

serCapaz



ENTREVISTA



Agustín Iglesias Caunedo
Alcalde de Oviedo

**I Jornada de Accesibilidad
de Cocemfe Asturias**

**POR UN ENTORNO
ACCESIBLE**

ACTUALIDAD



**Actos del Día Mundial
de las EE.RR**



Mario García
reelegido Presidente
de COCEMFE ASTURIAS



Servicio Municipal de Piscinas

CURSOS DE DISCAPACITADOS FÍSICOS

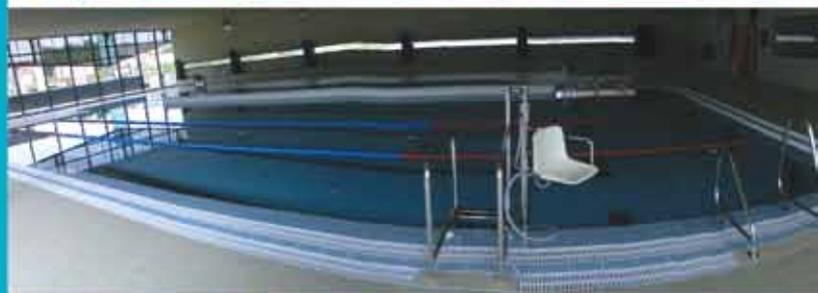
- Complejo Deportivo Moreda-Natahoyo.
- Martes y jueves de octubre a junio.
- Objetivos: adaptación al medio acuático en función de las posibilidades motrices de cada alumno.
- Inscripciones en el Centro de Medicina Deportiva.

Con el patrocinio de:



PISCINAS PARA TODOS

- Accesibilidad desde la calle.
- Vestuarios específicos para discapacitados.
- Sillas hidráulicas para facilitar el acceso al agua.



Aquí nadamos todos



SUMARIO

ASOCIACIONES

- 04 ELA PRINCIPADO
16 AMDAS LA FONTE

ACTUAL

- 26 Entrevista a Agustín Iglesias Caunedo
Alcalde del Ayto. de Oviedo
29 Mario García reelegido
Presidente de Cocemfe
30 serCapaz número 50
32 Día Mundial de las EE.RR
36 I Jornada de Accesibilidad
de Cocemfe Asturias
Por un entorno Accesible
42 Novedades legislativas en el área
laboral que afectan a las personas
con discapacidad

ESPACIO ABIERTO

- 44 Entrevista a Juan Lara. Presidente de
la Plataforma de ONG de Acción Social
47 Breves

VIVIR

- 49 Ocio



serCapaz Nº 50.

Consejo de redacción:

Mónica Oviedo y Eva de las Heras.

Publicidad: Susana Fernández

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

Diseño y Maquetación:

C.E.E. Grupo Iniciativas de Comunicación Integral, S.L.

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

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

info@grupoiniciativas.com - www.grupoiniciativas.com

Impresión y Fotomecánica: Ecoprint (Asturias).

Colaboradores: Ana M^a Boullosa, Rafael Escandón,
Carmen Beloy, María Dolores Mud, Verónica Feito,
Conchi Fernández y Miguel Mateos.

Las opiniones expresadas por los colaboradores reflejan únicamente las ideas de los mismos.

Está prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos de esta revista sin la autorización del Editor.

Para contactar: comunicacion@cocemfeasturias.es

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



EDITORIAL

Esta edición de **serCapaz** que tienes en tus manos, aparentemente es sólo una más de las tantas que a lo largo de más de doce años te hemos venido ofreciendo. Sin embargo tiene una peculiaridad, y es que hace el número cincuenta de esta publicación con la que pretendemos mantener viva la comunicación con todos nuestros lectores.

No queremos hoy incidir en las dificultades que tuvimos y seguimos teniendo para llegar hasta aquí, especialmente en los últimos tiempos. Ahora sólo deseamos celebrarlo con vosotros, y para ello os ofrecemos un número especial en el que hacemos un recorrido a través de las portadas de todos los números editados en el transcurso de la vida activa de **serCapaz**.

Independientemente de este viaje al pasado, la actualidad está también muy presente en estas páginas, y por ello queremos contaros asuntos de gran calado, como la Primera **Jornada de Accesibilidad** organizada por Cocemfe Asturias bajo el título "*Un Entorno Accesible*", que convirtió a Gijón en un referente de los conocimientos y experiencias de una cuestión vital, cuya resolución tanto afecta a la vida cotidiana de las personas con discapacidad.

También queremos destacar de entre los muchos e interesantes contenidos, la celebración del **Día Mundial de la Enfermedades Raras**, la entrevista que el alcalde de Oviedo, **Agustín Iglesias Caunedo** ha tenido la amabilidad de concedernos, así como la reelección de **Mario García como Presidente de Cocemfe Asturias**, con el 99% de los votos, en un momento tan difícil, cuando más que nunca las organizaciones necesitamos líderes comprometidos y con experiencia que sigan en su tarea de sortear los tremendos escollos que amenazan nuestra labor.

LOS DATOS DE CARÁCTER PERSONAL

de los suscriptores de la revista serCapaz se encuentran incorporados a un fichero titularidad de Cocemfe Asturias, cuya finalidad es la gestión de la misma.

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

COCEMFE ASTURIAS

Dr. Avelino González, 5 bajo. 33211-Gijón
comunicación@cocemfeasturias.es

Fax: 985 95 07 56



Participarán unas 294 personas con ELA de aproximadamente 37 centros en todo el mundo.

NUEVO ENSAYO CLÍNICO: OZANEZUMAB

Ya está todo preparado para que próximamente comience un nuevo estudio en la ELA. Participarán unas 294 personas con la patología de aproximadamente 37 centros en todo el mundo. El objetivo principal es evaluar el efecto del fármaco Ozanezumab en la función física y la supervivencia de las personas con ELA durante un período de tratamiento de 48 semanas. El propósito último de esta investigación es encontrar un tratamiento eficaz para la ELA.

Los objetivos secundarios incluyen la evaluación de otros resultados clínicos asociados con ELA (función respiratoria, fuerza muscular, supervivencia libre de progresión y la supervivencia global) en apoyo del objetivo principal. También se evaluará la calidad de vida, la seguridad, la tolerabilidad, la inmunogenicidad y la farmacocinética (Ozanezumab y Riluzol).

¿QUÉ ES EL GSK1223249?

Es un anticuerpo monoclonal humanizado contra el **Nogo-A**, un inhibidor del crecimiento neurítico la hipótesis de estar involucrados en la fisiopatología de la ELA y algunos otros trastornos neurodegenerativos.

Por tanto, la posibilidad de bloquear el efecto inhibitorio de esta proteína tras el daño neuronal y de sus dos dominios (amino-nogo y nogo-66) tiene gran importancia en la protección y restauración de las neuronas.

NUEVO ENSAYO

Este estudio será un ensayo aleatorio, investigación doble ciego, controlados con placebo, de grupos paralelos de la eficacia y seguridad de la vía intravenosa de Ozanezumab (GSK1223249) comparado con el placebo en personas con ELA.

Tras un período de observación de hasta cuatro semanas, los pacientes serán asignados en igual número (1:1) para recibir placebo o medicamento por vía intravenosa y aumentando las dosis secuenciales (15 miligramos (mg) / kilogramo (kg) IV Ozanezumab), cada 2 semanas durante un período de 48 semanas con un seguimiento visita alrededor de las 14 semanas después de la última infusión. Esta investigación está previsto que finalice en mayo de 2015.

CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- Pacientes con diagnóstico de ELA familiar o esporádico.
- Evolución de la enfermedad no superior a 30 meses desde el inicio de los síntomas.
- Capacidad Vital lenta (SVC) de al menos el 65%.
- Si el paciente está tomando Riluzol, la dosis debe haberse mantenido estable durante al menos 28 días antes del inicio del ensayo.
- Edad entre 18-80 años, ambos inclusive.
- Podrán participar mujeres no fértiles, y si lo son, deberán acordar utilizar los métodos anticonceptivos adecuados.
- Aspartato aminotransferasa (AST) o alanina aminotransferasa (ALT) ≤ 2 x límite superior normal (LSN); fosfatasa alcalina y bilirrubina ≤ 1.5 xULN.
- QTc (QTcB y QTcF) < 450 milisegundos (MS) o < 480 ms para sujetos con bloqueo de rama en proyección y referencia (promedio de ECGs triplicados).

CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

- Pacientes con otros trastornos neuromusculares (incluyendo una historia de la poliomielitis) que, en opinión del investigador, puedan haber contribuido a la atrofia muscular o debilidad causada por la ELA.
- Los pacientes con Esclerosis Lateral Primaria o complejo Ela-demenia-parkinsonismo.
- Los pacientes que requieran ventilación no invasiva o mecánica (la ventilación no invasiva para la apnea del sueño está permitida bajo supervisión del investigador).
- Pacientes con marcapasos diafragmático.
- Presencia de cualquiera de las siguientes condiciones clínicas: abuso de drogas o alcoholismo, hipertensión no controlada, enfermedades infecciosas o enfermedades psiquiátricas inestables.
- Personas, que a juicio del investigador, impliquen un elevado riesgo de suicidio.
- Historia actual o crónica de enfermedad hepática, anomalías hepáticas o biliares (con la excepción del Síndrome de Gilbert o cálculos biliares asintomáticos), presencia de antígeno de superficie de Hepatitis B positivo o de anticuerpos de la Hepatitis C.
- Personas que hayan participado en un ensayo clínico que implique haber recibido un producto biofarmacéutico dentro de 6 meses anteriores al primer día de dosificación del ensayo.
- Exposición a agentes no biológicos experimentales superior a 1 mes o 5 vidas medias antes de la fecha de consulta prevista (lo que sea mayor).
- Antecedentes de sensibilidad al Ozanezumab, o sus componentes, o un historial de alergias a otros fármacos que, en opinión del investigador, contraindiquen la participación en el estudio.

MÁS INFORMACIÓN EN
www.clinicaltrials.gov



NUEVA PROTEÍNA PUEDE AYUDAR A DETECTAR ELA Y DEMENCIA

Investigadores de la Clínica Mayo, en Jacksonville, Florida, descubrieron una proteína anormal que se acumula en el cerebro de muchos pacientes con dos desórdenes neurodegenerativos - esclerosis lateral amiotrófica, también denominada enfermedad de Lou Gehrig (ELA), y demencia frontotemporal. Ellos dicen que sus hallazgos han descubierto un potencial nuevo blanco terapéutico y biomarcador que podría permitir a los clínicos confirmar el diagnóstico de la enfermedad. El estudio fue publicado online el 12 de febrero en el *journal Neuron*.

Han descubierto un potencial nuevo blanco terapéutico y biomarcador que podría permitir a los clínicos confirmar el diagnóstico de la enfermedad.

El equipo de investigación de la Clínica Mayo, liderado por el científico del campus de Florida de Mayo, descubrió la patología de la proteína anormal que llamaron **C9RANT**. Un error en el altamente regulado proceso celular, a través del cual las proteínas se generan, causa la producción anormal de C9RANT. El equipo desarrolló un anticuerpo que puede detectar la proteína específica insoluble que las agrupa y está presente en pacientes con mutaciones en el gen C9ORF72, que fue previamente identificado por los investigadores de la Clínica Mayo como la causa genética más común de ELA y demencia frontotemporal.



ARTE EN ASEMPA Y TRATAMIENTOS

Entre el 10 al 31 de enero ha tenido lugar la 1ª Exposición de Pintura y Escultura de ASEMPA.



El lugar elegido para ver las obras ha sido la Sala de Exposiciones "ARISTAS" cerrando el acto con el sorteo de uno de los cuadros expuestos por uno de los artistas.

Queremos agradecer desde estas páginas la amabilidad de los grandes artistas como: Juan José Vallina del Nilo, Diana Coanada, Rafael Cobo, Margarita Gonzalez Pérez, Ángel Polo, Marta Cuevas, Gómez Bleda, Raquel Miranda, Ras, Mariana Ladero, Méndez, Charo Garpe, Rolan, Elena Castellanos, Vázquez, Trinidad Formoso, Chávez, Gentili, José del Riego, Manolo Oses, Carmen Montes, M^o Bel Fernández Arganza, Belén García, Ana Belén González, Mercedes Noriega.



TRATAMIENTOS COMPLEMENTARIOS

En la revista 48 de serCapaz se hizo mención al tratamiento de rehabilitación intensiva al que se han sometido 3 socios de ASEMPA, "Lokomat- Método Therasuit". Hoy hablamos de inmunoglobulinas, terapia con imanes, electro-neuro-transmisores o el recurrir a la homeopatía para complementar los cuidados en la salud.

1.- INMUNOGLOBULINAS:

Han sido utilizadas en Charcot Marie Tooth, Neuropatía motora Focal, Miositis por cuerpos de Inclusión.

Son proteínas que actúan como anticuerpos. Se producen como respuesta a la detección de moléculas extrañas llamados antígenos. Se distinguen diversos tipos y forman cadenas, donde los enlaces pueden tener interacciones no deseadas. Suelen ser tratamientos intravenosos en 5 días consecutivos durante 5- 6 horas. Según la patología se repite este tratamiento al paso de varios meses.

En varios casos, al no ver una evolución significativa se ha dejado de suministrar este tratamiento, es decir, no se ha visto detener la evolución de la Enfermedad Neuromuscular, ni efecto alguno en el nivel de fuerza; la patología sigue su ritmo y evolución

INMUNOGLOBULINAS	ELECTRO-NEURO-ESTIMULADOR	TRATAMIENTO CON MYOZIME	TRATAMIENTO CON IMANES
<p>Suelen ser tratamientos intravenosos en 5 días consecutivos durante 5- 6 horas. Según la patología se repite este tratamiento al paso de varios meses.</p>	<p>Se trata de un aparato que se coloca en la columna, cerca de la médula espinal. A través de un ordenador se controla la intensidad deseada para provocar el estímulo y que la persona vuelva a sentido en zonas como los pies.</p>	<p>Su tratamiento consta de la inyección intravenosa de la encima que está ausente en esta persona. Demuestra un efecto positivo de sustitución enzimática y mejora la resistencia funcional y la fortaleza músculo-esquelética.</p>	<p>Consiste en poner imanes, forrados de cuero, en el sistema nervioso y en partes específicas del cuerpo encima de la ropa. Tratamiento temporales para observar la evolución.</p>

habitual. Se propone otro tratamiento más agresivo con efectos secundarios como bajada elevada de las defensas, debilidad muscular, entre otros, por tanto a día de hoy muchos están sin tratamiento.

2.- ELECTRO-NEURO-ESTIMULADOR:

Se ha utilizado en Charcot Marie Tooth con afectación en extremidades inferiores.

Se trata de un aparato que se coloca en la columna, cerca de médula espinal. A través de un ordenador se controla la intensidad deseada para provocar el estímulo y que la persona vuelva a sentido en zonas como los pies.

Se dejó de utilizar por no ajustarse a la intensidad necesaria, se llegaba a notar hasta la rodilla pero no hasta los tobillos ni pies y se sustituye por la colocación de parches de Lidocaina, aliviando levemente su dolor

Aunque no es muy habitual tener dolor en las Enfermedades Neuromusculares, las personas que si lo tienen son llevadas por la unidad del dolor y/o por tratamientos antidepresivos.

Hay que dejar constancia de los efectos secundarios que producen como disfunción sexual, alterando la libido, somnolencia, falta de memoria y de concentración, entre otros, por tanto han de estar muy controlado el seguimiento de estos tratamientos.

3.- TRATAMIENTO CON

MYOZIME (*Alglucosidasa alfa*)

En enfermedad de Pompe. Este caso ha ido evolucionando, con un diagnóstico previo de Miositis con cuerpos de Inclusión, descartado según la evolución del caso.

Su tratamiento consta de la inyección intravenosa de la encima que está ausente en esta persona, encima que quema el glucógeno. Demuestra un efecto positivo de sustitución enzimática y mejora la resistencia funcional y la fortaleza músculo-esquelética. A día de hoy, se tiene estabilidad con el tratamiento suministrado durante hospitalización de un día de manera quincenal.

4.- TRATAMIENTO CON IMANES:

En un trastorno asociado a lesión de sustancia blanca de origen no filiado.

Consiste en poner imanes, forrados de cuero, en el sistema nervioso y en

partes específicas del cuerpo encima de la ropa. La idea es imantar esta sustancia presente en el cuerpo de la persona, como es el caso de tener mercurio en el cuerpo tras la supuesta inyección de una vacuna. Tratamientos temporales para observar la evolución.

A día de hoy, al no existir ningún fármaco que cure estas enfermedades Neuromusculares las familias de ASEMPA siguen los tratamientos físicos de los médicos rehabilitadores, para mantener el nivel motor de la manera más óptima posible. Para complementar esta rehabilitación física varias familias complementan sus tratamientos con productos de HOMEOPATÍA según el caso:

Ejemplos: para las flemas Expetto DHU; para los cólicos y dolor de barriga Coliqind; Moringa con sustancias como la quercetina, el kemferol y el tocoferol, cuyas propiedades relacionadas con la prevención del cáncer y males cardiovasculares. También posee compuestos con acción antifúngica (contra hongos) y antibiótica; Creatina, Karnicor, Devenona, Chamodent, entre otros.

ORTOPEDIA CENTER

CALZADO PARA DIABÉTICOS
DESCANSO Y BIENESTAR

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



siempre hay un número

Tlf.: 985 133 930 - www.ascensorespresa.com

Ascensores
TRESA
Elevators





CÉBRANO

CELEBRA EL DÍA DEL DAÑO CEREBRAL ADQUIRIDO INAUGURANDO UN NUEVO VEHÍCULO ADAPTADO

El 27 de octubre en el Restaurante La Campana de Pruvia la Asociación Cébrano celebró el Día del Daño Cerebral Adquirido, lo hacemos como todos los años con un encuentro de Familiares de personas afectadas por Daño Cerebral Adquirido.

En España viven más de 420.000 personas con daño cerebral adquirido. Son personas que en un momento determinado ingresan en el hospital como consecuencia de un ictus, un traumatismo craneal, un tumor u otras causas que dañaron su cerebro.

Esta circunstancia repentina cambió su vida para siempre. Cuando reciben el alta salen del hospital con daño cerebral adquirido (DCA). Esto significa que tienen graves dificultades para moverse, comunicarse, entenderse, orientarse, recordar, relacionarse... y, en fin, llevar a cabo actividades de la vida diaria.

Algunas de estas secuelas pueden mejorar con una rehabilitación funcional adecuada en el marco sanitario y activando recursos y apoyos para la reintegración social en esta nueva etapa de su vida.



De izda. a dcha. Luisa Méndez, trabajadora social, Carlos Siñeriz, Director de la OSYC de Cajastur y Begoña Expósito, Presidenta de Cébrano.

Las carencias en el sistema sociosanitario de nuestro país han limitado, en gran medida, la rehabilitación funcional de muchas personas con daño cerebral restringiendo su inclusión y participación social.

