

Jocs Special Olympics Tarragona

Els equips de futbol del Club Esportiu Sique! han participat als Jocs Special Olympics Tarragona, celebrats del 9 al 12 d'octubre de 2026.

Quatre dies de competició, emocions i convivència que han marcat un inici de temporada molt especial per al Club Esportiu Sique!. Els equips de futbol han viscut una experiència plena de reptes, nervis i moments per recordar, compartint terreny de joc amb esportistes d'altres entitats i posant en pràctica tot allò que treballen durant els entrenaments i la lliga.

L'esforç, el compromís i l'esperit d'equip han estat presents en cada partit. El CE Sique A ha aconseguit la ter-

cera posició i el CE Sique B, la quarta, uns resultats que reflecteixen la dedicació dels jugadors i dels tècnics.

Però els Jocs han anat molt més enllà dels resultats esportius. Les estones compartides fora del camp, les noves amistats i l'alegria de formar part d'aquesta trobada han convertit Tarragona en una experiència inoblidable. Una manera de començar la temporada reafirmant els valors de l'esport inclusiu: participació, respecte, companyonia i igualtat d'oportunitats.



Editorial

L'esport a la Fundació Sique!

Els equips de futbol del Club Esportiu Sique! han participat als Jocs Special Olympics Tarragona 2026. Aquesta experiència ens recorda per què treballem cada dia perquè les persones amb discapacitat puguin practicar esport amb els suports que necessiten.

L'activitat esportiva afavoreix el benestar físic i emocional, ajuda a crear vincles i ofereix oportunitats per compartir experiències. Per a algunes persones, els entrenaments i els partits són també un espai de relació especialment valuós, que dona continuïtat a les amistats en diferents etapes de la vida.

Al camp aprenem a respectar les normes, acceptar les decisions arbitrals, gestionar la frustració i celebrar els encerts dels companys. Saber guanyar i perdre forma part d'un aprenentatge que continua fora del terreny de joc.

També treballem l'autonomia. Els desplaçaments als partits de la lliga, concentrats en un mateix camp de Barcelona, permeten practicar trajectes i guanyar confiança, sols o amb els companys.

Aquest acompanyament té en compte la realitat de cada esportista i la coordinació amb les famílies, els centres de treball i les entitats tutelars és clau.

Ens sentim orgullosos dels jugadors i de l'equip tècnic. Gràcies per la constància, la dedicació i la il·lusió amb què feu créixer el club al llarg de l'any.

Laia Valera



Andrea Reyes, començar a escriure la seva pròpia història

Després d'anys de canvis i incerteses, l'Andrea ha trobat a la Llar Residència de la Fundació Sique un lloc des d'on construir, pas a pas, el futur que vol.

La vida de l'Andrea no sempre ha estat fàcil. Des de petita va viure situacions familiars complexes i etapes d'inestabilitat. Durant uns anys va créixer en un centre residencial d'acció educativa (CRAE), lluny de la vida familiar que hauria desitjat. L'any 2022 va arribar un canvi important. Amb l'acompanyament de la fundació que li donava suport, va començar a viure en una de les Llar Residència de Sique, compartint el dia a dia amb cinc persones més. Era una oportunitat per començar una etapa diferent, però també un repte ple de coses noves.



Abans de fer grans passos, calia una cosa essencial: sentir-se segura.

El canvi no va arribar d'un dia per l'altre. Primer va caldre construir vincles, escoltar-la i donar-li temps per confiar. A poc a poc, l'Andrea va anar descobrint que podia expressar què volia, prendre decisions i marcar-se objectius propis. Amb l'equip educatiu al seu costat, va començar a treballar allò que era important per a ella: trobar una feina, continuar aprenent, gestionar millor les emocions i incorporar hàbits que l'ajudessin a sentir-se bé. No es tractava de decidir per ella, sinó d'acompanyar-la perquè pogués avançar al seu ritme.

Avui l'Andrea treballa, ha guanyat autonomia i mira endavant amb nous projectes.

Un dels seus somnis és poder viure algun dia al seu propi pis. Encara hi ha reptes, com en qualsevol projecte de vida, però ara disposa de més eines, més confiança i un entorn que l'acompanya sense deixar de creure en les seves capacitats.

La història de l'Andrea explica què significa acompanyar una persona: no fer el camí per ella, sinó obrir oportunitats perquè pugui escollir el seu. I veure com, amb temps, confiança i suport, comença a fer-lo realitat.



Àrea de Lleure i Esport

El Club Esportiu Sique comença la temporada als Jocs Special Olympics

La temporada 2026-2027 ha començat amb una cita molt especial per al Club Esportiu Sique!: la participació dels seus equips de futbol als Jocs Special Olympics Tarragona 2026. Del 9 al 12 d'octubre, els jugadors i els tècnics de la Fundació van compartir quatre dies de competició i convivència amb esportistes d'altres entitats.

