

# POLICEFALIA

Indaga con INGADA

# ¿Quiénes somos?

Somos un grupo de chic@s muy distint@s: edades diferentes, gustos diferentes, estudios diferentes, etc. con algo en común: las ganas de transmitir lo que sabemos y lo que pensamos al mundo, y dar la oportunidad a otras personas de expresarse de la forma que quieran en un espacio donde nadie es juzgado por nadie.

Además, contamos con la ayuda de muchos profesionales, gracias a los cuales hemos podido llevar a cabo esta pequeña revista, que muestra un trocito de cada uno de nosotros.

## **Colaboradores:**

**Carla Refojo Tarrío**

**Clara Etchevers Rey**

**Luis Carlos Saldivia López**

**Pablo Mayo Lista**

**Paloma Barcia Morenza**

**Vanessa Di Sanza**

# INGADA

## ¿Qué es Ingada?

Se trata de un Instituto en el que convergen diferentes profesionales gallegos de la salud, educación, jurídicos, economistas, comunicación, consultoría, etc., que se han unido en un equipo que pretende ayudar a las personas afectadas por TDAH o cualquier otro trastorno relacionado y a sus familias. Ingada nace en enero del 2014 como una organización sin ánimo de lucro. Hoy en día tiene un campo de acción que comprende las cuatro provincias gallegas.

## Fin del Camino Dos faros sen límites, en Finisterre.

Bajo un sol de justicia finalizamos el camino en Finisterre. Ha sido un recorrido intenso en diferentes etapas por la costa da morte, en el cual hemos podido compartir bonitas experiencias y conocer muchas personas interesantes.

Visitamos el Museo de Pesca del castillo de San Carlos donde asistimos a una de las explicaciones más didácticas e interesantes que uno puede imaginar sobre las artes de pesca.



Pero esto no acaba aquí, a partir de ahora prepararemos el Camino de la Diversidad para el 16 de septiembre, así que os animamos a participar con nosotros.

## Plan estratégico de Juventud 2018-2020.

Asistimos, en Santiago de Compostela, a la sesión de lanzamiento del plan estratégico de juventud, que tiene como finalidad incorporar la voz de los jóvenes en la definición de los objetivos y acciones del anterior plan.

## III Camino de la Diversidad.



## Buscando talento

*Buscando talento* es una sección para aquellas personas que quieran compartir su pasión, talento y gustos, ya sean literarios, artísticos, fotográficos, etc. sin sentirse presionadas ni evaluadas.



Dibujos por **Andrés Fuentes**.

### Colaboraciones de los chicos en el Taller de Lectura de Ingada.

#### LOS GATOS

Los gatos son los más fieles compañeros del hombre. Por eso mucha gente los tiene como mascota. Los gatos son mis animales favoritos, por eso los quiero con todo mi corazón. En mi opinión, los gatos son los animales más adorables (especialmente los pequeñitos), los más confiados y los más buenos del mundo (aunque a veces se revolucionen un

poco y muerdan, gruñan o arañen). Por eso mismo yo tengo dos preciosas gatas: Issis (la más mayor) y Kyra (la pequeña de la casa).

#### **Encuesta: ¿Cuánto quieres a tu gato?**

1. ¿Dejas que tu gato duerma contigo?
2. ¿Permites que tu gato se siente a comer a tu lado de la mesa?
3. ¿Dejas que tu gato te supervise mientras te duchas?
4. ¿Consideras a tu gato uno más de la familia?
5. ¿Intentas hablar en gatuno con tu gato?
6. ¿Celebras el cumpleaños de tu gato?

## NOTICIAS INTERNAS: Buscando talento.

7. ¿Tienes la impresión de que tu gato y tu tenéis telepatía?
8. ¿Alguna vez te has llevado a tu gato de vacaciones?
9. ¿Dejas una luz encendida por la noche para que tu gato no tropiece?
10. ¿Crees que el pienso industrial es malo y le preparas a tu gato su comida con todo el amor del mundo?

### SOLUCIÓN:

- a) 9-10 síes: El dueño perfecto.
- b) 5-8 síes: El dueño óptimo. Casi perfecto.
- c) 1-4 síes: No muy buen dueño, tienes que mejorar.

### Uno de los colaboradores más peques de la revista.

### LOS QUIMIONS, MÁS QUE UN SIMPLE PROYECTO.

Los Quimions son unas fundas confeccionadas con fieltro, tela y goma eva. Se utilizan para cubrir las bolsas de suero con la medicación de los niños enfermos de cáncer.

