



Celebramos en el HUCA el Día Mundial de las Enfermedades Raras o de baja prevalencia



Asistimos a la presentación de la Unidad de Enfermedades Raras del HUCA



La X Solidaria oportunidades reales de inclusión, autonomía y bienestar



Entrevista

Eva Ledo

consejera de Educación
del Gobierno del Principado
de Asturias



Únete al *Respeturismo*

ASTURIAS TE ESPERA



Principáu
d'Asturies



Asturias
paraíso natural



ÍNDICE

ASOCIACIONES

04 UMA

18 ADAMG

26 GALBÁN

ENTREVISTA

27 Eva Ledo Cabaleiro,
consejera de Educación

COCEMFE AL DÍA

30 Marcar la X cambia vidas

32 Celebración del Día Mundial
de las Enfermedades Raras

34 La nueva Unidad de
Enfermedades Raras del HUCA

36 El SESPA y Transinsa
presentan las nuevas
ambulancias inclusivas

40 Aplicación 360 de
COCEMFE Asturias, sinergia
en red

ESPACIO ABIERTO

46 Vivir con... sinceridad

48 Presentación de la Campaña
"La X Solidaria" en Asturias

49 Breves

EDITORIAL

Este año 2026 comienza con mucha actividad por parte de nuestro movimiento asociativo y con una ausencia difícil de reemplazar, la de nuestro querido Alejandro Catrain. Te echaremos de menos.

Nuestras asociaciones han sido premiadas, hemos realizado salidas a la naturaleza, actividades solidarias, orientado, informado, hecho difusión de nuestro trabajo, así como labores de prevención y detección precoz con RENALERT.

AADEM ha cumplido 30 años de asociacionismo y les felicitamos por el acompañamiento a tantas personas y familias con esclerosis múltiple en todos estos años. Hablamos de CAPACITISMO, reivindicamos nuestra autonomía, nuestra capacidad y recordamos que tenemos el mismo valor que una persona sin discapacidad, así como que nuestra discapacidad no nos define.

Celebramos que el SESPA haya presentado en el CAI de COCEMFE Asturias, en Viesques, un nuevo modelo de ambulancias mixtas, para personas con necesidades asistenciales complejas, que garantizarán un transporte más accesible, más seguro y más digno.

Agradecemos a la Consejera de Educación su colaboración y compromiso con la inclusión educativa y su valoración del programa "Educar tarea de todas las Personas", como un programa necesario, eficaz y útil para el alumnado con NEE.

Otra gran noticia nos la trasladó la Consejera de Salud, al anunciar en el día mundial de las ENFERMEDADES RARAS la creación de una UNIDAD DE ENFERMEDADES RARAS en el HUCA, necesaria para recibir una atención multidisciplinar en un espacio accesible.

En COCEMFE Asturias seguimos innovando con el programa de APOYO 360 del SIL y la APP para rehabilitación en el domicilio, que busca mantener las rutinas y mejorar la calidad de vida. Trabajamos en promover la PARTICIPACION de las personas con discapacidad y con ello su autonomía y empoderamiento, a través de la formación, la información y el acompañamiento individual.

Hablando sin filtros, con sinceridad conocemos a Pedro, vocal de AADEM que nos transmite como es vivir con una esclerosis múltiple y reivindica con criterio y con conocimiento de la realidad y de las necesidades que se encuentra. Agradecemos tu talento.

Recordamos a los asturianos y asturianas que tienen que hacer la declaración de la renta, la importancia de poner la X SOLIDARIA en la CASILLA 106, la casilla de FINES SOCIALES. HAZ UN GESTO LEGENDARIO. Porque no cuesta nada. Porque suma. Porque cambia vidas.

STAFF

Consejo de redacción:

Mónica Oviedo y Mario Izquierdo

Publicidad:

Lidia Robles. T 985 392 290
lidia@grupoiniciativas.com

Diseño y maquetación:

C.E.E. Grupo Iniciativas
de Comunicación Integral, S.L
C/ Jove y Hevia, 31 bajo
33211-Gijón (Asturias)
T 985 392 290
info@grupoiniciativas.com
www.grupoiniciativas.com

Impresión:

Imprenta Gráficas Summa

Colaboradores:

Maite Montes Nava, Eva Bustamante Benito 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

Suscripciones y colaboraciones:

comunicacion@cocemfeasturias.es

DEPÓSITO LEGAL:

AS - 2755-2000 - ISSN: 1699-1125

INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE PROTECCIÓN DE DATOS

Responsable:

COCEMFE Asturias.

Finalidad:

Gestión de suscripciones de la revista serCapaz.

Legitimación:

Consentimiento del interesado.

Destinatarios:

Encargados del tratamiento: Grupo Iniciativas de Comunicación Integral, S.L.

Derechos:

Acceso, rectificación, supresión, portabilidad y otros derechos explicados en la información adicional.

Información adicional:

Puede consultar la información adicional y detallada sobre protección de datos en nuestra página web www.cocemfeasturias.es/politica-privacidad.



ACTUALIDAD
www.cocemfeasturias.es

Te considero uno de mis ángeles guardianes
y así vivirás en mi corazón.
Onely. UMA

Donde estés, estarás siempre
alumbrando con tu luz.
Maribel Vega

A mi querido amigo del alma,
sabes que te llevaré siempre
en mi corazón...
y no me revoluciones los altares.
Luz

Me habías prometido volver pronto a la batalla...
tendré que perdonarte.
Raquel, CAI COCEMFE Asturias

Fuiste un auténtico luchador,
incansable y admirable, un referente.
Luis Nevares

Te quiero como a
un hermano.
Se fue parte de mí.
Tomás Rubio

Con estas líneas queremos ofrecerle un pequeño homenaje y
mostrarle a nuestro compañero, Alejandro Catrain, el afecto y cariño
de las personas que hemos compartido con él, parte de su camino.
Ha sido un placer tenerte en nuestras vidas.

Te vas dejando un mundo mejor,
sin ti no será lo mismo.
Helen T. O. de COCEMFE Asturias



Te podrás haber ido de nuestras vidas,
pero nunca de nuestros corazones.
Enta

Nos dejaste huérfanos de tu sonrisa, tu alegría.
Siempre estarás con nosotros
Marisa

Eres para todos, un faro, guía de
la solidaridad. Sigue guiándonos
desde donde estés.
Carmen Álvarez

Quiero decirte la buena persona que
siempre fuiste, ayudando a todos.
Te llevaré siempre en mi corazón.
Toni

Te echo de menos pero me quedo
con el pensamiento de que siempre estarás con
nosotros mientras te sigamos recordando,
no dejes de sonreír allá donde estés.
Luis

Tenías esa manera de hacer las cosas que convertías
lo complicado en posible y lo importante en urgente.
Es bonito pensar que, de alguna manera,
todo lo que hemos conseguido sigue en marcha.
Yoli



Gracias por permitirme atravesar el camino contigo.
Ha sido un aprendizaje y un placer enorme.
Patricia

Los primeros días me invadía la tristeza,
pero luego, me bombardeaban tus recuerdos,
todos bonitos y repletos de cariño.
Luci (Fisio)

Tu trabajo queda en todo lo que has hecho
y conseguido y, lo más importante,
en el corazón de todos.
Carmen

Llenabas el gimnasio, tanto con tus palabras,
como con tu sonrisa.
Sara, fisio

Siempre pensando en
nuestros derechos,
necesidades y bienestar.
**Grupo de Rehabilitación
de Lucía de Esclerosis**

Navega libre amigo,
seguiremos luchando
como tú nos enseñaste.
Pili

Gracias, gracias, gracias
por ser como eras,
por estar siempre ahí,
por ser tan luchador
y por enseñarme
que rendirse no era
una opción.
Pilar Lorido

Gracias por tu huella
en el mundo de la
discapacidad y, en el
mío propio de la
Terapia Ocupacional.
Beatriz Félix

Tu entrega para los demás, tu capacidad de lucha, tu perseverancia
y tu sonrisa brillante cuando lograbas ganar una batalla
a favor de cualquiera de tus compañeros, es sin duda,
lo que siempre recordaré cuando piense en ti.
Vicky

Te echaremos de menos.
Buen viaje amigo Alejandro.
Marcos y Carlos

En cada gesto de ayuda y cercanía, transmitías calma
y alegría que seguirá siempre en nuestra memoria.
Eduardo Corona

Sé que uno de los motores de tu lucha han sido tus
compañeros de gimnasia, donde me gusta pensar
que aquí empezó todo.
**Amelio, Tomás, Manuel, Gil, Pili, Marisa,
Maribel, Charo, Clara, Mari, Juan, Pilar,
Tuta, Manuela, Carmen y nuestra querida Nieves**

En mis momentos difíciles, con una mano me
has agarrado con fuerza la mía, mientras
me abrazabas diciendo... Luci, estoy aquí.
Luci

ASICAS, premiada en la XXII Gala del Voluntariado de Avilés



El voluntariado de ASICAS fue reconocido en la **XXII Gala del Voluntariado de Avilés**, organizada por el Ayuntamiento de Avilés a través de la Concejalía de Participación Ciudadana, dentro de los premios “**Reconocimiento municipal a la labor voluntaria**”.

En esta edición, los premios estuvieron dedicados, de forma especial, a las actuaciones de voluntariado que promueven el bienestar de los mayores, con el objetivo de ofrecer un reconocimiento público e institucional a personas y entidades que, a través de su compromiso solidario, contribuyen a mejorar la calidad de vida y el acompañamiento social de quienes más lo necesitan.

Los galardones se concedieron en tres categorías: Persona voluntaria, Entidad o grupo de voluntariado y Proyecto de voluntariado.

La Gala del Voluntariado se celebró el 4 de diciembre a las 19:00 horas, en el Auditorio de la Casa Municipal de Cultura de Avilés y contó, un año más, con la participación desinteresada del alumnado del Conservatorio Municipal Profesional “Julián Orbón”, que aportó la nota cultural y artística al acto.

En el año 2025, las candidaturas destacadas por la Mesa Local del Voluntariado fueron: Dña. M^ª Pilar Muñiz Menéndez, voluntaria de Cáritas Arciprestal de Avilés, El Grupo de voluntariado de Cruz Roja Avilés y El Proyecto “Lecturas y acompañamiento a personas hospitalizadas por ictus”, desarrollado por ASICAS (Asociación Ictus de Asturias y otras lesiones cerebrales adquiridas).

Desde ASICAS agradecemos este homenaje a las personas voluntarias de la entidad que refuerza su compromiso con el acompañamiento y apoyo a quienes han sufrido un ictus y a sus familias.



ASICAS, nominada a los Premios por la Paz Carmen Ruiz-Tilve

El pasado viernes 30 de enero, coincidiendo con la celebración del Día Escolar de la No Violencia y la Paz, el Colegio Público Carmen Ruiz-Tilve de Oviedo, celebró la octava edición de sus ya emblemáticos Premios por la Paz.

En una ceremonia cargada de valores y compromiso, la asociación ASICAS destacó como una de las entidades nominadas en la Categoría de Institución. La candidatura de ASICAS fue impulsada por la Asociación Musical Piloñesa «La Fuente», subrayando la importancia del tejido asociativo asturiano y la colaboración entre diferentes entidades, para promover una sociedad más inclusiva y justa.

En esta edición, el galardón institucional recayó en el Plan Director del Cuerpo Nacional de Policía de Oviedo. El reconocimiento a ASICAS, como finalista, pone en valor su labor diaria en el apoyo a las personas con discapacidad por ictus, a sus familias y a la defensa de sus derechos.

El acto contó con la presencia de la propia Carmen Ruiz-Tilve, cronista oficial de Oviedo, quien participó en la entrega de distinciones. El premio principal en la categoría individual fue para Wenceslao Fernández, jefe de la Unidad Canina de Rescate del Principado, quien acudió acompañado de su perra ‘Anja’.

Para ASICAS, esta nominación, representa no solo un espaldarazo a su trayectoria, sino también un recordatorio de que la paz se construye a través de la solidaridad y el apoyo mutuo, valores que el alumnado del centro ovetense, pudo presenciar de primera mano durante la gala y que representaron en sus dibujos.

APTAA, medio centenar de acciones para mil quinientas personas



Dejamos un año 2025, de arduo trabajo en cuanto a las actividades realizadas para distintos colectivos y entidades en Asturias, más de medio centenar de acciones y unos mil quinientos usuarios y usuarias finales.



Y comenzamos el año 2026 con más programaciones, nuevas ubicaciones y participantes, sin olvidarnos de las entidades afines ya habituales, manteniendo el mismo programa “Naturaleza, Montaña y Mar para TOD@S”, de ámbito regional y nacional, cargado de aventura, deporte, ocio y tiempo libre, en un formato adaptado e inclusivo, bajo el lema #deporteESsalud.

El primer trimestre, si la meteorología amaina, servirá para establecer los distintos estudios y programaciones, pero también para realizar varias jornadas de pesca en costa, handbike y deportes adaptados.

El segundo trimestre estará más enfocado al mundo de la bici, en nuestro caso del handbike, donde recorreremos distintas rutas en distintas comarcas y parajes asturianos, Gijón, Avilés, Proaza, Teverga, Oviedo, Siero, Langreo, Villaviciosa, ...alguna de ellas de sobra conocidas como la ruta del Oso y otras nuevas rutas, recorridos y parajes que os iremos descubriendo.



Para los meses de verano, ya estamos trabajando en distintos campamentos para personas con discapacidad, con cursos de deporte adaptado y actividades de aventura para distintas asociaciones de ámbito nacional que vienen a disfrutar de sus vacaciones al Principado, donde las personas participantes podrán practicar y disfrutar de las distintas actividades y visitas culturales que han de realizarse por toda nuestra comunidad.

La formación e información, aportando distinto material adaptado y monitores, en distintos campos como el vacacional o deportivo, a través de congresos, cursos de turismo accesible y ponencias, será otra vía de trabajo de nuestra entidad durante todo el año.

Continuaremos trabajando en planes vacacionales y de Dinamización Turística de distintas comarcas del Principado, asesorando y realizando los estudios necesarios en la adaptación de los medios naturales y ayudas técnicas, para Ayuntamientos y agencias de viajes

Todo, gracias al apoyo y colaboración de las Consejerías de Derechos Sociales y Bienestar o Salud, Ayuntamientos de Gijón, Avilés y Villaviciosa, y como no, a nuestros socios y voluntariado, indispensables para el buen fin de los proyectos.

¡Participa con nosotros!



<https://aptaa.org>

Últimas actividades solidarias de 2025 y primer trimestre de 2026



II TORNEO

“Enamorados de LA vida”

Desde el 22 al 26 de diciembre se celebró el segundo torneo de fútbol, en Lugones, en el campo de “Santa Bárbara”. Toda la recaudación fue destinada a ELA-Principado.



Concierto Solidario de Año Nuevo

Realizado por el equipo Vestiga & Mento Hevia, presentaron el recital Mentobardi (Viola de gamba) en el centro cultural Aurelio Argel, en Soto de Rey, el día 17 de enero de 2026 a las 19:00 h. La recaudación íntegra de este evento, fue para nuestra asociación.



Charla “La ELA hoy”.

El día 13 de marzo de 2026, a las 17:00 h, en el hotel AC de Gijón, se llevó a cabo la charla "La ELA hoy: lo que estamos aprendiendo para cambiar su historia. Genética, biomarcadores y nuevos caminos hacia tratamientos más precisos.

Pudimos disfrutar de una entretenida ponencia, impartida por Don Alberto García Redondo, Director del Laboratorio de Investigación de ELA, en el Hospital Doce de Octubre de Madrid.

San Silvestre solidaria (Colombres)

El día 28 de diciembre se realizó una San silvestre solidaria en Colombres, para despedir el año corriendo por una buena causa.

Gracias al ayuntamiento de Ribadeva y a la asociación Deportiva Cultural Regolgueru, así como a todos los negocios locales y a todos los participantes.



Mercadillo Solidario IES Rey Pelayo

El 24 de febrero de 2026, asistimos en Cangas de Onís, en el IES Rey Pelayo, a la charla realizada por nuestro compañero y afectado, Jose Luís Capitán, en la cual, transmitió su lucha contra la ELA y la esperanza en la investigación.

Posteriormente, recogimos el cheque de la donación que nos hizo esta comunidad educativa, con lo recaudado en su mercadillo solidario.

Muchas gracias a ambos.



50 cumpleaños de Capi

El pasado 21 de febrero, en el Llagar de Colloto, celebramos el 50 cumpleaños de Jose Luís Capitán “Capi”.

Capi, decidió celebrarlo, organizando una jornada solidaria a beneficio de ELA-Principado. Dicha jornada contó con una charla, donde se repasó su trayectoria y su situación actual. Posteriormente disfrutamos de una espicha y un DJ para hacernos bailar. Como siempre, **muchas gracias a Capi, por su generosidad hacia nuestra entidad y su visibilización de la enfermedad.**

AHEMAS, informando, orientando y poniendo en marcha eventos

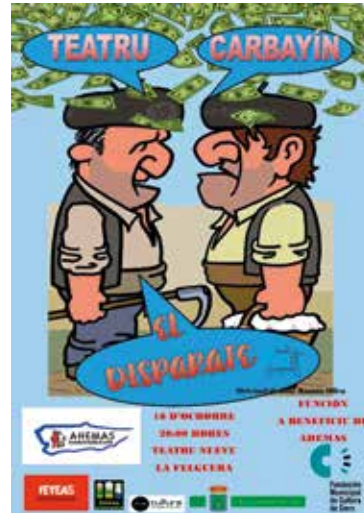


Resulta de vital importancia, proporcionar a nuestras personas asociadas, la información y orientación de tipo social, laboral, médica, psicológica y jurídica que necesiten.