Tarragona ha acollit la 13a edició dels Jocs, organitzats per la Federació ACELL i Special Olympics Catalunya. La trobada ha reunit delegacions de Catalunya, de la resta de l'Estat i d'altres països europeus, amb un programa de 15 disciplines que inclou atletisme, natació, bàsquet, futbol 5, futbol 7, tennis, pàdel, vela, handbol, gimnàstica, bàdminton, ciclisme, tennis de taula, petanca i el programa Young Athletes.

La preparació de tota una temporada

La participació als Jocs dona continuïtat a la feina feta durant la lliga catalana. Els entrenaments i els partits permeten preparar la competició, consolidar el joc en equip i arribar a una cita com aquesta amb experiència compartida.

Aquest treball també inclou aprendre a escoltar les indicacions dels tècnics, respectar els rivals i prendre decisions amb els companys. Als Jocs, aquests aprenentatges es posen en pràctica en un entorn diferent, amb nous equips i les emocions pròpies d'una competició tan esperada.

Quatre dies de competició i convivència

L'acte inaugural va donar el tret de sortida als Jocs amb la desfilada de les delegacions, les actuacions musicals i els parlaments. Esportistes, tècnics, famílies i autoritats van compartir una cerimònia que va obrir pas als dies de competició.

Les dues jornades següents van estar marcades pels partits, els nervis i l'esforç per donar el millor de cadascú. Els nostres equips es van enfrontar a rivals de nivell, amb representants de Madrid i del País Basc entre els contrincants. Alguns enfrontaments es van haver de resoldre en una tanda de penals.

El CE Sique A va aconseguir la tercera posició i el CE Sique B, la quarta. Felicitem tots els jugadors i els tècnics per aquests resultats i per la feina que hi ha al darrere. Cada partit va requerir concentració i capacitat per afrontar tant els encerts com les dificultats del joc.

Després del lliurament de medalles, la festa de l'esportista va oferir un espai per celebrar la participació, retrobar altres equips i fer noves amistats. Aquests moments de convivència també formen part de l'experiència dels Jocs.

L'últim dia, una marxa per la ciutat va acostar els participants a la ciutadania. La cloenda va permetre reviure alguns dels moments compartits i va posar el punt final a la trobada amb l'apagada del peveter.



Àrea de Lleure i Esport

Els Jocs en primera persona

Valoració Jordi Gallardo, entrenador:

És una experiència inoblidable. Sovint, no és fins uns dies després, quan tornes a la rutina i mires enrere, que t'adones de la magnitud del que has viscut. En esdeveniments com aquest, l'esport passa a un segon pla i el que realment deixa empremta és la convivència: compartir el dia a dia amb jugadors i tècnics, els riures a l'hotel, els trajectes en autocar i la germanor amb altres entitats i clubs. Una experiència molt enriquidora que llàstima que només es pugui viure cada quatre anys! En l'àmbit esportiu, em quedo amb les ganes i l'actitud exemplar dels nois a l'hora de competir. La seva il·lusió, compromís i esportivitat són la millor lliçó que ens podem emportar.

Els Special Olympics són molt més que una competició: ens recorden per què ens dediquem a això i la força transformadora de l'esport inclusiu. Tornem a casa amb el cor ple i ganes de continuar sumant.

Valoració Ruben Moreno, entrenador:

¿Qué han sido para mí estos Juegos? Pues ha sido algo increíble, convivir con ellos durante cuatro días ha sido una experiencia maravillosa, es en esos momentos cuando te das cuenta de cómo son realmente, la humildad que tienen y las lecciones de vida que nos pueden llegar a dar. También quiero destacar, a nivel general, la competitividad sana y el compañerismo que se viven durante los Juegos, es increíble ver como incluso sin ganar nada en cuatro días son capaces de sacar la sonrisa más grande y sincera que existe, algo que muchos deberíamos aprender.... Para mí los specials Olympics han sido una experiencia que todo el mundo debería



probar una vez en la vida, me ha hecho sentirme feliz y olvidar todos aquellos problemas que el día a día nos tienen la cabeza ocupada.

PD: Como siempre digo... ellos creen que nosotros les enseñamos algo de deporte y de lo que no se dan cuenta es de que son ellos quienes nos enseñan a nosotros lecciones de vida.



Valoració Ruben Gonzalez, entrenador:

Lo vivido como entrenador ha sido inolvidable, un honor poder disputar unos juegos olímpicos con nuestros equipos y verlos disfrutar, esforzarse y dar lo mejor de cada uno. Como también ha sido un gran placer pertenecer a la fundación y acompañar a todos los chicos al hotel, al campo de fútbol, al karaoke, a la discoteca... Y formar parte de todos ellos compartiendo el día a día, muchas risas y momentos épicos en el mejor de los ambientes. Gracias.

Valoració jugadors participants:

Els futbolistes que hem participat als Special Olympics 2026 ens emportem molts records d'aquests dies: els partits, els companys, els entrenadors, la discoteca, el menjar, el desfile i tots els moments compartits.

Per a nosaltres, el futbol és molt més que competir. És passar-ho bé, estar amb els companys, fer equip i sentir el suport de la gent. Ens agrada jugar, esforçar-nos i viure l'ambient dels partits, però també gaudir de tot allò que passa fora del camp.

