



NEWSLETTER

Enero 2021

## PUENTES ONLINE



La nevada Filomena, nos hizo replantear la forma de comenzar la vuelta al Proyecto Puentes. **La nieve hizo imposible poder empezar las actividades de forma presencial, pero aprovechamos para ir implementando las herramientas virtuales y testar el proyecto en su modo telemático.**

Hemos estado algo más de una semana con el formato online y hemos podido enseñar a los chicos y chicas el espacio virtual que hemos creado; pudimos mantener el apoyo escolar, aunque

en este caso con la profe a través de la pantalla; hemos hecho juegos, técnicas de estudio... pero lo mejor de todo, es que **¡¡nos hemos visto sin mascarilla!!**

El año 2021 es un año peculiar, donde debemos centrarnos en recuperar y motivar para paliar las secuelas académicas y sociales de esta pandemia. Nos parece fundamental poder adaptar el Proyecto Puentes, garantizar que los chicos y chicas puedan seguir recibiendo apoyo escolar y que puedan socializar porque estamos aprendiendo que nada puede parar las ganas de aprender y mucho menos las de reír.

Tras el testeo de nuestro proyecto en modo on-line, ya tenemos nuevamente en marcha las actividades presenciales porque, **aunque el mundo digital tiene muchas cosas buenas, vernos sigue siendo MARAVILLOSO.**

## PROYECTO OMBÚ: ALGUIEN ME ESTÁ ESPERANDO

---



El inicio de año ha venido con nuevos retos para las familias. Filomena y la nueva ola de Covid vuelven a medir nuestras fuerzas y nuestros recursos psicológicos. Pese a que existen diferencias significativas en cómo cada persona vive las adversidades, un reconocido psiquiatra llamado Juan David Nasio, ha comenzado junto con otros clínicos a reflexionar sobre **la inédita depresión Covid**. La describe como un tipo de afección diferente a lo que se ha caracterizado en los cuadros de depresión clásicos. En una interesante entrevista explica que mientras en la depresión clásica

la persona se siente cansada y moralmente apagada, **la tristeza Covid se acompaña con angustia**, pues suele haber irritabilidad y tormento por la situación en la que se encuentra.

Así mismo reflexiona sobre cuatro cuestiones vitales y básicas que ha podido concluir durante este tiempo de atención. La primera es el cuerpo, un cuerpo sano que permita vivir. Lo segundo es el amor, la presencia afectiva del otro es importante, amar y sentirse amado. La tercera es poder estar en acción y cumplir con tareas u objetivos que se planteen o se sientan como alcanzables. Es decir, aunque uno esté cansado se puede plantear metas que está realizado. Y por último, el cuarto aspecto y más importante de todos tiene que ver con el futuro, con sentirse esperado. Este autor dice en palabras textuales “Me están esperando, alguien me está esperando. Yo vivo y me siento yo, porque cada uno de nosotros y cada uno de los que están leyendo esto, sabe que para él lo fundamental es sentirse esperado”.

Recordemos entonces la importancia que tiene en nuestra vida la apuesta por el lazo con el otro y la vida compartida para dar sentido a nuestra existencia y a los momentos que se antojan más complicados.

## LA COMUNIDAD DE MADRID HA CONCEDIDO A LA FUNDACION UNA AYUDA ECONOMICA POR LOS GASTOS DERIVADOS DEL P.P.C. por Covid-19.

---



FUNDHOS RECIBE UNA COLABORACIÓN  
ECONÓMICA PARA APOYAR CON EL  
GASTO DERIVADO DEL COVID-19



La Comunidad de Madrid, apoya nuestra inversión en material y limpieza derivados de la puesta en marcha del Plan de Prevención de Contagios por Covid-19 y **nos ayudará económicamente para asumir el gasto.**

Los proyectos que desarrollamos son proyectos de interés social, reconocidos por la Consejería de Políticas Sociales, Familias, Igualdad y Natalidad y por la Consejería de Sanidad. El esfuerzo que desde entidades pequeñas estamos haciendo para poder ofrecer actividades de forma seguro está siendo titánico, así que valoramos como muy positivo poder tener un apoyo público.

## FUNDACIÓN BOTÍN NOS ABRE UN NUEVO CAMINO

---



Hace casi un año, Fundación Botín nos eligió para pasar a ser parte de su Red de Talento Solidario. Han sido muchos los meses de formación, de trabajo y de emoción; hemos tenido encuentros, jornadas y a una maravillosa mentora que nos ha ayudado a mejorar en lo que hacemos y plantear estrategias que nos hagan más fuertes.

Hemos conocido entidades de todo el territorio español, de las que hemos aprendido y que esperamos hayan aprendido de Fundhos también. Pero todo esto no ha llegado a su fin.

Fundación Botín ha considerado que nuestra estrategia de **comunicación merecía ser apoyada económicamente para poder mejorar nuestro impacto y garantizar una sostenibilidad a medio plazo.**

Nos quedan dos años de recorrido por delante, donde nos hemos marcado objetivos que desde Fundación Botín nos ayudarán a conseguir.

## VOLUNTARIADO: FORMAS DE ESTAR PRESENTE

---



Ante la dificultad de poder continuar con las actividades de voluntariado con la Residencia de Mayores Inarejos y con la Mini residencia de Grupo 5 Cobeña, **no nos hemos querido quedar de brazos cruzados y realizamos una actividad solidaria con cada una de las Residencias, les hemos llevado Felicitaciones Navideñas artesanales y personalizadas para cada residente.**

La distancia social en personas que viven en una Residencia supone un alejamiento de sus familias, viven en comunidad, pero no pueden ver a sus familiares, sabemos que la Navidad va de la mano de la nostalgia y queríamos que sintieran nuestro afecto.

No nos olvidamos, nuestros voluntarios y voluntarias están deseando volver a las visitas, a las risas y a las charlas. El voluntariado es una forma de vida, y en estos tiempos nos toca “desvivirnos” un poco, **pero las vacunas están llegando y cuando todo sea seguro, estaremos llamando al timbre.**

## EL MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENDA 2030 HA DONADO A LA FUNDACIÓN MASCARILLAS PARA LAS FAMILIAS DE NUESTROS PROYECTOS.

---



El Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030, reconociendo el interés social de nuestras actividades, **nos ha donado mascarillas quirúrgicas para que podamos distribuirlas entre las familias que participan en nuestros proyectos.**

El uso de mascarillas es obligatorio, comprarlas se convierte en un gasto más, un fijo a sumar a la economía doméstica. El gasto medio al mes de una familia de cuatro miembros puede llegar hasta a 150€ y sabemos que para muchas familias es un extra difícil de asumir.