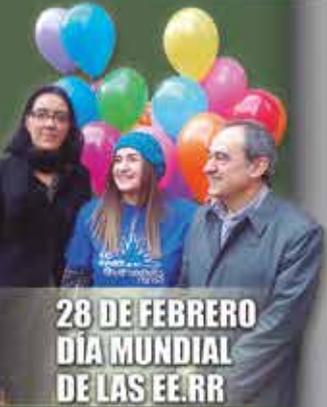


serCapaz

ACTUALIDAD



28 DE FEBRERO
DÍA MUNDIAL
DE LAS EE.RR

ACTUALIDAD



APOYO Y CUIDADOS
PREMIADA POR EL
PROGRAMA "INCORPORA"



COCEMFE Asturias

20 años
Un largo y
fructífero camino

ENTREVISTA

Faustino Blanco

Consejero de Sanidad del Principado de Asturias



Servicio Municipal de Piscinas

CURSOS DE DISCAPACITADOS FÍSICOS

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

Con el patrocinio de:



PISCINAS PARA TODOS

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



Aquí nadamos todos



deporte.gijon.es

Gijón



Deporte

SUMARIO

ASOCIACIONES

- 04 ACCU-ASTURIAS
14 FIBROSIS QUÍSTICA

ACTUAL

- 24 Entrevista a Faustino Blanco
Consejero de Sanidad del
Principado de Asturias
28 COCEMFE Asturias
20 años, un largo y fructífero camino
34 Danza y globos para la esperanza
36 La empresa Apoyo y Cuidados
premiada por su compromiso con el
empleo de las personas en riesgo de
exclusión social
38 The way of training and experience
40 COCEMFE Asturias trabajando por
la mejora de la autonomía personal
43 COCEMFE Asturias colabora en el
espacio solidario de la Universidad
de Oviedo

VIVIR

- 48 Comer bien
49 Ampliación del Programa de
Vacaciones COCEMFE

serCapaz Nº 52.

Consejo de redacción:

Mónica Oviedo y Eva de las Heras.

Publicidad: Susana Fernández

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

Diseño y Maquetación:

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

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

info@grupoiniciativas.com - www.grupoiniciativas.com

Impresión y Fotomecánica: Ecoprint (Asturias).

Colaboradores: Inés Miravalles, Beatriz Vázquez,
Ignacio Ramírez, David Fernández, Conchi Fernández
y Miguel Mateos.

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

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

Para contactar: comunicacion@cocemfeasturias.es

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



EDITORIAL

La vertiginosa actividad llevada a cabo por COCEMFE Asturias y sus asociaciones federadas a lo largo de los años queda patente en estas páginas, que no son más que un esbozo de la misma, con la intención de que nuestros lectores, aunque de forma somera, puedan tener conocimiento de nuestros principales proyectos y actividades.

Ante todo, nos llena de legítima satisfacción y alegría el hecho de que la Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica, **COCEMFE Asturias, cumpla ahora veinte años de existencia.**

En esta revista hemos querido acercar a nuestros lectores los momentos más significativos de esta ya larga andadura, aquellos que marcaron un hito en la historia de nuestra Confederación, sólo unas pinceladas para hacer partícipes de nuestra trayectoria a todos los que nos seguís, lectores, colaboradores, amigos, y simpatizantes, sin los cuales no habríamos llegado hasta aquí.

Tal como viene siendo nuestra línea editorial a lo largo de estos años, no podía faltar en este número de serCapaz la entrevista a un personaje de relevancia para nuestro colectivo; en esta ocasión ha sido el Consejero de Sanidad del Principado de Asturias, **Faustino Blanco**, quien amablemente ha accedido a contestar a cuantas preguntas le planteamos en relación a los asuntos de salud que preocupan al colectivo que representamos.

La celebración del **Día Mundial de las Enfermedades Raras**, el Premio Incorpora de la Obra Social "La Caixa", concedido a la empresa **Apoyo y Cuidados** creada por Cocemfe Asturias, y el 15 aniversario de nuestro Servicio de Integración Laboral, SIL, entre otros asuntos de interés, conforman el resto de contenidos de este nuevo número de nuestra publicación.

Esperamos que os sea útil e interesante.

LOS DATOS DE CARÁCTER PERSONAL

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

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

COCEMFE ASTURIAS

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

Fax: 985 95 07 56

POR LA CALIDAD DE VIDA TRAS LA OSTOMÍA



Merche responsable de autoayuda para ostomizados (sentada) con Ines, Olalla y Conchita.

Lograr la máxima autonomía e independencia de aquellas personas que debido a su enfermedad han tenido que ser sometidas a una ostomía es el objetivo principal de la Fundación Ayúdate. Olalla Trigás, coordinadora de la actividad asistencial de esta organización, mantuvo un encuentro, el pasado mes de octubre en Gijón, con el grupo de Autoayuda de ACCU-Asturias para exponer la labor que realiza el colectivo y crear nuevos vínculos de colaboración.

La Fundación Ayúdate se presenta como una organización benéfica bajo el protectorado del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Creada en 2001, su meta es ofrecer apoyo social, educativo y sanitario a los pacientes ostomizados. En la actualidad desarrolla su actividad en catorce provincias españolas y dispone de 17 enfermeros especializados que cubren las necesidades que surgen en distintos puntos de la geografía española. En el último año la fundación ha atendido a un total de 1.100 enfermos, tanto de estomas urinarios como digestivos.

OLALLA TRIGÁS, enfermera experta en ostomías, nos acerca a través de esta entrevista el trabajo que de forma vocacional se realiza desde este colectivo.

P. ¿Cuáles son los objetivos concretos de la Fundación Ayúdate y qué servicios se podrían ofrecer en Asturias?

Nuestra organización, tiene dos líneas de trabajo muy concretas; por una parte la asistencial y por otra la formativa. Se ofrece asistencia domiciliaria al paciente, con carácter totalmente gratuito, y se realiza un seguimiento de cada caso. Un total de 17 enfermeros colabora en su tiempo libre llevando a cabo las visitas. Se trata de profesionales especializados que desarrollan esta actividad de forma vocacional. En Asturias, en concreto, disponemos de dos enfermeras que podrían atender a pacientes de cualquier punto de la geografía del Principado. No se trata de un servicio de urgencia pero si de una ayuda profesional en el propio domicilio.

En general, intentamos fomentar la independencia y la autonomía del ostomizado y dar apoyo y formación también a la familia para ello disponemos de múltiples guías que están al alcance de todas aquellas personas interesadas.

Nuestra organización, tiene dos líneas de trabajo muy concretas; por una parte la asistencial y por otra la formativa.

P. ¿Cómo se desarrolla en la práctica esta tarea asistencial?

Primero realizamos una visita de valoración en la que vemos cuales son los problemas del estoma. Revisamos el estado de la piel, preguntamos por las fugas y vemos la situación general del paciente. En la mayoría de los casos, una vez que resuelves los problemas directos de la ostomía, resuelves muchas cosas porque desaparece, en cierta medida, esa tensión e inseguridad inicial y se dan los primeros pasos para lograr la autonomía.

Posteriormente llevamos a cabo visitas de seguimiento en las que también se brinda apoyo emocional al conjunto de la familia, se comprueba la evolución y se responden las dudas que van surgiendo una vez que el enfermo ya ha superado la fase inicial de adaptación a la ostomía. Comienzan a preguntarse entonces: ¿podré bañarme?, ¿podré viajar?, etc.

Hay que aclarar que nosotros no podemos estar en el domicilio todos los días. Las visitas y los tiempos varían

dependiendo de las complicaciones del estoma.

P. ¿En qué situación suele llegar el paciente a vosotros y a través de que medio os conoce?

Lo habitual es que nos llamen porque tienen fugas o problemas cutáneos. La gente llega a nosotros, en muchos casos desesperados porque han salido del hospital tras la operación y no tienen ningún tipo de apoyo sanitario. Se encuentran solos ante algo nuevo para ellos y que no dominan. Muchas veces no saben recortar los adhesivos y adaptarlos al tamaño del estoma o la piel está húmeda o hay problemas en el sellado. También hay que tener en cuenta que tras la intervención quirúrgica el tamaño del abdomen y del estoma cambian y que para valorarlo y medirlo necesitamos ver al paciente sentado y de pie, no sólo tumbado como ocurre en los hospitales. En realidad, cuando nosotros los vemos ya tienen un problema que llevan arrastrando tiempo. Lo ideal sería verlos antes de que se generase dicho problema.

Normalmente contactan con nosotros a través del farmacéutico al que llegan pidiendo ayuda a gritos o a través de internet cuando algún familiar, como último recurso, navega en la red en busca de una solución y encuentra nuestra web.

