

serCapaz



**Wenceslao
López Martínez**
Alcalde de Oviedo



**I Jornada
contra la violencia hacia
la mujer con discapacidad**



**28 de febrero
Día Mundial de la Enfermedades Raras**



**X Solidaria
Un gesto que no cuesta nada**

Vuelve al
PARAÍSO

Vuelve a sentir Asturias



COVADONGA
CENTENARIOS 2018 covadongacentenarios2018.com



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS



Asturias
paraíso natural

SUMARIO

ASOCIACIONES

04 UMA

06 FIBROSIS QUÍSTICA

18 PARKINSON ASTURIAS

ENTREVISTA

22 Wenceslao López Martínez,
Alcalde de Oviedo

COCEMFE ACTUALIDAD

26 Educar: Tarea de todas las personas

28 Jornada de violencia
hacia la mujer con discapacidad

30 Día Mundial de las Enfermedades Raras

32 Innovación social y tecnológica en
el sistema de apoyo a las personas
con discapacidad

36 "Si tú puedes, por qué yo no"
Imágenes para la inclusión

37 Terapia asistida con perros

38 Nuevo servicio de bicicletas adaptadas

ESPACIO ABIERTO

40 8 de Marzo. Día Internacional de la Mujer

42 X Solidaria. El gesto que no cuesta nada

44 Entrevista a Estrella Rodríguez,
Pta. de la Plataforma de ONG
de Acción Social



serCapaz Nº 63.

Consejo de redacción:

Mónica Oviedo y Eva de las Heras.

Publicidad: Susana Fernández

Tlf.: 985 392 290 - (susana@grupoiniciativas.com).

Diseño y Maquetación:

C.E.E. Grupo Iniciativas de Comunicación Integral, S.L.
C/ Jove y Hevia, 31 bajo. 33211- Gijón (Asturias)

Tlf.: 985 392 290 - Fax: 985 990 187

info@grupoiniciativas.com - www.grupoiniciativas.com

Impresión y Fotomecánica: Gráficas SUMMA

Colaboradores: Lucía García, Félix Martínez, Beatriz Vázquez, Elena M. Vega, Jéssica G. Brión, Elena Vega, Andrés del Moral, Olga Álvarez, Conchi Fernández y Miguel Mateos.

Las opiniones expresadas por los colaboradores reflejan únicamente las ideas de los mismos. Está prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos de esta revista sin la autorización del Editor.

Para contactar: comunicacion@cocemfeasturias.es

DEPÓSITO LEGAL: AS - 2755-2000 - ISSN: 1699-1125



EDITORIAL

Son numerosos los asuntos de interés que sin duda podrás encontrar en esta edición de nuestra revista "serCapaz". Por su actualidad reciente, queremos destacar uno de especial relevancia: el pasado 28 de febrero se celebró el **DÍA MUNDIAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS**, motivo por el cual las asociaciones de personas afectadas redoblan sus esfuerzos para llamar la atención de los políticos y autoridades sanitarias sobre una gran variedad de patologías de baja incidencia, sobre las que se investiga poco y se desconoce mucho.

Pero al adentrarte en la revista irás descubriendo otros temas no menos importantes que atañen a diversos ámbitos sociales: mujer, accesibilidad, empleo, rehabilitación, entre otros, y para lo que contamos con la ayuda inestimable de nuestras asociaciones federadas que nos han aportado los testimonios relacionados con sus patologías y su quehacer diario.

Continuando con nuestra línea de acudir a las personas cuya relevancia social, conocimientos y capacidad de actuación otorgan a sus opiniones una especial trascendencia. Hoy le toca al alcalde de Oviedo, **Wenceslao López**, y le hemos preguntado aquellas cuestiones que pueden interesar a nuestro colectivo, cuestiones que nos ha respondido con suma amabilidad.

En estas páginas que estás leyendo encontrarás todo esto, además de otros contenidos de actualidad.

Y para finalizar, un mensaje importante: Si aún no lo haces, acuérdate de **MARCAR LA X SOLIDARIA** en tu declaración de la renta; más de siete millones de personas se benefician cada año de este sencillo acto solidario.

LOS DATOS DE CARÁCTER PERSONAL de los suscriptores de la revista serCapaz se encuentran incorporados a un fichero titularidad de COCEMFE Asturias, cuya finalidad es la gestión de la misma.

Los suscriptores que deseen darse de baja o ejercitar gratuitamente los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición sobre sus datos pueden hacerlo enviando comunicación escrita dirigida a:

COCEMFE ASTURIAS

Dr. Avelino González, 5 bajo. 33211-Gijón

comunicación@cocemfeasturias.es

Fax: 985 95 07 56

Atención directa y especializada para personas con discapacidad física y sus familias

Un año más CAJA RURAL de Asturias colabora con UMA cofinanciando el Programa que vertebra el día a día de nuestra asociación.

El Programa de Atención Directa y Especializada para Personas con Discapacidad Física y sus Familias nos permite proporcionarles una Atención Directa y Especializada. Actualmente nuestra entidad tiene una masa asociativa de 1.820 socios, todos ellos con certificado de discapacidad, pero no solo proporciona atención e información especializada a nuestros asociados y a sus familias, sino que nos dirigimos al resto de ciudadanos que así lo demanden, bien personándose en nuestras oficinas o por cualquier medio ordinario o telemático de comunicación.

Con este programa se constata la imprescindible y fundamental labor del movimiento asociativo, y se demuestra que al ser las asociaciones un recurso muy próximo a los ciudadanos, sin lugar a dudas, acumulan un conocimiento más detallado, cercano y actual de la realidad, en el caso de UMA, de las personas con discapacidad física. Esta circunstancia, la experiencia y el conocimiento acumulado a lo largo de los 40 años de existencia, nos permite dar respuestas más eficaces y personalizadas, ante la diversa problemática que se nos plantea.

Con este programa se garantiza el derecho de las personas con discapacidad física de disponer de los medios necesarios, para conocer los derechos que pudieran corresponderles, los recursos sociales existentes, así como los procedimientos o alternativas disponibles, ante una situación de necesidad social determinada.

Uno de los principales objetivos de este programa es el proporcionar a través de la atención Directa y Especializada una mejor inclusión social y una mejora de la calidad de vida. Para ello se pone en marcha un Plan General de Intervención personalizado, integrado por un conjunto de servicios de larga duración, dirigidos a un colectivo frágil con alto riesgo de institucionalización, bien por la problemática inherente a su discapacidad o por la falta de soporte social.



Las actividades y talleres, con los que se busca mejorar el estado físico y psicológico de los participantes, pueden ser algunos de los siguientes:

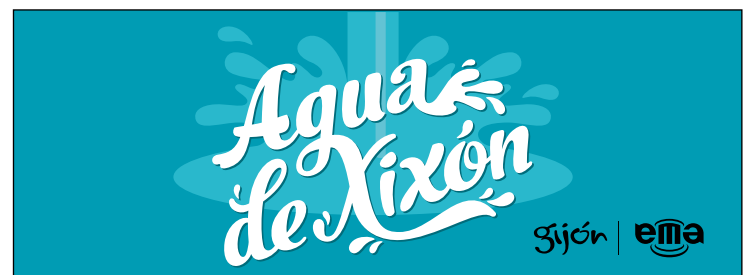
Acuaterapia; mantenimiento funcional en el medio acuático; rehabilitación de habilidades motrices para niños y niñas con discapacidad física; taller de recuperación de habilidades motrices en adultos; Programa Mejora: fisioterapia y logopedia y Servicio de Ayuda a Domicilio.

Así mismo a través del **ÁREA DE FORMACIÓN Y EMPLEO** se busca dotar a los participantes (personas con graves dificultades para el acceso a un puesto de trabajo) de las herramientas necesarias para poder enfrentarse a las diversas situaciones laborales, así como proporcionarles la formación necesaria para poder acceder al mercado laboral.

Desde UMA **pensamos** que para que los asociados alcancen la calidad deseada en la

atención que les facilitamos hay que adecuar la información y los servicios que prestamos a las necesidades reales de cada uno de los usuarios, pues **"es más justo dar a cada uno según sus necesidades que dar a todos por igual"**.

PROGRAMA COFINANCIADO POR



Iniciativa solidaria de TELECABLE

Desde UMA (Unión de Discapacitados del Principado de Asturias) agradecemos a TELECABLE y a sus trabajadores la donación de 335 euros que el pasado mes de Marzo nos entregaron en las instalaciones de TELECABLE, en el Parque Tecnológico de Gijón.

Dicha donación fue entregada por **Maria Adaro**, responsable de Comunicación y Marca de TELECABLE y recogida en representación del COMITÉ EJECUTIVO de UMA por su Presidenta, Mónica Oviedo y su Vicepresidenta, Nieves Alonso.

La Asociación UMA considera que la iniciativa "Navidad Solidaria" a través de la cual se recaudó el dinero que se nos entregó, es muy positiva y que esperamos se mantenga en el tiempo, pues iniciativas como estas por parte del mundo empresarial, en este caso como iniciativa de sus trabajadores, son necesarias para que el movimiento asociativo asturiano pueda obtener el mayor número de recursos posible, al objeto de destinarlos a los proyectos y programas de la ASOCIACIÓN, los cuales repercuten directamente en las PERSONAS a las que representamos,



en el caso de UMA las PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA Y ORGÁNICA del Principado de Asturias y sus familias.

En UMA, tras más de 40 años de trabajo incansable y en representación de sus más de 1.800 socias y socios actuales, seguiremos buscando recursos tanto

en el ámbito público como privado pues las necesidades y las demandas actuales siempre se incrementan. Es por ello que cualquier aportación, donación o ingreso servirá para prestar una mejor y mayor atención a las personas a las que representamos.

MUCHAS GRACIAS A LAS TRABAJADORAS y TRABAJADORES
QUE PROPUSIERON A NUESTRA ASOCIACIÓN





III Torneo de pádel Asturdai en contra de la Fibrosis Quística.

V Carrera Popular contra la Fibrosis Quística.

#DONANTES de ganas asturianos

Desde Asturias comenzamos el año como buenos **#donantesdeganas**. Iniciamos la temporada deportiva con dos pruebas que ya se convierten en un habitual de nuestra asociación.

El pasado día 20 de enero inauguramos la temporada con la que ya es la "**V Carrera Popular contra la Fibrosis Quística**" organizada por nuestra querida Begoña y nuestra socia Diana, quienes cada año ponen todas las ganas por dar visibilidad a nuestra causa.

Este año más de 300 corredores pusieron su granito de arena para la reivindicación del **#OrkambiYa** a la salida de la prueba.

La prueba, que se desarrolla en el municipio de Villaviciosa, es un buen momento para demostrar que somos **#Donantesdeganas** y cada año, miembros de nuestra asociación, miden sus fuerzas y superan sus miedos y se enfundan las zapatillas para correr estos 7 kilómetros solidarios.

Este año volvía a tocarnos **campeonato de pádel**, otro de los retos ya habituales de nuestro colaborador **Paco**, que se propuso que cada dos años en Asturias, se organizara un torneo solidario a favor de nuestra entidad.

Este año 84 parejas de todas las categorías compitieron durante los días 1, 2, 3 y 4 de febrero por hacerse con alguno de los premios del que ya es el **III Torneo de pádel ASTURDAI en contra de la Fibrosis Quística**.

Como no podía ser de otra manera también hubo presencia de personas con fibrosis quística que demostraron que son, ante todo **#Donantesdeganas** y disputaron el campeonato con grandes resultados.

Todo un éxito de organización y un lujo de participantes.



Reto solidario a favor de la Fibrosis Quística, 29.733 burpees en 24 horas.

El pasado 24 de febrero se realizó el último reto solidario del equipo **Revuélate 2017**, hacer 29.733 burpees en 24 horas. Su objetivo era que se hiciera un burpee por cada uno de los 21.220 fallecidos de cáncer de pulmón, por cada una de las 6.213 muertes por cáncer de mama, y por cada uno de los 2.300 afectados de fibrosis quística, todo ello en España en el 2017.

La finalidad de este increíble esfuerzo era recaudar fondos que permitan seguir investigando para dar una solución al cáncer y a la fibrosis quística. Aunque el reto daba comienzo en el gimnasio **Linares Gym**, en Sotrondio, a las dos de la tarde se trasladaba al **centro comercial Intu Asturias**, donde tuvo una gran acogida. El reto era especial porque una de nuestras socias, Sara Casado realizaría 733 de estos ejercicios en 24 horas, resultando, finalmente superada su marca y consiguiendo 815 burpees. Al acabar la jornada el domingo a las 12 de la mañana se habían realizado 36.212, superando todas las marcas puestas.

Un gran éxito de estos incansables. ¡GRACIAS!

Charlas-Coloquio en Centros de Enseñanza

Sensibilizando a las nuevas generaciones

Desde nuestro punto de vista, para que una sociedad avance necesita saber hacia dónde, qué necesidades tiene que cubrir, qué obstáculos esquivar, qué quiere llegar a ser. Y para que pueda llegar a ser una sociedad accesible e inclusiva, llevamos ya 22 años dando talleres de sensibilización al alumnado de Educación Primaria y Secundaria, donde nuestros socios hacen un testimonio personal de su vida, limitaciones y potencialidades, contando en primera persona sus vivencias y experiencias.

NUESTROS OBJETIVOS SON:

- Concienciar al alumnado y profesorado sobre la realidad de la discapacidad, sensibilizar acerca de las limitaciones y de las barreras existentes (arquitectónicas, urbanísticas o sociales).
- Facilitar el desarrollo de la empatía como destreza importante para una construcción social integradora.

Para ello, y puesto que los accidentes de tráfico son una de las primeras causas de discapacidad física a día de hoy, trabajamos el conocimiento de las normas básicas de Educación Vial y hacemos un circuito con diferentes tipos de vías y plazas de estacionamiento, usando las sillas de ruedas como vehículos, para que los niños se turnen en los papeles de peatones y conductores.

¿Por qué mostrar la situación real de las personas con discapacidad y sus necesidades a niños de 10 y 11 años? ¿Para qué



contarles todo lo que implica a nivel físico y social?

Para que sepan que se puede vivir perfectamente, con los ajustes necesarios.

Y porque ellos son el futuro. Ellos, el día de mañana, van a ser los que mejoren nuestra ciudad con plazas de estacionamiento más anchas, pasos de peatones

adaptados a cota cero, prescindirán de las escaleras construyendo rampas que nos permitan a todos subir y bajar. Y sabrán de qué manera hacerlo. Y para qué.

En definitiva, ELLOS serán los que conseguirán acercar la estructura arquitectónica y social de nuestra ciudad actual a la ideal en la que todos estaremos incluidos.

Lucía García, Vocal de DIFAC



Actividad

de la Asociación Chiari y Siringomielia, CHYSPA

CADA VIDA ES UNA HISTORIA - CADA VIDA TIENE SU HISTORIA

ChySPA finalizó el año 2017 poniendo al alcance de las personas afectadas de Chiari y Siringomielia conocimiento de diversas herramientas para mejorar su calidad de vida a través de la Charla-coloquio *"La capacidad de superación"* que se desarrolló el 17 de diciembre. En esta charla se abordó de qué manera influye el cerebro y las emociones en nuestro comportamiento, en la consecución de nuestras metas y por supuesto en cómo vivimos nuestra enfermedad.

La primera intervención la realizó Álvaro González Gómez, alpinista y gran deportista afectado de Chiari, con la ponencia *"La realidad de mis límites"*. En su presentación dio a conocer al público el gran empeño desde su niñez por conseguir sus sueños y retos, logrando a pesar de la enfermedad escalar las cumbres del Urriello, Monblanc, Kilimanjaro, etc. Su ponencia estuvo cargada de emociones encontradas entre los recuerdos de las dificultades y los éxitos vividos. Nos quedamos con una frase que puso fin a su ponencia: *la vida es lo que nosotros queremos que sea.*



Elena Ameijide San Luis, Neuróloga del Hospital Universitario del Principado de Asturias (HUCA) y Álvaro González Gómez Alpinista, afectado de Chiari.

Elena Ameijide San Luis, Neuróloga del Hospital Universitario del Principado de Asturias (HUCA), realizó la ponencia *"Camino equilibrado hacia un cerebro saludable"*. Con sus conocimientos presentó la importancia de la alimentación, el ejercicio físico y cognitivo, la interacción social y el descanso para mantener nuestro cerebro saludable.

Virginia Álvarez Bécares, Psicóloga de ChySPA, nos dio las claves para llevar a cabo nuestro propio proceso de Superación.