Por todo ello, este 26 de octubre, Día Nacional del Daño Cerebral Adquirido las personas y familias asociadas en torno a FEDACE, y en Asturias, a CÉBRANO hemos reafirmado nuestro compromiso con los derechos de las personas con discapacidad por daño cerebral.

España viven más de 420.000 personas con daño cerebral adquirido. Las carencias en el sistema sociosanitario de nuestro país han limitado, en gran medida, la rehabilitación funcional de muchas.



También en esta época de crisis sigue existiendo una entidad, Obra Social CAJASTUR, que sigue colaborando con entidades como la nuestra. Este año ha donado a CÉBRANO otra furgoneta adaptada (y ya es la segunda) con el objeto de que la entidad pueda traer un mayor número de personas usuarias de silla de ruedas.

Desde CÉBRANO, y un año más agradecer la colaboración de este organismo que aportó casi 50.000 euros.

Cébrano en el día de la DCA.



[ATAXIA] → [A = SIN] [TAXIA = ORDEN]

Así se resume la patología de miles de personas en España, con un término tan genérico como ambiguo para definir la enorme variedad de cuadros clínicos de las diferentes ataxias descritas hasta el momento.

Como si con este conglomerado de patologías que engloban las ataxias fuese poco, además, estas ataxias hereditarias están enmarcadas dentro de las llamadas enfermedades raras, o mejor: de las patologías minoritarias.

Con esto tenemos claro hasta el momento que son un grupo de patologías donde **"falta orden en algo", y son poco frecuentes.**

La denominación de enfermedades raras viene por una traducción literal del inglés "Rare diseases". Hubiera sido preferible escoger otro nombre, más que nada para evitar el significado negativo de "rare" en español.

Siguiendo con el tema de introducir al lector en las ataxias, estas patologías tienen un rasgo en común, según evoluciona la enfermedad aumenta la dificultad para poder coordinar y planificar los movimientos. Me explico: cuando queremos alcanzar un vaso, simplemente lo hacemos, pero en el caso de la ataxia, la persona debe ir pensando cada movimiento para no tirarlo o acabar con la mano en el plato de comida. De aquí, un punto importante que explico a los pacientes

en consulta, deben pensar en descomponer el movimiento en cada una de sus fases para no fallar.

El cerebelo es como un gran director de orquesta que es capaz de predecir los errores de cada una de las secciones orquestales. Ahora imaginemos que ese director no sabe dirigir la orquesta o que se distrae con una sola sección como son los violines, los errores se acumulan, y en lugar de sonar un magnífico allegretto de la 7ª sinfonía de Beethoven, suena algo "parecido" a Beethoven... la descoordinación entre los instrumentos de la orquesta se hace audible. Esto es lo que ocurre con los músculos en las ataxias, los músculos funcionan adecuadamente (de forma genérica), pero no coordinadamente. Es evidente que esto afectará a como alcanzamos un objeto, como tragamos comida, como hablamos, como caminamos... afecta a todo lo que implique coordinación de actividad muscular.

Ya sabemos, y lo tenemos muy interiorizado, que hoy por hoy no hay nada que cure la ataxia, pero en todos los congresos científicos, simposios médicos, artículos específicos en medios de comunicación y jornadas de pacientes, se

pone encima de la mesa que en la actualidad lo único que funciona es la rehabilitación y fisioterapia, prolongando la autonomía de las personas que sufren algún tipo de ataxia hereditaria. Recordemos a modo de ejemplo lo que dijo el **Dr. Manuel Nieto Barrera**, neurólogo del Hospital Virgen del Rocío de Sevilla:

"Está demostrado que la fisioterapia prolonga el tiempo con autonomía funcional del enfermo. De hecho, puede aumentar en dos o tres años la fase de deambulación autónoma. Además, esta terapia mejora la calidad de vida, porque favorece el tono muscular y evita las contracturas que se forman por las posturas viciosas adoptadas ante las dificultades de movimiento".



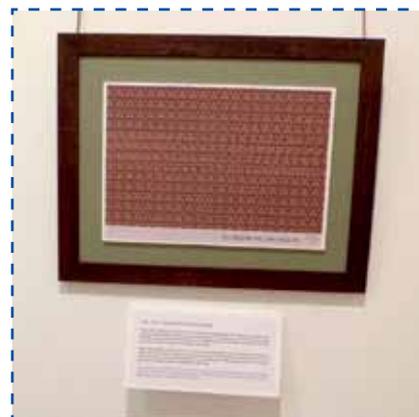
Rehabilitación en el CAI de Cocemfe Asturias.

Pues bien, a pesar de todo, la administración no facilita el acceso del paciente de ataxia a dicha terapia.



NUESTRA ChySPA

Nuestra ChySPA sigue exponiendo y exponiéndose públicamente para darse a conocer y sacar del anonimato el CHIARI Y LA SIRINGOMIELIA.



Muestra de algunas de las obras expuestas en el Centro Cultural de Jovellanos.

Del 6 al 18 de Noviembre de 2012 en el CENTRO CULTURAL, antiguo instituto JOVELLANOS de Gijón.

¡Mucho tenemos que agradecer a ISABEL ROCA, autora y creadora de la exposición CHIARI 3D!

Las técnicas tridimensionales ilustran al CHIARI y SIRINGOMIELIA haciéndola más legible a los ojos de todos. Medio en broma, medio en serio, la exposición va desafiando al visitante para atraer toda su atención. Una presentación tan interactiva como pedagógica que hace fácil, comprender, lo complejo y natural de lo desconocido.

El 6 de Noviembre a las 19 horas, se inauguró la exposición. Al acto de apertura acudió: **Dña. Eva Illán**, Concejala de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de Gijón. **D. Manuel Amadeo Fernández Barrial**, Presidente del Semergen-Asturias y médico de familia del Centro Médico de Salud de Blimea.

Dña. Eva Illán destacó la importancia de la exposición, el trabajo que realizan las asociaciones y la disponibilidad de la Concejalía para colaborar en estos actos.

D. Manuel Amadeo centró todo su discurso en la influencia de la imagen 3D en el diagnóstico del CHIARI. Reconoce que dada la dificultad del diagnóstico, el médico de Atención Primaria tiene que adoptar una actitud tipo 3D, (*ver al enfermo en profundidad y no quedarse en lo superficial*), además conviene recordar que la RESONANCIA, también juega con la imagen 3D.

La exposición de Isabel Roca fue oportuna y protagonista en la charla del doctor D. Manuel Amadeo.

Muchos son los esfuerzos que la investigación sobre el CHIARI requiere y malos son los tiempos económicos actuales. La pluripatología del CHIARI y la ausencia de un fármaco específico, obliga a que el enfermo tenga

Debería haber médicos de referencia vinculados a la enfermedad, además de atender más específicamente al paciente.

que tomar muchos, distintos y por lo general poco contundentes.

Investigación, investigación, investigación y acuerdos, no sólo en el campo de los fármacos, sino también en todos los tratamientos quirúrgicos, rehabilitadores etc. **Neurocirujanos, rehabilitadores, logopedas, psicólogos y fármacos especializados y concretos. itodo no vale para todos!**

Más **RECURSOS** y más **INVESTIGACIÓN** es lo que esta enfermedad necesita. D. Amadeo Barrial expone que debería haber médicos de referencia vinculados a la enfermedad, además de atender más específicamente al paciente, harían informes más creíbles para los tribunales calificadoros en temas laborales, minusvalía, etc.

RECURSOS ECONÓMICOS, el aspecto económico es especialmente sangrante, consumimos muchos re-

ursos a lo largo de nuestra vida; los enfermos que padecemos una **ENFERMEDAD RARA** nos sentimos y somos, el eslabón más débil en la atención sanitaria.

En ChySPA creemos que tenemos un Sistema Sanitario eficaz y de los más baratos de EUROPA y países de la O.C.D.E. Esto hace injustificable la necesidad de privatizar y recortar servicios. **Nos sobran recortes, privatizaciones y malos gestores.**



Centro Municipal Integrado Pumarín "Gijón Sur".

En el Centro Municipal Integrado Gijón Sur, ChySPA desarrolló un TALLER DE MEMORIA durante los meses de Octubre, Noviembre y Diciembre con el fin de ejercitar la memoria de los afectados de Chiari participantes, con ejercicios que nos ayudan a resolver los problema cotidianos que afectan a nuestra vida diaria, a mejorar la calidad de vida, aumentar la autoestima y sobre todo ejercitar las funciones cognitivas.

TALLER DE MEMORIA CHYSPA

OBJETIVO GENERAL

Proponer actividades tendentes a estimular y mejorar la memoria así como prevenir la ansiedad derivada de los olvidos cotidianos.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Comprender el funcionamiento de la memoria
- Desarrollar estrategias que posibiliten mantener una memoria activa.
- Realizar actividades de estimulación cognitiva para potenciar las diferentes funciones cerebrales (atención, concentración, memoria...).

En caso de las personas con Chiari es importante trabajar esta área, pues es uno de los síntomas que más se refieren, la pérdida de memoria y concentración.

Se ha posibilitado el trabajo grupal, la tarea se prolonga más allá de la información, dando lugar a compartir experiencias, comprender los olvidos en un contexto de intercambio y ejercitación.

La memoria es como una red: uno la encuentra llena de peces al sacarla del arroyo, pero a través de ella pasaron cientos de kilómetros de agua sin dejar rastro.

GRUAS ROXU		OVIEDO
		Ctra. Santander s/n. Meres (Siero) Tlf: 985 793 636. Fax: 985 794 048
		GIJÓN
Tremañes, 11 Tlf: 985 357 743		AVILÉS
Tabaza Tlf: 985 515 091. Fax: 985 515 582		

METALUX	
<p>▷ ALMACÉN CENTRAL Y OFICINAS C/ Cerdano, 33 - 33010 Oviedo Tl 902 201 501. Fj 985 112 022</p> <p>▷ ALMACÉN GIJÓN Pol. Mora Garay. C/ Marie Curie - 33211 Gijón Tl 985 309 080. Fj 985 320 837</p>	<p>▷ ALMACÉN AVILÉS P.E.P.A. Avda. del Aluminio, 65 - 33400 Aviles. Tl 985 514 100. Fj 985 515 192</p> <p>▷ ILUMINACIÓN DECORATIVA C/ Arguelles, 7-9 - 33001 Oviedo Tl 985 203 252/58. Fj 985 203 294</p>

JUAN CARLOS FERRERO



APOYANDO A LA FIBROSIS QUÍSTICA EN AVILÉS

En la 1ª Exhibición de Tenis Benéfica participaron cuatro jugadores entre ellos Juan Carlos Ferrero, un tenista internacional de élite, que solidariamente colaboró en este evento. La recaudación por la venta de entradas fue a beneficio de la Asociación Asturiana de lucha contra la Fibrosis Quística.

La Asociación Asturiana de Fibrosis Quística lanzó una iniciativa que une la solidaridad con el deporte, organizando una exhibición de tenis benéfica que tuvo lugar el pasado 1 de Febrero a las 19:00 horas en el Polideportivo Municipal de la Magdalena en Avilés.

La exhibición consistió en un partido entre *JUAN CARLOS FERRERO* y *JOSÉ LUIS FRANCO*, tenista trasplantado de pulmón debido a la

enfermedad que padece, Fibrosis Quística, campeón de Europa para deportistas trasplantados en 2006 y medalla de bronce en los campeonatos de Europa de 2008.

El cartel se completó con la participación de los tenistas Roberto Menéndez, actual campeón del mundo de veteranos, campeón absoluto de Asturias y número 27 del ranking nacional y Marcos Álvarez, campeón de Asturias en todas las categorías.

Juan Carlos Ferrero ha sido uno de los tenistas más exitosos de nuestro país, ex número 1 del mundo en 2003. Ha ganado un total de 16 títulos; 1 Grand Slam, 4 Masters Series, 2 ATP 500 y 9 ATP 250. Ha finalizado 13 temporadas consecutivas entre los Top 55 del ranking; 8 de ellas entre los 25, y 3 de ellas en los Top 5. Además ha vencido en 4 torneos Masters Series, y ha sido finalista en otros 2.

Ha ganado, a su vez, tres de las cinco Copa Davis que ha logrado España, en 2000, en 2004 y en 2009. Con esta exhibición no sólo nos demostró que es un excelente jugador, si no que también es una excelente persona, comprometida y solidaria.

Desde la Asociación el fin que perseguimos es mejorar la calidad de vida de las personas con Fibrosis Quística para lo que es imprescindible el conocimiento de la enfermedad por parte de la sociedad, que facilite una mayor integración social.

Por ello la presentación de una persona adulta con Fibrosis Quística, trasplantada de pulmón jugando con un tenista de élite traslada una imagen de éxito y superación muy

positiva para las personas con discapacidad y para la ciudadanía en general.

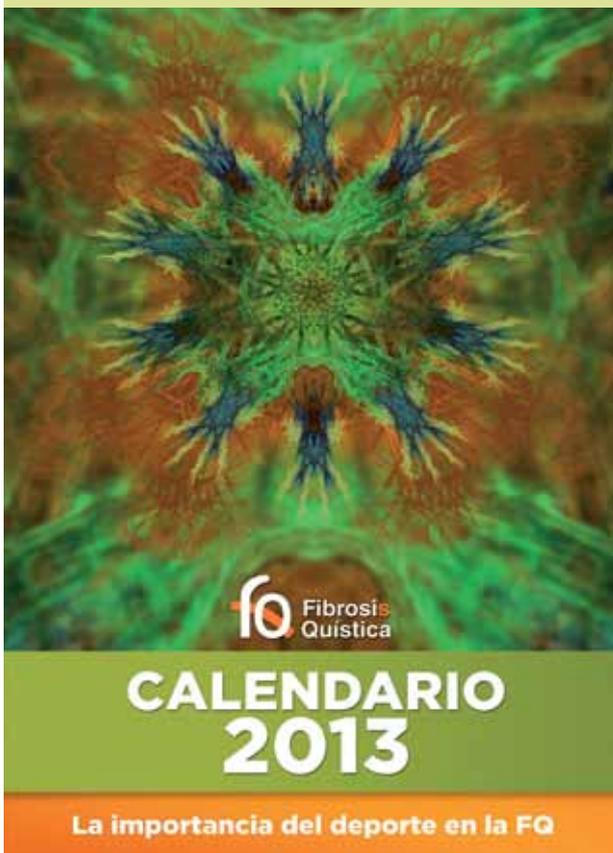
Al evento asistieron casi 600 personas y numerosos medios locales y regionales se hicieron eco del mismo.

Agradecemos desde aquí a la Alcaldesa y a la Concejala de deportes del excelentísimo Ayuntamiento de Avilés, que nos acompañaron en la exhibición, a la fundación deportiva de Avilés que nos cedió el polideportivo, a los patrocinadores que creyeron en el proyecto y nos ayudaron en la financiación del mismo, a todos los medios de comunicación y sobre todo y muy especialmente a las personas asistentes que colaboraron con nuestra causa.

CALENDARIO BENÉFICO 2013

Es necesario concienciar a las personas con FQ de la importancia que tiene el deporte en su tratamiento como complemento de la Fisioterapia Respiratoria. Existen numerosos estudios que confirman la mejoría de la evolución de la enfermedad en personas con FQ que practican deporte. Debemos tener en cuenta que la práctica del deporte debe ser supervisada y adaptada individualmente.

Nuestro objetivo para el año 2013 es dar mayor importancia al deporte tema central de nuestro calendario benéfico.



IBERDROLA

Central Térmica de Lada
C/Sabino Alonso Fueyo, s/n
Telef. 985 69 40 11 - Fax. 985 68 30 38

www.latabernadelpiano.es
restaurante@latabernadelpiano.es



HORAVISA

Oficina
Plaza de la Gesta, 3 - 1º
Telfs.: 524 39 76 - 524 17 41
33007 Oviedo

Planta San Juan 556 93 91
Planta El Caleyo 524 39 77
Planta Gijón 532 70 11

**SANICAL
ASTUR S.L.**

Avda. Torrelavega, 22 - 6º E • Tfno. 985 20 02 13 • 33010 OVIEDO • ASTURIAS

SEM



SIEMPRE EN MOVIMIENTO



**Carrocerías
Enrique, S.L.**

Reparación de chapa y pintura

Avda. de Gijón, 4. 33420 Lugones (Asturias). Tif./Fax: 985 260 407

APACI GALARDONADA EN LA VI EDICIÓN DEL PREMIO "JOSÉ LORCA"



Nuestra entidad ha sido la galardonada en la VI edición del Premio "José Lorca" a la Promoción y Defensa de los Derechos de la Infancia para el año 2012 por su proyecto SAF: **SERVICIO DE ALOJAMIENTO FAMILIAR**, por el importante apoyo que este proyecto supone para las familias asturianas que pasan momentos difíciles para garantizar la salud de sus hijos.

El Premio "José Lorca" tiene por objeto reconocer públicamente la la-

bor de quienes hayan destacado de forma especial **por su contribución en la prevención, promoción, atención, defensa y difusión de los derechos de la infancia**, fomentando así, el reconocimiento y divulgación de los trabajos de investigación y estudio sobre las necesidades y los derechos de la infancia en el Principado de Asturias.

El acto de entrega tuvo lugar el Miércoles, 5 de Diciembre de 2012, a las 17:00 horas, en el Salón de Actos

del Edificio Administrativo de Servicios Múltiples (Oviedo). Al evento acudieron más de 100 personas, representantes de diferentes entidades públicas y privadas relacionadas con la infancia, así como importantes jueces y fiscales. **La Junta Directiva de APACI fue la encargada de recoger el premio** (6.000 €, un diploma acreditativo y una escultura representativa) **de la mano de la Consejera de Bienestar Social y Vivienda, Dña. Ester Díaz, y de la hija del fallecido fiscal D. José Lorca.**

APACI EN IKEA ASTURIAS

IKEA ASTURIAS sigue mostrando su cara más solidaria, colaborando una vez más con APACI, poniendo a nuestra disposición sus instalaciones los días **14 y 15 de Diciembre**. Este año, a pesar de los tiempos de crisis, la **venta de postales de y lotería de Navidad ha sido un éxito. Familias, voluntarios y personal de la Asociación han realizado esta labor.**

Las postales de Navidad llevan los dibujos realizados por los peques de la Asociación que han participado en diferentes ediciones del Concurso de Dibujo Navideño de APACI.

Por ello, nuestro más sincero agradecimiento a IKEA ASTURIAS, gracias por la atención y la cercanía que siempre nos muestra. Un año más nos han hecho sentirnos como parte de la gran familia que forman.





EN RECUERDO DE ANA, UNA VERDADERA MILITANTE ANTE LA POBREZA, DESIGUALDAD E INJUSTICIA SOCIAL

Hablar de Ana Arrizabalaga todavía hace daño, Ana es hija de M^a Emma e Ignacio, colaboradores de Frater durante unos 20 años, un matrimonio muy comprometido con los más desfavorecidos a de la sociedad, militantes en varios movimientos.