Desde AHEMAS, también creemos que es muy importante, el poner en marcha otro tipo de actos, entre los que se encuentra la organización de distintas actividades lúdicas, donde nuestro colectivo puede interactuar y compartir experiencias con otras personas. En éstos, damos a conocer la enfermedad entre un público nuevo y sensibilizamos a la población en general.

Teatro Carbayín "El Disparate"

En octubre, organizamos en La Felguera, una obra de teatro interpretada por el Teatro Carbayín, titulada "El Disparate", un éxito entre los asistentes, en una tarde en la que no faltaron las risas.



Concierto benéfico de Los Testigos

Y en noviembre, nos pusimos manos a la obra de nuevo y llenamos el Auditorio Príncipe Felipe de Oviedo, organizando un divertido espectáculo de la mano del grupo ochentero "Los Testigos". Este evento, tuvo lugar el 29 de noviembre, con la representación "VARÓN y DANDY", un concierto lleno de emoción, complicidad y humor que llevó al público de viaje por diferentes épocas con sus canciones favoritas, en el que no pararon de cantar.

Un show musical, en el que Los Testigos, resucitaron los himnos de aquellos machos ibéricos de patilla ancha y pecho en pecho que reinaban en las radios de los 70 y 80.



El espectáculo vino cargado de purpurina como para montar un carnaval... y también una dosis de caspa, no lo vamos a negar. Temazos de galanes de los de antes, de esos que seducían con un guiño y un botón desabrochado. El éxito, estaba asegurado.



¿Qué es el síndrome Noonan?



El diagnóstico del Síndrome Noonan es fundamentalmente clínico. Tiene una frecuencia estimada de 1 entre cada 1.000-2.500 nacimientos y forma parte de las que se conoce como "enfermedades raras o de baja frecuencia".

Las personas con Síndrome de Noonan, muestran una serie de manifestaciones clínicas características que se presentan con una frecuencia y un grado de severidad variables. Es decir, no todas las personas presentan necesariamente todas ellas ni con la misma gravedad:

- Anomalías del corazón.
- Problemas de alimentación.
- Retraso del crecimiento.
- Desarrollo psicomotor e inteligencia.
- Trastornos de la coagulación.
- Audición.
- Visión.
- Anomalías genitales y renales.
- Anomalías torácicas.
- Rasgos faciales característicos.
- Dentición.



Para dar visibilidad a esta enfermedad, cada año, en febrero, realizamos una marcha coincidiendo con el Día Mundial de las Enfermedades Raras y del Síndrome Noonan



El Síndrome de Noonan se transmite de forma autosómica dominante, lo que quiere decir que existe una probabilidad de dos (50%) de que una persona con Síndrome de Noonan lo transmita a cada uno de sus hijos. Si ninguno de los padres tiene rasgos sugestivos, entonces se debe considerar que se trata de una mutación nueva en el hijo/a. En estos casos, la probabilidad de que vuelva a suceder en una próxima gestación es mínima y se estima inferior al 1%, debido a la remota posibilidad de mosaicismo somático o gonadal.

Para dar visibilidad a esta enfermedad, cada año, en febrero, realizamos una marcha coincidiendo con el Día Mundial de las Enfermedades Raras y del Síndrome Noonan. Este año, se ha llevado a cabo la **V Marcha del Síndrome de Noonan en Oviedo** (La Florida/Las Campas) con más de 300 participantes, entre los que estaban personalidades como:

- **Rocío Allande**, Directora General de Cuidados y Coordinación Sociosanitaria de la Consejería de Salud.
- **Pilar Fernández Pardo**, Diputada Autonómica del Partido Popular.
- **Delia Campomanes**, Diputada de IU.
- **Natalia Sánchez Santa Bárbara**, Concejala del Ayuntamiento de Oviedo.

En ella, se ha recalcado la importancia de la demanda de **recursos sanitarios especializados, investigación, apoyo educativo y comprensión social**, así como que la gente se involucre y poder conseguir fondos para impulsar la investigación.



ADEAPA, dando voz a nuestra historia



El pasado mes de febrero, la Asociación de Espondilíticos Asturianos (ADEAPA), participó en el Punto Solidario de Parque Principado, un espacio que permite a las entidades sociales acercar su labor a la ciudadanía y dar visibilidad a diferentes causas de salud y sociales.

Durante cuatro días, ADEAPA instaló una Mesa Informativa, desde la que se ofreció información sobre la espondilitis, los recursos disponibles y las actividades que la asociación desarrolla para acompañar y apoyar a las personas afectadas y a sus familias.

En este marco, la asociación impulsó la Campaña de Sensibilización “Átate los cordones por la Espondilitis”, promovida a nivel nacional por la Coordinadora Española de Asociaciones de Espondiloartritis (CEADE). La campaña propone un gesto sencillo pero lleno de significado: atarse los cordones como símbolo de apoyo a quienes conviven con la enfermedad. Una acción cotidiana que, para muchas personas con espondilitis, puede resultar complicada debido al dolor o la rigidez que provoca.

Estas iniciativas nos permiten compartir nuestras historias y los desafíos que vivimos cada día, mostrar cómo es nuestra realidad y el trabajo que hacemos desde la asociación. También, escuchar a otras personas que conviven con la enfermedad. Al mismo tiempo, nos dan la oportunidad de dar a conocer la espondilitis a quienes todavía no la conocen. Pero, sobre todo, nos ayudan a dar voz a nuestra historia, hacer la enfermedad más visible y generar comprensión y solidaridad, convirtiendo cada encuentro en un pequeño paso hacia el cambio y la visibilización.

Durante estos días, muchas personas se acercaron al punto informativo para interesarse por la campaña y conocer más sobre la enfermedad. Nos emocionó especialmente la par-



Sensibilizar no es solo informar, es acercarse a las historias y comprender lo que sentimos

ticipación de los jóvenes, que no dudaron en sumarse al gesto simbólico y compartirlo en sus redes sociales, ayudando a visibilizar la espondilitis y a sensibilizar a más personas.

Más allá de la información que compartimos, estos días se convirtieron en un verdadero espacio de encuentro y conversación. Cada persona que se acercó, cada pregunta y cada gesto de apoyo, nos mostró que hay muchas personas dispuestas a escuchar, aprender y sumarse para dar

Nuestra participación en el Punto Solidario de Parque Principado (febrero) sirvió para visibilizar la espondilitis. El eje central fue la campaña nacional “Átate los cordones por la Espondilitis”, un gesto simbólico que resalta las dificultades cotidianas (dolor y rigidez) de los pacientes



visibilidad a quienes conviven con la enfermedad. Cada conversación nos recordó que sensibilizar, no consiste solo en transmitir información, sino en acercarse a las historias de las personas y comprender lo que sienten. Para nosotros, lo más importante y lo que nunca debemos olvidar es lo humano.

Y volveremos al Punto Solidario los días 21, 22 y 23 de abril, como antesala al Día Mundial de la Espondilitis, para seguir escuchando, compartiendo nuestras historias y acercando la enfermedad a la ciudadanía. Cada gesto, cada conversación y cada encuentro, nos llena de energía y nos recuerda que, siempre con la misma ilusión, juntas y juntos, podemos seguir construyendo visibilidad, comprensión y esperanza.

Queremos agradecer especialmente a Parque Principado por poner a disposición este espacio solidario que da voz a las asociaciones y permite acercar realidades, como la nuestra, a la sociedad.

Diario de una "Tulli"



"No conviertas la vida cotidiana de una persona con discapacidad en un espectáculo de superación"

Nueve de la mañana: me levanto, me ducho, desayuno y salgo a hacer la compra. Mientras espero mi turno una mujer se acerca, nos saludamos y me pregunta: "¿hoy no tienes colegio, bonita?". Yo, que ya peino canas, la miro sorprendida, intento ocultar la risa y le respondo: "pero mujer, a estas alturas voy a estar yo en el colegio... con la de años que hace ya que terminé la universidad". "¿Universidad?", responde alborotada, "¡mírala qué inteligente es!".

De camino, ya de vuelta a mi casa, otra persona me para y me dice: "espera que te suba la cremallera de la cazadora, hace mucho frío, no te vayas a acatarar". Me armo de paciencia y le explico que no tengo frío, que si así fuese no iría con la cremallera bajada, que se lo agradezco, pero que cuando necesite su ayuda se la pediré.

Todo esto parece una historia ficticia, pero no lo es. Sucede cada día. Imagino que al leerlo os rechinará un poquito. Empezando por el título, el calificativo "Tulli" utilizado con toda la intención, de carácter despectivo e infravalorante, al igual que minusválido, inválido y un largo etcétera de expresiones similares muy comunes en el día a día. La infantilización, sobreprotección y calificar a las personas con discapacidad como seres de luz, enalteciéndolas por realizar actividades comunes en cualquier persona como puede ser ir a trabajar o estudiar.

Estamos hablando de un problema social, el capacitismo, que podemos definir como un sistema de discriminación y opresión contra las personas con discapacidad. Basado en la idea de un estándar de "normalidad" física, intelectual o sensorial y que



"Las palabras pueden excluir tanto como las barreras físicas"

"A veces, nosotros mismos, de tanto escucharlo, nos comportamos como si fuéramos menos"

defiende la teoría de que quienes no cumplen dichos estándares tienen menos valor o autonomía. Un sistema de creencias que establece qué cuerpos y mentes se consideran valiosos, normales y plenamente humanos y cuáles se perciben como deficitarios, incompletos o problemáticos.

Se manifiesta de diferentes formas: barreras físicas y digitales, estereotipos y prejuicios, invisibilización y lenguaje, exclusión laboral y económica. Pero entonces, ¿cómo podemos luchar contra el capacitismo? Lo primero que deberíamos hacer es revisar el lenguaje, comprometiéndonos con

la despatologización (discapacidad y enfermedad pueden coexistir, pero no son equivalentes). Evitando eufemismos y describiendo la condición de la persona de una forma neutra. Desechando expresiones de "pena". Evita comparaciones jerárquicas. No conviertas la vida cotidiana de una persona con discapacidad en un espectáculo de superación, considerando que es un "ser extraordinario". Revisa también tu conducta.

Nunca hables a una persona con discapacidad en tono paternalista o condescendiente. Dirígete a ella cuando quieras decirle o preguntarle algo, no a su acompañante. Nunca des por hecho que no puede hacer algo simplemente por tener discapacidad. Si todos cambiamos nuestra forma de pensar y seguimos estos pasos, la próxima vez que cualquier persona con discapacidad salga a hacer la compra, llegará a casa feliz y satisfecha.

Sería injusto, del mismo modo que he puesto ejemplos de capacitismo, no poner alguno de anticapacitismo. Y es que, a veces, nosotros mismos de tanto escucharlo, nos comportamos como si fuéramos menos, como si tuviéramos menos derecho a opinar. En ese momento, así, de cuando en cuando, aparecen personas que te recuerdan quién eres, que no sólo tienes derecho, sino que debes tomar tus propias decisiones y no dejar que nadie lo haga por ti. Personas que te recuerdan que también puedes aportar. Gracias a ellas, alcanzamos la fuerza para evitar que la sociedad nos haga perder identidad.

Mar Álvarez

Socia fundadora de ASEMPA

Novedades y actividades en ASEMPA



Club de Cine de ASEMPA

El Club de Cine de ASEMPA, es un espacio de encuentro y participación, en el que cada mes, las personas participantes visionan de forma individual, desde sus domicilios, una película (previamente seleccionada de manera conjunta) a través de la aplicación gratuita de RTVE. Posteriormente, en la fecha acordada, se celebra un encuentro online, en el que se comparten impresiones, reflexiones y distintos puntos de vista sobre la película. Las reuniones tienen lugar una vez al mes, los lunes a las 19:00 horas, a través de la plataforma GoogleMeet.

Nuestro club pretende ser un espacio cercano y participativo, dirigido a personas que disfrutan del cine y del intercambio de ideas y que sean socias de alguna de las entidades que forman parte de COCEMFE Asturias.

Para participar, es necesario contar con habilidades básicas de comunicación, ya sea mediante la expresión oral directa o a través de sistemas alternativos o aumentativos de comunicación, así como la capacidad de compartir opiniones y reflexiones. ¡No hace falta saber de cine! Vemos películas de todo tipo y está abierto a todo aquel que simplemente quiera pasar un buen rato. A nivel tecnológico, se requiere disponer de los recursos básicos que permitan, tanto el visionado de las películas, como la conexión a las reuniones online.

El Club de Cine se concibe así, como una oportunidad para disfrutar, fomentar la participación y fortalecer vínculos a través de una actividad accesible y enriquecedora. Estamos abiertos a recibir nuevos participantes, así que, si te interesa, contacta con ASEMPA y ¡únete al club!



Lunes de cafetín en ASEMPA

El primer lunes de cada mes, salvo excepciones, las familias de ASEMPA tienen una cita muy especial en el "Cafetín de Oviedo", un espacio pensado para el encuentro, la cercanía y el apoyo mutuo. La reunión tiene lugar a las 17:00 horas en la cafetería "Los Porches" de Salesas, donde compartimos un rato distendido en el que conversar, intercambiar experiencias y fortalecer los lazos que nos unen. Este momento se ha convertido en una oportunidad valiosa para ponerse al día, resolver dudas, escucharse y, sobre todo, sentirse acompañado. Desde ASEMPA os animamos a acercaros, conocernos y formar parte de este espacio de convivencia, donde cada persona suma y aporta.



Especialistas en Transporte Sanitario Adaptado
Amplia flota de Ambulancias Tipo A2 destinadas al transporte colectivo e individual de personas con movilidad reducida (PMR)

Asesoramiento técnico gratuito

Teléfono 24 horas
985 79 14 80

www.ambulanciasdeasturias.com
info@ambulanciasdeasturias.com



PERSONAS QUE AYUDAN A PERSONAS

TRANSINSA
TRANSPORTES INTEGRALES SANITARIOS DE ASTURIAS

Una semana de encuentros y descubrimientos en el CREER



En febrero, un pequeño grupo de socias y socios de ChySPA, acompañados por sus familiares, vivieron seis días muy especiales en el Centro de Referencia Estatal de Atención a Personas con Enfermedades Raras (CREER) de Burgos.

Fueron días de aprendizaje y convivencia en las que compartieron risas y experiencias. Las y los participantes, tuvieron la oportunidad de conocerse mejor, disfrutar en grupo y llevarse recuerdos inolvidables.

Durante la estancia, las socias y socios de ChySPA, pudieron participar en diversos talleres y actividades terapéuticas organizadas por el equipo profesional del centro. Entre ellas, se incluyeron sesiones de fisioterapia, enfermería, terapia ocupacional y psicología, que incluyeron ejercicios de relajación orientados a cuidar el bienestar físico y fomentar la autonomía personal.

Estas actividades contribuyeron a mejorar la movilidad, la coordinación y el autocuidado, además de proporcionar consejos prácticos aplicables al día a día. También ofrecieron un espacio valioso para resolver dudas, compartir inquietudes y recibir orientación profesional, lo que resultó de gran utilidad, tanto para las personas afectadas, como para sus familiares.

El ambiente cercano y participativo, favoreció que todos se sintieran cómodos, implicándose activamente y aprovechando al máximo cada propuesta

Un momento muy enriquecedor de la estancia, fue la oportunidad de conocer a una persona de Burgos afectada por estas patologías. A lo largo de varios encuentros, acompañó al grupo en distintas actividades, compartien-



do su experiencia personal y actuando como guía en algunos recorridos por la ciudad. Gracias a ello, las personas participantes, pudieron descubrir Burgos desde una perspectiva más cercana y humana.

Además de las actividades terapéuticas, el grupo disfrutó de diversas visitas culturales. Durante esos días, conocieron algunos de los lugares más emblemáticos de la ciudad, como la Catedral de Burgos, el Monasterio de Santa María la Real de las Huelgas y el Museo de la Evolución Humana. También realizaron paseos por espacios como el Paseo del Parral, disfrutando del entorno y de agradables momentos de convivencia.

Actividades como “Café en compañía” brindaron, además, un espacio distendido para conversar, compartir vivencias y fortalecer los lazos entre las familias.

La estancia fue, sin duda, una experiencia muy positiva y enriquecedora para todos, que regresaron con nuevos aprendizajes, buenos recuerdos y la satisfacción de haber compartido unos días de convivencia en un entorno acogedor y especializado.



AADEM, 30 años defendiendo derechos, acompañando vidas y sembrando esperanza



La Asociación Asturiana de Esclerosis Múltiple (AADEM), celebró el pasado 13 de diciembre su 30 aniversario, con un acto conmemorativo en el restaurante Peña Mea, en Llanera, al que asistieron socios, familias, trabajadores y colaboradores.

Además, contó con la presencia de la Delegada de Gobierno Adriana Lastra, el Director General de Promoción de la Autonomía Personal y Mayores de la Consejería de Derechos Sociales y Bienestar Enrique Rodríguez Nuño, numerosos responsables políticos, patrocinadores y profesionales vinculados al tratamiento y la investigación de la enfermedad. Al acto también acudieron diferentes medios de comunicación, tanto a nivel autonómico como estatal, entre los que estaban la TPA y RTVE.

Durante el emotivo encuentro se repasó la trayectoria de la entidad que, desde su fundación, ha promovido la atención integral a las personas con esclerosis múltiple, la sensibilización social y el apoyo a las familias. En las intervenciones se destacó esa labor de la asociación, esos "30 años defendiendo derechos,



acompañando vidas y sembrando esperanza", en referencia al trabajo de acompañamiento, talleres y espacios de escucha que complementan la asistencia sanitaria y social.