Es posible realizar conquistas pequeñas o grandes triunfos, pero es indispensable estar motivado, contar con un objetivo claro y una buena actitud.

Clausuró la Charla José Manuel Fernández Vega, coordinador médico de Centro de Salud de Pumarín de Oviedo.

La charla se mantuvo en un ambiente distendido y cercano que esperamos haya sido muy provechosa para todos los asistentes.

EN LA TARDE DEL SÁBADO 16 DE DICIEMBRE CHYSPA REALIZÓ SU SEGUNDA VISITA GUIADA AL MUSEO DE BELLAS ARTES DE ASTURIAS

De la mano de una guía extraordinaria tuvimos la oportunidad de hacer un recorrido a través de las obras de arte de Salvador Dalí, Pablo Picasso, Sorolla, Camarasa y los pintores asturianos, Evaristo Valle, Nicanor Piñole, Darío de Regollos y Aurelio Suárez.



EXCMO. AYUNTAMIENTO
DE GRANDAS DE SALIME



2ª GALA DE VISIBILIZACIÓN DE LAS EE.RR

El 24 de febrero nuestra asociación celebró su segunda Gala de visibilización de las Enfermedades Raras, con la finalidad de facilitar un encuentro entre las asociaciones de enfermos, personas afectadas y la población en general con el fin de concienciar sobre la problemática a la que se enfrentan las personas afectadas por enfermedades poco frecuentes y la importancia de trabajar juntos para conseguir una mejor atención.

Irene Alonso del Río, presentadora de Panorama Regional RTVE fue nuestra Maestra de ceremonias, nos acompañó D. Tácito Virgilio Suárez, Gerente del área sanitaria VIII (Langreo), D. José Manuel Fernández Vega, coordinador médico del Centro de Salud de Pumarín (Oviedo) y D^a Cristina Remesal Escalero, concejala de Salud y Políticas Sociales del Ayto. de Pola de Laviana.



Por medio de nuestra maestra de ceremonias se favorecieron momentos de reflexión e interacción con los espectadores que empatizaron con la realidad de la problemática de las personas afectadas por Enfermedades Raras.



En la gala el Grupo de teatro Terapéutico ChySPA, formado por personas afectadas por Chiari y Siringomielia, representaron la obra teatral escrita y dirigida por D. José Manuel Fernández Vega, médico de atención primaria: "La

importancia de no llamarse Mimi". La obra refleja la alteración que sufre Elba, una niña soñadora y feliz, y su familia cuando le es diagnosticado el Chiari y como su tía Paulina le ayuda a enfrentar con gran fortaleza la enfermedad.

MESA INFORMATIVA EN POLA DE LAVIANA



Un año más ChySPA colabora en la divulgación de las Enfermedades Raras con una Mesa Informativa en los soportales del Ayto. de Pola de Laviana con el fin de concienciar a la población sobre las patologías poco frecuentes y atraer la atención sobre las situaciones de falta de equidad que viven las personas afectadas y sus familias.

Para atraer a los viandantes los miembros de la asociación ChySPA afectados de Chiari y Siringomielia realizaron una performance con paraguas recogidos de la basura, los cuales fueron reparados por los mismos dándoles color y utilidad con hojas de colores con nombres de diferentes Enfermedades Raras, realizando un símil entre los paraguas y las EE.RR, estas también se sienten abandonadas en las papeleras de las administraciones sanitarias y para los enfermos es urgente que se investiguen estas patologías y se les de esperanza y soluciones. A las 12:00 horas acompañados de D. Mario Margolles Martins, director general de Innovación Sanitaria y de D. Julio García, alcalde de Pola de Laviana, se dio lectura a un manifiesto reivindicativo.

Te invito a AENFIPA

No, no eres invisible, ya no lo eres.
Puedo verte y, ahora, te invito a abrir la ventana de nuestra asociación.



Actividades desarrolladas en el Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias en Oviedo.

TE INVITO a aprovechar el presente, sin desviar los ojos al pasado, ni intentar adivinar el mañana. A conocerte a través del Mindfulness, aprendiendo a vivir con el dolor, con los malos momentos y con tu enfermedad, haciendo de ti una persona consciente de quien es. **No tengas miedo, Sami te ayudará en esta tarea.**

TE INVITO a recordar lo que eres y todo lo que fuiste. A encontrar las palabras o las cosas que creías moribundas. **No te asustes existen fórmulas casi milagrosas y Carlota conoce cada una de ellas.**

TE INVITO a tumbarte, relajando huesos, músculos y sus quejas. **Deja que las manos expertas y sabias de Susana o de Desi acaricien cada centímetro de tu piel, haciendo que tu cuerpo suspire al decirle adiós al dolor.** A unas sesiones de gimnasia con las que te sentirás en paz contigo mismo. A que sepas qué es la "andulación", te aseguro que, una vez la hayas probado, no desearás otra cosa.

TE INVITO a una comida sana, aprendiendo, a la vez, a alimentarte y a disfrutar de ello. A saber que los ojos y el estómago no tienen por qué ser enemigos de la salud. **Si lo dudas escucha a Ana y sus pautas nutricionales.**

TE INVITO a respirar, a meditar y, suave y lentamente, practicar un deporte. No hace falta que seas una gran atleta para ello, simplemente se necesita que, tanto tu cuerpo como tu mente, estén concentrados. **Mayte te guiará por este arte milenario chino llamado Tai chi.**

TE INVITO a bailar con la música, con las sonrisas, con los pies derechos e incluso con los izquierdos. Sin prisas y con pausas, en zapatos y en zapatillas. Tú conmigo, yo con todos vosotros. **Dejándote llevar de los brazos y el compás de Amador.**

TE INVITO a que conozcas tus miedos, tus fortalezas, tus dudas y tus certezas. A hacerte miles de preguntas, algunas quizás sin respuesta. A que comprendas a esa persona que ves cada día en el espejo. **Si crees que te va a resultar difícil, las palabras y los oídos de Julia y de Elena, conseguirán que te ames.**

TE INVITO a que te dejes guiar en el "pilates" por Silvino. Verás como tu espíritu y tu cuerpo se dan la mano. Podrás conocer tus límites y, por qué no, queirás vencerlos.

TE INVITO a que el conocimiento de Natalia te indique el camino a seguir. Ella te ayudará, haciéndote sentir que no estás sola. Sus consejos te harán un poquito más feliz.

Te invito a AENFIPA, además de tu asociación, quiere ser parte de tu familia. Abre nuestra puerta y PASA SIN LLAMAR.

Félix Martínez Pardo

¡PARTICIPA CON NOSOTROS!

Naturaleza, montaña y mar para TOD@S

Nueva temporada y nuevos retos para nuestra entidad Apta, quien ya está trabajando en la programación de diversos programas de actividades de aventura, ocio y tiempo libre, que ejecutará el presente año dentro y fuera de nuestra comunidad autónoma, para socios y personas con discapacidad de diferentes colectivos y entidades afines de carácter autonómico, nacional e internacional, bajo el título **"Naturaleza, Montaña y Mar para TOD@S"**.

En los meses de abril, mayo y junio, se desarrollará el **"Camino de Santiago"**, donde grupos de unas 50 personas cada uno de ellos, con distintos problemas de movilidad, realizarán a pie y en handbike (los usuarios de silla de ruedas), diferentes tramos accesibles del llamado **"Camino del Norte o Costero"**, entre las localidades de Navia (Asturias) y Santiago de Compostela (La Coruña).

La **Vuelta Ciclista a Asturias**, será uno de los escenarios que se aprovecharán para que un grupo de personas con algún tipo de discapacidad, pueda disfrutar de cuatro días en nuestra tierra. Unido a la participación en la última etapa de la Vuelta, también podrán disfrutar de una jornada "multideporte" y "ruta en bici y handbike" por las sendas de Gijón, todo unido a diferentes visitas culturales y gastronómicas.



El periodo estival vuelve a ser donde más actividades se realizan, y se esperan entre otros; los **campamentos de verano para personas con Acondroplasia de la Fundación Alpe**, que por tercer año se realizarán en el Principado de Asturias; los **cursos de deporte adaptado y actividades de aventura para mutualistas con discapacidad**

de **Fremap** en colaboración con la Feddf, donde los participantes podrán practicar y disfrutar de las distintas actividades y visitas culturales que han de realizarse por todo el Principado.

Las **Jornadas "Multideporte Adaptado en el Valle" Carreño**, la **semana del "Handbike"**, el **Campeonato de España de Vela Adaptada**, el **Forum Asturiano de Deporte Adaptado**, los **Cursos Multiaventura para**

En la última etapa de la Vuelta a Asturias, también podrán disfrutar de una jornada "multideporte" y "ruta en bici y handbike" por las sendas de Gijón, todo unido a diferentes visitas culturales y gastronómicas.

trabajadores de Centros Especiales de Empleo de Asturias, las Jornadas Multideportivas para Voluntariado y asociaciones afines del Principado de Asturias, son muchos de los programas que iremos ejecutando durante el presente año 2018.

Nuestra Asociación continuará trabajando en planes de Dinamización Turística de varias comarcas del Principado, asesorando y realizando los estudios necesarios en la adaptación de los medios naturales y ayudas técnicas, para Ayuntamientos y agencias, que permitan completar el proyecto **"Turismo Accesible para personas con Discapacidad de Países Europeos"**.

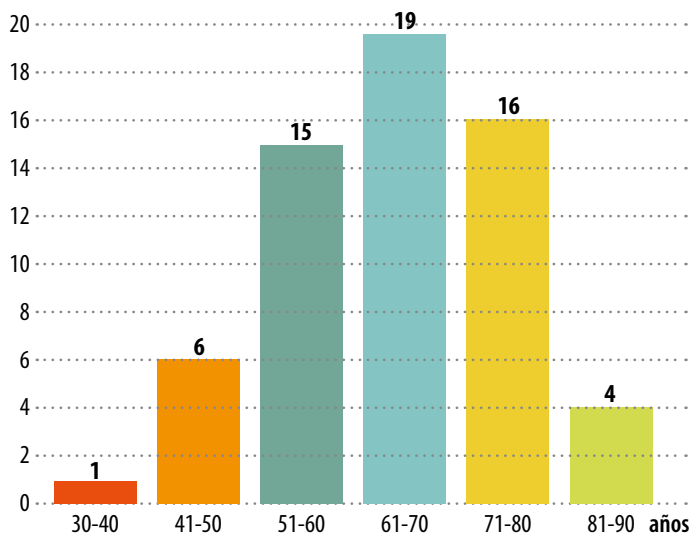


Resultados del Programa de Atención Integral al enfermo de ELA y su entorno familiar 2017

El objetivo principal del proyecto es procurar el **mayor bienestar y calidad de vida** posible a quien padece ELA y a su entorno familiar.

Para conseguirlo ponemos en práctica distintas terapias teniendo en cuenta aspectos físicos, psicológicos y sociales, proporcionando una atención **interdisciplinaria e individualizada**. El propósito es mantener en mayor grado de independencia y autonomía posible así como ayudar a las familias a afrontar los retos que presenta la enfermedad a todos los niveles, fomentando un afrontamiento adaptativo de la enfermedad.

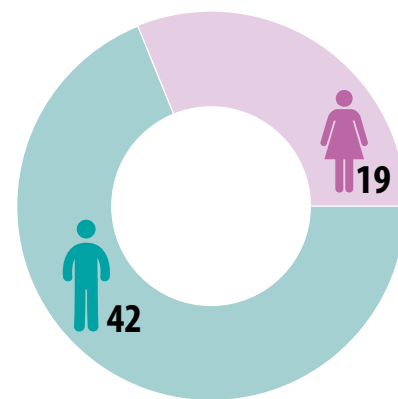
BENEFICIARIOS DIRECTOS SEGÚN EDAD (2017)



Pretendemos "**acompañar**" a la persona enferma y a sus familiares durante el curso de la enfermedad tratando de aliviar, en la medida de lo posible, su sintomatología física, su dolor y su sufrimiento. Para llevar a cabo nuestro cometido la entidad contó durante el año 2017 con los siguientes profesionales: 1 Auxiliar de clínica, 1 Psicólogo, 1 Trabajador social, 1 Logopeda, 1 Terapeuta ocupacional, 3 Fisioterapeutas y profesionales ajenos a la entidad pertenecientes al **PROGRAMA MEJORA** de COCEMFE Asturias.

Durante el año 2017, un total de **61 personas afectadas** de ELA y **124 de su entorno familiar** se han beneficiado de nuestro Programa de Atención Integral, siendo beneficiarios de uno o varios de los servicios incluidos en el mismo.

BENEFICIARIOS DIRECTOS POR SEXO 2017

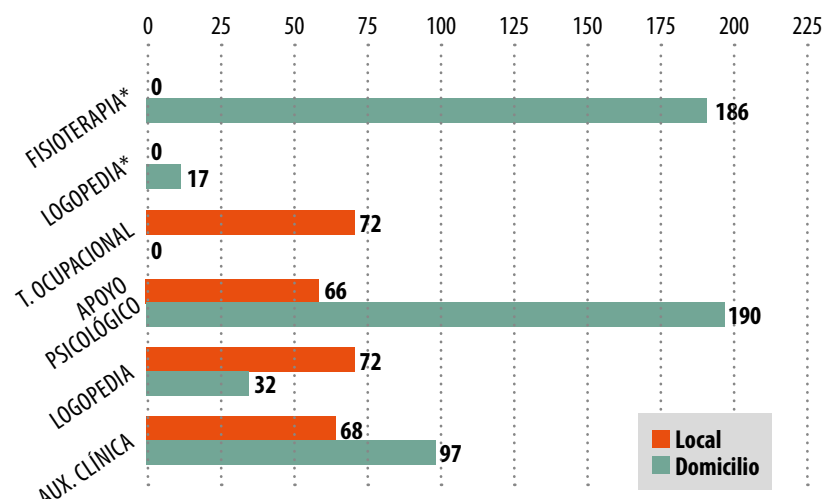


Se han atendido **775 consultas telefónicas** y realizado un total de **800 intervenciones profesionales**, **522 de ellas a domicilio**, piedra angular de nuestro programa de atención.

Si a éstas intervenciones sumamos las desarrolladas dentro del **PROGRAMA MEJORA** gestionado por COCEMFE Asturias, nuestros usuarios han recibido un total **4.800 sesiones** entre los distintos servicios profesionales incluidos en nuestro Programa de Atención Integral.

SESIONES PROFESIONALES 2017

*SESIONES CORRESPONDIENTES A PROFESIONALES AUTÓNOMAS



Salvador Martínez

presenta su proyecto de Terapia Celular en Gijón



El pasado 27 de Febrero *Salvador Martínez*, Director del Instituto de Neurociencias de Alicante, invitado por nuestra asociación dio una conferencia bajo el nombre "Nuevas líneas de investigación para terapia celular en la ELA". Martínez, quien investiga desde hace más de dos décadas la Esclerosis Lateral Amiotrófica, nos presentó su proyecto de ensayo clínico en humanos para el cual se halla buscando financiación en la actualidad.

Este ensayo clínico se efectuaría durante tres años en los hospitales Virgen de la Arrixaca de Murcia, el General de Alicante y el de San Juan y, en caso de éxito, posibilitaría muy poco después aplicar el tratamiento a los 900 nuevos pacientes de ELA que se diagnostican anualmente en España, con el fin de detener la parálisis progresiva e irremediable de sus músculos.

Martínez ha comprobado en laboratorio que el trasplante de células de la médula ósea a los músculos detiene el deterioro muscular progresivo de esta enfermedad.

Son necesarios 492.800 euros para desarrollar esta terapia contra la ELA, después de haberla probado con éxito en ratones.

Esto se consigue porque las células madre adultas de la médula ósea actúan como protectoras y evitan la muerte de las neuronas motoras (llamadas motoneuronas al ser las responsables del movimiento de los músculos), con el añadido de que no hay rechazo porque

las células trasplantadas provienen del propio paciente.

El ensayo se efectuaría mediante el sistema de "doble ciego" y consistiría en inocular en los músculos de una mano las células de médula ósea y en los de la otra un tipo de placebo, sin que ni médico ni paciente conozcan cual es cual.

Una vez realizado el trasplante, requeriría fundamentalmente pruebas de **electromiografía** (para ver de forma objetiva el grado de movimiento y fuerza del músculo) cada tres meses durante, al menos, un año en el Hospital General y el Hospital de San Juan de Alicante, además del trasplante previo e inicial en la Arrixaca de Murcia.