Su llegada a Frater fue durante el boom de las colonias de verano en Hospital de Órbigo en León, ellos se encargaban de las 3 ó 4 personas dependientes que acudían a las colonias. Cuando conocimos a Ana, esta era una jovencita que estudiaba, pero ya apuntaba maneras, después llegó a ser maestra de infantil en el colegio donde ella había cursado sus estudios, al cabo de los años se hizo cooperante de la Fundación El pájaro Azul.

La Fundación Pájaro Azul, gestiona fondos públicos y privados orientados a la realización de proyectos y ayudas en países del África, donde se nos fue unos meses, vino radiante de alegría triste a la vez de ver lo que vio, traía muchas fotos y recuerdos.

Hace unos 3 años tuvo un hijo y al poco tiempo le diagnosticaron un cáncer de mama, pero con su vitalidad y su positividad de siempre para cualquier vicisitud de la vida y con la alegría de ver a su hijo a su lado lo superó, o eso creía ella y todos sus allegados.

La vi por última vez en Agosto del 2012, coincidimos en una fiesta en una residencia de la ERA donde viven 5 fraternas.

Un amigo de Frater organizó allí una fiesta y la vi muy bien, jugando con su hijo e intentando enseñarle a bailar, pero al poco ya vimos que no, Ana no estaba bien, cojeaba ya, hablé con ella y me dijo que tenía algo de dolores de huesos, que ya no podía

coger a su hijo en brazos, que la mataba cogerlo, que esos días tendría que ir al médico a ver si ahora tendría reuma.

Ana fue al médico esa semana, ya quedó ingresada y no salió más del hospital, el 19 de Septiembre la enterramos con solo 40 años, sus padres, hermanos, marido, sobrinos y demás decidimos hacer lo que ella querría, tener fe, templanza y no hacer un circo de su funeral, aguantamos el tipo y la despedimos.

Allí estaba altos cargos de la fundación pájaro azul, sus compañeros de trabajo, antiguos profesores, sus amigos y los de su familia, todos los que QUERÍAMOS A NUESTRA ANA.

Tu amiga Ana M^a Boullosa. FRATER

AMDAS LA FONTE OTORGA DOS PREMIOS MUY ESPECIALES



M^a Antonia Fernández Felgueroso (izda.) junto a Sila Murillo, Pta. de Amdas La Fonte.

A sí lo expresó durante el acto de entrega de la distinción, que se celebró en el recinto ferial Luis Adaro de Gijón en el marco de las actividades para conmemorar el Día Internacional de las Personas con Discapacidad, en el que tuvo lugar el IX Concurso de Tortillas en Silla de Ruedas.

María Antonia Fernández Felgueroso recordó que vivió el nacimiento de Amdas La Fonte siendo presidenta de la Fundación Municipal de Servicios Sociales de Gijón, y valoró la doble vertiente con la que se fundó: La de trabajar para evitar la "doble discriminación" de ser mujer y padecer asimismo algún tipo de discapacidad.

La Procuradora General del Principado de Asturias advirtió durante su discurso del "gran peligro" de retroceso que se puede dar en el ámbito de la discapacidad ante los recortes

La Procuradora General del Principado de Asturias, María Antonia Fernández Felgueroso, recibió el pasado 1 de diciembre, el Premio por la Igualdad que otorga la Asociación de Mujeres Discapacitadas de Asturias, Amdas La Fonte, el galardón, que ya recibieron con anterioridad la ex consejera de Presidencia, María José Ramos, y la ex alcaldesa de Gijón, Paz Fernández Felgueroso entre otros, lo recogió María Antonia "emocionada" y con "especial ilusión" por concederlo una entidad que "ha sido capaz de movilizar muchas conciencias".

aplicados en este campo. "Comparto su preocupación por que estamos ante una situación traumática para los colectivos más vulnerables", constató antes de asegurar que la Procuradora General "estará con ellos".

A su juicio, es necesario que todos los agentes caminen juntos para poder crear una sociedad "en la que la discriminación no tenga cabida".

Tras la recogida del premio, Fernández Felgueroso declaró que admira "desde hace muchos años" la "capacidad casi imbatible", el "tesón" y la "perseverancia" de la Asociación de Mujeres Discapacitadas de Asturias. "Habéis sido capaces de movilizar muchas conciencias", ha valorado.

Fernández Felgueroso ha puesto de manifiesto que en la actualidad se vive en un mundo "cada vez más hostil" con los más vulnerables y una "clara represión" a los derechos fundamentales.

Durante el IX Concurso de Tortillas en Silla de Ruedas hubo muchos momentos especiales, pero hubo

La Procuradora General del Principado de Asturias advirtió durante su discurso del "gran peligro" de retroceso que se puede dar en el ámbito de la discapacidad ante los recortes aplicados en este campo.

A Matilde Álvarez Iglesias con este nombramiento queremos reconocerle su trabajo, su dedicación, su generosidad y su bondad.

sorpresa, y grande, para **Matilde Álvarez**, una de las asociadas, que, además de participar en el concurso con el dorsal número uno, fue nombrada **socia de honor de Amdas-La Fonte**.

MATILDE ÁLVAREZ IGLESIAS

Es socia de Amdas la Fonte desde el año 2009. Desde entonces ha sido gran colaboradora, participando en todas las actividades que se han realizado. Esta mujer nace en un pueblecito de Mieres el 1 de enero de 1930. En el año 1954 se casa con su marido, con el que lleva toda una vida ya que en el año 2004 llegaron a celebrar sus bodas de oro.

Actualmente vive en Gijón, es madre de dos hijas, abuela de dos nietas y bisabuela de Valeria a la que actualmente le cose muchos vestidos.



Matilde Álvarez (izquierda) recibe de Sila Murillo el diploma de honor.

Durante toda su vida ha tenido mucha vitalidad y ha pertenecido a varias asociaciones. En este momento es socia de Amdas la Fonte, acude a todas las actividades, charlas, excursiones, talleres, etc. y siempre está dispuesta a colaborar con nosotras en todo.

Con este nombramiento queremos reconocerle su trabajo, su dedicación, su generosidad y su bondad. Por todo esto Mati (como cariñosamente la llamamos) se ha hecho merecedora de este homenaje y desde el día 1 de diciembre de 2012 es Socia de Honor de esta Asociación donde figurará para siempre.

En una **caja** guardas... tus secretos, tus recuerdos, tus ilusiones...



Tu mundo en una caja,
tu caja en tu tierra, Asturias.



**CAJA RURAL
DE ASTURIAS**

la caja de tu vida



GIJÓN, LA ACCESIBILIDAD IMPARABLE

Por Rafael Escandón y Carmen Beloy



Un ejemplo de vado rebajado en la calle San Avelino antes y después.

La Unión de Discapacitados del Principado de Asturias - UMA se planteó desde su fundación como objetivo primordial la consecución de un mundo libre de barreras y obstáculos que permitan a las personas con discapacidad el pleno desarrollo de sus vidas. Para aunar esfuerzos e ideas en esa dirección la Asociación creó una Comisión de Accesibilidad, formada por directivos, empleados y socios colaboradores, con la finalidad de localizar y señalar las barreras urbanísticas y arquitectónicas que impiden a las personas con discapacidad desarrollar plenamente sus potencialidades e integrarse en la sociedad. Dentro del amplio espectro que abarca la problemática de la accesibilidad, se decidió dar una especial prioridad a las barreras presentes en las vías públicas, pues se consideró que son las que más desigualdad producen. En el año 2005 se comenzó la ingente labor de catalogación de todas las barreras urbanísticas, que se plasmó en el dossier "A pie de calle", documento que se actualiza y amplía continuamente según se solucionan algunas barreras o se localizan otras. Este dossier se ha convertido en el documento base para exigir a las autoridades el cumplimiento de la normativa legal y, a la par, como

Actualmente, en 2013, podemos concluir que la política de UMA de concienciar a nuestros gobernantes ha sido un éxito, y podemos decir con orgullo que nuestros estudios, reclamaciones y sugerencias son recibidos en el Ayuntamiento de Gijón con interés y en muchas ocasiones atendidos.

instrumento para consolidar una política de plena colaboración.

Además del citado dossier "A pie de calle" también se ha elaborado un crecido número de estudios en materia de accesibilidad, especialmen-

te en materia de parques y turismo, producto de estos se ha revertido la inaccesibilidad de cerca de una veintena de parques en Gijón, eliminándose bordillos e instalándose bancos y fuentes accesibles. Pero es en la accesibilidad de las vías urbanas donde nuestro trabajo ha dado frutos más visibles. UMA decidió en su día que el avance en materia de accesibilidad era una labor lenta, que precisaba de paciencia e insistencia ante las autoridades ya que estas, al igual que la sociedad, precisan ser concienciadas de la injusticia que la falta de accesibilidad significa para las personas con problemas de movilidad en general, bien sea por discapacidad, por la edad o por una lesión pasajera.

A lo largo de todos estos años nos hemos reunido en multitud de ocasiones con las más altas instancias municipales así como con los responsables técnicos de los departamentos implicados. Ha sido una labor ardua, llena de altibajos, pero que va dando sus resultados de manera cada vez más palpable.

Actualmente, en 2013, podemos concluir que la política de UMA de concienciar a nuestros gobernantes ha sido un éxito, y podemos decir

Cambio de ubicación de papeleras en lugares donde resultaban un obstáculo para la entrada y salida de los autobuses a personas con movilidad reducida y coches de niños.





Actuación de eliminación de árbol que impedía la entrada a la marquesina a personas con movilidad reducida, en la Avenida del Llano.

que estaban a una altura excesiva, y contraria a lo recogido en el Reglamento de Accesibilidad. Gracias a las gestiones de UMA en la actualidad se está bajando la altura de las papeleras, y adecuándola al reglamento. En resumidas cuentas la labor continuada y callada de UMA durante todos estos años está dando lugar a logros que se materializan en hechos, de los que hemos expuesto aquí sólo una pequeña reseña. Cuando este artículo se publicó las cifras de bordillos, marquesinas, etc. reparados ya estarán obsoletas, y serán mayores.

con orgullo que nuestros estudios, reclamaciones y sugerencias son recibidos en el Ayuntamiento de Gijón con interés y en muchas ocasiones atendidos. Pero son los hechos los que ratifican lo acertado de nuestro trabajo en materia de accesibilidad, así podemos anunciar que a lo largo de 2012 y lo que va de 2013 el ayuntamiento ha eliminado los bordillos de medio centenar de pasos de peatones y se han solucionado las barreras presentes en muchas marquesinas de autobús, todo ellos barreras que UMA señaló y solicitó eliminar. También se la logrado que se empiece a adaptar las plazas de aparcamiento reservados a la nueva legislación. Esto se concreta en la construcción de vados que conectan estas plazas con las aceras sin tener que superar ningún tipo de desnivel, los ciudadanos ya pueden constatar en las calles de nuestra ciudad como se generaliza esta mejora. Pero además de la eliminación de este tipo de barreras tan notorias y molestas UMA también se preocupa de las pequeñas incomodidades que dificultan el día a día de muchos de nuestros conciudadanos, como por ejemplo la altura de las papeleras,



Actuación en los aparcamientos para personas con movilidad reducida en la Avenida José García Bernardo (Bellavista), dando salida al itinerario peatonal.



GRUPOTAPIA
 Tel. 985 21 29 56
 www.grupotapia.com

SEGURIDAD Y TELECOMUNICACIONES

OLMAR
 Industrial Olmar, Sociedad Anónima
 C/ Lealtad, 13. 33212 Gijón - Tel: 985 321 700 - Fax: 985 323 831
 Apartado 314 - 33280 Gijón - www.olmar.com



ASOCIACIÓN
PARKINSON
ASTURIAS

15 AÑOS EN EL RECUERDO

La Asociación Parkinson Asturias celebró los 15 años de su inicio como Asociación con una gala en la sala de Cámara del Auditorio Príncipe Felipe de Oviedo en la que actuaron *EL CORO DE BARACALDO* y *EL CUARTETO TORNER* y a la que asistieron representantes de las Consejerías de Salud, Bienestar Social, Ayto. de Oviedo, Cajastur, Presidenta FEP, COMPAÑEROS de distintas asociaciones nacionales y autonómicas y un elevado número de socios.

Parkinson Asturias nació de las inquietudes de D^o. M^o Luisa Menéndez Viejo, D^o. América Corrales y un pequeño grupo de afectados y familiares. Poco después se empezaron a prestar servicios, a movilizarse para buscar recursos y poder conseguir el principal objetivo para el que fue creada: Mejorar la calidad de vida del enfermo de Parkinson y familia, los comienzos no fueron fáciles, pero el tesón y el trabajo de todas estas personas fue poco a poco ganando la confianza tanto de nuevos socios como de las instituciones y así fuimos crecien-



do hasta llegar hoy día a más de 600 socios.

Han sido 15 años de vivencias, esperanzas, ilusiones. La labor llevada a cabo, no sólo ha sido una labor social sino que en todas sus etapas se ha caracterizado por ser un Proyecto rehabilitador integral donde el trabajo que se realiza va dirigido a conseguir que los enfermos de Parkinson podamos llevar una vida más fácil de lo que la enfermedad intenta hacerlo día a día.

Se consiguieron importantes logros para que el afectado pueda conservar su autonomía el mayor tiempo posible, pero nuestro gran orgullo es la

La labor llevada a cabo, no sólo ha sido una labor social sino que en todas sus etapas se ha caracterizado por ser un Proyecto rehabilitador integral donde el trabajo que se realiza va dirigido a conseguir que los enfermos de Parkinson podamos llevar una vida más fácil de lo que la enfermedad intenta hacerlo día a día.

Beca Parkinson Asturias, que tantas satisfacciones nos da. Las palabras de nuestro primer becario el Dr. Fernández Mata (para nosotros siempre será Nacho) explican muy bien porque sentimos esta satisfacción, "Reconocemos el sacrificio que la Asocia-

Para oír bien

AUDIOLOGIA
SUAREZ BASCARRÁN
25 Años de experiencia

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

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

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

los
alces ROPA DE VESTIR Y HOGAR
TEXTILES. COMERCIAL CECOES, S.L.

OVIEDO: General Elorza, 62. T. 985 299 758
MIERES: Numa Guilhou, 22. T. 985 466 364
GIJÓN: Avda. Manuel Lluneza, 5. T. 985 152 776
AVILÉS: Dr. Severo Ochoa, 4. T. 985 527 379



Actuación del Cuarteto Torner.

ción Parkinson Asturias hace por mantener esta beca de investigación que no sólo está abriendo puertas a los jóvenes científicos asturianos sino que también está permitiendo grandes avances en el conocimiento de esta enfermedad".

La Presidenta de la Asociación al dirigirse a los asistentes, dijo "Hoy toca seguir mirando al futuro, con ilusión, con un proyecto que es cada vez más presente y está más consolidado. Un reconocimiento muy especial a los primeros socios y Juntas Directivas, pues sin su valentía para empezar y su trabajo nunca habríamos despegado. Hoy están con nosotros los anteriores Presidentes, D^o. M^o Luisa Menéndez Viejo, D. Juan Manuel Valbuena Camino, D. Juan Carlos Fdez Rivera, D^o. Amada Pérez Rodríguez" y un cariñoso recuerdo para D^o. M^o Paz González Fernández ya fallecida.

Hoy es día de agradecimientos y por ello, se las damos al Hospital Universitario Central de Asturias, a la Unidad de Trastornos del Movimiento, al equipo de neurocirugía, al de neurociencias, al laboratorio

de genética con sus responsables D. Eliécer Coto y D^o. M^o Victoria Álvarez, a los becarios Nacho, Cecilia, Elena, Lorena y Marta Elvira; a la Obra Social Cajastur patrocinadora de la beca y a la Dra. Ribacoba, asesora Científica de la Asociación y que siempre está ahí para cualquier consulta que se nos presente. No nos olvidamos en esta celebración de todos aquellos que por diferentes motivos, hoy ya no están con nosotros y que a lo largo de estos 15 años también sumaron sus esfuerzos para llevar a Parkinson Asturias al lugar donde hoy se encuentra. Porque todos los que en alguna ocasión han colaborado siempre de manera desinteresada, y muchos en la sombra, son los que hicieron posible que hayamos celebrado este aniversario. Y a todas las personas que hoy nos acompañáis porque nos dais fuerza para continuar con este proyecto que es vital para nosotros.

Estoy segura que a pesar de los tiempos de crisis que vivimos perduraremos, pues nuestra labor es necesaria para muchos afectados de Parkinson y aunque el mayor deseo es que la asociación dejase de existir como lugar de rehabilitación integral para ser un lugar de encuentro de antiguos afectados de Parkinson, mientras este momento no llegue, entre todos conseguiremos poner cada año ese granito de arena que necesitamos para seguir adelante.

Si algo hemos aprendido en estos 15 años de arduo trabajo es que somos los dueños de nuestras vidas frente a la enfermedad y así se lo queremos transmitir a todos y cada uno de nuestros asociados, porque **LOS ENFERMOS DE PARKINSON** en el fondo de nuestro corazón creemos firmemente en la luz aún antes de que despunte el alba.

El Coro de Baracaldo.




**CENTROS
mores**

- 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



LA ASOCIACIÓN DE ENFERMOS DE FIBROMIALGIA Y FATIGA CRÓNICA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS PROYECTA SUS ACTIVIDADES PARA EL AÑO 2013



En esta nueva edición seguiremos contando con el servicio de Apoyo Psicológico, impartido por la psicóloga Magdalena Muguero Loring, de la empresa A3 Intervención Psicosocial.

El servicio consiste en la atención psicológica, tanto a nivel individual como grupal, previa valoración psicológica de las necesidades de la persona afectada. En el taller grupal, con la finalidad de mejorar ciertos aspectos de la vida cotidiana para conseguir aumentar nuestra calidad de vida, trabajaremos contenidos de manera práctica con los siguientes objetivos: **promover una actitud positiva de afrontamiento, desarrollar estilos de vida saludable, estrategias para reducir el dolor, aprender a relajarnos**, entre otros. Las actividades desarrolladas dentro del **ÁREA PSICOLÓGICA** de nuestra entidad contaron con gran participación en el curso anterior, llevando incluso a la ampliación del horario para poder dar respuesta a las demandas planteadas.

ATENCIÓN FISIOTERAPÉUTICA

Igualmente continuará el servicio de *Atención Fisioterapéutica*, que tras implantarse en el año 2011, está teniendo gran afluencia y cada vez más demanda. Este taller, impartido por la fisioterapeuta María José

González, se lleva a cabo en dos modalidades: individual y grupal. Las **sesiones individuales**, comienzan con una evaluación inicial por parte de la profesional para conocer el estado del paciente y saber cuál es el tratamiento más adecuado, tras la misma se programa la intervención a realizar, con un máximo de 10 sesiones por persona, pudiendo ampliarse si el estado del paciente así lo requiere. En el **taller grupal** se realizan estiramientos analíticos de la musculatura para disminuir la rigidez típica de la fibromialgia, ejercicios de suelo para tonificar la espalda y las piernas, ejercicios de equilibrio y coordinación, ejercicios aeróbicos suaves para combatir la fatiga, se aprenden trucos que pueden utilizarse en casa para disminuir el dolor, se explican técnicas de auto-masaje y relajación al final de las sesiones.