La asociación insistió en que el reto de futuro pasa por reforzar recursos y alianzas para sostener los programas de autonomía personal, apoyo psicológico y sensibilización comunitaria.

El acto concluyó con un homenaje a la trayectoria de Emilio Rodríguez Fuente, miembro fundador y secretario general de la entidad que ha impulsado su desarrollo durante más de tres décadas.



Descubre



Nuevo Residencial
en Gijón



Viviendas de 2, 3 y 4 dormitorios
Amplias terrazas
Alta eficiencia energética, letra A
Piscina y sala polivalente

Oficina de venta:

CALLE ASTURIAS 16, GIJÓN



UBICACIÓN:
NUEVO ROCES
GIJÓN

646 23 53 61

LOS ALAMOS

comercial@alamos.es

Con vosotros, no para vosotros Proyecto PIT (Parkinson de Inicio Temprano)



ASOCIACIÓN
PARKINSON
ASTURIAS

El Parkinson es una enfermedad neurodegenerativa crónica y progresiva que afecta al sistema nervioso central y provoca síntomas motores como temblor, rigidez muscular, bradicinesia o problemas de equilibrio. También, incluye síntomas no motores como la depresión, alteraciones del sueño o ansiedad, que pueden tener un impacto profundo en la calidad de vida de las personas afectadas.

PARKINSON DE INICIO TEMPRANO
Acompañamiento en la planificación del proyecto de vida con la enfermedad de Parkinson.

INFÓRMATE
Afrontar un diagnóstico de Parkinson a una edad temprana supone unas presiones adicionales que pueden dificultar la planificación de futuro.

¿QUÉ IMPLICA EN TU VIDA?

- AGE: Entre los 21 y 55 años
- Gestión de la enfermedad a largo plazo
- Planificación financiera y de recursos
- Adaptación familiar
- Equilibrio ocupacional y planificación laboral

BENEFICIOS

- Contacto con personas en tu misma situación.
- Mejora el conocimiento de la enfermedad.
- Asesoramiento por profesionales cualificados y con experiencia.
- Servicios rehabilitadores específicos.

Recibir el diagnóstico en plena vida activa (antes de los 50 años) implica afrontar, no solo los síntomas de la enfermedad, sino también, cambios profundos en la vida laboral, familiar y personal.

Diversos estudios destacan que las personas diagnosticadas a edades tempranas, experimentan sentimientos de desconcierto, miedo o estigmatización, especialmente porque la enfermedad sigue percibiéndose como una patología propia de personas mayores.

Además, el diagnóstico puede generar incertidumbre sobre el futuro y obligar a replantearse muchos aspectos de la vida cotidiana. En el entorno familiar también se producen

cambios. Las responsabilidades dentro del hogar pueden modificarse y, tanto la persona diagnosticada, como sus familiares, deben aprender a convivir con la enfermedad.

A nivel emocional, el impacto también es considerable. Afrontar una enfermedad de larga duración en una etapa vital activa, puede generar sentimientos de miedo o pérdida de control. Por ello, el apoyo psicológico y social, se convierte en un elemento fundamental del proceso de adaptación.

Debido a estas particularidades, cada vez se reconoce más la necesidad de desarrollar programas específicos para personas con Parkinson de inicio temprano. Las in-

CEE DE COCEMFE ASTURIAS

GRUPO INICIATIVAS
GRUPO INICIATIVAS DE COMUNICACIÓN INTEGRAL, S.L.

Pero, ¿Qué regalo estás buscando?

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

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

APOYO Y CUIDADOS
ATENCIÓN ESPECIALIZADA EN EL DOMICILIO

La ayuda domiciliar es calidad de vida
¡CONSÚLTANOS, SOMOS EXPERTOS!

T. 985 391 633 - info@apoyoycuidados.com - www.apoyoycuidados.com

COCEMFE Asturias APOYO Y CUIDADOS

El Proyecto PIT es una comunidad que entiende que el Parkinson no define a la persona

Intervenciones dirigidas a este grupo deben tener en cuenta, no solo el tratamiento médico, sino también las dimensiones sociales, laborales y emocionales de la enfermedad.

Con el objetivo de ofrecer un soporte personalizado y romper los estigmas asociados a la edad, nace el **Proyecto PIT (Parkinson de Inicio Temprano)**, una iniciativa de la Asociación Parkinson Asturias que rompe con el modelo paternalista de “paciente pasivo”.

Aquí el paciente toma las riendas, a través de la participación activa que se apoya en cuatro pilares fundamentales:

- **Educación sanitaria:** La base es el conocimiento “Aprender para convivir mejor”, permite a los enfermos comprender mejor los síntomas y gestionar la enfermedad con mayor autonomía.
- **Acompañamiento:** El diagnóstico temprano puede generar sensación de aislamiento. Este proyecto garantiza que “no estén solos en este camino”, conectando a personas con vivencias similares.
- **Tele-rehabilitación:** Rompiendo con las barreras geográficas y de tiempo, se ofrece la rehabilitación adaptada al ritmo de vida actual, utilizando la tecnología para facilitar el acceso a las terapias.



El Proyecto PIT es una comunidad que entiende que el Parkinson no define a la persona. Al combinar innovación, como la tele-rehabilitación, con un trato humano profundamente empático, la Asociación Parkinson Asturias, ofrece una hoja de ruta clara para quienes buscan, no solo vivir con la enfermedad, sino vivir bien a pesar de ello.

“Yo no puedo elegir tener o no Parkinson, pero alrededor de esa falta de opción hay un millón de elecciones que puedo tomar”.

Michael J. Fox.

Maite Montes Nava, *Psicóloga* | Ana Fernández Martínez, *Terapeuta Ocupacional*

ADAMG inicia el año con nuevas actividades y una nueva etapa



El primer trimestre del año ha sido especialmente significativo para la Asociación de Afectados de Miastenia Gravis de Asturias (ADAMG), marcado por cambios organizativos, actividades de bienestar para las personas asociadas y una activa participación en eventos de sensibilización sobre enfermedades raras.



Uno de los hitos más importantes, ha sido el relevo en la presidencia de la entidad, un proceso que abre una nueva etapa en la asociación y que supone renovar el compromiso con la mejora de la calidad de vida de las personas afectadas por miastenia gravis y sus familias. Desde la nueva presidencia, se continúa trabajando para fortalecer la red asociativa, impulsar proyectos de apoyo y mantener la visibilidad de esta enfermedad poco frecuente.

Durante estos meses, también se han desarrollado diversas actividades, dirigidas al bienestar y al encuentro entre personas asociadas. Entre ellas, destaca el **taller de creatividad y bienestar a través del azabache**, una actividad que permitió a los participantes descubrir esta tradición artesanal asturiana, mientras compartían un espacio de aprendizaje, relajación y convivencia.

En la misma línea de acompañamiento y apoyo mutuo, la asociación organizó un nuevo encuentro del **programa "Café entre amigos"**, que contó con la participación de la psicóloga de la entidad. Este espacio de conversación y escucha, se consolida como una oportunidad para compartir experiencias, inquietudes y estrategias para afrontar el día a día con la enfermedad.

El trimestre también estuvo marcado por la participación de ADAMG en los actos conmemorativos del **Día Mundial de las Enfermedades Raras**, celebrado el 27 de febrero. La asociación estuvo presente en las actividades organizadas en el Hospital Universitario Central de Asturias (HUCA), impulsadas por el movimiento asociativo de las enfermedades poco frecuentes. Asimismo, representantes de la entidad, participaron en el evento celebrado en Castellón, un encuentro de ámbito nacional en el que también estuvo presente Su Majestad la Reina de España, reforzando la visibilidad de las enfermedades raras y de las asociaciones que trabajan cada día por las personas afectadas.

Mientras se desarrollan estas actividades, **ADAMG continúa planificando el conjunto de iniciativas que se llevarán a cabo a lo largo del año**, con el objetivo de seguir ofreciendo apoyo, información y espacios de encuentro a las personas con miastenia gravis en Asturias.

Con ilusión renovada y el compromiso de seguir avanzando, la asociación afronta los próximos meses, trabajando para que la miastenia gravis sea cada vez más conocida y para que, quienes conviven con esta enfermedad, encuentren en ADAMG un lugar de apoyo y acompañamiento.

Actividades destacadas del primer trimestre del año en FQ



Premios We Love Gijón

A principios de 2026, a través de una socia, nos convocaron a los premios We Love Gijón. Estos premios nacieron para poner en valor el compromiso y dar visibilidad a quienes hacen que los habitantes de Gijón, lo consideren y sientan como un lugar mejor. Estos premios son una iniciativa de la **Agencia La Playa**, quienes tienen como lema, devolver a la sociedad parte de lo que la sociedad les da.

Esta edición se realizó a finales de enero y fue nuestra entidad la elegida para recibir la donación económica de parte de estos premios. ¡Muchas gracias!

Día Mundial de las Enfermedades Raras



El Día Mundial de las Enfermedades Raras o de baja prevalencia, este año coincidió de sábado, por tanto, los actos de conmemoración se trasladaron al viernes 27.

Estuvimos visibilizado las diferentes patologías en consultas externas del HUCA, como cada año, a partir de las 10 de la mañana.

IES Mata Jove, Gijón

El IES Mata Jove de Gijón, organiza todos los años unas jornadas que constan de una carrera solidaria cerrada al centro educativo. Estas jornadas vienen de la mano de Pablo López, jefe del departamento de francés del instituto, con un gran espíritu solidario, desde hace unos años se involucra con el movimiento asociativo, recaudando fondos a través de la una carrera cerrada al alumnado y profesores del instituto. Recorre el barrio buscando patrocinadores y colaboradores y realiza una inscripción voluntaria entre los participantes.

Además de la carrera, para que los alumnos sepan a qué se dedica la entidad y a dónde irán destinados los fondos que han recaudado, acudimos el 25 de febrero a la sala de conferencias de Cristasa en Gijón, a impartir a los alumnos de primero de bachiller una charla. La charla, a cargo de la Trabajadora Social, **Nerea López**, consistió en una explicación general sobre la enfermedad, diagnóstico, tratamiento y, para que conocieran de primera mano lo que implica la enfermedad, **Patricia Gómez**, Tesorera y Sara Hernández, Presidenta, explicaron su situación concreta y su día a día con la patología.



A las 12, acudimos a un acto de prensa de la Consejería, presentando la **Unidad de Enfermedades Raras** que se está construyendo y dando forma en el HUCA. Una vez presentada, vistos los planos y la organización que tendrá dicha unidad, volvimos a consultas externas a la lectura del tradicional manifiesto, siendo el siguiente párrafo lo que nos tocó leer a nuestra entidad:

“Impulsar la ampliación progresiva del catálogo de patologías congénitas incluidas tanto en el Diagnóstico Genético Preimplantacional como en los programas de cribado neonatal, con el objetivo de maximizar la detección precoz de patologías genéticas potencialmente prevenibles o tratables”.

Actividades y eventos de ALCER

Primer trimestre de 2026



Como hemos venido haciendo durante todo el año pasado, seguimos con nuestra **CAMPAÑA DE HEMOTERAPIA**, con una muy buena acogida por parte, tanto de enfermos, como del personal sanitario.



CHARLA ERCA EN EL HOSPITAL VALLE DEL NALÓN (LANGREO)

Desde Alcer Asturias realizamos esta charla informativa para pacientes en ERCA, de la Unidad de Nefrología del Hospital Valle del Nalón. Esperamos poder seguir realizando esta actividad en el resto de las Unidades para apoyar a todas esas personas que les acaban de detectar Insuficiencia Renal, para poder apoyarles y acompañarles en este camino.

ASAMBLEA GENERAL DE SOCIOS Y SOCIAS

El 15 de marzo, realizamos la Asamblea General de Socios y Socias de ALCER Asturias.

Hubo una afluencia con un total de 137 asistentes, de los cuales, 89 tenían derecho a voto. La asamblea se desarrolló con total normalidad y se aprobaron los puntos del orden del día, según recogen nuestros Estatutos.

Al final de la Asamblea, realizamos una comida de hermandad allí mismo y disfrutamos de un sorteo de regalos, cedidos por varias empresas de forma altruista.



TEATRO TURÓN

El viernes, 13 de febrero, realizamos este taller. Mejorar la movilidad, prevenir molestias físicas y promover hábitos de autocuidado. El objetivo principal de este taller es ofrecer rutinas sencillas y accesibles a las personas, ejercicios de estiramiento adaptados a sus posibilidades y necesidades.

Se busca, además, fomentar la conciencia corporal y la importancia de mantener la flexibilidad como complemento en el cuidado de la salud.

Durante las sesiones se realizarán:

- Ejercicios suaves de movilidad articular.
- Estiramientos para mejorar la elasticidad muscular.
- Dinámicas de respiración y relajación.
- Orientación sobre hábitos posturales adecuados en la vida diaria.

TALLERES DE PSICOLOGÍA "BIENESTAR EMOCIONAL"

Este año haremos un taller de Psicología al mes, en distintas localidades.

"Tu salud mental también importa. No tienes que poder con todo, todos los días. Permítete respirar, poner pausas y pedir ayuda. Eso también es amor propio".



CAMPAÑA “PREGUNTAS PARA TU NEFRÓLOGO”

- ¿Tienes alguna pregunta por resolver por tu nefrólogo?
- ¿Alguna duda que te planteas y no te has atrevido a preguntar?
- ¿Algo que te inquieta y no has podido resolver?
- Trasládanos esas dudas e intentaremos que nuestros nefrólogos nos ayuden a disiparlas.



JORNADAS RENALERT, ACERCANDO LA PREVENCIÓN A OVIEDO

Campaña RENALERT: Programa para detectar precozmente la Enfermedad Renal y alertar sobre su impacto en grupos de riesgo.

Desde Alcer Asturias, queremos facilitar el cribado renal a todas las personas con factores de riesgo. Para ello hemos estado en los hospitales: viernes 20 de febrero (HUCA), martes 11 de marzo, Arriendas y miércoles 12 de Marzo, Langreo.

Porque la Salud renal es un compromiso de todas las personas.



DÍA MUNDIAL DEL RIÑÓN

Como cada año, desde nuestra asociación, nos sumamos a la reivindicación y conmemoración de este Día Mundial, celebrado el día 12 de marzo, bajo el lema “Salud Renal para todos. Cuidando a la gente, protegiendo el planeta”.

Para ello, los Alceres Provinciales, en conjunto con nuestra Federación Nacional, hemos grabado algún video con deportistas para celebrar este día y lo hemos subido a nuestras redes sociales.

Por otro lado, estuvimos en el Hospital Valle del Nalón con nuestra campaña RENALERT (Programa de Detección Precoz de la ER) y los días 11, 12 y 13 con un stand informativo en el Espacio Solidario de Parque Principado.





**CLÍNICA OFTALMOLÓGICA
DR. TOMÁS VILLACAMPA CASTRO**

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

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



gamrentals.com
Piensa Grande

gamrentals.com
900 230 022

14 de febrero

Día de las Cardiopatías Congénitas



El 14 de febrero fue el Día de las Cardiopatías Congénitas, un día muy especial para todos nosotros y nosotras.

Con motivo de esta fecha, el viernes 13 de febrero estuvimos realizando una jornada de sensibilización y difusión en Oviedo, en la Plaza de La Escandalera, para acercar a la ciudadanía esta patología que afecta a numerosas personas pero que aún es muy desconocida.

Desde la **Fundación del Transporte Sanitario de Asturias**, nos acompañaron en esta jornada, acudiendo con una UVI móvil y un técnico en emergencias sanitarias que nos explicó con mucho detalle cómo es una UVI por dentro y cómo trabajan ante las emergencias. Gracias por vuestro trabajo, dedicación y por la labor tan importante que desempeñáis con tanto cariño.

También nos acompañó **Dña. María Velasco Muñiz**, Concejala Delegada de Políticas Sociales del Ayuntamiento de Oviedo.

El sábado, el **Teatro Campoamor**, se tiñó de rojo en conmemoración de nuestro día. Queremos dar las gracias al Ayuntamiento de Oviedo por su sensibilidad con nuestro colectivo y por el apoyo que siempre nos brinda. También queremos dar las gracias de corazón a todas las familias por las muestras de cariño recibidas. Gracias por las fotos y mensajes, por alzar la voz para que se nos conozca y se nos escuche y por ayudarnos a dar visibilidad a las cardiopatías congénitas y a la realidad que viven tantas familias.

Porque las cardiopatías congénitas muchas veces no se ven, seguimos trabajando para que sí se conozcan

Con motivo del Día de las Cardiopatías Congénitas, también se realizaron diversas actividades de **sensibilización en centros educativos**, con el objetivo de acercar esta realidad al alumnado y fomentar la empatía y la comprensión desde edades tempranas. Las cardiopatías congénitas son, en muchos casos, una enfermedad invisible, ya que quienes la padecen, pueden no mostrar signos externos evidentes. Por ello, es fundamental promover la información y la sensibilización en la infancia, creando entornos escolares más conscientes, inclusivos y respetuosos con las necesidades de estos niños y niñas. Juntos seguimos avanzando y luchando por hacer visible lo invisible.



CUENTO INFANTIL “CORAZÓN DE COLORES”

La asociación ha elaborado un cuento infantil dirigido a niños y niñas con cardiopatías congénitas, titulado **Corazón de colores**. Este material nace con el objetivo de **acompañar a los menores y a sus familias en un momento especialmente delicado**, ayudándoles a comprender, de una forma sencilla, cercana y adaptada a su edad, los procesos médicos y las intervenciones quirúrgicas a las que tienen que enfrentarse.

