Boletín 2023

Mentes con Alas®

COMUNIDAD DE VIDA PARA
ADULTOS CON PARÁLISIS CEREBRAL

OSC ANALIZADA
www.confio.org.mx

INSTITUCIONALIDAD Y TRANSPARENCIA
Cemefi

PROGRAMA INTEGRAL 2023

Innovación

Mentes con Alas, es movimiento, transformación y búsqueda para brindar mejores servicios, más alegría, hermandad, compasión y gratitud por todo eso que tenemos y se nos da cada día, y al terminar la jornada volver a casa llevando las manos y el corazón lleno.

Es por ello por lo que el MODELO INTEGRAL se estructura de una nueva forma:

* Rehabilitación física y salud: terapia física, yoga, gym, salud e higiene.
* Desarrollo humano: sesiones individuales de terapia psicológica y terapia de grupo.
* Desarrollo educativo: funciones cognitivas, apoyo tecnológico y ajedrez.
* Inclusión laboral: taller crea, repostería y elaboración de bolos.
* Arte y expresión: pintura, teatro y movimiento vital expresivo.

A partir del mes de enero se implementaron 3 actividades.

1.- Al llegar cada mañana el personal hacemos durante 10 minutos estiramientos corporales para enseguida prepararnos y recibir a los integrantes.

2.- Toda la comunidad retoma la práctica de atención plena haciendo un silencio de 10 a 15 minutos anunciado por una campana a las 11:45.

3.- Se abre un espacio nuevo: Maestro por un día, invitando a las familias, a colaboradores y al personal mismo a compartir experiencias y conocimiento. Es una actividad muy bonita que permite conocernos de otras formas, desde nuestra vida ordinaria, gustos, preferencias, aptitudes, etc.

Maestro por un día. Todos los miércoles del año.

El personal cada día se reúne por las mañanas para hacer un poco de estiramiento.

PRESENTACIÓN ANTE EL CONSEJO

Presentación de resultados del año 2022. Marzo.

Cada inicio de año junto con dirección, las coordinaciones presentan de manera puntual sus logros, avances, retos e indicadores del año que terminó. Es un ejercicio de corresponsabilidad para todos, donde se invita a los consejeros, a las voluntarias y a las personas que estuvieron cerca de nosotros durante el periodo que se reporta.

REHABILITACIÓN SOCIO-AFECTIVA

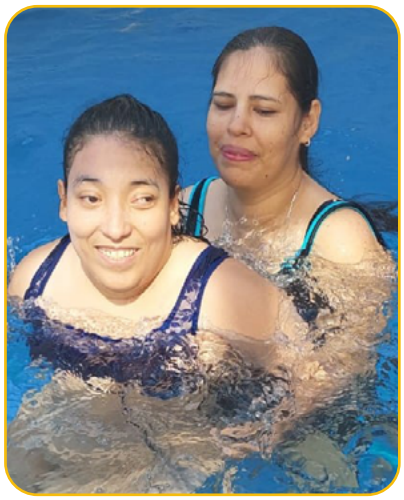
Terapia psicológica: individual y de grupo

A través de la intervención psicológica se busca incidir sobre el contexto en el que se desenvuelve cada integrante de la comunidad, dándoles las herramientas necesarias para que encuentren su voz, su expresión, sus ideas, sentimientos, inquietudes o necesidades desde sus posibilidades. Acompañándolos en un proceso de aceptación, rescate y fortalecimiento de su valor y dignidad.

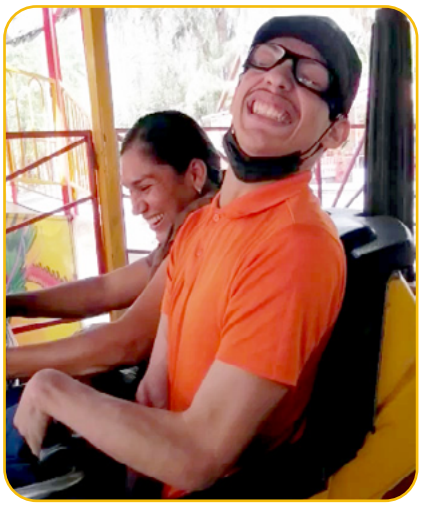
Lupita Rodríguez con Ely, Chabelita y Reynaldo.