ATENCIÓN, INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO

El servicio de *Atención, Información y Asesoramiento*, pretende favorecer la participación de las personas afectadas por Fibromialgia y/o Síndrome de Fatiga Crónica, mejorando la sensibilización y comprensión de su entorno más cercano e incrementando su conocimiento sobre estas patologías y el cómo afrontarlas. Se proporciona una atención individualizada a la persona que acude, ofreciéndole información sobre la enfermedad y derivándole a las actividades o tratamientos más adecuados a su caso. Se informa sobre recursos disponibles que mejor se adaptan a la situación, su tramitación y gestión, haciendo un seguimiento del proceso. Este servicio está implementado por la trabajadora social *Laura Gutiérrez*, en colaboración con la coordinadora de la entidad, y también trabajadora social, *Beatriz Martínez*.

Puntualmente se informa a los socios/as de todas aquellas actividades y eventos que puedan ser de su interés, así como de convocatorias de ayudas, prestaciones, etcétera.

Para mejorar este servicio y proporcionar una atención más dinámica



Avda. Portugal, 52 bajo
33207 Gijón (Asturias)

CROMA

Tlf./Fax: 985 346 667
Móvil: 658 942 091

Adhesivos Camisetas
Regalos de Empresas



Limpeza integral de vehículos
y tratamiento de carrocerías.

Limpeza de edificios, locales
y persianas a domicilio.

GRUPO itma

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

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

1ª EMPRESA ASTURIANA DEL SECTOR

Además, AENFIPA cuenta con la colaboración de varias entidades y centros profesionales que ofrecen una serie de actividades y servicios a sus socios. Descúbrelos en nuestra web: www.fibromialgia-asturias.org

y participativa, se ha creado recientemente el Blog de Aenfipa: aenfipa.blogspot.com. Os animamos a que lo visitéis y seáis miembros activos del mismo.

Tras haberse celebrado el pasado año la V Jornada sobre FM y SFC, este año se ha planteado conmemorar el **Día Mundial de la Fibromialgia y Fatiga Crónica**, día 12 de Mayo, con distintas actividades:

- Lectura del Manifiesto, como viene haciéndose cada año.
- Una excursión en la que podamos compartir dicha jornada con nuestros familiares y amigos acudiendo a un lugar cercano que no suponga mucho viaje, nos permita conocer algún sitio de interés y celebrar una comida de hermandad.

Además, AENFIPA cuenta con la colaboración de varias entidades y centros profesionales que ofrecen una serie de actividades y servicios a sus socios. Descúbrelos en nuestra web: www.fibromialgia-asturias.org (apartado "Actividades": Descuentos socios AENFIPA) o bien en el blog de la entidad

Esperamos poder seguir ampliando y mejorando nuestros servicios para ofrecer una mejor atención integral y de calidad a las personas asociadas y damos las gracias a todas las entidades, tanto públicas como privadas, que hacen nuestra labor posible (*Servicio Público de Empleo, Consejería de Bienestar Social y Vivienda, Fundación Municipal de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Gijón, Ayuntamiento de Oviedo y Obra Social Cajastur*).

SERVICIO DE ATENCIÓN, INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO

Oviedo: martes y jueves de 11:30 a 13:30 y de 17 a 19 h.
Gijón: lunes y miércoles de 11:30 a 13:30 y lunes de 17 a 18 h.

APOYO PSICOLÓGICO

Individual: 1 h/semana 16 a 20 h. En Oviedo los lunes y en Gijón los miércoles
Grupal: quincenal 18 a 20 h. En Oviedo el 2º y 4º lunes de cada mes,
En Gijón el 2º y 4º miércoles.

ATENCIÓN FISIOTERAPÉUTICA

Individual: 1h/semana. En Oviedo los lunes de 10 a 14 y 16 a 19 h y miércoles 10 a 14 h.
En Gijón los martes de 10 a 14 y 16 a 19 h.
En Mieres los jueves alternos de 10 a 14 h.
Grupal: En Oviedo el 1º y 3º lunes de cada mes de 17:30 a 19 h.
En Gijón el 1º y 3º martes de 16:30 a 18 h.

H
O
R
A
R
I
O



ITM
MAMPARAS | MOBILIARIO | COMPLEMENTOS

Polígono de Falmuria, Nave 5 33438 - Prendes (Carreño) Asturias
Telf.: 984 100 307 - Fax: 984 110 224 - Móvil: 607 547 753

Fácil | Cómodo | Seguro



OBTenga su cita previa desde nuestra página web con todas las garantías

www.itvasa.es



PSICOLOGÍA DE LA SALUD

Por María Dolores Mud
Licenciada en Psicología

A menudo me hacen una serie de preguntas, tanto en nuestra asociación, como en otros entornos. Preguntas que se repiten en el tiempo y por variedad de personas. Pensando en ello, he creído que son preguntas que interesan a mucha gente. Estas siempre giran en torno a:

- ¿Cuándo ir al psicólogo?
- ¿Qué hace un psicólogo?
- ¿Cuáles son los estilos de terapias?
- ¿Qué terapias son mejores, las conductuales, las cognitivas, los modelos sistémicos, los psicodinámicos...?

Y también otras del estilo:

- ¿Cómo sabes si lo que tienes es realmente una depresión o solamente una tristeza pasajera?
- ¿Estar estresado es normal, hasta qué punto es normal? Y así un sinfín de interrogantes.

Por lo tanto, pensado en todo esto, me parece oportuno intentar contestar al menos a alguna de estas dudas. Intentaré hacerlo lo mejor que pueda y resumirlo lo mas posible. Es muy probable que en un solo artículo no sea suficiente, aunque intentaré simplificarlo.



EMPEZARÉ POR: ¿CUÁNDO IR AL PSICÓLOGO?

Cuando una persona siente la necesidad de realizar cambios en su forma de relacionarse por si misma y con los demás y para realizar estos cambios, ve que no tiene recursos suficientes, esa persona seguramente necesitaría la ayuda de un profesional. O sea, que si tu grado de malestar, para contigo mismo o con tu entorno, es alto, hay que plantearse hacer algo para poder cambiarlo y mejorar. Habrá por tanto que pedir ayuda. No se puede vivir con quejas y no actuar. Hay una frase que resume esta idea: ¡No te quejes, pide ayuda!

Se puede decir, que una terapia psicológica es un compromiso para conocernos mejor y modificar lo que nos hace daño, como así mismo potenciar lo positivo. Muchas veces el problema radica en que no nos conocemos

bien. No se sabe exactamente lo que se quiere, las cualidades que se tienen, los potenciales, lo que nos agrada...

Un tratamiento psicológico no es para cambiar a la persona, como algunas temen. La terapia tiene que servir para ayudar a esas personas a que se cambien así mismas en aquello que no les funciona, en lo que no es adaptativo y que por si mismos no saben como llevarlo a cabo.

Si la adaptación al entorno no es lo fluida que debiera, con la ayuda de un profesional se podría lograr que lo fuera. Sería promover cambios o modificaciones en el comportamiento para mejor adaptarnos al medio y así mejorar la salud psíquica y también la física, ya que ambas interactúan la una con la otra.

A LA PREGUNTA: ¿QUÉ HACE UN PSICÓLOGO?



La contestación sería larga, pero simplificando, podríamos decir que en los tratamientos se pueden enseñar habilidades sociales, a controlar las emociones negativas y fomentar las positivas. También a aumentar la autoestima, tan necesaria para sentirnos bien con nosotros mismos. Aprender técnicas de relajación, importantes para controlar el estrés excesivo...

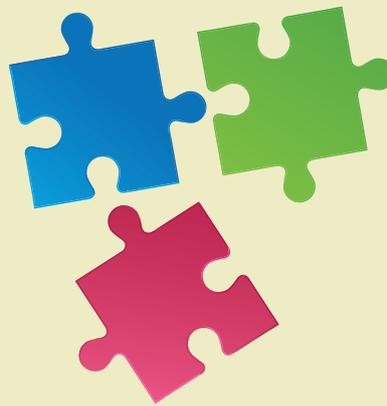
En el entrenamiento en habilidades sociales, por ejemplo, una habilidad importante sería aprender a ser asertivo. La asertividad es aquella habilidad que reúne las conductas y pensamientos que nos permiten defender los derechos de cada uno sin agredir ni ser agredido. A expresar abiertamente y sin censura cualquier sentimiento, a expresar opiniones contrarias cuando se está en desacuerdo. A aceptar los cumplidos que se reciben. A emplear el pronombre personal en primera persona del singular "yo"... De estas ideas del psicólogo Salter en 1949 tomó Wolpe en 1958 por primera vez el término "conducta asertiva".

Muchas personas se encuentran con el problema de no saber decir no, cuando en realidad es lo que desearían hacer. Este problema se plantea frecuentemente en las consultas. Que esto es muy general también se nota por la cantidad de libros de autoayuda que tocan el tema, por ejemplo "No digas si, cuando quieres decir no", "Cuando digo no me siento culpable", y así otros más. Sería aprender a decir no, sin que la relación, amistad..., se sienta perjudicada.

Podría seguir escribiendo mucho más sobre lo que se puede hacer en las consultas, pero el tema es tan amplio, hay tantas técnicas a usar, que es prácticamente imposible comentarlo todo.

Para aclarar algo más las cosas, al contestar a cuales son los estilos de

terapias, intentaré concretar más. Existen diversos modelos psicológicos; y a la pregunta de cuales son los más efectivos, empezaré diciendo que la posición ecléctica es la opción mayoritaria actualmente y la aplicación de los distintos modelos es la más general. No todas las personas necesitarán las mismas. A algunas les vendrán mejor las terapias de modificación de conducta, a otras mejor las cognitivas, para hacer más hincapié en el trabajo con los pensamientos...



En las últimas décadas la denominación Psicología de la Salud, se está imponiendo, ya que tiene como partida el modelo biopsicosocial en el que se dice que tanto la salud como la enfermedad suponen relaciones complejas entre factores biológicos, psicológicos y sociales, destacando los procedimientos de interacción psicológicos para aumentar la salud, mediante la promoción de hábitos conductuales saludables. Cada vez hay un interés mayor en la aplicación del conocimiento psicológico y sus terapias en el área de la salud. En los casos de los trastornos crónicos se está utilizando mayoritariamente. La psicología clínica se extiende además hasta la prevención de la enfermedad, al aumento de la salud y a la calidad de vida.

En el paradigma Conductista el planteamiento básico es que la conducta se aprende y se mantiene como resultado de sus consecuencias. Toda conducta a la que le siga una con-

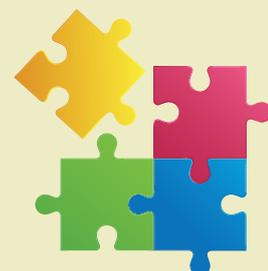
secuencia gratificante o evite algo desagradable, tenderá a repetirse. Por el contrario, las conductas sin consecuencias agradables tienden a desaparecer. O sea, se aprende a comportarse de una manera determinada en función de los resultados que se obtengan de ellas. Estas son las técnicas que se utilizan en la Modificación de Conducta. Son también las que se usan en el aprendizaje. Un ejemplo de esto lo tenemos en el programa de TV de la "Super Nanny".

En el modelo cognitivo se trabaja principalmente con las cogniciones, con la forma de controlar los pensamientos. Para este Modelo, lo importante no son tanto los sucesos en si, sino lo que pienso sobre dichos sucesos. Se parte de que los pensamientos se pueden controlar, sobre ellos podemos mandar.

Como veréis, todo es bastante complejo y los modelos se entremezclan, no habiendo un modelo puro, por eso ya hemos hablado de eclecticismo, o sea valerse de todos los paradigmas o escuelas, ya que estos no son rígidos ni están en compartimentos cerrados.

Así es que cuando me preguntan por las distintas clases de terapias, mi contestación es que cualquier psicólogo clínico sabrá usar las técnicas convenientes en cada caso, pero si hay que poner nombres, el denominado Cognitivo-Conductual, sería el más generalizado.

Espero haber aclarado, al menos globalmente, algunos de los interrogantes. Más adelante intentaré seguir con otras cuestiones que puedan interesar.



entrevista con AGUSTÍN IGLESIAS CAUNEDO

alcalde del Ayuntamiento de Oviedo



Agustín Iglesias Caunedo (Oviedo, 10 de febrero de 1971) Es desde enero de 2012 alcalde de Oviedo, cargo en el que sucedió a Gabino de Lorenzo, además de secretario general del Partido Popular de Oviedo. Entre los años 1991 y 1995 fue concejal delegado de Juventud, Empleo, Promoción Social y Mercados. Luego pasó a ocupar un puesto como diputado de la Junta General del Principado de Asturias, donde fue portavoz del Grupo Parlamentario Popular. En 2003 regresó al Ayuntamiento como edil de Presupuestos y Coordinación.

P. ¿Qué preeminencia tienen en el Ayuntamiento de Oviedo las políticas sociales en momentos tan duros para los colectivos más débiles? ¿Está al tanto de las necesidades de las personas con discapacidad del municipio? ¿Tiene el Ayuntamiento planes específicos destinados a paliar la situación actual?

La importancia de las políticas sociales para el gobierno municipal que

presido queda demostrada por el hecho de que no se han visto afectadas por el gran esfuerzo de austeridad y control del gasto que hemos impuesto en el Ayuntamiento. Apos-

tamos por las políticas sociales: seguimos manteniendo todos los programas, servicios y acciones encaminados a atender a las personas que sufren más duramente los efectos de la crisis que padecemos y, además de los recursos y prestaciones sociales a las que puede acceder toda la población del municipio, existen otros específicos para el colectivo de personas con discapacidad (bono taxi, bono bus, solicitud de taxi mediante SMS, de plazas de estacionamiento, de exención del pago de viñeta, servicio de atención telefónica para las personas con discapacidad auditiva o del habla...). Por otra parte, tratamos de mantener los recursos necesarios para continuar apoyando con subvenciones o con convenios de colaboración a numerosas asociaciones que representan a los colectivos más vulnerables (COCEMFE, ASPAYM, ASPACE, ADEPAS...).

Este contacto directo con las asociaciones nos permite estar muy al tanto de las necesidades de los colectivos más vulnerables y, especialmente, de las personas con discapacidad. En este caso contamos, además, con el Consejo Sectorial de Accesibilidad y Supresión de Barreras Arquitectónicas, Urbanísticas, del Transporte y de la Comunicación. A través de las

"El contacto directo con las asociaciones nos permite estar muy al tanto de las necesidades de los colectivos más vulnerables y, especialmente, de las personas con discapacidad".

"Apostamos por las políticas sociales, seguimos manteniendo todos los programas, servicios y acciones encaminados a atender a las personas que sufren más duramente los efectos de la crisis".

asociaciones y del consejo se han propuesto distintas medidas que se han asumido, y pongo como ejemplo la última iniciativa: *un curso de lengua de signos destinado al personal municipal*.

Dentro de las disponibilidades municipales, hemos adoptado diversas medidas para incrementar nuestros recursos destinados a paliar los efectos de la crisis sobre los colectivos más vulnerables. Entre estas medidas está el refuerzo de personal, aumento de la partida presupuestaria para ayudas económicas, revisión y ampliación de convenios de colaboración...

P. El Ayuntamiento de Oviedo cuenta desde el año 2005 con el Consejo Sectorial de Accesibilidad y Supresión de Barreras Arquitectónicas, ¿podría explicar a nuestros lectores cuál es su función y quiénes lo integran?

El Consejo Sectorial de Accesibilidad es un órgano que, con carácter consultivo, forma parte de la organización complementaria municipal. Sus objetivos y composición, además de las cuestiones relacionadas con su funcionamiento, están reguladas por el Reglamento Orgánico aprobado el día 10 de noviembre de 2005. Conforme al art.3 de dicho Reglamento, las funciones del Consejo van desde promover la realización de estudios, informes y actuaciones vinculadas a la accesibilidad hasta estudiar acciones relacionadas con la movilidad en el transporte público y la eliminación de las barreras urbanísticas, arquitectónicas y de la comunicación, pasando por el control y seguimiento de las propuestas realizadas y proponer actividades que realicen conjuntamente el Ayuntamiento y las entidades representantes de los colectivos con discapacidad. El Consejo está

integrado por un representante de cada uno de los grupos políticos de la Corporación, un miembro de ASPAYM Principado de Asturias (en representación del colectivo de personas con discapacidad física), un representante de la Federación de Personas Sordas del Principado de Asturias (FESOPRAS), un representante de la ONCE y un representante de la Federación de Asociaciones para la integración de las personas con discapacidad intelectual (FEAPS Asturias). Actualmente está presidido por el Concejal de Gobierno de Urbanismo y en el mismo actúan, en calidad de asesores, un técnico de las áreas de Urbanismo, Servicios Sociales y Seguridad Ciudadana. Se reúne dos veces al año y en el seno del mismo se ha constituido un grupo de trabajo, al que asisten únicamente los representantes de las Asociaciones y los técnicos municipales, que se reúne también dos veces al año.

Con la presencia de Cocemfe en Oviedo se logra la descentralización de servicios, se garantiza la proximidad de la población a los diferentes recursos que se viene prestando desde la Confederación y se asegura la igualdad en la atención a las personas con discapacidad.

P. ¿Tienen identificadas las barreras urbanísticas y arquitectónicas que existen en la ciudad, dificultando el desplazamiento y la inclusión de las personas con movilidad reducida?

No resulta posible en una ciudad de la extensión y características de la ciudad de Oviedo, disponer de un inventario completo y actualizado de barreras arquitectónicas. No obstante, en el presupuesto municipal se incluyen partidas para la eliminación de tales barreras en los espacios públicos, y la determinación concreta de los puntos en que se van a ejecutar estos trabajos se efectúa por la Sección de Vías en coordinación con las Asociaciones integradas en el Consejo, tratando de configurar itinerarios accesibles. Ello obliga, aunque sea de forma parcial en cada anualidad, a inventariar y analizar las barreras existentes en los itinerarios que se pretenden accesibles.

P. El Ayuntamiento que usted preside colaboró con Cocemfe Asturias durante el mes de febrero de 2011 en un proyecto tan importante para nosotros como la Campaña de Concienciación en el respeto de las plazas de aparcamiento reservadas para personas con

movilidad reducida ¿Cuál es su valoración de la misma? ¿Se ha mejorado por parte de la población en la adecuada utilización de las plazas?

El Ayuntamiento de Oviedo viene realizando, desde hace años una política tendente a hacer de Oviedo una ciudad accesible, con todo lo que eso supone. No es un objetivo fácil de alcanzar e incluso es difícil de visualizar, porque cada paso que damos muestra el mucho camino que queda por recorrer. Pero estamos comprometidos en conseguir una ciudad accesible y vamos a perseverar en esa línea. En cuanto a las plazas de estacionamiento reservadas para personas con discapacidad, se empezaron a instalar en 1996 y se ha ido adaptando la señalización a la nueva normativa, mediante la cual se hace visible de forma más contundente el carácter reservado de dichas plazas. No obstante, hay que valorar que los ovetenses son muy receptivos y están sensibilizados con el tema, gracias, sin duda alguna, a la campaña que puso en marcha Cocemfe en toda Asturias, en el año 2011; fue un instrumento muy importante para concienciar a los ciudadanos sobre la necesidad de respetar las plazas de estacionamiento reservadas para personas con discapacidad.