A través de una historia accesible y llena de sensibilidad, **Corazón de colores** explica qué ocurre cuando el corazón necesita cuidados especiales, permitiendo que los niños y niñas se familiaricen con el entorno hospitalario, el papel de los profesionales sanitarios y los diferentes momentos que forman parte del proceso médico. De esta manera, el cuento se convierte en una herramienta que facilita la comprensión de situaciones que, en muchas ocasiones, pueden resultar confusas o generar miedo.

La preparación emocional antes de una intervención quirúrgica es especialmente importante en la infancia.



‘Corazón de colores’: un cuento para ayudar a los niños y niñas con cardiopatías congénitas a comprender su corazón y afrontar el hospital con más tranquilidad

Hablar en casa sobre lo que va a suceder, utilizando recursos adaptados como este cuento, ayuda a reducir la ansiedad, la incertidumbre y los temores que pueden aparecer antes de una hospitalización. Además, permite a los menores expresar sus emociones, hacer preguntas y sentirse acompañados y comprendidos por su entorno familiar. La lectura compartida entre padres, madres e hijos crea también un espacio de diálogo y confianza en el que los adultos pueden explicar con calma lo que ocurrirá, transmitir seguridad y reforzar la idea de que no están solos en este proceso. De este modo, “Corazón de colores” no solo informa, sino que también contribuye a fortalecer el apoyo emocional de la familia, favoreciendo que los niños y niñas afronten las intervenciones con mayor tranquilidad, confianza y preparación. **Este proyecto ha sido posible gracias a la financiación de la Fundación Municipal de Servicios Sociales de Gijón.**

II ENCUENTRO CON EL VOLUNTARIADO “LATIENDO SOLIDARIDAD”

Los días 5 y 6 de marzo, tuvo lugar el II Encuentro de Voluntariado en Oviedo, en el que diversas asociaciones y entidades sociales nos reunimos para compartir con la ciudadanía el trabajo que realizamos día a día.

Fue una jornada de encuentro, diálogo y aprendizaje en la que las organizaciones pudimos dar a conocer nuestros proyectos y poner en valor el impacto que generamos en la comunidad.



El voluntariado nos une para compartir, aprender y construir juntos una sociedad más solidaria

Este encuentro permitió acercar el voluntariado a la ciudadanía, mostrando diferentes formas de colaborar y participar activamente en la construcción de una sociedad más solidaria. Muchas personas se interesaron por las iniciativas presentes y descubrieron nuevas maneras de implicarse y aportar su tiempo y talento.

Queremos dar las gracias al Ayuntamiento de Oviedo por impulsar y apoyar espacios como este, que fomentan el diálogo, la participación y el compromiso social, y a todas las demás entidades con las que compartimos experiencias estos días. Seguimos trabajando juntos para que cada vez más personas conozcan el valor del voluntariado y se animen a formar parte del cambio.





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

902 266 366
www.iss.es



GRUPOOLMAR

P.I. SOMONTE III. C/ Nicolás Redondo Urbieta, 330. 33393 Gijón (Asturias)

T| 985 32 17 00 - Fax| 985 32 38 31 - www.olmar.com - info@olmar.com

Sueña a lo Grande ¡Vive Sin Límites!



El 10 de marzo, inauguramos nuestra exposición fotográfica conmemorativa del 8 M, en la Factoría Cultural de Avilés.

Contamos con la presencia de la Jefa de Servicio de Igualdad del Ayuntamiento de Avilés, **Ana Isabel Riesgo**, la trabajadora de la Casa de las Mujeres, **Marta García** y la directora de la Factoría Cultural, **Anabel Barrio**; así como socias, amigos, familiares y acompañantes. Al mismo tiempo, se presentó un vídeo con imágenes de la exposición dando voz al poema “No te rindas” de **Mario Benedetti**. Fue un acto muy emotivo.

Para esta exposición participaron un grupo de mujeres, llenas de capacidad, mostrando su rostro frente a la vida. Una exposición fotográfica con 23 imágenes de mujeres valientes, mujeres admirables, mujeres también en su mayoría cuidadoras, con historias que muestran, cada día al mundo, que no todo en esta vida es fácil, pero que nada les quita las ganas de participar y colaborar en todo lo que se les ponga por delante.



La exposición trata de esto, de unir la imagen de estas mujeres con la de otras mujeres conocidas a nivel mundial, mujeres a quienes ellas admiran por diferentes motivos. Mujeres comprometidas y luchadoras, ya sea en política, deporte o artistas en general. También hubo quien decidió ponerse a sí misma y quien eligió alguna persona de su familia como referente.

Algunas de estas mujeres contaron allí las dificultades y logros que cada una había experimentado a lo largo de su vida, lo que vivieron y viven cada día, es relevante para sacar en una imagen el “alma” de cada una de ellas. Muchas de esas historias son dolorosas, pero eso no les

Una exposición fotográfica con 23 imágenes de mujeres valientes, mujeres admirables, mujeres también en su mayoría cuidadoras, con historias que muestran, cada día al mundo, que no todo en esta vida es fácil





quita a ninguna de ellas las ganas de seguir luchando, la ilusión, ni por supuesto, la sonrisa.

La discapacidad no evita que avancemos y sigamos luchando para mejorar la vida en sociedad de las personas que viven esta situación, porque la discapacidad no tiene que poner límites a nadie, en DIFAC lo sabemos y trabajamos para que así sea cada día.

Sigamos luchando por la igualdad, la inclusión, la solidaridad, la empatía y el bienestar de todas y todos.

Si quieres ver nuestro vídeo escanea el QR



<https://www.youtube.com/watch?v=3FZ9LvGZ2Jg>

Eva Bustamante Benito. Vocal de la Junta Directiva de DIFAC



MÁS QUE ASCENSORES:
**MOVILIDAD,
 AUTONOMÍA
 Y LIBERTAD**

www.ascensorestresa.com

TRESA 
 ASCENSORES | LIFTS

El programa “Lo que nos queda por vivir” de la Asociación Galbán, recibió el Premio “Somos Pacientes” en su XI edición



Galbán fue galardonada en la categoría “Pacientes - Iniciativa de servicio al paciente y/o cuidador” de la XI edición de los Premios “Somos Pacientes”, un prestigioso reconocimiento nacional que visibiliza iniciativas destacadas en el ámbito sanitario y social.

El premio fue otorgado al programa “Lo que nos queda por vivir”, una iniciativa de la asociación que se enmarca dentro de una aspiración, a más largo plazo, que es la creación de una Unidad de Bienestar del Paciente y Superviviente de Cáncer infantil en el Hospital Universitario Central de Asturias (HUCA), donde se coordinen diferentes departamentos médicos para ofrecer una asistencia integral a largo plazo y se construya un espacio, en el que se traten las secuelas físicas, emocionales y psicológicas de quienes han pasado por un cáncer infantil, un proceso intenso y duro a muchos niveles que no termina cuando el médico firma el alta.

El jurado de los Premios Somos Pacientes, impulsado por la Fundación Farmaindustria, eligió, de entre los seis finalistas, al proyecto "Lo que nos queda por vivir", enfocado a dar respuesta a algunas de las múltiples necesidades del grupo de supervivientes de Galbán: dolencias y disfunciones que originan los tratamientos del cáncer pediátrico a medio y largo plazo sobre tejidos, órganos o sistemas y que, aunque se pueden prevenir, muchas veces no llegan a ser conocidas por los médicos de atención primaria que tratan a estos jóvenes, una vez son dados de alta, en los servicios de oncología pediátrica.



Javier Pérez Bendaña, secretario de Galbán, recogió el premio.

La entrega del premio, tuvo lugar el pasado 2 de diciembre en Madrid y el galardón fue recogido por Javier Pérez Bendaña, secretario de la Junta Directiva de la asociación.

El reconocimiento obtenido refuerza el papel de Galbán como referente nacional en la defensa y acompañamiento de los supervivientes de cáncer infantil

Los supervivientes de cáncer pediátrico no están siendo debidamente escuchados ni atendidos y Galbán lleva años centrando sus esfuerzos en la atención a un perfil emergente en el sistema sanitario español que afronta una nueva etapa en su vida, en la que debe hacer frente a todo tipo de secuelas derivadas de la enfermedad: necesidades asistenciales físicas, psíquicas, sociales y laborales para las que aún no existen médicos especializados ni protocolos de asistencia. Su programa “Lo que nos queda por vivir” incluye el abordaje de temas tan importantes como la nutrición, el ejercicio físico, el dolor oncológico o la sexualidad y la preservación de la fertilidad y ofrece distintos talleres en los que los protagonistas son los pacientes (supervivientes).

En la categoría "Pacientes - Iniciativa de divulgación y/o concienciación social" también resultó premiada la iniciativa "Cáncer infantil sin cuentos: Guía para un lenguaje inclusivo y empático en oncología pediátrica", de la Federación Española de Familias de Cáncer Infantil (FEFCI).





Principado de
Asturias



Entrevista a

Eva Ledo

Consejera de Educación del Principado de Asturias

Funcionaria de carrera del cuerpo de Inspectores de Educación y del cuerpo de profesores de Secundaria por las especialidades de Tecnología y Sistemas Electrotécnicos y Automáticos. Su trayectoria profesional se ha desarrollado en dos sectores diferenciados: industrial (1990-2000) y educativo, desde 1994 hasta la actualidad.

En el apartado educativo, ha sido profesora de Secundaria, inspectora, jefa adjunta del Servicio de Inspección, jefa de servicio de Formación Profesional y Enseñanzas Profesionales, directora general de Personal Docente y directora general de Centros, Red 0-3 y Enseñanzas Profesionales. También fue presidenta del Consejo de Asturias de la Formación Profesional.

P. COCEMFE Asturias desarrolla desde el año 2006 en el Principado de Asturias, el Programa “Educar Tarea de Todas las Personas”, subvencionado por la Consejería de Educación. ¿Qué valoración hace sobre el impacto que tiene en el Alumnado con Necesidades Educativas Especiales (ACNEE)?

El Programa “Educar Tarea de Todas las Personas” es un programa de éxito que desde esta Consejería valoramos muy positivamente. Es una iniciativa consolidada, que cuenta con nuestro apoyo y financiación desde hace años, y que contribuye directamente a uno de nuestros objetivos prioritarios: reducir y prevenir el fracaso escolar y el abandono escolar temprano, facilitando el éxito del alumnado ACNEAE y ACNEE avanzando hacia una escuela plenamente inclusiva.

El programa ha demostrado su alta eficacia. En los últimos cursos ha beneficiado a más de 200 alumnos y ha puesto a su disposición un banco de recursos dirigidos a

compensar necesidades educativas desde la perspectiva del Diseño Universal de Aprendizaje, además de ofrecer formación tanto a docentes como a familias, reforzando la sensibilización en torno a la diversidad y mejorando la autonomía del alumnado con necesidades de apoyo educativo.

Es una herramienta sólida y eficaz para promover la inclusión, sensibilizar sobre la discapacidad y apoyar al alumnado con necesidades específicas. Es importante continuar manteniendo apoyo institucional y económico.

P. La Figura de los profesionales de Audición y Lenguaje (AL), Pedagogía Terapéutica (PT) y Auxiliar Educativo es esencial para el Alumnado con Necesidades Educativas Especiales (ACNEE). Tal y como se ha establecido en el Pacto Educativo, se está procediendo a su aumento progresivo durante el próximo trienio ¿garantizará este incremento la cobertura total de necesidades del Alumnado con Discapacidad?

La atención al alumnado con Necesidades Educativas Especiales (ACNEE) constituye una responsabilidad compartida por el conjunto de la comunidad educativa. Los profesionales de Audición y Lenguaje (AL), Pedagogía Terapéutica (PT) y el personal de apoyo desarrollan una labor imprescindible, pero su intervención no puede entenderse como el único recurso disponible ni como un sistema paralelo al funcionamiento ordinario del centro.

La mejora de la atención al alumnado con NEE exige que todo el profesorado, especialmente aquel que trabaja directamente con el grupo-clase, participe activamente en los procesos de enseñanza y aprendizaje inclusivos. Es en el aula donde se toman las decisiones pedagógicas más relevantes, y por ello es fundamental que los docentes cuenten con criterios claros, formación adecuada y apoyos suficientes para adaptar metodologías, evaluar de forma flexible y organizar los recursos disponibles.

"El Programa "Educar Tarea de Todas las Personas" ha beneficiado a más de 200 alumnos y ha puesto a su disposición un banco de recursos dirigidos a compensar necesidades educativas desde la perspectiva del Diseño Universal de Aprendizaje"

El incremento progresivo de profesionales AL y PT, previsto en el Pacto Asturias Educa, no tiene como objetivo suplir al resto del profesorado ni asumir en exclusiva la respuesta educativa al alumnado con discapacidad, algo que además sería inviable. Su función es complementaria y de asesoramiento, orientada a fortalecer la capacidad del centro y del profesorado para ofrecer apoyos ajustados a las necesidades del alumnado.

En definitiva, nuestro compromiso es avanzar hacia un modelo de corresponsabilidad docente, en el que los especialistas aportan valor añadido, pero la atención educativa se desarrolla desde una estrategia compartida que involucra a todos los profesionales del centro. Solo desde esa visión integral es posible garantizar una respuesta inclusiva, realista y sostenible.

P. Desde la Consejería se está trabajando en la Ley Orgánica de Educación del Principado de Asturias ¿Cuándo se publicará? ¿Qué impacto tendrá en el alumnado con discapacidad?

La Ley de Educación del Principado de Asturias se encuentra en fase de elaboración. El texto, de carácter integral, tiene como objetivo dotar al sistema educativo asturiano de un marco jurídico propio, adaptado a su realidad social, lingüística y territorial.

En este momento se está trabajando el texto, atendiendo a los principios generales del sistema, el derecho a la educación, los aspectos propios de la singularidad de nuestro territorio y el bienestar emocional de nuestro alumnado, entre otros aspectos.

La regulación en tramitación y las actuaciones recientes del Principado apuntan a un fortalecimiento del modelo de educación inclusiva, con implicaciones relevantes para el alumnado con discapacidad. Estamos trabajando para contar con ella a lo largo de esta legislatura.

P. El Decreto por el que se regula la equidad y la inclusión en el sistema educativo del Principado de Asturias, ha salido para su consulta previa por parte de la ciudadanía asturiana en diciembre de 2025. ¿Se han realizado muchas aportaciones? ¿Qué impacto tendrá en el alumnado con Discapacidad?

Se han realizado exactamente dieciocho aportaciones, y se han considerado aquellas que la Consejería de Educación puede asumir y que ha considerado, tras su valoración, que pueden mejorar algunas cuestiones de las planteadas inicialmente. Esta norma tiene como objetivo establecer y regular la equidad y la inclusión en el siste-



"La atención al alumnado con Necesidades Educativas Especiales (ACNEE) constituye una responsabilidad compartida por el conjunto de la comunidad educativa"

ma educativo asturiano, conforme a la Ley Orgánica de Educación y atendiendo a los acuerdos alcanzados en el marco del Pacto Asturias Educa.

Supone un impulso claro a la inclusión: aporta más recursos y apoyos en los centros ordinarios, y una mayor dotación de profesionales de Orientación y de Servicios a la Comunidad para el acompañamiento del alumnado con, y/o sin discapacidad.

P. Respecto a las ayudas para el servicio de transporte adaptado, ¿se contempla un cambio en la normativa existente para que estas lleguen a todo el alumnado con discapacidad, especialmente a los que cursan estudios postobligatorios?

La normativa vigente ya contempla a todo el alumnado con discapacidad garantizando rutas de transporte a aquellos que tengan necesidades educativas asociadas a discapacidad física de tipo motórico cuyo dictamen de escolarización haga referencia a una afectación grave de movilidad, siempre que esté escolarizado en cualquier centro ordinario, en el Centro de Educación Especial Específico que le corresponda por zona de influencia o en el centro propuesto por el dictamen de escolarización correspondiente, incluso no necesitando el mínimo de 3 alumnos exigido para que se cree una nueva ruta escolar.

Por otro lado, la norma no contempla, por el momento, a ningún alumno/a que curse estudios postobligatorios, aspecto que podría ser valorado de cara a una posible modificación normativa, y al análisis y actualización que se lleve a cabo al realizar, junto con la Consejería de Infraestructuras, Ordenación del Territorio y Medio Ambiente, de la Programación de Transporte Escolar del Principado de Asturias (PROTEPA). En este momento no se está realizando esta modificación, aunque sí se valora su análisis.

P. ¿Cómo se está incorporando el Diseño Universal del Aprendizaje (DUA) en el desarrollo de la LOMLOE en Asturias y qué impacto está suponiendo en el Alumnado con Necesidades Educativas Especiales (ACNEE)?

El Diseño Universal para el aprendizaje, se está utilizando como un enfoque educativo cuyos principios de actuación clave, tratan de utilizar múltiples formas de representación (el qué del aprendizaje), múltiples formas de acción y expresión (el cómo del aprendizaje) y múltiples formas de implicación y motivación (el porqué del aprendizaje). Este enfoque repercute directamente en el alumnado con necesidades educativas especiales, al contemplar formas de representación, expresión e implicación diferentes, en función de cada necesidad, que hacen viable llegar a todo el alumnado del grupo.

Desde la implantación de la LOMLOE, el Plan regional de formación permanente del profesorado incluye todos los años varias actuaciones formativas sobre DUA, dirigida a todos los perfiles profesionales docentes, para poder dar difusión y conocimiento al profesorado, para su aplicación directa en las aulas.