Si hi ha una paraula que defineix aquesta experiència és companyerisme. El futbol ens ajuda a mantenir-nos actius i a cuidar la salut, però sobretot ens permet compartir moments, riure, fer amistats i sentir-nos part d'un equip. També volem destacar els nostres entrenadors, que ens acompanyen, ens ajuden i ens transmeten alegria, il·lusió i confiança. Cadascú guarda un record especial: un partit, la discoteca, el desfile, l'afició o una estona amb els companys. Però tots coincidim en una cosa: ens enduem una experiència plena de futbol, emocions i bons moments que recordarem durant molt de temps.

Àrea de Lleure i Esport

Un club propi amb nous suports

Aquest inici de temporada coincideix amb la creació del Club Esportiu Sique!, un projecte propi que feia temps que desitjàvem. La participació a Tarragona ha estat una primera oportunitat per viure aquesta nova etapa com a club. En aquest sentit, la Fundació Sique i l'empresa *The Almond Connection* han arribat a un acord de patrocini per impulsar l'esport inclusiu i donar suport als tres equips de futbol de l'entitat.

The Almond Connection, empresa d'estratègia, màrqueting i comunicació amb seu a Barcelona, ha volgut sumar-se al projecte esportiu de la Fundació amb el patrocini de les noves equipacions dels equips de futbol. Aquesta col·laboració representa una aposta clara pels valors de l'esport inclusiu, la participació, el treball en equip i la igualtat d'oportunitats.

Des de la Fundació volem expressar el nostre agraïment a *The Almond Connection* per la seva confiança i compromís, convençuts que aquest acord serà l'inici de noves possibilitats de col·laboració. Aquest passat cap de setmana, durant els Special Olympics Tarragona 2026, els jugadors de la Fundació Sique ja van lluir les noves samarretes amb el logotip de l'empresa patrocinadora.

Tornem dels Jocs amb l'experiència d'haver competit, compartit temps amb altres equips i representat el club en una trobada que recordarem durant tota la temporada.



El jurament dels Jocs ens acompanya:
«Vull guanyar, però, si no ho aconseguixo, deixeu-me ser valent en l'intent».

El periodista esportiu Sique Rodríguez apadrina els equips de futbol de SIQUE!



El periodista esportiu Sique Rodríguez, de la Cadena SER, apadrina els equips de futbol de la Fundació Sique després de conèixer de prop el projecte esportiu de l'entitat.

Durant la seva visita a la Fundació, vam poder compartir amb ell la tasca que desenvolupem i la il·lusió que hi ha darrere dels nostres equips. Per als esportistes, el futbol és molt més que una activitat: és un espai d'inclusió, convivència, superació personal, amistat i treball en equip.

Sique Rodríguez també va donar veu al projecte al programa «Què t'hi jugues!» de SER Catalunya, contribuint a fer visible la importància de l'esport com a eina d'inclusió social.

A més, ens va acompanyar i donar suport durant els Special Olympics Tarragona 2026, celebrats del 9 al 12 d'octubre.

Des de la Fundació agraïm molt la seva proximitat, interès i complicitat amb els nostres equips de futbol.

Àrea de Lleure i Esport

L'Adrià, en plena Supercopa

La Peña ha guanyat la Supercopa 2026 i vaig tenir la sort de poder viure la celebració a l'Ajuntament de Badalona amb el meu grup d'amics i la meva germana. Per mi era la primera vegada que vivia una celebració d'un títol així i, la veritat, em va semblar estar dins d'un somni.

Hi havia moltíssima gent i jo estava nerviós, emocionat i molt feliç alhora. Poder compartir aquell moment amb els meus amics i amb la meva germana encara el feia més especial. Els jugadors, l'equip tècnic i la directiva van fer els seus parlaments i tots estàvem pendents del moment més esperat: que s'obrisin les portes del balcó.

L'espera se'm va fer una mica llarga, però quan per fi van sortir els jugadors, vaig començar a cridar d'emoció. Estava tan content que no podia parar! Vaig cridar tant que, quan tot es va acabar, em vaig quedar gairebé afònic.

Per mi va ser una experiència molt especial. Celebrar el títol amb els meus amics i la meva germana, veure els jugadors tan a prop i compartir aquella alegria amb tanta gent va ser increïble. És, sens dubte, un d'aquells moments que recordaré durant molt de temps.

Adrià Gris, Redactor de L'Informatiu



Àrea de Lleure i Esport

Fer esport també és poder-hi participar

Perquè l'esport inclusiu i adaptat sigui una realitat, cal eliminar barreres i oferir propostes que s'ajustin a les necessitats de cada persona. Els beneficis comencen quan la participació és possible i continuada.

Caminar, nedar, ballar o anar amb bicicleta són algunes de les moltes maneres de mantenir-se actiu. Però les persones amb discapacitat intel·lectual no sempre troben activitats accessibles o prou flexibles per practicar-les amb regularitat.