P. Cocemfe Asturias representa, como usted sabe, a 26 asociaciones de personas con discapacidad física y orgánica en el Principado de Asturias. Nuestro radio de acción se extiende a toda la Comunidad Autónoma, y desde el año 1994 tenemos sede en Gijón. Ahora, gracias a la cesión de unos locales por el ayuntamiento de Oviedo, podemos tener más presencia en la ciudad y realizar nuestros programas de accesibilidad, rehabilitación, formación, empleo y otros. ¿Qué valoración hace de esta circunstancia?

Es un deber inexcusable de las administraciones apoyar a las personas que sufren algún tipo de discapacidad. El ayuntamiento lo hace de diversas formas, y una de ellas es la cesión de locales, como en este caso. Con la presencia de Cocemfe en Oviedo se logra la descentralización de servicios, se garantiza la proximidad de la población a los diferentes recursos que se viene prestando desde la Confederación y se asegura la igualdad en la atención a las personas con discapacidad. Dentro de los diferentes programas y proyectos que se vienen desarrollando en estos locales, me gustaría destacar el Hotel de Asociaciones porque ha permitido dar cabida a las entidades integradas en Cocemfe y que tienen su sede en Oviedo, que son la mayoría, lo que ha posibilitado que estas Entidades puedan ofrecer sus servicios y desarrollar sus programas en nuestra ciudad, facilitando así la participación de los ovetenses con discapacidad. Además, posibilita contar con un punto de encuentro y reunión de asociados, voluntarios y colaboradores de todas las Entidades integradas en la Confederación, lo que creo es muy importante.

P. En el convenio de colaboración que el Ayuntamiento de Oviedo mantiene con Cocemfe Asturias nombra al Servicio de Integración Laboral como servicio de referencia municipal para la integración laboral de desempleados con discapacidad. En las actuales circunstancias ¿considera que los ayuntamientos deben reforzar las políticas activas de empleo para colectivos con especiales dificultades?

De todos es conocido que, debido a la grave situación que está sufriendo la economía española en los últimos años, el Gobierno de España ha llevado a cabo distintas reformas con el objeto de favorecer la eficiencia de las políticas de empleo y de contribuir a la mejora del mercado de trabajo y a la mayor empleabilidad de quienes buscan insertarse laboralmente. Estas reformas buscan lograr un mayor encaje entre la competencia normativa de estas políticas, que corresponde al Estado, con la de su ejecución, que corresponde a las Comunidades Autónomas. Y dentro de los ámbitos de actuación que constituyen la estructura funcional de la Estrategia Española de Empleo 2012-2014 se encuentra el de las "Oportunidades para colectivos con especiales dificultades". Hecha esta pequeña puntuali-



zación y, en esta misma línea, tal como se expresa en el mencionado convenio de colaboración con Cocemfe, el Ayuntamiento de Oviedo desarrolla políticas activas dirigidas al fomento y mejora de la capacidad de ocupación de las personas demandantes de empleo del municipio y, en especial, de los colectivos con mayores dificultades de acceso al mercado laboral. Este apoyo se plasma en la ejecución de programas específicos que ayuden a mejorar su empleabilidad a través de la formación o la experiencia laboral, pero sobre todo, a través de una orientación y asesoramiento personalizados que contribuyan a mejorar sus expectativas laborales teniendo en cuenta sus especiales necesidades y condicionantes que se ven agravadas por la coyuntura económica actual. Más allá de las competencias que le corresponden como entidad local en materia de empleo, su condición de administración más cercana a la ciudadanía y la posibilidad de actuar con mayor flexibilidad que otras entidades, hacen que los ayuntamientos adquieran un particular protagonismo en el apoyo a estos colectivos. Seguramente, es el momento de innovar y de hacer más con menos porque la situación es realmente difícil.

Una de las oportunidades que se presentan en este contexto, es reforzar este apoyo a los colectivos con especiales dificultades mejorando la coordinación y colaboración con entidades que estén especializadas en algunos de ellos. Es el caso de la colaboración con Cocemfe, para el caso de las personas afectadas por algún tipo de discapacidad.

De izda. a dcha.: Ana M^o Boullosa, Mario García, Mónica Oviedo, Emilio Rodríguez, Segifredo Lena y Cristina Fernández.

COCEMFE ASTURIAS



MARIO GARCÍA REELEGIDO PRESIDENTE DE COCEMFE ASTURIAS

En el transcurso de una Asamblea General extraordinaria celebrada el pasado 27 de diciembre, Mario García presidente de Cocemfe Asturias, ha sido reelegido en el cargo para los próximos cuatro años, con el 99% de los votos.

En la misma se aprobó el Acta de la Asamblea General Extraordinaria correspondiente a diciembre de 2008 y se eligió la nueva Comisión Ejecutiva, que se ha visto incrementada con dos nuevos cargos.

Mario García, presidente electo de Cocemfe Asturias, es asimismo presidente de COCEMFE Nacional, tras su reelección en junio de 2012.

Una vez elegido, Mario García, subrayó en el transcurso de su intervención, su intención de continuar con la misma línea de trabajo establecida, con el objetivo prioritario de mantener los programas que definen a esta Organización como referente y modelo en la atención global a las necesidades y demandas de las personas con discapacidad física y orgánica del Principado.

El presidente agradeció el apoyo recibido por todas las asociaciones federadas a Cocemfe Asturias, con las cuales, manifestó, "hemos avanzado juntos y entre todos, a pesar de la difícil situación económica que nos ha tocado vivir, hemos dado continuidad a una gran variedad de proyectos en los más diversos ámbitos, como la formación y empleo, la salud y los recursos convivenciales".

Mario García señaló asimismo que, "en estos momentos de aguda crisis económica, estamos viendo cómo los logros conseguidos están pendientes de un hilo por culpa de los recortes y la supresión de derechos y de prestaciones sociales que se están aplicando.

Se está dejando a nuestro sector en una situación de gran vulnerabilidad, de desprotección. Las personas con discapacidad física y con enfermedades crónicas están viendo cómo la crisis les ataca injustamente, por eso tenemos que redoblar nuestros esfuerzos y seguir trabajando por el colectivo. Llegando donde no llega la administración porque sin apoyos mutuos no podemos lograr nuestros objetivos. Tenemos que tener muy claro que lo que no hagamos las organizaciones, no lo hará absolutamente nadie".

La nueva Junta directiva queda compuesta por:

Presidente: Mario García Sánchez (UMA).
Vicepresidenta: Mónica Oviedo (UMA).
Secretario de Organización: Segifredo Lena (ADEAPA).
Secretaria de Finanzas: Ana M^o Boullosa (FRATER).
Secretaria de Formación y Empleo: Cristina Fernández (ATAXIA).
Secretario de Sanidad: Emilio Rodríguez Fuentes (AADEM).

"Hemos avanzado juntos y entre todos, a pesar de la difícil situación económica que nos ha tocado vivir, hemos dado continuidad a una gran variedad de proyectos en los más diversos ámbitos, como la formación y empleo, la salud y los recursos convivenciales".

serCapaz

NÚMERO 50

El 27 de enero de 1994 se constituyó la Confederación española de Personas con discapacidad física y orgánica de Asturias, COCEMFE ASTURIAS.



El importante avance durante estos años de las asociaciones ligadas a nuestra Federación hizo necesario contar con los medios adecuados para desarrollar la labor de la misma. Por ello, en octubre de 1999 Cocemfe Asturias inauguró su sede central con el fin de dar cabida al creciente movimiento asociativo de personas con discapacidad física en Asturias.

En ese momento se vio la necesidad de crear una revista que difundiera públicamente nuestras necesidades y reivindicaciones, al tiempo que sirviera para visibilizar nuestras actividades, nuestro trabajo y nuestro esfuerzo.

serCapaz, nace con vocación crítica desde una perspectiva positiva, al tiempo que se impone como objetivo servir de vehículo para transmitir la información generada por nuestras asociaciones, para proporcionarles, en definitiva una revista que sea de y para todas las personas.

En agosto de 2000 aparece el primer número de serCapaz, gracias al esfuerzo y la ilusión de todos los que formamos parte del proyecto, la misma ilusión que nos mueve ahora a continuar, redoblando incluso los energías para sortear los escollos derivados de la actual crisis económica, que también nos obliga a sacar sólo tres números anuales, en lugar de los cuatro que se editaban hasta ahora.

Así pues, queremos celebrar con nuestros lectores el haber llegado hasta aquí, y hemos decidido publicar las portadas de todos los números editados como agradecimiento a todas las personas y entidades (públicas y privadas) que, de una u otra forma, han colaborado para sacar adelante la revista "serCapaz".

Sirva ello también como homenaje a todas las personas trabajadoras con discapacidad de nuestro Centro Especial de Empleo "Grupo Iniciativas", tanto maquetadores, como diseñadores gráficos, publicistas, etc., cuya labor ha hecho posible llegar a estos 50 primeros números. Esperamos que los esfuerzos de todos sigan dando sus frutos y una larga continuidad en el tiempo.





día mundial de las Enfermedades raras

Según la definición de la Unión Europea, enfermedades raras, minoritarias, huérfanas o poco frecuentes, incluidas las de origen genético, son aquellas enfermedades con peligro de muerte o de invalidez crónica que tienen una prevalencia menor de 5 casos por cada 10.000 habitantes.

El pasado 28 de febrero se conmemoró el **DÍA MUNDIAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS**. En un año marcado por el temor a que los recortes en sanidad afecten a los fondos para la investigación de enfermedades raras, frenando su progreso o ralentizando la consecución de resultados, Cocemfe Asturias llevó a cabo una serie de actos conmemorativos y reivindicativos, con la colaboración de la Institución de la Procuradora General del Principado de Asturias y de la Consejería de Sanidad.

Por ello, el mismo día 28 se celebró una Jornada Científica, declarada de interés sanitario, que bajo el título "**GENÉTICA Y ENFERMEDADES POCO FRECUENTES**", tuvo como principales objetivos difundir entre los responsables sanitarios y la sociedad en general los últimos avances genéticos que contribuyen a mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por enfermedades poco frecuentes.

La Jornada se desarrolló en el salón de actos de la sede de la Procuradora General, y en ella participaron como ponentes, dos investigadores en el ámbito de la genética, **Julio Martín Rodríguez**, Director Clínico del Departamento de Diagnóstico Genético Molecular de IVIOMICS y **Aintzane Urbizu**, del Hospital Vall d'Hebrón.

Los conferenciantes expusieron el estado actual de las investigaciones y la práctica clínica en ese terreno, ante el numeroso público asistente, proveniente tanto del ámbito sanitario como de las propias asociaciones de personas afectadas por estas enfermedades poco frecuentes. Estas últimas eligieron la temática de la Jornada, conscientes de que es en la comunidad científica, concretamente en la investigación, donde se pueden encontrar las soluciones a las necesidades de muchas personas que se sientan olvidadas, aquejadas por enfermedades poco cono-

cidas y también las de sus familias, que día a día con su esfuerzo luchan por mejorar la calidad de vida de sus seres queridos.

La mesa inaugural estuvo compuesta por **María Antonia Fernández Felgueroso**, Procuradora General del Principado de Asturias, junto con **Marcelo Palacios**, Presidente de la Sociedad Internacional de Bioética, (SIBI), **Julio Bruno**, Director General de Salud Pública y **Mónica Oviedo**, Vicepresidenta de Cocemfe Asturias.

En su intervención, **Marcelo Palacios** apuntó que "aunque se han dado grandes pasos en la mejora del bienestar de estos pacientes, aún nos quedan muchos avances por desarrollar" y calificó como avance muy importante el diagnóstico preimplantacional.

Por su parte, **Julio Bruno**, Director General de Salud Pública, recordó que en España existen más de tres millones de personas afectadas y en Asturias más de 1.500 enfermedades de este tipo, que estamos ante un problema de salud pública pues no se sabe cuál es el origen de estas enfer-



Mesa inaugural (de izda. a dcha.): Julio Bruno, Director General de Salud Pública, María Antonia Fernández Felgueroso, Procuradora General del Principado de Asturias, Mónica Oviedo, Vicepresidenta de Cocemfe Asturias y Marcelo Palacios, Presidente de la Sociedad Internacional de Bioética, (SIBI).

medades, son de diagnóstico difícil y muchas veces se produce un retraso en el mismo y las personas tienen que peregrinar a través de diferentes servicios desde que se inician los síntomas hasta que se diagnostica su enfermedad, que son enfermedades que generan con mucha frecuencia discapacidad y con una gran repercusión familiar y social importante. Reconoció que los servicios no están suficientemente preparados para abordar muchas veces la información que requiere el usuario y destacó la labor de las asociaciones como pilar básico que da soporte a los enfermos, que realmente les hacen mantener la esperanza y espolean a las administraciones para buscar soluciones.

Habló de la detección precoz como método para evitarlas, de la orfandad de medicamentos y como la rara frecuencia de estas enfermedades hace que estén dispersas en la población y como en Asturias al ser una co-

"En España existen más de tres millones de personas afectadas y en Asturias más de 1.500 enfermedades de este tipo".

"Aunque se han dado grandes pasos en la mejora del bienestar de estos pacientes, aún nos quedan muchos avances por desarrollar".

munidad pequeña hay algunas que no se manifiestan porque necesitan tamaños poblacionales mayores.

A continuación nos traslada como son claves las unidades de referencia nacional y la necesidad de ordenar y de definir estas unidades para el manejo de las enfermedades. Nos informa como va a salir publicado en esos días la creación del sistema de información de enfermedades raras de Asturias que va a formar parte del sistema de vigilancia epidemiológica del Principado, como es importante adecuar nuestro método de diagnóstico y de asesoramiento a las familias desde el punto de vista genético y como en la cartera de servicios de este año se han introducido la reducción, la eliminación en la demora en el consejo genético a las familias de estos enfermos, como se está trabajando para poner en marcha nuevos test diagnósticos de cribado en enfermedades neonatales y comenta que se calcula que a partir de la



Ponencia de Julio Martín, "Resultados clínicos con diagnóstico genético preimplantacional para enfermedades monogénicas". Ponencia de Aintzane Urbizu, "Enfermedades poco frecuentes: ¿monogénicas o complejas?"

Se reivindica una vez más el derecho de estas personas a ser tratados como "ciudadanos de primera categoría" y se anima a pedir con toda la energía posible que no se recorten los recursos públicos para la investigación de las enfermedades poco frecuentes.



La Jornada tuvo lugar en la sede de la Procuradora General.

puesta en marcha del nuevo HUCA con la tecnología nueva se realizará el cribado de la fibrosis quística y de alguna otra enfermedad.

Se espera que a lo largo de 2013 exista un inventario de pruebas de diagnóstico prenatal y la puesta en marcha de la fundación para la investigación en Asturias.

Por último nos trasladó el planteamiento que ha llevado el consejero de sanidad al último consejo interterritorial de salud en donde ha reclamado al ministerio un listado positivo para excepcionar del copago y de los gravámenes a los enfermos con enfermedades raras y como ha planteado reclamar unidades de referencia nacional que permitan abordar estas patologías con suficiente solvencia técnica y ordenar la detección precoz y los medicamentos huérfanos.

La Procuradora General del Principado de Asturias, **María Antonia Fernández Felgueroso**, en su línea habitual de cercanía e interés por trabajar en la búsqueda de soluciones en cuestiones que afectan a colectivos especialmente vulnerables.

Felguerosa recordó, que estamos ante un problema humano de gran calado en el que hace falta voluntad, recursos y sensibilidad por parte de los poderes públicos y también de las empresas.

Termina su intervención diciendo como la defensoría autonómica se

suma al esfuerzo de las asociaciones que trabajan en esta dirección, reivindicando el derecho a la salud también para quienes no son rentables, haciendo suyas todas las reivindicaciones en favor de las personas que padecen estas enfermedades, para los que son minoría a la hora de padecerlas, poniendo como ejemplo de ello los numerosos convenios de colaboración firmados con los agentes sociales, entre los que se incluye Cocemfe Asturias, de la que destacó la importante labor que desarrolla junto a sus asociaciones.

La Vicepresidenta de Cocemfe Asturias **Mónica Oviedo** agradeció el apoyo y la colaboración de los integrantes de la



mesa y de los ponentes que se desplazaron a Asturias de forma altruista, subrayando que en Asturias residen más de 70.000 personas que conviven con una de esas enfermedades denominadas "raras", para las que la investigación es la única esperanza. En referencia a la intervención de Julio Bruno, y a los avances expuestos, Mónica Oviedo señaló que "tomamos nota y esperamos que estos avances y estas medidas se puedan implantar más pronto que tarde, dada la acuciante necesidad de miles de personas que tienen que convivir con estas enfermedades". Finalmente, la Vicepresidenta de Cocemfe Asturias reclamó mejoras urgentes en la atención sociosanitaria, así como mayor financiación para la investigación de este tipo de enfermedades.

El cierre de la Jornada corrió a cargo de una representación de afectados por EE.RR.





GLOBOS AL CIELO POR LAS ENFERMEDADES MINORITARIAS

Como ya viene siendo tradición, Cocomfe Asturias, junto con las asociaciones de enfermedades poco frecuentes integradas en nuestra Confederación, cerraron los actos conmemorativos del **DÍA MUNDIAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS** con una suelta de globos, precedida por la lectura de un manifiesto, en una apacible mañana de domingo 3 de marzo, en la Plaza del Ayuntamiento de Oviedo, que un año más se llenó de colorido y ambiente festivo.

El acto contó con la colaboración, además de la Institución de la Procuradora General del Principado de Asturias, la Consejería de Sanidad y el apoyo del Ayuntamiento de Oviedo. A la Jornada asistió asimismo una amplia representación institucional, entre los cuales cabe citar a Noel Zapico, Adjunto a la Procuradora General, Belén Fernández, Concejala de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Oviedo, y Jacinto Braña, Director General de Políticas Sociales del Principado de Asturias.

La vicepresidenta Mónica Oviedo abrió el acto presentando a los ya mencionados, agradeciendo su presencia y su apoyo, al igual que a todos los ovetenses y asturianos en general, que se acercaron a nosotros para interesarse y solidarizarse con los miles de personas que en nuestra Comunidad tienen una enfermedad de baja incidencia, y para las que su única esperanza es que se potencie su investigación, tal como lo expresaba el lema inscrito en las camisetas que repartimos: "La investigación, nuestra esperanza".

