

NÚM. 21 OTOÑO 2005. Año V  
NÚM. ISSN: 1699-1125

# serCapaz



ACTUAL



La Tarjeta de Estacionamiento, un derecho controvertido

ENTREVISTA



Francisco Glez. Buendía  
Consejero de Medio Ambiente  
Ordenación Territorial e Infraestructuras  
del Gobierno del Principado de Asturias

*¡Melendi se enrolla con la discapacidad!...*

VIAJAR



COSTA RICA  
"PURA VIDA"



*Inaugurada la 1ª Vivienda con Apoyo para Personas con Discapacidad Física en La Felguera*



# MOTOmed

¡viva la cinesiterapia!



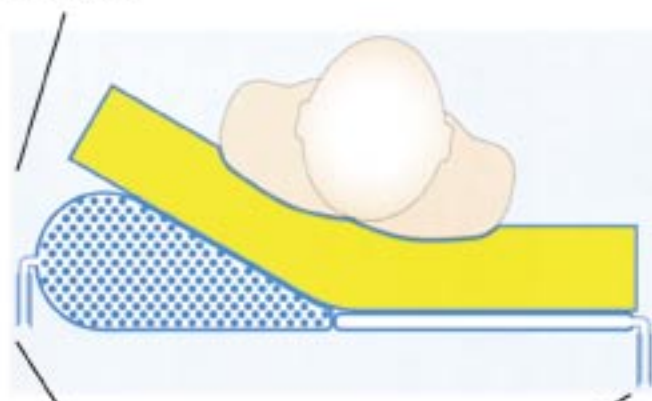
**Indicado para:**

Esclerosis múltiple, Paraplejía, Apoplejía, Enfermedades Neurológicas  
Falta de movimiento. Como Profilaxis efectiva de las contracturas y la trombosis.

# Lenos Light

Sistema de encamado 30° para diferentes posiciones e intervalos de postración.

Posición  
máx. 30°



Sistema de  
tubos de aire

Sistema de  
tubos de aire

Utilización para la profilaxis de decúbito y el apoyo de la terapia de decúbito hasta el estadio III o para la terapia posterior hasta el estadio IV (de Seiler), así como para cuadros patológicos especiales, p.ej., dolencias pulmonares o pacientes obesos.

**THAMERT**  
Ortopedia, S.L.

C/ Conde Toreno, 57 - Bajos · 33204 Gijón  
Tel.: 985 36 20 30 · Fax: 985 36 80 90  
E-mail: info@thamert.net

# SUMARIO

## ASOCIACIONES

- 04 UMA  
14 AENFIPA

## ACTUAL

- 20 Entrevista con  
Francisco González Buendía  
28 Inaugurada la primera Vivienda  
con Apoyo para Personas con  
Discapacidad Física de Asturias

## CONOCER

- 30 Melendi se "enrolla" con  
la discapacidad  
34 La Tarjeta de Estacionamiento,  
un derecho controvertido

## ESPACIO ABIERTO

- 38 IX Milla Urbana Ciudad de Oviedo

## VIVIR

- 42 Costa Rica "pura vida"  
44 Urge la necesidad de prevenir  
el Daño Cerebral Adquirido

serCapaz, nº 21. Otoño 2005.

**Consejo de redacción:** Enrique Fernández, Eva de las Heras, Miguel Mateos y Carmen Insúa.

### 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.

[www.grupoiniciativas.com](http://www.grupoiniciativas.com)

**Impresión y Fotomecánica:** Gráficas Eujoa (Asturias).

**Colaboradores:** M<sup>a</sup> Dolores Santos, Ana M<sup>a</sup> Boullosa, Javier Mateos, Beatriz Martínez, Julio Menéndez, Begoña Castañón, Leli García, Elma S. Vega, José Miguel Suárez, José Alberto Fernández, Cristina Fernández, Susana Fernández y Miguel Ángel Martínez.

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](mailto:comunicacion@cocemfeasturias.es)

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

# EDITORIAL

Les ofrecemos un nuevo número de "serCapaz", fruto como es habitual del esfuerzo y del trabajo tanto del Equipo de Redacción como de todas las asociaciones miembros de COCEMFE-ASTURIAS, que colaboran con sus artículos para informar sobre las actividades que llevan a cabo, así como acerca de las diversas patologías de las que generalmente ignoramos casi todo.

En nuestro afán por estar al día en temas que nos afectan a todos, entrevistamos en esta ocasión al Consejero de Medio Ambiente, Ordenación Territorial e Infraestructuras del Principado de Asturias, Francisco González Buendía, que responde amablemente y en profundidad a las cuestiones planteadas por nuestra redacción.

Asimismo en este número les ofrecemos información cumplida sobre la "Vivienda con Apoyos" de la Felguera, un proyecto financiado por el Principado y gestionado por COCEMFE-ASTURIAS, y que ha sido inaugurado por el Presidente del Principado, D. Vicente Álvarez Areces.

El otoño comenzó con aire veraniego, no sólo en lo que se refiere al clima, ya que el popular cantante asturiano Melendi ofreció un concierto en exclusiva muy emotivo a más de ochenta asociaciones de personas con todo tipo de discapacidad.

COCEMFE-ASTURIAS avanza en sus proyectos y el Convenio firmado con la Obra Social y Cultural de CajaMadrid para las obras del Centro de Atención Integral de Viesques es buena prueba de que, todos juntos, mejoraremos en nuestra calidad de vida.

Si desea enviarnos sus opiniones e inquietudes a la sección **Cartas al Director**, es imprescindible para su publicación, que nos envíen junto con la carta, una fotocopia del D.N.I.





# El (contra) sentido

La Ley 51/2003, de 2 de diciembre, de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad en su Artículo 1. Objeto de la ley punto 2. establece que a los efectos de esta ley, tendrán la consideración de personas con discapacidad aquellas a quienes se les haya reconocido un grado de minusvalía igual o superior al 33 por ciento. *En todo caso, se considerarán afectados por una minusvalía en grado igual o superior al 33 por ciento los pensionistas de la Seguridad Social que tengan reconocida una pensión de incapacidad permanente en el grado de total, absoluta o gran invalidez, y a los pensionistas de clases pasivas que tengan reconocida una pensión de jubilación o de retiro por incapacidad permanente para el servicio o inutilidad.*

La acreditación del grado de minusvalía se realizará en los términos establecidos reglamentariamente y tendrá validez en todo el territorio nacional.

Ante las dudas que pudiese suscitar la aplicación de esta ley, el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Instituto de Mayores y Servicios Sociales, acuerda unos criterios comunes para su aplicación:

- 1 La redacción del párrafo 2 del artículo 2 **no ofrece dudas de interpretación, dada su clara redacción.**
- 2 El artículo 1.2 **es de inmediata aplicación** a la realidad social desde la entrada en vigor de la Ley citada y se efectúa en virtud del mandato de la propia Ley, **sin que para ello se requiera una norma reglamentaria específica de desarrollo.**
- 3 Las personas que reúnan el requisito de tener reconocida una pensión de incapacidad permanente en el grado de total, absoluta o gran invalidez y a los pensionistas de clases pasivas que tengan reconocida una pensión de jubilación o de retiro por incapacidad permanente para el servicio o inutilidad, se consideraran afectados por una minusvalía en grado igual o superior al 33%.
- 4 En consecuencia, a los efectos de esta Ley, **no es necesaria la nueva declaración del Equipo de Valoración** a que se refiere el artículo 8 del Real decreto 1971/1999 de 23 de diciembre.

Si bien es cierto que el artículo 1.2 de la Ley de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad no presenta ningún problema de interpretación, ¿por qué no se está aplicando en nuestra Comunidad Autónoma?

A lo largo de este año nuestra Asociación ha estado recepcionando varias demandas de ciudadanos que se hayan inmersos en la situación anteriormente descrita, es decir que teniendo reconocida una pensión de invalidez en cualquiera de los diferentes grados establecidos por ley no consiguen que se les reconozca la condición de persona con discapacidad.

**Nuestra Asociación ha estado recibiendo varias demandas de ciudadanos que teniendo reconocida una pensión de invalidez en cualquiera de los diferentes grados establecidos por ley, no consiguen que se les reconozca la condición de persona con discapacidad**

Los Centros Base, organismos competentes para reconocer la condición de persona con discapacidad, se encuentran actualmente inmersos en una laguna legal ya que no se les han dado las pautas para regular dicha situación, para ellos la solución sería muy fácil "homologar la invalidez expidiendo automáticamente el certificado de minus-



# de una Ley

valía", tal y como se venía haciendo hasta el año 2000.

Si amparándose en la Ley un ciudadano con invalidez permanente quiere ejercer el derecho a su inscripción en las oficinas de empleo como demandante de empleo con discapacidad, no se le permite al carecer del documento oportuno, de ahí que nuestra Asociación ha ido remitiendo la solicitud de inscripción caso por caso al Director del Servicio Público de Empleo del Principado de Asturias (SPEA) para que se procediese a su inclusión de cada persona como demandante de empleo en la oficina que le compete, se gestiona así porque el SPEA entiende que el derecho es individualizado, es decir que se le concede a cada persona, no al conjunto de personas que se hayan en la misma situación. ¡Sin comentarios! Conseguida la inscripción nos encontramos con una nueva traba, si le saliese una oferta de trabajo no podría trabajar con un contrato como persona con discapacidad, es un poco más

de lo mismo, le falta la prueba documental: "El Certificado de Minusvalía".

El respeto a las leyes y el sentido de las mismas nos obliga como ciudadanos a exigir su aplicación articulándose para ello los mecanismos que fuesen precisos para su perfecta aplicación, de no ser así continuaremos preguntándonos ¿Qué sentido tiene esta Ley? ¿Para qué sirve si no se aplica?

Haciendo un seguimiento de la situación en otras comunidades autónomas, nos hemos hecho

con una sentencia del Tribunal Superior de Justicia de Extremadura que le fue remitida por COCEMFE-Extremadura a COCEMFE-Nacional, de fecha 28/02/2005 en la que se falla a favor del pensionista de invalidez reconociéndosele por Ley su condición de persona con discapacidad de grado igual o superior al 33%, ello significa que ya existe "**jurisprudencia**", lo que abre una puerta para que se proceda en nuestra Comunidad a la plena aplicación de esta Ley.

**M<sup>a</sup>. Dolores Santos Castro**  
Trabajadora de U.M.A



## Curso "Accesibilidad y Discapacidad"

En el marco de la estrecha colaboración establecida entre UMA y la Sociedad Mixta de Turismo del Ayuntamiento de Gijón, con la finalidad de crear y publicar la "*Guía de Accesibilidad de Gijón*" se ha impartido en su sede social el curso "**Accesibilidad y Discapacidad**" destinado a formar a los técnicos que realizarán la Guía. Las clases se desarrollaron entre el 3 y 7 de octubre del presente, e incluyeron además de conocimientos teóricos clases prácticas en la vía pública.



# Mens sana *in corpore sano*

El médico, tras un minucioso trabajo, recoge ordenadamente todos sus utensilios. Mientras que cierra su maletín, mira con gesto reflexivo a los familiares del enfermo, que se habían congregado en torno a él nerviosos y expectantes, y, con voz serena, sentencia: *“Yo ya he hecho todo lo que podía hacer, ahora todo depende de la voluntad que el enfermo ponga en curarse”*.

Museo Guggenheim (Bilbao).



Seguro que todos, bien en el cine, teatro o en algún libro, hemos sabido de esta escena. Pues bien, aunque no es una terapia con resultados garantizados, **parece ser que es muy importante que los enfermos, de cualquier sintomatología, intenten tener la mente lo más distraída posible con el objeto de eludir las preocupaciones, angustias y a veces, hasta complejos que les pueden provocar sus enfermedades.**

En la naturaleza, en el arte, la arquitectura etc., existen verdaderas joyas que, estoy convencido, emanan, al ser contempladas con el suficiente interés, ondas de energías positivas que nuestro ser capta

y que, a la vez que aumentamos nuestra cultura, colmamos de gratos recuerdos y ensanchamos nuestros horizontes, potencia su capacidad vital y su aptitud regeneradora. En esta tesitura, el médico de nuestro relato diría que nuestro organismo está en plena disposición para luchar con todos sus recursos para restablecerse o evitar recaer.

Cuando organicé la primera excursión para ACCU a las Médulas en Ponferrada, lo primero que se me recomendó encarecidamente fue que el autocar dispusiera de lavabo, pues se trataba de enfermos de Crohn y Colitis Ulcerosa. No lo hice así y tuve que soportar una pequeña bronca

por no cumplir con el mandato. Viajamos solo haciendo las paradas que programé. Comimos un cocido maragato que, como todos sabéis, consta de garbanzos, chorizos, lengua, verduras, oreja, sopa “y yo que se más”, se podría catalogar como “terrible” por la enormidad que nos sirvieron. Los postres no eran tartas, eran ruedas de carro que se podían tomar sin límite. Pues bien, dimos buena cuenta de ello, y nadie, absolutamente nadie, echó de menos en todo el trayecto de ida y vuelta el consabido servicio.

Hemos salido después a otras excursiones, incluso de dos días A Galicia, Miranda do Douro (Portugal) y Santander, y de verdad que ya nadie pregunta por el servicio en el autocar. Nuestra próxima salida será al Guggenheim en Bilbao.

**Mi idea es que, dentro de las asociaciones que abarca COCEMFE, organicemos excursiones, encuentros en definitiva en los que podamos compartir experiencias que nos muestren que nuestra problemática no es la única ni la peor y darnos la oportunidad de hacer amistades con las que podamos comentar nuestras sensaciones ante un bonito paisaje, una hermosa escultura o una sabrosa paella.**

Los médicos que nos apliquen sus sabias terapias, nosotros procuraremos mantener nuestro espíritu “sano sanote”.





# Colonia de Verano

## de FRATER 2005



Imagen del puente de origen medieval sobre el río Órbigo.

Un año más, varios Fraternos de Oviedo, 5 personas con discapacidad y dos voluntarias ó colaboradoras se sumaron a la colonia de verano que la Frater de la diócesis de Salamanca organizó en la localidad leonesa de *Hospital de Órbigo* del 2 al 12 de Agosto.

En total se reunieron allí 25 personas que convivieron, cambiaron impresiones y se divertieron durante 10 días, siempre muy bien recibidas y apoyadas por la gente del pueblo, el Señor Párroco, la Cruz roja y en especial por algunos residentes de la Residencia "Las Cinco Llagas" de Astorga, su director D. Julio y Javier su trabajador social, quienes desinteresadamente prestaron como lo venían haciendo en años anteriores, una grúa para levantar y acostar a las personas dependientes que asistieron de la diócesis de Oviedo.

Desde aquí, como Responsable de FRATER de Oviedo aprovecho para manifestarles nuestro agradecimiento.

Ana M<sup>a</sup> Boullosa Garcia  
Responsable de FRATER Oviedo

Si perteneces al **sector de la construcción** y tus hijos o tú tenéis alguna **discapacidad superior al 33%**

**flic** te puede ayudar

**Ayudas para:**

- Educación especial
- Rehabilitación
- Asistencia especializada
- Eliminación de barreras
- Transporte
- Etc.

**flic** FUNDACION LABORAL DE LA CONSTRUCCION DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

**Domicilio Social:** Alto el Caleyú, 2  
E - 33170 - Ribera de Arriba  
Principado de Asturias  
Tel: (+34) 985 982 800  
Fax: (+34) 985 982 801

**Domicilio Postal:** Aptdo. 1848  
E - 33080 - Oviedo - Principado de Asturias

**Gijón:** Celestino Junquera, 2 - 2ª planta  
oficina 26 - E - 33202 - Gijón  
Tel y fax: (+34) 985 350 873

[www.flic.es](http://www.flic.es) · [flic@flic.es](mailto:flic@flic.es) · Teléfono directo: 902 11 56 12

¿de verdad crees haberlo visto todo?

**YELMO CinExpress**  
Entradas y Palomitas sin colas

Ahora, además de las entradas, puedes adquirir por internet palomitas, bebidas y otros productos de nuestro bar a un precio muy especial y sobre todo, los podrás recoger sin esperar colas.

¡CONQUIETA NUESTROS CARTONES! [www.yelmocineplex.es](http://www.yelmocineplex.es)

**Bonomovie**  
Ir al cine te cuesta menos en Yelmo Cineplex

Disfruta del mejor cine al mejor precio. Adquiere tu YELMO BONOMOVIE en taquilla. Disfrutarás del mejor cine a unos precios increíbles cuando tú quieras. Elige los días que mejor se adapten a ti, y escoge entre BONOMOVIE Clásica o Oro.

y en compañía. Ven con quien quieras, podrás utilizar hasta dos bonos por la misma sesión.

**Venta anticipada de entradas**  
[www.yelmocineplex.es](http://www.yelmocineplex.es)  
[www.cinentradas.com](http://www.cinentradas.com) 902 22 09 22

**YELMO CINEPLEX LOS PRADOS**  
Centro Comercial Los Prados Oviedo

**YELMO CINEPLEX OCIMAX GIJÓN**  
Maestro Anado Morán s/n, Gijón

Nf

# Asociación Asturiana de Neurofibromatosis

La Asociación Asturiana de Neurofibromatosis fue creada en Marzo de 2001 por familiares y afectados de Neurofibromatosis (NF1-NF2).