Una vez obtenida la financiación, el estudio ha de pasar por la aprobación de la Agencia Española del Medicamento antes de ser añadido como potencial terapia, y se podrían aumentar los músculos a tratar eficazmente contra la ELA, empezando por el diafragma.

"Este método de trasplante abre la esperanza para ser mucho más eficaces porque en el músculo podemos introducir muchas células, tantas como necesitamos y en las dosis que se requieran (en función del tamaño del músculo), y además el trasplante se realiza sin intervención quirúrgica y solo con anestesia local", según Martínez.



Avda. Galicia, 31 - 33005 Oviedo

Teléfono: 985 982 600

Fax: 985 982 626

iqn@nalonchem.com

www.nalonchem.com



Servicios Audiovisuales
Servicios Informáticos
Traducción Simultánea
Producción y Postproducción
de Video Profesional
... y nuestra asistencia
técnica profesional

www.proima.es

C/Velázquez 13, Bajo . 33011 - Oviedo . Tlf . 985 21 50 81 . proima@proima.es

Con optimismo

¡Seguro que!... la cura de una enfermedad neuromuscular mejorará a otras neuromusculares

La **distrofia muscular de Duchenne (DMD)**, es un trastorno genético, incapacitante, que afecta principalmente a varones (trastorno ligado al cromosoma X) y poco frecuente, observándose en 1 de cada 4.000 nacimientos en varones. Se produce como resultado de mutaciones en el gen de la distrofina, lo que ocasiona una ausencia o defecto en la producción de la misma. Sin el buen funcionamiento de la distrofina las fibras de los músculos se van deteriorando.



Se manifiesta precozmente en la infancia y va retrasando las capacidades básicas.

Entre las formas de Duchenne se encuentran las producidas por mutaciones grandes, la mayoría y por mutaciones puntuales, sin sentido.

En 2014 la EMA (Agencia reguladora de medicamentos Europea) autoriza el medicamento huérfano: TRANSLARNA (Ataluren) para el tratamiento de la enfermedad de Duchenne (con mutaciones sin sentido en el gen de la distrofina) en pacientes que caminan a partir de 5 años o más. El fármaco, de uso compasivo que retarda la afectación.

Se comercializa en varias partes de Europa, con precio y financiación fijados por los sistemas de salud respectivos. En España, se ha denegado la financiación de Translarna, negociando a

día de hoy la situación. Sin embargo se está prescribiendo y financiando por las CC.AA desde 2014 a través del Decreto 1015/2009 de Medicamentos en situaciones Especiales y tras las presión sociales de las familias.

Por el momento se suministra en once CC.AA al menos, excluyendo Asturias,

pues a día de hoy se ha denegado a alguna de nuestras familias.

¿Conseguiremos Ataluren en Asturias?

Por otro lado, no como uso compasivo sino como único tratamiento de la enfermedad, Atrofia Muscular se aprueba el medicamento SPINRAZA.

La Ministra de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, *Dolors Montserrat*, expone la resolución de la Comisión Interministerial de Precios de medicamento por la que España se convierte en uno de los primeros países en aprobar el tratamiento, incluyéndolo en la prestación farmacéutica, ya anunciado en el Consejo Interterritorial en pasado 21 junio 2017.

Será financiado dentro del Sistema Nacional de Salud, disponible a partir del 1 de marzo. Donde ya existe un protocolo fármaco-clínico y un registro de monitorización de la efectividad terapéutica que cita los criterios de tratamiento para todo el sistema sanitario, estableciendo los pacientes que reúnen los requisitos y el seguimiento del mismo, según *Encarnación Cruz Martos*, Directora General de Car-





tera Básica de Servicios del Sistema de Salud y Farmacia.

La atrofia muscular espinal, enfermedad que debilita la musculatura con deterioro de la función pulmonar, se estima que hay entre 300-400 pacientes en España.

¿Conseguiremos erradicar los 4 tipos de AME en Asturias? ¿Será sostenible?

Aunque estos últimos años están siendo muy esperanzadores, también con la Unidad de Referencia en Asturias de patologías poco frecuentes, queda ca-

mino por recorrer y nos urge trabajar en conjunto con asociaciones, Federaciones, confederaciones y Organismos pertinentes para lograr evolucionar.

Mientras tanto, desde ASEMPA seguimos trabajando para lograr un día a día un poco mejor. Activando, difundiendo, moviendo..., al fin y al cabo, viviendo! **Necesitamos mantenernos unidos y poder continuar avanzando.**

Os dejamos alguna foto de alguna de las actividades donde se ven representados algunos de los socios: **taichí y yoga adaptado**, con Vicente y Raquel con los que os animamos a probar las sesiones, el taller de paciente activo o

la merienda para hacer eco durante el Día Nacional de las Neuromusculares.

Agradecimiento a cada una de las personas que nos apoya en el día a día para darnos impulso, a las Entidades y Organismo que confían en lo social y nos dan una oportunidad de mejorar, cambiar o hacer acciones por y para las personas, en concreto para nuestro colectivo neuromuscular (Fundación Alimerka, Héctor Moro, Rotarios, Ayuntamientos, Consejerías, Federasem, COCEMFE Asturias y cada uno/a de vosotros/as... gracias).

Beatriz Vázquez González
Trabajadora social ASEMPA



CONSEYU DE LA MOCEDÁ DEL PRINCIPÁU D'ASTURIÉS

CENTRU DE RECURSOS DE cmpa.es

Un nuevo equipamiento público y gratuito para las asociaciones asturianas abre sus puertas en Uviéu.

El Centru de Recursos del CMPA dispone de 2 salas donde desarrollar tus actividades en un amplio horario, incluidos fines de semana, y una serie de recursos técnicos en préstamo.

Pasa a conocernos por C/Fuertes Acevedo, 10 - bajo, Uviéu.
www.cmpa.es - info@cmpa.es - 985 250 065



Proyectos educativos para fomentar las habilidades emprendedoras



Espacios para crear, desarrollar y consolidar tu idea empresarial

VI Exposición benéfica a favor de ALAS y premio mujer sierense del año



En este año 2017 hemos alcanzado ya la VI edición de nuestra Exposición Benéfica a favor de ALAS con un total de 106 obras donadas.

En este caso la sede ha sido el Patio de Columnas del Palacio Conde de Toreno, sede del RIDEA, en la Plaza Porlier de Oviedo, un lugar espectacular para resaltar aún más la belleza de nuestra exposición que se extendió entre el 17 de diciembre de 2017 y el 7 de enero de 2018.

Continuamos, como en años anteriores, recaudando fondos para ALAS gracias a la aportación de los 86 artistas que tan desinteresadamente nos ayudan y a los que queremos desde aquí agradecer su generosidad y sensibilidad hacia nuestra labor.



Nélida Gómez, Presidenta de ALAS, recogió el pasado 7 de marzo el V premio Mujer Sierense del Año en la Casa de Cultura de Lugones.

El premio, convocado por el Ayuntamiento de Siero, fue otorgado a Nélida por mayoría por un jurado presidido por la concejala de Igualdad, Natividad Álvarez, y tras la candidatura presentada a propuesta de la Asociación de Lúpicos de Asturias.

En su discurso Nélida Gómez confesó sentirse identificada con la frase de Madame Curie: *"Una nunca ve lo que ha hecho, sino lo que queda por hacer"* y afirmó que *"todos los días son el Día de la Mujer con mayúsculas y os animo a seguir trabajando por nuestros derechos en el amplio sentido de la palabra"*.

La exposición benéfica contó con la colaboración de 86 artistas participantes que expusieron un total de 106 obras.



Servicio de Asistencia Técnica
 Informática
 Televisiones Monitores profesionales
 Venta y alquiler Videoproyectores
 Destricadoras
 Multifunciones
 Impresoras
 Gestión Documental

Alonso Rodríguez Copiadoras S.L.
 C/ Asturcón Nº 2 Bajo
 33006 - Oviedo
 Tel: 985 258 151 - 985 232 513
 Fax: 985 272 756
 arco@arcoofimatica.com
 www.arcoofimatica.com

A.C.G. Ingeniería, S.A.

INGENIERIA - MONTAJE Y MANTENIMIENTO DE INSTALACIONES ELECTRICAS

Polígono Ind. de Falmuria, Nave 28 - 29
 Calle Carrió, Nº9
 33438 PRENDES - CARREÑO
 PRINCIPADO DE ASTURIAS

Tfno.: 985887661 Fax: 985887737
 E-mail: acg@acgingeneria.com
 Web: www.acgingeneria.com

Un nuevo año en AHEMAS

En la Asociación de Hemofilia de Asturias empezamos el año nuevo, "pisando fuerte" como se suele decir.

¡VAYA TARDE DE CINE!

El día 4 de enero para celebrar nuestra particular tarde-noche de Reyes, nos fuimos al cine. Qué mejor forma de celebrar la magia de los señores de Oriente que viendo una película.

Bueno..., una los más pequeños, otra nuestros adolescentes y otra los padres que no quisieron perderse algún estreno interesante. Y como quién dijo cine también dijo palomitas, así disfrutamos de la primera actividad del año... con la ilusión que traen los Reyes Magos.



De izda. a dcha. José Manuel Quiñones, Inmaculada Soto Daniel Anibal García.

JORNADA SOBRE LOS NUEVOS TRATAMIENTOS

El viernes 19 de enero tuvo lugar una ponencia muy interesante en el Hotel Ayre de Oviedo. Se avecinan nuevos tiempos para el mundo de la Hemofilia y por ello, consideramos preciso poner al día de los nuevos tratamientos a nuestro colectivo.

Para ello, la **Dra. Inmaculada Ortega Soto**, Hematóloga del HUCA, nos ofreció una charla

sobre estos nuevos avances que sin duda, tendrán mucha repercusión en la calidad de vida de las personas que padecen Hemofilia. En dicho evento no estubo sola sino que la acompañaron **Daniel Anibal García**, Presidente de la Federación Española de Hemofilia y también el Presidente de la Asociación de Hemofilia de Asturias, **José Manuel Quiñones San José**.



El Botánico para tod@s

- APARCAMIENTO con plazas para personas con movilidad reducida (PMR)
- ENTRADA, RECEPCIÓN y TIENDA, libres de obstáculos
- MOSTRADOR de atención al público con dos alturas
- SILLA DE RUEDAS manual a disposición del visitante
- 4 ÁREAS DE ASEOS, todas con un aseo accesible
- PLANO CON RECORRIDOS recomendados para PMR a disposición del visitante
- CAFETERÍA accesible y transitable
- ZONA MUSEÍSTICA transitable



Jornada de Otoño

A finales del pasado año la Asociación Parkinson Asturias celebró la **XIX Jornada de Otoño**. Las actividades programadas fueron dirigidas por un lado a una parte lúdica en la que tuvimos un taller de elaboración de centros de navidad y comida de confraternización y por otro lado dos talleres sobre dos grandes problemáticas que presentan las personas afectadas de Parkinson, la reeducación respiratoria y la disfagia.



En este artículo nos centraremos en el problema de la disfagia por ser un síntoma que merece un apartado importante dentro de la evolución de la enfermedad de Parkinson.

La deglución es el proceso por el cual transportamos los alimentos y los líquidos desde la boca hasta el estómago. Así, la disfagia es la dificultad para tragar. No es una enfermedad por sí

misma, sino que es un síntoma. Quienes la padecen tienen dificultades para alimentarse e hidratarse de forma adecuada, pudiendo existir además complicaciones respiratorias graves asociadas a alteraciones de la seguridad durante dicho proceso.

La disfagia puede tener un origen neurológico, asociándose al daño cerebral adquirido, enfermedades neuromuscu-

lares o neurodegenerativas o incluso al proceso normal de envejecimiento. Desgraciadamente, no hay consenso en la prevalencia de la disfagia, ya que los distintos estudios llevados a cabo para esclarecer esta cuestión muestran resultados variables en función de los métodos utilizados. Si tomamos como referencia a la Organización mundial de gastroenterología, el 50% de los pacientes con Parkinson muestran algún síntoma de disfagia, siendo estos más frecuentes en los estadios más avanzados de la enfermedad.

En el apartado que sí encontramos más unanimidad es que esta alteración está todavía infra diagnosticada y que quienes la padecen no reciben un tratamiento adecuado. Bayés-Rusiñol y colaboradores ponen de manifiesto este problema: en una muestra de 470 personas con Enfermedad de Parkinson se aplica un auto cuestionario en el cual 317 personas dicen no tener ningún tipo de dificultad relacionada con la disfagia, pero sólo 37 de esas personas no tienen ningún problema realmente.

Así, la disfagia pasa desapercibida con frecuencia, lo cual implica el aumento de complicaciones como la desnutri-


GRUPO itma

- ▶ Limpieza integral de vehículos y tratamiento de carrocerías.
- ▶ Limpieza de edificios, locales y persianas a domicilio.

Sistema integrado de calidad, medio ambiente, salud y seguridad laboral (ISO 9001-ISO 14001-OHSAS 18001)

1ª EMPRESA ASTURIANA DEL SECTOR

Pol. Asipo C/B - Parc. 60 - Nave 5
33428 Llanera - Asturias
Tel. 985 264 193 - Fax 985 265 967
itma@grupoitma.com - www.grupoitma.com

Para oír bien

AUDIOLOGIA
SUAREZ BASCARAN

30 Años de experiencia

- Adaptaciones de audífonos personalizados en adultos
- Somos especialistas en adaptaciones infantiles
- Servicio propio de reparación y fabricación

Uria, 70 - 3º E. 33003 Oviedo
Tif. 985 20 66 86. Fax 985 20 62 74
E-mail: infovd@audiologia.es

Navia, 1 Bajo. 33205 Gijón (Asturias)
Tif. 985 34 80 69. Fax 985 35 65 00
E-mail: info@audiologia.es

OLMAR 

GRUPOOLMAR

P.I. SOMONTE III. C/ Nicolás Redondo Urbieta, 330. 33393 Gijón (Asturias)
TJ] 985 32 17 00 - Fax] 985 32 38 31 - www.olmar.com - info@olmar.com

ORTOPEDIA CENTER

CALZADO PARA DIABÉTICOS
DESCANSO Y BIENESTAR

C/ Orán, 3 (Gijón). Tif.: 985 34 33 76
Entrada Ambulatorio de Pumarin



En el HUCA existe desde el año pasado una Unidad de Disfagia, la cual se dedica exclusivamente a atender a personas con trastornos de la deglución. A la Unidad pueden llegar pacientes de toda Asturias, siempre que los derive un otorrinolaringólogo o un neurólogo.

ción, la deshidratación y el empeoramiento en la calidad de vida, además de elevar la tasa de mortalidad en estos pacientes. Hay multitud de signos que pueden alertarnos de la presencia de disfagia: la **tos o atragantamiento al comer, cambios en la voz, el babeo o la dificultad para manejar la saliva, la dificultad para controlar la comida en la boca, tragar la comida poco a poco**, es decir, un mismo bocado en varias partes; **tener residuos en la boca después de tragar, sensación de tener alimento atascado o pegado en la garganta, el carraspeo frecuente, perder peso de forma progresiva, emplear demasiado tiempo para comer** (más de 45 minutos) y las **infecciones respiratorias de repetición.**

Si detectamos alguno o varios de estos síntomas, hemos de actuar. Comunicarle nuestras sospechas a nuestro médico de referencia sería lo primero que deberíamos hacer. En el HUCA existe desde el año pasado una Unidad de Disfagia, la cual se dedica exclusivamente a atender a personas con trastornos de la deglución. A la Unidad pueden llegar pacientes de toda Asturias, siempre que los derive un otorrinolaringólogo o un neurólogo. Esta unidad cuenta con un equipo multidisciplinar para el abordaje completo de la disfagia. La colaboración entre los profesionales sanitarios y la implicación del paciente y su familia o cuidadores son básicos para alcanzar los objetivos finales de la terapia: alcanzar un adecuado estado de hidratación y alimentación, así como evitar posibles complicaciones respiratorias. Todo esto siempre implicará rehabilitación logopédica.

Por otra parte, no podemos olvidar que la disfagia refleja una afectación de una actividad básica de la vida diaria y que acarrea implicaciones psicológicas, sociales y económicas. Existe un lado más social de la disfagia, ya que comer no es



sólo nutrirse, sino participar en el desarrollo cotidiano; implica comunicar y nos sirve para fomentar nuestros vínculos sociales y relaciones afectivas. No olvidemos que así celebremos nuestro cumpleaños, nuestro aniversario de bodas o el fin de año siempre lo hacemos alrededor de una mesa repleta de comida y bebida y rodeados por nuestros seres queridos.