Recreación

Estas actividades son muy importantes en nuestro programa. La diversión a través de nuevas experiencias es necesaria para cualquier persona, nos da la oportunidad de encontrarnos de formas distintas, reírnos juntos, bailar, meternos a la alberca, jugar y conocer otros lugares, entre otros.



Lupita y Dania en la albercada. Agosto.



Rafa y Alondra en la feria del Bosque. Abril.

Salud e higiene. Área de enfermería

Atención a la salud e higiene. Óptica. Dos veces en el año.

Estar atentos a la salud e higiene de los integrantes es parte vital de nuestro programa. Se tienen convenios con distintas instancias de salud donde se acude cuando es necesario a través de un plan de seguimiento.
Estudios de laboratorio, vacunas, optometría, atención dental, consultas, etc. son servicios que se ofrecen en esta área.

Familias

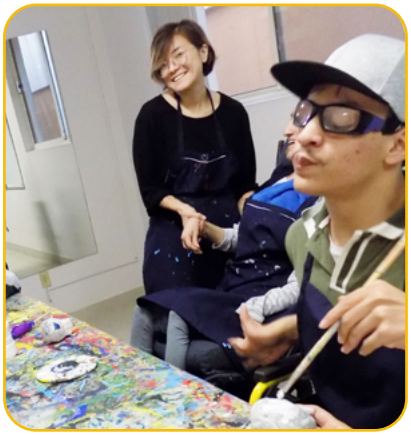
Familiares y cuidadores en reuniones programadas.

Se tiene un programa anual con las familias y los servidores(as) primarios de los integrantes donde se reúnen periódicamente en la comunidad, ofreciéndoles distintos temas con relación a lo que creemos pertinente o que ellos(as) mismos(as) plantean, además de convivir para ir siendo verdadera familia-comunidad como lo son los Integrantes.

TALLERES

Los talleres que ofrece Mentes con Alas, tienen la finalidad de potenciar las funciones cognitivas y motoras de los integrantes, así como proporcionar estrategias compensatorias a sus limitaciones y proveer un proceso de adaptación a su realidad mejorando su autoestima y estimulando lo más posible la recuperación de roles perdidos; es decir, impulsando su inclusión educativa, social y laboral. Cada uno participa de forma activa con gran entusiasmo.

De expresión: pintura, teatro y movimiento vital expresivo



Taller de pintura. Facilitadores: Angélica Poblador y Abraham Esparza.

Dirigido por Ma. Estela y Raúl. Cada lunes. Obra: El camión equivocado. Julio.

De habilidad social: maestro por un día

Cada miércoles, compañeros de la comunidad comparten conocimiento.

Apoyado por Gaby Ramos, Estrella Alonso, Cristy Allegre y Pily Calleja. Todos los jueves del año.

De independencia funcional: vida diaria

Integrantes repasando actividades útiles para su día a día.

De desarrollo cognitivo: lógico lingüístico y ajedrez

El profesor Juan Manuel personaliza las actividades que se realizan 4 veces por semana.

Taller a cargo de Emmanuel Romo. Cada martes.

REHABILITACIÓN FÍSICA

La terapia de rehabilitación física es uno de los mayores pilares de nuestro trabajo ya que el daño principal de los integrantes está en su cuerpo. Bajo el método Bobath se les ayuda a recuperar, mantener o mejorar su funcionalidad física.

* Movilidad: trabajando en la restauración y mejora de la capacidad de movimiento, la flexibilidad y la coordinación.
* Alivio del dolor: utilizando técnicas y ejercicios para reducirlo lo más posible.
* Fortalecimiento muscular: desarrollando fuerza y resistencia para realizar actividades diarias.
* Independencia: ayudándoles todo lo posible para que puedan realizar sus actividades como: vestirse, comer y desplazarse por sí solos o con aditamentos según su necesidad (bastones, andadera, silla de ruedas).
* Prevención de complicaciones: evitar problemas adicionales que puedan surgir debido a la inmovilización prolongada, como pérdida de masa muscular, rigidez en las articulaciones, entre otras.
* La atención es personalizada y se adapta a cada uno de ellos.

El invitar a expertos para fortalecer nuestro programa es prioridad en "Mentes con Alas".
Este año tuvimos la fortuna y regalo de contar con la visita, el apoyo y guía de un experto, **Genaro Ortiz** (instructor certificado en NDT Bobath) quien trabajó durante una semana con los integrantes y terapistas encargados del área de rehabilitación: Mario Alvarado, Alejandra Colores y Alejandro González, además de revisar nuestro programa global dando luz y guía. Al final de esta semana se ofreció una plática a las familias para responder inquietudes y atender necesidades; fue una visita que nos dejó llenos de conocimiento y sobre todo de muchos retos a los cuales estamos atentos cada día.