P. ¿En qué medida son importantes los aspectos psicológicos y emocionales?

Pues son fundamentales. El paciente necesita la empatía de la familia, la aceptación de la gente más cercana y todo el apoyo emocional que se le pueda dar. Hay que tener en cuenta que lleva con él una bolsa con heces

HÁBITOS RECOMENDADOS

- **COMER CINCO VECES AL DÍA POCA CANTIDAD Y A HORAS REGULARES.**
- **BEBER LÍQUIDOS.**
- **EJERCICIO MODERADO, CAMINAR Y NADAR PODRÍAN SER 2 BUENAS OPCIONES.**
- **ES MUY IMPORTANTE RECUPERAR LA ACTIVIDAD SOCIAL, VOLVER A LA NORMALIDAD.**

El paciente necesita la empatía de la familia, la aceptación de la gente más cercana y todo el apoyo emocional que se le pueda dar.

y que es una situación difícil, pero también hay que transmitirle que se puede superar y volver a alcanzar calidad de vida. En este sentido nosotros siempre estamos a su disposición para hablar; pueden llamarnos y consultarnos para superar la confusión inicial porque cuando salen del hospital tras conocer un diagnóstico duro y una intervención quirúrgica no logran captar toda la información que se les da. En ocasiones, además son atendidos por varios profesionales y los criterios de unos y otros no concuerdan. El paciente finalmente se queda con el 10% del conjunto de la información. Por eso es necesario el seguimiento posterior, para ir fijando criterios, aclarar dudas y dar seguridad emocional.

P. ¿Cuáles son los hábitos que recomendarías para la vida diaria en las personas ostomizadas?

Son varios. En cuanto a la dieta, lo recomendable es comer cinco ve-

ces al día, poca cantidad y a horas regulares. También es importante la ingesta de líquidos. El ejercicio moderado, evitando aquellos deportes que impliquen a la pared abdominal para evitar así la aparición de hernias. Caminar y nadar podrían ser dos buenas opciones. Por otra parte es conveniente recuperar la actividad social, volver a la normalidad, ya que una ostomía no te impide viajar, moverte, relacionarte y hacer casi todo lo que antes hacías.

P. A pesar del crecimiento de este tipo de intervenciones quirúrgicas, apenas se oye hablar de las ostomías tanto en medios de comunicación como en la calle.

Efectivamente es un tema que está muy oculto. Se habla del cáncer de colon o de patologías digestivas, pero no se nombran las ostomías cuando es algo que está ahí. Esa es otra de nuestras tareas la divulgación y la formación sobre este tema. En este sentido ofrecemos cursos tanto a farmacéuticos como en hospitales y centros de salud. Es necesario que cada vez se implique más a la red primaria de salud y que se creen más consultas de ostomías en los centros hospitalarios.

P. ¿Cómo vive el estomaterapeuta su trabajo?

Pues se vive de forma muy vocacional. La mayoría de los que empiezan se quedan "enganchados" porque realmente te sientes muy realizado con la labor que llevamos a cabo. Es tal la gratitud que recibes del paciente que la sensación que predomina es la de que has hecho algo bien.

**Ines Miravalles
Periodista**

siempre hay un número

Tif.: 985 133 930 - www.ascensorestresa.com

Ascensores
TRESA
Elevators

Centros morés

- Reprografía
- Impresión digital
- Cartelería
- Montajes

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



LA LABOR DE LAS ASOCIACIONES "ARDUO, DURO Y CONSTANTE"

Una vez terminado el año 2013 llega el momento de cerrar el ejercicio y queremos aprovechar este artículo para hacer mención al trabajo desinteresado de las asociaciones que trabajan de forma altruista.



Mercadillo Divulgativo en el Fontán de Oviedo.

Somos conscientes de que el trabajo de las asociaciones es un trabajo invisible, de largo y arduo recorrido, y en muy pocas ocasiones reconocido, y también sabedores de que con sus esfuerzos, aciertos y desaciertos, motivados por la pasión por mejorar el entorno en que vivimos, paso a paso se consigue mejorar la calidad de vida de sus asociados.

Es el trabajo de las personas que están sosteniendo las organizaciones asociativas una labor loable donde grupos solidarios se aúnan y se comprometen con sus principios y trabajan en beneficio de la sociedad, a la vez que luchan contra la desmotivación de aquellos asociados que no quieren o no pueden participar y la falta de compromiso y de constancia de las personas.

"Compromiso es lo que transforma una propuesta en realidad, es la palabra que habla con valentía de nuestras intenciones, es la acción que habla más alto que las palabras, es hacerse al tiempo cuando no lo hay, es cumplir con lo prometido cuando las circunstancias se ponen adversas, es el material con el que se forja el carácter para poder cambiar las cosas, es el triunfo diario de la integridad sobre el escepticismo". S. Lehman.

Nuestra propuesta es seguir trabajando y exigir a las administraciones públicas que se responsabilicen y que aborden de forma prioritaria los problemas que afectan a los diversos colectivos necesitados de atención.

"PASO A PASO PERO SIN PAUSA"

Dentro del programa de divulgación la Asociación Chiari y Siringomielia del Principado de Asturias (ChySPA) realizó el 20 de Octubre el **Mercadillo Divulgativo en el Mercado El Fontán de Oviedo**, donde pusimos a la venta material propio con el fin de recaudar fondos para los programas de nuestra asociación, a la vez que se proporcionó a los paseantes trípticos informativos sobre el Chiari y la Siringomielia y se les prestó información.

En el mes de Octubre se instaló la **exposición Chiari 3D en la Facultad de Medicina de Oviedo**, sin lugar a dudas el marco ideal para la misma, donde realizamos una charla con el fin de informar a los estudiantes, futuros profesionales de la salud, de la problemática a la que se enfrentan los afectados por el Chiari.

La presentación del evento estuvo a cargo del **Dr. Alfonso López**, Decano de la Facultad de Medicina, posteriormente la Diseñadora Gráfica **Isabel Roca** hizo una breve presentación, ilustrando la posible diagnosis de estas enfermedades mediante un recorrido por la evolución de las técnicas tridimensionales.

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

GRUPOitma

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

1ª EMPRESA ASTURIANA DEL SECTOR

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

GRUAS ROXU

OVIEDO
 Ctra. Santander s/n Meres (Siero)
 Tlf.: 985 793 636. Fax: 985 794 048

GIJÓN
 Tremañes, 11
 Tlf.: 985 357 743

AVILÉS
 Tabaza
 Tlf.: 985 515 091. Fax: 985 515 582

Al término de la presentación el **Dr. Julio Pascual**, Director del Área de Neurociencia de la Facultad de Medicina, realizó un estupenda ponencia a los asistentes, que en su mayoría fueron estudiantes.

Por su parte la asociación informó a los presentes de las necesidades en el ámbito sanitario, la necesidad de un consenso en los aspectos sanitarios, sociales, educativos y laborales que rodean al enfermo y a su entorno.

Son necesarios Protocolos de actuación para evitar el peregrinaje de consulta en consulta durante años

sin obtener un diagnóstico correcto, con el consiguiente gasto a la Seguridad Social, un adecuado diagnóstico, un plan de cuidados individualizado acompañado del seguimiento prolongado durante la evolución de la enfermedad, además de un equipo multidisciplinar conformado por todos aquellos profesionales involucrados en la atención de estos enfermos, entre los que consideramos nosotros especialmente necesarios a los médicos de atención primaria, Neurocirujanos, Neurólogos, Fisioterapeutas, Logopedas, especialistas del dolor, psicólogos, trabajadores sociales, etc.



"EL OCIO COMO FUENTE DE BIENESTAR"

Dentro del programa de ocio, como fuente de bienestar (ChySPA) organiza anualmente la comida de Navidad, donde nos hemos reunido un buen número de afectados y familiares con el fin de compartir un día agradable en buena compañía.

Autor: Mario Canal Suárez

SIN ROSTRO

ChySPA se quiere acordar, de todos aquellos: "SIN ROSTRO", gente que siempre está y que nunca sale en la foto.

Trabajan desde la sombra y nunca están a la vista, no tienen otro objetivo, que el del trabajo altruista.

Solo los mueve el afán, de procurar el bien ajeno, sin esperar a cambio nada, solo espíritu sereno.

Colaboran con los enfermos, colectivos y asociaciones Y no quieren reconocimientos, ni medallas, ni galones.

En ChySPA bien los conocemos y los tenemos presentes siempre, valga este pequeño reconocimiento, para esta excelente gente.

Muchas gracias queremos daros, por vuestra labor desinteresada, vuestro trabajo y vuestro esfuerzo, siempre a cambio de nada.

Nunca estáis en la foto, que bonitos los : "Sin rostro".



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



Pisa
PROYECTOS DE INNOVACIÓN

Parque Científico Tecnológico, Edificio PISA
C/ Ada Byron, nº 107. 33203 Gijón - Asturias
TIF: 984 29 02 55
Web: www.pisapdi.com - Correo: pisa@pisapdi.com



CONTIGO

UN PROGRAMA DE ASISTENCIA Y FORMACIÓN A AFECTADOS Y FAMILIARES DE PÁRKINSON

La enfermedad de Parkinson es un trastorno neurológico, crónico, degenerativo e invalidante que afecta a más de 150.000 familias en España; de las cuales, el 10% presenta la enfermedad en estado avanzado. Conscientes de la necesidad de afectados y cuidadores de conocer y estar formados sobre la patología con la que conviven y fruto del compromiso fundacional de la organización, la Federación Española de Párkinson (FEP), con la colaboración de AbbVie, ha puesto en marcha el Programa Contigo. Este programa tiene por objeto fomentar la formación e información de calidad sobre la enfermedad de Parkinson y facilitar el acceso a ella a afectados y cuidadores, así como, proporcionarles una atención de calidad y personalizada.