Adaptar l'esport no vol dir reduir-ne el valor, sinó buscar la manera que cadascú el pugui practicar. A vegades n'hi ha prou amb explicar un exercici pas a pas, utilitzar suports visuals, repetir una demostració o donar més temps per aprendre. D'altres, cal modificar el material, el ritme o l'organització de l'activitat.

Quan aquests ajustos funcionen, els beneficis es fan notar en la vida quotidiana. L'exercici regular ajuda a combatre el sedentarisme i a millorar la mobilitat, l'equilibri i la coordinació. Aprendre nous moviments també pot afavorir l'atenció, l'orientació espacial i la capacitat de seguir seqüències senzilles. No hi ha una única pràctica adequada per a totes les persones. Algunes prefereixen activitats tranquil·les i individuals; d'altres, propostes de grup o disciplines amb més intensitat. Poder provar opcions diferents és essencial per descobrir una activitat que motivi i es pugui mantenir al llarg del temps.

Àrea d'Habitatge

Tres noves incorporacions al Servei de Suport a la Llar

L'Elisabeth i la Iris comencen una nova etapa compartint pis

Aquest octubre, el Servei de Suport a l'Autonomia a la Pròpia Llar ha donat la benvinguda a tres noves persones, dues de les quals s'han incorporat a un habitatge de la Fundació Sique!. L'Elisabeth i la Iris feia temps que tenien una il·lusió: independitzar-se i compartir pis amb persones de la seva edat, amb qui viure experiències i construir el seu propi dia a dia. Ara han fet realitat aquest primer pas.

Al pis les esperava la Patri, que ja fa un any que hi viu. Junes comencen a construir una convivència plena de noves experiències, complicitats i aprenentatges.

Independitzar-se no vol dir haver de fer-ho tot soles.

Encara tenen molt per descobrir i molts reptes per davant. Des del servei les acompanyarem perquè puguin guanyar confiança, prendre les seves pròpies decisions i avançar cap als objectius que cadascuna es proposi.

Els desitgem molta sort en aquesta nova etapa. El camí tot just comença, i ens fa molta il·lusió poder-lo compartir amb elles.

Àrea d'Habitatge

Un dia al Tibidabo per compartir molt més que diversió

Una sortida per fer amistats i enfortir els vincles entre les persones del servei



Aquest estiu, el Servei de Suport a l'Autonomia a la Pròpia Llar va organitzar una sortida al Tibidabo oberta a totes les persones que en formen part i que s'hi volguessin sumar. La jornada va ser una oportunitat per gaudir d'un dia diferent, sortir de la rutina i compartir rialles i experiències en un entorn lúdic. Però darrere d'aquesta activitat hi havia un objectiu que va molt més enllà de passar-ho bé.

Viure de manera independent no significa viure sense una xarxa de suport.

Per això, des del servei promovem espais on les persones es puguin conèixer, establir noves amistats i crear vincles que continuïn més enllà de les activitats organitzades. La sortida també va permetre compartir moments de confiança i proximitat entre les persones participants i l'equip educatiu.

VAVAVA

Compromís i logística sense barreres: VAVAVA gestiona el transport i l'allotjament del Congrés Internacional d'ECOM

VAVAVA col·labora amb el Tercer Sector assumint la gestió integral de la mobilitat dels ponents de l'esdeveniment 'Accessibilitat 360'.

El pròxim 19 de novembre 2026, Barcelona es convertirà en l'epicentre del debat global sobre els drets de les persones amb discapacitat. Coincidint amb el seu 55è aniversari, la Federació ECOM organitza al Born Centre de Cultura i Memòria el Congrés Internacional 'Accessibilitat 360', una cita clau que coincideix també amb els 20 anys de la Convenció de l'ONU sobre els Drets de les Persones amb Discapacitat. Més enllà del valor de les ponències i debats que hi tindran lloc, un esdeveniment d'aquesta magnitud planteja un repte majúscul que sovint és invisible als ulls de l'espectador: la complexa xarxa logística que fa possible que experts de tot el món hi participin sense trobar cap barrera en el camí.

Per garantir l'èxit absolut d'aquesta operació, ECOM ha confiat en VAVAVA, l'agència de viatges de referència en el sector del turisme accessible.

VAVAVA serem l'agència oficial encarregada de centralitzar, planificar i supervisar tots els transports i allotjaments dels ponents nacionals i internacionals de la trobada.

Una aliança natural per a una societat millor

La tria de VAVAVA no és casual. Portem 13 anys treballant de costat amb entitats del Tercer Sector, dissenyant solucions de mobilitat i oci adaptat que no només mouen persones, sinó que col·laboren de manera activa en la construcció d'una societat millor, més justa i equitativa.

Des de la direcció de VAVAVA expresseu una profunda satisfacció per poder assumir la responsabilitat d'aquest esdeveniment. No es tracta només de coordi-

nar vols o reservar habitacions d'hotel; és l'oportunitat de demostrar, a escala internacional, que les grans trobades corporatives i acadèmiques poden gestionar-se des de l'excel·lència operativa sense renunciar mai a la responsabilitat social.