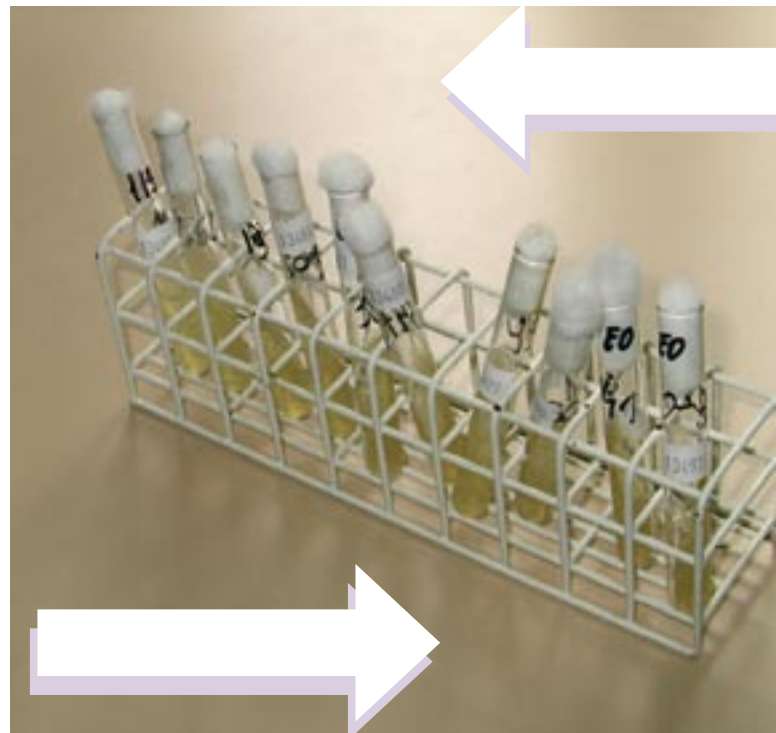
Nuestro objetivo era y es aglutinar al mayor número posible de personas interesadas en las Neurofibromatosis, para aunar esfuerzos en la lucha por encontrar una cura para estas enfermedades, denominadas RARAS, pero hasta que llegue ese momento, intentamos mejorar la calidad de vida de los afectados y sus familias.

Hemos logrado reunir a unas 40 personas desde nuestra fundación, con el apoyo de profesionales dentro del mundo de la medicina, la psicología, la genética y la informática para poder llegar a buen puerto.

Aunque nuestra creación es reciente, nos sentimos con la disposición suficiente para afrontar una serie de proyectos que no sólo mejorarán la vida de los afectados y familiares existentes en la Asociación, sino también de todos aquellos afectados que quieran formar parte con nosotros en el futuro. Y sobre todo información. Repartir la mayor información posible, porque a través de esta, esperamos que haya menos afectados en el futuro.

## ¿Qué son las Neurofibromatosis -NF-?

Las Neurofibromatosis son un grupo de enfermedades genéticas que se caracterizan por el crecimiento de tumores a lo largo de varios tipos de nervios y que, además, puede afectar el desarrollo de otros tejidos tales como huesos y piel. Como las Neurofibromatosis pueden afectar a cualquier sistema del organismo, deben ser consideradas enfermedades multisistémicas. Son patologías diferentes aunque no solo lógicamente relacionadas, porque algunos de los síntomas son comunes.



## ¿Qué tipos de Neurofibromatosis hay?

Se han descrito dos tipos de Neurofibromatosis genéticamente diferentes:

### **NF1 o enfermedad de Von Recklinghausen:**

Este tipo de Neurofibromatosis se caracteriza por la presencia de dos o más de los siguientes síntomas: numerosas manchas "café con leche", neurofibromas, pecas en axilas o ingles, glioma óptico, nódulos de Lisch, displasia de los huesos largos.

### **NF2 o Neurofibromatosis bilateral acústica:**

Este tipo raro de Neurofibromatosis es mucho más severo, se caracteriza por la presencia de tumores en el octavo par de nervios craneales (nervios auditivos) y por otros tumores en el sistema nervioso central. Los pacientes con NF2 también pueden presentar opacidades lenticulares juveniles, cataratas y algunos de los síntomas de la NF1.



### ¿Cuándo aparecen los primeros síntomas? ¿Cómo evoluciona la enfermedad?

Los síntomas, generalmente, aparecen en la infancia o en la adolescencia. Algunos cambios importantes en el organismo pueden ser motivo de un recrudecimiento de los síntomas (por ejemplo la adolescencia o el embarazo). Las Neurofibromatosis, particularmente la NF1, tiene una expresión muy variable.

**No se puede predecir la severidad** con la que cursará la enfermedad, ni siquiera entre miembros afectados de una misma familia. Un padre muy afectado puede tener un hijo poco afectado y por el contrario, un padre poco afectado puede tener un hijo muy afectado.

Un paciente con NF debe ser evaluado por un médico, éste debe informar y determinar el seguimiento. Al ser enfermedades multisistémicas, se requerirán diversos especialistas (neurólogos, genetistas, oftalmólogos, otorrinolaringólogos, dermatólogos, psicólogos, etc.) que cubran los diversos aspectos de las Neurofibromatosis. Actualmente no hay ningún tratamiento curativo. Solo existen terapias que puedan mejorar algunos de los síntomas.

### ¿Cuál es la causa?

La NF se debe a una mutación genética, es decir, un cambio o alteración en el gen. El gen de la NF1 se encuentra en el cromosoma 17 y el gen de la NF2 en el cromosoma 22. Son genes distintos, situados en cromosomas diferentes. Esto hace que se considere a NF1 y NF2 dos enfermedades diferentes. Ya que los cromosomas son los mismos en hombres y mujeres, el gen defectuoso puede estar presente en ambos sexos, y puede ser transmitido bien del padre o de la madre al hijo o a la hija.

**"Hotel de Asociaciones Santullano"** Avda. Fdez. Ladreda, 48. 33011 Oviedo.  
Frente al Centro Comercial de Los Prados. (Todos los martes de 18:00 a 20:00 horas).  
Tlf.: 985 717 146 (Inmaculada) - Tlf.: 985 144 416 (Javier).

### ¿Cómo es la herencia?

Ambas formas tienen un patrón de herencia autosómica dominante. Autosómica significa que el gen NF está localizado en uno de los 22 pares de cromosomas llamados "autosomas".

El término dominante significa que basta con tener una alteración en uno de los dos genes que cada uno tenemos para padecer la enfermedad. Aproximadamente la mitad de los casos de Neurofibromatosis son heredados de un padre o madre afectado de NF. Una persona afectada de NF tiene un riesgo del 50% de transmitir la enfermedad a cada uno de sus hijos. La otra mitad de los casos aparecen por mutación espontánea en el espermatozoide o en el óvulo (los progenitores no padecen NF), le puede ocurrir a cualquier pareja con una probabilidad de 1 entre 10.000.

### Estudio genético

Todos los miembros de la unidad familiar (padres, hermanos e hijos del afectado) deberían ser explorados exhaustivamente por el clínico y éste remitir al genético los datos (filiación, sexo,...) en caso de solicitar un estudio genético.

**Javier Mateos Piñán. Vicepte. de la Asociación Asturiana de Neurofibromatosis**



### Para más información

"Yo también tengo manchas"

Tel.: 985 793 204 - Fax: 985 793 271  
www.grupotemper.com

**GRUPO temper**

Polígono Industrial, Nave 18 33199 Granda - Siero (Asturias)

**Etiquetas**

**Maile, s.a.**

Polig. Industrial de Porceyo, I-13 Parc 42  
Galileo Galilei, Nave 2 - 4. 33392 - Gijón  
Tel. 985 167 198 - Fax. 985 168 210

Etiquetas:  
- Autoadhesivas.  
- Ordenador.  
- Bobina.  
- Térmicas.  
- Hojas Din-A4.  
- Láser, inkjet y fotocopiadora.



# El Logopeda

## en la rehabilitación del Daño Cerebral Adquirido

El logopeda es el profesional cuya función consiste en establecer, favorecer, facilitar y potenciar la comunicación (con las diversas dimensiones que el término comunicación encierra). En el caso del daño cerebral, es el responsable de la prevención, asesoramiento, evaluación y tratamiento de la comunicación y los trastornos asociados.

Los seres humanos vivimos dentro de un contexto de socialización y por tanto de comunicación. Cuando existe una alteración ya sea lingüística o cognitiva, las personas afectadas de daño cerebral, en cierta manera, quedan aisladas de su contexto social y familiar ya que en numerosas ocasiones su comunicación se ve afectada en su producción o comprensión tanto oral, como escrita... llegando incluso al punto de ser necesario recurrir a un sistema alternativo de comunicación (SAC). Por todo ello es importante que el Logopeda forme parte del equipo multidisciplinar de rehabilitación del daño cerebral.

Las alteraciones más comunes como consecuencia de este tipo de daño son: afasia, agnosia, alexia, agrafía, disartrias, disfagias...

Para facilitar la comunicación con el paciente con daño cerebral adquirido existen una serie de estrategias que el familiar o cuidador puede poner en marcha no sólo para facilitar la comunicación sino que además le serán de gran ayuda para mejorar su



*pautas para mejorar la comunicación con la persona afectada*



integración, su independencia, su autoestima y en general su calidad de vida. Entre ellas se destacan:

- Llamar su atención antes de hablarle. (ej.: diciendo su nombre previamente).
- Procurar y mantener contacto visual (que nos mire cuando le hablemos).
- Procurar un ambiente propicio, sin ruidos.
- Hablarle con un tono de voz normal.
- Si se encuentra con más de una persona procurar que todos hablen del mismo tema pero evitando que hablen al mismo tiempo.
- Utilizar frases cortas y sencillas evitando el cambio brusco del tema de conversación.
- Para facilitar su comprensión nos podemos apoyar en gestos o incluso señalar objetos.
- Para facilitar su respuesta se le pueden dar varias opciones.
- Es muy importante darle tiempo suficiente para que responda. No debemos presionarle. No interrumpirle cuando intente comunicarse.
- Es muy importante mantenerle verbalmente activo cuando sea posible.
- Procurar que tome decisiones (ej.: ¿Qué quieres comer hoy?).
- Hay pacientes que se muestran más receptivos por las mañanas, por las tardes o por las noches, es necesario aprovechar esos momentos para que estén más concentrados y motivados en la conversación.



Las personas con daño cerebral tienen dificultades para mantener la atención y como consecuencia de ello su concentración es vaga y al poco tiempo se fatigan y cansan. Lo más importante es darles tiempo para que descansen y no forzarles nunca.

**Servicio de Logopedia  
de la Asociación Cébrano**

 ROTULOS LUMINOSOS  
**ILUPLAX, S.A.**

Carretera Oviedo - Santander, Km. 9  
Teléfono: 985 744 620  
Telefax: 985 742 737

33188 - Argüelles - Siero (Asturias)

**ASCENSORES  
TRESA, S. A.** 

Pol. Industrial de Perceyo I-13 - La Xaona nº 121 - 33392 Gijón  
Teléfonos (+34) 985 133 930 / 28  
Fax (+34) 985 133 927  
E-Mail: correo@ascensorestresa.com  
www.ascensorestresa.com

 **CAJA RURAL  
DE GIJÓN**

**Hasta el último detalle**

Presupuesto sin compromiso  
5 Años de garantía  
6 Meses de financiación  
Diseño por ordenador



**Cocinas  
COA  
Asturianas**

Exposición Gijón: Pablo Iglesias, 3 y 5 • TEL. 985 33 27 14  
Exposición Oviedo: Fuerles Acevedo, 4 • TEL. 985 27 50 87



## Los problemas para conciliar o mantener el sueño o para conseguir que este sea reparador son una queja frecuente en la población.

Los enfermos de lupus unen, a su media de edad, los dolores articulares que a menudo les aquejan. Teniendo en cuenta que cerca de una tercera parte de nuestra vida la pasamos durmiendo (casi 3.000 horas al año), y que el sueño tiene un efecto energético y restablecedor, no ha de resultarnos extraño que la gente que no duerme lo suficiente tenga más problemas de salud y precise ser hospitalizada con más frecuencia. El tiempo que una persona necesita dormir varía en función de la edad pues no serán iguales los requerimientos de un bebé que

los de un adulto así como también es necesario considerar las importantes diferencias individuales ya que hay quien con 5 ó 6 horas de sueño por noche se siente plenamente descansado (de ahí la importancia de la **queja** para establecer si el insomnio constituye o no un problema).

El insomnio puede tener distintas causas como los factores psicológicos (por ejemplo el estrés) y el estilo de vida (horario irregular, ingesta de alcohol, abuso o mal uso de las píldoras para dormir, vida sedentaria...).

*Existen una serie de buenos hábitos de sueño que pueden ayudarnos en caso de insomnio. Entre ellos se encuentran los siguientes:*

- ▶ Levantarse a una hora específica cada mañana.
- ▶ Acostarse únicamente cuando se sienta sueño, si no es capaz de dormirse debe de levantarse y no volver a la cama hasta transcurridos 15 minutos.
- ▶ No tomar alimentos ni bebidas con cafeína 6 horas antes de irse a dormir.
- ▶ Beber un buen vaso de leche antes de acostarse.

# El Insomnio



Dormir “bien” influye de manera positiva en nuestras relaciones sociales y laborales así como en nuestro estado de salud. Un sueño reparador es básico para una buena calidad de vida

- ▶ Evitar el tabaco antes de irse a dormir y limitar su consumo y el de alcohol.
- ▶ Mantener, durante el día, un horario regular para las distintas actividades.
- ▶ Practicar ejercicio de manera regular pero evitar el ejercicio vigoroso en las horas previas al sueño.
- ▶ Alimentarse de forma equilibrada reduciendo la ingesta de grasas.
- ▶ Llevar a cabo algún ritual relajante antes de acostarse.
- ▶ Reducir la iluminación y los ruidos en la habitación así como evitar pasar demasiado frío o demasiado calor.



**C**omo ya es habitual, el Sella, volvió a ser punto de encuentro de cientos de personas, en un acto deportivo y solidario, donde todos y cada uno de los participantes dio lo mejor de sí mismo y de sus posibilidades.

La Asociación contó con la participación de cuatro canoas. Cabe destacar el entusiasmo, la voluntad y el espíritu deportivo que todos y cada uno de los participantes tuvo para acometer el descenso.

Se establecieron tres categorías; y la representación de F.Q. compitieron en la clase C, donde **resultó ganadora la pareja** formada por **Diego y María Valdés**.

Es justo elogiar la iniciativa y la estupenda organización con que

## Descendiendo

El pasado 31 de Julio, la Asociación Asturiana contra la F.Q. participó, por vez primera, en el Descenso del Sella para Discapacitados que, año tras año, desde hace once, organiza FEDEMA.



contó el evento y felicitar al organizador y sus ayudantes por su magnífico trabajo que, aderezado por el entusiasmo de los participantes hizo de esa una jornada inolvidable.

# El Sella

## Plan de Ordenación del Litoral Asturiano

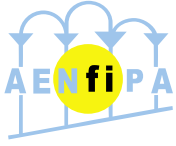
*Conservando la costa para todos, para el futuro*



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE MEDIO AMBIENTE,  
ORDENACIÓN DEL TERRITORIO E INFRAESTRUCTURAS





# “Aclarando conceptos” Fibromialgia vs Fatiga Crónica

Una vez más estamos en estas páginas para acercaros un poco más la Fibromialgia y la Fatiga Crónica, en un intento de que entendáis mejor a l@s afectad@s y a sus familiares.

En este y en próximos números, iremos publicando los resúmenes de las diferentes ponencias de la III Jornada de Fibromialgia y Fatiga Crónica, que como algun@s de vosotr@s ya sabéis, tuvieron lugar en el Auditorio Príncipe Felipe el pasado 16 de abril de 2005.

Aunque ambas enfermedades tienen muchos síntomas en común, algunos especialistas consideran que son distintas, por lo que vamos a intentar explicar similitudes y diferencias de ambas:



## ¿Qué es la fibromialgia?

- En un síndrome: tiene muchos síntomas, no tiene una causa conocida y puede obedecer a distintas causas (En cambio, una enfermedad es algo más concreto, es conocida).
- Dolor crónico generalizado de larga duración.
- Más de 11 puntos dolorosos.
- Lo más importante es descartar otras enfermedades.
- La Fibromialgia es más común entre las mujeres que en los hombres y tiene una prevalencia alta, en España casi un

5% de la población en el intervalo de edad de 40 a 49 años está afectada por la misma y en general afecta al 2,4% de la población mayor de 20 años. **En Asturias estamos hablando de una prevalencia de 20.000 afectados.**

- También es un síndrome; se caracteriza por el cansancio generalizado (No por el dolor generalizado), pero tiene un comienzo concreto probado.
- Es crónico, persistente, de más de 6 meses de duración.
- Cansancio severo: el paciente tiene que haber reducido a menos de la mitad sus niveles de actividad personal, profesional o social.
- Debe diferenciarse de: la fatiga debido a causa explicable y de la fatiga crónica ideopática.
- Existen muchos criterios para diagnosticar SFC, según el Centro de Control de Enfermedades de EE.UU: (Cansancio crónico severo durante

## ¿Qué es la fatiga crónica?

más de 6 meses, tras exclusión de otras causas posibles; trastorno de concentración o pérdida de memoria (Trastorno cognitivo); ganglios en el cuello; cefaleas de cambio; sueño no reparador).