Este programa permite que **los afectados estén en contacto directo con profesionales** de la enfermería y psicología **especializados en párkinson**, quienes les ofrecen información sobre la enfermedad, atienden sus dudas y les facilitan consejos y herramientas específicas para los cuidados en la enfermedad de Parkinson.

"La enfermedad de Parkinson es una patología desconocida, estigmatizada y compleja que necesita unos cuidados específicos. Cuando un afectado y su entorno más cercano se enfrentan al diagnóstico de la enfermedad, le asaltan multitud de dudas. Desde la Federación creemos



que es indispensable que las personas con párkinson reciban unos cuidados específicos y que, tanto ellos como sus cuidadores, tengan acceso a una formación constante de calidad sobre la patología", destaca María Gálvez, directora general de la FEP.

El programa abarca dos ámbitos de actuación:

- ◀ Por un lado, la atención a través de las nuevas tecnologías y el teléfono 902 113 942.
- ◀ Por otro, la formación a afectados, familiares y profesionales sanitarios.

En el primero de ellos, la FEP pone a disposición de afectados, familiares y toda aquella persona interesada, un servicio de **atención sociosanitaria a través de las nuevas tecnologías** (correo electrónico consultas@fedeparkinson.org y red social Párkinson Pulsa On) y el **teléfono 902 113 942**. A través de este servicio, podrán ponerse en contacto con dos psicólogas y una enfermera especializadas en párkinson para remitirles sus dudas o consultas sobre la enfermedad.



Servicio de Atención Sociosanitaria. Puede contactar a través de:

Correo electrónico: consultas@fedeparkinson.org

La red social Párkinson Pulsa On: www.parkinsonpulsaon.es

y el Teléfono 902 113 942.

María Jesús Delgado,
presidenta de la FEP.

"Las terapias de rehabilitación son muy importantes para los afectados de párkinson porque les ayudan a mantener una buena calidad de vida".

Beatriz Sánchez de Molina,
coordinadora del Programa Contigo.

"Con este servicio de atención queremos llegar a aquellas personas que, por diversas razones, no tienen acceso a profesionales sociosanitarios especializados en párkinson".

María Gálvez,
directora general de la FEP.

"La enfermedad de Parkinson es una patología desconocida, estigmatizada y compleja que necesita unos cuidados específicos".

"Con este servicio de atención queremos llegar a aquellas personas que, por diversas razones, no tienen acceso a profesionales sociosanitarios especializados en párkinson. A través de él pueden acceder a dos psicólogas y una enfermera para remitirles preguntas y problemas. En lo que llevamos de año, hemos atendido más de 2.200 consultas", destaca Beatriz Sánchez de Molina, coordinadora del Programa Contigo.

En el otro ámbito de actuación, los afectados y familiares tienen acceso a profesionales de la enfermería a través de **consultas individualizadas y talleres prácticos de cuidados** en la enfermedad de Parkinson impartidos en las asociaciones y centros sanitarios. A través de los talleres y las consultas, los afectados, sus familiares y cuidadores tienen acceso a las herramientas y los consejos necesarios para solventar las dificultades que se les presentan en su día a día como consecuencia

de la progresión de la enfermedad. Estos talleres son impartidos por los enfermeros de la FEP, quienes a su vez, atienden individualmente las dudas sobre los cuidados en la enfermedad de Parkinson.

Los talleres que actualmente se imparten son: "Cuidados en la Enfermedad de Parkinson", "Alimentación y enfermedad de Parkinson", "Reposo y Sueño en la enfermedad de Parkinson", "Respiración y Movimiento en la enfermedad de Parkinson", "Aseo e Higiene en la enfermedad de Parkinson" y "Cuidados en la toma de Medicación en la enfermedad de Parkinson".

"Con la puesta en marcha de los talleres y las consultas individualizadas conseguimos que los afectados y sus familiares tengan acceso directo a profesionales de enfermería. Los talleres han tenido una gran acogida en las asociaciones de párkinson de toda España, durante el año 2013

hemos organizado 71 talleres a los que han asistido más de 1.700 personas", explica Sánchez de Molina.

El Programa Contigo es un servicio complementario al que se ofrece en las asociaciones de párkinson donde los afectados tienen acceso a una atención multidisciplinar a través de las terapias de rehabilitación (logopedia, apoyo emocional y psicológico, fisioterapia y terapia ocupacional) proporcionadas por equipos de profesionales especializados en párkinson.

"Las terapias de rehabilitación son muy importantes para los afectados de párkinson porque les ayudan a mantener una buena calidad de vida. En España, las personas con párkinson tienen acceso a ellas a través de las asociaciones de pacientes; sin embargo, menos del 15% de los afectados pertenecen a nuestras asociaciones", señala María Jesús Delgado, presidenta de la FEP.



**ASTURIAS,
NUESTRO COMPROMISO**

Caja Rural de Asturias y su Fundación tienen como objetivo impulsar el desarrollo de nuestra región, dar respuesta a las necesidades sociales y mantener los valores de confianza, servicio y cercanía.


 @crasturias
www.cajaruraldeasturias.com
www.fundacioncajaruraldeasturias.com


**CAJA RURAL
DE ASTURIAS**

XXIX CONGRESO NACIONAL NEUROMUSCULAR

Se celebró en Asturias, los días 8 y 9 de noviembre de 2013.

- ◀ La existencia de proyectos para la elaboración del Registro de Enfermedades Raras en Asturias.
- ◀ La necesidad de continuar con el trabajo en Red entre los profesionales para ofrecer una atención integral y de calidad a los afectados.
- ◀ La entrega de un guión de ejercicios básicos de rehabilitación para que las familias sigan en sus propios domicilios,
- ◀ Las alternativas a la compra de algunos productos de ortopedia de alto coste y demostración de trucos caseros para mejorar nuestro día a día.
- ◀ El avance de los ensayos realizados con Duchenne, han sido algunos de los temas presentados en el Congreso.

"El gran esfuerzo por la organización del 19 Congreso nos ha recompensado". Desde ASEMPA resumimos como exitoso el evento celebrado en el Hotel Ayre de Oviedo a nivel nacional. Nos hemos sentido apoya-



De izda. a dcha. Antonio Álvarez, Pte. de ASEM, Juan Manuel Moreno, Secretario de Estado de Servicios Sociales e Igualdad, Faustino Blanco, Consejero Sanidad del Principado de Asturias y Francisco Javier García, Pte. de ASEMPA.

dos por las personas y representantes vinculados al sector con las que trabajamos a lo largo de todo el año además de crear grupos informales formados tanto en los talleres como en los descansos de las ponencias.

Hemos observado el interés por unir a los profesionales de Asturias para explicar con más detenimiento sus trabajos y atenciones diarias. Por ello, desde ASEMPA intentaremos organi-

zar una jornada más personalizada a nivel provincial. Para nosotros, ha sido todo un honor contar con el Excmo Sr. Juan Manuel Moreno Bonilla, Secretario de Estado de Servicios Sociales e Igualdad (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad); El Ilmo. Sr. Faustino Blanco González, Consejero Sanidad de Asturias entre todos los profesionales de los distintos centros socio-sanitarios.

En la cena de clausura se ha hecho entrega de una placa en honor al trabajo realizado durante más de 10 años a D. Marcos Cuadriello Llamazales en la Dirección de ASEMPA.

Pero tras esta actividad ahora debemos de afrontar los gastos que nos suponen las actividades diarias, destacando la rehabilitación (Terapia acuática, rehabilitación en clínica o a domicilio, talleres...). Nos preocupa seriamente el incremento de gastos de mantenimiento de los caballos en el Club Hípico el Chas, por tanto sin el apoyo para poder afrontar la suma de las cuantías nos veremos obligados a replantear las actividades.





Hemos observado el interés por unir a los profesionales de Asturias para explicar con más detenimiento sus trabajos y atenciones diarias. Por ello, desde ASEMPA intentaremos organizar una jornada más personalizada a nivel provincial.



Por Beatriz Vázquez González. Trabajadora Social de ASEMPA

Dejar en estas líneas los agradecimientos a todas las personas que nos han echado una mano para que el XXIX CONGRESO NEUROMUSCULAR fuera todo un éxito:

- Laboral Kutxa.
- Chacón Buelta (vino de Cangas).
- Ortopedia Garmat.
- Centro de Fisioterapia Pediátrica-Osteopatía Carmen Barreal Vega.
- Theramar.
- Policlínicas-talasoterapia.
- Procuradora General P.A.
- El Bosque de los Sueños.
- Aspaysm Castilla y León.
- Ortopedia Salud Gijón.
- Vino de Cangas (Obanca).
- Vinos la Pajera.
- Asociación Folclórica "La Flor del Pumar".
- Laína Core.
- Foto Oscos.
- Carnicería Carlos.
- Manuel Alonso Osés.
- Pio Brun.
- Productos Blanco.
- Confitería Rialto.
- Me aptc.
- Zafiro Tours Mieres.
- Turismo de Oviedo y del Principado de Asturias.
- Hotel Ayre Oviedo.
- Decoraciones Ugo.
- Entrecanes Terapia.
- Camping Deva.
- Disceas.
- Obra Social y Cultural Cajastur.
- Sidra Normiella.
- Cristal y loza Areté.
- Ayuntamiento de Oviedo.
- Consejería de Industria y Empleo.
- Fundación Municipal de SS.SS.
- ALPEE.
- Consejería de Salud y SS.SS.
- Bayer.