P. En el marco de la aplicación del Diseño Universal del Aprendizaje (DUA) ¿Tiene previsto la Consejería de Educación ampliar y reforzar en el catálogo la dotación de productos de apoyo dirigidos al alumnado con discapacidad física y/u orgánica?

El Equipo Regional de Atención a las Necesidades Específicas de Apoyo Educativo del alumnado, propone al Servicio de Inclusión Educativa y Formación del Profesorado, todas las necesidades de recursos y personal que se requiere, y el Servicio a través de partidas presupuestarias concretas y fondos de algunos programas de cooperación territorial, trata de ir cubriendo toda la dotación necesaria para atender al alumnado NEE en general.

Cuando se hace llegar una necesidad concreta de dotación de productos dirigidos a alumnado con discapacidad física y/u orgánica, se estudia la for-



ma de dar respuesta con la mayor brevedad posible.

P. Estamos comprobando que los nuevos Centros educativos parten ya en su origen de las premisas de accesibilidad universal, pero qué medidas de accesibilidad se están implementando en los Centros Educativos más antiguos, ¿tienen pensado elaborar algún plan de eliminación de barreras en los mismos?

Desde el 2020 se está trabajando en la mejora de la accesibilidad en los centros, implementando medidas de mejora, priorizando las actuaciones en aquellos centros que lo demandan de forma más urgente por la existencia de usuarios con movilidad reducida o aquellos en los que no se ha podido realizar ninguna intervención de esas características. La planificación de obras de accesibilidad se realiza de forma anual a través de la dirección general con competencia en infraestructuras en función de prioridades observadas en los distintos centros y de la disponibilidad presupuestaria.

P. Como sabe, en COCEMFE Asturias tenemos una Oficina Técnica de Accesibilidad y recibimos muchas consultas sobre obras en centros educativos, ¿podría aclarar para nuestros lectores cuales son las competencias de la consejería en este sentido?

Son muchos los centros a atender (cerca de 500) y además, la mayor parte de los mismos han sido construidos antes de 1995 (fecha en la que se aprueba la ley autonómica de

accesibilidad) por lo que en su inmensa mayoría no han sido proyectados y construidos teniendo en cuenta criterios de accesibilidad universal. Es por ello, que se ha contemplado una planificación de intervenciones a realizar a medio/ largo plazo que se encuentra definida por los informes de accesibilidad y proyectos que han sido encargados, así como por las peticiones recibidas por parte de los centros y las visitas de inspección realizadas por los técnicos del servicio de infraestructuras.

Por otra parte, debemos tener en cuenta que el mantenimiento de los centros es una responsabilidad compartida con las administraciones locales, de forma que en los centros de titularidad municipal la responsabilidad recae en estas administraciones. Por ello, cuando la necesidad de intervención en una obra de accesibilidad obedece a una actuación de mantenimiento o de conservación, establecemos la debida coordinación con el consistorio, llegando a intervenir la Consejería si se observan razones de seguridad que lo aconsejen cuando desde la administración local no se produce la intervención que corresponda.

En lo que se refiere a las actuaciones concretas a realizar en un centro, su priorización viene definida por el Documento de Apoyo al Documento Básico DB SUA/2 del CTE, que establece además las tolerancias que resultan admisibles en el cumplimiento de los parámetros técnicos que se han de tener en cuenta cuando se interviene en un edificio existente.

Desde la Consejería de Educación se han ido planificando, diseñando y ejecutando actuaciones de ese tipo de forma ininterrumpida en los últimos años, lo que ha supuesto un gran esfuerzo inversor y técnico que ha mejorado de forma sustancial la situación existente en origen, aunque todavía queda mucho trabajo por hacer en esa materia, al igual que sucede en una gran cantidad de edificios de pública concurrencia destinados a otros usos no educativos.



Marcar la X que cambia vidas: proyectos que impulsan la inclusión y el bienestar social

Un gesto tan sencillo como marcar la casilla de fines sociales en la declaración de la renta, puede convertirse en oportunidades reales para miles de personas. Gracias al 0,7% del IRPF, estamos desarrollando varios proyectos que promueven la autonomía, la inclusión y el bienestar social de muchas personas con discapacidad.

Cada año, cuando llega el momento de hacer la declaración de la renta, existe una decisión que pasa desapercibida para muchas personas, pero que tiene un enorme impacto colectivo: marcar la casilla destinada a fines sociales. Este pequeño gesto, que no supone ningún coste adicional, permite que el 0,7% de los impuestos se destine a proyectos que transforman vidas.



Detrás de esa "X solidaria" hay historias reales, acompañamiento, oportunidades y recursos que llegan a quienes más lo necesitan.

Una red de apoyo que transforma realidades

Gracias a esta convocatoria, actualmente se están desarrollando **17 proyectos** centrados principalmente en personas con discapacidad y colectivos en situación de vulnerabilidad.

Iniciativas como **EnRedMayores: Apoyo y Conexión para la Vida Independiente** o el **Servicio de Acompañamiento en el Entorno (SAE)** permiten que muchas personas mayores con discapacidad que viven solas puedan seguir en sus hogares con seguridad y apoyo personal.



Detrás de cada casilla marcada hay vidas que ganan independencia, apoyo y nuevas oportunidades

Al mismo tiempo, programas como **"Rompiendo la Brecha Digital"** facilitan el acceso a las nuevas tecnologías, reduciendo el aislamiento, el acceso al empleo y fomentando la participación social. La tecnología también está presente en los **productos de apoyo personalizados**, donde profesionales como terapeutas ocupacionales trabajan para mejorar la autonomía en la vida diaria.

Autonomía, accesibilidad y bienestar

La accesibilidad y la movilidad son pilares fundamentales. Por ello, servicios como la **Oficina Técnica de Accesibilidad (OTA)** o el **transporte adaptado puerta a puerta** garantizan que las personas puedan desenvolverse en su entorno con mayor independencia.

A su vez, proyectos como **"Autonomía para la vida a través de la rehabilitación"** o la **Red de apoyo para la vida independiente** refuerzan las capacidades personales, promoviendo una vida activa y autónoma.

El bienestar emocional también ocupa un lugar central, con programas de **atención psicosocial** dirigidos por profesionales especializados, como neuropsicólogos, que acompañan a las personas en su desarrollo personal y social.

El 0,7% del IRPF transforma un gesto individual en oportunidades reales de inclusión, autonomía y bienestar

Inclusión en todos los ámbitos

La inclusión no se limita al ámbito social, sino que se extiende al empleo, la formación y el ocio. Iniciativas como “Empresas inclusivas” sensibilizan a las pymes sobre la contratación de personas con discapacidad, mientras que proyectos como REINCORPORA facilitan el acceso al mercado laboral de mujeres con discapacidad.

La formación también es clave, con cursos de **Asistencia Personal** y programas de **salud mental** dirigidos a profesionales, que mejoran la calidad de la atención.

Además, propuestas como “**Deporte sin barreras**” demuestran que la actividad física es una herramienta poderosa para la inclusión y el bienestar.

Igualdad y prevención

Entre los proyectos también se incluyen acciones de **prevención de conductas discriminatorias** y programas específicos como la **promoción del bienestar de la mujer durante el embarazo, parto y postparto**, que ponen el foco en la igualdad y la atención integral.

Mucho más que una casilla

Todos estos proyectos tienen algo en común: no existirían sin la participación ciudadana. Por ello marcar la “X” en la declaración de la renta es una decisión individual que genera un impacto colectivo. Es apostar por una sociedad más justa, más accesible y más inclusiva. Es contribuir a que miles de personas puedan vivir con mayor autonomía, dignidad y nuevas oportunidades. Porque, a veces, los cambios más importantes empiezan con un gesto tan pequeño como marcar una casilla.



En Asturias en el año 2025

Se recaudaron 12 millones euros (1 MILLÓN más que en 2024)



579.544 personas hicieron la declaración de la renta en 2025

El **50,2% de los declarantes**, 290.773 dejan en BLANCO las dos casillas o marcan SOLO la casilla Iglesia católica:

- Declarantes que **NO** marcan ninguna casilla: 228.870
- Declarantes que marcan **SOLO** la casilla de la iglesia: 31.903



Si TODOS LOS DECLARANTES pusieran la X SOLIDARIA se lograrían 21 MILLONES DE EUROS para fines sociales

Anualidad 2025

Más de **1.500 personas con discapacidad mejoran su calidad de vida gracias a programas de inclusión en Asturias.**

Gracias a las subvenciones del 0,7% del IRPF recibidas en la anualidad 2025, COCEMFE Asturias, ha desarrollado diversos proyectos en el Principado de Asturias destinados a mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad.

Las iniciativas se han centrado en fomentar la autonomía, la inclusión social y la igualdad de oportunidades, con especial énfasis en la promoción de la vida independiente. Entre los programas destacados figuran acciones para combatir la soledad, reforzar redes de apoyo y ofrecer acompañamiento a personas mayores con discapacidad que viven solas, mediante un modelo centrado en la persona que impulsa su participación activa.

Asimismo, se han puesto en marcha proyectos orientados a garantizar el acceso equitativo a recursos y servicios, eliminar barreras y mejorar la

movilidad, junto a iniciativas de alfabetización tecnológica dirigidas a colectivos vulnerables.

En el ámbito sanitario, se han desarrollado programas de rehabilitación con tratamientos de fisioterapia, logopedia y terapia ocupacional, así como acciones de prevención de enfermedades neurodegenerativas y apoyo psicosocial especializado. También se han impulsado iniciativas específicas para el bienestar de mujeres con discapacidad durante el embarazo, parto y postparto.

La **educación** ha sido también un eje clave de actuación. En este ámbito, se han desarrollado iniciativas de sensibilización e inclusión social orientadas a promover una sociedad más inclusiva y respetuosa con la diversidad. Estas acciones han puesto el foco en la concienciación social, la eliminación de estigmas y la igualdad de oportunidades, a través de actividades formativas, campañas de sensibilización y programas educativos dirigidos a diferentes colectivos.

Marcar la X solidaria no cuesta nada, pero lo cambia todo para miles de personas

Celebración del Día Mundial de las Enfermedades Raras



Como en ediciones anteriores, celebramos el Día Mundial de las Enfermedades Raras en el Hospital Universitario Central de Asturias. En la entrada principal del edificio de consultas externas, colocamos un stand informativo con flyers y merchandising, para hacer campaña en favor de la visibilización de estas patologías tan desconocidas y poco frecuentes, que pasan inadvertidas para el grueso de la sociedad.

El acto tuvo lugar el pasado viernes, 27 de febrero y también, como en años anteriores, no faltó a la cita el “orbyu” que siempre nos acompaña y ya forma parte de este día de celebración. COCEMFE Asturias, junto con sus 13 asociaciones de Enfermedades Raras, además de un extenso grupo de representantes de las administraciones autonómica y local, procedimos a la lectura del manifiesto reivindicativo, donde se recogen los diferentes puntos que forman la línea de trabajo y acción, para mejorar la vida de las personas afectadas por estas patologías y la de sus familias.

Las personas que nos acompañaron en la lectura del Manifiesto, fueron: El Presidente de la Junta General del Principado de Asturias, **Juan Cofiño González**; La Directora General de Cuidados y Coordinación Sociosanitaria de la Consejería de Salud, **Rocío Allande**; El Director General de Promoción de la Autonomía Personal y Mayores de la Consejería de Derechos Sociales y Bienestar, **Enrique Rodríguez Nuño**; La Concejala de Políticas Sociales del Ayuntamiento de Oviedo, **María Velasco**; **Nerea López** de Fibrósis Quística; **Clara Díaz** de ASEMPA; Isabel de Miastenia Gravis; **Gema** de CHYSPA; **José Quiñones** de AHEMAS;





María José Álvarez de ELA Principado; Carlos Pellitero de ATAXIAS, Lennart Koch de GALBÁN y, por parte de COCEMFE Asturias, Eva Ordóñez y Cristina Argüelles.

El acto de lectura del Manifiesto, tuvo lugar después de la presentación de las obras de la nueva Unidad de EERR del HUCA, a cargo de la Consejera de Salud del Principado, Concepción Saavedra, que a continuación nos acompañó. Un avance importante para todas las personas con Enfermedades Raras en nuestra comunidad y, por lo tanto, una reivindicación menos, lo que nos llena de satisfacción.

La Presidenta de COCEMFE Asturias, Mónica Oviedo, no pudo dar por concluido el acto sin una dedicatoria a la memoria del recientemente fallecido Vicepresidente de UMA, Alejandro Catraín, referente en la lucha por la accesibilidad y por las personas con discapacidad en el Principado. El emotivo gesto, fue interrumpido por una unánime ovación de todas las personas que estábamos allí reunidas y que tuvimos la suerte de compartir con Alejandro, su sensibilidad, su visión y sus acciones.



◀ DESCARGA EL MANIFIESTO

Asociaciones INTEGRADAS en COCEMFE Asturias, que representan a personas afectadas por EE.RR y que son las verdaderas protagonistas del Día Mundial:

- Asoc. de Enfermedades Neuromusculares del Principado de Asturias (ASEMPA).
- Asoc. Asturiana contra la Fibrosis Quística (FQ).
- Asoc. de Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA-Principado).
- Asoc. de Hemofilia de Asturias (AHEMAS).
- Asoc. Asturiana de ATAXIAS "Covadonga".
- Asoc. Asturiana de Neurofibromatosis (ASNEFI).
- Asoc. Corea de Huntington de Asturias.
- Asoc. Chiari y Siringomielia del Principado de Asturias (CHYSPA).
- Asoc. de Afectados por Miastenia Gravis (ADAMG).
- Asoc. Síndrome de Noonan (NOONAN ASTURIAS).
- Asoc. de Familias de Niños con Cáncer (GALBÁN).
- Asoc. de Padres y Amigos de Cardiopatías Congénitas (APACI).
- Asoc. de Personas con Acondroplasia y otras Displasias Esqueléticas con Enanismo (ADEE España).

Pozo Sotón

Un plan para toda la familia

RESERVAS:

630 119 642 - 985 66 19 44
(horario de atención de 8h 14h)

San Martín del Rey Aurelio
Principado de Asturias

Visita interior de la mina, visita exterior y
Centro de Experiencias y Memoria de la Minería

pozosoton.es
grupo chunosa

La nueva Unidad de Enfermedades Raras del HUCA,

Un servicio con vocación de referente en salud pública

Las personas con enfermedades raras o de baja prevalencia, van a disponer en un breve espacio de tiempo, de una Unidad específica en el Hospital Universitario Central de Asturias. Un paso más y muy importante que nos afecta directamente en COCEMFE Asturias y del que daremos, puntualmente, cobertura informativa, conforme avancen las obras y se aproxime su puesta en funcionamiento.



El Gobierno del Principado de Asturias, ya ha comenzado las obras, presentación a la que acudimos, coincidiendo con la celebración del Día Mundial de las Enfermedades Raras, celebrado el pasado viernes, 27 de febrero.

A este acto de presentación acudieron: La Consejera de Salud del Principado, **Concepción Saavedra Rielo**; El Director de Atención Sanitaria y Salud Pública del Área IV, **Álvaro González Franco**; La Subdirectora del mismo servicio, **Alejandra Fernández Fernández** y el Arquitecto de la Consejería de Salud del Principado, **Jesús Menéndez**, que realizó una presentación, in situ, en la propia obra, ante un público integrado por representantes del movimiento asociativo, además de pacientes, sanitarios y otras autoridades.



Este proyecto, forma parte de una estrategia del sistema sanitario de nuestra comunidad, que persigue mejorar la atención de pacientes con enfermedades poco frecuentes.

La Unidad de la que hablamos, está ubicada en la planta 0 del HUCA y dispone de unos 760 m². Está concebida con varias estancias, como un espacio multidisciplinar e integral que será ocupado por facultativos y facultativas de diferentes especialidades médicas. Por supuesto, toda la instalación estará diseñada en un entorno libre de barreras y dispondrá de consultas adaptadas, un hospital de día con puestos accesibles, salas médicas con telemedicina, zonas de tratamiento, espacios de coordinación clínica y una enfermera gestora de casos.

La Unidad ofrecerá una atención multidisciplinar, accesible y coordinada, convirtiéndose en referencia para decenas de miles de personas afectadas por enfermedades poco frecuentes

Todo apunta, en palabras de la propia Consejera de Salud, Concepción Saavedra, a que esta Unidad, una vez se encuentre en funcionamiento, será una referencia en cuanto a diagnóstico, tratamiento, investigación y seguimiento de enfermedades raras en el sistema sanitario público, cuyo objetivo, será agilizar los, muchas veces, complejos procesos de diagnóstico, además de reducir los desplazamientos entre diferentes servicios y mejorar, en general, este tipo de atención clínica tan especializada.

Otro punto a destacar es que, con la creación de esta nueva Unidad, el sistema de salud del Principado, podrá ofrecer a las y los pacientes, una atención más coordinada, lo que repercutirá también en sus entornos familiares, además de



La nueva Unidad supondrá un paso más en atención y también en conocimiento y visibilidad, de las enfermedades más olvidadas

promover y favorecer la investigación clínica y la participación en ensayos, integrándose con otras iniciativas, como proyectos de interoperabilidad e intercambio de información médica avanzada.

La inversión para llevar a cabo este proyecto, asciende a más de 750.000 €, cofinanciados por la Unión Europea a través del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia y va a repercutir, de forma determinante, en la calidad de vida de las personas afectadas. En nuestra comunidad autónoma, estaríamos hablando de decenas de miles de afectadas y afectados que van a disponer, en el corto plazo, de una referencia médica, destinada a dar

respuesta a patologías complejas, difíciles de diagnosticar y, en muchos casos, incapacitantes.

