



## JORNADAS DE INTEGRACIÓN POR UNA VIDA SALUDABLE ORGANIZADAS POR ADEA, ASOCIACIÓN DE DISCAPACITADOS EN ACCIÓN.



El pasado sábado 29 de septiembre, de 10:00 a 19:00 horas, se llevó a cabo en el Polideportivo Municipal José Ramón de la Morena una jornada abierta a todos los públicos para ayudar a conseguir una vida saludable, con multitud de disciplinas naturales y terapias.

Una vez más el voluntariado de Sefflor estuvo presente en estas jornadas organizadas por la Asociación de Discapitados en acción, llevando la Terapia Floral a los asistentes.

A continuación recogemos los testimonios de las voluntarias de Sefflor que compartieron su labor terapéutica en estas Jornadas.

**Por Carmen Risueño: Coordinadora de Voluntariado de Sefflor.**

Tenemos el gusto de asistir a las Jornadas de Integración por una Vida Saludable, en una Jornada por la PAZ, organizadas por la Asociación de Discapitados en Acción.



Estamos citadas en el Polideportivo José Ramón de la Morena, en Brunete-Madrid, vamos Alice García Villas-Boas, María-Eugenia Medinilla y Carmen Risueño, socias de SEFLOR.

Antes de las 10h de la mañana estábamos allí. Se inicia el evento con una rueda por la PAZ, entrañable y tranquilizadora. Acto seguido damos comienzo a la colocación cada profesional

de sus camillas, mesas, sillas y etc..., de nuestras mesas y sillas para instalarnos e instalar nuestras esencias florales del Dr. Bach, agua mineral, los frasquitos color caramelo y los conservantes: agua de mar-Quinton y brandy; también disponemos a modo de stand algunos libros sobre Bach y sus florales, los folletos de Seflor, y algún detalle más por si nos fuera necesaria su utilización. Las actividades quedan abiertas al público a las 10:30horas. Fluyen gentes durante casi toda la jornada, se cierra igual que comenzó, con una rueda por la PAZ y en agradecimiento al día que tuvimos, esto fue a las 18 horas.



Tuvimos varias visitas no sólo las terapeutas florales sino, todos los demás terapeutas, masajistas, y demás profesionales...

Me impresionó ver la cantidad de terapias que estaban en marcha para que los visitantes y nosotros mismos acudiéramos a aquel o aquellos terapeutas que más nos llamasen la atención, un lujo la verdad.

Una mención a las diferentes disciplinas: Reiki-usui. Pshyc-K. Tarot de Osho.

Diapasones. Limpieza y equilibrio del aura. Neuropsicología. Tarot de los ángeles. Tibetan pulsing yoga. Registros akásicos. Terapia con esencias florales. Reiki con sonido. Bars. Sanación reconectiva. Liberación emocional: EFT. Kinesiología aplicada. Terapia craneosacral. Reflexoterapia. Masaje Metamórfico. Quiromasaje. Shiatsu.



La comida, en armoniosa camaradería, fue por cuenta de la organización, muchos de los profesionales de la salud y algún que otro espontáneo, llevaron montones de tortillas de patata, empanadas de bacalao, panecillos de diferentes tamaños y texturas, dulces, frutas, agua mineral, café, té, leche..., todo ello servido con cariño y delicadeza por ellos mismos. Cabía la posibilidad de llevar nuestra propia comida para sí o, para compartir.

También paso a comentar parte del correo que nos remitió Amelia Lamaignere, directora y presidente de todo esto después de dos días de descanso: *"Muchas gracias a todos,...hemos vendido 128 entradas.*

*Hubo 8 discapacitados invitados y se han recaudado 1400 euros, porque hubo personas que pagaron<sup>1</sup> por terapia extra. Descontados 210 euros de gastos, el resultado es casi el mismo a la anterior de Brunete, aunque ahora en el polideportivo estuvimos con mucha más independencia gracias al espacio tan abierto...”*



En cuanto a las personas atendidas por mí en un tiempo aproximado entre media hora y los tres cuantos de hora por cada persona, fueron todas mujeres con edades entre los 27 y los 49 años de edad, sus demandas: stress, duelos por pérdidas de muerte, y conflictos desde su pasado con padres y madres con graves confrontaciones en su vida actual con lo afectivo, lo laboral y económico. **Los remedios florales más utilizados fueron: Impatiens, Chestnut Bud, Cherry Plum, Mustard, Star of Bethlehem, Elm, Holly, Rescue, Walnut, Pine, Beech.**

Quedaron interesadas estas mujeres en poder realizar una terapia más reglada, en lo que apunto la posibilidad de hacer seguimientos en Seflor y/o en mi consulta particular. Los precios dentro de un marco

asequible para el que lo solicite, referente a lo acordado en la Junta Directiva de Seflor.