Disculpar si se nos escapa alguno...



DICON
Logística

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

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



Adhesivos Camisetas

Regalos de Empresas

Avda. Portugal, 52 bajo
33207 Gijón (Asturias)

CROMA

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



X CONCURSO DE TORTILLAS EN SILLA DE RUEDAS

La décima edición del Concurso de Tortillas en silla de ruedas, organizado por la asociación Amdas La Fonte tuvo lugar el 30 de noviembre en el recinto ferial "Luis Adaro" de Gijón. El motivo, celebrar el 3D "Día Internacional de las personas con disCAPACIDAD" Y para ello se organizó una fiesta de gastronomía solidaridad, premios y concienciación social.



Los ganadores de la décima edición.

Siila Murillo, presidenta de la asociación, se encargó de inaugurar el acto junto a Clara Costales directora de Atención a la Dependencia. Este año se entregó el premio por la igualdad Amdas La Fonte a Felisa Soria, jefa de la oficina de Políticas de Igualdad del Ayuntamiento de Gijón. Su respuesta de agradecimiento fue el prólogo a otro premio muy especial, el que Amdas la Fonte quiso dar a su presidenta que lleva doce años luchando por las mujeres con disCAPACIDAD, premio que fue entregado por dos mujeres vinculadas desde hace tiempo a la lucha por la igualdad: la concejala socialista Begoña Fernández y Antonia Fernández Felgueroso ex procuradora general del Principado de Asturias.

Y llegó el concurso. Veinte fueron los valientes que, sentados en sillas

de ruedas, tuvieron que pelear con patatas y cebollas. Socias, concejalas de diferentes partidos políticos, periodistas, fotógrafos y famosos personajes de la televisión autonómica, como Joaquín Pajarón, fueron algunos de los cocineros. Rodando alrededor de una gran mesa repleta de fogones, mientras tanto y no, algunos de los niños y niñas que forman el grupo de baile de San Julián de Somió danzaban animando a los concursantes. Otra veintena de niños participaron en un concurso paralelo. Mientras, el jurado formado por Conchita Suárez, del PP; Jana de la Rosa, representando a la Cámara de Comercio; Ricardo Baticón, cocinero y colaborador de Amdas La Fonte y el presentador y también cocinero Christian González, observaban de cerca cada movimiento de sartén.

Con este día se ha puesto punto y final a diez años de Concurso de Tortillas en Silla de Ruedas. Han sido diez años intentando comunicar a la sociedad las barreras de las personas con disCAPACIDAD.

Los ganadores fueron Maite Menéndez, concejala del PP; Manuel Ortea, profesor de un colegio en Gijón y Luis Laria, de Cepesma. Rogelio Peón, de once años fue el ganador del premio infantil. El acto finalizó con la actuación musical de Silvia Riera, Basi y Cris, Trío vocal del "Grupo Cuarzo". Con este día se ha puesto punto y final a diez años de Concurso de Tortillas en Silla de Ruedas. Han sido diez años intentando comunicar a la sociedad las barreras de las personas con disCAPACIDAD.

Queremos aprovechar estas páginas para dar nuestra más sincera gratitud por el apoyo prestado a lo largo de estos diez años a diversas instituciones y entidades profundamente concienciadas y comprometidas con las necesidades de las mujeres con disCAPACIDAD, sin las cuales hubiera sido imposible llevar a cabo todas las actuaciones que hemos ido desarrollando a lo largo de este tiempo. A las autoridades que desde las instituciones que representaban nos han apoyado. Asimismo, agradecer la dedicación absolutamente desinteresada de patrocinadores y colaboradores, sin los cuales no hubiera sido posible recorrer este largo trayecto.





II EXPOSICIÓN BENÉFICA A FAVOR DE ALAS

En Asturias, el lobo ataca a más de 1.000 personas cada día.

El lupus es una enfermedad autoinmune y crónica que afecta a más de 1.000 personas en Asturias. Los enormes esfuerzos de la Asociación de Lúpicos de Asturias para recaudar fondos dedicados a la investigación han dado ya excelentes resultados, no obstante, es imprescindible seguir avanzando.

Con este fin se celebró una EXPOSICIÓN BENÉFICA en el Auditorio Príncipe Felipe de Oviedo, el 10 de diciembre de 2013 al 7 de enero de 2014, con obras de relevantes artistas asturianos,

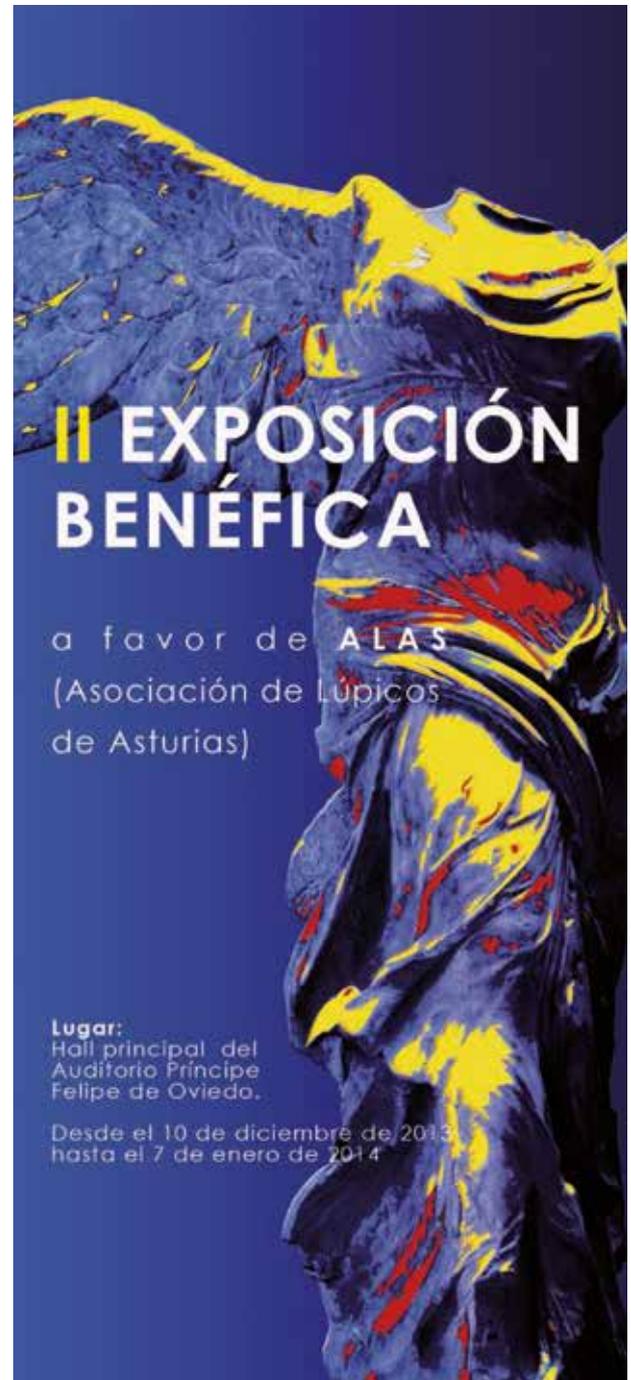
españoles y de otros países, a los que agradecemos la cesión gratuita de sus obras.

La inauguración se ubicó en el hall principal del Auditorio por lo que pudo ser visitada durante el horario de apertura del mismo de 10:00 a 20:30 h. con aceptación y resultados satisfactorios para ALAS.

Agradecemos asimismo, además de la generosidad de los artistas, la de quienes mediante su donativo han adquirido alguna de las obras. A continuación el listado de artistas colaboradoras:

ALFONSO PIRE
AMANDA
ANA POSADA
ANTONIO DOÑATE BURGOS
ARTURO DE MIGUEL
AZUCENA CEÑAL
BERNABÉ FERNÁNDEZ LLANA
CARLOS TARDEZ
CARMEN TAMARGO
CESAR BARRIO
CYNTHIA
CHARO ARIAS GOMEZ
EMILIO BALDUQUE
ENCARNA ROBLES
FAUSTINO RUIZ DE LA PEÑA
FÁVILA
FÉLIX BRAVO
FRANCISCO FRESNO
HELENA TORAÑO CASO
HERMINIO ÁLVAREZ FERNÁNDEZ
ISABEL GONZÁLEZ DE VELANDIA GÓMEZ
ISABEL MENÉNDEZ
JESÚS CASTAÑÓN
JUAN DE TURY
JUAN GONZÁLEZ NIETO
JUAN NÚÑEZ-ROMERO CORTÉS
LAURA MEDINA SOLERA
LINARES
LOLO MAYA

MARÍA BRANA JICHITA
MARÍA BRAÑA
M^ª CARMEN DÍAZ FERNÁNDEZ
MARÍA DEL RÍO
M^ª JESÚS GARCÍA CAMINO
MARGA GONZÁLEZ
MARINA EGROVA
MARISOL
MARTA CUEVAS
MARTA VALLEJO
MARTINA SANTAMARTA
MIREN MANTEROLA
MYREM GONZÁLEZ FERNÁNDEZ
NICODIM SORIN-OLIMPIU
PÉREZ NOVO
PLATA Y COLOR
RAMÓN CARREÑO
RAMÓN ISIDORO
SANTOVEÑA
SELLAÑO
SOLÍS
SZTUTZ FABRYKS
TERESA ARROJO
URRUSTI
VICENTE SOBERO
VÍCTOR MANUEL DELGADO
JAN VAN DER HIDE
LUIS TUDELA
MAGALI M. DE LA VEGA



PSIQUIATRÍA Y PSICOLOGÍA

Clínica SAN RAFAEL

C/ La Estrecha 33
33011 La Corredoria
Oviedo

985 28 25 26 - 985 29 02 84
clinicasr@sanrafael.es
www.sanrafael.es

¿Quieres estudiar
ESTÉTICA?
Formamos profesionales de prestigio en
ESTÉTICA DE ALTO NIVEL

ESCUELA PROFESIONAL de NUEVAS TÉCNICAS de ESTÉTICA

985290351 / 985352956 www.escuelanutec.es

25 ANIVERSARIO DE LA ASOCIACIÓN ASTURIANA

Hace 25 años, en el año 1988, un grupo de padres asturianos preocupados por el bienestar de sus hijos, niños con Fibrosis Quística, decidieron crear una asociación. En aquellos tiempos estos padres sentían que estaban solos, que no tenían información sobre la enfermedad y que no tenían cubiertas todas las necesidades que podía generar la enfermedad de sus hijos.