Mientras la rehabilitación tiene lugar debemos tener bien en cuenta los consejos y ejercicios que nos proporciona nuestro logopeda. En muchos casos será necesario modificar la alimentación (textura de los alimentos y los líquidos, cantidades), pero cambiar nuestra forma de comer no tiene que implicar comer peor. Las modificaciones van encaminadas a recuperar el placer por comer, al mismo tiempo que aseguramos una nutrición e hidratación óptimas y la seguridad de las vías aéreas.

Elena Manuela Vega Pardo. Logopeda Asociación Parkinson Asturias

Transinsa

Polígono Espíritu Santo
Calle Irlanda 32
33010 Oviedo
Tfno: 902 119 691
info@ambulanciasdeasturias.com

**CLÍNICA OFTALMOLÓGICA
DR. TOMÁS VILLACAMPA CASTRO**

ENFERMEDADES Y CIRUGÍA DE LOS OJOS
CIRUGÍA PLÁSTICA PALPEBRAL
OFTALMOLOGÍA
INFANTIL Y ESTRABISMOS

C/ LA CÁMARA, 15 - 1º. AVILÉS. Teléfono 985 523 200
Número de registro de publicidad: 49/1793/P



LOS 10 KM DEL GRUPO

El Real Grupo de Cultura Covadonga y el Patronato Deportivo Municipal del Ayuntamiento de Gijón organizaron "Los 10 km del Grupo".

Esta edición destacó por un carácter más solidario. La Asociación de Padres y Amigos de Cardiopatías Congénitas APACI (www.apaci.es) fue la elegida para recibir las aportaciones de los participantes y de los patrocinadores.

Apaci es una asociación creada en el año 2005, de ámbito Nacional y declarada de Utilidad Pública en el año 2008. Su objetivo es mejorar la vida de niños/as, jóvenes y adultos/as afectados por cardiopatías congénitas y sus familias.

Las cardiopatías Congénitas son el problema congénito con mayor incidencia en España, con unos cinco mil nuevos casos cada año.

Las cardiopatías congénitas son lesiones anatómicas de una o varias de las cuatro cámaras cardíacas, de los tabiques que las separan, o de las válvulas o tractos de salida.

La carrera se celebró el domingo 18 de marzo, la salida tuvo lugar a las 10.30



Patrocinadores de la carrera.

horas en el Velódromo del Complejo Deportivo de las Mestas (Gijón) y la meta en la entrada del Real Grupo de Cultura Covadonga.

Se disputó sobre un circuito de 10Km totalmente urbanos y sobre superficie de asfalto, pudieron tomar parte de esta prueba todas aquellas personas que lo desearon, sin necesidad de pertenecer al Real Grupo de Cultura Covadonga, siempre y cuando se hubieran inscrito correctamente, tanto en tiempo como en forma.

La retirada de dorsales y chips fue tanto el sábado 17 de marzo de 17.00 a 21.00 horas como el mismo día de la prueba, desde las 08.35 horas hasta 45 minutos antes de la carrera, en la pista de atletismo del Complejo Deportivo Las Mestas.

Antonio Corripio, Pte. del GRUPO hizo entrega de la donación a Juana Jara, Directora de APACI.





Apaci recibió una donación del Real Grupo de Cultura Covadonga de 496,50 euros y una donación de Mas y Mas y HUMANA por importe de 900 euros.

Donación de Mas y Mas v Humana.

Todos los participantes recibieron un welcome pack, así como avituallamiento en el km 5 y en la zona de meta cortesía de COCA-COLA.

El tiempo no acompañó y los corredores y corredoras demostraron su determinación en una mañana donde la lluvia y el viento quisieron ser los protagonistas de la jornada, pero los y las valientes no se achican por el tiempo... un ejemplo fueron **Susana Celorio y Máximo Cordero**, vencedores en la categoría absoluta de los 10 kilómetros del Grupo, además este último, cedió su trofeo a uno de nuestros pequeños corazones, será que los héroes se reconocen. Muchas gracias por tu generosidad Máximo.

Mas y Mas quiso ampliar su colaboración con la venta de piruletas y snack cuya donación se sumó al donativo mencionado con anterioridad.



Los ganadores en las diferentes categorías.

Se entregaron medallas para los tres primeros de cada categoría (sub 20, sub 23, Senior, Absoluta y Master), tanto en masculino como en femenino, que fueron entregados a la finalización de la prueba. Fue un momento muy emotivo en el que las familias de los corredores

formaron parte del pódium para las fotografías oficiales.

dos personas en un hotel de la cadena ABBA.

ASTURDAI (concesionario de Hyundai en Asturias) también quiso colaborar y sorteó un fin de semana pagado con coche.

formaron parte del pódium para las fotografías oficiales.

APACI quiere dar las gracias a la organización (Real Grupo de Cultura Covadonga y el Patronato Deportivo Municipal del Ayto de Gijón), a los y las corredores/as y a los patrocinadores (**Liberbank, correduría de seguros Amado, ASTURDAI Hyundai, Coca-Cola, Hotel Abba, edp, San Miguel y Mas y Mas**) que hacen posible esta acción solidaria.

El Hotel **ABBA PLAYA GIJÓN**, sorteó entre todos los y las participantes que llegaron a la línea de meta una cena para dos en el restaurante del hotel y una noche para



Presentación de la carrera en el Ayuntamiento de Gijón.

Entrevista a...

Wenceslao López Martínez

ALCALDE DE OVIEDO



Wenceslao López Martínez, (Oviedo, 1948), alcalde de Oviedo desde el 13 de junio de 2015. Perteneció al PSOE. Profesor en la Universidad de Oviedo durante más de 35 años, ha impartido en esta institución clases de Estadística y Macroeconomía (Facultad de Empresariales); de Sistemas de Información (Facultad de Económicas); y de Programación y Desarrollo de Sistemas de Información (Facultad de Informática). Trabajando y estudiando como alumno libre, obtuvo el título de Profesor Mercantil en la Universidad de Oviedo, el de Economista en la de Santiago de Compostela y, finalmente, estudios de doctorado en Inteligencia Artificial en la Universidad de Oviedo.

P. ¿Está usted al corriente de las principales necesidades que afectan a las personas con discapacidad de su municipio? ¿Podría decirnos qué lugar ocupan las políticas sociales municipales en su agenda?

Una de las prioridades de nuestro gobierno desde el primer momento en el que asumí la alcaldía ha sido la atención a las personas. Las políticas sociales ocupan el primer lugar en nuestra agenda. De hecho, en el presupuesto de este año, el capítulo social es el que registra mayor aumento. El plan estratégico de Oviedo de las Personas incluye 35 actuaciones dirigidas a personas con diversidad funcional, entre las que destaca la creación de un Observatorio social, dependiente

del Consejo Municipal de Accesibilidad, que favorecerá la comunicación y la implantación de medidas que demandan las personas con diversidad funcional, mayores y en situación de dependencia.

"En el Ayuntamiento de Oviedo somos especialmente sensibles con la empleabilidad de personas con diversidad funcional, y lo ponemos en práctica en determinados servicios".

"La accesibilidad de personas con movilidad reducida está presente en todas nuestras actuaciones... En el apartado de transporte, por ejemplo, se conceden ayudas destinadas a fomentar la movilidad".

P. COCEMFE Asturias lleva ejerciendo su labor desde 1994 en favor de las personas con discapacidad física y orgánica desde nuestra sede central en Gijón, y también en Oviedo desde 2010, gracias a la cesión de un espacio por parte del ayuntamiento. ¿Cómo valora los servicios que ofrecemos en Oviedo en materia de empleo y rehabilitación?

El trabajo que desempeña COCEMFE es fundamental para avanzar en la inclusión social y en los derechos de las personas con discapacidad. Es especialmente importante la labor que se realiza en materia de empleo, un pilar fundamental para garantizar la autodefinición de las personas.

P. Para ampliar la atención a las personas con discapacidad de Oviedo, COCEMFE Asturias y nuestras asociaciones necesitamos locales que reúnan las condiciones de accesibilidad apropiadas. Nos consta que desde el Consistorio se está trabajando en una ordenanza sobre espacios municipales, donde se hará un inventario de los mismos y se regulará su uso. ¿Podría decirnos si este proyecto está adelantado? ¿Está prevista su aplicación a corto plazo? ¿Puede avanzarnos algo en ese sentido?

Efectivamente, se está trabajando en esta ordenanza y se ha realizado el inventario de los espacios municipales de cara a la futura regulación de su uso, pero aún es pronto para adelantar las líneas fundamentales.

P. Habida cuenta de las altas cifras de desempleo que afecta a colectivos desfavorecidos, como las personas con discapacidad, ¿tiene previsto el ayuntamiento que Ud. preside poner en marcha alguna política de empleo en colaboración con el SIL de COCEMFE u otras entidades?

En el Ayuntamiento de Oviedo somos especialmente sensibles con la empleabilidad de personas con diversidad funcional, y lo ponemos en práctica en determinados servicios. Además, en el programa del Oviedo de las Personas incluimos como línea de actuación estimular al tejido empresarial ovetense en la implantación de medidas inclusivas de empleo dirigidas a las personas con diversidad funcional.



OVIEDO EN LA RED

www.oviedo.es

www.facebook.com/www.oviedo.es

Twitter: @aytoviedo

www.youtube.com/aytoviedo



"El reto está claro: lograr mejorar la calidad de vida de las personas con diversidad funcional, y eliminar al máximo las barreras arquitectónicas que podemos encontrarnos en la ciudad".



P. ¿Qué grado de protagonismo tendrán las personas con discapacidad y/o movilidad reducida en el próximo Plan de Movilidad Urbana Sostenible de la ciudad?


Como bien sabe es un plan estratégico que tiene en cuenta los principios de integración, participación y evaluación para satisfacer las necesidades de movilidad de las personas y para lograr una mayor calidad de vida en nuestra ciudad. La accesibilidad de personas con movilidad reducida está presente en todas nuestras actuaciones. En todo caso, ya hemos abordado muchas mejoras en esta línea como las obras de rebajes en los pasos de peatones, las cuestiones de accesibilidad en todas las nuevas urbanizaciones o en los propios edificios municipales.

P. ¿Qué valoración hace de la convocatoria de subvenciones destinadas a la mejora de la accesibilidad a los edificios del municipio?

Hemos hecho un esfuerzo para mejorar la accesibilidad de los edificios y se han concedido un número importante de subvenciones para la instalación de rampas y ascensores, y seguimos avanzando en esa línea.

P. Pese a que se ha mejorado en ese terreno, subsisten diversas barreras urbanísticas, arquitectónicas, en el transporte y la comunicación. ¿Se plantea algún reto durante su mandato en relación con la accesibilidad de las personas con discapacidad? ¿Qué actuación considere como prioritaria?

El reto está claro: lograr mejorar la calidad de vida de las personas con diversidad funcional, y eliminar al máximo las barreras arquitectónicas que podemos encontrarnos en la ciudad. En el apartado de transporte, por ejemplo, se conceden ayudas destinadas a fomentar la movilidad. A través de expedición de tickets de bonobus para personas con movilidad reducida así como bono taxis. Sin olvidar las ayudas destinadas a taxis adaptados en nuestro municipio.



Distribución y Contenedores, S.A.
C/ Peña Santa, 12
Polígono de Silvota 33192
Llanera, Asturias

T 985 263 992
F 985 980 998
www.diconlogistica.com



NORTEMECANICA, S.A.

Tel: 985 579 857 - Fax: 985 579 867
e-mail: administracion@nortemecanica.es
Polígono de Tabaza, E-5. 33469. Logrezaña-Carreño (Asturias)



Gracias por estos 25 años
DICON



los alces ROPA DE VESTIR.
HOGAR Y TEXTILES

GUÓN: Avda. Manuel Llaneza, 5. T. 985 152 776 - MIERES: Numa Guillou, 22. T. 985 466 364
AVILÉS: Dr. Severo Ochoa, 4. T. 985 527 379

“PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL Y VIDA INDEPENDIENTE”

Desde COCEMFE Asturias, hemos puestos en marcha un año más el proyecto “**Promoción de la Autonomía Personal y vida independiente**” y a lo largo de 2018, un equipo multiprofesional integrado por trabajadores sociales, fisioterapeutas, logopedas, ayudantes domiciliarios y técnicos de accesibilidad, se ocuparán de atender las necesidades de las personas de nuestras entidades federadas que lo precisen a través de tratamientos de rehabilitación física, servicios de logopedia, apoyo domiciliario así como de informar y asesorar en materia de accesibilidad universal tanto en entornos públicos como privados de nuestra comunidad autónoma.

Su ejecución será posible gracias a la solidaridad de los contribuyentes que cada año marcan en su declaración de la renta la casilla de Actividades de Interés general consideradas de interés social, con cargo



al 0,7% del IRPF de las personas físicas. Estos proyectos eran gestionados por la Admon. Central hasta el 2017 y a partir de este año han sido transferidos a las CC.AA, correspondiendo en el Principado de Asturias a la Consejería de Servicios y Derechos Sociales.

El proyecto “Promoción de la Autonomía Personal y vida independiente”, que se viene llevando a cabo en los últimos años con importantes resultados para los usuarios y sus familias; tratará de prestar los servicios y apoyos que conlleva al menos a 250 personas con el objetivo de mejorar su autonomía personal y por tanto la calidad de vida.

ENTIDAD BENEFICIARIA



FINANCIA



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
CONSEJERÍA DE SERVICIOS Y DERECHOS SOCIALES

CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL EN VIESQUES GIJÓN PROYECTO: “ADECUACIÓN Y EQUIPAMIENTO DEL CAI”



Con el desarrollo del Proyecto: “Adecuación y equipamiento del CAI” se podrá reponer diverso material en el Centro de Atención Integral que por el uso diario se ha ido deteriorado a la vez que han ido surgiendo nuevas necesidades que ha sido necesario cubrir para facilitar el día a día de los usuarios del centro, y de los profesionales que les atienden;

Estas adquisiciones **mejorarán su bienestar y facilitará la planificación de las actividades y talleres de se realizan**, contribuyendo también a mejorar el confort para que los usuarios y residentes puedan desempeñar las actividades de la vida diaria.

Este proyecto se desarrolla gracias a la subvención de la Consejería de Servicios y Derechos Sociales del Principado de Asturias procedente del 0,7% del IRPF.

ENTIDAD BENEFICIARIA



FINANCIA



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
CONSEJERÍA DE SERVICIOS Y DERECHOS SOCIALES

EDUCAR

Tarea de todas las personas

COCEMFE Asturias ha desarrollado durante el año 2017 el **Programa Educar Tarea de Todas las Personas** con el Objetivo fundamental de respaldar a los niños y niñas con Necesidades de Apoyo Educativo planteando propuestas y ejecutando acciones que han permitido mejorar su inclusión en la Comunidad Educativa y en la sociedad en general.

El Programa **Educar Tarea de Todas las Personas**, subvencionado por la **Consejería de Educación y Cultura** se ha llevado a cabo en colaboración con diversos Centros Educativos de Educación Primaria del Principado de Asturias, divididos en las siguientes Áreas de Actuación:

GIJÓN
C.E.I.P LAVIADA
C.E.I.P JACINTO BENAVENTE
C.E.I.P REY PELAYO
C.E.I.P VIRGEN REINA
OVIEDO
C.E.I.P VENERANDA MANZANO
AVILÉS
AMPA C.E.I.P APOLINAR GARCÍA HEVIA
PRAVIA
CENTRO RURAL AGRUPADO BAJO NALÓN

Las líneas metodológicas de intervención del Proyecto se han regido por los principios de Diversidad, Inclusión, Normalidad, Flexibilidad y Expectativas positivas tratando de fomentar la Autonomía y Empoderamiento de los niños y niñas con discapacidad.



Jugando al juego de mesa "Me Muevo" que tiene como objetivo educar a los niños y niñas asturianos en valores, acercándolos al concepto de discapacidad, accesibilidad universal y diseño para todos.

