







### Inspira Salud ASOCIACIÓN PARA LA PROMOCIÓN, DESARROLLO DE LA SALUD Y BIENESTAR DE LAS PERSONAS

**Gracias Fisiofocus!!** 

Fisiofocus es una escuela dedicada a la realización de cursos en el ámbito de la fisioterapia, y ofrece una formación especializada y de calidad para mejorar la práctica y el éxito profesional de los fisioterapeutas.

Además de la realización de cursos de especialización, también organiza y lleva a cabo Jornadas y Congresos para este sector de profesionales de la salud.

El pasado 27 de Noviembre de 2020, Fisiofocus realizó una Jornada solidaria sobre suelo pélvico cuya **recaudación fue donada a Inspira Salud.** 

En total 9565 euros que estamos invirtiendo en diferentes actividades, principalmente a proyectos en Honduras y a la distribución de alimentos en comedores y asociaciones que se dedican al reparto productos de primera necesidad en la Comunidad de Madrid.

Aquí os dejamos algunas de las cosas que hemos podido hacer hasta la fecha.

Muchas gracias a todo el equipo de Fisiofocus, docentes y personas que participaron en el evento y que habéis contribuido a que esto se posible!!









### 1. RECONSTRUCCIÓN DE VIVIENDA EN SAN PEDRO ZACAPA, HONDURAS.

Desde Inspira Salud, en colaboración con la cooperativa hondureña Coacehl, y gracias a la donación económica que Fisiofocus formación realizó a Inspira salud recientemente, hemos colaborado en la reconstrucción de la vivienda de la una familia de la colonia Flor del campo del municipio de San Pedro Zacapa, en Santa Bárbara, Honduras.



Esta familia ha tenido dificultades desde que perdieron al padre de familia por COVID. Además, las últimas tormentas y el huracán lota que arrasaron el Norte del país el pasado mes de Noviembre, terminaron por afectar a la estructura de la vivienda. Ninguno de los miembros tiene un empleo fijo y la situación se ha vuelto complicada.



Fue Coacehl quien nos contó sobre el estado de la vivienda de esta familia y quienes se han ocupado de la gestión de las obras.







Hemos donado 532 euros para la compra de materiales necesarios para la reconstrucción de la vivienda. La familia también ha contribuido económicamente a en la compra de otros materiales. La Asoc. Proyecto de vida mejor, guías de familia se ha encargado de gestionar la mano de obra.

La reconstrucción comenzó el pasado 21 de Diciembre:















#### 2. COMPRA Y DISTRIBUCIÓN DE PRODUCTOS DE ALIMENTACIÓN E HIGIENE A RED SOLIDARIA SOMOS TRIBU

#### Donación a Somos Tribu. 26.12.20



- El sábado por la mañana llevamos a la Red Solidaria vecinal de Vallecas varios productos de alimentación e higiene.
- Gracias a la donación de Fisiofocus formación de 9565 euros, hemos comprado y distribuido productos de primera necesidad a comedores sociales y asociaciones vecinales en la Comunidad de Madrid.

#### ¿Cómo actuamos?

 Antes de nada nos ponemos en contacto con la Asociación o comedor correspondiente para conocer cuáles son las necesidades y los productos que se demandan más. De esta manera, nos aseguramos que lo que se entrega cubre realmente las necesidades en ese momento y evitamos que se desperdicien recursos.

#### ¿Qué hemos llevado a Somos Tribu?

Inspira Salud

 1440 pañales, 60L de detergente líquido, 90L de aceite de oliva, 72L de leche y 17 kgs de conservas.



#### ¿ Qué es Somos Tribu?



Somos Tribu nace en Marzo de 2020 a través de un grupo de whatsapp para que personas voluntarias del barrio de Vallecas puedan hacer recados a otras que durante el confinamiento no podían hacer la compra o ir a por medicamentos a la farmacia. El movimiento creció y se subdividieron en zonas para atender mejor a los vecinos. Con el tiempo los voluntarios que participaban en estos grupos detectaron que las necesidades de los vecinos iban más allá de hacerles recados, y es que las familias tenían dificultades para comprar productos de 1º necesidad. De ahí surgieron las Despensas solidarias.





