el mobiliario urbano no está ideado para personas con dificultades de visión. Los bolardos que jalonan cada vez con más asiduidad nuestras calles, son una trampa que puede acabar con una lesión

grave. La falta de contraste y señalización del mobiliario urbano, como es el caso de las farolas, pivotes, vallas o andamios, se transforma en un arma de destrucción masiva para el discapacitado o el invidente. Carteles con letra microscópica, señalizaciones invisibles o informaciones en pantallas inaccesibles suman más dificultades. Por no hablar de los autobuses urbanos, donde la información acústica es tan indescifrable como una transmisión de Radio Moscú.

El diseño de la ciudad no ha contado con el que ve mal en la mayor parte de las ocasiones, y es labor de ITXA-ROPEÑA luchar por mejorar estas carencias.



ACERCANDO MIRADAS

No hay nada más complicado que explicar a terceras personas la forma de ver que tiene una persona con discapacidad visual. Cada individuo percibe la realidad de una manera tan subjetiva que incluso dentro de las mismas patologías, el punto de vista es diferente. ITXAROPENA quiso sortear este obstáculo en la divulgación y planteó un proyecto denominado Miradas Cercanas junto a la asociación Visión España. El plan tenía dos fases: por un lado, constaba de un curso de fotografía en el que participaran asociados junto a otros alumnos. El objetivo final pasaba por obtener instantáneas de la ciudad que posteriormente fueran tratadas informáticamente para mostrar cuál es la forma de ver en las diferentes afecciones visuales. De esta forma, cada foto de algún rincón de Gasteiz se emparejaba con otra igual que ofrecía la imagen distorsionada.

La exposición fue inaugurada en octubre de 2017, y por ella desfilaron miles de ciudadanos que se sorprendieron ante las distintas maneras de contemplar el mundo que existen. Fue tal el éxito que desde ITXAROPENA se ha dispuesto una itinerancia de la exposición para que pueda mostrarse en los distintos centros cívicos y centros de mayores de la ciudad durante los próximos años.





VOLUNTARIA ENTREGA

Aunque parezca mentira en estos tiempos en donde la medida de las voluntades pasa por el Ibex 35, hay un puñado de personas que dedican su tiempo libre a colaborar con nuestra asociación sin recibir un sólo euro a cambio. Son los voluntarios, un grupo creciente de generosos que han conseguido que varias actividades de ITXARO-PENA salgan adelante. Entre ellas destaca el huerto ecológico que tenemos en Olárizu. Recibió un premio por la Green Capital hace unos años, y desde entonces, ha seguido adelante gracias al trabajo de unos cuantos colaboradores desinteresados que cuidan los bancales donde se cultivan todo tipo de plantas, frutas y hortalizas.

Otro de los espacios donde la labor voluntaria resulta imprescindible es el goalball, el deporte que ha desarrollado nuestra asociación y que ha conseguido crecer como la espuma. En el polideportivo Almudena Cid se congregan dos días a la semana un grupo de jugadores, voluntarios y amigos de toda condición, que han creado un espacio donde la actividad física primero, y los terceros tiempos después, conforman una cuadrilla inclusiva de colegas.

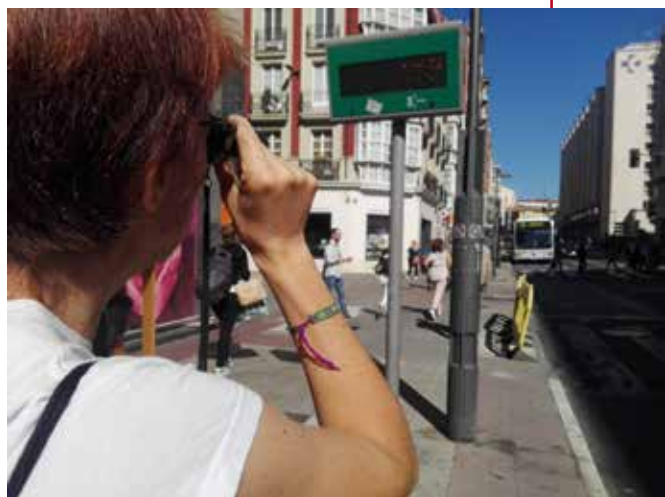
El voluntariado forma parte ya del ADN de nuestro colectivo, y año tras año tenemos más gente dispuesta a echar una mano.