Las líneas metodológicas de intervención del Proyecto se han regido por los principios de *Diversidad, Inclusión, Normalidad, Flexibilidad y Expectativas positivas* tratando de fomentar la Autonomía y Empoderamiento de los niños y niñas con discapacidad, fomentando de esta manera su Autoestima, contextualizando cada situación y haciendo partícipes del proyecto a todos los agentes que rodean al alumnado con discapacidad: Equipo Directivo, Departamentos de Coordinación, Equipos de Ciclo, Orientación Educativa, Equipos Docentes, Tutores, Profesorado, Familias y su núcleo social más cercano, **llegando a trabajar con más de 700 alumnos y alumnas durante la presente Campaña Educativa.**



La intervención en cada Centro Educativo ha sido diferente, cuidadosamente trabajada y planificada en función de las necesidades específicas de cada alumno y aunque no se pueden sistematizar, las acciones llevadas a cabo han sido las siguientes:

- Se han prestado **los apoyos necesarios** para que el Alumnado con Necesidades de Apoyo Educativo pudiera participar en las actividades programadas por el Centro Educativo en Igualdad de condiciones que sus compañeros.
- Se acercó a **los niños y niñas el concepto de discapacidad** proporcionándoles las herramientas necesarias para que sepan actuar de una forma adecuada ante la presencia de una Persona con Discapacidad, fomentando los valores de inclusión, igualdad, tolerancia y empatía.
- Se atendieron de manera individualizada **todas las demandas llegadas desde los distintos centros educativos** a través del Departamento de Orientación.
- Se prestó **apoyo Educativo en horario extraescolar a aquel alumnado que así lo requiera**, como medida de compensación, permanencia y Promoción en el sistema Educativo, previa derivación del Equipo de Orientación del Centro.
- Se realizó una **Escuela de Profesorado y Familias** en los centros que por sus necesidades así lo requirieron, de manera que se proporcionó a las mismas las herramientas necesarias para poder incluir la Atención a la Diversidad dentro de su Proyecto Educativo y Vital.



La Educación es uno de los Pilares Básicos de COCEMFE Asturias, conscientes de que los niños y niñas de hoy se convertirán en los adultos de mañanas así que trabajado y fomentando los valores de solidaridad, respeto, tolerancia, asertividad y empatía en las etapas más tempranas de su aprendizaje en el futuro verán la discapacidad como de manera absolutamente normalizada e inherente a la persona.

Jéssica García Brión
Trabajadora Social

Nueva **app** oficial

Toda la información de **Gijón Bus** en la palma de tu mano

¡Descárgala!





gijón | Bus

Ahora puedes recargar tu Tarjeta Ciudadana o Tarjeta de Transporte en www.busgijon.es y en la App GijónBus

RECARGA online




gijón | Bus

Jornada de VIOLENCIA hacia la mujer con discapacidad

COCEMFE Asturias en el marco de las acciones llevadas a cabo en torno al 25N, Día Internacional para la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, con el apoyo del Instituto Asturiano de la Mujer (IAM), llevó a cabo la Primera Jornada Contra la Violencia hacia la Mujer con Discapacidad, dirigida hacia los Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del Estado, la Red de Centros Asesores de la Mujer y las Abogadas de la Red de Centros de Acogida.

La Mesa Inaugural estuvo formada por **Almudena Cueto**, Directora del Instituto Asturiano de la Mujer, **Mónica Oviedo**, Presidenta de COCEMFE Asturias y **Esther Castellanos**, Coordinadora de la Fundación CERMI Mujeres, quien fue la encargada del desarrollo de la Jornada.



De izda. a dcha.: Esther Castellanos, Mónica Oviedo y Almudena Cueto.

En el Principado de Asturias existen según datos de la Consejería de Servicios y Derechos Sociales un total de 107.272 personas con discapacidad de las cuales aproximadamente un 50% son MCD.

Partiendo de esta realidad, se diseñó una Jornada que pretendió visibilizar la situación de la Mujer con Discapacidad Víctima de Violencia en el Principado de Asturias, colectivo doblemente discriminado por su condición de Mujer y Persona con Discapacidad, que debido a las circunstancias que se relatan a continuación, las convierte en un colectivo extremadamente vulnerable a vivir situaciones de violencia:

- El hecho de ser menos capaces de defenderse físicamente por las limitaciones propias de su discapacidad.
- Tener mayor dificultades para expresar las situaciones de violencia debido a problemas de comunicación.
- La dificultad de acceso a los puntos de información y asesoramiento, fundamentalmente debido a la existencia de todo género de barreras arquitectónicas y de comunicación.
- Una baja autoestima ligada a una autovaloración negativa.
- El enfrentamiento entre los papeles tradicionales asignados a la condición de mujer y la negación de éstos mismos en la Mujer con Discapacidad.

Debido a estas circunstancias, la mayor parte de MCD no lo denuncia, ya que su agresor es su principal fuente de autocuidado y contacto con el exterior, dando lugar a una **Violencia Invisible**.

Por ello la importancia de reconocer los **indicadores tempranos** de una situación de violencia de modo que puedan acceder rápidamente a la Red de Servicios Información, Atención y Protección.

Jéssica García Brión. Trabajadora Social



La violencia contra las Mujeres constituye una forma de discriminación y una violación de los Derechos Humanos. Según Naciones Unidas se entenderá por violencia contra la mujer: todo aquel acto que tenga o pueda tener como consecuencia el daño físico, sexual psicológico o económico o el sufrimiento para la mujer, incluyendo amenazar con realizar tales actos, la coacción y la privación arbitraria de la libertad, independientemente de que ocurra en la vida pública o privada.

Las Mujeres con Discapacidad (en adelante MCD) representan un 60% de la totalidad de Personas con Discapacidad en territorio Nacional, que según la Encuesta de Discapacidad, Autonomía Personal y situación de Dependencia (EDAD), elaborada por el Instituto Nacional de Estadística en 2008, cifra en 3, 85 millones de Personas.



iniclean

servicios de limpieza

Limpieza de pisos

Comunidades

Locales empresariales y oficinas

Establecimientos hoteleros

Comercios y cualquier
otro tipo de negocios

Jardinería

Limpieza de garajes

Portería

LLÁMANOS AL 985 392 290/684 619 044
PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

Jove y Hevia, 31 bajo. 33211- Gijón (Asturias)

iniclean@grupoiniciativas.com

www.grupoiniciativas.com



28 DE FEBRERO

Día Mundial de las Enfermedades Raras

El 28 de febrero de todos los años, el 29 en los bisiestos, se conmemora el **DÍA MUNDIAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS**, tal como se denominan popularmente las enfermedades de baja incidencia.

A rededor de esta fecha numerosas asociaciones de personas afectadas por enfermedades raras llevan a cabo actividades públicas de visibilización y sensibilización, y en este contexto COCEMFE Asturias, como principal representante de las personas con discapacidad física y orgánica en Asturias, organiza un acto de carácter lúdico y reivindicativo en coordinación con nueve de sus asociaciones que atienden patologías de baja prevalencia.



El acto se celebró este año el domingo 25 de febrero en la Plaza del Instituto de Gijón, conocida como El Parchís, con la colaboración del ayuntamiento de la villa, y a él acudió una nutrida representación de la administración local, encabezada por los concejales de Foro **Eva Illán** y **Esteban Aparicio**, de Bienestar Social y Seguridad Ciudadana, respectivamente, **José Ramón García**, del Grupo Socialista, concejal de Servicios Sociales, Cooperación, Vivienda y Deportes, junto con otros grupos políticos del ayuntamiento, como **Mario del Fueyo**, de Xixón si Puede, **Mariano Marín**, del Grupo Popular, **Ana Castaño** de Izquierda Unida, así como la presidenta de Foro Asturias, **Cristina Coto** y **Carmen Fernández**, ambas miembros del grupo parlamentario Foro Asturias y el diputado popular **Carlos José Suárez**. En representación de la Consejería de Sanidad contamos con **María Jesús Merayo**, Directora General de Política Sanitaria.





Se considera "enfermedad rara" aquella que aqueja a una de cada 2.000 personas.

En España hay aproximadamente 3 millones de afectados, 76.000 de los cuales viven en Asturias.

También estuvo representado el **movimiento asociativo de la discapacidad**, así como la **Plataforma del Tercer Sector**. En ese sentido, hay que resaltar la colaboración de la **Federación de Personas Sordas del Principado de Asturias, FESOPRAS**, que nos facilitó la asistencia de una intérprete de lengua de signos. También nos acompañó **Antonio Blanco**, director de la Fundación Alimerka, entidad colaboradora de COCEMFE Asturias y sus asociaciones.



Todos ellos cerraron filas con los representantes de las asociaciones de personas con enfermedades de baja incidencia, logrando que la jornada fuera un éxito de participación. Desde aquí queremos dar las gracias a todos ellos y a las personas

que acudieron y aguantaron estoicamente las bajas temperaturas ambientales.

Contribuyó notablemente al éxito de la jornada, tal como viene sucediendo en los últimos años, la actuación de la **asociación Levántate y Danza**, impartiendo un taller-animación de danzas del mundo, danzas sencillas y accesibles para todas las personas.

El baile dejó paso a la reivindicación a través de un manifiesto de nueve puntos, cuya lectura inició la concejala de Bienestar Social, Eva Illán, dando paso a continuación a los representantes de las asociaciones participantes:

- **Asoc. Asturiana contra la Fibrosis Quística, FQ.**
- **Asoc. de Esclerosis Lateral Amiotrófica, (ELA-Principado).**
- **Asoc. de Hemofilia de Asturias, (AHEMAS).**
- **Asoc. Asturiana de Ataxias.**
- **Asoc. Asturiana de Neurofibromatosis, (ASNEFI).**
- **Asoc. Corea de Hungtington de Asturias.**
- **Asoc. Chiari y Siringomielia del Principado de Asturias, (Chyspa).**
- **Asoc. Afectados por Miastenia Gravis, (ADAMG).**

Tal como expuso en su intervención Mónica Oviedo, presidenta de COCEMFE Asturias, se considera "enfermedad rara" aquella que aqueja a una de cada 2.000 personas. En España hay aproximadamente 3 millones de afectados, 76.000 de los cuales viven en Asturias.

1 / 6

Este número es indicativo del riesgo del producto, siendo 1/6 indicativo de menor riesgo y 6/6 de mayor riesgo.

La Entidad está adherida al Fondo de Garantía de Depósitos Español de Entidades de Crédito. El Fondo garantiza los depósitos en dinero hasta 100.000 euros, por titular.

Cero comisiones en:

- De mantenimiento y administración de cuenta*.
- En tus operaciones habituales*.
- Por tus tarjetas de crédito y/o débito*.

Cuenta
nómina/pensión
TE LO MERECE

(*) Rentabilidad 0% TAE. Condiciones válidas para aquellas cuentas en las que exista una nómina, pensión o ingreso periódico domiciliado por un importe igual o superior a 600€/mes. Podrán ser objeto de exención de cuota todas las tarjetas Visa Electrón y Visa Classic asociadas a una cuenta en la que se reciba el ingreso periódico. Para que la bonificación de la cuota de las tarjetas sea efectiva el cliente deberá efectuar un mínimo de una operación al año con la tarjeta bonificada. En caso contrario, se le aplicará la cuota correspondiente. Se incluyen las transferencias en euros tanto nacionales como a la UE, y los cheques en euros domiciliados en entidades españolas, con un máximo de nueve operaciones al trimestre por cuenta para cada concepto. Bonificaciones revisables discretionalmente a iniciativa de Caja Rural de Asturias. Más información en oficinas o en: www.cajaruraldeasturias.com

Estás en
Tu Caja

**CAJA RURAL
DE ASTURIAS**

www.cajaruraldeasturias.com

Líder en Banca Cooperativa

Innovación social y tecnológica en el sistema de apoyos a las personas con discapacidad

Una delegación de COCEMFE Asturias, compuesta por la presidenta de la entidad, Mónica Oviedo, el secretario de organización, Segifredo Lena, la directora de nuestro CAI, Leli García Maza, y la responsable del área social, Carmen Insúa, se desplazó el pasado 27 de marzo a la sede en Bilbao de la Federación Coordinadora de Personas con Discapacidad Física de Vizcaya, con el fin de conocer "in situ" el proyecto ETXEGOKI.

Este proyecto renovador ha merecido el premio de la Desing For All Foundation en 2015 a la "Mejor Práctica Internacional", en la categoría de espacios, productos y servicios. Hay que destacar su diseño, enfoque y metodología de trabajo, que establece un modelo de innovación social de referencia, apuntando en la buena dirección para mejorar las condiciones de vida y promover valores como la inclusión, la participación ciudadana y el desarrollo social.

ETXEGOKI es un recurso de apartamentos con apoyo para personas con discapacidad física, ubicado en Bilbao (Txurdinaga), impulsado por la Diputación Foral de Bizkaia, y gestionado por FEEKOR.

Comenzó a funcionar en 2011, y actualmente cuenta con 34 plazas, treinta permanentes individuales y cuatro temporales, y su objetivo prioritario es proporcionar, por medio de la innovación social y tecnológica, una serie de apoyos flexibles y personalizados destinados a promover al máximo la autonomía de las personas.

Este recurso está dirigido a personas con edades comprendidas entre 18 y 64 años, con un grado de discapacidad física mayor o igual a un 33%.

Valoramos positivamente esta herramienta de innovación social, dotado de la última tecnología de apoyo y de control del entorno para promocionar al máximo la autonomía personal



y mejorar la calidad de vida, el confort, y la seguridad de las personas.

Desde COCEMFE Asturias queremos dar las gracias por su amabilidad al presidente de FEEKOR, al coordinador del proyecto, a la responsable de Vida Independiente, así como a la presidenta de la comunidad de vecinos. Esta visita enriquecedora nos permite estudiar y contrastar los nuevos modelos de vida que se llevan a cabo en otras comunidades autónomas, relacionados con el desarrollo de la vida independiente, y que desde COCEMFE Asturias queremos trasladar al Principado de Asturias.

Nuestra intención es que, dada la demanda existente, se pongan en marcha en nuestro territorio espacios donde las personas con discapacidad puedan disfrutar de un hogar totalmente personalizado, en el que puedan vivir con la máxima autonomía que las tecnologías nos permiten y con los apoyos necesarios para autogestionarse y decidir sobre sus propias vidas.



CEE DE COCEMFE ASTURIAS

GRUPO INICIATIVAS

GRUPO INICIATIVAS DE COMUNICACIÓN INTERNA, S.L.

Pero, ¿Qué regalo estás buscando?

REGALO PUBLICITARIO PERSONALIZADO, ARTÍCULOS PROMOCIONALES Y DETALLES CORPORATIVOS PARA PUBLICITAR TU EMPRESA.

Llámanos nuestra mejor oferta te espera **985 392 290** y visita nuestro catálogo de productos en www.grupoiniciativas.com

BARTUSOL, S.L.

pinturas industriales

Talleres y Oficinas

C/ Tecnología, Nº 293. Veriña de Abajo (33691 - Gijón)

Tel. 985 329 615 - Fax: 985 322 342 - E-Mail: bartusol@fade.es

Convenio de colaboración

entre COCEMFE Asturias y el Grupo de Cultura Covadonga



Antonio Corripio y Mónica Oviedo en la firma del convenio.

El pasado 18 de enero tuvo lugar en las instalaciones del Real Grupo de Cultura Covadonga la firma de un convenio de colaboración entre esta entidad deportiva y COCEMFE Asturias.

El acuerdo comprende un marco muy amplio de actuaciones, que permitirá a ambas entidades trabajar en el Grupo del futuro con la puesta en marcha de acciones encaminadas a **la supresión de barreras arquitectónicas, acercando la práctica del deporte a todas las personas**, así como el libre acceso a sus instalaciones, tanto deportivas como de ocio.

Durante la firma del convenio, el presidente del Grupo Covadonga, Antonio Corripio, declaró que "uno de nuestros objetivos es que nuestro Club sea inclusivo para todos los socios y puedan disfrutar y hacer deporte sin barreras. Por eso hoy es un día muy especial, al firmar este convenio con COCEMFE Asturias, entidad que representa a 26 asociaciones de personas con discapacidad física y orgánica de Asturias, que trabajan para la mejora de su calidad de vida. Quiero agrade-

cer a su presidenta, **Mónica Oviedo**, y a **Segisfredo Lena**, secretario de organización, que estén con nosotros para simbolizar el acuerdo entre el Grupo y COCEMFE. Un marco de colaboración que se irá ampliando para trabajar en las actuaciones identificadas en los ámbitos de **"la Accesibilidad Universal y el Diseño para Todos"**.

En cuanto a la eliminación de barreras arquitectónicas, **Antonio Corripio** manifestó que se han realizado diversas

auditorías de accesibilidad, concretadas, por ahora, en las siguientes medidas: **habilitación de nuevas plazas de aparcamiento, adaptación de espacios en vestuarios, construcción de nuevos aseos adaptados en la cafetería y en la sidrería y la creación de un nuevo vestuario en el Spa.**

También se ha reformado el mobiliario para adaptarlo a las necesidades y demandas de los usuarios. Por último, se ha procedido a **la instalación de dos columpios adaptados para niños y niñas con diversidad funcional**, uno de ellos en Mareo.