Desde COCEMFE Asturias, nos alegramos de darle la bienvenida a este nuevo y preciado recurso, que tanto significa, para un buen número de nuestras asociaciones miembro. Un paso más en atención y también en conocimiento y visibilidad, de las enfermedades más olvidadas.

BALNEARIO DE LEDESMA MONTEPEÑO

SALUDABLE
Descansa · Respira · Recupera

A orillas del Tormes, a un paso de Salamanca
20 siglos de actividad termal
Reserva ahora
923 149 100 | www.BalnearioLedesma.com

El SESPA y Transinsa, presentan en el CAI de Viesques, una nueva generación de ambulancias más inclusivas



El pasado 27 de marzo, El Servicio de Salud del Principado de Asturias, junto con la empresa de ambulancias Transinsa, adjudicataria del contrato del Transporte Sanitario de nuestra comunidad autónoma, presentaron al público y a los medios de comunicación, tres nuevas unidades de ambulancias, denominadas mixtas, con unas características técnicas, pensadas especialmente para mejorar la atención y la accesibilidad de pacientes con movilidad reducida, personas con ELA, obesidad mórbida y otros perfiles con necesidades asistenciales complejas.

Como no podía ser de otra forma, contaron con COCEMFE Asturias, como anfitriones de la presentación y la llevaron a cabo en el Centro de Atención Integral de Viesques, donde, varias personas residentes, pudieron probar sobre el terreno las novedades, en cuanto a accesibilidad, que presentaban esta nueva generación de vehículos más inclusivos.

Al acto de presentación, asistió el Gerente del SESPA, Aquilino Alonso, la Presidenta de COCEMFE Asturias, Mónica Oviedo, junto con el Secretario de Organización, Segifredo Lena y los Consejeros de Transinsa, Ángel Paniceres y Ramón Álvarez.

Estos nuevos vehículos, están destinados al transporte sanitario no urgente pero que requiere una alta capacidad en cuanto a adaptación, accesibilidad y polivalencia, pudiendo desenvolverse con facilidad en los traslados de pacientes bariátricos o con grandes discapacidades físicas, dando respuesta a un sector de nuestro colectivo, con necesidades especiales.

A partir de este momento, comenzarán a prestar sus servicios, quedando integrados en el dispositivo asistencial del SESPA, teniendo como base, las cabeceras de las nuevas Áreas Sanitarias, dotando a este servicio de transporte sanitario de un mayor grado de inclusividad.



Las ambulancias, carrozadas por un equipo especialista de Galicia, disponen de una capacidad bariátrica muy avanzada, gracias a disponer de camillas reforzadas que admiten un peso de hasta 350 kilos, además de sillas con oruga eléctrica, para sortear entornos con barreras arquitectónicas y movilizar a pacientes de hasta 250 Kilos. También disponen de un doble acceso adaptado para la entrada de pacientes en silla de ruedas, tanto por un lateral con elevador, como por una rampa trasera.

Es destacable, además, la flexibilidad de estos vehículos mixtos, cuyo habitáculo, permite el transporte de 7 plazas, además de la camilla o de tres sillas de ruedas, donde las personas usuarias, viajan con sistemas de sujeción que les evita tener que hacer ningún trasvase, todo ello, adaptando el interior al servicio que sea preciso, dependiendo del número y perfiles de las y los ocupantes.

El resultado, que pudimos comprobar in situ, pone de manifiesto el avance que supone en cuanto a ofrecer un servicio seguro, accesible y confortable, tanto para las personas trasladadas, como para los profesionales sanitarios.

Desde COCEMFE Asturias, nos sentimos partícipes de este modelo de transporte sanitario inclusivo, como representantes de un colectivo de personas usuarias de los servicios sanitarios, que demandan líneas de acción y protocolos, así como equipamientos accesibles, alineados y sensibles hacia la población más vulnerable y con necesidades específicas.

Capacidad de las ambulancias



Estos nuevos vehículos, están destinados al transporte sanitario no urgente pero que requiere una alta capacidad en cuanto a adaptación, accesibilidad y polivalencia

En su diseño se ha tenido en cuenta la experiencia aportada por los usuarios/as de la Asociación de Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA Principado) para ofrecer un servicio seguro, inclusivo y sin barreras

Hemos de destacar también, la elección del entorno de la presentación, que nos sitúa como un interlocutor clave, entre la administración y la empresa adjudicataria, para servir de puente y transmitir las necesidades reales de las personas con discapacidad, aportando nuestra experiencia y conocimiento para desarrollar este tipo de equipamientos y servicios, diseñados desde una óptica más inclusiva y respetuosa con la diversidad, priorizando que las políticas sociales no se queden únicamente en los proyectos, sino que sean una realidad cotidiana.



La Unidad de Motóricos de la Consejería de Educación y COCEMFE Asturias, dando los pasos necesarios hacia la inclusión educativa

COCEMFE Asturias y la Unidad de Discapacidad Física del Equipo Regional para la atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo, llevan colaborando juntos desde hace una década, ya que ambas entidades, tienen un objetivo en común que es la inclusión de todas las personas con discapacidad (física en este caso) en la sociedad y, en el caso de la UDM (Unidad de Discapacidad Motora) en las etapas estrictamente educativas de las personas.

Desde esta Unidad de la Consejería de Educación, se centran en toda la población de estudiantes, desde Primaria hasta Formación Profesional, en un arco de edad que abarca, desde los 3, hasta los 21 años, aproximadamente.

Es por ello que, desde la redacción de Ser Capaz, nos parece importante dar a conocer el trabajo de este equipo profesional, que interactúa de forma estrecha con nuestra Área Social, por lo que nos desplazamos a su sede, en el Colegio San Pedro de los Arcos de Oviedo, para conversar con Raquel Fernández Rodríguez, Orientadora Educativa, que nos aportó mucha luz sobre cómo desarrollan su labor.

La Unidad, está formada en la actualidad, por cuatro profesionales de orientación, una fisioterapeuta, una maestra de audición y lenguaje y un profesor de servicios a la comunidad, que desempeña funciones de trabajador social. Además, esta unidad, también dispone de un almacén con diferentes productos de apoyo, éstos últimos,



Garantizar apoyos y accesibilidad en la educación no solo transforma el aprendizaje, sino que construye el camino hacia una verdadera inclusión social

destinados exclusivamente al ámbito educativo del alumnado, para apoyar sus necesidades específicas de formación, no para el ámbito extraescolar. Aunque en casos muy puntuales, donde la alumna o el alumno, carece de los apoyos tecnológicos necesarios para llevar a cabo sus tareas en su domicilio, se puede ceder un material muy concreto con determinadas condiciones. También se complementan con COCEMFE Asturias, ya que, para determinados casos, desde la Confederación, disponemos de productos de apoyo en régimen de préstamo.

Aunque podríamos extrañar la función de la maestra de audición y lenguaje, dentro de la movilidad reducida, hay que mencionar que los alumnos y alumnas con parálisis cerebral y algunas patologías, en ocasiones degenerativas, van unidas a una serie de dificultades de comunicación que, lógicamente, son un obstáculo formativo, si no cuentan con los apoyos necesarios, para lo que la UDM, trabaja con diferentes sistemas alternativos y aumentativos de la comunicación, convirtiéndose en asesores de los orientadores y profesorado del centro educativo que requiera una intervención.

El proceso de actuación del equipo de la UDM, comienza con la previa solicitud del centro educativo. Lo que inicia el procedimiento, normalmente, es la demanda del centro a través de su orientador u orientadora, en ocasiones, también requerida por un o una docente cercana al escolar objeto de la intervención. Una vez aten-





didada esa demanda, la fisioterapeuta realizará una valoración de la parte estrictamente física y motora, y el equipo de orientadores de la UDM, si procede, valorará dar el alta a ese o esa alumna, para determinar sus necesidades concretas de apoyo educativo. A partir de dar el alta en el servicio, se le hará un seguimiento regular, dependiendo de su evolución y particularidades, centrándose especialmente en los cambios de etapa o ciclo formativo, que pueden llevar aparejados, determinados cambios o evolución en los apoyos necesarios.

Hay que anotar un dato importante sobre la UDM. La necesidad específica de un o una alumna de apoyo educativo y, por tanto, de alta en el servicio, no va aparejado necesariamente de un certificado de discapacidad. Hay que insistir en el hecho de que, la UDM, desarrolla sus funciones desde una óptica estrictamente educativa y no sanitaria, por lo que su función, se centra en ese ámbito de la vida. Puede darse la circunstancia, de que un o una alumna, tenga una discapacidad física reconocida pero no por ello tenga necesidad de apoyo, ya que por sus capacidades y por el entorno educativo en el que se encuentra (libre de barreras) pudiera llevar a cabo su formación, como el resto del alumnado sin discapacidad. Por el contrario, se puede dar el caso que un, o una alumna con muy poca discapacidad física, que apenas llegue al 33%, sin certificado de discapacidad, necesite un apoyo

La inclusión educativa no depende de un certificado de discapacidad, sino de identificar y responder a las necesidades reales de cada alumno o alumna

concreto y, por tanto, esté valorada y dada de alta en el servicio.

Las funciones del equipo de orientadores de la UDM, también incluyen, especialmente, el asesoramiento, tanto al equipo docente del centro educativo, como a las familias, para que las y los alumnos con necesidades específicas educativas, dispongan de una atención óptima dentro del centro y en el entorno familiar, dos polos de la formación que no pueden aislarse uno del otro.

Lógicamente, otro campo de actuación del que no se exime la UDM, se refiere al análisis del grado de accesibilidad que pudiera ser necesario en un centro con alumnado con discapacidad física y a la demanda de eliminación de barreras arquitectónicas, si fuera necesario. Raquel, recordaba algún caso en concreto, donde la administración hizo verdaderos esfuerzos en un edificio histórico, para procurar a un único alumno con movilidad reducida, accesos a las aulas y al patio, libres de barreras y con baños totalmente accesibles. como siempre hemos afirmado en COCEMFE Asturias, la accesibilidad universal no sirve únicamente para las personas con discapacidad, un entorno libre de barreras arquitectónicas beneficia a todo el mundo y puede ser utilizado por todas las personas. No olvidemos que las y los docentes de un centro educativo también pueden tener una discapacidad y una movilidad reducida y también tienen derecho a un entorno accesible para desarrollar su trabajo de forma libre y autónoma.

Nos gustaría, también, poner en valor la figura de AE, **Auxiliar Educativo**. Un perfil profesional del que hablamos con Raquel y que nos pareció muy interesante por las similitudes que

encontramos con la figura, muy recurrente en nuestro ámbito, del Asistente Personal. El Auxiliar Educativo es una figura muy demandada en el ámbito educativo que se refiere al alumnado con necesidades específicas educativas, al igual que el **Asistente Personal**, lo es en el campo de la autonomía personal para las personas con grandes discapacidades físicas.

A veces, su importancia es tal, que determina que un alumno o alumna pueda decantarse por formarse en un centro educativo u otro. **Un Auxiliar Educativo** no es un mero cuidador, **su tarea consiste en fomentar la autonomía personal del alumnado con necesidades específicas, tanto en los procesos de aprendizaje, como en lo que se refiere a la adaptación física al entorno**, independencia para ir al baño, movilidad dentro del entorno del centro, etc.

Realmente, de lo que se trata es de un proceso de inclusión educativa, por lo que la autonomía personal debe ser siempre un objetivo primordial para el alumnado dado de alta en la UDM.

Desde COCEMFE Asturias, somos conscientes de la importancia de la etapa educativa para un niño o niña con una necesidad específica educativa, derivada de su discapacidad o movilidad reducida. Entendemos que los apoyos que favorecen la inclusión educativa, allanan el camino hacia **la inclusión social, por lo que la sinergia UDM-COCEMFE Asturias, es una realidad que facilita los pasos necesarios en este sentido.**



Aplicación 360 de COCEMFE Asturias, sinergia en Red

El Servicio de Integración Laboral de COCEMFE Asturias, en su pretensión de innovar y facilitar la **atención integral** hacia las personas usuarias, a través de los diferentes programas de empleo, ha creado una nueva aplicación.

La aplicación «Apoyo360 de COCEMFE Asturias», que tiene como objetivo principal, optimizar el flujo de trabajo entre los servicios de orientación laboral de los Programas de empleo que gestionamos con el Servicio Público de Empleo del Principado de Asturias (PIOME y Acompañamiento) y los servicios de trabajo social de la misma entidad.

A través de esta aplicación, se pretende mejorar la atención y el seguimiento de las personas beneficiarias que forman parte de estos programas y que, en determinados casos, requieren también apoyo de carácter social específico, más allá de la ayuda para buscar empleo o mejorar su empleabilidad a través de la formación.

Cuando una persona beneficiaria presenta una situación en la que se puede aprovechar de un servicio de apoyo, el personal técnico de orientación, registra esta situación y el sistema genera una notificación para que personal técnico del Área Social gestione la intervención necesaria, facilitando así una respuesta rápida y adecuada.



Entendemos que estos **Servicios de Información, Asesoramiento y Apoyo Social**, desempeñan un papel fundamental en la mejora de la calidad de vida de las personas y en el apoyo a su autonomía y bienestar. Estos servicios abarcan un conjunto de prestaciones orientadas a brindar a las personas, especialmente a aquellas en situación de vulnerabilidad, el acceso a recursos y ayudas que faciliten su inclusión y participación social.

A continuación, se describen los principales **SERVICIOS DISPONIBLES**:

1. ATENCIÓN A LA DISCAPACIDAD

Este servicio facilita el **acceso a prestaciones específicas para personas con discapacidad**, tales como la solicitud y revisión de certificados de discapacidad, acceso a tarjetas de movilidad reducida y ayudas individuales.

También ofrece orientación sobre los beneficios asociados al reconocimiento de un grado de discapacidad, asegurando que las personas beneficiarias tengan la información y el respaldo necesario para acceder a estos derechos.

2. AUTONOMÍA PERSONAL Y VIDA INDEPENDIENTE

Incluye servicios diseñados para **mejorar la independencia y calidad de vida de las personas en situación de dependencia**. Estos servicios abarcan desde el reconocimiento y revisión de los grados de dependencia, hasta la gestión de servicios de apoyo como teleasistencia, ayuda a domicilio y asistencia personal. Además, las personas beneficiarias pueden acceder a ayudas relacionadas con el alquiler de vivienda y al bono social energético, proporcionando un respaldo fundamental que contribuye a su estabilidad.

3. SALUD

Los servicios de salud están orientados a **facilitar el acceso a programas y ayudas específicas para personas con discapacidad**, como la asistencia sanitaria, el catálogo ortoprotésico, y programas de salud especializados (bucodental, rehabilitación continua, nutrición saludable y vida activa). Estos programas están diseñados para garantizar que las personas beneficiarias, reciban atención sanitaria y orientación que mejore su salud y bienestar general.

4. EDUCACIÓN

Esta área ofrece servicios de información, orientación y asesoramiento educativo, además de apoyo tecnológico en productos de asistencia para estudiantes con necesidades especiales. Asimismo, incluye la gestión de becas específicas para alumnado con necesidades educativas especiales (ACNEE) y alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo (ACNEAE), asegurando así que tengan igualdad de oportunidades en el ámbito educativo.

5. MUJER E IGUALDAD

Enfocado a promover la igualdad y el bienestar de las mujeres, especialmente aquellas en situación de vulnerabilidad. Este servicio ofrece programas de prevención de cáncer de cérvix y mama, así como ayudas para mujeres víctimas de violencia y programas de atención integral a mujeres con discapacidad. Además, se brinda información y derivación a los recursos del Instituto Asturiano de la Mujer para garantizar una atención adecuada y accesible.



6. ACCESIBILIDAD UNIVERSAL Y PRODUCTOS DE APOYO

Estos servicios se centran en la eliminación de barreras y la promoción de la accesibilidad universal. Incluye asesoramiento individualizado en accesibilidad y tecnología de apoyo, que se lleva a cabo con la colaboración del personal técnico en accesibilidad y terapeutas ocupacionales. También proporciona información sobre tecnologías de apoyo para la comunicación, ayudando a las personas beneficiarias a superar las limitaciones físicas y tecnológicas.

7. PENSIONES, AYUDAS Y PRESTACIONES

Esta área está dedicada a apoyar a personas en situaciones de dificultad económica. Ofrece orientación sobre pensiones no contributivas (PNC), salario social básico, y el ingreso mínimo vital. Además, incluye asesoramiento sobre beneficios fiscales y el acceso a justicia gratuita, contribuyendo así a reducir la carga económica en situaciones de vulnerabilidad.



El **PROCESO DE TRABAJO** entre el personal de Orientación Laboral y el personal de Trabajo Social se basa en la colaboración y el flujo continuo de información. Este flujo sigue las siguientes fases:

FASE DE ENTREVISTA Y REGISTRO



El personal de Orientación Laboral realiza una entrevista con la persona beneficiaria para recopilar información relevante sobre su situación actual, identificando tanto las necesidades laborales como cualquier aspecto social que pueda requerir apoyo adicional. Completa un cuestionario que recoge esta información, el cual está diseñado para destacar áreas específicas en las que la persona beneficiaria podría necesitar servicios de apoyo social.

FASE DE NOTIFICACIÓN Y DERIVACIÓN



Si en el cuestionario se marca un área que necesita la intervención del

personal de Trabajo Social, el sistema genera automáticamente una notificación para esta área de COCEMFE Asturias. Esta notificación contiene los detalles necesarios para que el personal de Trabajo Social pueda acceder a la información de la persona beneficiaria y comprender los servicios requeridos.