- **En Asturias hay entre 750 y 2.700 personas afectadas por SFC y, en este caso, es más frecuente entre los hombres.**





### Recomendaciones finales:

- Los pacientes tienen que participar activamente en el tratamiento.
- Hay que centrarse en el bienestar y no en la enfermedad.
- Hay que conseguir un buen nivel de integración en el ejercicio.

### El ejercicio ayuda pero:

- *No hay que iniciarlo hasta 2 ó 3 meses después de comenzar el tratamiento.* El ejercicio es **TAN SERIO** como si fuera un medicamento, hay que considerarlo como una pastilla más que tienes que tomar.
- A pesar de los dolores, deben de tratar de no parecer enferm@s.

### Algunas cuestiones sobre el tratamiento:

- Estos síndromes no tienen cura, los tratamientos persiguen mejorar al paciente.
- Programa de ejercicios y actividad física individualizada.
- Terapias cognitivo-conductuales (Para por ejemplo poder enfrentarte al dolor) de forma individualizada.
- Actividades educativas en grupo.

La fibromialgia, más común entre las mujeres, tiene en España una prevalencia alta, dicen las estadísticas que puede padecerla un 5% de la población entre los 40 y los 49 años. En Asturias existen alrededor de 20.000 personas, que sufren esta dolencia

(Resumen de la ponencia del Dr. Luis Arboleya,  
realizado por Beatriz Martínez, Trabajadora Social de AENFIPA)



Avda. Príncipe de Asturias, Nº 68 - Bajo  
Tel. 985 300 154  
33212 - Gijón (Asturias)

**BOCETTO** interiorismo y construcción



· Reprografía  
· Impresión digital  
· Cartelería  
· Montajes

Marqués de San Esteban, 4 Gijón - Tel 985 356 247 · Fax 985 347 896  
Ingeniero Marquina, 5 Oviedo - Tel 985 253 400 · Fax 985 257 321  
www.mores.es

**SERVIMOTOR GIJÓN, S. A.**  
CONCESIONARIO DE CAMIONES Y AUTOBUSES



Ctra. Gijón - Oviedo. 33392 Porceyo - Gijón  
Tif.: 985 167 671 - Fax: 985 168 682




La Paz, 6 Versalles  
33400 Avilés  
Tif./Fax: 985 546 339



# ALCER Asturias celebra el veinticinco aniversario

Un año más, y ya van veinticinco, ALCER acudió a la Feria Internacional de Muestras de Asturias (FIDMA). El gran número de personas que acudieron por el stand de la asociación refrendó el éxito de la convocatoria. Desde este escaparate internacional que es la FIDMA lo que se pretende es concienciar a la gente de la importancia de ser donante de órganos.

Las donaciones de cadáver se producen en momentos familiares muy duros por ello cuantas menos dudas haya más fácil y, sobre todo, más rápido se podrá tomar una decisión de la que depende la vida de numerosas personas que se encuentran en listas de espera para recibir un órgano.

La FIDMA es uno de los encuentros comerciales más importantes

## Numerosas personas se hicieron donantes

de Asturias, donde se dan cita representantes de todos los sectores económicos y que en esta ocasión celebraba su cuarenta y nueve edición. Cada año aumenta el número de personas que acuden al recinto ferial lo que ha provocado que se convierta en una de las citas ineludibles para muchos asturianos y también, cada vez más, para gente de otras comunidades.

El objetivo que la asociación se plantea al acudir a un evento como este, es llegar *“al mayor número de personas posible, darles la información que requieran sobre la donación de órganos y aclararles las dudas que tengan”*, según **Cándido Martínez**, secretario de ALCER Asturias. También la valoración fue muy positiva

por la gran cantidad de Lotería de Navidad que se vendió. Hace tres años que comenzaron a llevar a la Feria de Muestras las participaciones para **‘El Gordo’** y, a pesar de que todavía faltan unos meses para el sorteo más esperado del año, son muchos los que aprovechan su visita al recinto para comprar **‘un poco de ilusión’** y colaborar así con la ONG. Tampoco hay que olvidar que en parte, todo esto es posible, gracias a la colaboración de patrocinadores como el **Ayto. de Gijón** y la entidad bancaria **Cajastur**.

Por otro lado, el cambio de mentalidad que se ha producido en la sociedad en los últimos años ha quedado patente en la FIDMA. Los responsables de la asociación destacan que la gente cada vez tiene más claro que quiere ser donante, aunque todavía quedan por aclarar algunas dudas. Precisamente, este es uno de los motivos que les lleva a seguir acudiendo a este tipo de eventos y organizando diferentes actividades muy variadas durante el resto del año.

En Asturias la negativa familiar a donar órganos es la más baja del Estado junto con el País Vasco. Esto facilita la labor de sensibilización aunque no quiere decir que se haya recorrido todo el camino. El tesorero de ALCER, **Julio Menéndez**, reconoce que *“todavía hay algunas personas*



que se sorprenden cuando les hablas de la donación de órganos e incluso hay quien no acepta tratar el tema" pero afortunadamente es un porcentaje muy pequeño "al que esperamos poder llegar con el tiempo".

Además, la FIDMA también es una oportunidad para acercarse a nuevos socios. El stand es un escaparate de la asociación que se aprovecha para que los enfermos renales contacten con la ONG y pasen a formar parte de este colectivo dirigido a prestarles ayuda. En definitiva, se trata de que apoyándose unos en otros se mejoren las condiciones de vida de las personas con problemas de riñón.



## de su presencia en la FIDMA

### La Feria Internacional de Muestras de Asturias

#### Apoyo Mediático

Los medios de comunicación han vuelto a ser un pilar importante en la transmisión del mensaje de la asociación y en el acercamiento al público en general. Han demostrado su apoyo a ALCER invitando a responsables y colaboradores de la ONG a participar en los programas que se realizaban desde la Feria de Muestras. Con estas intervenciones, además de animar a los visitantes a hacerse donantes, se consigue dar a conocer el amplio programa de actividades que se lleva a cabo desde esta asociación en Asturias.

En las entrevistas en radios y televisiones se recordó el éxito de la 'Cicloturista Ciudad de Oviedo' que en mayo recorrió las calles de

la capital asturiana por cuarto año consecutivo. Estrellas del ciclismo internacional como Chechu Rubiera, Samuel Sánchez, Carlos Barredo y Ricardo Valdés, compartieron carrera los piragüistas Busto y Yera y numerosos aficionados a este deporte. Un evento altruista en el que todos los que participan son ganadores porque es gracias a ellos que el mensaje "Donar órganos es regalar vida" se hace realidad.

Otra de las citas que han marcado el calendario de este año fueron las "III Jornadas de Enfermos Renales" en la localidad de Langreo. A las conferencias, que se convocan cada dos años, acudieron especialistas de reconocido prestigio, tanto de Asturias como

de otras partes del territorio nacional. Una oportunidad para intercambiar impresiones entre los responsables médicos y los enfermos, así como para ampliar los conocimientos sobre las enfermedades renales y los nuevos tratamientos.

En definitiva, se trata de una asociación activa que mantiene una lucha constante basada en el apoyo incondicional de muchas personas, a las que, y aprovechando este espacio, los responsables quieren dar las gracias. Ser donante no cuesta nada y el bien que se hace no se puede describir con palabras: es como dar la vida.

**Julio Menéndez**  
Tesorero de ALCER Asturias



# Novedades en A.A.D.E.M.

Tras la pausa veraniega la Asociación Asturiana de Esclerosis Múltiple ha abierto de nuevo sus puertas para todos los asociados y afectados, reanudando de nuevo sus actividades habituales: **Rehabilitación Fisioterapéutica, Atención Logopédica, Atención Psicológica, Trabajadora Social, Asesoramiento legal, Acuaterapia y Actividades de Ocio...**

Y proyectando también otras nuevas. Exponemos las más destacadas para los próximos meses:

## *Excursión al museo de la sidra de Nava*

A principios del mes de Octubre se llevará a cabo una excursión a esta localidad para visitar el museo de la sidra y donde además nos quedaremos a comer.

## *Celebración del Día Nacional de la E.M.*

Como todos los años se celebrará el 18 de Diciembre (Día oficial de la Esclerosis Múltiple) con la habitual jornada de postulación en las principales ciudades de Asturias. Esperamos contar con vuestra colaboración en este día.

## *Charla en el Club de Prensa Asturiana*

Está previsto realizar una charla informativa sobre la Esclerosis Múltiple con las ponencias de diversos profesionales acerca de la problemática socio-sanitaria de la misma. Tendrá lugar el 14 de Diciembre siendo ésta previa a la posterior celebración del Día Nacional con el objetivo de informar a la sociedad.

## *Pulseras contra la E.M.*

Se han puesto a disposición de los interesados unas pulseras que simbolizan la lucha de todos nosotros contra la E.M. Son en principio gratuitas para todos los socios y posteriormente estarán a disposición de todos los interesados a un precio aún por determinar.

Asimismo os informamos de que ya disponemos de **lotería de Navidad de la Asociación**, siendo el número 34.286.

A.A.D.E.M



CONSTRUCCIONES SAN BERNARDO S.A.

Calle Begoña, 42, 1ª A  
33206 Gijón  
Teléfono 985 354 785  
Telefax: 985 171 362

GRUAS **ROXU**

OVIEDO  
Ctra. Santander-Meris (Sant)  
Teléfono 985 793 636  
Fax 985 794 048

GIJÓN  
Trafalgar, 11  
Teléfono 985 307 743

AVILES  
Tabaca  
Teléfono 985 515 091  
Fax 985 515 082

Website: [www.gruass.com](http://www.gruass.com) E-mail: [ros@gruass.com](mailto:ros@gruass.com)



# Parkinson: divulgación social para **un mejor conocimiento**

La Asociación Parkinson Asturias, consciente de la necesidad de acercar a la comunidad, la información necesaria sobre esta enfermedad, poco conocida y que afecta a un elevado número de personas, ha participado el pasado mes de Junio en la Feria de la Industria y Minería realizada en Mieres, al objeto de implicar a los representantes de las distintas Instituciones en la búsqueda de soluciones para una mejor atención al enfermo y su familia.



De esta manera se ha hecho presente en la Sociedad, en una semana en la que enfermos de la Delegación de Mieres, arropados por miembros de la Junta Directiva y profesionales de la Asociación, han invertido su tiempo y esfuerzo para que la Enfermedad de Parkinson, deje de permanecer silenciada.

En el acto de Inauguración estuvieron presentes Vicente Álvarez Areces, Presidente del Principado de Asturias, Luis M<sup>a</sup> García García, Alcalde de Mieres así como miembros de la Asociación, pertenecientes a la Delegación de Mieres.

Por dicho motivo, La Asociación Parkinson Asturias que compartió stand con la Asociación de Lucha contra el Cáncer, se ha sentido muy satisfecha con la la-

bor desarrollada y quiere agradecer el interés mostrado tanto por los representantes de las distintas Administraciones como organizadores y resto de ciudadanía que se han acercado por la Feria.

Asimismo, La Asociación Parkinson Asturias se encuentra realizando un importante esfuerzo para que desde sus distintas Delegaciones ubicadas en Oviedo, Mieres, Avilés, Llanes, Langreo y Siero, el colectivo de afectados, (enfermos y familiares), reciban la Información adecuada para un mejor conocimiento de la enfermedad. De esta manera, se pone a disposición tanto de sus asociados como interesados en general, material informativo editado por la Federación Española de Parkinson, en el que se abordan distintos aspectos de la En-

fermedad, así como consejos y medios para hacerle frente.

La línea de atención telefónica 902 113 942 de "Parkinson responde", puesta en marcha el pasado mes de Febrero por la Federación Española de Parkinson en colaboración con Novartis Farmacéutica, S.A., es otro de los medios al que actualmente se le está dando publicidad, para cualquier consulta que se necesite realizar.

Sólo queda esperar que cada paso y cada contribución para una mayor difusión de la enfermedad, sirva, para concienciar a la comunidad asturiana, sobre la importancia de aunar esfuerzos en la lucha contra el Parkinson.

**Begoña Castañón**  
Trabajadora Social

**OLMAR**  
Industrial Office, Social Office Systems  
Lealtad, 13 - 33212 Gijón  
Apartado 314 - 33280 Gijón  
Tel.: 985 321 700 - Fax: 985 323 831  
[www.olmar.com](http://www.olmar.com)

**TAPIA SEGURIDAD**



**alarma CONECTADA  
a central receptora  
985 212 956**

Francisco González Buendía, nació en Gijón en 1954, se licenció en derecho por la Universidad de Oviedo en 1976 y antes de ser nombrado Consejero desempeñó el cargo de Director General de Urbanismo y Ordenación Territorial. En estas páginas, nos da respuesta a algunas cuestiones de interés para nuestro colectivo y que son materia de la Consejería que el dirige.

1.- Como en otros campos se están produciendo continuos cambios en nuestra comunidad en materia de infraestructuras, y las personas con movilidad reducida no permanecen ajenas. ¿Se está contemplando actualmente la accesibilidad del transporte público que llega a los Lagos de Covadonga?

Se mantuvieron contactos con asociaciones de minusválidos y discapacitados antes de la definición definitiva del sistema y, fruto de ellas, se resolvió que las personas con movilidad reducida que acrediten su condición mediante tarjeta de estacionamiento podrían acceder hasta los Lagos en su propio vehículo durante todo el día y sin ninguna limitación, reservándose en Buferrera una serie de plazas de aparcamiento especiales.

2.-Existe muy poco transporte adaptado en nuestra región, para una demanda tan numerosa. Concretamente, el transporte interurbano y el nacional es insuficiente y en determinadas ciudades el servicio de eurotaxi es muy escaso y no cubre el horario nocturno, por lo que las personas con discapacidad una vez mas no están en igualdad de condiciones y de derechos al resto de ciudadanos. ¿Se prevé alguna solución a corto plazo al respecto?

La Dirección General convoca anualmente unas subvenciones para la adaptación de vehículos para uso de discapacitados. *Esas subvenciones fueron publicadas en el BOPA de fecha 27 de mayo de 2005, destinándose en 2005 para este programa 250.000 euros.* Se pretende financiar la adaptación de vehículos, destinados a transporte público de viajeros, para el uso de los minusválidos. Las subvenciones se otorgan a aquellas empresas que explotan dichos vehículos.

Entrevista con

# Buendía

## Francisco González





3.- Uno de las cuestiones que mas preocupan a las personas con dificultad de desplazamiento, son las barreras arquitectónicas actualmente existentes en calles y espacios públicos. El Plan Estatal de Accesibilidad 2004-2012 obliga a la plena accesibilidad en ese año. ¿Está su Consejería trabajando en la ejecución de ese Plan Estatal? ¿No le parecería una buena idea establecer una partida presupuestaria que cofinancie las obras municipales en espacios públicos no accesibles?

Es innegable el efecto barrera que sobre el territorio produce una infraestructura viaria de altas prestaciones, por lo tanto las actuaciones de urbanización y acondicionamiento de espacios públicos en ámbito urbano es un tema a tener en cuenta siempre.

Con vistas aminorar este efecto, en los proyectos de estas infraestructuras que discurren por ámbito urbano o semiurbano, se contemplan en algunos casos soluciones tipo "falso túnel" que restituyen la permeabilidad en superficie entre ambas márgenes de la carretera en unos casos; y en otros, pasarelas peatonales que garantizan la accesibilidad entre ambos.

Paradigma de estas actuaciones lo constituye la nueva AS-18, Oviedo-Gijón, que contempla sendos

"La Dirección General convoca anualmente unas subvenciones para la adaptación de vehículos para uso de discapacitados, en el año 2005 se destinó 250.000 €. Se pretende financiar la adaptación de vehículos, destinados a transporte público de viajeros, para el uso de los minusválidos"



**“Día a día trabajamos por construir entre todos una Asturias más plural, más respetuosa con nuestro entorno y más accesible, para que todos y todas podamos disfrutar por igual de nuestro paraíso natural. Ese es el compromiso del Gobierno y por supuesto de la Consejería que yo dirijo”**

túneles en las zonas de Pando y El Carbayo (inmediaciones de Lugones) con una longitud total de 640 m.; así como en la nueva carretera Luanco-Candás, en ejecución que contempla dos falsos túneles con una longitud total de 594 m.

Pero el más espectacular es el falso túnel de Contranquil (256 m.), contemplado en el proyecto de la Ronda de Cangas de Onís, que permitió ejecutar dicha ronda atravesando dicho barrio, incluso en las inmediaciones del colegio público preservando totalmente el carácter urbano en superficie.

Asimismo, se dan actuaciones tipo pasarelas peatonales comunicando ambas márgenes, en carreteras ya existentes, y que no disponen de ella, en que, incrementos de tráfico unido a una evolución positiva

en la sensibilidad al respecto, aconsejan disponer este tipo de elementos. Tal es el caso de las pasarelas de Areñes en la carretera AS-249 La Secada-Gargantada, y la de El Empalme en la carretera AS-19 Gijón-Avilés, en las que se han proyectado y ejecutado de acuerdo con la normativa vigente permitiendo plena accesibilidad y evitando las barreras arquitectónicas.