La complexitat de la "cadena de l'accessibilitat"

Quan es parla d'accessibilitat universal, el concepte clau és la continuïtat. Si un sol dels elements falla, tota la cadena es trenca. Organitzar el desplaçament d'un ponent internacional amb mobilitat reduïda implica assegurar que el transport des de l'aeroport de destinació o l'estació de tren estigui perfectament adaptat, que les rutes urbanes siguin viables i que les estades hoteleres seleccionades compleixin de manera estricta amb el disseny per a tothom.

Gràcies al bagatge tècnic acumulat durant més d'una dècada, l'equip de VAVAVA coordinarem de manera centralitzada tota la infraestructura logística. Des de la selecció de places hoteleres totalment adaptades fins a la contractació de vehicles especialitzats, cada detall estarà sota control per garantir que els ponents puguin centrar-se exclusivament a compartir el seu coneixement.

L'acord entre ECOM i VAVAVA posa de manifest que la inclusió real no és només un desig teòric sobre el paper, sinó un exercici diari que requereix professionals compromesos, aliances estratègiques i, sobretot, molta vocació social. El pròxim 19 de novembre 2026, el Born Centre de Cultura i Memòria serà el reflex d'aquest esforç compartit.



Fundació

Èxit de participació a la primera Trobada de Lleure Familiar de SIQUE!



El passat 17 d'octubre, el Servei de Famílies de la Fundació SIQUE! va celebrar la primera Trobada de Lleure Familiar a les instal·lacions de la Fundació Marpi, a Pineda de Mar. La jornada va ser tot un èxit, amb prop de 100 participants entre famílies, persones usuàries, professionals i voluntariat, que van compartir un dia ple d'activitats, convivència i diversió.

La trobada va néixer amb l'objectiu de crear un espai per conèixer-nos millor, compartir experiències, enfortir els vincles entre les famílies i escoltar les seves inquietuds i propostes, tot en un ambient proper i distès.

Al llarg del matí es van organitzar dinàmiques de coneixença i reflexió, en què les famílies van poder compartir experiències, valorar els serveis de la Fundació i proposar noves activitats. Una de les demandes més compartides va ser la creació de grups de suport familiar, espais on compartir preocupacions, experiències i punts de vista amb altres famílies.

Les persones usuàries també van tenir un paper protagonista, participant en activitats de lleure i aportant idees per continuar millorant els serveis. La seva veu és essencial per crear propostes que responguin als seus interessos i preferències.

La jornada també va estar plena de festa i diversió! Vam gaudir d'una animada classe de zumba, d'un bon dinar amb arròs cuinat en directe i d'una actuació musical que va posar el punt final a la trobada, amb cançons conegudes i tothom acabant la festa ballant.

Més enllà de les activitats, el més important va ser compartir temps plegats, retrobar-nos i crear nous vincles, reforçant el sentiment de comunitat que volem continuar impulsant des de SIQUE!

Des de la Fundació volem agrair la participació i implicació de totes les famílies i persones usuàries, així com la dedicació dels professionals i del voluntariat que van fer possible aquesta jornada.

Després de l'èxit d'aquesta primera edició, volem que la Trobada de Lleure Familiar es converteixi en una cita anual per compartir, escoltar-nos, gaudir i continuar fent créixer, entre tots i totes, la gran família SIQUE!

Moltes gràcies a tothom per fer-ho possible. Ens retrobem l'any vinent!

AGENDA

Novembre - Desembre

El 14 de novembre a la tarda

Representació de Tu SIQUEvals!

Els artistes de la Fundació pujaran a l'escenari de l'Escorxador amb Tu SIQUEvals! Us hi esperem per compartir una tarda de teatre i donar suport als nostres artistes.

El 25 de novembre, a les 17.30 h

Taller Cuidar-se per cuidar

Tindrà lloc el taller Cuidar-se per cuidar, adreçat a familiars i persones cuidadores de persones amb discapacitat. Una proposta per dedicar temps al propi benestar en el dia a dia.

El 3 de desembre de 2026

Jornada reivindicativa del 3 de desembre

Amb motiu del Dia Internacional de les Persones amb Discapacitat, el 3 de desembre celebrarem una jornada reivindicativa al matí. Enguany posarem el focus en l'habitatge i en la manca d'opcions que permetin a les persones amb discapacitat decidir on i amb qui volen viure.

social@fundaciosique.org
Tel. 93 384 29 06

I si l'amor no fos com ens l'han explicat?

Quan pensem en una història d'amor, gairebé tots imaginem el mateix: dues persones que es coneixen, s'enamoren, decideixen compartir la vida, potser es casen i formen una família. És el relat que hem vist en pel·lícules, sèries i contes des que érem petits.



Però... i si l'amor no tingués una única manera de viure's?

Abans d'escriure aquest article, vam preguntar a algunes persones usuàries del centre: què és l'amor per a vosaltres? Les seves respostes ens van recordar que estimar és molt més senzill del que sovint pensem.

Per a alguns, saber que una persona t'estima és tan simple com que et tracti bé. D'altres ho noten perquè els envia missatges durant tot el dia o perquè, com deia la Núria, "fa mirades amb caiguda d'ullets".