FASE DE INTERVENCIÓN SOCIAL



Una vez que el personal de Trabajo Social recibe la notificación, accede a la información de la persona beneficiaria y se pone en contacto con ella para confirmar los detalles y comenzar el proceso de acceso a los servicios de apoyo. Dependiendo de las necesidades, el personal de Trabajo Social puede coordinarse con otros servicios para asegurar que la persona beneficiaria reciba la ayuda necesaria.



Central
C/ Peña Santa, 12 - Pol. de Silvota
33192 Llanera, Asturias. Tel. 985 263 992

Almacén logístico
C/ D'els Xofers, 18 - Pol. La Mina
46200 Paiporta, Valencia. Tel. 961 251 367

www.diconlogistica.com



Valnalón
Un lugar para emprender desde 1987



Principáu d'Asturies

Ciudad Industrial del Valle del Nalón, S.A.U.
C/ Hornos Altos s/n
33960 Langreo, Asturias, España



Educación emprendedora

Proyectos educativos para desarrollar las capacidades emprendedoras



Español para estudiar, crear, desarrollar y compartir proyectos empresariales

COCEMFE Asturias, impulsa en 2026, un Programa para reforzar la Participación Ciudadana de las Personas con Discapacidad

COCEMFE Asturias desarrolla en 2026 una nueva edición de su **Programa de Participación Ciudadana**, una iniciativa orientada a promover la autonomía, el empoderamiento y la participación de las personas con discapacidad en la vida comunitaria.

EL PROGRAMA SE ESTRUCTURA EN TORNO A TRES PILARES FUNDAMENTALES:

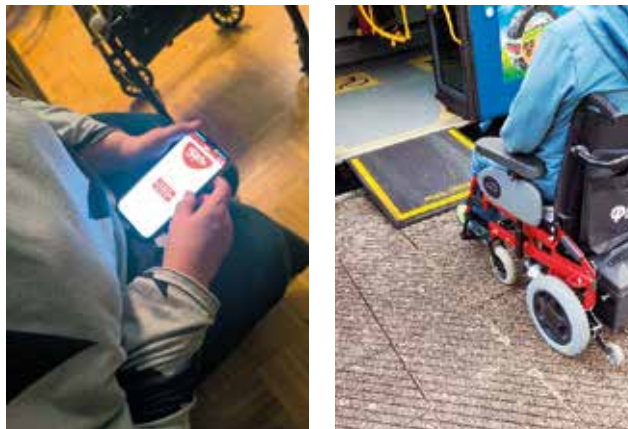
BRECHA DIGITAL

Se impulsan acciones formativas y apoyos personalizados para facilitar el uso de herramientas digitales, el acceso a la información y la realización de trámites, reduciendo barreras que limitan la participación. Por ejemplo, se trabaja en el uso de herramientas de accesibilidad en dispositivos móviles y ordenadores (como lectores de pantalla, aumento de tamaño de texto o comandos por voz), en la utilización de sistemas de identificación digital como **Cl@ve** para realizar gestiones online (acceder al historial clínico, renovar la receta electrónica, solicitar citas), así como en acciones cotidianas como recargar una tarjeta de transporte desde el teléfono móvil o presentar una sugerencia en un servicio municipal.



MOVILIDAD Y AUTONOMÍA EN EL ENTORNO

Se desarrollan actuaciones de acompañamiento, asesoramiento y entrenamiento para favorecer desplazamientos más seguros y el uso autónomo de los entornos cotidianos. Por ejemplo, se realiza acompañamiento en los primeros desplazamientos (como utilizar el autobús o el tren), apoyo en el uso de silla de ruedas en el entorno



A través del acompañamiento y la participación activa, convertimos las barreras en puentes, fortaleciendo el tejido social de Asturias desde cada uno de sus municipios

urbano, identificación de rutas accesibles, conocimiento de conexiones de transporte o entrenamiento para ganar seguridad en trayectos habituales.

ACCESO A SERVICIOS Y RECURSOS DEL ENTORNO

Se promueve el conocimiento y uso de los recursos comunitarios, tanto en entornos rurales como urbanos, facilitando el ejercicio de derechos, así como el acceso a canales de participación ciudadana, incluyendo la comunicación de incidencias, quejas y sugerencias relacionadas con barreras en el entorno. Por ejemplo, se informa sobre recursos disponibles y se acompaña en el uso de canales de participación ciudadana para comunicar incidencias como problemas de accesibilidad en edificios públicos o deficiencias en el transporte. El programa combina acciones formativas, acompañamiento individual, actividades participativas y trabajo en red con las 28 asociaciones federadas de COCEMFE Asturias, reforzando su papel como agentes clave de cohesión social en el territorio. Durante 2025, el proyecto ya permitió atender a 40 personas, sentando las bases para continuar ampliando su impacto en 2026 y avanzar hacia una sociedad más inclusiva, accesible y participativa.

Este proyecto está financiado por:



Principado de
Asturias

Consejería de Ordenación de
Territorio, Urbanismo, Vivienda
y Derechos Ciudadanos

LA ESCUELA DE NATACIÓN ADAPTADA: EL DEPORTE QUE NO ENTIENDE DE LIMITACIONES



La Escuela de Natación Adaptada nace fruto del convenio de colaboración entre el Patronato Deportivo Municipal y la Federación de Deportes para Personas con Discapacidad Física de Asturias (FEDEMA).

La Escuela de Natación Adaptada: el deporte que no entiende de limitaciones

Los alumnos y alumnas de la Escuela de Natación Adaptada disfrutan desde hace el año 2021 en la piscina municipal de Moreda-Natahoyo de uno de sus deportes favoritos.

Los grupos se distribuyen por edades y por nivel, contando en la actualidad con veintiún alumnos con distintas discapacidades y con edades comprendidas entre los 4 y los 17 años.

La enseñanza se centra en las capacidades, habilidades y herramientas de cada una de las personas, dejando atrás las limitaciones. Por ello, la escuela ha supuesto una oportunidad a muchos/as de los/as participantes para demostrarse a sí mismos/as y a los demás que, con esfuerzo, se pueden conseguir metas.

COCEMFE Asturias y I4LIFE, desarrollan una APP para facilitar los procesos de rehabilitación en el domicilio

El proyecto surge a partir de las necesidades detectadas en el proceso de rehabilitación de las personas usuarias de COCEMFE Asturias, sobre todo, en lo que respecta al mantenimiento de rutinas en el domicilio, fuera ya de las sesiones que se trabajan dentro del entorno terapéutico.

Además, la creación de esta herramienta tecnológica, permitirá a las y los profesionales, hacer un seguimiento y un control real de la evolución de las personas en sus entornos cotidianos. Qué actividades realizan y las dificultades con las que se encuentran.

La APP, fruto de esta colaboración entre la empresa tecnológica I4life y COCEMFE Asturias, combina la experiencia de nuestra confederación en lo que se refiere a la identificación y detección de las necesidades de las personas usuarias, con la práctica tecnológica de esta empresa, spin-off de la Universidad de Oviedo que nació para desarrollar software y productos para mejorar la calidad de vida de las y los pacientes con párkinson.

Dentro del equipo de desarrollo, participan, por parte de COCEMFE Asturias: **Helena Johnson Torre**, terapeuta ocupacional del programa de rehabilitación Mejora, implicada en la detección de necesidades, el diseño de actividades y la validación de la aplicación a través de su uso con personas usuarias del programa y **Sara Martín Hevia**, terapeuta ocupacional, encargada de la revisión de contenido y del diseño de la herramienta, que aporta una visión centrada en la usabilidad y adaptación de la aplicación a diferentes perfiles de usuario.

La APP, que aún no ha sido bautizada, es una herramienta digital pensada para personas con discapacidad física y orgánica, que participan en procesos de rehabilitación



y buscan continuar su trabajo en su entorno cotidiano. La aplicación permite trasladar al día a día lo trabajado en las sesiones, facilitando la realización de actividades personalizadas en casa, mediante apoyos visuales, instrucciones paso a paso y recordatorios que ayudan a estructurar las rutinas.

Esta herramienta se ha diseñado desde un enfoque centrado en la persona, priorizando una interfaz sencilla, accesible y fácil de usar, adaptada a diferentes capacidades y necesidades. Además, no solo actúa como un soporte organizativo, sino también como un elemento motivador, que fomenta la implicación activa de la persona en su propio proceso de rehabilitación.

La aplicación integra distintas funcionalidades diseñadas para acompañar a la persona en su día a día. Actividades personalizadas adaptadas, que tienen en cuenta sus objetivos, su entorno y sus intereses. **Es la propia persona usuaria del sistema, quien participa en la definición de lo que quiere trabajar, lo que hace que el proceso se ajuste más a su realidad**, con instrucciones claras y formatos accesibles. En cada actividad, se incluyen instrucciones acompañadas de apoyos visuales, como imágenes fijas o incluso videos. Todo ello pensado para facilitar la comprensión y la ejecución, independientemente de las capacidades de cada persona usuaria.

La tecnología aplicada a la rehabilitación permite trasladar el trabajo terapéutico al día a día, reforzando la autonomía real en el entorno doméstico

Al permitir esta participación activa de las y los usuarios en el sistema, se refuerza el enfoque centrado en la persona, donde no solo se siguen pautas, sino que la construcción es conjunta, fomentando así, la implicación y la motivación.

La app incorpora un sistema visual de seguimiento que permite ver el estado de las actividades mediante indicadores sencillos, como códigos de color o elementos gráficos tipo “quesitos”, ayudando a la persona a identificar su progreso y reforzar su participación.

El Chat directo, incluye un canal de comunicación que permite mantener el contacto, ya sea para resolver dudas, recordar aspectos importantes o registrar dificultades que hayan surgido en el día a día y poder trabajarlas posteriormente. También existe un espacio o tablón de anuncios, donde se comparte información relevante, actividades y contenidos de interés, lo cual es otra forma de mantener a las personas usuarias, conectadas y al día.

En la actualidad, el proyecto se encuentra en fase de prueba con personas usuarias reales, lo que nos permite validar el funcionamiento de la herramienta en contextos cotidianos y recoger información clave para su mejora. En esta etapa, se está trabajando en la introducción de contenidos y actividades dentro de la aplicación, con el objetivo de generar una base sólida de uso. Paralelamente, se realiza un seguimiento continuo para detectar posibles mejoras, que son trasladadas al equipo de desarrollo para su implementación antes del lanzamiento definitivo. En este sentido, desde la redacción, hemos podido hablar con la terapeuta ocupacional, Helena Johnson, que nos ha trasladado información relevante, obtenida del testeo de la aplicación desde su óptica profesional.

Un elemento muy positivo que Helena pone en valor, es la participación activa de las personas usuarias en



La combinación de innovación tecnológica y conocimiento social da lugar a soluciones eficaces que mejoran la calidad de vida de las personas con discapacidad

el proceso de perfeccionamiento de la herramienta, sobre todo, en una cuestión que nos preocupa especialmente, que es el grado de accesibilidad de la misma. Cuestiones que se refieren, por ejemplo, al uso de botones o pantallas de deslizamiento para acceder a niveles distintos de operatividad, cuyo uso sea fácil e intuitivo. Además, la empresa desarrolladora, nos ha permitido acceder a una versión beta, en la que podemos llevar a cabo actualizaciones.

Otra funcionalidad muy destacable que nos comenta Helena, es la posibilidad de la participación de las familias en el proceso de seguimiento de la rehabilitación de sus familiares-pacientes, ya que pueden tener acceso a datos que les permiten ser copartícipes de estos procesos, fomentando así una cooperación en el entorno doméstico muy positiva, mejorando la adherencia a los tratamientos.

También la existencia del chat, entre personas usuarias y profesionales de la rehabilitación, es otra de las fortalezas de esta APP, en donde las personas pueden resolver dudas en tiempo real, acerca de, por ejemplo, ejercicios en sus entornos domésticos.

Un enfoque centrado en la persona convierte al usuario en protagonista activo de su recuperación, aumentando la motivación y la adherencia al tratamiento



Y, por último, Helena, destaca el diseño de la herramienta, atractivo y amigable que también facilita esa adherencia a los tratamientos, objetivo principal de esta aplicación y, desde el trabajo de las y los profesionales, la existencia de los perfiles con fichas de personas usuarias, facilita el seguimiento y control de cada persona-paciente, otra pieza importante de la rehabilitación.

En estos momentos, la herramienta está disponible en formato web y no se encuentra aún accesible al público en general. Como próximos pasos, se prevé la optimización de la aplicación y su posterior lanzamiento en plataformas móviles, facilitando su acceso a un mayor número de personas usuarias.

Desde COCEMFE Asturias, continuaremos trabajando en la creación y generación de este tipo de apoyos tecnológicos, capaces de dar respuestas a necesidades reales de las personas con discapacidad en sus entornos domésticos. Otro avance tangible, en el camino hacia la autonomía personal y la mejora de la calidad de vida, en este caso, en lo que respecta al cuidado y optimización de los procesos rehabilitadores.

Vivir con... sinceridad

Pedro Menéndez Rodríguez, Ingeniero de Caminos,
socio de la Asociación Asturiana de Esclerosis Múltiple (AADEM)

Ha sido difícil encontrar la coletilla que siempre acompaña al título de esta sección y que, normalmente suele formar un juego de palabras que ilustra la característica más relevante de la persona entrevistada y que es, además, la que motiva su elección como protagonista del artículo.

Esta coletilla suele ser bastante concisa y no deja espacio a la interpretación porque, ese es su principal cometido. En este caso, donde, por primera vez se han barajado muchas posibilidades, ha ganado “sinceridad” y, hay que reconocer que es una elección que pudiera parecer más ambigua de lo acostumbrado pero que, no obstante, es más que idónea, una vez se haya leído el contenido.

En este formato, dejamos que la conversación fluya, sin preparativos ni preguntas al uso y el contenido final surge de la conversación en reposo y de la reflexión sobre lo hablado. Pedro, es Ingeniero de Caminos, especializado en Hidráulica. Un ingeniero es una persona que se dedica a solucionar problemas, un “solucionador”. Quiero decir que, la planificación y la previsión está en su modo de actuar ante la vida, en cualquier escenario. Pedro quería tocar ciertos aspectos sobre él, para pintarnos un retrato de su persona y le parecía tan importante no dejarse nada en el tintero, que tenía una breve planificación. No estábamos hablando de hitos o premios, como cuando tenemos enfrente a un o una deportista, hablábamos de interés humano en cuestiones que pueden ser duras o íntimas pero que aportan ese plus de autenticidad que resulta interesante.

El retrato, metafóricamente hablando, resultó ser un desnudo y, no hay nada más sincero en el mundo que despojarse de lo que nos sirve de cubierta y mostrarnos tal como somos, sin ninguna capa. Sobre toda la conversación, fluía en un segundo plano la sinceridad, incluso cuando Pedro nos comentaba que en los primeros años tras el diagnóstico cuando su cuerpo manifestaba algún síntoma evidente de su Esclerosis Múltiple, como una falta de equilibrio, a la pregunta de ¿qué te pasa? de personas ajenas a su círculo familiar más íntimo, él desviaba la respuesta hacia una sincera mentira, como “tengo mal una rodilla”, por miedo a que hablar de la enfermedad pudiera afectar a su carrera profesional. Y esto no es una retórica oxímoron, es que la sincera mentira, era fiel a los



"Hoy ya no tengo filtro para hablar de mi enfermedad"

principios en los que se asentaba su forma de convivir con una enfermedad autoinmune tan dura, que no tiene cura y que es incapacitante.

Esta enfermedad se manifestó con algún episodio o brote, cuando Pedro tenía 20 años, pero el diagnóstico no llegó hasta los 30 y él tiene ahora 51. **Son diagnósticos complejos y largos y hay que retrotraerse a la medicina de hace 2 o 3 décadas.** Para entonces, Pedro ya ejercía como Ingeniero de Caminos. Se especializó en Hidráulica, como hemos mencionado, porque le parecía muy importante y creemos que lo es, el hecho de gestionar con eficacia medioambiental un recurso tan preciado como el agua. Las civilizaciones, desde hace milenios, progresaban parejas al abastecimiento de agua y cuando una ciudad no estaba asentada en la ribera de un río, su ingeniería podía hacer posible el flujo regular de agua potable por diferentes medios técnicos, pozos, acueductos, embalses... y esa es la historia de la humanidad.

“Hay que poner en valor la capacidad del sistema público de salud ante enfermedades graves”

Abrimos el grifo y sale agua limpia y potable, pero detrás de este sencillo acto, hay un entramado de tecnología compleja que es necesario planificar, llevar a cabo y mantener. ¿Dónde llegó a situarse Pedro? Después de varios trabajos de responsabilidad relacionados con la redacción de proyectos y la ejecución de Obras Hidráulicas, ejerció labores de gestión como Director Técnico y como Director Gerente de la Empresa Municipal de Aguas de Gijón, la ciudad más grande de Asturias. De esta etapa de su vida laboral como Ingeniero de Caminos, recuerda con especial cariño el logro de mantener en servicio las infraestructuras de abastecimiento y saneamiento durante la crisis de la Covid19, reto que se pudo sacar adelante gracias a la implicación y profesionalidad de todo el personal de la EMA.

En esos últimos años de trabajo además de los evidentes problemas de movilidad y de equilibrio derivados de la evolución de la enfermedad tuvo que convivir con otros síntomas invisibles de la Esclerosis, como son la fatiga crónica y los problemas de vejiga, y gestionar un factor de riesgo importante como es el estrés. Hay que ponerse en el lugar del cargo que tiene la máxima responsabilidad sobre el recurso del agua para abastecer a más de 250.000 personas. Evidentemente, llegó un momento en el que la enfermedad fue determinante para su jubilación.