**4-¿Fusionar el Medio Ambiente con las Infraestructuras podría entenderse como que lo primero pierde u poco de protagonismo?**

En absoluto, nuestra Consejería es una de las que acumula más competencias. Aunque no lo parezca en un principio, el Medio Ambiente tiene ahora mayor protagonismo si cabe. Es nuestro privilegiado entorno el que preside todas las políticas de ordenación del territorio y quien marca la pauta de nuestras infraestructuras. Día a día trabajamos por construir entre todos una Asturias más plural, más respetuosa con nuestro entorno y más accesible, para que todos y todas podamos disfrutar por igual de nuestro paraíso natural. Ese es el compromiso del Gobierno y por supuesto de la Consejería que yo dirijo.

**5-¿En qué áreas concretas podría COCEMFE-ASTURIAS colaborar con la Consejería que Ud. dirige?**

La Consejería que dirijo está abierta a todo tipo de sugerencias y opiniones que tengan como fin la defensa de las condiciones de vida de las personas con discapacidad física, dado que de lo que se trata es de conseguir su plena integración social, gestionando todas aquellas actuaciones y servicios que persigan este fin. En este afán de colaborar en la integración esta consejería ha acometido varias obras, como la accesibilidad en Cotos de Pesca, en concreto en los Ríos Narcea y Sella, con un presupuesto de 12.000 euros; o en el Coto de Pesca intensiva en El Crucero, Tineo, con 15.000 euros de inversión; en el Observatorio de Aves en el Centro de Interpretación de la Ría de Villaviciosa, con 30.000 euros y en la Senda de los miradores en el Centro de Interpretación de la Reserva Natural de Muniellos, con 60.000 euros. En esta línea, contamos ya con Centros de Interpretación con accesibilidad para minusválidos, como son la Casa del Agua, en Rioseco, el Centro del Parque de Redes, en Campo de Caso, el Centro del Parque de Somiedo, en Pola de Somiedo, el Centro de Ría de Villaviciosa y el Centro de la Reserva de Muniellos, en Oballos.

# La diversidad ante la Ley

En todos los diarios aparece, en lugar más o menos destacado, la noticia de la aprobación por ley del matrimonio homosexual en España. Nuestr@s hij@s, cuando sean mayores, no comprenderán como es posible que en nuestro país se pudiera vivir sin tal reconocimiento, tal como ahora muchos jóvenes no se explican como se pudo vivir en España durante 40 años sin tener acceso a las libertades que hoy se disfrutan con la mayor de las normalidades.

Pero mi reflexión va mucho más allá. Pienso que la aprobación de esta ley, para el reconocimiento del matrimonio entre personas del mismo sexo, supone un paso adelante en el camino hacia la normalización de la diversidad. Ya se llevan muchas batallas ganadas, que no la guerra, para lograr la equiparación entre hombres y mujeres. La famosa "lucha de géneros" no ha concluido. La diversidad entre personas de distinto sexo y el reconocimiento de su igualdad ante la ley ha centrado la atención social durante décadas.

Ahora se reconoce ante la ley la equiparación de derechos de las PAREJAS, sean éstas de distinto o igual sexo.

Pero hay un extenso grupo de personas que espera el momento para que se reconozca el derecho a su diversidad. No podemos decir que no se hayan dado pasos en España para que la ley recoja los derechos y deberes de las personas con Discapacidades. La Constitución hace mención expresa a los mismos; la Ley de Inte-

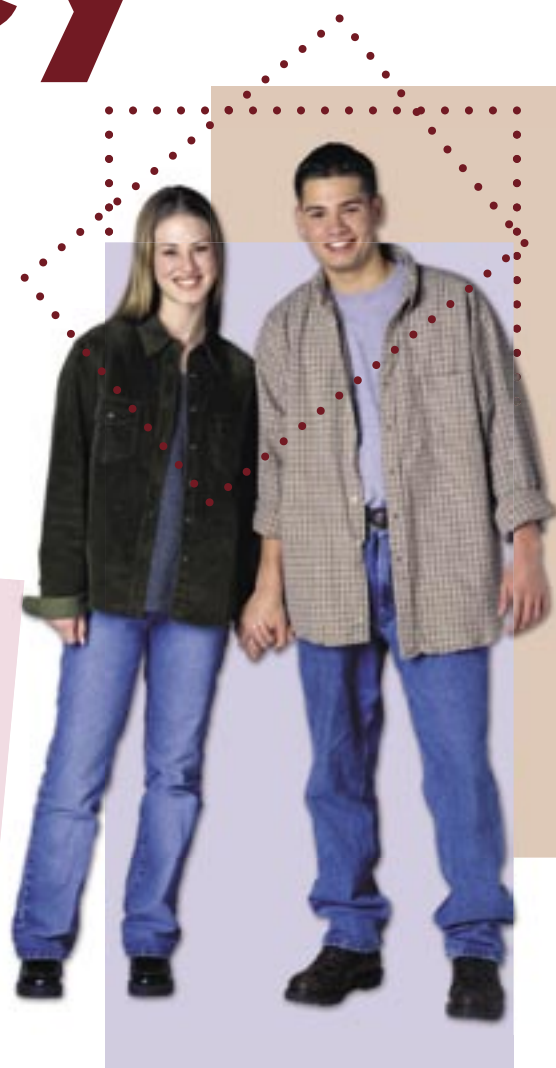
gración Social de l@s Minusválid@s (LISMI) plasma el pronunciamiento legal de alcanzar este objetivo mediante la "integración"; la Ley de Igualdad de Oportunidades, la No Discriminación y Accesibilidad Universal de las Personas con Discapacidad redobla la apuesta por la vía de la "no discriminación"; Y ahora se anuncia una ley que sirva para establecer las bases sobre las que cimentar la vida activa de las personas que dependen de otras para la realización de actividades de la vida diaria.

**Pero hay un extenso grupo de personas que espera el momento para que se reconozca el derecho a su diversidad, su reconocimiento es un elemento fundamental para el progreso social.**

Son muchos los puntos oscuros en la situación de las que conocemos como personas con Discapacidad:

***El acceso al medio físico en igualdad de condiciones, la doble discriminación de la mujer con discapacidad, la efectiva igualdad de acceso al empleo, el derecho a la asistencia personal plena y autogestionada... y un largo etcétera.***

Su reconocimiento es un elemento fundamental para el progreso social. Pero nuestra sociedad sigue mirando hacia otro lugar cuando las personas con una funcionalidad distinta plantean sus derechos.



Si la recién promulgada ley que reconoce el matrimonio entre personas del mismo sexo sirve para dar ejemplo y promover el reconocimiento legal de la diversidad, hay que festejarlo. Pero no podemos olvidar que hay que seguir con la guardia alta y el espíritu dispuesto a combatir.

**Jose Miguel Suárez Bueno**  
Dpto. de SS.SS. UGT Asturias



# Todo lo que necesita saber

Sobre la Ley que compatibiliza las pensiones de invalidez en su modalidad no contributiva con el trabajo remunerado.

## Cinco preguntas clave

### ¿Quiénes pueden ser beneficiarios de la ley 8/2005?

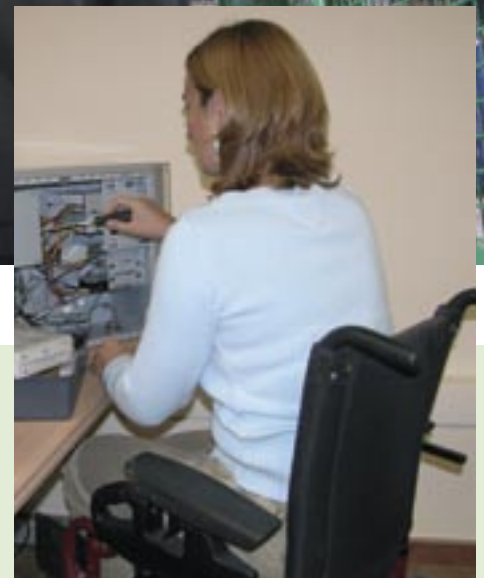
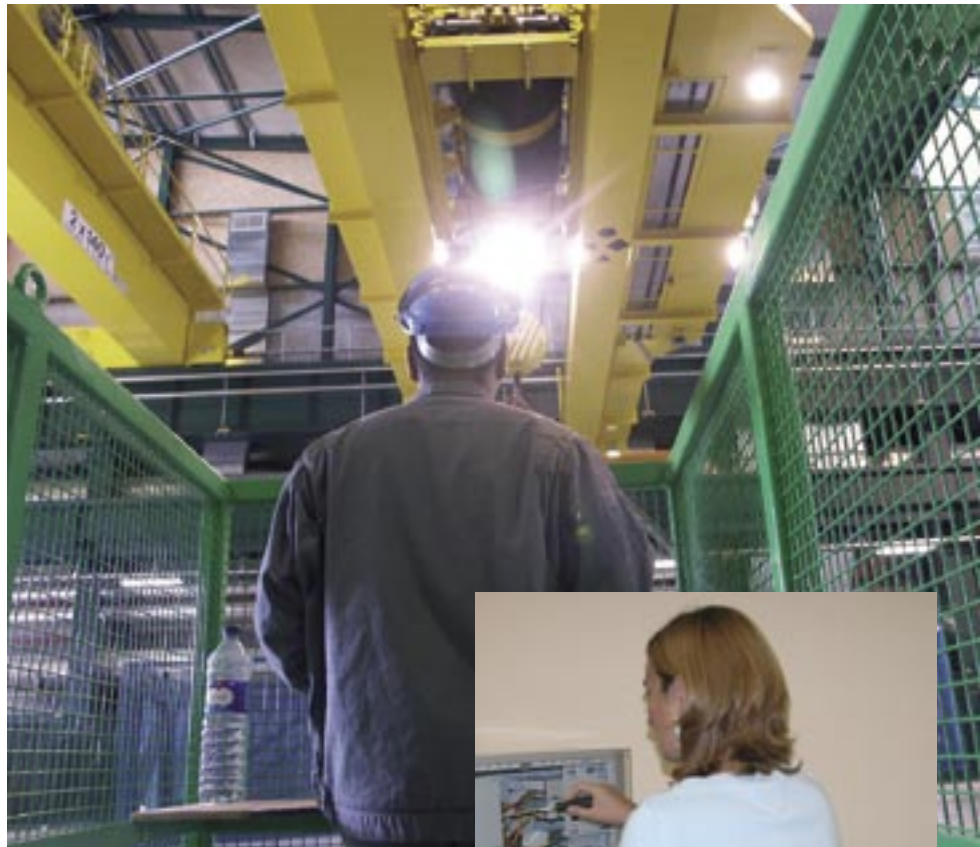
Las previsiones de la Ley se aplican a quienes con anterioridad al inicio de una actividad laboral ya vinieran percibiendo la pensión de invalidez en su modalidad no contributiva. Hay que tener en cuenta a este respecto que uno de los requisitos para acceder a este tipo de pensiones es carecer de rentas o ingresos suficientes, por lo que si la actividad laboral es anterior a la solicitud de la pensión, ésta podría ser denegada si los ingresos que se perciban por dicha actividad superan el límite de rentas.

### ¿Durante cuántos años se podrá compatibilizar trabajo y pensión en las condiciones previstas en la ley?

Durante los cuatro años siguientes al inicio de la actividad laboral. No obstante, se entiende que para quienes a la entrada en vigor de la Ley ya estén compatibilizando trabajo y pensión los cuatro años comenzarán a contar desde la entrada en vigor del texto legal. A partir de ese momento se empezarán a aplicar las nuevas condiciones de compatibilidad trabajo/pensión previstas en la Ley.

### ¿Cuál es la cuantía del Indicador Público de Renta de Efectos Múltiples IPREM para el año 2005?

Para el año 2005, el IPREM está fijado en 5.637,60 euros anuales (Disposición adicional decimosexta de la Ley 2/2004, de 27 de diciembre, de Presupuestos Generales del Estado para 2005, en la redacción dada por el Real Decreto-Ley 11/2004, de 23 de diciembre).



### ¿Hay alguna parte de la pensión no contributiva que no esté sujeta a la reducción por los ingresos del trabajo y limitada por la cuantía del IPREM?

Sí, la reducción por los ingresos del trabajo no afectará al complemento de pensión previsto para los supuestos de minusvalía igual o superior al 75 por ciento y que necesiten el concurso de otra persona.

Por otra parte, la cuantía de la pensión no contributiva de invalidez ya reconocida no puede ser inferior al 25 por ciento del importe natural de la pensión.

### ¿Existe obligación de informar a la entidad que abone la pensión de que se está trabajando?

Sí, los perceptores de pensiones de invalidez no contributiva están obligados a comunicar a la entidad que les abona la pensión la realización de cualquier trabajo.

La Ley 8/2005, de 6 de junio, para compatibilizar las pensiones de invalidez en su modalidad no contributiva con el trabajo remunerado (BOE de 7 de junio de 2005) ha venido a significar un avance en el proceso de integración laboral de las personas con discapacidad.

Durante los ya casi quince años transcurridos desde la entrada en vigor de la Ley 26/1990, de 20 de diciembre, por la que se establecieron las pensiones no contributivas, el percibo de la pensión de invalidez en su modalidad no contributiva no ha impedido a los pensionistas la realización de una actividad laboral, sea o no lucrativa, pero la cuantía de la pensión se veía reducida en el mismo importe de la retribución obtenida.

La Ley 8/2005 citada permite que quienes ya estén percibiendo dichas pensiones puedan compatibilizar las mismas con el trabajo remunerado, durante los cuatro años siguientes al inicio de la actividad, hasta el límite del indicador público de renta de efectos múltiples (IPREM). A partir de dicho límite, se minoraría el importe de la pensión en el 50 por ciento del exceso, sin que en ningún caso la suma de la pensión y de los ingresos por el trabajo pueda superar 1,5 veces el IPREM.



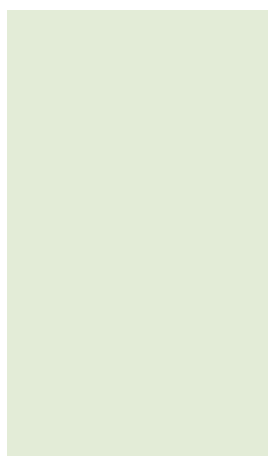
### Conclusiones respecto de la incidencia de los ingresos por trabajo en la cuantía de las pensiones no contributivas de invalidez

El percibo del importe íntegro de la pensión (4.043,06 €/año) es plenamente compatible con ingresos por trabajo que no superen los 1.594,50 €/año, de forma que quienes obtengan rentas de trabajo iguales o inferiores a 1.594,50 €/año, percibirían también íntegra la cuantía de la pensión.

Cuando los ingresos por trabajo superan los 1.594,50 €, el importe de la pensión de invalidez no contributiva se minorará en el 50 por ciento de la cuantía que la suma de los ingresos por trabajo y el importe natural de la pensión (4.043,06 €/año) exceda del importe del IPREM (5.637,60 €/año), sin que entre la suma de los ingresos por el trabajo y la cuantía de la pensión a percibir se pueda superar 1,5 veces el IPREM (8.456,40 €/año) salvo cuando deba garantizarse el importe legal mínimo de la pensión (25 por ciento de 4.043,06 €/año, es decir 1.010,77 €/año).

Cuando los ingresos por trabajo sean superiores a 7.660 €/año, los pensionistas de invalidez no contributiva percibirán el mínimo de pensión garantizada legalmente, es decir 1.010,77 €/año (25 por ciento de 4.043,06 €).

En todo caso, y cualquiera que sean los ingresos por trabajo que perciban los pensionistas de invalidez en su modalidad no contributiva, la reducción de la pensión no afectará al complemento previsto para los supuestos de minusvalía igual o superior al 75 por ciento y que necesiten el concurso de otra persona.



### Algunos ejemplos prácticos de la incidencia de las rentas por trabajo en la cuantía de la pensión no contributiva de invalidez, en función del importe de dichas rentas

#### Primer supuesto

Se trataría de todos aquellos casos en los que la suma de los ingresos obtenidos por la actividad desarrollada y de la cuantía de la pensión de invalidez no contributiva no fuese superior al importe del IPREM vigente en cada momento. En este caso, la retribución por el trabajo sería en su totalidad compatible con la pensión no contributiva por invalidez. **Por ejemplo, el importe íntegro de la pensión (4.043,06/año) es plenamente compatible con ingresos que no superen los 1.594,54/año.** Este supuesto podría darse en casos de trabajos a tiempo parcial.

A Pensión	B IPREM	C Salario Compatible (B-A)
4.043,06 €/año	5.637,60 €/año	1.594,54 €/año

#### Segundo supuesto

Se ha calculado sobre la base de un/a trabajador/a que cobre un importe equivalente al salario mínimo interprofesional vigente (7.182 €/año).