El presidente del Grupo aseguró *"En el Plan Director del Grupo, uno de nuestros grandes retos para 2018, COCEMFE tiene mucho que aportar para construir ese Grupo que incluya a todas las personas"*.

Por su parte, la presidenta de COCEMFE Asturias, Mónica Oviedo, declaró:

"Hoy es un día muy feliz, estamos muy orgullosos que una entidad como el Grupo esté tan sensibilizada y pueda acoger a cualquier persona para que disfrute del ocio, del tiempo libre y de las actividades deportivas en sus instalaciones. Nuestro objetivo al colaborar con el Plan Director es que todos los espacios del Grupo sean accesibles para todas las personas. Una institución histórica y emblemática como el Grupo tiene que estar preparada para acoger a todo el mundo".

decofer

DECORACIÓN DEL HIERRO

BARANDILLAS - ESCALERAS
 CERRAJERÍA ARTÍSTICA
 CARPINTERÍA METÁLICA
 PUERTAS Y PORTONES
 AUTOMATIZACIÓN DE PORTONES

Polig. Ind. Puente Seco - VERIÑA
 33691 Gijón - Asturias
 Tel. 985 329 965
 fax: 985 301 055

- Limpieza
- Jardinería
- Restauración
- Mantenimiento
- Seguridad
- Facility Services
- Servicios Auxiliares

902 266 366
www.iss.es

El Programa PIOME llega al meridiano de su ejecución con gran éxito de participación

Casi a la mitad de ejecución del Programa PIOME (Programa Integral de Orientación y mejora de Empleabilidad) como entidad colaboradora del Servicio Público de Empleo del Principado de Asturias, podemos decir que un año más está siendo un éxito de interés y participación.

Los usuarios beneficiarios hasta el momento, ven satisfactorias las actividades consensuadas que realizan, en función de las necesidades y características. Estos destinatarios reciben diferentes servicios, siempre en función de las necesidades detectadas, y que abarcan actuaciones relacionadas con la orientación profesional, la mejora de competencias personales, profesionales y técnicas.

Sin lugar a dudas, la posibilidad de acceso a formación específica y adecuada a su perfil es un gran incentivo, lo que se demuestra en las tres localidades en que desarrollamos actuaciones (Gijón, Oviedo y Avilés). En las tres ciudades, en el meridiano del programa, hemos ejecutado formación, siendo las más demandadas las relacionadas con las TIC, Comercio y almacén y alimentación.

Ofimática, gestión de almacén, carretilla elevadora, manipulador de alimentos o comedor escolar, son algunos de los ejemplos de los certificados que han obtenido nuestros usuarios. Y sin duda, habrá muchos más hasta septiembre cuando termina esta nueva edición.



Si tienes entre 30 y 54 años, eres parado de larga duración y quieres realizar actividades que mejoren tus posibilidades de empleabilidad, ¡este es tu programa!

Elena Vega Morán

Coordinadora del programa PIOME de COCEMFE Asturias

Voluntariado empresarial a favor del autoempleo

La Federación de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de la Comunidad de Asturias (COCEMFE Asturias), entidad social colaboradora del Grupo de Entidades Incorpora en Asturias y en la actualidad Punto de Autoempleo Incorpora (PAI) y de otro, la Asociación Voluntarios "la Caixa" (ASVOLCA), han unido sus esfuerzos con el objetivo de fortalecer la consolidación de empresas creadas a raíz del apoyo y acompañamiento gratuito que desde el PAI se ofrece aquellas personas que quieren integrarse en el mercado laboral mediante el autoempleo.

Así lo han establecido ambas entidades a través de un convenio de colaboración que ha sido firmado en Oviedo. El acuerdo posibilitará la puesta en marcha del programa de Mentoring "EMPRESA PAI ASTURIAS" por el que a lo largo del año 2018 se podrán beneficiar más de 25 empresas dadas ya de alta e iniciada su andadura empresarial.

Voluntarios de "la Caixa" pondrá a disposición del PAI y sus beneficiarios/as, su Red de mentores, que con un inesti-

mable bagaje y experiencia, facilitarán una labor de tutorización destinada a la mejora de los estándares de calidad y gestión de las empresas.

Ignacio Ramírez, Coordinador del área de Formación y Empleo de COCEMFE Asturias, **M^a Cristina Prieto** como Delegada y representante de de los Voluntarios de "la Caixa" en Asturias destacaron en sus intervenciones la importancia de crear sinergias entre ambas entidades y la contribución del programa a la

estabilidad de un servicio de referencia a la hora de afianzar las posibilidades de éxito de estos negocios e iniciativas empresariales.

Al acto asistieron **Margarita Tamargo** Coordinadora del Programa Incorpora en Asturias y **Aurora González** coordinadora del Programa de empleabilidad e inserción laboral a nivel nacional de la Asociación Voluntarios "la Caixa".

Andrés del Moral. Técnico del SIL



Visita a la Central Lechera Asturiana



Un grupo de beneficiarios del Programa de Acompañamiento al Empleo, del SEPEPA, ejecutado por COCEMFE Asturias, visitó ayer la empresa Central Lechera Asturiana, situada en Granda (Siero).

Paula Rubiera, Técnico de Selección, nos recibió muy amablemente en las instalaciones de la empresa Central Lechera Asturiana. Durante la primera parte de la visita pudimos conocer su política de empleabilidad y el modo en que llevan a cabo sus procesos de selección, algo que seguro será de gran utilidad para nuestros usuarios del Programa de Acompañamiento al Empleo.

Posteriormente, realizamos una visita guiada por dentro y fuera de la fábrica para conocer los diferentes procesos de producción y envasado. A la visita acudió el Coordinador del Área de Formación y Empleo, **Ignacio Ramírez**, acompañado de **Carolina Collar** y **Olga Álvarez**, orientadora y prospectora laboral, respectivamente.

Creemos que las sensaciones recibidas por ambas partes han sido muy positivas, por lo que consideramos que, además de la labor instructiva, también ha supuesto un gran paso para afianzar las relaciones y poder colaborar de cara al futuro. Por todo ello, COCEMFE Asturias agradece públicamente la colaboración desinteresada de esta empresa.

Olga Álvarez. Promotora laboral del Servicio de Integración Laboral



OVIDA DIVERSIDAD FUNCIONAL:

- Unidad diversidad funcional.
- Unidad de neurorehabilitación.

SERVICIOS DESTACADOS:

- Atención especializada de las úlceras por presión.
- Valoración rehabilitadora especializada.
- Entrenamiento en la autonomía personal y rehabilitación psicossocial.

C/ Lena, 5. 33006 Oviedo. T. 984 289 330 | info@ovida.es | www.ovida.es

"Si tú puedes, por qué yo no"

Imágenes para la inclusión

El Centro Municipal el Coto acogió desde el 26 de enero hasta mediados de febrero la exposición fotográfica "SI TÚ PUEDES, POR QUÉ YO NO".



La muestra constó de trece instantáneas, cuyos autores fueron exclusivamente los usuarios y usuarias del Centro de Atención Integral de Viesques, que mostraban la vida de personas con discapacidad en los diversos ámbitos de la vida diaria (personal, amistad, vivienda, deporte, ocio, formación, etc.).

La presidenta de COCEMFE Asturias, **Mónica Oviedo Sastre**, y la directora del CAI, **Leli García Maza**, inauguraron oficialmente la exposición, tomando la palabra brevemente para dar la bienvenida y agradecer la presencia del público, subrayando el hecho de que los protagonistas eran los propios autores de las imágenes; de ellos es el mérito de organizar con mucho esfuerzo y pocos medios, esta muestra.

Ramón Cortina, Javier del Barrio, Celso Cortina y Marcos Vidal, usuarios del CAI con diversas discapacidades, explicaron cómo se fue gestando esta iniciativa, que pretende reflejar desde una mirada inclusiva que todas las personas están dotadas de capacidades, independientemente de su condición o estado.

Ramón Cortina quiso hacer hincapié en que la idea pretendía mostrar a las personas con discapacidad en situaciones reales de su vida cotidiana, pero también, y no menos importante, invertir la imagen que se tiene de ellas, mostrándolas en situaciones que reflejan cómo las personas con discapacidad ayudan y apoyan a personas que no la tienen.

Otro momento especialmente emotivo llegó con la intervención de Javier del Barrio, que presentó un Power Point exponiendo imágenes de toda una vida, la suya, de lucha y superación, tal como sus padres le habían inculcado desde su más tierna infancia.

Queremos dar las gracias al **Centro Municipal el Coto** por su colaboración, así como a todos los asistentes al acto, entre los que se encontraban **César González**, del Grupo Municipal Socialista en el Ayuntamiento de Gijón, y

Aitana Martínez, presidenta del Consejo Territorial de la ONCE junto a una representación de Foro Asturias.

Esperamos que esta iniciativa sirva para educar en valores, promover un cambio de actitudes hacia las personas con discapacidad y, tal como declaró la directora del CAI, tenga una continuidad en el tiempo, requisito indispensable para promover ese cambio esencial para nuestro colectivo.



Mónica Oviedo y Leli García, presentaron la exposición.

Terapia asistida con perros

Desde el pasado 15 de marzo se vienen desarrollando en el CAI de COCEMFE Asturias talleres de terapia asistida con perros, una terapia innovadora impartida por "Entrecanes", asociación sin ánimo de lucro que desde hace cinco años trabaja en intervenciones asistidas con perros, especialmente en los ámbitos de Discapacidad, Educación y Tercera edad.

La asociación cuenta con un equipo de profesiones integrado por psicólogos, pedagogos, maestros de educación especial, educadores sociales, adiestradores caninos y veterinarios.

Desde la Fundación Iniciativas para la Discapacidad (Pertenece a COCEMFE Asturias), se llevan a cabo terapias de rehabilitación, tanto físicas como cognitivas, terapia ocupacional, etc.; nuestros profesionales están en constante formación, adaptando cuantas novedades salen a la palestra, como la Wii terapia y otras, encaminadas a mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad, entre las que se encuentran los residentes del CAI, así como los usuarios del centro de día.

Los talleres se desarrollan en el CAI a partir del citado quince de marzo, todos los jueves a lo largo de ocho semanas, en sesiones de treinta minutos, y participan en él once personas con distintos grados de afectación, divididas en dos grupos.



La terapia asistida con perros consiste en la incorporación de un perro a un proceso terapéutico bajo la supervisión de un profesional sanitario. La asociación cuenta con un numeroso equipo canino de distintas razas como Golden Retriever, Labrador, Border Collie, etc.

El terapeuta canino que acude a nuestro CAI es un entrañable e inteligente perro de nombre Tao, que ya cuenta con el cariño de las personas asistentes en estos talleres, y para las que esta experiencia está resultando muy positiva.



Previamente al comienzo del programa, los psicólogos de la asociación canina se reúnen con los responsables de la entidad con el fin de fijar los objetivos. En este caso, el taller se centra en potenciar la atención y la memoria de los usuarios.

VitalCentro

Tercera Edad

www.vitalcentro.com



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
CENTRO ACREDITADO
Sistema Dependencia GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS
CENTRO ACREDITADO



- Amplios jardines
- Habitaciones con baño
- Médico y Fisioterapeuta
- Estancias por días, meses, periodos postoperatorios o permanentes



Entre Oviedo y Lugones, cerca del nuevo hospital
Paredes, 9 bis · Oviedo 33429 · Tif.: 985 732 270



Nuevo servicio de bicicletas adaptadas para personas con movilidad reducida

El día once del pasado mes de enero tuvo lugar en la Plaza Mayor de Gijón la presentación oficial de la pequeña flota de bicicletas adaptadas para personas con movilidad reducida.

Se compone de cuatro bicicletas especiales de dos modelos distintos, dos de ellas cuentan con una plataforma en la que se puede subir una persona en silla de ruedas. Las otras dos llevan un asiento incorporado al manillar, para llevar a personas que aún teniendo capacidad de movimiento propio lo tienen limitado como personas usuarias de muletas, etc.

Las bicicletas han sido adquiridas por el ayuntamiento de Gijón a una empresa holandesa tras haber sido aprobadas en los Presupuestos Participativos de 2017. En los dos modelos, eléctricos ambos, una persona acompañante hace de conductora de la persona pasajera que presenta dificultades de movilidad personal.

Es la primera flota de estas características de titularidad pública en España, y desde COCEMFE Asturias aplaudimos esta iniciativa que posibilita el desplazamiento de una forma lúdica y divertida a muchas personas con discapacidades de todo tipo.



Al acto asistieron la concejala de Bienestar Social, Eva Illán, el concejal de Seguridad Ciudadana y movilidad, Esteban Aparicio y el jefe de tráfico, Ignacio Díaz, junto con representantes de todos los grupos políticos del Ayto. de Gijón. Además también estuvieron presentes la presidenta de COCEMFE Asturias, Mó-

nica Oviedo, y la presidenta del Consejo Territorial de la ONCE, Aitana Martínez.



COCEMFE Asturias colabora con la gestión práctica de esta iniciativa, de forma que las bicicletas están ubicadas en nuestro Centro de Atención Integral para Personas con Discapacidad física y orgánica gravemente afectadas (CAI de Viesques), y es el personal de dicho centro quien se encarga temporalmente de su custodia, préstamo y recogida hasta una nueva ubicación pendiente de concretar por el Ayto. de Gijón y de la cual informaremos puntualmente.



SI ESTAS INTERSADO/A EN UTILIZAR ESTAS BICICLETAS ADAPTADAS PUEDES CONSULTAR EL SIGUIENTE ENLACE

<http://movilidad.gijon.es/page/18273-bicicletas-adaptadas-para-personas-con-movilidad-reducida>

APOYO Y CUIDADOS PARA LA CALIDAD DE VIDA EN ASTURIAS

AYUDA ESPECIALIZADA INTEGRAL

SOMOS UNA EMPRESA CON AMPLIA TRAYECTORIA PROFESIONAL, FORMADA EN DISCAPACIDAD, AUTONOMÍA PERSONAL Y DEPENDENCIA. CONTAMOS CON UN EQUIPO DE PROFESIONALES TITULADOS Y CON RECONOCIDA EXPERIENCIA.



ACREDITADOS POR LA CONSEJERÍA DE BIENESTAR SOCIAL Y VIVIENDA

SERVICIOS DE ATENCIÓN DIRECTA

- Servicio de atención a personas con discapacidad y personas mayores dependientes.
- Servicio de atención a menores.
- Servicio de atención a enfermos en proceso de recuperación.
- Servicio de realización de tareas domésticas.
- Servicio de acompañamiento al exterior.
- Servicio de acompañamiento hospitalario.
- Servicio de planchado a domicilio.

SERVICIO DE ATENCIÓN TELEMÁTICA

- Servicio de Atención Telefónica Básica (de supervisión y vigilancia de lunes a viernes). Con complementos de:
+ *Emergencia*: movilizar recursos de emergencia y aviso a familiares.

OTROS SERVICIOS

- Servicio de información y asesoramiento en materia de discapacidad y dependencia.
- Servicio de alquiler de sillas de ruedas manual (alquiler temporal).
- Servicio de tutela de llaves (básico).



¡SOLICITE PRESUPUESTO SIN COMPROMISO!

PARA MÁS INFORMACIÓN

TJ 985 39 68 55 / 985 39 16 33 - info@apoyoycuidados.com - www.apoyoycuidados.com

HORARIO DE ATENCIÓN:

De octubre a mayo: Lunes, miércoles y viernes de 8 a 15 horas. Martes y jueves de 8 a 14 y de 15 a 17:45 horas

De junio a septiembre: Lunes a viernes de 8 a 15 horas

8 de marzo: Día Internacional de la Mujer

CERMI Asturias denuncia las enormes trabas que limitan el acceso a la justicia de las mujeres con discapacidad

El Comité de Entidades Representantes de Personas con Discapacidad del Principado de Asturias (CERMI Asturias) ha denunciado, con motivo del Día Internacional de la Mujer, las enormes trabas que siguen encontrando las mujeres con discapacidad en el acceso a la justicia, que van desde las barreras simbólicas, que impregnan la labor de todos los operadores involucrados (cuerpos de seguridad del estado, abogacía, fiscalía, magistratura), hasta las puramente materiales y evidentes relacionadas con el entorno físico y de la comunicación.