En estos 25 años se han desarrollado actividades diversas con el objetivo de divulgar en qué consiste la Fibrosis Quística. Asimismo, desarrollamos actividades dirigidas a la atención directa a nuestros socios a través de los proyectos de Atención Psicosocial y de Fisioterapia Respiratoria Domiciliaria.

Son muchas las personas y entidades que a lo largo de estos años nos han apoyado. Son muchos los socios involucrados que dedican parte de su tiempo al buen funcionamiento de la asociación. Y también son muchas las personas que formaron parte de las distintas Juntas Directivas. Sirva este artículo para homenajear a

la primera Junta Directiva que fueron los responsables de la fundación de la asociación, sin ese primer empujón quizá hoy no existiríamos, y quizá no cumpliríamos 25 años.

Desde aquí agradecemos también la colaboración de las distintas Administraciones Públicas y entidades privadas, como son, las **Consejerías de Sanidad y Bienestar Social y Vivienda del Gobierno del Principado de Asturias**, los **Ayuntamientos de Oviedo, Gijón y Avilés**, la **Obra Social la CAIXA**, **Caja Rural** y la **Obra Social Cajastur**, que nos apoyan año tras año.

CALENDARIO SOLIDARIO

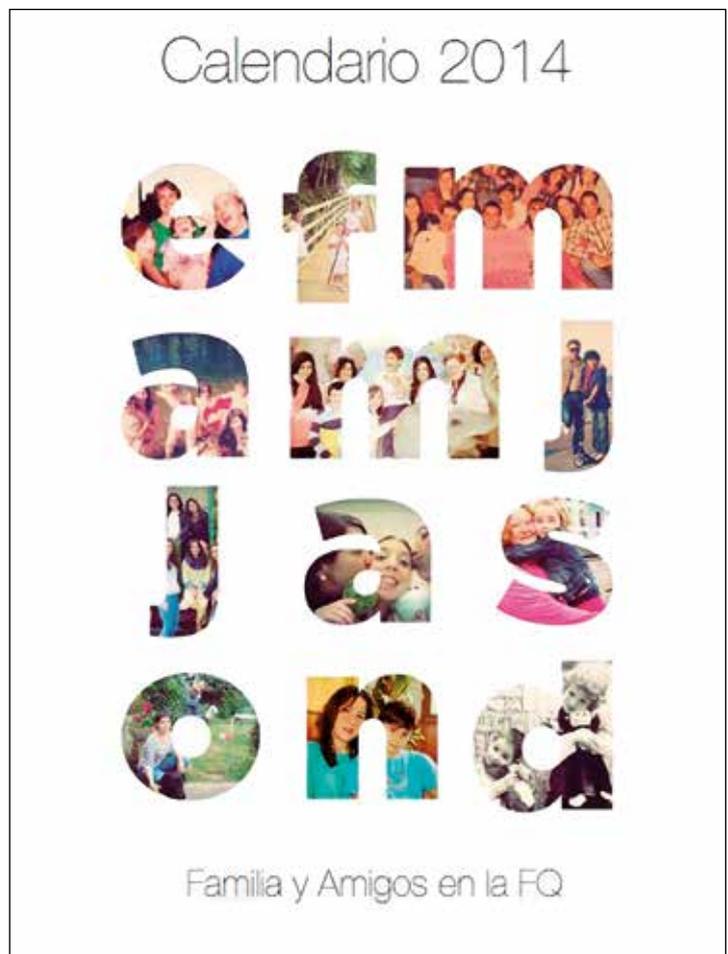
Este año la Asociación Asturiana de Fibrosis Quística ha elaborado el tercer calendario benéfico.

El tema elegido es **La Familia y Los Amigos** en la FQ, debido a la gran importancia del apoyo de los que tenemos cerca. Contar con una fuerte red social es vital para el ser humano, por ello nuestro pequeño homenaje en este calendario. En él cada uno de los meses cuenta con una foto de uno de nuestros socios junto con su familia o amigos.

Asimismo y cumpliendo uno de nuestros fines estatutarios de divulgación y difusión, cada mes se da un apunte sobre la Fibrosis Quística, de manera que al final del calendario aumente el conocimiento sobre nuestra enfermedad en las personas que lo adquieran.

Este proyecto comenzó hace tres años y nuestra valoración es muy positiva puesto que las personas con Fibrosis Quística son protagonistas y participan en todo el proceso, desde la elaboración hasta su distribución.

Portada de la III Edición del calendario Solidario.



CENA BENÉFICA A FAVOR DE LA FIBROSIS QUÍSTICA

Por decimosexto año consecutivo la Asociación Asturiana de Lucha contra la Fibrosis Quística celebró su tradicional Cena Benéfica. Con esta cena se recaudaron fondos para el mantenimiento de sus actividades.



En la foto de izda. a dcha.: Mónica Oviedo, Esther Díaz, Natalia Gutiérrez, y Pilar Varela.

La Asociación Asturiana de lucha contra la Fibrosis Quística ha organizado una cena benéfica en favor de las personas con esta enfermedad en Asturias. La velada tuvo lugar en el Castillo del Bosque La Zoreda de Oviedo el día 15 de Noviembre a las 21:30 h. y los beneficios serán destinados de forma íntegra a financiar el programa de **Fisioterapia Respiratoria Domiciliaria** y el programa de **Atención Psicosocial a enfermos y familiares**, desarrollados por la asociación.

A la cena benéfica asistieron M^a **Esther Díaz García**, Consejera de Bienestar Social, **Pilar Varela Díaz**, Alcaldesa del Ayuntamiento de Avilés, **Mónica Oviedo**, vicepresidenta de COCEMFE Asturias y el deportista **Héctor Moro** al que hicimos entrega de nuestro pin de oro, por su colaboración y apoyo a nuestra asociación.

Después de la misma se llevó a cabo una gran rifa de regalos donados por distintas entidades, entre ellos el disfrute de una semana de estancia en Murcia donado por

Montepío de la Minería. También han colaborado en la donación Castillo del Bosque La Zoreda, Cortefiel, Fernando Alonso Coca Cola, Fundación Alimerka, Museo Jurásico, Almacenes Galán, Núcleo Zoológico el Bosque, Restaurante JJ Llanes, Hotel Hacienda de Don Juan, Hotel Kaipe y clubes deportivos de fútbol.



Cena benéfica.

GAMA DE PRODUCTOS

- ➔ Equipos de impresión
- ➔ Sistemas de gestión documental
- ➔ Instalaciones informáticas
- ➔ Venta y alquiler de audiovisuales
- ➔ Purificadores de aire
- ➔ Equipos para el manipulado de papel
- ➔ Consumibles
- ➔ Servicio de asistencia técnica



Alonso Rodríguez Copiadoras S.L.
C/ Asturcón N° 2 Bajo
33006 - Oviedo
Tel: 985 258 151 - 985 232 513
Fax: 985 272 756
arco@arcoofimatica.com
www.arcoofimatica.com

TRANSFORMACIONES DE VEHÍCULOS SEGÚN SUS NECESIDADES



CARROZADOS SOTIELLO XXI
POLÍGONO DEL ESPÍRITU SANTO, PARCELA 20
33010 OVIEDO - ASTURIAS
INFO.SOTIELLO@CARROZADOS-SOTIELLO.COM
TLF.: 985 79 12 41 FAX: 985 98 55 01

XI CONCURSO DE DIBUJO NAVIDEÑO

APACI celebró el día 30 de Noviembre en el Restaurante Latores, la entrega de Premios del 9º Concurso de Dibujo Navideño, este año con el lema "Hábitos de Vida Saludables".

Como novedad, se realizó un ejercicio plástico-artístico para reforzar cuestiones relacionadas con los buenos hábitos de los niños/as: higiene dental, la buena alimentación, importancia del deporte... Los niños/as realizaron un dibujo representando un hábito de vida saludable y una vez terminado lo enmarcaron dentro de un círculo de purpurinas, a modo de adorno navideño.

Por un lado obtuvieron un bonito adorno navideño y

por otro se reforzó a través del dibujo aspectos relacionados con buenos hábitos y la calidad de vida de los participantes.