A Salario	B Pensión	C=A+B	D IPREM	E=C-D	F=50%E	G Pensión reducida B-F
7.182,00	4.043,06	11.225,06	5.637,60	5.587,46	2.793,73	1.249,33

En este caso, el trabajador/pensionista podría percibir su salario (7.182 €/año) y percibiría 1.249,33 €/año de pensión, porque la suma de ambas cuantías (8.431,33 €/año) no supera 1,5 veces el IPREM ( $5.637,60 \times 1,5 = 8.456,40$  €/año).

Para llegar a este resultado, se suman rentas por trabajo (7.182 €/año) y la cuantía de la pensión (4.043,06 €/año), lo que da un resultado de 11.225,06 €/año. Como quiera que dicha cuantía supera en 5.587,46 € el IPREM, hay que minorar el importe de la pensión en el 50% de este exceso.

Minorando la cuantía de la pensión con este 50% (es decir  $5.587,46 : 2 = 2.793,73$  €) da un resultado de 1.249,33 € al año, que sería el importe que percibiría el trabajador/pensionista en concepto de pensión, pudiendo compatibilizar dicha percepción con sus rentas de trabajo ya que entre ambas cuantías ( $1.249,33 + 7.182 = 8.431,33$ ) no superan 1,5 veces el IPREM ( $= 8.456,40$  €/año).

#### Tercer supuesto

Se parte de un salario de 600 €/mensuales (8.400 €/año).

A Salario	B Pensión	C=A+B	D IPREM	E=C-D	F=50%E	G Pensión reducida B-F
8.400,00	4.043,06	12.443,06	5.637,60	6.805,86	3.402,93	640,13

En este caso, y siguiendo los pasos indicados en el ejemplo anterior, el/la interesado/a, en principio, y de acuerdo con las previsiones de la nueva Ley, **no podría percibir su salario (8.400 €/año) más los 640,13 €/año de la pensión reducida, porque la suma de ambas cuantías (9.040,13 €/año) supera 1,5 veces el IPREM ( $5.637,60 \times 1,5 = 8.456,40$  €/año),** que es el máximo que se puede percibir. En consecuencia, la cuantía de la pensión habría de reducirse a 56,40 €/año ( $8.456,40 - 8.400$ ).

No obstante, la normativa que regula las pensiones no contributivas de la Seguridad Social también establece que **la cuantía de la pensión reconocida debe ser como mínimo del 25 por ciento del importe natural de la pensión**, es decir, para el año 2005, la pensión que se percibiría no podría ser inferior a 1.010,77 €/año (25% de 4.043,06). En consecuencia, en este caso, la pensión que percibiría sería de 1.077,77 €/año.



Carlos Martínez primero por la Dcha. en su visita a Asturias.



El pasado año el Director Gerente de la Obra Social CAJA MADRID, **D. Carlos Martínez Martínez**, realizó una visita acompañado por el Presidente de COCEMFE-ASTURIAS D. Mario García Sánchez, a las obras del Centro de Atención Integral para Personas con Discapacidad Física Gravemente Afectadas que se está construyendo en Gijón, quedando en ese momento en estudio los términos de una futura colaboración.

Esta visita cristalizó el pasado 22 de Septiembre con la firma por parte de los dirigentes de ambas Entidades de un Convenio de Colaboración para el año 2005 por el que la **Obra Social CAJA MADRID aporta 240.000 €**, que contribuirán a continuar con las obras de construcción de dicho centro.

# COCEMFE-ASTURIAS y Obra Social CAJA MADRID firman un convenio de colaboración

El Centro de Atención Integral para Personas con Discapacidad Gravemente Afectadas de COCEMFE-ASTURIAS, con una superficie de 4.068 m<sup>2</sup>. Cuenta con 20 habitaciones, una de ellas doble, pudiendo albergar 21 usuarios que vivirán en régimen interno bajo la filosofía de "Vida Independiente". También se ofrecerá servicio de formación y rehabilitación.

## Atención Especializada a Diferentes Patologías en domicilios y centros hospitalarios

### Nuestros objetivos son:

- Que las personas con discapacidad vivan en su hogar con calidad de vida, autonomía e independencia el mayor tiempo posible.
- Evitar los ingresos innecesarios en centros residenciales.
- Proporcionarles un entorno amable y protegido con respeto y cariño.

### Para ello contamos con asistentes técnicos personales en:

- Higiene personal.
- Movilización (cambios posturales).
- Alimentación (purés, sonda-nasogástrica, etc.).
- Toma de medicamentos, curas.
- Acompañamiento paseos.
- Actividades de ocio.
- Terapia ocupacional y de la memoria.

Nuestros profesionales  
tienen formación **ESPECIALIZADA**



Jove y Hevia 31 bajo - 33211 Gijón  
Tfnos.: 985 392 290 - 391 633



**E**l centro tiene capacidad para alojar a diez personas, se encuentra ubicado en La Felguera y se han invertido en él 190.000 euros, consta de seis habitaciones individuales, dos dobles, cuatro baños, un salón y cocina, y su objetivo va dirigido a ofrecer soluciones concretas a determinados problemas sociales detectados en el ámbito de la Comunidad Autónoma.

La vivienda se encuentra totalmente domotizada por lo que las tareas del hogar quedan en manos de un sistema informático. Entre sus beneficios se puede destacar el encendido y apagado de luces al paso de la persona, electrodomésticos que se encienden por sí mismos a horas determinadas, control automático de la temperatura de la vivienda y sensores que alertan de la presencia de intrusos, entre otras muchas cosas.

La vivienda es por supuesto accesible, tanto en su exterior como en el interior, adaptada así a las necesidades de los usuarios y bien comunicada con el transporte público.

La puesta en funcionamiento de una vivienda de estas características requiere también de personal especializado; bajo la coordinación de **Concha Mena**, responsable del piso, da empleo a diez trabajadores entre los que se encuentran auxiliares es-

pecializados en apoyo y cuidado de personas con discapacidad física, cocinero/a y una persona encargada del mantenimiento de la vivienda y la limpieza, todos ellos especialmente formados para tratar con discapacidades físicas y para facilitar este tipo de convivencia.

Al acto de inauguración que tuvo lugar el pasado verano, acudieron **Mario García Sánchez** y **Mónica Oviedo** Presidente y Vicepresidenta de COCEMFE-ASTURIAS y contó también con la presencia de **Laura González**, Consejera de Bienestar Social y **María Jesús Elizalde**, Direc-



*Al acto también acudieron representantes de la Consejería de Vivienda y Bienestar Social y del Ayto. de Langreo.*

**Esta instalación que lleva funcionando desde el 1 de octubre de 2004 se creó por iniciativa de la Consejería de Vivienda y Bienestar Social y está gestionada por la Fundación de COCEMFE-ASTURIAS, "Iniciativas para la Discapacidad"**

**El acto estuvo presidido por D. Vicente Álvarez Areces**

## Inaugurada la **primera Vivienda con Apoyo** para Personas con Discapacidad Física de Asturias

tora de Atención a Personas con Discapacidad.

García Sánchez, tras mostrar su satisfacción por la creación de este centro manifestó su deseo de que se creasen más viviendas de estas características, puesto que todavía se necesitarían más para satisfacer la gran demanda que existe en Asturias, a lo que el Presidente del Principado Álvarez Areces respondió que se se-

mas de ayuda a domicilio venían siendo una realidad, ofreciendo a las personas con discapacidad dependientes y a sus familias otras alternativas, sin necesidad de alterar las relaciones sociales o familiares de estas personas.

La vivienda está situada en la Felguera. Se ha elegido esta localización teniendo en cuenta el acondicionamiento físico para las actividades de las personas con



**En estos momentos son nueve los usuarios que se benefician de este centro, todos ellos, con un grado de minusvalía igual o superior al 65% y en edades comprendidas entre los 30 y 50 años**

guirá invirtiendo en solidaridad, porque hay que continuar avanzando hacia la igualdad.

Este tipo de vivienda surge de la necesidad de dar salida al problema que sufren las numerosas personas con discapacidad que se incluyen en el grupo de dependientes, considerando dependientes a aquellas personas que necesitan ayuda de otra para la realización de las actividades comunmente consideradas básicas para el desenvolvimiento autónomo de la vida diaria, como ducharse, realizar tareas domésticas, subir o bajar escaleras, etc. En un alto porcentaje, algunas de ellas han gozado de un nivel de independencia notable en algún momento de su vida este es el caso al menos de tres cuartas partes de ellas que han sufrido alguna enfermedad o accidente.

La puesta en marcha de viviendas con apoyo para personas con discapacidad física, era una de las asignaturas pendientes en una comunidad como la nuestra, que sin embargo tiene un índice de discapacidad muy elevado respecto a otras comunidades, en las que en alguna de ellas las viviendas con apoyo, tuteladas, los pisos compartidos y los diversos siste-

movilidad reducida en el medio urbano, y las menores distancias físicas entre personas y áreas de actividad, suponen en este entorno, ventajas que favorecen la movilidad de las personas con

dificultades para desplazarse. Una pequeña población de tipo urbano presenta recursos y oportunidades de independencia, autonomía y apoyos que difícilmente se puedan encontrar en otros entornos.

**La vivienda se encuentra totalmente domotizada por lo que las tareas del hogar quedan en manos de un sistema informático y da empleo a diez trabajadores especializados**

### ¿Cómo se accede a la vivienda?

La admisión en el programa se realiza por un equipo multiprofesional. Este equipo valora la capacidad y disponibilidad de las personas cercanas para cubrir las necesidades de las personas con discapacidad física y prestarle una atención personal directa. Asimismo, se tienen en cuenta otra serie de factores como:

- ✓ **La capacidad económica** de la unidad de convivencia de la persona con discapacidad:
- ✓ **Aspectos de la autonomía personal:** como la capacidad para la realización de actividades básicas y las habilidades instrumentales de la vida diaria.
- ✓ **El estado de salud:** se valoran las enfermedades que sufre la persona solicitante, la estabilidad de su estado de salud, las intervenciones terapéuticas, la evaluación cognitiva y la necesidad de atenciones especiales.
- ✓ **Nivel de relación familiar:** se estiman las relaciones sociales y familiares de las personas con discapacidad física en su entorno familiar.
- ✓ **La vivienda:** se tienen en cuenta las características constructivas y funcionales de la vivienda, si dificultan el correcto desarrollo de las actividades de la vida doméstica.



# MELENDI

## se “enrolla” con la discapacidad

Unas cuatrocientas personas con discapacidad fueron testigos el pasado día 19 de septiembre de un acontecimiento único en Asturias, un concierto exclusivo para unos pocos privilegiados.

**A** las ocho de la tarde ya había un nutrido grupo de jóvenes a la puerta del complejo polideportivo de San Lázaro, algunos de ellos estaban allí desde las cinco, esperando, muy emocionados y sobre todo entusiasmados por verle. Andrés nunca anteriormente había asistido a un concierto y mucho menos en estas condiciones, accesible para las sillas de ruedas hasta el campo. Lo mismo les ocurría a Laura y Beatriz (usuarias de muletas) también es el primer concierto al que asisten “el estar de pie nos cansa mucho y aquí nos han dicho que van a poner sillas,

*si nos cansamos nos podemos sentar, estamos muy emocionadas de ver a Melendi de cerca...”*

Cuando le preguntábamos a un grupo de chicos que les parecía los logros de jóvenes asturianos como Alonso, al que le dedicó una canción en el concierto, su contestación fue muy explícita: “nosotros a Melendi no solamente le daríamos el Premio Príncipe de Asturias le daríamos también el Novel a la **solidaridad**, es el único que se acuerda de nosotros”.

Fernando, Tristán y Alfredo dicen que “nos parece estupenda esta iniciativa y ¡ojalá! cunda el ejemplo, me gustaría mucho que cantara la de Asturias y que lo dé todo en el concierto. La verdad es que tiene mucho merito darnos a nosotros un concierto precisamente el día antes del último concierto de la gira, es un tío que se enrolla con nosotros”.



Melendi puso el broche de oro a su gira de verano con un concierto muy especial, que entusiasmó a todo el público asistente...

Una vez dentro del San Lázaro, los cuatrocientos invitados, sentados esperando expectantes la salida del cantante ovetense y cumplió las expectativas de los asistentes: se volcó totalmente *“es un placer para mi estar hoy aquí...”*, pero el público asistente no fue menos, lo dieron todo: entusiasmo, cariño y total entrega. Los comentarios eran

unánimes: *“todos tendrían que hacer lo mismo, para nosotros no es lo mismo asistir a un concierto organizado de esta manera donde todos podemos ver al cantante y participar que a un concierto normal, nosotros al ir en silla de ruedas en los conciertos no vemos nada no es lo mismo, no es igual...”*.

El público asistente lo dio todo: entusiasmo, cariño y total entrega. Cuando llegó la esperada canción dedicada a Asturias, todos los asistentes cantaban con Melendi, saltaban con él y ya no se respetaron los asientos

1.- Melendi durante la rueda de prensa.



### Resumen de la Rueda de Prensa

Melendi que horas antes ofrecía una rueda de prensa ante numerosos medios de comunicación, explicó que esta iniciativa se había gestado por su amistad con la **Asociación Asturiana de Fibrosis Quística**. Y que el **Ayuntamiento de Oviedo** a través de su Concejalía de Festejos, había prestado toda su colaboración, **cediendo las pistas de San Lázaro y organizando el transporte gratuito para los asistentes al concierto**. Melendi añadió que le gustaría repetir esta extraordinaria experiencia.

Aunque a Melendi le gustaría aplicar este proyecto en todos sus conciertos asegura que *"esta es una iniciativa que me encantaría llevar por todas las ciudades, pero es muy costosa, una locura de dinero"*.

- 2. El público se muestra ilusionado e impaciente mientras espera a entrar en las pistas de San Lázaro.
- 3.- Por fin el concierto, ha comenzado.



Pero mereció la pena, el ambiente que se respiraba en el concierto era muy especial, aunque muchas de las personas que estaban allí tenían serios problemas de salud, muchos de ellos de movilidad, cuando llegó la esperada canción dedicada a Asturias, todos los asistentes cantaban con Melendi, saltaban con él y ya no se respetaron los asientos, todos de pie, los que no podían, alzaban más que nadie la voz, pero todos sin excepción le hicieron los coros. **"Pasamos una noche inolvidable. Gracias Melendi"**.

Leli García Maza

**BARTUSOL, S.L.**  
pinturas industriales

Talleres y Oficinas  
Polígono Puente Seco  
33691 Veriña - Gijón  
Tel. 985 329 615 - Fax. 985 322 342  
E-mail: bartusol@fade.es

**ORTOPEDIA CENTER**

CALZADO PARA DIABÉTICOS

CALZADO DESCANSO Y BIENESTAR

C/ Grán, 3 - Gijón  
Entrada Ambulatorio de Pumarín  
Teléfono 985 34 33 76

**CROMA**  
Serigrafía

- Adhesivos
- Camisetas
- Regalos de Empresa

Tel y Fax: 985 346 667 - 985 176 126 - Móvil: 658 942 091  
Avda. Portugal, 52 bajo 33207 Gijón (Asturias)

**SAN JUAN N°6**  
33003 OVIEDO

985 22 08 40  
985 22 02 07  
Fax 985 21 62 34  
Info@hotelovetense.com

Principado de Asturias

**URIA-7**  
INMOBILIARIA

Uria, 1, bajo - 33202 Gijón  
Tels.: 985 363 654 - 985 363 655

**La Taberna del Piano**

www.latabernadelplano.com  
E-mail: restaurante@latabernadelplano.com





El Patronato Deportivo Municipal, en su amplia oferta deportiva, dispone de cursos de natación para *Personas con Discapacidad* desde el año 1996 en la Piscina Municipal de Moreda, con el siguiente horario:

- **Mañanas:** Martes y Jueves (2 turnos) a las 10:45 h. y a las 11:15 h.
- **Tardes:** Martes y Jueves (2 turnos) a las 18:45 h. y a las 19:15 h.

Esther Mañanes, la profesora encargada de los cursos nos amplía la información sobre los mismos.

### Programa Discapacitados Físicos en el Agua

Inscripciones  
Centro Médico de  
Medicina Deportiva  
Pza. de La República, s/n  
Tlf.: 985 18 17 08

#### ¿Para que patologías están especialmente indicados los cursos?

Para una gran variedad, aunque actualmente nos llegan muchas personas afectadas por lesiones cerebrales. Por lo tanto, puede haber una persona que esté operada de la espalda y tenga una movilidad relativamente alta, al mismo tiempo que otra con paraplejia y movilidad muy reducida.

#### ¿Cuáles son los fines principales de esta actividad?

Lo primero que intentamos es que los usuarios se sientan autónomos en un medio favorable como el agua, lo cual supone una mejoría psíquica. Al mismo tiempo, trabajan el tono muscular, lo cual mejora la estructura ósea. La relación con los otros usuarios supone también un incentivo añadido.