Genaro Ortiz donó a la comunidad una certificación internacional en neurodesarrollo por la NDT Bobath pediátrico EBTA Suiza en la Ciudad de México, un regalo muy grande para los Integrantes y al final, para toda la comunidad. El beneficio se recibe en cascada. Nuestro fisioterapista **Mario Alvarado** tuvo la oportunidad de certificarse, **Alejandra Colores** (ya certificada) actualizó sus conocimientos en uno de los módulos.

¡Muchas gracias, Genaro por tu generosidad!

Genaro Ortiz, terapeuta especialista en método Bobath. Mayo 2023.

Mario y Genaro en la certificación.

En el mes de junio recibimos la noticia por parte de la Fundación Dr. José María Álvarez, a través de nuestros queridísimos amigos **Martha / Halim Matuk y Antonio Velasco** sobre la donación de dos camas y dos gorras de magnoterapia con lo que 10 integrantes han iniciado un primer protocolo de investigación. Los beneficios han sido: disminución de dolor en sus cuerpos fortaleciendo su sistema óseo, mejora en su ciclo de sueño, en su coordinación y comunicación, agilidad para responder; en general manifiestan sentirse más relajados después de usar la cama o la gorra.
Con entusiasmo seguimos las indicaciones y guía de la **Dra. Inés Tonantzin** miembro de la fundación y pionera en esta terapia.

¡MUCHÍSIMAS GRACIAS!

Camas y gorras de magnoterapia.

El jueves 31 de agosto cumplimos 19 años de brindar atención a los adultos con parálisis cerebral de nuestra comunidad, siendo un día doblemente especial ya que se bendijo la tercer etapa de Mentes con Alas.

Centro de capacitación en inclusión laboral "ALAS CREATIVAS"

3a ETAPA DE MENTES CON ALAS

En su inicio esta etapa al igual que las anteriores seguirá proporcionando herramientas para el desarrollo de las personas con parálisis cerebral y poco a poco se abrirán las puertas a otras discapacidades con un perfil que está en proceso.

En esta área de capacitación se busca que las personas se integren al mundo laboral en medida de sus posibilidades, ya sea dentro de nuestros propios talleres o en empresas inclusivas con vacantes disponibles, y de esta manera contribuir al desarrollo de la sociedad, generando en ellos seguridad personal al sentirse económicamente activos e incluidos.

En una tarde-noche de fiesta, alegría y gratitud, donde para abrir el evento contamos con nuestra gran asesora **Marcela Pámanes** como maestra de ceremonias; los integrantes, sus familias, el personal, talleristas, consejo y voluntarias estuvimos acompañados por amigos cercanos y bienhechores, así como por el presidente municipal de Torreón **Lic. Román A. Cepeda**, su esposa **Selina Bremer** y el **Dr. Marco A. Burgos** representante del gobierno quienes reconocieron la labor de Mentes con Alas.

Juntos recordamos el camino recorrido en estos 19 años, la importancia, el valor y el compromiso de nuestro trabajo a través de las palabras de **Ruth Berlanga** (fundadora y directora de Mentes con Alas), del **Arq. Alberto Arriaga** (presidente del consejo) y de **Clara Ocampo** (coordinadora del área) así como del padre **Ricardo Lapuente S.J.** que nos llenaron el corazón.

Todos ellos acompañados por **Reynaldo Alcorta** adulto con parálisis cerebral (uno de los integrantes más antiguos) y su esposa **Verónica Gómez** cortaron el listón con el que quedó formalmente inaugurado el nuevo centro.

En acto seguido el sacerdote bendijo cada uno de los espacios a través de un recorrido abriendo las puertas a los asistentes para que conocieran el lugar.

Con un rico pastel, bocadillos, copas de vino y aguas de sabor disfrutamos de una amena convivencia donde la música, el canto y el baile no se hicieron esperar.

Gracias especiales a:
Deli Calleja, Grupo Simsa, y Banquetes de la Mora.

DÍA MUNDIAL DE LA PARÁLISIS CEREBRAL

Cada año, el 6 de octubre celebramos el día mundial de la parálisis cerebral, una fecha digna de conmemorar.