Sin más doy paso a mis compañeras de actividad voluntaria, con las que fue un honor compartir y departir tan larga y fructífera jornada.

### **Por Alice García Villas- Boas: Voluntaria de Seflor**

---

Como voluntaria terapeuta de SEFLOR fui invitada a participar en mi primera “Jornada de Integración por una Vida Saludable”, organizada por la Asociación de Discapacitados en Acción (Presidenta Amelia Lamaignère) en el Polideportivo de Brunete.

Mi colega y nuestra orientadora en el Voluntariado de SEFLOR, Carmen Risueño, ha descrito de forma detallada como nos instalamos y trabajamos con gusto las tres voluntarias de SEFLOR, Carmen ya citada, María Eugenia Medinilla y yo.

Efectivamente se formó un gran círculo de Paz y unión entre los numerosos terapeutas y organizadores presentes, bajo la bendición del mismo San Miguel, ese día era su fiesta. Me sentí muy bien dando las manos unos a otros, cooperando unos con otros en un espíritu de AMOR y GENEROSIDAD por parte de todos, que se sentía tanto en los organizadores como en los demás terapeutas que trabajaban con técnicas muy variadas descritas por Carmen.

Personalmente me sentí en mi “salsa” en una actividad como esa. Además fue muy agradable pasar el día con Carmen y María Eugenia, una buena empatía amistosa circuló entre nosotras.

En total, atendimos unas 9 personas.

---

<sup>1</sup> Cada interesado abona una entrada por ticket de tres terapias elegidas, a un precio asequible de 10,00 €.

Como dice María Eugenia a cada una nos tocó los pacientes que nos correspondían: como he trabajado largos años con niños y 20 años en colegios, me tocó un niño de 7 años con pesadillas nocturnas y timidez. Me encantó atenderlo. Después un hombre joven con deseos de cambio de país (¡me he movido toda mi vida de un país a otro!) Finalmente una señora madura, curiosa y desconfiada, con mucho peso en las espaldas.

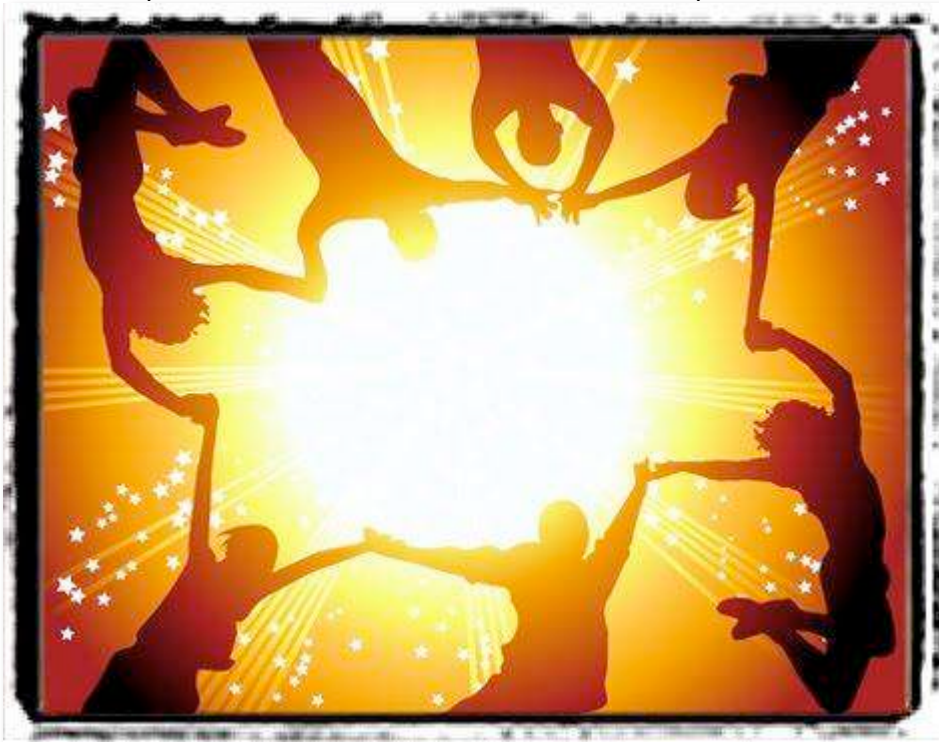
Seguimos todas el mismo protocolo: utilizando las FLORES DE BACH, atendiendo en aproximadamente media hora o tres cuartos de hora, entregando el floral, finalmente indicándoles la posibilidad de seguir la terapia en el voluntariado de Seflor, o en nuestras consultas privadas si desean. Hasta este momento no recibí ninguna noticia de los clientes, pero me siento feliz de haber plantado algo. **Esencialmente los florales usados fueron: Chicory, Holly, Aspen, Mimulus, Water Violet, Walnut, Clematis, Aspen.**