Así lo recoge el manifiesto que la Fundación CERMI Mujeres (FCM) ha elaborado para este pasado 8 de marzo, al que se suma CERMI Asturias y COCEMFE Asturias. Con el lema "*Por una justicia real y efectiva para las mujeres con discapacidad*" la FCM advierte de que pese a que el artículo 24.1 de la Constitución establece que "todas las personas tienen derecho a obtener tutela efectiva de los jueces y tribunales en el ejercicio de sus derechos e intereses legítimos sin que en ningún caso pueda producirse indefensión", la realidad pone de manifiesto cómo el acceso a la justicia sigue estando vetado para miles de mujeres con discapacidad, que enfrentan obstáculos de toda índole a la hora de hacer valer sus derechos en sede judicial.

Este punto vulnera claramente el artículo 15 de la Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer y el artículo 13 de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad.



La realidad pone de manifiesto cómo el acceso a la justicia sigue estando vetado para miles de mujeres con discapacidad, que enfrentan obstáculos de toda índole a la hora de hacer valer sus derechos en sede judicial.

La tutela judicial efectiva y el acceso a la justicia son herramientas clave que la ciudadanía tiene a su disposición para evitar que las violaciones de sus derechos e intereses legítimos queden impunes. Las mujeres con discapacidad,

que representan el 60% de la totalidad de personas con discapacidad a nivel nacional y el 50% en Asturias conocen bien lo que significa ver conculcados sus derechos y también experimentar que poco o nada se hace para defenderlos. Así, por ejemplo, ha sido y sigue siendo todavía una ardua tarea denunciar que las mujeres con discapacidad también son potenciales víctimas de violencia de género.

En este sentido, la FCM recuerda que en torno a un 13% de las mujeres que son asesinadas por sus parejas y/o exparejas cada año tienen algún tipo de discapacidad, y sin embargo, este dato de relevancia clave para articular políticas públicas adecuadas no pasa de ser

una información anecdótica plasmada en la página de algún periódico.

Esta organización lamenta la desconfianza que existe en muchas ocasiones a cerca de los testimonios de las víctimas con discapacidad de la violencia machista, especialmente si se trata de mujeres sordociegas o con discapacidad intelectual o psicosocial.

ERRADICAR INERCIAS Y MITOS

Para acabar con esta situación, la FCM urge a erradicar las inercias que plagan la actuación jurisdiccional, basadas en estereotipos y mitos en torno al género y la discapacidad. Asimismo, reclama que se garantice la plena accesibilidad del sistema de justicia y la formación de sus profesionales, así como que la futura Fiscalía especializada en discapacidad sea una instancia de verdadera protección de los derechos humanos de las mujeres con discapacidad, coordinando su acción con el trabajo que desarrolla la Fiscalía de violencia sobre la mujer.

Por otra parte, la FCM afirma que no podemos olvidar a las miles de mujeres con discapacidad que actualmente se encuentran incapacitadas judicialmente y que, por lo tanto, no pueden acceder a la justicia por sí mismas cuando sus derechos son conculcados, si no es



Imagen de la manifestación del 8 de marzo. Fuente: www.rtve.es.

a través de una persona intermedia (tutora o curadora), situándolas en una situación de especial vulnerabilidad.

En esta línea, el procedimiento de modificación de la capacidad legal recogido en nuestro ordenamiento jurídico contraviene lo establecido en el artículo 12 de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, y por ello, la FCM exige su total abolición y aboga por el establecimiento de mecanismos efectivos para el apoyo en la adopción de decisiones.

Del mismo modo, la entidad exige al Gobierno que prohíba las esterilizaciones forzosas; que reconozca públicamente las violaciones de derechos humanos que han sufrido en nuestro país miles de niñas y mujeres con discapacidad esterilizadas sin su consentimiento en el pasado y en el presente, y que apruebe medidas para resarcir el daño ocasionado por estas prácticas contrarias a los derechos humanos.



zitrón

EMPRESA LÍDER EN SISTEMAS DE VENTILACIÓN
VENTILADORES · VAGONES DE CARGA · CABRESTANTES
PALAS · JUMBOS

www.zitron.com

AUTOVÍA AS - II, Nº 2.386 - POLÍGONO DE ROCES (C.P 33392 Gijón)

- Instalaciones habilitadas
- Descuentos especiales

Podología
GRATIS
durante 1 AÑO
Infórmate



BUCODENT
odontología, podología y fisioterapia

policlinicabuoodent.es



985 32 02 31

Avenida Juan Carlos I, 7 GIJÓN



El gesto que no te cuesta nada y que hace posible que las ONG ayuden a 7 millones de personas



No obstante, **todavía hay un gran número de contribuyentes que no marca la "X Solidaria"**. En concreto, un 46% en el último año; bien porque dejaron en blanco su asignación (33%) o porque marcaron exclusivamente la casilla de la Iglesia Católica (13%), si simultanearan esta casilla con la de Actividades de Interés Social, duplicarían su asignación:

$$(0,7\% + 0,7\% = 1,4\%)$$

La solidaridad ciudadana se hace presente cada año en las personas que, con un simple gesto, marcan la casilla 106 de Actividades de Interés Social en su declaración de la renta y hacen posible que las ONG atiendan a más de 7 millones de personas. Personas en situación de vulnerabilidad que necesitan de esta solidaridad ciudadana para vivir con dignidad.

Es así como, la persona contribuyente cuando marca la casilla de Actividades de Interés Social de la Renta está sumando su granito de solidaridad al de otras personas y, juntas, están contribuyendo a que las ONG, mediante sus proyectos sociales, puedan mejorar la calidad de vida de las personas mayores, con discapacidad, personas enfermas de cáncer, mujeres, jóvenes, migrantes...

En 2017, más de 10 millones de personas marcaron la casilla solidaria, un acto por el cual solo podemos dar las gracias: gracias a todas esas personas (un 54% de los contribuyentes) que decidieron, libremente y por solidaridad, que un 0,7% de sus impuestos se destinaran al desarrollo de programas de acción social, de cooperación al desarrollo y de protección del medio ambiente.

- En 2017, más de 10 millones de personas marcaron la casilla solidaria 106.
- 314 millones de euros ha sido la cifra alcanzada gracias a la suma de voluntades de todas las personas comprometidas.
- El 30% de los contribuyentes no marca ninguna de las casillas solidarias y al hacerlo también marcar la de la Iglesia.



Este año contamos con el incentivo de haber alcanzado la cifra histórica de recaudación de **314 millones de euros**, sin duda, gracias a la **suma de voluntades de todas las personas comprometidas con esta causa**. Esta cifra nos alienta a continuar sensibilizando a ese 46% de personas que no marca la "X Solidaria" y que, si lo hiciera, nos ayudaría a superar la cantidad de **500 millones de euros recaudados para atender a más personas en situación de vulnerabilidad que lo necesitan**.

Por ello este año, damos continuidad al mensaje que lanzamos el año pasado y ponemos de nuevo el foco de la X Solidaria en las personas contribuyentes: en todas las ciudadanas y en todos los ciudadanos que marcan la casilla 106. Porque creemos que marcar la casilla de Actividades de Interés Social es un ejercicio que sienta bien tanto a la persona contribuyente que lo practica, como a los 7 millones de personas que se benefician de su solidaridad. **Un gesto que no nos cuesta nada**, pero que supone una gran oportunidad para mejorar la calidad de vida de 7 millones de personas que lo necesitan.

Marca la X Solidaria en tu declaración de la renta ¡no te cuesta nada!



106

Únete
marcando la casilla
“**Actividades
de Interés
Social**”



#rentaterapia


RENTATERAPIA

Practica la Rentaterapia. Te sienta bien a ti y a 7 millones de personas que lo necesitan.
Y si ya marcas la casilla de la Iglesia, marcando las 2 podrás ayudar el doble.

 **SOLIDARIA**
www.xsolidaria.org

106 **Actividades
de Interés Social**

+

**Iglesia
Católica**



Entrevista a

Estrella Rodríguez Pardo

Presidenta de la Plataforma de ONG de Acción Social

Entrevistamos a Estrella Rodríguez, Presidenta de la Plataforma de ONG de Acción Social, entidad que coordina la campaña "X Solidaria" dirigida a las personas contribuyentes para que marquen la casilla de Actividades de Interés Social en su declaración anual de la Renta.

P. ¿Qué aporta el actual sistema de financiación estatal del 0,7% del IRPF?

Este sistema permite que, *gracias a las personas que marcan la casilla "X Solidaria" en su declaración de la Renta, cada año las ONG puedan atender a 7 millones de personas en riesgo de exclusión social, mejorar su calidad de vida y defender sus derechos.*

P. ¿Cuáles son las prioridades en cuanto a los programas que desarrollan las ONG gracias a las personas que marcan la casilla "X Solidaria"?

Destacan los programas que van dirigidos a las personas mayores, a las personas con discapacidad, a jóvenes, a mujeres, a las familias y a las personas migrantes, entre otros muchos. Son programas que, todos los años, atienden diferentes realidades concretas como puede ser la asistencia a mayores, la ayuda a personas con discapacidad física, intelectual, así como a sus familias. La asistencia a personas sin hogar, la lucha por la erradicación de la violencia de género, la integración laboral de las mujeres, la defensa legal, así como atención a población rural, y atención psicosocial a personas diagnosticadas con cáncer, entre otras.

"Desde que la Plataforma inició en 2002 estas campañas de sensibilización, hemos pasado de 6.887.666 declarantes que marcaban esta casilla a 10.635.168 en 2017".

P. Si todas las personas contribuyentes que en la actualidad no marcan la "X Solidaria" lo hicieran ¿cuánto dinero se podría recaudar? ¿En qué proyectos se invertiría?

Pues en lugar de los 314 millones de euros recaudados en 2017 se podría alcanzar la cifra de 500 millones de euros y duplicar el número de personas atendidas.

P. Durante los últimos años, ¿cómo ha evolucionado la aportación a través de la casilla "X Solidaria"?

Desde que la Plataforma inició en 2002 estas campañas de sensibilización, hemos pasado de 6.887.666 declarantes



que marcaban esta casilla a 10.635.168 en 2017.

P. ¿Cómo puede conocer la persona contribuyente lo que se hace con el dinero que se recauda a través de la casilla de Actividades de Interés Social?

R.- Todos los años, muchas de las grandes organizaciones sociales de nuestro país realizamos una campaña de comunicación que informa a la ciudadanía del destino del dinero recaudado. Para ello, contamos con la página web:

www.xsolidaria.org

Dónde comunicamos todas las iniciativas que son posibles gracias a las personas que marcan la casilla solidaria.

Esta campaña además de ser apoyada por múltiples entidades sociales en todo el territorio nacional, es coordinada por la Plataforma de ONG de Acción Social y cuenta con el apoyo de la *Plataforma del Tercer Sector, Plataforma del Voluntariado de España, Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI), Red Europea de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión Social en el Estado Español (EAPN-ES), Plataforma de Organizaciones de Infancia y Coordinadora de ONG para el Desarrollo.*

P. ¿Se puede marcar la casilla "X Solidaria" junto con la de la Iglesia Católica?

Naturalmente, se pueden marcar ambas casillas simultáneamente. Una no excluye a la otra; al contrario, hay quien piensa que si se marcan las dos casillas se repartirá el 0,7% del impuesto de la renta entre ambas (es decir, un 0,35% a cada una). Esto no es así. Si el contribuyente marca la casilla "X Solidaria" y la de la Iglesia Católica destinará un 0,7% a cada una de las casillas, sumando en total un 1,4% de sus impuestos que irán destinados a causas sociales. Además,



este gesto no supone un coste adicional para la persona contribuyente, simplemente le permite decidir sobre la asignación de ese porcentaje de sus impuestos.

En este sentido, quiero dirigirme a las personas que marcan exclusivamente la casilla de la Iglesia para decirles que si además marcasen la casilla de Actividades de Interés Social estarían favoreciendo el desarrollo de proyectos sociales de ONG vinculadas a la Iglesia Católica que también gestionan proyectos en el marco de la convocatoria de subvenciones del IRPF.

P. ¿Qué ocurre si se deja la casilla en blanco?

Cuando el contribuyente deja la casilla en blanco el Gobierno destina este dinero a los Presupuestos Generales del Estado y las personas contribuyentes pierden la oportunidad de decidir libremente sobre el destino de ese 0,7% de sus impuestos y con ello, la posibilidad de apoyar proyectos sociales que ayudan a personas que lo necesitan.

Lamentablemente, el número de personas en situación de vulnerabilidad ha crecido en los últimos años, por eso, es especialmente importante que la

ciudadanía marque la casilla solidaria para que las entidades sociales puedan tener financiación suficiente y lleven a cabo sus programas que actualmente benefician a 7 millones de personas que lo necesitan.

P. ¿Supone algún coste adicional marcar la "X Solidaria"?

No, cuando se marca la casilla de Actividades de Interés Social se elige libremente que una pequeña parte del impuesto de la renta (un 0,7%) se destine a este fin solidario. No supone ningún coste adicional para el contribuyente en el caso de que la declaración resulte a pagar; ni tampoco una disminución del líquido que percibe, en el caso de que la declaración salga a devolver.

P. ¿Cómo podemos convencer a las ciudadanas y ciudadanos para que marquen esta opción?

Creo que lo fundamental es concienciar a la ciudadanía de que marcar la casilla "X Solidaria" es un gesto de compromiso y solidaridad con sus conciudadanos que no cuesta nada.

Además, esta sencilla acción de poner una "X" en la casilla 106 de "Actividades de interés Social", permite que cada año las ONG puedan ayudar a todas aquellas personas que realmente lo necesitan.

BREVES

YELMO CINES OCIMAX GIJÓN

El pasado miércoles 24 de enero, la presidenta de COCEMFE Asturias Mónica Oviedo junto con personal de la OTA, mantuvieron una reunión con el gerente de los Yelmo Cines Ocimax Gijón, Pablo Gutiérrez, con el objetivo de abordar posibles mejoras en materia de accesibilidad que den solución a la situación actual en la que se encuentran los espacios reservados para personas usuarias de silla de ruedas.

La ubicación actual de estos espacios reservados delante de la zona de butacas ha sido motivo de quejas entre diversas asociaciones de la entidad, exponiendo las dificultades y la situación de exclusión que recibe este colectivo al tener que visualizar la película sin sus acompañantes y a una distancia de la pantalla, que aparte de dificultar su visualización, puede resultar realmente cansado y molesto.

En la reunión se pudo comprobar "in situ" las dificultades de diseño de las instalaciones para acometer ciertas mejoras, aun así se están estudiando diversas alternativas que podrían ayudar a favorecer la situación actual. Desde la gerencia de los Cines Yelmo en todo momento se facilitaron propuestas de estudio y se mostró el interés por solventar esta situación.

FUNDACIÓN ALIMERKA

La Fundación Alimerka, financiará durante el año 2018 el Programa de COCEMFE Asturias Transporte Adaptado Puerta a Puerta.

Con este Proyecto se está dando respuesta a las necesidades de Transporte a las Personas con Discapacidad y movilidad Reducida pertenecientes a las asociaciones Federadas a COCEMFE Asturias. Lo que permitirá:

- Favorecer la Asistencia a las terapias y demás actividades que los usuarios deseen realizar.
- Contribuir a mejorar la participación de los usuarios facilitando su inclusión y normalizando la asistencia a las actividades.
- Mejorar sustancialmente su calidad de vida, ya que el aumento de la participación en la vida social y comunitaria, traerá consigo un aumento considerable de su autoestima y por tanto su bienestar emocional.



www.piome.es LA WEB AL SERVICIO DEL EMPLEO

COCEMFE Asturias presenta la nueva página web al servicio del empleo: www.piome.es

En ella se anuncian los **MÁS DE 80 CURSOS DE OFERTA GRATUITA** para este periodo hasta septiembre. ¡¡VISÍTANOS!!

NUEVO PROGRAMA PARA LAS ASOCIACIONES DE COCEMFE ASTURIAS

Desde COCEMFE Asturias hemos empezando a desarrollar el "Programa estratégico de fortalecimiento institucional del movimiento asociativo de COCEMFE", de carácter estatal, a cargo del 0,7% del IRPF del MSSSI. Este un nuevo programa estratégico dirigido a fortalecer las asociaciones que conforman nuestra entidad estará en vigor durante todo el año 2018.

Se presenta como una pieza clave para el movimiento asociativo, puesto que sus **objetivos principales** están encaminados a empoderar y fortalecer el movimiento asociativo de COCEMFE, impulsar el liderazgo de las entidades, visibilizar a las personas con discapacidad física y orgánica y a las entidades integradas en COCEMFE, en el ámbito de la sociedad civil y las instituciones públicas.