Unidos a la campaña internacional de World Cp Day cuyo objetivo es aumentar la conciencia y comprensión sobre la parálisis cerebral, así como promover los derechos y el bienestar de las personas que viven con esta condición, a través de diversas actividades, eventos y difusión sobre los desafíos que ellas enfrentan para promover la inclusión y la igualdad de oportunidades estuvimos presentes en Plaza Cuatro Caminos/Cimaco.

Integrantes, familias, voluntarias, personal e invitados especiales, disfrutamos con el acompañamiento de **Viviana Britos** (astróloga, docente e instructora argentina de MOVIMIENTO VITAL EXPRESIVO, coordinadora de trabajo sobre sí y meditación) de una sesión coordinada por "**Río Abierto Laguna**"

Con la colaboración de **Gea** (eventos empresariales), nuestra celebración fue un éxito: sonido, pantalla, cámara 360, globos y más permitieron que todo luciera como lo planeado.

Gracias especiales a **Gaby Nava** por las facilidades otorgadas (Plaza 4 caminos y Cimaco), a **Marcela Pámanes** por ser la voz (conductora de A Media Mañana) a **Nesim Issa** (Grupo Simsa) por las botellitas de agua, **Ana Portales** (diseño de campaña "Ponte en mi lugar" y desde luego a **Río Abierto Laguna** por haberse unido a nosotros.

Viviana Britos y Río Abierto Laguna.

Elisa, Gretel y Ana. Gea (Eventos empresariales).

Marcela Pámanes.

MILLONES DE MOTIVOS
¿Cuál es tu razón para celebrar?

PRODUCTOS CON CAUSA

Bolos

Noviembre y diciembre es la temporada más fuerte para los bolos con causa, sin embargo, se elaboran durante todo el año, siendo el mes de abril uno de los más significativos.

Más que una simple bolsa de dulces, lo que las personas se llevan es la satisfacción de saber que detrás de ese bolo hay adultos con parálisis cerebral siendo incluidos en un programa laboral lo cual es un derecho de todas las personas.

Área de elaboración de bolos en el centro de capacitación laboral.

Repostería

Después de una larga pausa, consecuencia de la pandemia por Covid 19, fue hasta el mes de septiembre del 2023 cuando se logra retomar el taller de repostería desarrollándose ahora en el nuevo centro de capacitación laboral "Alas Creativas". ¡En hora buena!

Primer sesión del taller de repostería. Septiembre.

CAPACITACIÓN EN INCLUSIÓN LABORAL

Bolos Challenge 2023

Reto de colocación de bolos con causa. Abril.

Con la finalidad de que los integrantes de nuestra comunidad pudieran participar en un reto de inclusión laboral, se realizó este evento en las instalaciones de Nomadic Coworking Studio donde participaron 8 empresas de la región compitiendo por la colocación de bolos con causa.

Taller crea

Exposición por equipos. Jesús, Lupita y María. Julio y noviembre.

El objetivo del taller CREA es fomentar entre nuestros beneficiarios un espacio donde ellos puedan practicar habilidades socio-laborales como lo son: trabajar en equipo, aprender sobre responsabilidad y compromiso laboral, ser creativos en la presentación de temas libres frente a un público, identificando sus habilidades y talentos para desarrollarlos.

COMPARTIENDO CONOCIMIENTO

Al personal

Andrés, Claudia, Judith, Ana y Jairo. Facilitadores durante las capacitaciones.

Durante todo el año, apoyados por gente valiosa, el personal se capacitó en temas que van desde la innovación tecnológica y de vanguardia en redes sociales hasta el quienes somos y nuestro camino en búsqueda de la felicidad pasando por herramientas generadoras de indicadores y manejo de datos estadísticos.

A finales del primer semestre fuimos invitados a participar en el taller sobre suicidio dirigido por **Jessica Wolf**. Instituto Resilia en la Ibero Torreón lo que sin duda nos deja llenos de aprendizaje y retos para nuestro quehacer como profesionales y como personas al servicio de los demás. Gracias **Laura López W.** (Instituto Resilia)

A las familias

Sesiones con las familias. Marzo.

En el mes de marzo la **Lic. Angélica Menéndez** dio una charla a las familias y cuidadores primarios sobre el "Manejo de pérdidas emocionales". Con estas sesiones se abren espacios para el aprendizaje y la reflexión que son parte del compromiso que tiene Mentes con Alas con cada de ellos.