EL MANIFIESTO LEÍDO POR LOS REPRESENTANTES DE LAS ASOCIACIONES INCIDÍA EN LAS SIGUIENTES MATERIAS:

Rehabilitación continuada con cargo a la Seguridad Social, Centros de atención especializados para las enfermedades raras y en su defecto **consultas monográficas**, garantía de la continuidad de las **unidades de atención actualmente existentes en el nuevo Huca**, mejora en el **acceso al diagnóstico y al tratamiento** de cada una de las personas afectadas, **profesionales formados y especializados** en la atención a estas patologías, **espacios libres de barreras arquitectónicas y aparatología** accesible a las necesidades de los afectados, utilización de prótesis de fibra de vidrio para los enfermos que lo necesiten, garantía de que todos los pacientes tengan acceso a una atención socio sanitaria de calidad independientemente de la CC.AA en la que se resida, creación de un **censo de afectados** y un protocolo de actuación, Impulso del fomento de la **investigación** para avanzar en el tratamiento y la mejora de la calidad de vida de los afectados, **diagnóstico genético preimplantacional** al objeto de seleccionar embriones,

eliminando así patologías congénitas graves, **screening neonatal** que permita una detección temprana de la enfermedad y un tratamiento precoz, consideración del **reconocimiento de enfermedades crónicas** a los afectados con estas patologías, adquisición de **bipedestadores** para los **centros educativos** en los que cursen estudios alumnos usuarios de silla de ruedas y por último el incremento de las **partidas presupuestarias** que corresponden a las subvenciones para entidades sin ánimo de lucro.



Las enfermedades raras en Asturias, tienen nombre y están representadas por las siguientes entidades entre otras:



- Asociación de enfermos musculares del Principado de Asturias ASEMPA.
- Asociación Asturiana contra la Fibrosis Quística F.Q.
- Asociación de Esclerosis Lateral Amiotrófica ELA-Principado.
- Asociación de Hemofilia de Asturias AHEMAS.
- Asociación Asturiana de ATAXIAS "Covadonga" ATAXIA.
- Asociación Asturiana de Neurofibromatosis ASNEFI.
- Asociación COREA DE HUNTINGTON de Asturias.
- Asociación Chiari y Siringomielia del Principado de Asturias CHYSPA.
- Asociación de afectados por Miastenia Gravis ADAMG.
- Asociación de Retina Asturias.
- Asociación Española del Síndrome de Wolf Hirschhorn.

I JORNADA DE ACCESIBILIDAD DE COCEMFE ASTURIAS

Con un aforo al completo, que puso de manifiesto el gran interés que suscitan las cuestiones relacionadas con la accesibilidad en nuestras ciudades, no sólo entre las personas con movilidad reducida, sino también entre los ayuntamientos, arquitectos, ONGs, y en definitiva, en la sociedad en general, tuvo lugar el pasado 11 de abril, en el Pabellón del Principado de Asturias del Recinto Ferial Luis Adaro de Gijón, la Primera JORNADA DE ACCESIBILIDAD, organizada por COCEMFE Asturias bajo el lema "UN ENTORNO ACCESIBLE".

Nauguró la Jornada la alcaldesa de Gijón, **Carmen Moriyón**, acompañada por el Director General de Políticas Sociales, **Jacinto Braña**, la Presidenta del Consejo Territorial de la ONCE en Asturias, **Yobanka Cuervo** y la Vicepresidenta de Cocemfe Asturias, **Mónica Oviedo**.

Los ponentes, todos ellos profesionales del sector de la accesibilidad, (arquitectos, empresarios, técnicos de accesibilidad, y concejales de urbanismo y de bienestar social) integraron las mesas realizadas en horario de mañana y tarde, para poner sobre el tapete el estado actual de los conocimientos y experiencias en función de sus respectivos ámbitos de actuación. En esos espacios de reflexión se llegaron a conclusiones que, sin duda, serán de enorme calado a la hora de afrontar en el futuro próximo las principales cuestiones en materia de accesibilidad, y de las que confiamos que se extraerán im-

UN ENTORNO ACCESIBLE



De izda. a dcha.: Raúl López, Concejel del Área de Accesibilidad del Ayto. de Málaga, Roberto del Pozo, Concejel de Autonomía Personal del Ayto. de Santander, Eva Illán, Concejala de Bienestar Social del Ayto. de Gijón.



Mónica Oviedo, Vicepresidenta de Cocemfe Asturias, Carmen Moriyón, Alcaldesa del Ayto. de Gijón, Yobanka Cuervo, Presidenta del Consejo Territorial de Once Asturias y Jacinto Braña, Director Gral. de Políticas Sociales.



Manuel Rances, Secretario de Accesibilidad de FAMMA y José Luis Rey, Director de I+D y nuevas tecnologías de Alimerka S.A.



María Antonia Fernández Felgueroso, Procuradora General del Principado de Asturias Mónica Oviedo, Vicepresidenta de Cocemfe Asturias, Jacinto Braña, Director General de Políticas Sociales.

portantes lecciones para marcar el camino a seguir, ya que una de los aspectos que se abordaron fue lo demasiado prolijo de la normativa existente en materia de accesibilidad, lo que en ocasiones da lugar a distintas interpretaciones que exigen trabajar para lograr un entendimiento entre las diversas partes implicadas en tan complejas materias.

Tras finalizar las mesas, se organizaron animados debates que contaron con numerosas aportaciones del público asistente.

Junto con la Jornada en si, Cocemfe estableció un espacio expositivo para las empresas relacionadas con el sector de la accesibilidad, con el fin de que pudieran mostrar sus productos de apoyo, junto con las últimas novedades tecnológicas específicas y sus aplicaciones.

Finalmente, la Procuradora General del Principado de Asturias clausuró las Jornada junto con el Director General de Políticas Sociales del Principado de Asturias, Jacinto Braña, y la Vicepresidenta de Cocemfe Asturias, Mónica Oviedo.

Desde aquí queremos dar las gracias a la **FUNDACIÓN ONCE**, merced a cuyo patrocinio pudo llevarse a cabo esta actividad, así como al **Ayuntamiento de Gijón**, la **Consejería de Bienestar Social y Vivienda**, la **Cámara de Comercio de Gijón** y a todas las personas y entidades cuya generosa colaboración ha hecho posible llevar a cabo este encuentro, cuyo objetivo era asimismo buscar la coordinación entre todos los implicados en la accesibilidad universal y el diseño para todos para eliminar las barreras más cercanas que impiden a tantas personas su plena inclusión en la sociedad y una vida cotidiana segura, cómoda y autónoma, porque, en palabras de la Vicepresidenta de Cocemfe Asturias, Mónica Oviedo **"la falta de accesibilidad en el entorno constituye la más sutil forma de discriminación"**.



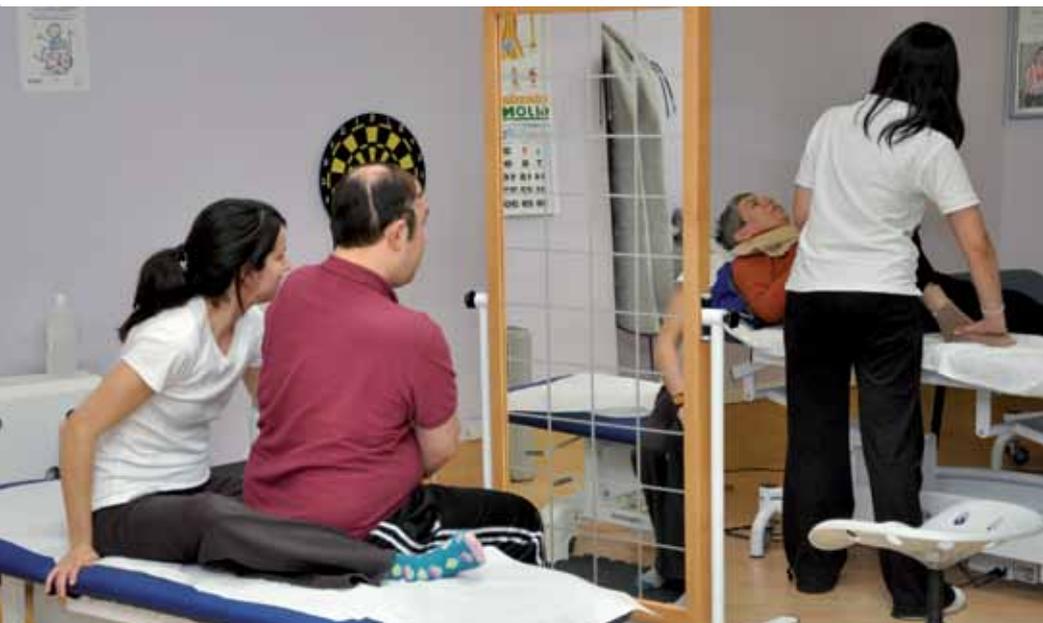
CONCLUSIONES DE LA JORNADA DE ACCESIBILIDAD DE COCEMFE ASTURIAS "UN ENTORNO ACCESIBLE"

- ▶ La Accesibilidad ha de ser Universal, Natural, Transversal, Multidisciplinar y Libre.
- ▶ En la normativa actual existen ambigüedades y por ello es necesario llegar a una armonización. Necesitamos crear un texto simplificado que lo unifique todo.
- ▶ Se traslada la importancia y Avance que supone la Inspección Técnica de Edificios (ITE) para renovar el parque de viviendas, sobre todo las más antiguas, las cuales representan las edificaciones menos accesibles.
- ▶ No todo lo accesible es usable y por ello se ha de trabajar en un mejor diseño de los entornos , establecimientos, productos y servicios.
- ▶ La Población cada vez está más envejecida y por ello debemos de prevenir y actuar ahora, porque sino la falta de accesibilidad se convertirá en un problema para la toda la sociedad. Hay que prevenir las situaciones de exclusión.
- ▶ Debemos de exigir la accesibilidad en las compras públicas de los concursos públicos.
- ▶ Podremos tener ciudades inteligentes (smart cities) si los entornos son accesibles.
- ▶ La Planificación de cualquier actuación en materia de accesibilidad ha de estar centrada en la persona. El entorno ha de adaptarse a la persona y no la persona al entorno. Los ciudadanos han de ser la base de la accesibilidad.
- ▶ Con la innovación y la prevención se optimizan los recursos. Se puede facilitar la Autonomía a través de la Domótica y las Nuevas Tecnologías.
- ▶ Tenemos que conseguir que sea el técnico el que se implique en la accesibilidad pues se ha comprobado que a mayor concienciación de los técnicos mayor porcentaje de inversión en accesibilidad.
- ▶ El entorno de las viviendas ha de ser accesible y obediente.
- ▶ Las TIC son imprescindibles para la inclusión de las personas con discapacidad.
- ▶ Es fundamental el contacto de lo técnicos con las personas con discapacidad para que se entienda la accesibilidad y cale en los profesionales.
- ▶ La señalización es la gran olvidada de la accesibilidad.
- ▶ La accesibilidad ha de pasar desapercibida y ser invisible.
- ▶ Debemos buscar que las diferencias no se conviertan en deficiencias.
- ▶ Tenemos que avanzar en intentar desvincular la discapacidad de la accesibilidad. El asistencialismo en la discapacidad nos hace dependientes.
- ▶ El objetivo de todas las instituciones ha de ser el tener ciudades y pueblos accesibles para todas las personas, ya que los beneficiarios de la accesibilidad son todos los ciudadanos.
- ▶ Las OTA (Oficina Técnica de Accesibilidad) son un instrumento necesario para la coordinación, la supervisión y desarrollo de los principios de la Accesibilidad Universal y el Diseño para todos.
- ▶ Para conseguir ciudades y Pueblos Accesibles la mentalidad de los técnicos municipales ha de cambiar.



REHABILITACIÓN CONTINUADA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD CRÓNICA (FÍSICA Y ORGÁNICA)

Con el apoyo de la **FUNDACIÓN ONCE** a través del Plan de Prioridades, Cocemfe Asturias ha venido desarrollando a lo largo de 2013 distintas actuaciones, entre las que cabe destacar el proyecto de "**Rehabilitación continuada para personas con discapacidad crónica**", destinado a impartir sesiones individuales y en grupo. De este modo conseguimos la cofinanciación del "**Programa Mejora**" de rehabilitación que nos viene subvencionando desde hace años la Consejería de Sanidad del Principado de Asturias.



Sesión de fisioterapia en el CAI de Cocemfe Asturias.

No cabe duda que la mejora de la autonomía personal para las personas con movilidad reducida y dificultad de desplazamiento pasa necesariamente por desarrollarse en ciudades con espacios accesibles, en las que el acceso universal prevalezca para todos los ciudadanos, independientemente de sus peculiaridades físicas y funcionales.

En ese contexto se inscribe la puesta en marcha de actuaciones cuyo objetivo es el de orientar y sensibilizar a los responsables de que nuestras ciudades alcancen las mayores cotas de accesibilidad, principalmente ayuntamientos, arquitectos y urbanistas.

Sobre la base del Programa del Plan de Prioridades de la Fundación ONCE, en



Fundación ONCE
para la Cooperación e Inclusión Social
de Personas con Discapacidad

Cocemfe Asturias hemos realizado recientemente la Jornada Técnica de Accesibilidad, "Un Entorno Accesible", de la que acabamos de ofrecer amplia información.

Por último, este año 2013 podremos ver finalizadas las obras de adecuación del "Centro de Atención Socio Sanitario" de Oviedo, en el que conseguiremos llevar a cabo los tratamientos rehabilitadores de los que os hemos hablado, y que hasta ahora vienen prestándose en gimnasios cedidos en uso por el Servicio de Salud del Principado de Asturias, locales que en algunos casos no reúnen las condiciones necesarias para impartir adecuadamente las terapias, ni por su equipamiento, ni por su espacio, ya que cada vez es mayor el número de demandantes de estos servicios.



www.apoyoycuidados.com



ayuda domiciliaria es calidad de vida

para personas con discapacidad, personas mayores, niños, enfermos en proceso de recuperación...
servicios a medida a cargo de profesionales de alta cualificación y experiencia en el sector

¡CONSÚLTANOS, SOMOS EXPERTOS!
985 39 16 33

areasocial@cocemfeasturias.es

COCEMFE ASTURIAS OFRECE UN NUEVO PROGRAMA "PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA Y ORGÁNICA"

Se trata de un novedoso programa cuyo foco de atención es el colectivo de personas con discapacidad física y orgánica, socios de las 26 asociaciones que forman parte de nuestra entidad, en la Comunidad Autónoma del Principado de Asturias y que se ejecutará a lo largo de todo el año.

Gracias a su implantación y desarrollo, se está dando respuesta a las necesidades de aquellas personas que se encuentran en situación de especial vulnerabilidad, y que requieren de apoyos para desarrollar las actividades de la vida diaria, alcanzar un mayor nivel de autonomía personal y poder ejercer plenamente sus derechos de ciudadanía.

Se está llevando a cabo gracias a un completo **equipo multidisciplinar** formado por trabajadoras sociales, fisioterapeutas, logopedas, asistentes personales y técnicos de accesibilidad. Todos ellos tratan de enmarcar sus actuaciones en mejorar y/o mantener su autonomía y funcionalidad, mediante acciones de rehabilitación, logopedia, apoyo en el domicilio, información sobre recursos sociales, medios técnicos, asesoramiento sobre eliminación de barreras arquitectónicas en el hogar y entornos próximos, así como posibles ayudas económicas y creación de grupos de ayuda mutua para dar respuesta de una forma integral.

Los **objetivos** que persigue este ambicioso y beneficioso proyecto, es mejorar la autonomía personal de las personas dependientes, prestar apoyo técnico, y domiciliario y faci-



litar respiro familiar, con la finalidad, de haber contribuido a que las personas atendidas, consigan ser más autónomas y puedan participar en la comunidad en igualdad de condiciones que el resto de la población, que tengan más información en relación a los recursos existentes, una mayor autonomía y funcionalidad, evitar el agravamiento de la patología crónica que presentan mejorando su independencia, que los beneficiarios del programa puedan desarrollar las

actividades esenciales de la vida diaria y aliviar en ciertos casos la carga familiar que conlleva la atención a una persona dependiente.

Este proyecto ha sido posible, gracias a la financiación del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, que por primera vez en nuestra entidad, apoya una iniciativa de estas características.



SOLIDARIA

www.xsolidaria.org

Síguenos en   #EncasillaTuX





iberCaja
Obra Social



IBERCAJA APOYA LA INTEGRACIÓN LABORAL DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

El viernes 15 de febrero, tuvo lugar en la sede central de IBERCAJA en Gijón la firma de un convenio entre esta entidad representada por el director de la Oficina de Gijón, *Francisco Bustillo y Mónica Oviedo*, Vicepresidenta de Cocemfe Asturias, para el desarrollo del Proyecto denominado **ORIENTA-T**, cuyo principal objetivo es conseguir la colocación efectiva en el marco laboral de los usuarios/as que acuden al Servicio de Integración Laboral (SIL) de Cocemfe Asturias.



Asimismo se busca profundizar en el cambio de mentalidad y la actitud social ante las necesidades y derechos vinculados a la integración laboral de las personas con discapacidad.

En este sentido, Cocemfe Asturias, como referente básico para la inserción laboral de las personas con discapacidad, trabajará con el apoyo de Ibercaja para acercar a las personas con discapacidad al mercado de trabajo.

Estas son las principales acciones que se ofertan a través del proyecto: **Información acerca del mercado de trabajo, Acompañamiento Laboral, Asesoramiento y ajuste del perfil según el tipo de discapacidad, Talleres de alfabetización tecnológica para la búsqueda activa de empleo, Uso de las redes sociales para la búsqueda de empleo, Aprender a emprender.**

Con esta nueva herramienta se facilitará, además, que los 4.500 candidatos y más de 4.000 empresas integrados en la principal bolsa de trabajo de nuestra Comunidad por su volumen y resultados, tengan a su disposición una nueva fórmula de intermediación en el mercado de trabajo.

ARRANCA EL PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO HOSPITALARIO CAJASTUR EN EL HUCA

Un año más se pone en marcha el **PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO HOSPITALARIO** de Cajastur en el Hospital Central de Asturias (HUCA).

Se trata de un servicio gratuito cuyo objetivo es facilitar en el medio hospitalario acompañamiento a los pacientes con enfermedad de Alzheimer u otras demencias, así como a personas con algún tipo de discapacidad intelectual en situación de dependencia, cuyo soporte familiar sea insuficiente y/o para descargar al cuidador principal. Entre sus objetivos figuran también la mejora de vida del cuidador del paciente hospitalizado, ayudar en las relaciones sociofamiliares de los cuidadores informales y lograr un respiro familiar efectivo.

El programa se inició en 2009 con la firma de un convenio de colaboración entre la Obra Social Cajastur (entidad que subvenciona el servicio), el Hospital Central de Asturias (HUCA) y Apoyo y Cuidados para la Calidad de Vida en Asturias, empresa de Cocemfe Asturias especializada en el servicio de ayuda a domicilio.

Durante todo este tiempo se ha venido ofreciendo acompañamiento a más de 600 pacientes, lo que supone más de 13.000 horas de atención en los diferentes servicios hospitalarios (neumología, rehabilitación, digestivo, etc.), ejecutadas por una plantilla de cuatro trabajadoras con discapacidad, con un perfil profesional específico y adecuado a las tareas desempeñadas.