Quan els vam preguntar què és el més important perquè una parella funcioni, alguns parlaven de fer-se regals i d'altres de cuidar-se en el dia a dia. La Natalia ho resumia així: "Podem pensar diferent, però ens hem de respectar molt."

I cal viure junts per estimar-se? La majoria creien que no. La Mònica, en canvi, ho tenia clar: a ella sí que li agradaria compartir casa amb la seva parella.

També vam descobrir que cadascú imagina una cita perfecta d'una manera diferent: un sopar, una tarda

de cinema, un teatre musical o una sortida a cavall. I entre totes les respostes, n'hi va haver una que ens va fer pensar especialment. El Santi ens va dir que ell prefereix les relacions d'amistat abans que les de parella. Una resposta que ens recorda que no tothom viu l'amor de la mateixa manera.

L'amor també forma part de les seves vides. Hi ha enamoraments, primers petons, nervis abans d'una cita, decepcions i reconciliacions. Però aquestes relacions sovint conviuen amb reptes que moltes altres parelles no s'han de plantejar.

No totes les persones tenen el mateix grau d'autonomia ni viuen les emocions de la mateixa manera. Per això, acompanyar no vol dir decidir. Vol dir escoltar, orientar, donar eines i respectar els ritmes de cada persona perquè pugui construir les seves pròpies relacions.

Potser el veritable repte no és entendre com estimen les persones amb discapacitat intel·lectual.

Potser el repte és preguntar-nos si, com a societat, estem preparats per acceptar que no hi ha una única manera d'estimar.

David

El David porta tota la vida vinculat al tercer sector. S'hi va introduir treballant durant 15 anys a Coinre i, més endavant, es va incorporar a la Fundació Sique, primer a una llar.

Amb el creixement de la Fundació i del servei de Tuteles, el seu recorregut també ha anat evolucionant fins a arribar a dirigir-ne el departament.

Però més enllà dels càrrecs i les responsabilitats, hi ha una constant en la seva trajectòria: qüestionar el sistema, repensar les maneres de fer i posar sempre la persona al centre. Una manera d'entendre l'acompanyament que defensa l'autonomia, l'escolta i el dret de cadascú a prendre les seves pròpies decisions.

Quan no estàs treballant, què t'agrada fer?

Res! M'agrada jugar a l'ordinador, sobretot a jocs de missions i tancs. També la muntanya, escoltar música i, sobretot, no fer res. Que també és necessari, eh?

Què és una cosa que et fa riure molt?

Les situacions absurdes del dia a dia. Aquest estiu, per exemple, estava de ruta amb la meua dona i, just quan passàvem darrere d'un senyor, es va tirar un súper pet. Ens va fer molta gràcia. Són aquestes petites coses les que em fan riure.

I què és una cosa que no suportes gens?

Les injustícies i les dobles morals. Em costa entendre que exigim als altres coses que nosaltres mateixos no complim.

Si els teus companys haguessin de definir-te amb una sola paraula, quina creus que dirien?

Honest.

Si demà et toqués la loteria i no haguessis de treballar mai més, què faries?

Muntaria una associació perquè totes les persones poguessin tenir calçat. I li posaria el nom de la meua mare, Antònia Soler.

Què és el que més t'agrada de la teua feina?

Que cada dia és diferent. No saps mai què passarà ni amb què et trobaràs.

A Tuteles els dies normals existeixen?

No gaire. Divendres passat, per exemple, van venir els Mossos a citar-me i em van dir que en trenta minuts havia de ser a la Ciutat de la Justícia. Us podeu imaginar el fart de córrer que em vaig fer! A Tuteles, quan penses que tindràs un dia tranquil, és quan probablement passa alguna cosa.

Quan una persona necessita ajuda per prendre una decisió, com feu perquè pugui decidir per ella mateixa?

Procuro fer preguntes obertes, escoltar i no imposar el que jo faria. Deixo que la persona prengui la decisió que cregui oportuna i, després, si cal solucionar alguna cosa, ho solucionem.

Què és el més important perquè una persona se senti escoltada i respectada?

Dedicar-li el temps que necessiti, tenir paciència i escoltar també allò que no diu amb paraules. La comunicació no verbal és crucial: de vegades, una mirada, un gest o una actitud t'expliquen molt.

Què has après de les persones amb discapacitat?



He après que hi ha moltes maneres de fer les coses i que totes poden sumar. No hi ha una única manera correcta de viure, de decidir o de fer les coses.

Hi ha alguna cosa que t'hagi ensenyat especialment?

No jutjar. El meu millor amic, en Dani, n'és un bon exemple. Abans de conèixer-lo el tenia catalogat només pel seu aspecte. Avui és el meu millor amic. Això m'ha ensenyat que moltes vegades jutgem una persona sense tenir ni idea de qui és.

Què canviaries de la societat?

Canviaria la direcció de la inclusió. En lloc de demanar als col·lectius més vulnerables que s'incloguin en la societat, faria que fos la societat qui s'inclogués dins d'aquests col·lectius.

