En Enero pudimos participar en la Feria Navideña de Parla, desde **el 4 Enero hasta el día 10.**

En **enero** comienzan los talleres de Musicoterapia con los más pequeños de la ASXFM.

Que día de Enero mas emotivo en el que podemos agradecer con un pequeño detalle a una socia colaborada su gran apoyo desinteresado y por supuesto ese cariño que muestra por las familias XF.

13 de Febrero Día Mundial de la Radio.

En el participa y nos representa Carlos, que bien lo haces siempre!!

29 de Febrero Día Mundial de las Enfermedades Raras.

NOSOTROS SOMOS UNICOS, SOMOS DIFERENTES, SOMOS RAROS!!!!

#HaznosVisibles

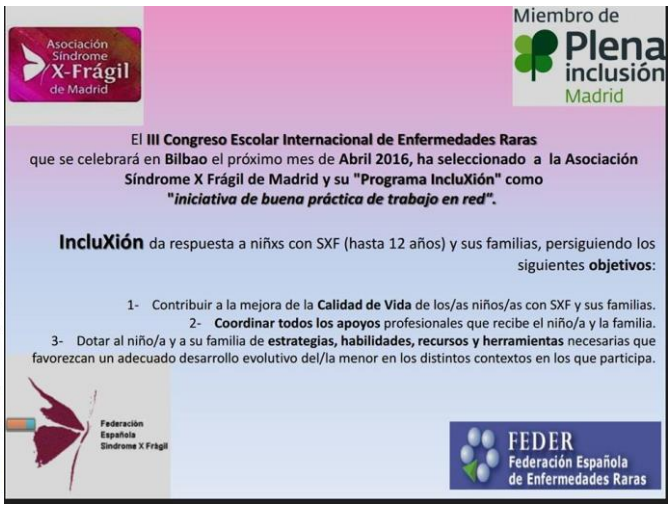
#SindromeXFragil

#Diadelasenfermedadesraras

Carlos Osteso nos representa junto con Christian Gálvez en el acto q celebra Feder sobre el **Día Mundial de las ER.** #ungestolocambiatodo

4 Marzo llegamos al fin de semana con una estupenda noticia!.

Con tan solo 11 meses (escasos) de vida, el programa IncluXión de ASXFM ha sido **seleccionado como buena práctica para presentar en el III Congreso Internacional de Educación Enfermedades Raras que tendrá lugar en Abril, en Bilbao**.



El **11 Marzo** 2016 pasamos una tarde fantástica, reunidos hablando sobre el XF, ha sido genial compartir otro ratito junto con Alfonso Morata y Vicente Garrido...aunque existen muchos kilómetros de distancia hemos tenido el placer de sentir el cariño de **Álvaro Morata… él nos ha echo llegar una camiseta dedicada y firmada para la ASXFM.**
😍Gracias nos ha encantado!!!

En Marzo 2016 comenzaron los talleres de madres y padres.

Hemos disfrutado, reflexionado, desahogado....pero sobretodo nos hemos quedado con ganas de más.....

Somos una bella familia XF.

ESPACIO DE ACOMPAÑAMIENTO

ESCUCHA EMOCIONAL Y RELACIONAL

PARA las FAMILIAS de la ASOC. SÍNDROME X-FRÁGIL MADRID

Para el Buen Trato

Un espacio para parar. Un tiempo para nosotr@s. Donde adquirir herramientas para escuchar nuestro cuerpo -sus necesidades y sus deseos, sus emociones y pensamientos- y descubrir así claves que inspiren posibilidades de cambio en nuestras relaciones y en nuestras vidas.

El taller busca el estar bien con uno/a misma/o, el buen trato en las relaciones y los lazos sociales de cooperación.

Serán 4 sesiones:
De 10H a 14H
2 y 16 de Abril En Colegio de Educación Especial Estudio III (Afanias)
y 7 y 28 de Mayo (Espacio a confirmar)
Habrá un espacio de cuidados y juegos para hijos/as

Al cuidado de Fabián Luján Acevedo
Educador en la Asociación Síndrome X Frágil Madrid.
Perteneciente al Instituto de Terapia de Reencuentro.
Máster en Autoconocimiento, Sexualidad y Relaciones Humanas.
Experto en Coordinación de Grupos Comunitarios para la Salud y la Sexualidad.

IMPORTANTE: Traer una esterilla, ropa cómoda y libreta

Crisis y Duelos

A lo largo de la vida pasamos por momentos de cambios, crisis, despedidas… Este taller ofrecerá claves para entender estos procesos y, así, poder manejarnos en ellos y acompañar a otras personas.