Las personas interesadas en el programa pueden encontrar más información en los carteles distribuidos por las diversas áreas hospitalarias, en las unidades de trabajo social del HUCA y en las unidades de enfermería del Hospital.

Durante todo este tiempo se ha venido ofreciendo acompañamiento a más de 600 pacientes, lo que supone más de 13.000 horas de atención en los diferentes servicios hospitalarios (neumología, rehabilitación, digestivo...).

Servicio de Integración Laboral

Novedades Legislativas



Esta nueva norma, contiene determinadas medidas de acción positiva en favor de las personas con discapacidad producto de las propuestas planteadas por el **CERMI al Ministerio de Empleo y Seguridad Social** en el curso de su gestión y recogidas en parte por el Gobierno, por lo que se han obtenido avances en las políticas activas de empleo para el grupo social de la discapacidad.

Así, los incentivos al autoempleo de las personas con discapacidad han mejorado sustancialmente, sobre todo lo referente a las reducciones y bonificaciones a la cuota por contingencias comunes en el Régimen Especial de Autónomos.

Sólo los autónomos con discapacidad pueden bonificarse sin límite de edad (el resto de autónomos sin discapacidad tiene el límite de 30 años, 35 si son mujeres), y además la mejora aún es mayor en las personas con discapacidad menores de 35 años:

- Podrán beneficiarse no sólo cuando se den de alta por vez primera (como hasta ahora) sino también cuando no hubieran estado en alta en el RETA en los cinco años inmediatamente superiores.
- La reducción de cuotas durante el primer año es más elevada (80%, frente al 50%, que ya disfrutaban). El resto de los 4 años hasta completar el tope de 5 años sería del 50%.
- Sin embargo, en este supuesto solo se benefician los autónomos sin trabajadores, mientras que en el sistema general no existe este límite (pero pueden optar, siempre con el tope de los 5 años, por el régimen de bonificación general en el que sí se pueden tener trabajadores; es decir un autónomo con discapacidad menor de 35 años que tenga trabajadores puede optar por la bonificación general o, incluso, lo puede hacer cuando contrate el primer trabajador).

NOVEDADES LEGISLATIVAS EN EL ÁREA LABORAL QUE

AFECTAN A LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Ha pasado más de un año desde la publicación, el sábado 11 de febrero de 2012, del Real Decreto-ley 3/2012, de reforma del mercado laboral, y ahora se acomete una "segunda generación de reformas estructurales" entre las que destaca el **Real Decreto-ley 4/2013, de 22 de febrero, de medidas de apoyo al emprendedor y de estímulo del crecimiento y de la creación de empleo**, en vigor el 24 de febrero.

Por otra parte el régimen de bonificación general (sin límite de edad) es muy similar al vigente, si bien hay algunas pequeñas diferencias:

- En el nuevo régimen no se incluye la cuota por IT en la bonificación (supone en la cuota reducida 14,17€, un 11% menos).
- Se incluyen a los socios trabajadores de Cooperativas de Trabajo Asociado que opten por el RETA.

También se ha aprobado recientemente otra norma que es el **Real Decreto 156/2013, de 1 de marzo**, que regula la suscripción de un **convenio especial para las personas con discapacidad que tengan especiales dificultades de inserción laboral, a efectos de las prestaciones de jubilación y de muerte y supervivencia**, que entrará en vigor el 1 de abril de 2013.





QUIÉNES PODRÁN SUSCRIBIR EL CONVENIO ESPECIAL (REQUISITOS):

- Tener 18 o más años de edad y no haber cumplido la edad mínima para la jubilación ordinaria establecida en la LGSS (art. 161.1).
- Residir legalmente en España y haberlo hecho durante 5 años, de los que 2 deberán ser inmediatamente anteriores a la fecha de la solicitud de suscripción del convenio especial.
- Tener reconocida una discapacidad que implique especiales dificultades de inserción laboral. A estos efectos tienen esta consideración las:
 - Personas con parálisis cerebral, con enfermedad mental o con discapacidad intelectual, con un grado de discapacidad reconocido igual o superior al 33%.
 - Personas con discapacidad física o sensorial con un grado de discapacidad reconocido igual o superior al 65%.
- No figurar en alta o en asimilada a la de alta en cualquiera de los Regímenes del sistema de la Seguridad Social, ni en cualquier otro régimen público de protección social.
- Encontrarse inscritas en los SPE como desempleados demandantes de empleo por un período mínimo de 6 meses, inmediatamente anteriores a la fecha de la solicitud de suscripción del convenio especial.
- No tener la condición de pensionistas de jubilación o de incapacidad permanente, en su modalidad contributiva, ni de jubilación en su modalidad no contributiva, ni percibir pensiones equivalentes en cualquier otro régimen público de protección social.



Debe advertirse que para la suscripción de este convenio especial no será necesario acreditar un período de cotización previo a la Seguridad Social.

CÓMO SOLICITARLO

Los interesados directamente, de tener plena capacidad de obrar, o quien ostente su representación legal, en otro caso, podrán solicitar el convenio especial y suscribirlo utilizando el modelo oficial que establezca la TGSS, dirigido a la dirección provincial de la Tesorería General o administración de la Seguridad Social correspondiente al domicilio del solicitante. También podrá presentarse en cualquiera de los lugares previstos en el artículo 38.4 de la Ley 30/1992, o mediante el procedimiento electrónico que determine la TGSS.

PLAZO PARA RESOLVER LA SOLICITUD

La resolución sobre la procedencia de celebrar el convenio especial deberá dictarse y notificarse dentro de los 3 meses siguientes a la fecha de entrada de la solicitud en el registro de la dirección provincial de la TGSS o administración correspondiente. Transcurrido dicho plazo sin que recaiga resolución expresa, la solicitud se entenderá estimada por silencio administrativo.

EFFECTOS

La suscripción del convenio especial determinará, desde el día de la presentación de la solicitud (o para 2013, y a opción de interesado, desde el 1 de abril), la inclusión en el campo de aplicación del Régimen General de la Seguridad Social, en situación de asimilada al alta para la cobertura de las prestaciones, ya indicadas al principio, de jubilación y de muerte y supervivencia.

OBLIGACIÓN DE COTIZAR

Desde la fecha de efectos del convenio especial (día de la presentación de la solicitud o 1 de abril de 2013), y mientras este se mantenga, será obligatorio cotizar por un importe que se calculará:

1. Aplicando a la base mensual (tope mínimo vigente en cada momento en el Régimen General, 753 euros/mes para 2013) el tipo de cotización para contingencias comunes vigente en cada momento en el Régimen General de la Seguridad Social (28,30%).
2. Multiplicando el resultado obtenido por el coeficiente 0,89 para el año 2013, o el que en el futuro se fije anualmente por Orden Ministerial. Debe advertirse que, cuando los efectos iniciales o finales del convenio especial no coincidan con el día primero o último del mes, respectivamente, la cuota mensual se dividirá por 30 y el cociente resultante se multiplicará por los días del mes en que el mismo haya tenido efectos.

Verónica Feito. Promotora Laboral Sil Asturias

EN EL FORO DE EMPLEO DE LA UNIVERSIDAD DE OVIEDO

La UNIVERSIDAD DE OVIEDO, celebró la 12 edición del **Foro de Empleo** en el Pabellón Central del Recinto Ferial "Luis Adaro" el 23 y 24 de abril.

El mismo fue inaugurado por la alcaldesa de Gijón, Carmen Moriyón y contó con numerosos ponentes y mesas redondas que durante dos días, debatieron e informaron sobre todos los aspectos relacionado con el empleo en nuestra Comunidad.

Mónica Oviedo, como presidenta de CERMI Asturias, participó en la mesa **"Los universitarios con discapacidad ante el reto de la inserción laboral: estado actual y perspectivas"**.

A este encuentro acudieron, varios técnicos del Servicio de Integración Laboral (SIL) de Cocemfe Asturias, que recientemente ha obtenido la acreditación como Agencia de Colocación, al tiempo que contabilizada el usuario número 5.000.

El foro de empleo de la Universidad de Oviedo, se ha convertido tras su décimo segunda edición, en un referente en nuestra región en el ámbito de la empleabilidad.

ANTE UN NUEVO RETO POR EL EMPLEO DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

El Sil de Cocemfe Asturias recibe al usuario 5.000 el mismo día que obtiene la acreditación como **Agencia de Colocación**.

En estos años el Servicio de integración ha proporcionado una media de 1.4 oportunidades laborales a las personas con discapacidad demandantes de empleo de Asturias.

Después de haber superado otras grandes cifras en estos últimos años y de haber sido invitados para difundir su metodología por países de América y Europa, se obtiene esta acreditación que supone un nuevo compromiso con las familias asturianas.



PROGRAMA VACACIONES IMSERSO-COCEMFE 2013

Un año más, COCEMFE ha puesto en marcha el programa de Vacaciones del IMSERSO para las personas con discapacidad física u orgánica de grado superior al 33%, en el que los usuarios podrán elegir entre playas, islas, termalismo y turismo de interior.

Como novedad se han incorporado a la oferta vacacional, lugares con tanto atractivo turístico como Ceuta, Mallorca y Roquetas de Mar.

Se puede encontrar toda la información así como la ficha de inscripción en la página web de Cocemfe y de Cocemfe Asturias.



Mónica Oviedo recoge el premio.

NUEVO RECONOCIMIENTO A LA LABOR DE COCEMFE ASTURIAS

El Grupo Hostelería Costa Verde Gijón, que otorga sus galardones anuales a representantes del gremio de la hostelería y a personas cuya labor personal y profesional haya destacado a favor de Gijón y de los Gijoneses, premió a Cocemfe Asturias como reconocimiento a su larga trayectoria en la lucha por los derechos y la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad, en ámbitos como el empleo, la formación, la accesibilidad universal y la autonomía personal.

La Vpta. de Cocemfe Asturias Mónica Oviedo, recogió el premio y manifestó su agradecimiento por este reconocimiento que nos sirve de estímulo en la lucha contra las barreras que la actual situación nos impone en nuestro trabajo diario y nos empuja a superarnos día a día en el desempeño del mismo.

BREVES

JORNADAS UNIVERSIDAD Y DISCAPACIDAD

El Aula Magna del edificio histórico de la Universidad de Oviedo, acogió entre el 29 al 30 de abril las jornadas "Universidad y Discapacidad".

Durante las mismas la Presidenta del CERMI Asturias, Mónica Oviedo participó en la mesa **"Formación e Inserción Laboral de las Personas con Discapacidad"** en la que se analizó la presencia de las personas con discapacidad en el ámbito universitario y la importancia de la formación como herramienta de adquisición de competencias profesionales y personales con las que competir en el mercado laboral.

Durante las Jornadas a las que asistieron el coordinador y técnicos del Servicio de Integración Laboral (SIL) de Cocemfe Asturias, el rector de la Universidad, Vicente Gotor, manifestó que *"Somos la Universidad con más estudiantes con discapacidad de España. Tenemos 300 matriculados este curso"*, además de anunciar las novedades que presentará este curso la Universidad de Oviedo: unos bucles magnéticos portátiles que permitirán la total accesibilidad a las aulas a los alumnos con discapacidad auditiva e implante coclear.

APOYO DE LA FUNDACIÓN ALIMERKA

Un año más la Fundación Alimerka consciente de la importancia que tiene la situación económica actual para muchas entidades, apoya a la Fundación Iniciativas para la Discapacidad entre otras entidades no lucrativas, mediante descuentos en sus establecimientos por volumen de compras. Bonificando un porcentaje de las compras realizadas a lo largo del año de los recursos convivenciales que esta viene gestionando.



JORNADA "LEY DE DEPENDENCIA Y SUS RECURSOS EN ASTURIAS"

De izda, a dcha.: Clara Costales, directora general de Atención a la Dependencia, y Esther Díaz, consejera de Bienestar Social y Vivienda.

JORNADA SOBRE

LEY DE LA DEPENDENCIA Y RECURSOS EN ASTURIAS



La Consejería de Bienestar Social y Vivienda organizó una jornada que reunió en Oviedo a representantes de entidades públicas y privadas, sindicatos, empresarios y profesionales para debatir sobre la Ley de la Dependencia y su aplicación.

Esta iniciativa permitió abrir un foro de debate en el que analizar la actual situación en la que se encuentra la aplicación de la Ley y su futuro, unos meses después de las modificaciones introducidas por el Gobierno de España. Expertos y ponentes coincidieron en señalar que, cuando se celebra el quinto aniversario de la Ley, las medidas aprobadas en julio suponen la paralización en su aplicación y la privatización.

En el acto inaugural de la jornada, la consejera de Bienestar Social y Vivienda destacó el trabajo y la apuesta del Gobierno del Principado por continuar con su aplicación, a pesar de que una de las medidas de reforma introducidas en la Ley por el Gobierno de España recoge la necesidad de revisar en 2013 todas las prestaciones concedidas hasta el momento.

Por ello, en la mayoría de las comunidades autónomas prácticamente se ha paralizado la aplicación de la ley mientras que en Asturias, el comienzo del proceso de revisión de las prestaciones concedidas hasta el momento se está compatibilizando con la entrada de nuevos beneficiarios. A pesar de que los datos son positivos la consejera de Bienestar Social y vivienda se mostró

prudente porque, evidentemente, el ritmo de entrada se va a ralentizar.

En este sentido, Esther Díaz informó que en Asturias, según los datos del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imsero) a 28 de febrero, había 15.287 personas que recibían prestación o servicio, cifra que suponía 204 beneficiarios más que en el mes de enero.

Esta tendencia se mantiene, tal y como reflejan los últimos datos correspondientes al mes de marzo. También se ha producido un incremento del número de personas dependientes con pres-

tación o servicio. Concretamente, hay 279 beneficiarios más, siendo en total 15.566 personas.

Estos y otros asuntos se debatieron en el marco de las tres ponencias en las que se estructuró la jornada. En una de ellas, *"Perspectivas de la reforma de la Ley de la Dependencia"*, el presidente de la Asociación estatal de directoras y gerentes de Servicios Sociales, José Manuel Ramírez, se mostró especialmente crítico con esas medidas del Gobierno de España.

También las asociaciones del tercer sector, los sindicatos y la patronal mostraron su visión, así como el sector público, representado por los gerentes del ERA y de la fundación FASAD, y el privado, representado por el presidente de ASCEGE, que protagonizaron otra de las ponencias de la jornada.

Por otro lado, en el marco de esta jornada, la consejera de Bienestar Social y Vivienda alertó sobre en qué y cómo afectará a los servicios sociales el anteproyecto de Ley de racionalización y sostenibilidad de la Administración Local del Gobierno estatal. Díaz señaló que "supone la destrucción de la organización y estructura del nivel de atención primaria que tan buenos resultados ha dado en los municipios".

Público asistente a la jornada.



JUAN LARA

PRESIDENTE DE LA PLATAFORMA DE ONG DE ACCIÓN SOCIAL



www.xsolidaria.org

Síguenos en   #xsolidaria

La Plataforma del Tercer Sector que integra a la Plataforma de ONG de Acción Social a la Plataforma de Voluntariado de España, a la Red de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión Social (EAPN-ES) y al Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI) lidera este año la **campaña "X Solidaria"** junto con la Plataforma de Organizaciones de Infancia y la Coordinadora de ONG para el Desarrollo.

Entrevistamos a Juan Lara que es el Presidente de la Plataforma de ONG de Acción Social, entidad que coordina esta campaña de sensibilización dirigida a las personas contribuyentes para que marquen la casilla de Fines Sociales en su declaración anual de la renta.

P. ¿Qué programas sociales se están financiando gracias a los contribuyentes solidarios que marcan la casilla de Fines Sociales?

En primer lugar, hay que tener en cuenta que con el simple gesto de marcar Fines Sociales, se está ayudando casi a 6 millones de personas en nuestro país. Los programas a los que va dirigida la aportación son de lo más variado. Destacan las personas mayores, las personas con discapacidad, los jóvenes y las familias, entre otros colectivos.

P. Si todas las personas contribuyentes, que en la actualidad no marcan la casilla de Fines Sociales lo hicieran ¿cuánto dinero se podría recaudar? ¿En qué proyectos se invertiría?

Pues en lugar de los 270 millones de euros recaudados en 2012 se podría superar la cifra de los 500 millones de euros y duplicar la cifra de personas atendidas. El año pasado, se quedaron más de 1.000 programas sin atender, y los proyectos que están en ejecución podrían haber recibido una mayor cantidad económica para su desarrollo.

P. Durante los últimos años, ¿Cómo ha crecido el número de contribuyentes que destinan el 0,7% del impuesto de la renta a fines sociales?

Desde que la Plataforma inició en 2002 estas campañas de sensibilización para los contribuyentes hemos pasado de 6.887.666 declarantes que marcaban la X Solidaria a 9.770.000 en 2012. Es decir, hemos mejorado 6 puntos el por-



centaje de asignaciones a Fines Sociales respecto al total de personas contribuyentes (de un 44% a un 50%). Además, en estos 11 años hemos conseguido aumentar en un 42% el número personas que marcan la casilla de Fines Sociales.

P. ¿Cómo puede conocer el contribuyente lo que se hace con el dinero que se recauda a través del IRPF?

Al margen de la campaña de comunicación que todos los años venimos realizando con las cinco plataformas, dirigidas a todas las capas de la sociedad, disponemos de una web donde las personas contribuyentes pueden ver qué se hace con su dinero, www.xsolidaria.org. Además, todas las entidades que reciben aportaciones por el IRPF, divulgan la procedencia del dinero cuando estos programas son ejecutados, para que se sepa claramente a qué proyectos se destina, que en el caso de estas aportaciones, es para programas concretos, y nunca, para el mantenimiento de las ONG.

P. ¿Se puede marcar las casillas de Fines Sociales junto con la de la Iglesia Católica?

Como todos los años. Naturalmente. Las personas contribuyentes pueden marcar ambas casillas simultáneamente. Una no excluye a la otra. A su vez, hay quien piensa que si se marcan las dos casillas se repartirá el 0,7% del impuesto de la renta entre ambas, es decir, un 0,35% a cada una. Esto no es así. **Si el contribuyente marca la casilla de Fines Sociales y la de la Iglesia Católica se destinará un 0,7% a cada una de las casillas (0,7+0,7=1,4%).**

En este sentido quiero dirigirme a las personas que marcan exclusivamente la casilla de la Iglesia para decirles

Con el simple gesto de marcar Fines Sociales, se está ayudando a 6 millones de personas en nuestro país.

que si además marcan la casilla de Fines Sociales estarán favoreciendo a más de 40 ONG católicas.

P. ¿Cómo va a incidir la actual coyuntura económica en la recaudación de este año?

Dada la circunstancia de crisis actual en la que estamos inmersos, este año de una manera más especial, pretendemos concienciar a la sociedad de que los colectivos menos favorecidos sufren con más intensidad las consecuencias de la economía. Es por esta razón, por la que necesitamos aumentar el número de personas contribuyentes solidarias que quieran sumarse a este proyecto de solidaridad y de ayuda a los que más lo necesitan, porque nuestra misión es concienciar a la ciudadanía de que entre todos podemos construir un mundo más justo y lleno de oportunidades para todos y todas.