Què creus que la gent no sap de la feina que feu des de Tuteles?

Donem suport en molts àmbits: acompanyem, escoltem, prenem decisions conjuntament, creem vincles i treballem per assolir petits i grans reptes. Al final, la nostra feina no és només gestionar. És estar-hi.

Cap camió ho pot fer tot sol

Segur que alguna vegada t'ha passat. Vas passejant per Badalona, parlant amb algú o mirant el mòbil i, de sobte, has d'esquivar un excrement de gos, una burilla o una llauna abandonada a la vorera.

Fa pocs dies, Badalona va anunciar una millora important del servei de neteja, amb més camions, més personal, nous contenidors i més recursos per cuidar l'espai públic. Sens dubte, és una bona notícia. Però a la redacció de la Fundació Sique! ens vam fer una pregunta: n'hi ha prou amb disposar de més recursos per tenir una ciutat neta?

Després de parlar-ne entre nosaltres, vam arribar a una conclusió compartida: els recursos són necessaris, però no són suficients. Per molts camions que circulin pels carrers, cap d'ells pot impedir que algú llenci un paper a terra, abandoni una burilla o decideixi no recollir els excrements del seu gos.

La neteja d'una ciutat no depèn només dels serveis municipals. També depèn de les decisions que prenem cadascun de nosaltres cada dia.

A la Fundació Sique! treballem per fomentar l'autonomia de les persones, però també la responsabilitat. I això inclou aprendre a tenir cura dels espais que compartim. Perquè respectar els carrers, les places i els parcs és també una manera de respectar les persones que hi vivim.

Potser no podem conduir una escombradora ni organitzar el servei de neteja, però sí que podem fer petits gestos que tenen un gran valor: utilitzar les papereres, recollir els excrements dels nostres animals o, simplement, recordar que l'espai públic és de tothom.

Una ciutat més neta no es construeix només amb més camions. Es construeix també amb el compromís i els petits gestos de tota la ciutadania.

Per això, des de la redacció de Sique! volem fer una crida a tots els veïns i veïnes de Badalona. Aprofitem aquesta millora dels serveis per assumir també la nostra part de responsabilitat.

Gemma Sánchez, Equip de Redacció



Prepara les crispetes

En aquest espai us recomanem pel·lícules, sèries o documentals per gaudir del temps lliure. Prepareu el sofà, les crispetes... i a gaudir!

Fácil

Sèrie recomanada



Imagina anar a viure amb tres companyes de pis, tenir ganes de fer la teva vida i descobrir que hi ha un munt de normes que decideixen què pots fer i què no.

Doncs això és el que els passa a les protagonistes d'aquesta sèrie! La Marga, la Nati, la Patri i l'Àngels són quatre dones amb discapacitat intel·lectual que viuen en un pis tutelat a la Barceloneta. Totes quatre volen ser més independents, prendre les seves pròpies decisions i viure a la seva manera.

Però no sempre és tan fàcil com sembla! Entre normes, conflictes i situacions ben inesperades, lluitaran per fer-se un lloc en un món que sovint decideix per elles sense preguntar-los què volen.

Aquesta sèrie barreja humor, emocions i moments que et faran pensar. Ens parla de llibertat, convivència i del dret a decidir sobre la pròpia vida. Perquè, al cap i a la fi, qui no vol que el deixin viure a la seva manera?

**Una idea que ens deixa la sèrie:
No decideixis per mi.
Pregunta'm què vull!**

La pots trobar a
Movistar Plus +

Així que ja ho saps...
prepara el sofà i dona
una oportunitat a aquestes
quatre companyes de
pis que tenen moltes
coses a dir!

El futbol a Sique, gairebé 30 anys d'història

A finals dels anys noranta, el futbol es va convertir en una de les primeres activitats de la nostra entitat. Gairebé tres dècades després, continua sent un dels projectes esportius amb més tradició de la Fundació Sique.



Els inicis de l'esport a Sique

La història de l'esport a Sique es remunta a finals dels anys noranta, quan la cooperativa Coinre, vinculada als orígens de l'actual Fundació Sique, va posar en marxa els primers equips de futbol per a persones amb discapacitat intel·lectual. Aquella iniciativa es va convertir en el primer servei esportiu de l'entitat i en el punt de partida d'un projecte que ha continuat creixent fins avui.

Amb el pas dels anys, el projecte va passar a formar part de la Fundació Coinre i, posteriorment, de l'actual Fundació Sique. Malgrat els canvis, el futbol ha mantingut sempre la seva essència: oferir un espai on practicar esport, compartir experiències, fer amistats i gaudir del treball en equip.

Molts camps, una mateixa il·lusió

Al llarg d'aquestes dècades, els nostres equips han passat per diverses instal·lacions esportives de Badalona, afrontant dificultats com la manca d'espais adequats per entrenar i competir. Això ens ha obligat a buscar alternatives per garantir que els esportistes poguessin gaudir del futbol en les millors condicions possibles.