#### ¿Qué requisitos se precisan para inscribirse en los cursos?

En lo que se refiere al grado de afectación, es el médico quien decide si procede la inscripción, en todo caso, el grado mínimo de discapacidad es del 33%. La edad mínima es de siete años, al igual que el resto de los cursos para personas sin discapacidad. El número de alumnos por curso es de cinco, con dos profesores, con lo cual son muy personalizados en la práctica.



 gijón



[www.gijon.es/pdm](http://www.gijon.es/pdm)  
El Deporte en Gijón



La Tarjeta Europea de Estacionamiento podrá solicitarla toda persona que tenga minusvalía superior al 33%, mayor de tres años y que no esté imposibilitada para salir de su domicilio. La instancia ha de hacerse en la casa consistorial

presentando: fotocopia del DNI del solicitante, el dictamen técnico facultativo que acredita su grado de discapacidad expedido por el EVO [Equipo de Valoración y Orientación] y cumplimentar un impreso normalizado.

En el año 1982, en el artículo 60 de la Ley de integración social de los minusválidos, ya se contempla la necesidad de facilitar el aparcamiento de los vehículos que transporten a personas con graves problemas de movilidad. Pero no será hasta principios de 1996 cuando aparezcan las primeras plazas de **estacionamiento** para discapacitados, tras haber sido aprobada por la Junta General del Principado *la Ley 5/ 95, de 6 de abril, de promoción de la accesibilidad y supresión de barreras*, momento en que se crea un documento específico, expedido por cada ayuntamiento, para personas con dificultades para desplazarse.





# La Tarjeta de Estacionamiento, un derecho controvertido



No obstante, la tarjeta azul conocida por todos que luce en el anverso las estrellas de la Unión, no se estableció hasta finales de 1999 con el *Decreto 180/ 1999 de 30 de diciembre* del Principado de Asturias, y siguiendo la *Recomendación 98/ 376/ CE* del Consejo de Europa, en la que se decide que este nuevo identificativo, único y válido para la totalidad de los países miembros, podrá ser competencia de las autoridades regionales y locales; quedando así recogido en la *Disposición Adicional Cuarta de la Ley 19/2001 de 19 de diciembre*. Por tanto, será el ayuntamiento del municipio donde resida el interesado el que se encargue de gestionar los trámites necesarios para su obtención.

La Tarjeta Europea de Estacionamiento podrá solicitarla toda persona que tenga minusvalía superior al 33%, mayor de tres años y que no esté imposibilitada para salir de su domicilio. La instancia ha de hacerse en la casa consistorial presentando la documentación necesaria (fotocopia del DNI del solicitante, el dictamen técnico facultativo que acredita su grado de discapacidad expedido por el EVO [Equipo de Valoración y Orientación] y cumplimentar un impreso normalizado). Es imprescindible para la concesión de la tarjeta que el EVO haya determinado, previo a la solicitud, que el aspirante la necesita; si se le deniega se requerirá una nueva valoración. El documento acreditativo se concederá por el tiempo esta-

Foto: Ricardo F.



*Zona reservada para el estacionamiento de vehículos de personas con discapacidad ante el Centro de Servicios Sociales de Cangas de Onís.*

blecido por el EVO; si es permanente habrá de renovarse en el Servicio de Asuntos Sociales cada cinco años.

Los sitios reservados en cada localidad para los vehículos que trasladen a personas con dificultad para moverse no son arbitrarios o por petición de los usuarios; vienen determinados por el Artículo 12 de la Ley de promoción de la accesibilidad y supresión de barreras. En él se señala que cada 40 plazas de estacionamiento se reservará una para minusválido y otra más por cada fracción de 40; esta proporción cambiará en el momento en que el número de espacios para aparcar sobrepase los 280, entonces, se reservará uno por cada 100 o fracción de 100. Para su distribución se tiene en cuenta los lugares donde habitan y trabajan las personas con problemas motores, pero sin llegar a haber una plaza por



Este identificativo que acredita que algunas personas con discapacidad tienen serios inconvenientes para desplazarse nació con la intención de facilitar su integración social y laboral, permitiéndoles acercarse lo más posible al lugar al que se dirigen, lo que les ayuda mucho en su vida cotidiana

cada beneficiario, y los lugares más comunes adonde acuden, en particular hospitales, centros de servicios sociales, de salud etc.

Además, atendiendo a lo establecido en el Artículo 18 del *Decreto 37/2003, de 22 de mayo por el que se aprueba el reglamento de la ley de barreras del Principado de Asturias*, este distintivo facilita el aparcamiento en zonas habitualmente prohibidas para otros usuarios. Las excepciones consisten, por ejemplo, en poder permanecer más rato en los sitios de detención limitada o parar en cualquier parte de la vía pública durante el tiempo que les sea imprescindible, siempre y cuando no sea en perjuicio de peatones o del resto de vehículos.

A su vez, los poseedores de la tarjeta tienen el deber de colocarla siempre en el parabrisas del coche en lugar perfectamente visible desde el exterior, en utilizarla correctamente -es personal e intransferible-, en identificarse ante los agentes de la autoridad mediante el DNI siempre que lo requieran, y colaborar con ellos para evitar, en lo posible, los problemas de tráfico que se puedan ocasionar. El incumplimiento de cualquiera de estas obligaciones y, sobre todo, su utilización incorrecta motivará su cancelación.

Este identificativo que acredita que algunas personas con discapacidad tienen serios inconvenientes para desplazarse nació con la intención de facilitar su integración social y laboral, permitiéndoles acercarse lo más posible al lugar al que se dirigen, lo que les ayuda mucho en su vida cotidiana. Es una lástima que exista tan poca concienciación ciudadana al respecto y que, las más de las veces, las plazas de estacionamiento reservadas para ellos estén ocupadas por vehículos que carecen de tarjeta y

cuyo conductor está ausente; por furgones de descarga; por contenedores de basura o escombros; por individuos que permanecen inmóviles dentro de su automóvil negándose a abandonar el lugar por iniciativa propia o, lo que es peor, por discapacitados que no disponen de autorización. En muchas ocasiones, esto ocurre porque se desconoce el perjuicio que se ocasiona debido a una escasa información sobre los derechos que otorga el documento ideado por el Consejo de Europa.

**La tarjeta de estacionamiento es desde su aparición motivo de controversia. Todo el mundo considera que escasea el aparcamiento y que en muchas ocasiones los espacios destinados a los vehículos de las personas con dificultad para moverse contribuyen a ello. Conviene saber que en Asturias el número de plazas reservadas para ese fin es inferior al que corresponde por ley**

El documento también ha generado polémica entre las personas discapacitadas. Algunas de las que lo poseen piensan que a las demás les está siendo concedido alegremente y las que no, que se les deniega un derecho que les confiere su calificación de minusválido.

Como ya señalé, es el Equipo de Valoración y Orientación el encargado de determinar a quién se le concede la tarjeta. En el *Real Decreto 1971/1999, de 23 de diciembre, de procedimiento, declaración y calificación del grado de minusvalía* se establece un baremo a seguir para la concesión de la misma. Conviene recordar que la



principal razón por la que se implantó es facilitar la integración y el desarrollo de la persona con problemas de movilidad, que no puede utilizar los medios de transporte públicos o ello le supone un serio perjuicio para su salud. Los equipos de valoración aseguran que se atienen al baremo, pero que también son conscientes de que cada enfermedad tiene sus características y limitaciones, actuando en consecuencia, pues forman un equipo de profesionales sensibilizados con la materia.

Elma S. Vega

El pasado 29 de septiembre tuvo lugar la presentación del nuevo cuaderno cultural "Prímula" en el salón de actos del Centro de Salud Severo Ochoa de Gijón.



Esta revista que tiene una periodicidad bianual, surgió como proyecto a raíz de la celebración del Día del Libro, en el que la Biblioteca del Paciente del Hospital de Cabueñes hizo una convocatoria destinada a que los trabajadores y pacientes del hospital presentaran sus trabajos literarios, convocatoria que despertó un interés inusitado. "Descubrimos que teníamos una cantera extraordinaria" nos comentó la Coordinadora de la revista.

La mesa de presentación estuvo integrada por la Concejala de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Gijón **M<sup>ra</sup>. Antonia Fdez. Felgueroso**, por el Director Médico de Atención Primaria del Área V **José Antonio Vecino**, el Gerente del Hospital de Cabueñes, **Juán Manuel Martínez Cossent** y la Responsable de la Biblioteca del Paciente del Hospital de Cabueñes y Coordinadora de la revista, **María Aurora Rodríguez Alonso**.

# Prímula



## Cuaderno Cultural

La colaboración de la Concejalía de Asuntos Sociales del Ayuntamiento de Gijón y de la Fundación Municipal de Servicios Sociales ha sido fundamental para la puesta en marcha de este proyecto, para el que sus creadores tuvieron que constituirse en asociación.

Como el propio cuaderno proclama en su página de presentación, Prímula es un cuaderno cultural en sentido amplio, gestado, confeccionado y distribuido por un colectivo que desarrolla su actividad profesional en el Hospital de Cabueñes de Gijón y en el que colaboran los pacientes y sus familiares...

El Comité de Redacción está formado por personal sanitario del propio Hospital de Cabueñes, y coordinado por la responsable de la biblioteca del paciente **María Aurora Rodríguez Alonso**, que con mucho esfuerzo, y trabajo extra e ilusión sacan adelante este proyecto, con el que se pretende crear un vínculo de comunicación que integre a la comunidad sanitaria del Área V: **Usuarios, Personal de Atención Especializada y Atención Primaria**.



## CURSOS GRATUITOS

Todos los cursos están dirigidos a grupos de 15 personas

DIRIGIDOS A PERSONAS DESEMPLEADAS

AUTODESK INVENTOR PROFESSIONAL 8	200 horas	GIJON
INGLES GESTION COMERCIAL	200 horas	LLANES
INFORMATICA DE USUARIO	200 horas	MIERES
INFORMATICA DE USUARIO	200 horas	AVILES
DISEÑO Y MODIFICACION DE PLANOS EN 2D Y 3D	180 horas	ARNAO

### Información e inscripciones:

FOREM - c/ Las Industrias s/n - Gijón - tf: 902 932 404  
y en las Delegaciones de CC.OO. de Asturias



# IX Milla Urbana Ciudad de Oviedo

El Paseo de Las Campas de Oviedo acogió el pasado sábado 24 de Septiembre la celebración de la novena edición de la **Milla Urbana "Ciudad de Oviedo" para atletas con discapacidad, que por primer año contó con la participación de forma integrada de niños y niñas sin discapacidad** y que en distancias acordes a su edad disfrutaron de una actividad en la que el compañerismo y la participación superó al aspecto meramente competitivo.



El evento contó con el patrocinio del Ayuntamiento de Oviedo, la Dirección General de Deportes y Cajastur

La prueba, organizada por FEDEMA y FAMIS contó con la colaboración de la **Asociación de Vecinos de Las Campas** y tuvo la salida de todas las categorías de manera simultánea a las doce del mediodía, siendo en sus distintas categorías los siguientes resultados:

## TABLA DE GANADORES

### Categoría Integrada 1ª - 5 a 7 años

Masculina	Femenina
1º.- Rubén Fernández	1º.- Esther Chamadoira
2º.- Sergio González	2º.- Sandra Fernández
3º.- Borja Revuelta	3º.- Carla Martín

### Categoría Integrada 2ª - 8 y 9 años

Masculina	Femenina
1º.- Mario Fernández	1º.- Raquel Gómez
2º.- Asur Martín	2º.- Ainoa Fraile
3º.- Miguel Gómez	

### Categoría Integrada 3ª - 10 y 11 años

Masculina	Femenina
1º.- José Chamadoira	1º.- Yolanda Suárez
2º.- Cristian García	2º.- Lucía Menéndez
3º.- Omar Fernández	

### Categoría Discapacitados

Masculina	Femenina
1º.- Ángel Pereira	1º.- Rocío Redruello
2º.- Alejandro Arroniz	2º.- Marta Elena Luis
3º.- Rubén Méndez	3º.- Lorena Rebollo

En total tomaron parte 44 atletas, todos ellos premiados con medallas en un acto presidido por **D. Gerardo Antuña**, Concejal del Ayuntamiento de Oviedo y D. José Alberto Álvarez, Presidente de FEDEMA, quienes agradecieron a todos el entusiasmo mostrado en un evento que contó con el patrocinio del Ayuntamiento de Oviedo, la Dirección General de Deportes y Cajastur.



La Selección Asturiana de Tenis en silla de ruedas revalidó la medalla de plata que obtuviera el pasado año en La Coruña en este caso en la localidad madrileña de Alcobendas, y lo hizo cayendo tan solo frente a la poderosa Cataluña, campeona en las tres ediciones anteriores y en el último partido de la final.



## **Asturias plata en el Campeonato de España por Autonomías**

# Tenis en Silla de Ruedas

Un total de ocho selecciones se dieron cita en el **“III Campeonato de España por Autonomías de Tenis en silla de ruedas”**, partiendo Cataluña, Galicia, Asturias y Aragón, por este orden como los cuatro primeros cabezas de serie. **Nuestra selección, compuesta por Iván Da Silva, José Alberto Álvarez y Aladino Pandiella**, tuvo que enfrentarse en cuartos de final con los anfitriones, Madrid, a los que derrotó con mayor claridad de lo que inicialmente podía estar previsto. Da Silva se imponía al número uno madrileño, Rubén Pérez por un doble 6-1, mientras que Pandiella hacía lo propio en el duelo de número dos con Carlos Fernández por 6-1, 6-4, no siendo necesario el partido de dobles. En esta ronda, Cataluña vencía 2-0 a Extremadura, Aragón 2-0 a Andalucía y Galicia también derrotaba 2-0 a La Rioja.

En semifinales, el cruce por la parte baja del cuadro con la Selección Gallega, cuyos dos jugadores están entre los diez mejores del ranking nacional. En el partido de números dos,

Álvarez (15 del ranking nacional) caía frente a Martín Varela por 6-7 (10-12), 6-2, 7-6 (7-4), en un partido de más de tres horas. Da Silva ponía el empate en la eliminatoria al vencer al número uno gallego, Álvaro Illobre por 6-2, 6-1, dejando el pase a la final en manos del partido de dobles. En él, la pareja asturiana Da Silva/Álvarez vencía a la formada por Illobre/Varela por un doble 6-4. Cataluña en la otra semifinal se imponía 2-0 a Aragón.

La final del pasado año estaba servida. En aquella ocasión los catalanes vencieron 2-0 a los asturianos, y partían de nuevo como favoritos al tener en sus filas los dos jugadores con mejor ranking actual, Kiko Tur número uno y Cristian Mira número dos, mientras Iván Da Silva ocupa el tercer lugar debido al escaso número de torneos a los que este año ha podido asistir a causa de la preparación de su tesis doctoral. Así, Mira vencía a Pandiella por un doble 6-0, poniendo el 1-0 a favor de Cataluña. Llegó uno de los par-

tidos estrella del Campeonato, y Da Silva sacó toda su calidad y casta para derrotar a Tur por 6-4, 5-7 y 6-3, dejando para el partido del doble la disputa final del oro.

Con muchísima expectación tuvo lugar este último partido en que toda la responsabilidad recaía en la pareja catalana, doble español en la paralimpiada de Atenas y que finalmente tuvo la serenidad y fortuna en los puntos clave para derrotar al doble asturiano, Da Silva/Álvarez por un apretado 7-5, 6-4. Cataluña era oro y Asturias plata. Por su parte, Galicia vencía 2-0 a Aragón y revalidaba su tercer bronce consecutivo. En el resto de puestos de honor, Madrid vencía a Andalucía por el quinto puesto, mientras que La Rioja derrotaba a Extremadura por el séptimo puesto.



**Textos:**  
**José Alberto Fernández**  
**Presidente de FEDIMA**



Cristina Fernández

Envíe sus consultas a: [area juridica@cocemfeasturias.es](mailto:area juridica@cocemfeasturias.es)

**¿Tienen libertad las Compañías Aseguradoras para la suscripción de los seguros de Vida? ¿Cuáles son las posibles consecuencias que se derivarían de la inexactitud u ocultación de datos en el cuestionario al que nos somete la Aseguradora?**

Las compañías aseguradoras no están obligadas a suscribir un Seguro de Vida cuando una persona manifiesta su voluntad de concertarlo. El tomador del seguro tiene el deber de declarar las circunstancias que delimitan el riesgo que quiere que sea cubierto por la aseguradora ya que ésta precisa conocerlas, para decidir si le conviene asumir o no su cobertura (lo que implica que dispone de la mentada libertad de suscripción del seguro) y, para, en el caso de que decida cubrirlo, determinar la cuantía de la prima que debe pagar el asegurado (que lógicamente será mayor cuanto más alto sea el riesgo asumido por la compañía).

Si la compañía aseguradora acepta concertar el seguro de vida, somete al tomador del mismo a un cuestionario con el que tratará de conocer el riesgo que ha de cubrir (las enfermedades que el sujeto padece o ha padecido, operaciones, bajas, medicamentos que le han sido prescritos etc.). El tomador del seguro infringe su deber de declaración de la descripción del riesgo cuando no contesta correctamente a las preguntas del cuestionario, bien porque omite alguna circunstancia relevante para delimitar el riesgo o porque es inexacto lo que dice respecto de ella. En este caso el asegurador tiene la facultad de rescindir el contrato de seguro en el plazo de un mes, que se contaría desde el momento en el que el asegurador tiene conocimiento de la reserva e inexactitud del tomador del

seguro al contestar el cuestionario, y por tanto, dentro de ese plazo, habría de comunicar expresamente a éste su voluntad de rescindir el contrato. De haberse efectuado así, el contrato queda extinguido y el asegurador queda liberado de la obligación asumida.