El concurso de dibujo Infantil es una actividad muy importante para nuestros pequeños, pues anuncia la llegada de la Navidad, saben que es el momento en el que pueden olvidarse de hospitales, médicos...

A través de esta actividad se motivan actitudes de superación, facilitando su



Ganadores de la XI Edición con sus respectivos premios.

La participación en este concurso supone un refuerzo muy positivo para el desarrollo y evaluación de nuestros peques pues se reflejan actitudes de confianza, motivación e imaginación...



desarrollo social, emocional y afectivo y favoreciendo su autonomía personal.

La participación en este concurso supone un refuerzo muy positivo para el desarrollo y evaluación de nuestros peques pues se reflejan actitudes de confianza, motivación e imaginación, contando en todo momento con el apoyo de sus familias, que

De izda. a dcha.

Graciela Blanco, Juana Jara, Juan Urbieta y Belén Fernández.



Pastelería
Servicio Catering
Bodas · Banquetes
Convenciones · Buffets, etc.

Tienda: Cabrales, 90 · 33201 Gijón · Tel/Fax 985 345 146
Obrador y Oficina: Polígono de Rocas - Arquímedes G-3
Tel. 985 168 857 · Fax. 985 167 889
Correo Electrónico: correo@balbona.com

IFS
LIMPIEZA
SERVICIOS AUXILIARES
MANTENIMIENTO
JARDINERÍA
RESTAURACIÓN
SEGURIDAD
FACILITY MANAGEMENT

985 383 272
900 811 600 www.iss.es



nos transmiten su visión, sus temores y sus inquietudes.

A través de los dibujos podemos ver reflejados sus sueños, deseos e incluso en ocasiones sus miedos.

Contamos con la presencia de representantes de las distintas entidades Colaboradoras:

- **Dña. Graciela Blanco**
Directora de la Agencia Asturiana de Cooperación al Desarrollo.
- **Dña. Belén Fernández**
Concejala de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Oviedo.
- **D. Juan Urbieto**
Director oficina La Caixa de Muñoz Degrain.

Al acto acudieron los/as niños/as ganadores y sus familias, así como el personal responsable de la actividad y nuestros voluntarios.

Este año se han entregado 3 premios por categoría: De 3 a 8 y de 9 a 14 años. Los ganadores recibieron una libreta de ahorro Infantil, un trofeo y una fantástica hucha digital, todo ello donado por La Caixa, y también un diploma acreditando su esfuerzo.

Al finalizar la entrega de premios se ofreció a todos los allí presentes un vino español, como cierre de la actividad.

RASTRILLO SOLIDARIO DE LA ESCUELA INFANTIL "ATALIA" A BENEFICIO DE APACI



La Escuela Infantil ATALIA, organizó un Rastrillo Navideño los días 12 y 13 de Diciembre, en horario de 13 a 14 y de 16 a 17 horas.

El rastrillo tuvo lugar en el patio de la propia escuela, situada en Camino de la fábrica de Loza, s/n. de Gijón.

Todo lo recaudado fue donado íntegramente a APACI (Asociación de Padres y Amigos de Cardiopatías Congénitas).

En el rastrillo se pudieron encontrar los trabajos realizados por el personal de la Escuela con la ayuda y cariño de los/as niños/as. Además, hubo también una selección de dulces elaborados artesanalmente.

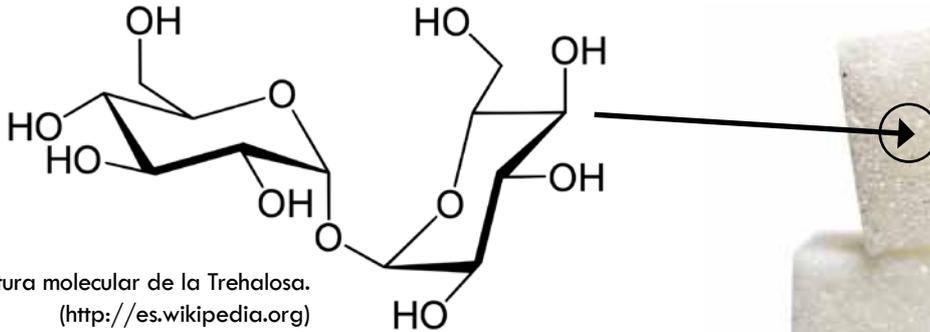
El principal objetivo de este Rastrillo es fomentar la solidaridad y la capacidad de ayuda desde edades muy tempranas. Gracias de Corazón a todo el personal de la escuela. El ambiente no pudo ser mejor.

Familiarizados con el ahorro

LOS PRADOS
centro comercial
muy cerca de ti

www.centrocomerciallosprados.com

CIENTÍFICOS CHILENOS ENCUENTRAN UN AZÚCAR QUE HACE RETROCEDER LA ELA



Un equipo formado por científicos chilenos ha encontrado un azúcar, llamado trehalosa, capaz, en fase experimental, de hacer retroceder el avance de la esclerosis lateral amiotrófica (ELA), ya que enseña a las células a eliminar proteínas anormales.

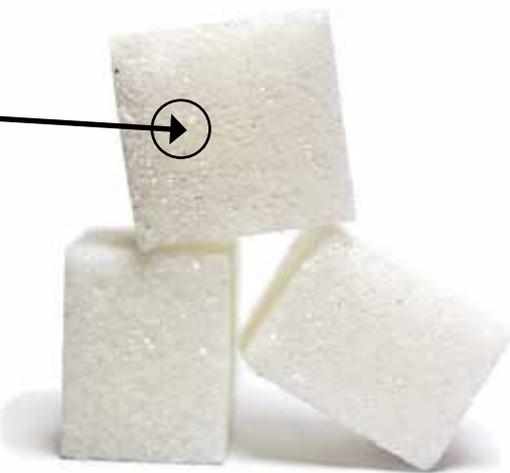
La ELA, una enfermedad neuromuscular que produce parálisis progresiva, se observa principalmente en personas cercanas a los 50 años, con una expectativa de vida alrededor de tres a cinco años y que no tiene cura.

El único tratamiento aprobado es el riluzol, que retrasa los síntomas durante unos tres meses, pero que no alarga la vida de los enfermos.

"Esta patología tiene que ver con la muerte de las neuronas que controlan los movimientos de los músculos, que se llaman las motoneuronas", señala en una en-

tervista a Efe Claudio Hetz, director alterno del Instituto de Neurociencia Biomédica de Chile. "Los pacientes en general mueren por distintas complicaciones. Una de las principales es un paro respiratorio porque dejan de controlar el diafragma o porque sufren muchas infecciones y no pueden eliminar las flemas", agrega.

La investigación, iniciada el año 2007 con el apoyo de entes chilenos como CONICYT (Comisión Nacional de Investigación Científica y Tecnológica) y de la Muscular Dystrophy Association estadounidense, estudia cómo las neuronas responden frente a los daños



observados en ELA, enfermedad que padece el físico británico Stephen Hawking.

El chileno señaló que una de las alteraciones principales que han observado en los animales de laboratorio a los que les han introducido el gen mutante del ELA es que "se acumulan proteínas aberrantes, que son altamente tóxicas".

Con la trehalosa "lo que hacemos es que la célula elimine en forma natural las proteínas anormales, que lo reconozca como material biológico reciclable. La célula toma estos cúmulos proteicos y los empieza a eliminar por un proceso que se denomina autofagia, que significa comerse a sí mismo", dice el científico.

Hetz aseveró que llegaron hasta este azúcar, que estimula el proceso de autofagia, porque un grupo de científicos en Inglaterra lo encontraron y lo probaron en modelos de la enfermedad de Huntington.

A pesar de que todavía queda bastante para que llegue a los humanos, Hetz indica que existen evi-

**ORTOPEDIA
CENTER**

CALZADO PARA DIABÉTICOS
DESCANSO Y BIENESTAR

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



Tartiere Auto

Avda. de Gijón, s/n.
33420 Lugones - Principado de Asturias
Tels.: 985 98 01 15 / 985 98 02 70
Fax: 985 26 46 69
www.tartiere.com



dencias de que varias investigaciones apuntan en la misma dirección.

"El proceso es muy largo, toma años y años en aplicar a humanos pero han salido otros estudios con otras drogas que promueven el mismo proceso de autofagia y también generan retardo de la enfermedad", manifiesta el chileno, que también es profesor titular de la Universidad de Chile y profesor adjunto de Harvard.

"La evidencia conjunta de distintos laboratorios en el mundo indica que

"Con la trehalosa lo que hacemos es que la célula elimine de forma natural las proteínas anormales..."

es un buen blanco terapéutico, tratar de aumentar la capacidad de las neuronas con la eliminación de las proteínas alteradas de la basura", añade.

Además, señaló que la trehalosa puede emplearse en diferentes patologías pero "experimentalmente

en todos los casos" y apuntó que en Reino Unido tienen pensado "hacer un análisis clínico con pacientes de Huntington". Solo el 10% de los casos de esta patología se deben a causas genéticas, mientras que el 90% son esporádica al producirse sin tener antecedentes familiares.

"Las dos, la esporádica y la familiar, son en términos clínicos y en la progresión equivalentes. Lo que se piensa es que probablemente la causa sea en términos moleculares común", concluye Hetz.