- Hemos conocido la despensa de Palomeras, una de las 5 que se encuentran repartidas en el barrio de Vallecas. En esta red de participación solidaria intervienen más de 130 familias (solo en la despensa de Palomeras) con comisiones de transporte, de familia, de despensa, de carritos, de donaciones y difusión). Es importante destacar que todos los vecinos que forman parte de esta red, tienen un papel fundamental y participan activamente.
- Enhorabuena a todas las personas que forman parte de esta red de trabajo que han conseguido que la solidaridad entre vecinos haya contribuido a paliar las dificultades que la crisis producida por el COVID ha provocado en mucho hogares.
- Para más información sobre Somos Tribu: https://somostribuvk.com/





## 3. COMPRA Y DISTRIBUCIÓN DE PRODUCTOS DE ALIMENTACIÓN E HIGIENE A COMEDOR SOCIAL DE TORREJÓN DE ARDOZ

"Una persona no acaba en la calle de un día para otro...la calle es muy dura, los días muy largos, las relaciones difíciles y a veces peligrosas..." de aquí parte el Comedor Solidario de Torrejón de Ardoz, gestionado por la madre Fuensanta, trabajadores sociales y voluntarios.



Hemos entregado 60 L de leche, fruta, embutido, conservas y desayunos. En este comedor se reparte comida a más de 170 personas al día. Gran labor de Fuensanta y los voluntarios que participan para mantener el comedor abierto todos los días del año. Gracias!

https://www.inspirasalud.es/ https://www.comedorsolidariotorrejon.com











## 4. COMPRA Y DISTRIBUCIÓN DE PRODUCTOS DE ALIMENTACIÓN A LAS AGRUPACIONES DE VECINOS DEL BARRIO DE LAVAPIES, MADRID

18 de febrero de 2021

- Ayer recibimos un correo electrónico de una compañera de BaB-colectivo solicitando ayuda para abastecer las despensas que suministran con alimentos y productos de primera necesidad a los vecinos del barrio de Lavapiés de Madrid, en situación de vulnerabilidad.
- Esta mañana hemos llevado 14kgs de galletas, embutidos, 48 L de leche, frutas (manzanas, 5kgs de platanos, 8kgs de mandarinas), conservas, tomate frito, 20Kgs de arroz, 9kgs de lentejas y 10kgs de pan bimbo.



- Hemos conocido a BAaB-colectivo, a la Asoc. Valiente Bangla y AISE (Asoc de los inmigrantes senegaleses en España) que desde marzo de 2020 no han parado de apoyar voluntariamente a las familias del barrio. Actualmente cada vez reciben menos donaciones y cada vez les cuesta más conseguir alimentos para abastecer a las personas que cada sábado hacen cola en las entradas de las despensas. No reciben ayudan de ninguna institución ni de la administración pública. La situación que viven tal y como indica el artículo que puedes ver a continuación y que recientemente ha sido publicado, es una catástrofe.
- Más información sobre la situación del barrio de Lavapiés en el siguiente enlace: <u>la</u> catástrofe que se vive en el barrio



- Valiente Bangla atiende a 403 familias en el local de la c/ provisiones y a 62 familias en domicilios.
- AISE atiende de 80 a 120 familias semanalmente y diariamente de 20-30 personas que duermen en la calle.
- Si vives en Madrid, y quieres echar una mano, contacta con Inspira Salud o directamente con Bab-colectivo. Nosotros seguiremos apoyando. Próxima entrega 6 de Marzo. Si quieres contribuir con alimentos puedes informarte de los puntos de recogida en Bab-colectivo o hacer un donativo.
- Gracias por tu ayuda!





# 5. DONACIÓN DE PAÑALES Y LECHE INFANTIL A LA SALA DE ATENCIÓN A LA DISCAPACIDAD. CENTRO SALUD CONCEPCIÓN SUR EN HONDURAS



El 26 de Febrero de 2021 hemos podido entregar 20 paquetes de pañales y 10 botes de leche infantil a la Sala de atención a la discapacidad. La compra se realiza en Honduras y se distribuye a familias con necesidades en el área de Santa Bárbara.





#### 6. 2ª DONACIÓN DE ALIMENTOS A BAB-COLECTIVO, EN EL BARRIO DE LAVAPIÉS.





El 7 de Marzo de 2021 entregamos 50 kgs de arroz, 25 kgs de lentejas, 96 L de leche, 10 cajas de 2,4 kgs de galletas, 20kgs de pasta, 30kgs de azúcar, 108 L de aceite de oliva y conservas.







 Si quieres participar con nosotros en los diferentes proyectos que desarrollamos, contáctanos y te contamos como puedes colaborar:

https://www.inspirasalud.es/contacto/

Email: <u>asocinspirasalud@gmail.com</u>

Muchas gracias!!