En el supuesto de que el asegurador no ejercitara la facultad de rescisión, el contrato continuaría vigente en los mismos términos que se pactaron y, de producirse un siniestro cubierto por el seguro, el asegurador tendría obligación de indemnizar aunque alegara, para evitar dicho cumplimiento, las omisiones o inexactitudes del tomador del seguro en el cuestionario (se entiende, por tanto, que el asegurador considera irrelevantes los datos inexactos u omitidos a los efectos de rechazar el contrato o subir el importe de la prima).

Pudiera ocurrir que el siniestro cubierto por la póliza ocurriera antes de que el asegurador conociera la omisión e inexactitud de los datos facilitados por el tomador o que, de conocerlos,

no hubiera transcurrido el plazo de un mes para rescindir el contrato. En este caso, se otorga al asegurador una de estas dos facultades:

- a) Quedar liberado de su obligación de pagar la prestación convenida.
- b) Reducir la cuantía de la misma; para lo que habrá que atender a si el tomador del seguro actuó con dolo o culpa grave (ocultó o falseó los datos intencionadamente y con pleno conocimiento del engaño).

Por último aclarar que el tomador tiene el deber de declarar, con ocasión de responder al cuestionario, todas las circunstancias por él conocidas que puedan influir en la valoración del riesgo a asegurar. Sin embargo, no existirá tal deber cuando el asegurador no le someta a cuestionario o cuando en el mismo no se le pregunte acerca de dichas circunstancias (se entiende que el tomador no puede omitir o ser inexacto respecto de las que no le fueran preguntadas).



**Premios COCEMFE-ASTURIAS**

COCEMFE-ASTURIAS, celebró el pasado 18 de noviembre la Primera Edición de los Premios que llevan su nombre.

La Federación ha querido, con la creación de estos Premios en cuatro apartados diferentes, Premio Empresa a la Inserción Laboral de Personas con Discapacidad. Premio Institución Pública. Premio Medio de Comunicación Social y Premio a la Trayectoria Personal, resaltar y agradecer públicamente el trabajo y la actitud de aquellas personas e instituciones del Principado de Asturias que trabajan diariamente por un mundo más solidario y habitable para todos.

La revista "serCapaz" ofrecerá en su siguiente número, un amplio

reportaje sobre el desarrollo del acto de entrega de los premios. A continuación ofrecemos la lista de premiados en este año.

**Premiados 2005**

**Premio Empresa a la Inserción Laboral de Personas con Discapacidad 2005**  
**Grupo de Empresas El Corte Inglés**

**Premio Medio de Comunicación Social 2005**  
**Cope-Asturias**

**Premio Trayectoria Personal 2005**  
**Dña. Alicia Castro Masaveu**

**Premio Institución Pública 2005**  
**Gobierno del Principado de Asturias**

**Accessible Holiday Show**

El pasado mes de Octubre, se celebró en el Reino Unido, la primera feria dedicada exclusivamente a recursos turísticos accesibles "Accessible Holiday Show". La presencia de expositores españoles ha sido alta; algo que, más allá de la lógica competitividad entre destinos y/o proveedores de servicios, pone de manifiesto el interés y esfuerzo del sector turístico español por satisfacer las demandas de clientes con necesidades especiales en un mercado global cada día más competitivo. Si bien ciertas iniciativas aisladas que ofrecen recursos accesibles para personas con alguna discapacidad son conocidas en los países potencialmente emisores de visitantes, constatando que existen un alto desconocimiento y una gran demanda de información sobre España como destino turístico.

**Más de 700 personas de vacaciones con COCEMFE**

Un total de 709 personas de todas las Comunidades Autónomas han podido disfrutar de las vacaciones que cada año organiza COCEMFE.

El programa de Vacaciones goza de un gran éxito como lo demuestra el hecho de que este año la demanda de plazas ha sido superior al número de ellas disponibles.

Los viajes que la Confederación ha organizado van desde la playa y montaña en las Comunidades Autónomas costeras a destinos del interior de España y han estado acompañados de actividades y excursiones, a las que los participantes podían acudir de forma voluntaria, como visitas a museos, parques temáticos, fiestas de las diferentes localidades o paseos en barco.

Islantilla, Torremolinos, Lanzarote y Cáceres son los nuevos destinos que se han unido este año al Programa de Vacaciones de COCEMFE y de este modo el número de viajes ofertados ha ampliado las ofertas anteriores con lugares como Torrevejea, Almuñecar o Santa Susana entre otros.



**TRANSFORMADOS DEL ACERO, S.A.**

Polígono Industrial nº1 - 33211 Tremañes (Gijón)  
Telfs: 985 312 903 - 985 300 375. Fax 985 311 753  
tracesa@redestb.es



**grúas cuadrado, s.a.**



**INDUSTRIALES Y DE CARRETERA**  
**TODOS TONELAJES**

CENTRAL: Tel.: 985 79 25 97 • Fax: 985 79 45 22 • Nocturno: 985 14 84 84  
GRANDA - SIERO Delegaciones: Oviedo - Gijón - Avilés



Marqués de San Esteban, 21 - 7º  
33206 Gijón  
Tel. 985 359 663  
Fax. 985 358 812

**CONSTRUCCIONES Y PROMOCIONES**



Polígono de Falmuria, Nave 5 • 33438 Prendes (Correño) Asturias  
Telf.: 985 887 629 • Fax: 985 887 608 • Movil: 607 547 753





# Costa Rica

## PURA VIDA

Nuestro destino "Costa Rica" un pequeño país centroamericano de 52.000 km<sup>2</sup>. que limita al norte con Nicaragua y al sur con Panamá. Bañado por dos costas, la del mar caribe y la del océano pacífico con cientos de maravillosas playas, grandes volcanes y un sistema de parques nacionales y reservas biológicas que cubren más del 25% del territorio nacional, siendo uno de los países del mundo que más protege su increíble biodiversidad.

Nosotras como ya es costumbre nos decidimos a conocerlo por nuestra cuenta, a través de sus medios de transporte, para de este modo acercarnos más a su gente y a su modo de vida, donde nos sorprendió poderosamente su amabilidad y cariño.

Nuestra primera parada fue San José, capital de la república, una

ciudad con una población aproximada de un millón de habitantes, sus principales atractivos son además de su diversa vida nocturna, un sinnúmero de tiendas, mercados de gran colorido llenos de frutas que jamás habíamos visto y que por supuesto probamos y gran cantidad de pequeñas calles con casitas de estilo colonial español. Es una ciudad muy cosmopolita a pesar de tener pocos medios económicos y en la que destaca el Teatro Nacional, joya de la arquitectura, construido en 1890.

Nuestra primera excursión nos llevó al volcán Poas, el segundo cráter más activo y grande del mundo, luego visitamos las hermosas cataratas del La Paz y San Fernando donde se pueden observar a los colibríes y por último en un día intenso nos fuimos al río Sarapiquí donde es fácil ver sus distintas clases de monos, igua-

**Me gustaría compartir con vosotros un año más la aventura de viajar, de conocer otras costumbres, ver otros continentes y descubrir que fuera de nuestras fronteras existen paisajes y gentes dignos de conocer.**

# INFORMACIÓN ÚTIL

## Documentación



Pasaporte español con validez mínima de seis meses. Si el vuelo hiciera escala en algún punto de EE.UU., obligatorio pasaporte de lectura mecánica.

## Clima

Es un país tropical cuenta con dos estaciones lluviosa y seca la temperatura promedio anual es de 24 grados.



## Diferencia horaria

La diferencia con España es de ocho horas, a partir del mes de octubre la diferencia son siete horas.



## Electricidad

La corriente eléctrica es de 120/125 V, con enchufe tipo americano, por lo que necesitará un adaptador de clavija plana.



## Idioma

La lengua oficial es el español.

## Compras

Artesanía, que van desde objetos precolombinos, hasta otros utensilios realizados en cuero.



## Moneda

La moneda oficial es el Colon. El cambio estimado es de un dólar USA equivale a 400 Colones



## Gastronomía

El plato típico es el "Gallo pinto" a base de arroz y frijoles acompañados de carne y huevos.



## Vestimenta

Ropa ligera de algodón, imprescindible repelente de mosquitos y chubasquero.

Susana Fernández



## Propinas

La propina en los restaurantes es de un 10% y está incluida en la factura.



## Tasas del país

No incluida por Agencia, 26\$ a la llegada al aeropuerto.



**VDA.de MARTÍNEZ LAVIADA, S.A.**  
Transportes  
Cisternas-Frigoríficos- Carga General

Crta. AS-18, Km 21.9 - Puente Rocas, s/n. 33211 Gijón

Administración: Tlf. 985 167 535 - Fax 985 167 791  
Transportes: Tlf. 985 321 286 - 985 321 500 - Fax 985 327 951  
Garaje: Tlf. 985 321 833  
Taller: Tlf. 985 328 860



www.isastur.es





Sería mi mayor aspiración que estas líneas pudieran servir para incidir e influir a través de la prevención en aminorar las consecuencias tan penosas, en términos de salud y en costes personales, familiares, sociales y laborales que el Daño Cerebral genera actualmente en nuestra sociedad.

# Urge la necesidad de prevenir el Daño Cerebral Adquirido

Testimonio de esto son las cifras existentes al respecto: primera causa de mortalidad antes de los 35 años y multiplicación de las personas que sobreviven a este proceso como consecuencia de la mayor eficacia disponible de los tratamientos médicos intensivos en las últimas décadas.

Son numerosas y variadas las causas de daño cerebral adquirido. Por un lado, **existe un gran grupo de DCA debido a Accidentes cerebrovasculares** (atero-trombóticos, embólicos y hemorrágicos), principal causa de discapacidad entre las personas mayores y tercera causa de muerte por enfermedad después de la enfermedad cardiovascular y del cáncer. Desde hace décadas, en las sociedades desarrolladas, se han

promovido numerosas campañas de educación para la salud desde los servicios sanitarios y agencias locales, en que se intenta concienciar a la población general para la prevención de los factores de riesgo: tabaquismo, alcohol, obesidad, hipertensión, hiperglucemia e hiperco-

□ **Muchas personas pueden sobrevivir a este proceso como consecuencia de la mayor eficacia disponible de los tratamientos médicos intensivos en las últimas décadas**

lesterolemia y en general, estilos de vida saludable que consigan minimizar los riesgos para el desarrollo prematuro de este tipo de enfermedades.

**El otro gran grupo de DCA está constituido por el Daño Cerebral Traumático (DCT).** El DCT es una

agresión al cerebro producida por un impacto (p.ej. accidente de coche o caída), daño interno (p.ej. por arma de fuego o intervención quirúrgica) o falta de oxígeno. Aún cuando no siempre sea visible, el DCT puede producir cambios permanentes tanto físicos como emocionales, intelect-

uales y sociales en el superviviente. Los efectos a largo plazo, determinan una tremenda carga tanto emocional como económica para la familia del paciente y para los sistemas sanitarios debido al alto coste y, a menudo, larga duración de las necesidades sobrevenidas.



En España no existe un registro de casos acerca del daño cerebral traumático y los estudios epidemiológicos se centran en investigaciones puntuales y locales. En Estados Unidos la incidencia media de daño cerebral traumático, se sitúa en 200 por 100.000 habitantes, que **extrapolado a Asturias supondrían alrededor de 2.200 nuevos casos anuales**. La mayoría de los casos están relacionados con accidentes de tráfico. Restando la proporción de pacientes fallecidos y aquellos que se recuperaron sin déficit significativo, **se obtiene una tasa anual de pacientes con incapacidades por DCA de 33/100.000 habitantes (360 nuevos casos anuales en Asturias)**. Se estima, además, que 62,3 de cada 100.000 adultos por encima de los 15 años viven en la comunidad con un deterioro funcional permanente debido a daño cerebral traumático, lo que supone en Asturias un número aproximado de 685 individuos. En España, según estas tasas, existiría un accidente cada 5 minutos, cada 10 minutos un herido grave y cada hora un fallecido (generalmente un joven).

Se estima que 62,3 de cada 100.000 adultos por encima de los 15 años viven en la comunidad con un deterioro funcional permanente debido a daño cerebral traumático, lo que supone en Asturias un número aproximado de 685 individuos

Tal es la magnitud del fenómeno de los traumatismos craneoencefálicos y del Daño Cerebral Traumático en general. De este conjunto de cifras se derivan varias reflexiones: el daño cerebral traumático es un problema sanitario de primer orden; su rehabilitación es una demanda social que hay que afrontar; y la que nos atañe a todos que es la trascendencia de estrategias eficaces de prevención de los traumatismos craneoencefálicos en la población general.



### ¿A quién afecta el daño cerebral traumático?

El daño cerebral traumático afecta con una incidencia doble a hombres respecto a las mujeres (2,5:1). Además, existe una mayor mortalidad también entre los hombres, lo que indicaría que estos sufren lesiones más graves (3,5:1) (Kraus y MacArthur, 1996).

Por grupos de edades, el riesgo es mayor en individuos entre 15 y 24 años. Así, el daño cerebral traumático es la principal causa de muerte y discapacidad entre niños y adultos jóvenes. Este riesgo también se incrementa por encima de los 60 años. Las investigaciones sugieren que los residentes en áreas rurales tienen unas tasas ajustadas por edad mayores, tanto para lesiones fatales, como para aquellas que requieren hospitalización (una media de 97,8/100.000 para áreas urbanas y de 172,1/100.000 para las rurales (Gabella et al., 1997).

### Consecuencias del daño cerebral traumático

#### Físicas

- 1 Alteraciones del lenguaje, pérdida de visión y audición, cefaleas, espasticidad muscular, parálisis muscular, otras alteraciones sensoriales, epilepsia.

#### Cognitivas

- 2
  - Déficits de memoria (de trabajo, a largo plazo, ...).
  - Alteraciones de la atención y la concentración.
  - Deterioro de la percepción y la comunicación.
  - Dificultades con la lectura, escritura.
  - Deterioro de la capacidad de planificación.
  - Alteración de otras funciones ejecutivas.

#### Deterioro psicosocial, conductual y emocional

- 3 Fatiga, cambios de humor y labilidad afectiva, ansiedad depresión, descontrol/disfunción sexual, falta de motivación, alteraciones en las habilidades interpersonales y sociales, deterioro de las habilidades

- 4 Todos estos elementos pueden determinar **distintos niveles de pérdida de la autonomía, de la realización de actividades de la vida diaria y de participación en las diversas actividades sociales y laborales; en definitiva, de discapacidad.**

### El perfil del afectado por Traumatismos craneoencefálicos

- Chico/a entre 18 y 30 años.
- Estudia y/o trabaja.
- Sufre un accidente, normalmente de tráfico.
- Entra en coma.
- Sale del coma y pasa un tiempo en el hospital.
- Abandona el hospital con secuelas físicas importantes aunque recuperables, además de la lesión cerebral por traumatismo craneoencefálico.
- El retroceso intelectual y educacional que se deriva de su lesión cerebral no le permite continuar con sus estudios, ni con sus amigos, ni con su novio/a; en definitiva, se produce una ruptura total con el entorno en general.
- De su vida anterior al accidente no queda nada que se conserve tal y como era.
- Para poder llevar una vida propia necesita necesariamente de planes específicos que le permitan poder continuar su desarrollo personal y acceder a un puesto de trabajo, para lo que es fundamental que se realice una rehabilitación precoz.

### Estrategias específicas de seguridad y prevención para evitar el Daño Cerebral



#### Prevención de accidentes de tráfico (Vehículos y peatones)

- Respetar las normas de tráfico, y usar siempre el cinturón de seguridad y el casco cuando vayas en moto.
- No entrar ni salir de un vehículo por el lado prohibido.
- Hablar y jugar calladamente para no distraer al conductor.
- Mantenerse sentado y guardar cabeza, piernas y brazos dentro del vehículo.
- Evitar como peatón la zona de exclusión visual del conductor de autobús (tres metros por delante y por atrás del autobús).
- Los peatones deben siempre caminar por las aceras o en el lado de la vía que enfrente al tráfico.
- Cuando cruce una calle, siempre detenerse y mirar a la izquierda, derecha e izquierda de nuevo antes de cruzar.
- No jugar en una calle o entrada de autos.
- No mover a una víctima atrapada en un automóvil. Dejarlo allí excepto cuando hay peligro de fuego.

#### Prevención de accidentes por estrangulación y asfixia

- Los adultos deben siempre supervisar a los niños que juegan con globos.
- Siempre use los globos de aluminio llenos de helio en vez de los de látex.
- Aumentar la seguridad con detectores de monóxido de carbono cercanos al horno de la cocina.
- Guardar siempre las bolsas de plástico fuera del alcance de los niños.
- Quitar las puertas de refrigeradores y congeladores desechados.
- Aprender a comer en pequeñas fracciones de alimento y bien masticadas.
- Mantener prudencia con ropas sueltas, capuchas, reducir longitud de los cordones, etc., en los niños.