Estas fundas tienen forma de un muñeco con súper poderes "Quimi", que les ayuda a sentirse bien y los convierte en súper héroes.

Reclusos de una cárcel española han confeccionado de forma solidaria 180 fundas.

Además, miles de colegios han decidido apoyar este proyecto.

En mi centro educativo vamos a donar unas 30 fundas, gracias a nuestro ANPA.

Si deseas colaborar con esta iniciativa solidaria, busca en facebook: **Proyecto Quimions Coruña**. Unete al grupo y recibirás las instrucciones.

### Gabriela A.Priegue Rodriguez

### COMO PLANTAR CÉSPED

- 1º Debemos preparar la tierra.
- 2º Echamos las semillas y las esparcimos por toda la tierra.
- 3º Después rastrillamos para que queden bien repartidas por toda la tierra.
- 4º Regamos bien la tierra, pero sin encharcarla.
- 5º Esperamos unos 15 días para ver nacer el césped.

### José Antonio Da Silva.

## Lanzamiento del Proceso de Elaboración del Plan Estratégico de Juventud de Galicia 2018 - 2020

El pasado lunes 26 de Junio, la Fundación Ingada tuvo el maravilloso placer de formar parte, con tres de sus colaboradores, del Plan Estratégico de Juventud 2018- 2020, donde miembros de la Xunta decidieron dar continuidad al plan anterior. Este, ha estado en vigor entre los años 2014 y 2016, y ha permitido el desarrollo de 240 medidas, con un otorgamiento de 343 millones de euros. Pero, todas las medidas adoptadas anteriormente requieren de mejoras, y, posiblemente, se requiera de la creación de nuevas medidas adaptadas a los cambios en la población joven, ya que esta va evolucionando y precisando de nuevas leyes, y más, en una etapa de desequilibrio como la que estamos viviendo.

El Plan Estratégico de Juventud 2018 -2020 ha sido presentado por la directora general de Juventud, Participación y Voluntariado, Cecilia Vázquez Suárez. Esta ha presentado la consulta del lanzamiento del nuevo Plan estratégico de Juventud para el período 2018-2020. Este acontecimiento ha tenido lugar en la sala Eisenman de la Ciudad de la Cultura.



Uno de los objetivos que tiene este plan es la incorporación de voces de chicos/as, así como de los agentes, colectivos y asociaciones que los representan, en la definición de los objetivos y acciones para su realización.

Por este motivo, la responsable del departamento autonómico de Juventud sostuvo qué, frente a las afirmaciones generadas sobre el desinterés de los jóvenes por las políticas activas: “nosotros hemos comprobado que es todo lo contrario, a través de su complicidad y su participación en nuestros programas de formación, tanto en Galicia como en otros países europeos, de emprendimiento, de voluntariado y también de tiempo libre”.



Además, hemos tenido el privilegio de contar con un miembro de Asociaciones Juveniles, Chema, de la zona de Bilbao, el cuál nos ha transmitido los movimientos y políticas llevadas a cabo en su zona en materia juvenil.

**Carla Refojo Tarrío**

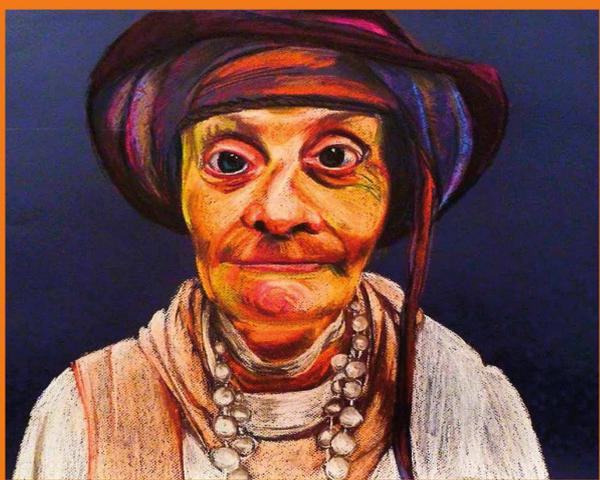
## Hacer visibles a los Invisibles

Hace un par de meses se presentó la exposición de arte de nuestra colaboradora Encarna, y tuvo el amable gesto de invitarnos a la inauguración, en dónde pudimos realizarle una pequeña entrevista.