P. ¿Es especialmente importante no dejar este año la casilla en blanco?

Siempre lo es, pero quizás este año más que nunca porque desgraciadamente hay más personas vulnerables que necesitan la ayuda de las ONG para salir adelante. Además, hay que tener en cuenta que sobre esta pequeña parte (0,7%), cuyo destino lo eligen libremente las personas contribuyentes, no cabe ninguna política de recorte.

P. ¿Supone algún coste adicional para las personas contribuyentes marcar la casilla de Fines Sociales?

Cuando se marca la casilla de Fines Sociales, se elige libremente que una pequeña parte del impuesto de la renta se destine a este fin. No supone ningún coste adicional, en el caso de que la declaración le resulte a pagar, ni tampoco una disminución del líquido a percibir, en el caso de que la declaración le salga a devolver.

P. Por último, le damos la oportunidad de que se dirija a todas la personas que tengan en sus manos la revista "serCapaz" ¿Cómo les convencería? ¿Cómo les animaría a marcar la casilla de Fines Sociales?

Creo que lo fundamental es concienciar a la ciudadanía de que marcar la casilla de Fines Sociales no le cuesta nada y que sin embargo, con este gesto tan solidario y sencillo de poner una equis "X", podemos ayudar a prácticamente 6.000.000 de personas que realmente lo necesitan. Por último, indicarles también que en todos estos proyectos hay una gran transparencia en su gestión, y que el dinero recaudado no va dirigido al mantenimiento de las ONG, sino directamente a beneficiar a los grupos más desfavorecidos de la sociedad.

Por éstas y por otras muchas otras razones, no te olvides, marca la x solidaria. No te cuesta nada.



En tu declaración de la renta marca "Fines Sociales"
 Ahora es el momento de elegir si quieres que parte de tus impuestos vaya a ayudar a millones de personas... o no. **No te cuesta nada. No pagarás más, ni te devolverán menos.**

SOLIDARIA
www.xsolidaria.org
TU GESTO. LO CAMBIA TODO

Síguenos en   #xsolidaria




GUISANTES CON JAMÓN

Ingredientes para 4 personas:

1 Kg de guisantes frescos, 100-150 g de jamón serrano poco curado, Media cebolla, 2 tomates, medio vaso de vino blanco, aceite y sal.



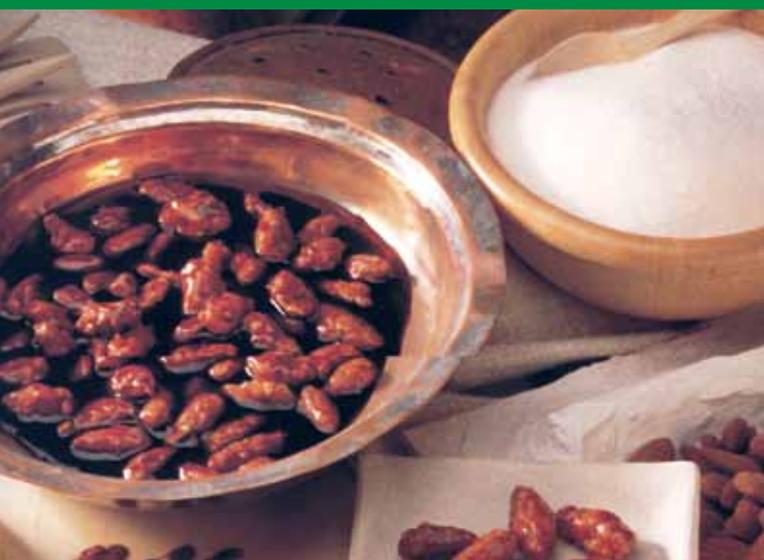
Elaboración:

Se desgranar los guisantes y se cuecen en agua con sal, una vez que esta rompa a hervir; luego se mantiene una ebullición lenta y suave. Una vez cocidos, se escurren y se reservan aparte.

La cebolla se sofríe en una sartén con aceite, hasta que esté bien pochada; se suma el tomate y se rehoga todo junto. Si quedara espeso se aligera con el agua de cocción de los guisantes; se le da unos hervores y se pasa por el pasapurés.

Se corta el jamón en trozos pequeños y se rehoga en una sartén con aceite; se incorporan y se rehogan también los guisantes y, finalmente, se suma la salsa y el vino blanco.

A fuego manso, se le da unos hervores durante 2 minutos; y si acaso estuviera muy espeso, se le añade un poco de agua de la cocción. Servir inmediato.



CONEJO SERRANO

Ingredientes para 4 personas:

1 Conejo de monte, ¼ litro de salsa de tomate casera, ¼ litro de vino blanco, unas ramitas de perejil, 2 pimientos verdes, 1 hojita de laurel, 3 dientes de ajo, aceite de oliva, pimienta, 2 cebollas, tomillo y sal.

Elaboración:

Una vez bien limpio el conejo, se corta en trozos. Se ponen en un bol con los ajos pelados, el vino y el laurel; se deja macerar un par de horas. Pasado este tiempo se saca el conejo del vino, se seca bien con papel de cocina y se salpimenta.

En una cazuela con abundante aceite se fríen los trozos de conejo hasta que estén dorados. Una vez fritos, se retiran, se elimina el exceso de aceite hasta que queden unas tres cucharadas y se sofríen las cebollas y los ajos, todo bien picado; se incorporan los pimientos cortados en trocitos y sin semillas. Se deja hacer todos unos minutos y se añade el vino. Se incorporan los trozos de conejo y la salsa de tomate junto con el perejil bien picado y el tomillo. Se deja cocer todo a fuego muy suave hasta que el conejo esté tierno. Durante la cocción se puede añadir, si es necesario, un poco de agua o, mejor, de caldo de verduras.

ALMENDRAS GARRAPIÑADAS

Ingredientes para 4 personas:

2 tazones colmados de almendras con su piel marrón y sin tostar, 2 tazones de agua, 2 tazones rasos de azúcar.

Elaboración:

Si puede ser los ingredientes se colocan en un cazo de cobre que se acerca al fuego para mantener la exposición por espacio de 30 minutos aproximadamente.

Con una cuchara de madera, se dan vueltas sin parar a las almendras hasta que el azúcar haya agarrado muy bien. El cazo se retira un poco de la lumbre y, al momento, se vuelve a acercar al fuego para que el azúcar acabe de cristalizar del todo.

Se engrasa una superficie de mármol con aceite y se vierte el contenido del cazo sobre él, separando las almendras con una cuchara de madera hasta conseguir que queden sueltas. Una vez hayan enfriado, pueden degustarse o bien meterlas en tarros de cristal para su conservación y uso posterior.



Cine

CRUCE DE CAMINOS DEREK CIANFRANCE

Protagonizada por:

Ryan Gosling, Bradley Cooper, Rose Byrne, Eva Mendes, Ray Liotta, Bruce Greenwood, Dane DeHaan.

Un misterioso y mítico piloto de motos, Luke, sale del carnaval ambulante "Globe of Death" y recorre como un relámpago los callejones de Schenectady (Nueva York) intentando desesperadamente contactar con una antigua amante, Romina, que acaba de dar a luz, en secreto, al hijo del motorista...

Videojuego



MONSTER BANDS IPAD, IPHONE, IPOD

Es una App Educativa con la que los más peques de la casa [3-6 años] podrán aprender y divertirse de más de 3 formas diferentes: el mítico juego de parejas, un puzzle y un concurso, todo ello ambientado con toda una familia de simpáticos monstruos. Estimula la creatividad y les ayuda a desarrollar su capacidad de observación y atención.

SOUL SACRIFICE

PSVITA

Soul Sacrifice se ha ido convirtiendo en un título muy esperado por la comunidad de usuarios de PS Vita. Y no es para menos ya que detrás de esta producción se encuentra Keiji Inafune y todo lo que eso conlleva.



La enzima prodigiosa

Una forma de vida sin enfermar



La dieta del futuro que evitará las enfermedades cardíacas, curará el cáncer, detendrá la diabetes tipo 2, combatirá la obesidad y prevendrá padecimientos crónicos degenerativos

Más de 2.000.000 de libros vendidos

ADIBLAR

Libro

LA ENZIMA PRODIGIOSA. UNA FORMA DE VIDA SIN ENFERMAR

HIROMI SHINYA

Cualquier persona, con independencia de su predisposición genética, puede ayudar a su cuerpo a evitar enfermedades.

La clave está en el factor enzimático. Las enzimas son proteínas complejas que permiten el desarrollo de todas las funciones celulares. El doctor Hiromi Shinya te enseñará cómo conservar el abastecimiento de las enzimas prodigiosas...

Contamos contigo
Apostamos por la integración

Envíanos tu currículum

www.lacera.es | 902 190 090 | lacera@lacera.es

Limpieza e higienización | Conservación y mantenimiento | Proyectos, rehabilitaciones e interiorismo | Medio ambiente | Servicios auxiliares | Jardinería y paisajismo | Suministros higiénicos | Formación especializada

Lacera L
FacilityServices



Asturias debuta en el Campeonato de España Escolar de Baloncesto en silla de ruedas ofreciendo una gran imagen

Asturias, formando un combinado de su escuela de baloncesto en silla de ruedas de Avilés con la del Basketmi Ferrol, disputó en Zaragoza el Campeonato de España Escolar, lo que supuso su debut a nivel competitivo en edades de formación. En formato de liguilla, Asturias/Galicia disputó tres partidos, los dos primeros, frente a los claros favoritos, sin muchas opciones, pero en clara progresión de juego.

Los lógicos nervios del debut atenuaron al equipo frente al Madrid en la primera jornada, que con un juego rapidísimo al contraataque se impuso por 3-55. En la segunda y frente a la postre campeona del torneo, Aragón, Asturias/Galicia llegó a dominar en el marcador hasta comienzos del segundo cuarto, cuando la calidad de los maños prevaleció, llevándose el partido por 47-18.

El tercer y último partido, frente a País Vasco, suponía la disputa del bronce,

ya que ambos equipos venían de cosechar sendas derrotas frente a Madrid y Aragón, y en la cancha se vivió un emocionantísimo choque en el que se entró al último minuto con un solo punto de ventaja para los vascos, 25-24. Finalmente 29-24.

Asturias/Galicia recibió el Trofeo a la Deportividad, otorgado por el resto de equipos y comité de árbitros presentes, y es que en el equipo dirigido por José Val todos sus jugadores disfrutaron de minutos e incluso,

el importante último minuto frente a País Vasco, fue jugado por un quinteto con los mayores niveles de lesión de los 9 jugadores con que contó.

La escuela de baloncesto en silla de ruedas del Club Deportivo Cosa Nueva da sus primeros frutos, como han sido este año las incorporaciones al primer equipo de Carmen Abella y Pablo González, y su actividad se realiza todos los miércoles en el Polideportivo Municipal "Jardín de Cantos" de Avilés, de 16:30 a 18 h.



José Luis Martínez se lleva su tercer Open de La Rioja de Tiro Olímpico

Este fin de semana tuvo lugar en Lardero, en las instalaciones de la Federación Riojana, el Open de La Rioja de Tiro Olímpico organizado por el Club Riojano 10.9, donde participaron casi un centenar de tiradores de todas las categorías de pistola y carabina aire. El tirador del Club Sogito, José Luis Martínez se llevó el triunfo en la prueba adaptada, con una puntuación de 552, dos más que el vasco Javier Ojeda, segundo clasificado. Es el tercer triunfo consecutivo del tirador gijonés en la prueba riojana.

◀ Foto de archivo. José Luis Martínez en el Campeonato de España del año 2009.

DIRECTORIO DE ASOCIACIONES FEDERADAS A COCEMFE-ASTURIAS



FRATER
Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad
 C/ San Isidoro, 2 bajo Izda. 33003 Oviedo
 Tlfj 635 537 384 - E-mail| info@frater-asturias.org



PRÁMARO
Asoc. Prámaro para la Integración de los Discapacitados
 Casa de Cultura. C/ Cerro de la Muralla, s/n. 33820 Grado
 Tlfj 657 138 199 - E-mail| asociacionpramaro@yahoo.es



UMA
Unión de Discapacitados del Principado de Asturias
 C/ Balmes, 19 bajo. 33204 Gijón.
 Tlfs| 985 360 438 / 134 306 - Fax| 985 360 438
 E-mail| info@umasturias.org - Web| www.umasturias.org



ASNEFI
Asoc. Asturiana de Neurofibromatosis
 Hotel de Asociaciones de Santullano
 Avda. Fernández Ladreda, 48. 33011 Oviedo
 Tlfs| 985 201 360 / 605 357 665 - Fax| 985 218 000
 E-mail| inma@asnefi.org



DIFAC
Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca
 C/ Sabino Álvarez Gendín, 26 bajo. 33402 Avilés
 Tlf/Fax| 985 551 501
 E-mail| difac95@yahoo.es - Web| www.difac.es



AMDAS-LA FONTE
Asoc. de Mujeres Discapacitadas de Asturias
 Ctro. Mpal. La Arena. C/ Canga Argüelles, 16-18. Gijón
 Tlfs| 984 297 444 / 626 178 445
 E-mail| amdaslafonte@hotmail.com - Web| http://amdaslafonte.com



AADEM
Asoc. Asturiana de Esclerosis Múltiple
 C/ Monte Gamonal, 37 bajo. 33012 Oviedo. Tlf/Fax| 985 288 039
 E-mail| aadem@adem.org - Web| www.aadem.org



APTAA
Asoc. para la Promoción del Turismo Adaptado Asturiano
 C/ Vetusta, 26 - Local 2. 33008 Oviedo.
 Tlfj 629 877 649 / 609 439 768 - E-mail| aptaa@asturiasadaptada.org
 Web| www.asturiasadaptada.org



FQ
Asoc. Asturiana contra la Fibrosis Quística
 C/ Avda. de Roma, 4 bajo. 33011 Oviedo
 Tlfj 985 964 592 - Fax| 984 187 290
 E-mail| fq@fqasturias.org - Web| www.fqasturias.org



ADEAPA
Asoc. de Espondilíticos Asturianos
 Centro de Rehabilitación del Hospital Ctral. de Asturias
 (4ª Planta). Avda. del Cristo, s/n. 33006 Oviedo
 Tlfs| 985 322 157 / 238 755 - Fax| 985 238 755
 E-mail| info@adeapa.com - Web| www.adeapa.com



AHEMAS
Asoc. de Hemofilia de Asturias
 Hospital Central. C/ Julián Clavería, s/n. 33006 Oviedo
 Tlf/Fax| 985 230 704
 E-mail| asoasturias@hemofilia.com



ASOCIACIÓN AS.GU.DI.
 Ctra. Valdepareas - San Juan de Prendónés, s/n
 33476 Valdepareas (El Franco)
 Tlf/Fax| 985 637 792 - E-mail| asgudi@hotmail.com



ASOCIACIÓN PARKINSON ASTURIAS
 C/ Amsterdam, 7 bajo. 33011 Oviedo
 Tlfj 985 237 531 - Fax| 984 081 868
 E-mail| aparkas@parkinsonasturias.org / aparkas@hotmail.com
 Web| www.parkinsonasturias.org



ASEMPA
Asoc. de Enfermos Musculares del Principado de Asturias
 C/ Gaspar García Laviana (esq. Severo Ochoa)
 bloque 40, portal 1. 33210 Gijón
 Tlf/Fax| 985 165 671 - E-mail| asemasturias@hotmail.com



ACCU-Asturias
Asoc. Enfermos de Crohn y Colitis Ulcerosa
 Avda. Moreda, 11. 3ª planta. 33212 Gijón
 Tlfj 985 091 237
 E-mail| info@accuasturias.org - Web| www.accuasturias.org



APACI
Asoc. de Padres y Amigos de Cardiopatías Congénitas
 Parque Ave Mª, s/n. Centro Social de Otero. 33008 Oviedo
 Tlfs| 984 281 091 / 630 145 659
 E-mail| apaci@telecable.es - Web| www.apaci.es



ALCER
Asoc. para la Lucha contra las Enfermedades Renales
 C/ Emilio Rodríguez Vigil, s/n 3º. 33006 Oviedo
 Tlf/Fax| 985 256 250 - Web| www.alcer.org
 E-mail| alcerasturias@asturias.infonegocio.com



ASOCIACIÓN COREA HUNTINGTON DE ASTURIAS
 C/ La Concordia, 3. 33402 Avilés. (Centro Cívico Cultural Los Canapés)
 Tlfs| 687 481 943 / 653 552 623
 E-mail| acoreahas@yahoo.es



ELA PRINCIPADO
Asoc. de Esclerosis Lateral Amiotrófica
 Equip. Soc. del Natahoyo. Avda. Moreda, 11. 2ª Planta. 33212 Gijón
 Tlfj 985 163 311 - Fax| 984 190 615
 Web| www.ela-principado.es - E-mail| elaprincipado@telecable.es



ASOCIACIÓN ASTURIANA DE ATAXIAS "COVADONGA"
 C/ Covadonga, 22. 2º. 33201 Gijón
 Tlfj 985 097 152
 E-mail| feramado@telecable.es



CÉBRANO
Asoc. de Afectados por Lesión Cerebral Sobrevenida
 Los Campos del Cotayu, s/n. 33936 Carbayín Alto (Siero)
 Tlf/Fax| 985 726 470
 E-mail| info@cebrano.org - Web| www.cebrano.org



ATHA
Asoc. de Trasplantados Hepáticos de Asturias
 C/ Rodríguez Vigil, s/n 3º. 33006 Oviedo
 Tlfj 985 233 504 - E-mail| athasturias@gmail.com



AENFIPA
Asoc. de Enfermos de Fibromialgia y Fatiga Crónica del Principado de Asturias
 Centro Social El Cristo. C/ Burriana, 1 bajo. 33006 Oviedo
 Tlfj 687 469 175 - E-mail| info@fibromialgia-asturias.org
 Web| www.fibromialgia-asturias.org



ADAMG
Asoc. de Afectados por Miastenia Gravis
 C/ Peñasanta de Enol, 7. 6º D. 33012 Oviedo
 Tlfj 985 297 551 - Fax| 985 280 409
 E-mail| asociacionmiasteniagravis@hotmail.com



ALAS
Asociación Lúpicos de Asturias
 C/ Instituto, 17 2º A. 33201 Gijón
 Tlfj 985 172 500 - Fax| 985 170 538
 E-mail| lupusasturias@telefonica.net - Web| www.lupusasturias.org



CHySPA
Asoc. Chiari y Siringomielia del Principado de Asturias
 Plaza Constitución, 11. 1º D. 33009 Oviedo
 Tlfj 628 537 931 - E-mail| presidencia@chyspa.org

SUBSCRIPCIONES Y COLABORACIONES

Tlf. 985 396 855 - comunicacion@cocemfeasturias.es



UN TERCIO DE el GAITERO SIDRA

*Ven a visitar nuestras Bodegas.
+ info en gaitero2@gaitero.com*

EL GAITERO

La Espuncia s/n Villaviciosa ASTURIAS
www.gaitero.com

Síguenos:  Sidra El Gaitero Tercio