Vínculos

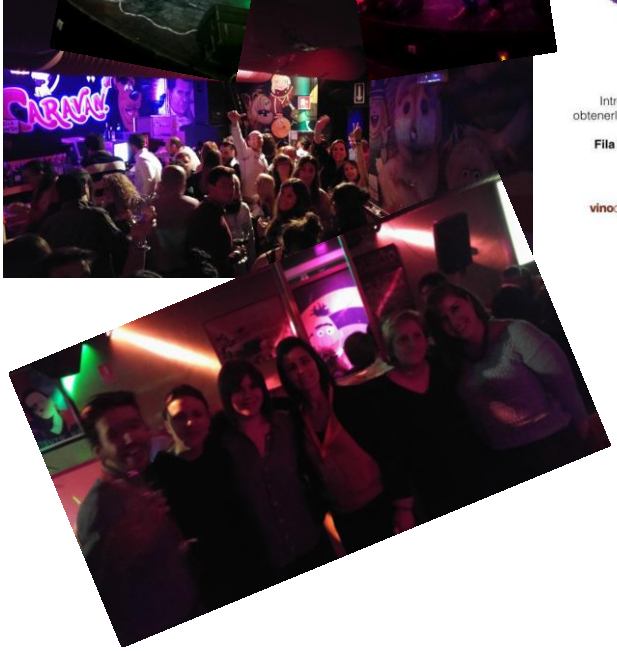
A través de ejercicios de autoescucha trabajaremos diferentes elementos que se ponen en juego en las experiencias amorosas. Se trata de aprender recursos autónomos para conocerse mejor y obtener claves que nos permitan establecer relaciones equilibradas, abrir nuevas vías de comprensión de los procesos internos y relacionales que nos ayuden a entendernos y a tratarnos mejor.

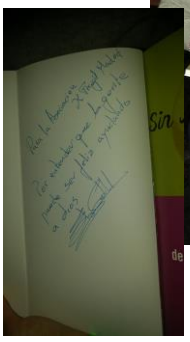
Autoconocimiento

Trabajar la escucha y la toma de conciencia de lo que hacemos, sentimos y pensamos. Se trata del autoconocimiento a través del cuerpo y la palabra, siempre desde el cuidado y el respeto.

Trabajaremos con una metodología didáctico-vivencial. Proponemos dinámicas (individuales, en pareja o grupales) que permiten la escucha y la observación, para luego aportar contenidos teóricos.

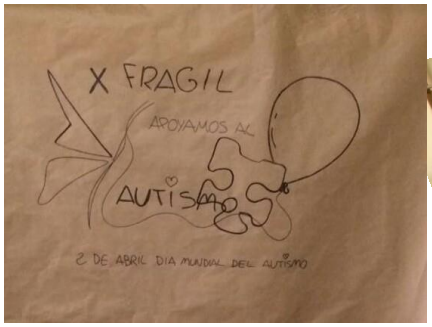
El **1 Abril 2016 disfrutamos de muy buena compañía en la Vinoquedada Solidaria**, fue una tarde/noche llena de nervios, en la que disfrutamos de cada segundo.





2 de Abril y los 364 días restantes XF apoyando al Autismo.

#SomosAzules #2deAbril #XFragil



19 de Mayo 2016 participamos como ponentes en las **jornadas Más Juntos Más Especiales.**

Hemos presentado el Programa IncluXión.

#DalesAlas

El **21 de Mayo Jornadas de encuentro entre familias, profesionales, asociaciones, centros y personas con discapacidad organizadas por Equinoterapia Madrid Sur,** en la cual hemos participado como familias, personas y asociación.

En **Mayo 2016 dan comienzo los Grupo H.A.D.A**. (Alarma, Detención y Acción), en Plena Inclusión Madrid, con diferentes grupos de profesionales Directores/as de Atención Temprana, Asistente social de Atención Temprana y edad adulta, etc…

El sábado 4 de Junio 2016 tuvimos un encuentro con parte de la familia XF de Madrid, faltaban muchXs y se les echo de menos. El encuentro fue por una buena causa y una celebración, **Álvaro Morata nos hizo una donación de equipaciones de Adidas,** para lXs chavalXs de los dos programas q se dan desde la ASXFM "Incluxion y XFIT".

Gracias por #DarlesAlas

El **12 de Junio 2016 la ASXFM ha organizado una salida con los mas pequeñ@s de la familia X Madrileña.**

Pasaran el Sábado incluida la noche, junto con los profesionales y voluntarios y el domingo nos unimos los papis para disfrutar de esta bonita experiencia.

Gracias a la ASXFM por proponer esta iniciativa y sobre todo a los trabajadores y voluntarios por hacer q dicha iniciativa se lleve a cabo.

Q gran familia tenemos!!!!

Un fin de semana increíble. Gracias ASXFM!!! Gracias Equipo XF!!! Gracias Familias X!!!!

Día Europeo del Síndrome X Frágil 10 de Octubre.

El **día 19 de Octubre 2016** disfrutamos de unas jornadas fantásticas que realizamos con el apoyo de **Plena Inclusión Madrid**.

Las jornadas tuvieron lugar en Centro Cultural Mira de Pozuelo gracias al apoyo y colaboración de dicho recurso y municipio.

Un fin de semana en Molina de Segura, disfrutando y participando en el II Congreso Nacional SXF.

Noviembre 2016 Jornadas en Aranjuez Hospital del Tajo dando a conocer y aprendiendo sobre el Síndrome X Frágil. Personal médico y sanitario se forma en el SXF. Un jornada dirigida especialmente a público médico y sanitario. Esta Jornada la realizamos gracias al **apoyo incondicional de INTEGRANDES.**

En Diciembre para terminar el año, viajamos a **Valladolid apoyando al SXF.** Grandes inciativas que apoyan la ASXFM:

- Partidos de futbol.
- Rifas.
- Barbacoa.
- Concierto solidario.

Gracias a **Marta Lajo** que es una mujer imparable y con grandes iniciativas!