Al exterior

Abrir las puertas de nuestra casa a empresas, escuelas y a otras instituciones es una de las actividades con las que buscamos tener vínculos de apoyo y dar a conocer nuestra labor creando conciencia acerca de la discapacidad y la parálisis cerebral dejando en nuestros visitantes una enseñanza, una experiencia, una semillita en sus corazones que los sensibilice y los lleve a actuar con respeto y a incluir a estas personas que, como todos, tienen los mismos derechos.

Agradecemos a **Caterpillar** y **John Deere**, al Colegio San Luis, Tec de Monterrey, Pereyra, Multiversidad, Greco y Soriana, entre otros el haber estado con nosotros.

Visita de Caterpillar Torreón con actividades de sensibilización.

Interacción del personal de la empresa John Deere. Noviembre.

Eventos especiales

Ballet de Monterrey en Torreón. Primer semestre del año.

Con un evento de primera clase organizado por **Lu Villegas e Isabel Ruenes** en el Teatro Nazas, Mentes con Alas junto con otras 3 asociaciones, fue afortunada en recibir un donativo.

Ceterpillar Torreón organizó una carrera con causa eligiéndonos como beneficiados e invitándonos a hacer presencia.

A medio año tuvimos un estand en el **Festival del Vino Mexicano** recibiendo también un donativo.

¡Gracias a todos!

Empresas y Empresarios

En el mes de mayo la empresa **Cooper Standard** nos visitó para hacer entrega de playeras a todos y cada uno de los integrantes y del personal acompañados por un show a cargo del mago Leo´s.

Durante este año, la campaña "Come, disfruta y ayuda" con restaurantes reconocidos de nuestra región: **Bondi, Panini, Pinabete, Nicanor, Nido y Bigote**, siguió dando frutos. Muchas gracias.

Personal de Cooper Standard. Mayo.

RECAUDACIÓN, APOYOS Y DONACIONES

Fundaciones

Mentes con Alas sin duda es una asociación bendecida gracias al apoyo de nuestros bienhechores y amigos. En el 2023 participamos en tres campañas: **AlSuper, Klyns/Medex** y **Soriana** siendo acreedores de valiosos donativos que nos permiten seguir trabajando por y para los adultos con parálisis cerebral de nuestra comunidad.

Campaña de redondeo Alsuper. Abril.

Campaña de aportación Soriana. Agosto.

Reconocemos el apoyo brindado por **Fondo Unido México** a través de **Caterpillar Torreón**, así como el de **Fundación Diez Morodo** y del **DIF Municipal** basado en el fondo de fortalecimiento el habernos permitido aplicar en sus convocatorias y recibir recursos para equipar el centro de capacitación en inclusión laboral "Alas Creativas" específicamente la cocina, el mobiliario de las oficinas y los aparatos de aire respectivamente.

Ceremonia de entrega del Fondo de Fortalecimiento para la infraestructura de las OSCs. Junio.

Cada mes **Fundación Lala** hace llegar a nuestra comunidad productos lacteos y embutidos que son muy bien aprovechados.

El **Sr. Guillermo del Rea**l a través de **Tere Reyes**, nos beneficia cada semana con fruta, verdura y despensa.

Ropa y papelería son otros tipo de donaciones que recibimos por parte de particulares.

EQUIPO DE VOLUNTARIAS

Contar con un grupo de 17 mujeres entusiastas guiadas por **Ruth Berlanga** directora y fundadora de Mentes con Alas y **Gaby Ramos** coordinadora de este equipo, es una bendición. Con su labor la comunidad recibe apoyos derivados de los proyectos de recaudación que realizan a través de rifas, eventos especiales y otras gestiones. Gracias a ellas y a otras colaboradoras, dos veces a la semana se reciben alimentos preparados para los integrantes de nuestra comunidad. Las voluntarias se reúnen cada mes para organizarse, abordan temas de interés y se capacitan.

Reuniones periódicas. Equipo de voluntarias.

REACREDITACIÓN 2023

Con el acompañamiento de Ibero Torreón a través de la coordinación de servicio y promoción social, renovamos ente el Cemefi (Centro mexicano de filantropía) nuestros indicadores de institucionalidad y transparencia, lo cual ha sido un proceso constante gracias a la certificación obtenida en el 2010.