SACAR PARTIDO A LA VISTA

Si durante casi cuatro décadas ITXAROPENA ha trabajado junto a los discapacitados, en estos momentos uno de los aspectos que presenta la asociación como proyecto estrella de futuro es el de la Rehabilitación Visual. Este servicio se puso en marcha en el 2016, y en la actualidad se está consolidando como uno de los centros de interés para los asociados. ¿Qué se pretende con él? Fundamentalmente optimizar las capacidades visuales de las personas con baja visión, implementar ejercicios para mejorar la eficacia visual mediante la fijación, seguimientos y enfoque, así como sacar partido del campo visual a través de trabajar la visión periférica o la localización. Los expertos que colaboran con ITXAROPENA desarrollan en los usuarios del servicio habilidades para interpretar la información mediante la discriminación de los rasgos diferentes de los objetos, ampliando la memoria visual, dando como resultado un mejor aprovechamiento de las capacidades.



Y todo ello, aunque suene muy técnico, se lleva a cabo por medio de divertidos ejercicios y dinámicas entretenidas que convierten este trabajo en una experiencia muy llevadera.

Itxaropena quiere seguir avanzando con este servicio en el ámbito privado, pero luchando por que la Sanidad pública se pueda hacer cargo de él, ya que se erige en una parcela fundamental para mejorar la calidad de vida e independencia de los afectados. Además, las trabajadoras de ITXAROPENA se han formado específicamente en este campo de la Rehabilitación Visual, para apoyar y ayudar a sus asociados a conseguirlo.



ENTRE BAMBALINAS

En la búsqueda de nuevas actividades, el curso 2018-2019 se pone en funcionamiento un grupo de teatro y una escuela de goalball. El proyecto artístico cuenta con dos patas. Una de ellas es la construcción de una obra ejecutada por el grupo Pánico Escénico, en el que se persigue divulgar de una forma divertida lo que representa la discapacidad visual. Esta obra se paseará por colegios y centros públicos de la ciudad.

De forma paralela, un grupo de voluntarios asociados y amigos se iniciaran en el mundo teatral con un curso en el que se busca soltar la melena a la gente y desarrollar sus potenciales creativos.

La escuela de goalball es la otra novedad de la temporada. Niños con discapacidad visual junto a compañeros y amigos sin minusvalía conformarán un grupo inclusivo que trabajará con este deporte paralímpico. La idea es que disfruten, se socialicen y jueguen, más allá de lo competitivo y el deporte de alto nivel.



NO CIERRAN LA BOCA

¿QUÉ SUPONE PARA MÍ LA DISCAPACIDAD VISUAL Y QUÉ PROBLEMAS ME HA SUPUESTO?

Siempre he sido un tipo borde. Mi familia, los vecinos y muchos amigos de media distancia me han considerado siempre un gilipollas -posiblemente lo sea en cualquier caso- porque un fulano que pasa al lado de tí y no te saluda sólo puede ser considerado como tal.



Yo perdí la vista a los siete años. Una mañana de diciembre me levanté con las luces apagadas, y los oftalmólogos de 1972 sólo consiguieron recuperarme un 30% de la visión del ojo izquierdo. Y así he vivido, estudiando -aproximadamente- en el cole, en la universidad y trabajando durante varias décadas en el mundo de los medios de comunicación y de la asistencia social. He tenido dificultades para desenvolverse en clases con pizarras lejanas, textos con letras ínfimas y ordenadores sin sistemas de ampliación, pero nunca

lo he vivido con dramatismo. Era lo normal, porque siempre había visto poco y no me parecía extraño tener que encontrar recursos y estrategias para solventar esos escollos vitales. Era ciego y lo sigo siendo, pero no sé vivir de otra manera.

Hace unos meses conseguí la incapacidad laboral. El cuerpo se cansa y la vista se desgasta, y a pesar de no sufrir una enfermedad degenerativa, siento que debo dedicarle un cuidado especial a mi órgano principal -el cerebro nunca lo ha sido-, Intento no desgastarla en exceso, y a pesar de todo, sigo escribiendo, usando el ordenador y el móvil.

Y estoy encantado de ser así. Posiblemente un gilipollas.

Pedro Glz. De Viñaspre