Los destinatarios son las mismas asociaciones. A través de un contacto directo, principalmente de forma presencial en sus sedes y/o delegaciones, estableceremos conjuntamente planes de mejora para reforzar su gestión, fomentando su asociacionismo con la utilización de los recursos, e instrumentos adecuados que desde COCEMFE Asturias podamos ofrecerles.

El asesoramiento técnico, la planificación de acciones formativas, la propuesta de proyectos y metodologías de cooperación técnica interinstitucional y el apoyo e implementación de planes, serán algunos de sus pilares básicos, por lo que podemos definirlo como un **programa de acompañamiento, cuya misión principal es ofrecerles en todo momento el asesoramiento, la consultoría y la formación que nos soliciten.**

PROGRAMA SUBVENCIONADO



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

PROYECTO AUTONOMY FOR LIFE

El Ayuntamiento de Oviedo en base a la convocatoria de subvenciones a entidades sin ánimo de lucro para la contratación de personas desempleadas para la realización de proyectos de carácter social. Acuerdo Social por el empleo "OviedoTrabaja" ha apoyado a COCEMFE Asturias en el desarrollo del Proyecto "AUTONOMY FOR LIFE".

El proyecto se inició en febrero de 2017 con la contratación de un FISIOTERAPEUTA y un CONDUCTOR y finalizó en el mes de marzo de 2018.

Gracias a este proyecto, se ha puesto a disposición de los usuarios del municipio de Oviedo con patologías crónicas, un servicio de Fisioterapia con la finalidad de atender la demanda de rehabilitación y mejorar su autonomía y funcionalidad en unos casos y en otros para evitar en la medida de lo posible el avance y/o retardo de la enfermedad adaptándolas para su reinserción social, familiar y laboral; puesto que el Sistema Público Sanitario hoy por hoy no responde a las necesidades específicas que precisan las personas que presentan patologías crónicas, especialmente de los enfermos neurológicos, para los que la rehabilitación propicia el retardo de su enfermedad y se ha demostrado que mejora su calidad de vida. **Un total de 121 personas se han beneficiado con la ejecución de este programa.**

CAPACITY FORMACIÓN LANZA EN MAYO UNA CONVOCATORIA DE SUS CURSOS

Nuevamente LA MULTINACIONAL ESPAÑOLA ORONA nos da su apoyo con el fin de poner en marcha otra convocatoria de nuestros cursos, garantizando además, que vuelvan a ser gratuitos para personas con discapacidad.

En esta ocasión serán 4 los cursos que se impartirán:

- Tres cursos del *paquete Office en su nivel básico* (Word, Excel y Access), con una duración de 3 semanas.
- El curso de *Desarrollo de Aplicaciones para Teléfonos Móviles*, centrado en el uso de la herramienta Appinventor para el entorno Android y con una duración de 5 semanas.

La fecha de inicio está fijada para el **7 de mayo y la matrícula ya está abierta. Para acceder a la matrícula gratuita, se deberá aportar copia del certificado o carné de discapacidad en el momento del registro.** Para el resto, el precio de la matrícula será de 60€ para los cursos de 3 semanas y 80€ para los de 5 semanas. **Más info: www.capacityformacion.es.**

Capacity Formación es una plataforma que ofrece formación en modalidad e-learning desarrollada por Grupo Iniciativas, el CEE de COCEMFE Asturias. Comenzó su actividad en el año 2014 gracias al apoyo de la **Fundación Once** y durante estos años **más de 900 personas han realizado alguno de los 15 cursos con los que cuenta en estos momentos su catálogo.**

Estamos Contigo

Te acompañamos día a día para que puedas dedicarte tranquilo a lo que de verdad te importa



BREVES



COCEMFE Asturias (a través de su Oficina Técnica de Accesibilidad) estuvo presente en el acto de constitución del Foro por la Movilidad de Oviedo, un órgano en el que están llamadas a tomar parte "todas las asociaciones, empresas, vecinos o colectivos del municipio", en especial "los que tengan relación directa con la movilidad, como los taxistas, transportistas, comerciantes, plataformas ciclistas, usuarios del transporte público o asociaciones vecinales", según recogía la convocatoria del Ayuntamiento.

En el acto que se llevó a cabo en el Palacio de Congresos del Calatrava, se explicó en qué consiste el Plan de Movilidad Urbana Sostenible, sus objetivos y fases de trabajo que conllevará.

MESA REDONDA: "PACIENTE ACTIVO. EL ACCESO FIABLE A LA INFORMACIÓN SOBRE SALUD"

La casa de Cultura de Mieres acogió el pasado 15 de febrero, la Jornada el "Paciente Activo. El acceso fiable a la información sobre salud", organizada por el Área Sanitaria VII en colaboración con el Ayuntamiento de Mieres y el Club de La Nueva España de Las Cuenca.

Actuó como moderador Ángel Mones. Responsable de la biblioteca del Área Sanitaria VII, (Hospital Álvarez Builla), y participaron como ponentes COCEMFE Asturias y varias de sus asociaciones federadas: AENFIPA (Asoc. Enfermos Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica de Asturias), Asoc. Parkinson Asturias, ALAS (Asoc. Lúpicos Asturias) y ALCER (Asoc. Lucha contra enfermedades Renales), así como otras entidades del ámbito de la discapacidad como la Asociación Paciente Activo, la Asociación de Familiares y Personas con Enfermedad Mental de Asturias (AFESA), Asociación Española Contra el Cáncer, Asociación de Celiacos del Principado de Asturias y Unión Solidaria de Familias con Alzheimer.



VISITA DE ANXO QUEIRUGA, PRESIDENTE DE COCEMFE A ASTURIAS

El 23 de enero pasado, el presidente de COCEMFE Estatal, *Anxo Queiruga* y el Secretario de Organización, *Daniel Aníbal García*, se desplazaron a Asturias para visitar la sede central de COCEMFE Asturias en Gijón.

Durante su recorrido por el centro estuvieron acompañados por la presidenta de COCEMFE Asturias, *Mónica Oviedo*, junto con los miembros del Comité Ejecutivo, *Emilio Rodríguez Fuentes*, vicepresidente, *Segifredo Lena*, secretario de organización y *Jesús Torres*, secretario de finanzas.

A través de su visita por los distintos departamentos, los técnicos les fueron informando sobre los programas y proyectos en ámbitos como el empleo, la sanidad, la accesibilidad, etc. También pudieron conocer de primera mano el trabajo desarrollado en nuestro centro especial de empleo Grupo Iniciativas de comunicación integral, tras lo cual se llevó a cabo una reunión a puerta cerrada en la que se trataron entre otros los siguientes asuntos: **Programas IRPF 2018**, (tramo estatal y tramo autonómico), **la figura del Asistente Personal y su regulación**, el **Catálogo Ortoprotésico** y el **Baremo de Discapacidad y Turismo Accesible**.



Los representantes de una decena de asociaciones de enfermos de Asturias explicaron cómo trabajan y los servicios que prestan a sus asociados.

La Secretaria de Sanidad de COCEMFE Asturias, **Alicia Suárez Taladriz**, en su intervención quiso agradecer a **La Nueva España** la organización de este tipo de encuentros así como a la Asociación del Paciente Activo que lo ha coordinado.

Creemos que la participación del Paciente, de la Persona con Discapacidad es básica porque somos los que sabemos lo que necesitamos en casa momento y por ello desde COCEMFE Asturias aplaudimos esta iniciativa y agradecemos que nos hayan dado la oportunidad de intervenir en este interesante y enriquecedor foro.



Pastel de verduras

INGREDIENTES (4 comensales):

¼ kg de judías, ¼ kg de zanahorias, ¼ kg de espinacas, 1 puerro, 1 litro de nata, clara de huevo, 1 pellizco de pimienta, 1 clavito romesco.

ELABORACIÓN:

Cocemos todo el conjunto de verduras durante 15-20 minutos. Se escurre y se echa en un perol junto con la nata, el huevo, el romesco y la pimienta triturada y se vierte en un molde de puding poniéndolo a cocer al baño María durante 1 hora. Se desmolda y se deja enfriar.



Cocido Maragato

INGREDIENTES (4 comensales):

Garbanzos, lacón, 1 gallina, morcillo de ternera, chorizo, berza, patatas.

ELABORACIÓN:

Poner en remojo los garbanzos doce horas antes. En un puchero se ponen a cocer los chorizos junto con la carne de ternera y el lacón, al cabo de 15 minutos se añaden la gallina y los garbanzos.

En otra cazuela haremos la berza y cuando este cocida le añadiremos el lacón junto con las patatas, se dejan hacer muy lentamente. Separamos el caldo para hacer la sopa. Se sirve primero en una fuente al centro de la mesa la carne al completo, después la berza con las patatas y los garbanzos y por último acabaremos con la sopa.

Arroz con Leche

INGREDIENTES (4 comensales):

100 gr de arroz, 2 l de leche, ½ vaso de agua, 1 palo de canela, una pizca de sal, 150 gr de azúcar, una monda de limón.

ELABORACIÓN:

Se pone en una cazuela un fondo de agua (más o menos ½ vaso) y se pasa un poco el arroz. Se añade la canela y la monda de limón. Poco a poco vamos echando la leche y removiendo continuamente durante 2 horas y media para que quede bien cremoso.

Para servir, se espolvorea con azúcar y canela y se quema con un hierro de quemar. Se sirven una vez hayan enfriado.



DIRECTORIO DE ASOCIACIONES FEDERADAS A COCEMFE ASTURIAS

 <p>Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad - FRATER Centro Social Las Campas. C/ Quirós, s/n. 33012 Oviedo TJ 635 537 384 frateroviedo@outlook.es</p>	 <p>Asoc. Asturiana de Neurofibromatosis - ASNEFI Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. de Roma, 4 Bajo. Despacho N° 1 - 33011 Oviedo TJ 605 357 665 - asnefi@yahoo.es</p>
 <p>Unión de Discapacitados del Principado de Asturias - UMA C/ Balmes, 19 bajo. 33204 Gijón. TJ 985 360 438 / 134 306 - FJ 985 360 438 info@umasturias.org - www.umasturias.org</p>	 <p>Asoc. de Mujeres Discapacitadas de Asturias - AMDAS-LA FONTE Ctro. Mpal. La Arena. C/ Canga Argüelles, 16-18. Gijón TJ 984 297 444 / 622 532 131 amdaslafonte@gmail.com - http://amdaslafonte.com</p>
 <p>Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca - DIFAC C/ Sabino Álvarez Gendín, 26 bajo. 33402 Avilés TJ 985 551 501 / 984 065 264 difac95@yahoo.es - www.difac.es</p>	 <p>Asoc. para la Promoción del Turismo Adaptado Asturiano - APTAA Barrio de Cimadevilla, 184. 33314 Quintes - Villaviciosa TJ 609 439 768/673 898 090 aptaa@asturiasadaptada.org - www.asturiasadaptada.org</p>
 <p>Asoc. Asturiana de Esclerosis Múltiple - AADEM C/ Monte Gamonal, 37 bajo. 33012 Oviedo. T/FJ 985 288 039 aadem@aadem.org www.aadem.org</p>	 <p>Asoc. de Espondilíticos Asturianos - ADEAPA Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. Roma, 4 bajo. Despacho N° 8. 33011 Oviedo T Oviedo] 985 238 755 - T Avilés] 985 541 571- FJ 985 238 755 info@adeapa.com - www.adeapa.com</p>
 <p>Asoc. Asturiana contra la Fibrosis Quística - FQ Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. de Roma, 4 bajo. Despacho N° 7. 33011 Oviedo TJ 985 964 592 - fq@fqasturias.org - www.fqasturias.org</p>	 <p>ASOCIACIÓN AS.GU.DI. Ctra. Valdeparés - San Juan de Prendónés, s/n 33476 Valdeparés (El Franco) T/FJ 985 637 792 - asgudi@hotmail.com</p>
 <p>Asoc. de Hemofilia de Asturias - AHEMAS Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. Roma, 4 bajo. Despacho N° 1. 33011 Oviedo T/FJ 985 230 704 - asturiashemofilia@gmail.com</p>	 <p>Asoc. de Enfermos Musculares del Principado de Asturias - ASEMPA C/ Severo Ochoa, 53 bajo, 33210 Gijón T/FJ 985 165 671 asemasturias@hotmail.com</p>
 <p>Asociación PARKINSON ASTURIAS C/ Amsterdam, 7 bajo. 33011 Oviedo TJ 985 237 531 aparkas@parkinsonasturias.org / aparkas@hotmail.com www.parkinsonasturias.org</p>	 <p>Asoc. de Padres y Amigos de Cardiopatías Congénitas - APACI Parque Ave M°, s/n. Centro Social de Otero. 33008 Oviedo TJ 984 281 091 / 630 145 659 apaciacardiopatas@gmail.com www.apaci.es</p>
 <p>Asoc. Enfermos de Crohn y Colitis Ulcerosa - ACCU-ASTURIAS Equipamiento Social del Natahoyo Avda. Moreda, 11. 3ª planta. 33212 Gijón TJ 985 091 237- info@accuasturias.org - www.accuasturias.org</p>	 <p>Asoc. COREA HUNTINGTON de Asturias C/ La Concordia, 3. 33402 Avilés. (Centro Cívico Cultural Los Canapés) TJ 630 056 862 - 637 720 970 acoreahas@yahoo.es</p>
 <p>Asoc. para la Lucha contra las Enfermedades Renales - ALGER Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. Roma, 4 bajo. Despachos N° 5 y 6. 33011 Oviedo T/FJ 985 256 250 - alcerasturias@gmail.com - www.alcer.org</p>	 <p>Asociación Asturiana de ATAXIAS "COVADONGA" C/ Covadonga, 22. 2°. 33201 Gijón TJ 985 097 152 feramado@telecable.es</p>
 <p>Asoc. de Esclerosis Lateral Amiotrófica - ELA PRINCIPADO Equip. Soc. del Natahoyo. Avda. Moreda, 11. 2ª Planta. 33212 Gijón TJ 985 163 311 - FJ 984 190 615 www.ela-principado.es - elaprincipado@telecable.es</p>	 <p>Asoc. de Trasplantados Hepáticos de Asturias - ATHA C/ Rodríguez Vigil, s/n 3°. 33006 Oviedo TJ 985 233 504 athasturias@gmail.com</p>
 <p>Asoc. de Enfermos de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica del Principado de Asturias - AENFIPA Hotel de Asoc. de COCEMFE Asturias. Avda. de Roma, 4 bajo Despacho N° 3. 33011 Oviedo - TJ 687 469 175 info@fibromialgia-asturias.org - www.fibromialgia-asturias.org</p>	 <p>Asoc. de Afectados por Miastenia Gravis - ADAMG Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. Roma, 4 bajo. Despacho N° 1. 33011 Oviedo TJ 617 650 871 - FJ 985 280 409 asociacionmiasteniagravis@hotmail.com</p>
 <p>Asociación Lúpicos de Asturias - ALAS C/ Instituto, 17 2º A. 33201 Gijón TJ 985 172 500 - FJ 985 170 538 administracion@lupusasturias.org - www.lupusasturias.org</p>	 <p>Asoc. Chiari y Siringomielia del Principado de Asturias - ChySPA Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. Roma, 4. Despacho N° 2. 33011 Oviedo TJ 628 537 931/ 638 177 690 - chiariasturias@hotmail.com</p>
 <p>Asoc. Prámaro por la Integración de los Discapacitados - PRÁMARO Casa de Cultura. C/ Cerro de la Muralla, s/n. 33820 Grado TJ 985 750 841 / 657 138 199 asociacionpramaro@gmail.com</p>	 <p>Asociación Equitación Positiva Instalaciones del Centro Ecuéstere El Asturcón C/ El Molinón, s/n - Villaperez. 33194 Oviedo TJ 670 462 025 / 635 176 038 contacto@equitacionpositiva.com - www.equitacionpositiva.es</p>

SUBSCRIPCIONES Y COLABORACIONES

Teléfono 985 396 855 - comunicacion@cocemfeasturias.es



**25 AÑOS
NADA MÁS**
SERVICIO MUNICIPAL DE PISCINAS



Aquí nadamos todos



Gijón



Deporte

deporte.gijon.es

Twitter / PDMGijon

Facebook / Gijon Deporte

somos móvil



La mejor
cobertura



Datos gratis
con wifisfera



telecable

allá vamos

síguenos en     

tiendas telecable

900 222 111

telecable.es