**LA TORRE**  
RESTAURANTE  
BODAS Y BANQUETES

Ctra. Oviedo - Gijón, Km. 12  
Tels. 985 261 498 - 985 262 844  
33192 Pruvia - Llanera

**ASTUR TELECOM**

Edificio Centroelena - Planta 3ª - Parque Tecnológico de Asturias - 33428 Llanera  
Tel. 902 515 902 - Fax. 985 037 115  
e-mail: asturtelecom@asturtelecom.net

**DUA**  
CONSTRUCCIONES  
DESARROLLOS URBANOS ASTURIAS

Magdalena, 3 - 33009 Oviedo / Tel. 985 227 630 / Fax. 985 208 660

**SEM** SISTEMAS ESPECIALES DE METALIZACIÓN, S.A.

- Instalaciones automáticas de granallado y pintado de chapas y perfiles.
- Tratamiento de granallado y pintado en cabina semiautomática.
- Metalización con zinc, aluminio, bronce, cobre, etc.
- Recargues con aceros especiales.
- Fabricación de equipos.

Calzada Alta, s/n. - 33212 GIJÓN  
Tel. 985 322 400 Fax. 985 329 904



### Prevención de accidentes de ciclismo

- Obedecer siempre las normas de tráfico.
- Siempre usar una bicicleta del tamaño correcto del ciclista (debe tocar ambos pies en el suelo mientras se sienta en el sillín).
- Mantener en perfecto estado la bicicleta.
- Equipar a la bicicleta con los reflectores, faro de luz y timbre.
- Siempre llevar un casco homologado.
- Siempre conducir la bicicleta en el lado derecho del sentido del tráfico.
- Nunca cargar con un pasajero en una bicicleta individual.
- Tienen siempre preferencia los peatones en los cruces callejeros y en las aceras.
- Siempre controlar los autos que salen de los vados, otras calles, etc.
- Caminar con la bicicleta por las intersecciones y cruces del ferrocarril.
- Llevar puesto ropa luminosa y pegatinas reflectantes.

### Prevención de accidentes por actividades deportivas y recreativas

- Siempre llevar el equipo protector apropiado diseñado específicamente para cada deporte o actividad particular.
- En las actividades que lo requieran (ciclismo, hípica, patinaje, monopatín, montañismo, ...) lleve siempre puesto el casco reglamentario.
- Aprender la RCP y primeros auxilios.
- Nunca nadar o jugar en el agua los niños sin vigilancia adulta.
- Llevar siempre un chaleco salvavidas en las actividades acuáticas.
- Al entrar en zona de baño desconocida siempre hágalo primero a pie.
- Siempre nadar con un compañero.
- Compruebe siempre la profundidad para poder zambullirse o bucear.
- No se zambulla en la proximidad de otros nadadores.
- Siempre camine y nunca corra en una piscina.

### Prevención de accidentes de arma

- Deben enseñarse a los niños y jóvenes habilidades para la solución no violenta de los conflictos.
- Prevenir el acceso a las armas de fuego guardando todas las armas y munición separadamente en áreas cerradas con llave.
- Los jóvenes cazadores deben entender las reglas involucradas en la seguridad del arma.

Dr. Miguel Ángel Martínez Antón. Médico Psiquiatra  
Colaborador Asociación Cébrano



AYUNTAMIENTO DE LLANERA



1ª EMPRESA ASTURIANA DEL SECTOR  
Certificada en Calidad y Gestión Medioambiental  
(ISO 9.000 e ISO 14.000)

Limpeza integral de vehículos y tratamientos de chapas  
Limpeza de edificios, locales y persianas a domicilio

Pol. Asipo C/B - Parc. 60 - Nave 5  
33428 LLANERA - ASTURIAS  
Tel. 985 264 193 · Fax. 985 265 967  
itma@itmasal.com  
www.itmasal.com



Tif. 985 260 424 - Fax 985 264 415

-Toldos de camión  
-Toldos de fachada  
-Carpas (Venta y alquiler)

Polg. Ind. SILVOTA  
C/ Peñarredonda, 36  
33192 LLANERA (ASTURIAS)

www.toldoastur.com  
e-mail: carlos@toldoastur.com



APSA  
COMERCIAL TÉCNICA INTEGRAL

PROYECTOS DE EQUIPAMIENTO INTEGRAL PARA OFICINAS

PAPelería TÉCNICA, MATERIAL DIDACTICO, EQUIPOS AUDIOVISUALES, ETC.

Polígono de Roos 3 - Benjamín Franklin, 3 - 33211 - Espón - Asturias  
Teléfono: 985 16 86 86 - Fax: 985 16 74 04 - E-mail: apsa@apsanet.com





## Zumos Naturales

El cambio de estación invita a iniciar una dieta depurativa y desintoxicante. Para vivir la primavera, o el otoño con más energía vital y bienestar te aconsejamos pruebas a beber tres o cuatro veces por semana, los siguientes zumos:

- ▶ Repollo, tomate, poner una pizca de sal, aceite de oliva y limón.
- ▶ Zanahoria y naranja.
- ▶ Naranja y limón.
- ▶ Lechuga, cebolla y limón.
- ▶ Acelga y tomate.
- ▶ Zanahoria y uva blanca o negra.

### Ingredientes para 4 personas:

1 L. de leche, 125 grs. de harina, 100 grs. de mantequilla, Nuez moscada, Pimienta blanca, Sal, Marisco.

### Elaboración:

Hervir la leche y dejar enfriar. Derretir la mantequilla. Añadir la harina y rehogar 2 minutos a fuego lento sin dejar de remover.

Verter, fuera del fuego, un poco de leche removiendo muy rápido para que desaparezcan los grumos. Poner a fuego lento e ir incorporando la leche poco a poco removiendo enérgicamente.

Añadir sal, pimienta y nuez moscada. Dejar cocer unos 15 minutos. Dejar enfriar la masa y luego rebozar las croquetas en harina, huevo y pan rallado. Freír en aceite caliente.

## Croquetas de Marisco



## Lomos de Merluza en Salsa Verde



### Ingredientes para 4 personas:

Lomos de merluza, harina, aceite, ajo, perejil, fumet, cocochas, gambas peladas, almejas y sal.

### Elaboración:

Ponemos una cazuela de barro con aceite y ajo laminado al fuego. Cuando el ajo está dorado, añadimos el fumet removiendo para que no salgan grumos, añadimos el perejil y un diente de ajo machacado y dejamos dar un hervor. Posteriormente añadiremos los lomos de merluza enharinados, con la piel hacia arriba, las cocochas, las gambas y las almejas. Comprobamos el punto de sal y le damos la vuelta a la merluza. Metemos al horno.

## Charlota de Castaña

### Ingredientes para 4 personas:

500 grs. de castañas confitadas, 4 cucharadas de azúcar glass, 1/2 vaso de nata líquida, 150 grs. de mantequilla, 6 huevos y 200 grs. de chocolate amargo.

### Elaboración:

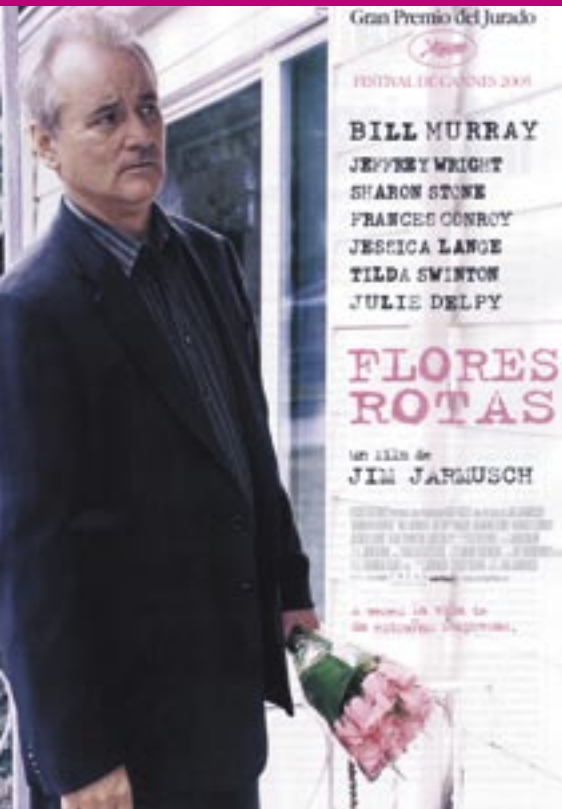
Desmenuce las castañas confitadas en un recipiente, pasándolas por la batidora con 1/2 vaso de nata, y forme una crema. Bata 100 grs. de mantequilla, agréguela a la crema de castañas, y añada 6 yemas y 4 claras montadas a punto de nieve. Mézclelo con cuidado, para que no se baje el compuesto, y viértalo en un molde untado con mantequilla. Ponga el recipiente al baño María, y déjelo cocer en el horno durante 30 minutos, procurando que el agua no llegue a hervir. Prepare la crema de chocolate 10 minutos antes de que la charlota esté lista: ponga el chocolate troceado en una cacerola con medio vaso de agua, derrítalo a fuego muy lento, y cuézalo durante 15 minutos, sin dejar de remover. retírelo del fuego, agregue la nata restante y una cucharada de mantequilla, removiendo hasta que se disuelva.

Una vez transcurrido el tiempo indicado, vuélquela sobre una fuente para postres, y vierta en el hueco central la crema de chocolate bien caliente. Sirva el plato enseguida y, si lo desea puede decorarlo con castañas a su alrededor.



## Cine

## Flores Rotas



"Flores rotas", la ganadora del Premio del Jurado en la última edición del Festival de Cannes, es una comedia dramática que dirige Jim Jarmusch y protagonizan Bill Murray, Sharon Stone, Jeffrey Wright y Julie Delpy.

Don Johnston (Bill Murray) recibe -en una carta plegada en el interior de un sobre rosa- una noticia que trastoca su tranquila existencia: hace veinte años, con una de las numerosas mujeres con las que se acostaba, tuvo un hijo que ahora quiere conocer a su padre.



## Libro

De: Oliver Sacks  
Editorial: Anagrama

Se ha convertido inmediatamente en un clásico y a consagrado a su autor como uno de los grandes escritores clínicos del siglo. Oliver Sacks narra veinte historias médicas de pacientes perdidos en el mundo extraño y aparentemente irremediables de las enfermedades neurológicas.

Se trata de casos de individuos aquejados por inauditas aberraciones de la percepción que han perdido la memoria, y con ella, la mayor parte de su pasado...

## Consola PSP

El mundo recibe con los brazos abiertos al nuevo y revolucionario sistema de entretenimiento portátil de Sony Computer. No solo podemos jugar, la PSP también es un reproductor de música y vídeo. Con su impresionante pantalla panorámica LCD de 4,3 pulgadas y formato 16:9, PlayStation Portable te permitirá disfrutar de todas tus formas de entretenimiento favoritas.





**COCEMFE-ASTURIAS**

C/ Doctor Avelino González, 5 bajo. 33211 Gijón (Asturias)  
[www.cocemfeasturias.es](http://www.cocemfeasturias.es) - [federacion@cocemfeasturias.es](mailto:federacion@cocemfeasturias.es)

Tlf.: 985 396 855 Fax: 985 990 756

## Asociaciones Federadas a COCEMFE-ASTURIAS

**FRATER**

(Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad)  
 C/ San Isidoro, 2 bajo Izda. 33003 Oviedo  
 Tlf.: 985 222 521

**ALCER**

(Asoc. para la Lucha contra las Enfermedades Renales)  
 C/ Emilio Rodríguez Vigil, s/n 3º. 33006 Oviedo  
 Tlf./Fax: 985 256 250

**UMA**

(Unión de Discapacitados del Principado de Asturias)  
 C/ Balmes, 19 bajo. 33204 Gijón  
 Tlf./Fax: 985 360 438

**ELA Principado**

(Asoc. Contra la Esclerosis Lateral Amiotrófica)  
 C/ San Rafael, 22. 33209 Gijón  
 Tlf./Fax: 985 163 311

**DIFAC**

(Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca)  
 C/ Sabino Álvarez Gendín, 26 bajo. 33400 Avilés  
 Tlf./Fax: 985 551 501

**CÉBRANO**

(Asoc. de Afectados por Lesión Cerebral Sobrevvenida)  
 C/ Cptan. General Gutiérrez Mellado, 6 4º A.  
 33510 Pola de Siero. Tlf./Fax: 985 726 470

**AADEM**

(Asoc. Asturiana de Esclerosis Múltiple)  
 C/ Monte Gamonal, 37 bajo. 33012 Oviedo  
 Tlf./Fax: 985 288 039

**AENFIPA**

(Asoc. de Enfermos de Fibromialgia del Princp. de Asturias)  
 Centro Social el Cristo. C/ Burriana, 1. 33006 Oviedo  
 Tlf.: 687 469 175

**FQ**

(Asoc. Asturiana contra la Fibrosis Quística)  
 C/ Jacinto Benavente, 13. 33013 Oviedo  
 Tlf./Fax: 985 96 45 92

**ALAS**

(Asoc. Lúpicos de Asturias)  
 C/ Instituto, 17 2ºA. 33201 Gijón  
 Tlf.: 985 172 500 - Fax: 985 170 538

**AHEMAS**

(Asoc. de Hemofilia de Asturias)  
 Hospital Central. C/ Julián Clavería, s/n. 33006 Oviedo  
 Tlf.: 985 230 704 - Fax: 985 600 355

**PRÁMARO**

(Asoc. Prámaro para la Integración de los Discapacitados)  
 Casa de Cultura. C/ Cerro de la Muralla, s/n. 33820 Grado  
 Tlf.: 657 138 199

**Asociación Parkinson Asturias**

C/ Mariscal Solís, 5. 33012 Oviedo  
 Tlf./Fax: 985 237 531

**ADAFA**

(Asoc. Democrática Asturiana de Familias con Alzheimer)  
 Avda. de Galicia, 62. Dpcho. Nº 8. 33212 Gijón  
 Tlf./Fax: 985 321 525

**ACCU-Asturias**

(Asoc. Enfermos de Crohn y Colitis Ulcerosa)  
 C/ La Paz, 1 bajo. 33209 Gijón  
 Tlf./Fax: 985 091 237

**Asociación Asturiana de Neurofibromatosis**

Hotel de Asociaciones de Santullano  
 Avda. Fernández Ladreda, Nº 48. 33011 Oviedo  
 Tlfs.: 985 201 360/717 146 - Fax: 985 218 000

## SUBSCRIPCIONES Y COLABORACIONES

**CONTACTAR CON**

Redacción serCapaz. Grupo Iniciativas, s.l.  
 Dr. Avelino González, 5 bajo 33211 Gijón, Asturias (España)  
 Tlf.: 985 392 290 - Fax: 985 990 187 - e-mail: [comunicacion@cocemfeasturias.es](mailto:comunicacion@cocemfeasturias.es)





**La Fundación FAEDIS, cuyo nombre completo es *Fundación Asturiana para la Promoción del Empleo y la Reinserción Socio-Laboral* de personas con discapacidades y en Grave riesgo de Marginación, nace en 1993 con la finalidad de acompañar a las personas con discapacidad en todo el proceso de búsqueda de empleo, de formación o de creación de su propia empresa**

**La Fundación se creó por iniciativa del *Gobierno del Principado de Asturias*, sumándose en aquel primer momento *Caja de Asturias* y la *Asociación Telefónica para Asistencia a los Minusválidos (A.T.A.M.)* Posteriormente se incorporaron al Patronato de la Fundación la *Federación Asturiana de Empresarios (FADE)*, la *Organización Nacional de Ciegos (ONCE)* y los *Sindicatos UGT y Comisiones Obreras*.**



*El ámbito de actuación es el Principado de Asturias, contando con usuarios en la mayor parte del territorio asturiano. Las actividades que desarrolla la Fundación FAEDIS para cumplir sus fines se pueden resumir de la siguiente forma:*

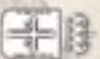


C/ Asturias, 25 - 33004 Oviedo  
Tlfno. 985 96 30 76  
e-mail: [faedis@fade.es](mailto:faedis@fade.es)

- *Información actualizada sobre recursos específicos o generales de formación y empleo.*
- *Orientación laboral individualizada.*
- *Talleres de Búsqueda Activa de Empleo como acciones de entrenamiento en este proceso y foro para que nuestros usuarios compartan sus experiencias en la búsqueda de un puesto de trabajo.*
- *Contactos con empresas para la captación de ofertas laborales e información acerca de la contratación de personas con discapacidad.*
- *Asesoramiento a personas con discapacidad que deseen crear empresa o autoemplearse.*
- *Acercar las nuevas tecnologías y la sociedad de la información a este colectivo, mediante el mantenimiento de una zona de Navegación por Internet de uso libre para las personas con discapacidad.*
- *Talleres de Internet, como actividades de alfabetización digital*
- *Colaboración con Asociaciones, Instituciones, profesionales y cualquier otra entidad.*

**Estos servicios son totalmente gratuitos y el único requisito para su utilización es que la persona esté en posesión del Certificado de Minusvalía.**





GOBIERNO DEL  
PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE INDUSTRIA Y EMPLEO



**AVANZA**  
de Asturias

100% ASTURIANAMA  
100% ÚTIL  
100% ÚNICO  
100% CREATIVO  
100% DIFERENTE  
100% HECHO A MANO

HECHO EN ASTURIAS