**Me encantó participar y deseo seguir haciéndolo, estar entre tantos voluntarios me confirma en la creencia de la capacidad de AMAR del ser humano, y esto es lo que necesitamos aprender sobre todo en este momento de la tierra.**

### Por Maria Eugenia Medinilla

---

Para mí fue una bonita experiencia, entrañable, incluso hubo momentos en los que me sentí muy emocionada. Desde primera hora de la mañana al levantarme sentí que era un día especial, aunque me estaba levantando igual de pronto que todos los días, pues tenía que salir bastante temprano de casa. El encuentro era en Brunete, para mí bastante lejos, pero merecía la pena, era un servicio voluntario a mis compañeros humanos.



Cuando llegué allí y ví la cantidad de terapeutas que había, me quedé impresionada. ¡Voluntariamente habían decidido pasar su sábado allí, a pesar de la lluvia torrencial que había caído el día anterior y el frío que hacía! Pensé que todavía había esperanzas para dar un cambio social, tal vez habría algunos colegas que esperarían tener nuevos clientes

donando ese día de terapias, pero en general pienso que estaban allí para aportar su granito de amor en esa Jornada por la Paz. Era muy cálido ver como los compañeros nos mostraban una sonrisa de bienvenida, y como se acercaron para desearnos un buen día y explicarnos los “secretillos” del funcionamiento.

Otro de los momentos especiales fue la rueda de paz para dar comienzo a la jornada. Todos en círculo invocando parabienes para ese día. Los organizadores habían trabajado duro para que todo fuera perfecto, y así fue.

Nuestro punto floral fue visitado por algunas personas. Pienso que cada una de nosotras, voluntarias de Seflor, tenía que atender al ‘paciente’ que le llegó. Siempre me impresiona observar la sincronía del universo. Cada una de nosotras atendió a la persona más adecuada por su propia experiencia terapéutica y de vida. Todo fue fácil, grato y enriquecedor profesionalmente, ya que estaba con dos estupendas profesionales en la terapia floral como son Carmen Risueño y Alice García Villas-Boas.

Otro punto que me resultó muy agradable e interesante, fue el intercambio de terapias entre los propios terapeutas. Es un buen momento para conocer otras terapias que hasta ese momento no se han experimentado y llaman la atención.

En resumen, fue un buen día a muchos niveles, tanto personales como profesionales. Creo que todos los que estuvimos, tanto organizadores como terapeutas y ‘pacientes’, teníamos que estar allí. Si todavía no has probado un voluntariado, te animo a que lo hagas; es una muy grata experiencia.

**La próxima intervención está prevista en Sevilla la Nueva-Madrid, en el día 24 de Noviembre, ya os contaremos.**

Un placer haber compartido entre nosotras, con otros terapeutas, con las personas que nos requirieron y ahora con todos vosotros. Llegó el momento de la solidaridad = solidez

Gracias por tu atención

**Alice García Villas-Boas, María Eugenia Medinilla y Carmen Risueño**