Nada más entrar en el Museo Casares Quiroga, ya pudimos apreciar la inmensidad de colores que cubrían las paredes del lugar. Sus cuadros hablaban por si solos, mostrando una mezcla de trabajo, realidad, sentimientos, y necesidad de expresión. En cada cuadro, algo relacionado sobre la terapia ocupacional y sobre la vida: pacientes y compañeros, alegría y frustración.

Y, en medio de la sala, nuestra colaboradora dispuesta a compartir un pedacito de su vida con nosotros.

### HACER VISIBLE A LOS INVISIBLES Pintar, la práctica de la terapia ocupacional



EXPOSICIÓN **encarnación díaz**

19 abril al 14 de mayo 2017

INAUGURACIÓN: 19 de abril, 19.30 h.

**¿Por qué decidiste estudiar terapia ocupacional? ¿De dónde viene tu vocación, cómo descubriste que querías dedicarte a ello?**

La verdad es que fue un poco casualidad cuando descubrí la titulación de terapia ocupacional. En ese momento solo había una escuela en Madrid, y fue gracias a la orientación y al entusiasmo de una profesional en la escuela que me decidí a matricularme, ya recién acabado el curso, en esa carrera. Pensé que podía encajar. Sí que es verdad, que de aquella me hubiera gustado hacer algo de bellas artes, pero por mi situación familiar no podía enfascarme en ese tipo de estudios. Vi que había bastante diversidad en las materias y en las aplicaciones, y me pareció muy interesante. Fui a Madrid. De aquella, solo había una escuela. Hoy en día ya es una titulación universitaria. De hecho, la de aquí de Coruña es muy buena, tiene un compromiso y una regulación importante.

**¿Crees que pintar es una buena práctica de terapia ocupacional? ¿Puede aportar beneficios al paciente?**

Si, por supuesto. Es una actividad que se utiliza mucho para recuperar una disfunción en la ocupación o para empatizar, o incluso, conectar con el paciente, no solo con problemas psíquicos y mentales, sino también con problemas físicos. Tiene otra parte de expresión artística y creatividad. Yo, la verdad, es que lo tengo muy unido a mi profesión y a mí misma. He pensado, incluso, en hacer el master de terapias aplicadas en las artes, en Madrid.

## ENTREVISTA

Con el arte se pueden trabajar varios componentes, como la creatividad, difíciles de trabajar con otro tipo de actividades. Son más fáciles de dirigir sin que se den cuenta los pacientes.

### **¿Qué pretendías expresar con esta exposición?**

Al principio no sabía muy bien qué intención tenía. Sentía a estas personas muy próximas y me estaban recordando a muchas personas que he conocido en toda mi vida profesional, de diferentes centros. Llevo desde el año '88 en activo, y hay ciertas cosas que se repiten en este trabajo: posturas, escenas, sufrimientos, etc, con lo que llegó un punto en el que me cuestionaba estar haciendo un buen trabajo. Digamos que tuve un poco de crisis profesional. Me preguntaba si la terapia valía realmente o era yo la que no valía para aplicar las técnicas correctas. Entonces, la mano empezó a funcionar haciendo retratos y bocetos, en ratitos sueltos, en casa, y fueron surgiendo unas imágenes que me llenaban y que sentía que tenían que fluir. Y a partir de ahí ya me comprometí en sacar este trabajo adelante y mostrarlo. Tuve el apoyo del pintor Juanma Rubio, al cual conocí en el estudio donde solía ir en Pontedeume, lo que me ayudó bastante a darle visibilidad a mi trabajo.

### **4. ¿Tienes proyectos futuros?**

Si, el siguiente será un enlace entre mi vida profesional y personal. Quiero hacer un homenaje al equipo de mi hijo, que es de gimnasia rítmica avanzada. Además, como la fundadora se jubila, pues también quiero hacerle un homenaje, así como hacer varias obras que tengan relación con la larga trayectoria del equipo. Y es que es algo que me emociona y

me encanta, ya no solo por el hecho de que mi hijo se haya enganchado y lo disfrute, sino también por la labor de las personas que participan. Además, hay que dar visibilidad a este tipo de trabajo, ya que en este país poco más allá del fútbol se conoce.

También tengo proyectos pequeños, como en Ingada. Además, y en relación con mi otro hijo, también me apetece hacer algún tipo de trabajo con él y su grupo de amigos, por el colorido que tienen cada uno de ellos. Lo que no me apetece ni puedo asumir son proyectos por encargo.

*Desde la revista, te deseamos mucha suerte, Encarna, en tus proyectos futuros.*

### **Equipo de Redacción.**