Otorga la presente

CONSTANCIA a:

La Coordinación de Servicio y Promoción Social en conjunto con el proyecto "Acompañamiento a las OSC's en la acreditación o renovación de los indicadores de Institucionalidad y Transparencia", agradece a ***Mentes con Alas, A.C.,*** *por la confianza otorgada a la Universidad Iberoamericana Torreón en la culminación del proceso realizado ante el Centro Mexicano para la Filantropía.*

INSTITUCIONALIDAD Y TRANSPARENCIA

Cemefi

RECONOCIMIENTO

E10 PLUS

EMPRESAS DE DIEZ

INFONAVIT

El Instituto del Fondo Nacional de la Vivienda para los Trabajadores otorga el presente certificado a:

MENTES CON ALAS AC

RFC: MAL061101PA4 BIMESTRE: SEXTO

Por destacar como una **empresa líder en su segmento**, crear empleos de calidad y cumplir puntualmente y de manera continua con el pago de sus aportaciones y amortizaciones patronales en materia de vivienda al 6º bimestre de 2022, lo que permite generar para sus trabajadores un ahorro para su crédito y formar un patrimonio para su retiro.

Gustavo Ernesto Díaz Gómez

Representante de la Dirección General del INFONAVIT en la Delegación XIV Coahuila

Fecha de expedición

Por primera vez Mentes con Alas calificó como una empresa DIEZ PLUS. Un reconocimiento otorgado por parte de INFONAVIT, CANACO y RECAUDACIÓN de Torreón entregado en la cámara de comercio de Torreón este pasado 19 de abril.
36 mil empresas se tienen registradas en la región y 30 fueron las reconocidas por su excelente comportamiento fiscal, jurídico y de obligaciones patronales.

VINCULACIÓN, OSC´s

Siendo parte de la Red de OSC´s Unidos Laguna y reconociendo la importancia del trabajo en equipo con otras asociaciones, asistimos a reuniones periódicas para recibir información en temas de interés general.

Presencia en reunión con la red OSC's Unidos Laguna. Cada mes.

PARA FINAL DEL AÑO

Como ya es costumbre al finalizar el año, celebraremos juntos y compartiremos una MISA de ACCIÓN de GRACIAS estando acompañados por toda la comunidad, voluntarios y amigos cercanos.

GRACIAS LUIS MAU

Luis Mauricio, Junio.

" No piensen que me he ido...
Si algún día me piensas o visitas donde yacen mis restos, por favor NO LLORES, sólo imagina que estoy durmiendo.
Te visitaré con el alba, te abrazaré con el viento, te besaré con la lluvia y cantaré para ti, en silencio.
Nunca pienses que me he ido, porque entonces... entonces sí habré muerto. "

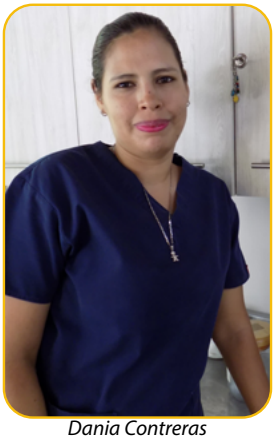
BIENVENIDOS

Que alegría nos da que en este 2023 Rafael Yañez y Efraín Maynez, dos jóvenes muy alegres, formen parte de esta comunidad de adultos con parálisis cerebral y reciban los beneficios de nuestro programa integral. ¡Sean bienvenidos!

Rafael y Efraín. Los integrantes más recientes de nuestra comunidad

Claudia Castañeda

Alejandro Rodríguez



Dania Contreras

Este año tuvimos la fortuna de poder integrar a nuestro equipo de trabajo a tres grandes compañeros: Claudia Castañeda quien se incorpora como asistente de dirección, Alejandro Rodríguez como terapista físico /asistente operativo y Dania Contreras como auxiliar de enfermería.

Agradecemos a las fundaciones, empresas, instituciones, amigos de Mentes con Alas y a todos los bienhechores que nos favorecen.

¿Cómo puedes ayudar?

Información:
administracion@mentesconalas.org.mx
comunidad@mentesconalas.org.mx
Av. Ocampo no.1797 ote. C.P. 27000
Col. Centro Torreón, Coah.
871 718 0068 871 204 2509

Donativos:
Banco Santander: 92000726992
Clabe 014060920007269921
Cargo automático a tarjeta
Efectivo y cheques
Plataformas digitales (Benevity y Paypal)

www.mentesconalas.org.mx