També han estat molts els entrenadors i professionals que han format part d'aquesta història, com el Paco, el Raül, el Jordi, el Rubén, la Natàlia i tants d'altres, la dedicació i el compromís dels quals han estat essencials per mantenir viu el projecte.

Dècades de competició i esport compartit

Des dels seus inicis, els equips de futbol han participat regularment en les competicions de lliga de la Federació ACELL, enfrontant-se temporada rere temporada a altres clubs.

Aquesta trajectòria ha permès als jugadors guanyar experiència i créixer esportivament i personalment, fomentant valors com el compromís, la constància, el respecte i el sentiment de pertinença a l'equip.

Els Special Olympics, moments per recordar

Si hi ha un esdeveniment que ha marcat especialment la trajectòria dels nostres equips, aquest ha estat la participació en els Special Olympics, una experiència que sempre s'ha viscut amb una il·lusió especial.

Un dels records més significatius és la participació en els Special Olympics de Badalona 2004, que va permetre als nostres esportistes viure una gran celebració de l'esport inclusiu a la seva ciutat. Més de vint anys després, els tres equips de futbol de la Fundació han tornat a participar en aquesta gran cita esportiva, als Special Olympics Tarragona 2026, celebrats del 9 al 12 d'octubre. Quatre dies de competició, convivència i emocions que han escrit un nou capítol d'aquesta llarga història.

Una història que continua

Des d'aquells primers entrenaments de finals dels noranta fins als tres equips actuals, el futbol ha estat una constant en la història de Sique.

Han canviat els camps, els entrenadors, les equipacions i fins i tot el nom de l'entitat, però s'ha mantingut intacta la il·lusió de trobar-se cada setmana per entrenar, competir i compartir bons moments.

Gairebé trenta anys després, el futbol continua sent molt més que una activitat esportiva: és una part de la nostra identitat i un dels millors exemples del compromís de la Fundació Sique amb l'esport inclusiu.

Entrevista a Santi



Quan parles amb el Santi, t'adones de seguida que és d'aquelles persones que sempre estan pendents dels altres. Coneix molt bé els companys del grup, sap què necessita cadascú i sovint s'avança al que pot passar. Sempre té una idea, un consell o una proposta a punt, i no dubta a compartir-la si creu que pot ajudar. Ho fa amb naturalitat, perquè ajudar els altres li surt del cor.

Fa molts anys que forma part de Sique. Recorda amb estima que va ser en Miguel Ángel Estrada qui li va obrir les portes del lleure, un lloc on sempre ha sentit que podia ser ell mateix. Des d'aleshores, no ha deixat de participar, de proposar idees i de cuidar les persones que té al seu voltant.

Després de gairebé trenta anys treballant a Calton, la jubilació no li ha fet baixar el ritme. Al contrari. Li encanta caminar, descobrir racons de Barcelona i apuntar-se a activitats noves. Va començar a caminar perquè el metge li ho va recomanar, però avui s'ha convertit en una de les seves grans passions.

No és d'aquelles persones que es queden mirant des de la barreira. Si creu que una idea pot funcionar, la comparteix. Si pensa que alguna cosa es pot millorar, també ho diu. Sempre amb respecte, amb un somriure i amb la voluntat de fer que tothom se senti part del grup. I, probablement, aquesta és una de les qualitats que fan del Santi una persona tan estimada.

Santi...

Pizza amb pinya o sense pinya?
Amb pinya!

Quin menjar no t'agrada gens?
El picant.

Què és el que més t'agrada fer quan tens un dia lliure?

M'agrada molt caminar. Vaig començar perquè m'ho va recomanar el metge, però ara ja és una de les coses que més m'agraden. Agafo el metro, baixo a qualsevol parada i vaig descobrint carrers i racons nous de Barcelona.

Sempre estàs disposat a donar un cop de mà. D'on et ve aquesta manera de ser?

Perquè em surt del cor ajudar a tothom.

Què és el primer que penses quan Sique anuncia un viatge?
Que m'hi vull apuntar! M'agrada

molt viatjar i passar-m'ho bé amb els companys.

Què no pot faltar mai abans de sortir de casa?

El rellotge i el moneder.

Diuen que ets una mica presumit... Quant de veritat hi ha en aquest rumor?

(Riu.) És veritat. Em canvio de roba dues vegades al dia.

Explica una cosa que t'hagi fet riure molt.

Quan vam anar amb Sique al Tren de la Mina del Tibidabo. Corria tant que no podia parar de riure. Em feia mal la panxa i tot!

Què és el que et fa sentir realment feliç?

Estar amb els meus companys i envoltat de gent.

Si fossis una verdura... quina series?

Una patata.

Si poguessis tenir un superpoder... quin seria?

Ser superfort.

Quin sabor de gelat seria un desastre total?

Un gelat d'escuma d'afaitar.

Completa aquesta frase: "Un dia perfecte sempre acaba amb..."
...que guanyi el Barça!

Quin consell donaries a algú que arriba per primera vegada a Sique?

Que s'animi a participar en les activitats, que conegui la gent i que no tingui vergonya. Aquí hi trobarà bons companys i s'ho passarà molt bé.