5ª EDICIÓN DE LOS PREMIOS IMPULSO

El pasado 5 de diciembre ELA Principado celebró la QUINTA EDICIÓN DE LOS PREMIOS "IMPULSO", con los que la entidad reconoce públicamente la labor de aquellas personas y entidades que han contribuido a impulsar el desarrollo y los avances de la Asociación, colaborando así de forma esencial en la lucha a favor de las personas afectadas de ELA y sus familiares.

La estatuilla que materializa la concesión del premio, obra del escultor y grabador Gijonés **Enrique Tirador**, fue este año para el **Personal de enfermería de la Quinta Planta izquierda del Hospital Universitario Central de Asturias**, que recibió el **Premio Impulso a la Implicación Personal y Profesional** por el comportamiento ejemplar de este colectivo y el excelente trato, lleno de humanidad, que reciben continuamente, tanto los enfermos de ELA como sus propias familias. El premio fue recogido por **Galilea González**, enfermera de la planta.



El Premio IMPULSO a la Entidad Privada recayó en el **El Corte Inglés**, por su constante apoyo y generosidad a la hora de resolver necesidades concretas, así como por su implicación con el Día Mundial de la ELA, cuyos voluntarios reciben una atención esmerada por parte de la empresa durante la Jornada de cuestación e información. Recogió el premio **Alfonso Fuertes**, Director de Comunicación y Relaciones Externas del Corte Inglés para Asturias y Cantabria.

El momento más emotivo de la noche llegó cuando la Presidenta de ELA, **María José Álvarez**, desveló el nombre de la persona que recibiría el premio "**Nosotros**", creado por la asociación para reconocer la labor desinteresada e incondicional realizada por alguna persona cercana a la entidad.

Mónica Riera, más que justa ganadora, se vio gratamente sorprendida no sólo por el premio, sino porque éste le fuera entregado por su marido **Arturo Ollero**, lo cual le dio al momento un mayor grado de emoción, si cabe.

◀ En la foto: **María José Álvarez**, Pta. de Ela Principado, 2ª por la izda. con los premiados.

EL DÍA A DÍA CON FIBROMIALGIA

Los diversos síntomas de esta enfermedad hacen que la vida cotidiana llegue a convertirse en un infierno para aquellas personas que la padecen. Desde AENFIPA queremos dar a conocer la situación que atraviesan nuestros socios y las dificultades con las que se han encontrado a lo largo del camino. A pesar de que el 85% de los casos son mujeres, hay un porcentaje, no menos importante, de hombres diagnosticados en Asturias.

Por ello hemos contado con el testimonio de José M.P. de 55 años, socio de AENFIPA desde 2012, que amablemente nos ha respondido a las siguientes cuestiones.

José M.P. →

P. ¿José, cuánto hace que aparecieron tus primeros síntomas?

Hace aproximadamente unos 20 años que vengo padeciendo bastantes dolores: unas veces en las piernas, otras en los brazos, columna, cadera, etc. Yo los atribuía al famoso "reuma" y a mi trabajo de más de 30 años cargando pesos, con fuertes cambios de temperatura, muchísima humedad, movimientos repetitivos y por temporadas bastantes horas de dedicación.

En 2010, experimenté un incremento considerable de los dolores, convirtiéndose en permanentes las 24 horas del día y afectándome a todos los huesos de las articulaciones además de dolor corporal difuso, fatiga, alteraciones del sueño, artralgias, problemas con la memoria, dificultades para concentrarme, rigidez corporal y muchísimo cansancio. En julio de ese año los síntomas me redujeron tanto la capacidad para trabajar que tuve que solicitar la baja laboral.

P. ¿Cómo ha sido el proceso desde entonces?

Desde ese momento fue un peregrinaje de médicos: atención primaria, traumatólogos, reumatólogos, medicina interna, dermatólogos. Me realizaron infinidad de pruebas, entre otras muchas, análisis, radiografías, densitometrías óseas, electromiogra-



fías, y me recetaron infinidad de medicamentos, tales como antidepresivos, opiáceos, relajantes musculares, antihipertensivos, esteroides, calcio.

Después de un año los médicos todavía no me habían dado ningún tipo de diagnóstico puesto que el estudio reumatológico fue negativo, las revisiones de los distintos órganos y sistemas normales, el exhaustivo estudio analítico que me hicieron para descartar enfermedades endocrinas, metabólicas, autoinmunitarias y hepáticas fue también normal, con lo

que me dijeron que podía presentar una polimialgia reumática.

Ya cansado del dolor, de tomar medicamentos y de la incertidumbre, remití todas las pruebas e historial médico a los Hospitales del Mar y de la Esperanza, en Barcelona, y de ahí al Center for Rheumatology, Osteoporosis and Fibromyalgia, en Boston, Massachusetts, EE.UU. Los informes de estos hospitales se inclinaron favorablemente a que no padecía una polimialgia reumática sino que presentaba claramente una fibromialgia

porque, aunque los resultados de las pruebas y analíticas eran normales o negativos, en la exploración física manifestaba sensibilidad dolorosa a la palpación de los puntos de fibromialgia. Aún así estos informes no me sirvieron para nada en la Seguridad Social y continué igual hasta que casi dos años después el reumatólogo me diagnosticó Fibromialgia.

P. ¿Qué supuso en tu vida el diagnóstico?

Tras los informes de Barcelona y Boston yo había empezado a informarme en todo lo posible en relación con esta enfermedad y, gracias a estos informes, pedí ayuda y me hice socio de AENFIPA lo cual me ayudó entonces y me sigue ayudando ahora a continuar viviendo con esta enfermedad.

En cuanto al diagnóstico de mi reumatólogo sentí, por un lado tranquilidad, porque como ya conocía sobre la enfermedad y sabía que no era mortal me imaginaba que podría seguir conviviendo con ella, dentro de mis posibilidades y por otro descanso porque por fin podría dirigir mi vida hacia un destino.

P. ¿Cuáles son ahora las mayores dificultades a las que te enfrentas?

Hoy en día, en las rutinas cotidianas, como mi hogar, disfrutar del ocio, me estoy acostumbrando todavía malamente, a tratar de hacer las cosas con tranquilidad y aguantando el dolor, las depresiones y las limitaciones en mis movimientos. Tomo gran cantidad de medicamentos pero estos no me hacen prácticamente efecto.

La mayor dificultad a la que me enfrente, es sin lugar a dudas, en mi faceta laboral, puesto que, aunque me han cambiado de puesto de trabajo por mis dificultades, todavía tengo que hacer bastantes esfuerzos, trabajar con rapidez y soportar cambios brus-

cos de temperatura, lo que me lleva a agotarme enseguida y sufrir caídas, inclusive la última trajo como consecuencia cinco puntos de sutura en la cabeza.

P. ¿En qué has mejorado?

Cuando estuve de baja, la vida cotidiana era más llevadera, sin prisas, sin agobios, haciendo alguna actividad en AENFIPA como fisioterapia y terapias psicológicas (ambas actividades a nivel individual y grupal). Pero ahora trabajando las cosas cambian, se me han vuelto a acentuar los dolores generalizados, las cefaleas, la fatiga, el cansancio, las dificultades de concentración, las limitaciones de los movimientos.

Gracias a AENFIPA, a los compañeros de la asociación y a aprender y llevar una actitud positiva, desarrollando estilos de vida saludables, programar actividades, relajación, etc., podemos todos vivir con esta enfermedad poco a poco.

P. ¿Cómo afrontas ahora el día a día?

Mi día a día hoy es casa-trabajo, trabajo-casa y, cuando puedo y los turnos me lo permiten, acudo a la asociación para asistir a sesiones de fisioterapia y terapia psicológica hacer un poco de ocio y poco más. Eso sí me encuentro todo el día agotado totalmente.

"A pesar de ser una enfermedad que se caracteriza por la presencia de un intenso dolor generalizado crónico, todos podemos con ella en mayor o menor medida...

...Cuando aceptamos el dolor, se aprende a reconocerlo y a saber lo que lo mejora o empeora. La paciencia puede ser una virtud importante, conseguir resultados puede tardar algún tiempo!"

QUÉ DIRÍAS A AQUELLAS PERSONAS QUE ACABAN DE DIAGNOSTICAR O QUE TIENEN CIERTAS SOSPECHAS DE PADECER FM.

Que a pesar de ser una enfermedad que se caracteriza por la presencia de un intenso dolor generalizado crónico, todos podemos con ella en mayor o menor medida, porque lo primero que tenemos que pensar es que no es una enfermedad mortal. Todas las personas que la padecemos pretendemos encontrar un tratamiento que elimine rápidamente los síntomas que tiene, pero desgraciadamente esto es casi siempre imposible, no hay nada mágico para la fibromialgia. Por ello, el primer paso para controlar el dolor es aceptarlo y asumir que el dolor puede persistir para siempre y que, por tanto, en adelante va a formar parte de nuestra vida. Cuando aceptamos el dolor, se aprende a reconocerlo y a saber lo que lo mejora o empeora. La paciencia puede ser una virtud importante, conseguir resultados puede tardar algún tiempo. No lo echar todo a perder porque se tenga "un día malo".

