



## Mi viaje a Valencia

Al principio mucha resistencia, no quería dejar la cercanía del baño de mi casa, la forma de comer a mi ritmo, manera... qué pelea con la «cotorra» de mi cabeza, seguía renegando en preparar la maleta, todas las cosas que tenía que llevar...

### DIONI SAGREDO

Diagnosticada de EM

Arrate y Marian confiaron, me decían siempre que el viaje me vendría bien; y no se confundieron. ¡Qué bien me lo pasé!. Salí de ADEMBI cómodamente sentada en el bus, disfrutando de un viaje ameno y empezaron las risas...

En Valencia los sitios que visité me gustaron; especialmente el Museo de las Ciencias, hay que verlo, es impresionante. Hacía años que no iba a la playa, me metí en el agua, ayudada por la silla anfibia, ¡el agua! qué sensación, me gustaba hacer aguadillas. Mirando al mar la vista descansaba, soñaba, imaginaba...

En el albergue tranquilidad, todos los días realizaba mi relajación con mis compañeros, charlábamos, jugábamos en la piscina, celebramos a la vez dos cumpleaños, se preparó una estupenda barbacoa, otro día hubo "botellón", hasta bailé... MUCHAS RISAS... Después de la cena nos juntábamos y siempre más RISAS.



> Cuando recuerdo el viaje mi cara y mi alma sonríen... Doy gracias por haber realizado el viaje <

Era mi primer viaje con la Asociación, a pesar del miedo a relacionarme con la gente la experiencia me indica que son fantasmas míos, porque yo hablo, río, escucho, me escuchan, importante aprendo, y en Valencia así fue.

Mención aparte y valorando

positivamente, la gente que nos ayudó, me ayudó, especialmente a mí, Marian, Erika, M<sup>a</sup> Paz (las 3 auxiliares de ayuda a domicilio), más Leire, Xoana y Joseba, el chófer.

Preparada para la foto final no contaba con la última sorpresa, que me tirarían vestida a la piscina, MÁS RISAS.

Cuando recuerdo el viaje, mi cara y alma sonríen, fue tan bueno e intenso que quiero tener más vacaciones..., me lo pasé tan bien, doy las gracias por haber realizado el viaje. GRACIAS. <<