Pedro nos dijo al principio de la conversación que él, en la actualidad, no tenía filtro para hablar. Creo que no es exacto, porque lo que llama filtro es, en realidad, sinceridad a la hora de abordar su patología y también sensatez a la hora de autoevaluarse, en la continuidad de un trabajo de tan alta responsabilidad.

También anotó, casi como advertencia, que iba a ser reivindicativo, pero ha sido esa reivindicación desde su propia vivencia, desde la voluntad de mejorar la vida de las personas y desde una legítima gratitud. No ha sido una reivindicación con acritud como la que señala los defectos y mete el dedo en la llaga. Por el contrario, ha puesto en valor la capacidad de nuestro Sistema Público de Salud ante patologías tan graves como la suya y la empatía de las y los representantes de la Consejería de Salud y de Derechos Sociales y Bienestar, hacia el tejido asociativo, clave para la mejora de la calidad de vida de las personas afectadas.

Pero, también ha puesto sobre la mesa cuestiones capitales. Necesitamos agilizar los trámites para la obtención del certificado del grado de discapacidad. Necesitamos potenciar la figura del enlace entre el mundo sanitario y el asociativo y es cierto que faltan especialistas, concretamente en Neuropsicología. Necesitamos poder pro-



porcionar un apoyo psicológico adecuado a las personas recientemente diagnosticadas. Necesitamos visibilizar las patologías invisibles derivadas de nuestra enfermedad, la fatiga crónica, y el deterioro cognitivo, ya que son altamente incapacitantes y necesitamos blindar la financiación. Porque sin financiación, no hay profesionalización ni continuidad en servicios ni programas, para que perdure esa sinergia que hace que la cooperación entre administración y asociaciones, revierta en salud y bienestar social.

También necesitamos hablar abiertamente de todo lo que nos atañe, incluso de aquellos temas que pudieran ser más controvertidos. Todo lo anterior que hemos citado, seguro que genera acuerdo, pero si hablamos acerca del Testamento Vital o la decisión personal sobre la propia vida, ahí tendríamos varias posturas, todas muy respetables que podrían tener argumentos muy diversos y válidos. A Pedro, el hecho de haber resuelto su testamento vital con los parámetros que haya decidido, le proporciona, nos dice, cierta tranquilidad, ante una enfermedad con una evolución poco previsible. Eso también es un acto que respira sinceridad, como el hecho de ofrecerse para aumentar su implicación en la Asociación, AADEM, a la que pertenece y de la que, en la actualidad, es vocal. Esto último no estaba dentro de nuestra conversación, ha sido una “escucha fortuita” que captamos y que también revela su talante. La gratitud hace que algunas personas sientan la necesidad vital de devolver lo recibido, de aportar y hacer crecer al movimiento asociativo.

Me gustaría terminar con una analogía entre el comportamiento del agua y la trayectoria vital de Pedro, ya que éste está especializado en Hidráulica. El agua llega a su destino y cumple un fin. En ese trayecto puede encontrarse con una superficie rocosa y fluir con velocidad. Si la temperatura baja en extremo, puede hacerse sólida y esperar pacientemente. Por el contrario, si la temperatura aumenta en exceso, puede abandonar la tierra y volar hasta condensarse y precipitar. Incluso, si la superficie que se encuentra es porosa, es capaz de hacerla permeable y avanzar a través de ella. Pero en cualquier circunstancia, el agua, acaba cumpliendo su cometido.

El Gesto Legendario, de marcar la “X Solidaria”

Con este slogan cinematográfico se articula la campaña 2026, para promover que la ciudadanía, marque la “X” más solidaria, en su casilla 106 de Actividades de Interés Social, de la declaración de la renta.



Como en ediciones anteriores, la presentación de la campaña, tuvo lugar en el emblemático edificio de la Junta General del Principado de Asturias, el pasado día 14 de abril, teniendo como anfitrión al Presidente de la misma, **Juan Cofiño**, además de contar con las intervenciones de **Mónica Oviedo**, en calidad de Vicepresidenta de la Mesa del Tercer Sector de Asturias y Presidenta del CERMI Asturias, **Marta del Arco**, Consejera de Derechos Sociales y Bienestar y **José María Lana**, Vicepresidente de la Mesa del Tercer Sector y Presidente de Cruz Roja en Asturias.

Entre el público presente, numerosas personas del ámbito de la política y la administración de nuestra comunidad autónoma, además de representantes del movimiento asociativo de la Mesa del Tercer Sector de Asturias y un número importante de entidades de COCEME Asturias.

Después de la bienvenida y presentación del acto, a cargo de Juan Cofiño, Mónica Oviedo tomó la palabra para incidir en la importancia que tiene este sencillo gesto, para la con-

La campaña subrayó que un gesto tan sencillo como marcar la casilla 106 puede transformar millones de euros en programas esenciales que sostienen la inclusión social, apoyan a las personas más vulnerables y fortalecen el modelo de bienestar en Asturias

tinuidad y supervivencia, de tantas acciones que se llevan a cabo desde el mundo asociativo, en favor de la parte de la sociedad más vulnerable. Programas y servicios que son imprescindibles para que muchas personas, en riesgo de exclusión social, puedan llevar una vida en igualdad de oportunidades al resto de la sociedad. Programas que tienen que ver con la inclusión social y laboral, la rehabilitación, la accesibilidad universal, el apoyo y acompañamiento, la prevención de la violencia de género, la pobreza, las adicciones y un largo etcétera que lastran nuestro modelo social de igualdad y bienestar.



También señaló que, marcar la casilla de la iglesia católica no es excluyente de la de fines sociales, ya que, de marcar ambas, estamos destinando a cada una ese 0,7% de nuestros impuestos.

En este contexto, Mónica Oviedo, puso en valor esta campaña, que busca animar a ese sector de la población, aun hoy tan numeroso, prácticamente el 50%, que deja la casilla en blanco, a pesar de que ello no le supone ningún coste adicional, ni PAGAS MÁS ni te DEVUELVEN MENOS.

Posteriormente, José María Lana, Presidente de Cruz Roja en Asturias, aportó datos numéricos sobre esta recaudación social, que evidencian la magnitud de la misma. En la edición 2025, se recaudaron 12 millones de euros, un millón más que en el año anterior, pero, si todas las personas declarantes marcaran la casilla 106 para fines sociales, estaríamos hablando de unos 21 millones de euros.

Por último, dos personas beneficiarias de los servicios derivados de esta recaudación, **Elisa Pantiga López**, Socia de La Liga Reumatológica Asturiana, perteneciente a COCEMFE Asturias y **Francisco Marroquín Noriega**, participante en el proyecto de la Casa de Acogida “Luz Rodríguez Casanova” gestionado por Cáritas Diocesana de Oviedo, nos contaron, en primera persona, lo determinantes que son los apoyos que reciben, gracias al movimiento asociativo que gestiona estos recursos, convirtiéndolos en acciones tangibles que mejoran su calidad de vida y favorecen su plena inclusión social.

Cincuentenario de FUSBA

El grupo HUNOSA organizó un evento para conmemorar y dar un merecido reconocimiento a las cinco décadas de trabajo de la Fundación Laboral Santa Bárbara (FUSBA), por la inclusión laboral de las personas con discapacidad.

Esta entidad, nació en 1975 para promover la integración laboral de personas con discapacidad y en estos 50 años de trayectoria, se ha consolidado como un auténtico referente para nuestro sector.

El acto estuvo conducido por el actor y cantante **Juan Manuel Montilla Macarrón (El Langui)** y contó con la participación de diversas entidades vinculadas al ámbito social y laboral, además de la Presidenta de COCEMFE Asturias, **Mónica Oviedo** que, en una entrevista, compartió reflexiones sobre la importancia del empleo como herramienta de inclusión social para las personas con discapacidad, poniendo el foco en la Acce-



sibilidad Universal, como el mayor reto al que nuestro colectivo se enfrenta, para acceder a la inclusión social. Sin la eliminación de barreras, no es posible tener una vida en libertad, ni formarse en igualdad de condiciones, para acceder al mercado laboral.

Acuña y Fombona, junto a la gran familia COCEMFE Asturias

Acuña y Fombona, con más de 150 empleados y delegaciones en todo el territorio nacional y en Portugal, es una de las empresas líderes en distribución de material médico y quirúrgico.

En sus más de 50 años de historia, siempre ha sido fiel a su compromiso con la sociedad, a través de acciones de Responsabilidad Social Corporativa, así como con los derechos de las personas con discapacidad y su inclusión social, motivo por el que ha realizado una nueva donación económica a COCEMFE Asturias.

Esta colaboración supone un impulso para que COCEMFE Asturias continúe desarrollando proyectos y actividades dirigidas a las personas con discapacidad física y orgánica, así como para implantar políticas dirigidas a ampliar y garantizar los derechos de estas



Equipo de Acuña y Fombona en los terrenos del Parque Científico Tecnológico de Gijón (PCTG) en los que se ubicará el nuevo edificio de la empresa.

personas, mejorar su calidad de vida y lograr mayores cotas de inclusión y normalización.



PUNTO DE ATENCIÓN ESPECIALIZADO
CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

VIOLENCIA DE GÉNERO = TOLERANCIA CERO

Estamos para ayudarte

985 396 855

prevencion@cocemfeasturias.es



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE IGUALDAD



Principado de Asturias



COCEMFE Asturias

DIRECTORIO DE LAS ASOCIACIONES FEDERADAS A COCEMFE ASTURIAS

 <p>Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad - FRATER Centro Social Las Campas. C/ Quirós, s/n. 33012 Oviedo Tj 635 537 384 aboullosa2005@hotmail.com</p>	 <p>Asoc. de Espondilíticos Asturianos - ADEAPA Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. Roma, 4 bajo. Despacho Nº 8. 33011 Oviedo Tj 649 20 68 27 - espondioastur@gmail.com - www.adeapa.com</p>
 <p>Unión de Discapitados del Principado de Asturias - UMA C/ Balmes, 19 bajo. 33204 Gijón. Tj 985 360 438 info@umasturias.org - www.umasturias.org</p>	 <p>Asoc. de Enfermedades Neuromusculares del Principado de Asturias - ASEMPA C/ Severo Ochoa, 53 bajo, 33210 Gijón Tj 985 165 671 / 684 608 878 - asemasturias@hotmail.com</p>
 <p>Discapitados Físicos de Avilés y Comarca - DIFAC C/ Sabino Álvarez Gendín, 26 bajo. 33402 Avilés Tj 985 551 501 / 984 065 264 difac95@yahoo.es - www.difac.es</p>	 <p>Asoc. de Padres y Amigos de Cardiopatías Congénitas - APACI Parque Ave Mº, s/n. Centro Social de Otero. 33008 Oviedo Tj 984 281 091 / 630 145 659 apaciacardiopatias@gmail.com - www.apaci.es</p>
 <p>Asoc. Asturiana de Esclerosis Múltiple - AADEM C/ Amsterdam, 14 bajo. 33011 Oviedo Tj 985 288 039 aadem@aadem.org - www.aadem.org</p>	 <p>Asoc. COREA HUNTINGTON de Asturias C/ La Concordia, 3. 33402 Avilés (Centro Cívico Cultural Los Canapés) Tj 653 815 753 - acoreahas@yahoo.es</p>
 <p>Asoc. Asturiana contra la Fibrosis Quística - FQ Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. de Roma, 4 bajo. Despacho Nº 7. 33011 Oviedo Tj 985 964 592 - fq@fqasturias.org - www.fqasturias.org</p>	 <p>Asociación Asturiana de ATAXIAS "COVADONGA" C/ Covadonga, 22. 2º. 33201 Gijón Tj 985 097 152 feramado@telecable.es</p>
 <p>Asoc. de Hemofilia de Asturias - AHEMAS Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. Roma, 4 bajo. Despacho Nº 1. 33011 Oviedo Tj 658 607 947 - asturiashemofilia@gmail.com</p>	 <p>Asoc. de Afectados por Miastenia Gravis - ADAMG Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. Roma, 4 bajo. Despacho Nº 1. 33011 Oviedo Tj 617 650 871 - asociacion@miastenia.es</p>
 <p>Asociación PARKINSON ASTURIAS C/ Amsterdam, 7 bajo. 33011 Oviedo. Tj 985 237 531 aparkas@parkinsonasturias.org / aparkas@hotmail.com www.parkinsonasturias.org</p>	 <p>Asoc. Chiari y Siringomielia del Principado de Asturias - ChySPA Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. Roma, 4. Despacho Nº 2. 33011 Oviedo. Tj 628 537 931 / 638 177 690 https://chyspa.org - chiariasturias@hotmail.com</p>
 <p>Asoc. para la Lucha contra las Enfermedades Renales ALGER ASTURIAS. Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. Roma, 4 bajo. Despachos Nº 5 y 6. 33011 Oviedo Tj 985 256 250 - alcerasturias@gmail.com</p>	 <p>Asociación Equitación Positiva Instalaciones del Centro Ecuestre El Asturcón C/ El Molinón, s/n - Villaperez. 33194 Oviedo. Tj 985 912 284 contacto@equitacionpositiva.es - www.equitacionpositiva.es</p>
 <p>Asoc. de Esclerosis Lateral Amiotrófica - ELA PRINCIPADO Equip. Soc. del Natahoyo. Avda. Moreda, 11. 2ª Planta. 33212 Gijón Tj 985 163 311 elaprimado@telecable.es - www.ela-principado.es</p>	 <p>Asociación Síndrome de Noonan - NOONAN ASTURIAS Tj 691 949 696 info@noonanasturias.com www.noonanasturias.com</p>
 <p>Asoc. de Enfermos de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica del Principado de Asturias - AENFIPA C/ Jerónimo Ibrán, 2. 1ªA. 33001 Oviedo Tj 687 469 175 asociacionaenfipa@gmail.com - www.fibromialgia-asturias.org</p>	 <p>Asoc. de Familias de Niños con Cáncer del Principado de Asturias "Galbán" C/ Méjico, esquina Chile, 12 Bajo. 33011 Oviedo Tj 984 08 74 10 / 652 567 139 asgalban@gmail.com - www.asociaciongalban.org</p>
 <p>Asociación Lúpica de Asturias - ALAS C/ Instituto, 17. 2º A. 33201 Gijón Tj 985 172 500 administracion@lupusasturias.org - www.lupusasturias.org</p>	 <p>Asoc. Ictus de Asturias y otras Lesiones Cerebrales Adquiridas - ASICAS C/ Covadonga, 40. Infiesto 33530 Tj 623 041 219 - info@asicas.org - www.asicas.org</p>
 <p>Asoc. Prámaro por la Integración de los Discapitados - PRÁMARO Casa de Cultura. C/ Cerro de la Muralla, s/n. 33820 Grado Tj 985 750 841 / 657 138 199 asociacionpramaro@gmail.com</p>	 <p>Acondroplasia y otras displasias esqueléticas con enanismo (ADEE) C/ Cardenal Iguanzo, nº 2 bis. 33008 Oviedo Tj 659 257 306 - www.adee.es - info@adee.es</p>
 <p>Asoc. Asturiana de Neurofibromatosis - ASNEFI Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias Avda. de Roma, 4 Bajo. Despacho Nº 1. 33011 Oviedo Tj 605 357 665 - asnefi@yahoo.es</p>	 <p>Liga Reumatológica Asturiana (LAR) C/ Gutiérrez Herrero, 4 Bajo. 33402 Avilés Tj 985 512 309 - contacto@ligareumatologicaasturiana.com www.ligareumatologicaasturiana.com</p>
 <p>Asoc. para la Promoción del Turismo Adaptado Asturiano - APTAA Barrio de Cimadevilla, 184. 33314 Quintes - Villaviciosa Tj 609 439 768 / 673 898 090 aptaa@asturiasadaptada.org - www.asturiasadaptada.org</p>	 <p>Asociación Parkinson Jovellanos (APJ) Avda. de Moreda, 11. 33212 Gijón Tj 985 150 976 / 684 683 908 parkinsonjovellanos.es - parkinson.jovellanos@gmail.com</p>

SUSCRIPCIONES Y COLABORACIONES

Tj 985 396 855 - comunicacion@cocemfeasturias.es

M!

CORPORACIÓN
MASAVEU



Desde 1840, trabajo y valores

MASAVEU ● INDUSTRIA MASAVEU ● MEDICINA MASAVEU ● INMOBILIARIA MASAVEU ● BODEGAS
MASAVEU ● INTERNACIONAL MASAVEU ● APARCAMIENTOS MASAVEU ● ARTE

www.corporacionmasaveu.es

Tecnología que conecta oportunidades



En **telecable Empresas** creemos que la digitalización solo tiene sentido cuando mejora la vida de las personas. Por eso acompañamos a organizaciones, asociaciones y centros que trabajan cada día para facilitar la autonomía, la accesibilidad y el bienestar de las personas con discapacidad, ayudándoles a modernizar sus servicios de forma sencilla y eficiente.



Soluciones de IoT y Big Data

Sensores, dispositivos conectados y análisis inteligente para optimizar recursos, reforzar la seguridad y mejorar la atención.



Inteligencia Artificial

Herramientas que automatizan tareas y permiten dedicar más tiempo a lo realmente importante: las personas.



Herramientas de colaboración

Soluciones cloud accesibles que facilitan el teletrabajo, la coordinación y la comunicación sin barreras. Estamos aquí para ayudarte a avanzar.

Infórmate en el **900 830 490** o en telecable.es/empresas/grandes-empresas

Em - pre - sas .
Cercanía para llegar lejos.

telecable 