Una experiencia beneficiosa, para los que tenemos fibromialgia, es pertenecer a una asociación de afectados, como AENFIPA. En la asociación conseguimos sentirnos integrados en un colectivo de personas con problemas similares, con las que podemos compartir experiencias y sentirnos oídos y entendidos, conseguir asesoramiento, participar en actividades que en ella se organicen (fisioterapia, atención psicológica, etc.). Además la experiencia de hablar con personas que han pasado por los mismos problemas que uno mismo tiene, y sobre todo, en conocer la forma en que ellas han llegado a superarlos, supone un alivio para el aislamiento y la soledad que muchas veces conlleva la enfermedad.



UN MES PARA LA SOLIDARIDAD

El mes de noviembre para la Asociación de Hemofilia de Asturias ha sido gratamente solidario. Como presidente de la entidad quiero agradecer a la Compañía de Teatro "Rosario Trabanco" y la Hermandad Nuestra Señora del Rocío su colaboración.

El día 22 de noviembre en el Teatro Filarmónica de Oviedo, dicho grupo representó la obra de teatro "Baraxoles col difuntu" de José Ramón Oliva, una come-



Isabel hace entrega a Fernando Dopazo, Pte. de AheMAS lo recaudado en la exposición. Abajo, foto de familia de todos los colaboradores que trabajaron voluntariamente el tiempo que duró la exposición.



La Compañía de Teatro "Rosario Trabanco" y socios de AHEMAS.

dia costumbrista y en asturiano con la cual el público disfrutó muchísimo. La recaudación obtenida con la venta de entradas fue donada a la entidad para llevar a cabo sus proyectos sociales. Por ello, nos complace expresar una vez más nuestro agradecimiento y señalar que con acciones de este tipo nos engrandecemos todos.

Por otra parte, decir que del 23 al 30 de noviembre pudimos visitar la exposición de fotografía Isabel F. G. en el Salón de Actos de los Padres Capuchinos de Gijón. En esta ocasión el patrocinio de dicho evento corrió a cargo de la Hermandad Nuestra Señora del Rocío que como ya señalaba antes también donó los beneficios de las ventas fotográficas a la Asociación de Hemofilia. Gracias a todos ellos.



La actuación del Coro Rociero, clausuró la exposición.



SÍ

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



SOLIDARIA

www.xsolidaria.org

TU GESTO LO CAMBIA TODO

Síguenos en   #xsolidaria



entrevista con **Faustino**

BLANCO

Faustino Blanco (Gijón, 1953) es licenciado en Medicina y Cirugía por la Universidad de Oviedo. Médico Especialista MIR en Medicina Familiar y Comunitaria y médico estatutario del EAP del Centro de Salud de El Coto, en Gijón.

Desde 1983 hasta 1988 desempeñó trabajos de Asesoría Técnica en el Instituto Nacional de la Salud (INSALUD) de Asturias. En ese año fue nombrado Jefe del Gabinete de Estudios del citado Instituto. En 1991, abandonó el Insalud para incorporarse a la Administración Sanitaria del Principado de Asturias donde fue nombrado director regional de Salud Pública, hasta hacerse cargo, en 1994, de la Dirección Gerencia del Servicio de Salud del Principado de Asturias (SESPA). Desde Septiembre de 2002 hasta septiembre de 2004 formó parte de la Comisión de Dirección Para el Proyecto de nuevo HUCA.

P. ¿Podría comentarnos cuáles son los problemas más acuciantes de la sanidad asturiana en estos momentos?

En este contexto de amenaza de cierre de servicios, recorte de prestaciones y riesgo de pérdida de calidad asistencial debemos afrontar grandes retos que precisan la implicación de todos: gestores, profesionales y ciudadanos. Hemos de atacar las bolsas de ineficiencia para conseguir consolidar un sistema sanitario público más fuerte, pero sobre todo más eficiente manteniendo sus características básicas de universalidad, igualdad e equidad. Otras iniciativas en marcha tienen que ver con la reorganización del sistema para evitar duplicidades y fomentar un uso racional de los recursos por parte de profesionales y usuarios.

No obstante, casi 9 de cada 10 asturianos piensa que el Servicio de Salud auto-

consejero de sanidad del Principado de Asturias

nómico funciona bien o bastante bien, según los últimos datos del Barómetro Sanitario de 2012 que elabora el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, en colaboración con el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS). La cifra es más de 18 puntos superior a la satisfacción media del conjunto del país. Estos datos ponen de manifiesto el trabajo llevado a cabo por el Gobierno de Asturias para mantener una atención sanitaria equitativa, pública y sostenible a través de fórmulas muy alejadas del escenario de cierres, privatizaciones y penalización al usuario que propugnan las comunidades gobernadas por el PP.

P. Desde COCEMFE Asturias vemos imprescindible evitar el copago de fármacos de dispensa hospitalaria para pacientes no hospitalizados, aprobado por el Gobierno en el mes de septiembre de 2013 y que entró en vigor el 1 de Octubre, que afectaría especialmente a personas con enfermedades crónicas en situación de vulnerabilidad económica. Por el momento, el Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI), interpuso el pasado mes de octubre un recurso de

alzada que fue desestimado por Sanidad y se plantea presentar un recurso contencioso-administrativo, donde solicitará la anulación de la resolución, así como su suspensión cautelar. ¿Existe alguna posibilidad de dejar sin efecto esta medida? ¿Se va a comenzar a aplicar en nuestra Comunidad Autónoma este nuevo copago? ¿Con que criterio? ¿Qué complicaciones puede traer su implantación?

La Consejería de Presidencia presentó este otoño un requerimiento al Ministerio de Sanidad para que retirase la medida por entender que resta equidad al Sistema Nacional de Salud. La petición fue rechazada por lo que el Principado ha formalizado un recurso contencioso administrativo contra el copago de medicamentos hospitalarios que obliga a los pacientes no ingresados a abonar parte

El HUCA, que ha sido supervisado en su accesibilidad por los propios usuarios discapacitados, se encuentra hoy en el ámbito de la modernidad tecnológica y de la accesibilidad física.



laboración con COCEMFE y también con otras organizaciones que trabajan con la discapacidad. Los avances conseguidos desde el año 2004 con este programa Mejora de Rehabilitación Continuada han sido tan notables que en los dos últimos años, desde el inicio de la Legislatura en 2012, nos encontramos en un proceso de recuperación paulatina de la inversión que a través de las subvenciones nominativas apoyan la labor de los profesionales de COCEMFE, que han mantenido e incluso extendido sus prestaciones. Hay que destacar además las mejoras en la calidad de los recursos y la organización desde la entrada en funcionamiento de las instalaciones de Cocemfe en Viesques, de las que se benefician un gran número de usuarios.

de los medicamentos. A expensas del pronunciamiento judicial, nosotros no aplicaremos por el momento, el nuevo modelo de copago farmacéutico en vigor desde el pasado 1 de octubre y que afecta a 157 presentaciones de 43 medicamentos de uso hospitalario para enfermedades graves o crónicas. Este Gobierno entiende que la decisión del Ministerio dificulta el acceso de algunos pacientes a medicamentos muchas veces esenciales, lo que supone un riesgo para su salud y podría derivar en la práctica en un aumento de las personas que solicitan el ingreso para evitar costear la medicación, con el consiguiente retroceso. En último término el nuevo modelo de facturación resulta discutible en términos de ahorro económico dado que su puesta en marcha supone un gasto elevado que podría ser incluso equiparable a la recaudación prevista.

P. El programa "Mejora de Rehabilitación Continuada", que desde 2004 ha influido positivamente en la calidad de vida de muchas personas con discapacidad en Asturias, y en la actualidad llega a más de 500 usuarios, cumplirá este mes de octubre 10 años. Durante este tiempo ha cumplido con creces sus objetivos, al contribuir a mejorar la autonomía y el estado de salud de muchas personas con discapacidad. ¿Piensa seguir apostando por este tipo de actuaciones en el futuro?

Los programas de mantenimiento funcional de las personas con discapacidad son elementos esenciales para fomentar la autonomía, reducir la sintomatología, y mejorar, en definitiva, el bienestar de las personas con dificultades físicas y sensoriales. La Consejería de Sanidad apuesta por estos programas en co-

"A expensas del pronunciamiento judicial, nosotros no aplicaremos por el momento, el nuevo modelo de copago farmacéutico en vigor desde el pasado 1 de octubre y que afecta a 157 presentaciones de 43 medicamentos de uso hospitalario para enfermedades graves o crónicas".

P. ¿Qué objetivos prioritarios se plantea la Consejería que usted lidera para 2014 en relación con las personas con discapacidad?

La apertura de los dos nuevos hospitales en Asturias va a suponer una gran mejora en la calidad de los equipamientos, en los accesos y en

la atención general a los ciudadanos y ciudadanas de Asturias. El HUCA, que ha sido supervisado en su accesibilidad por los propios usuarios discapacitados, se encuentra hoy en el ámbito de la modernidad tecnológica y de la accesibilidad física. Junto a estos dispositivos asistenciales, Asturias trabaja en varios campos relacionados con las patologías poco frecuentes y con la cronicidad que han de repercutir en una mejora de la promoción y la prevención de salud. La puesta en marcha de escuelas de pacientes para mejorar la autoatención y el novedoso registro de enfermedades raras son dos hitos relevantes que señalan un horizonte de adaptación a nuevos métodos de atención. Finalmente, este año se pondrá en marcha la Fundación para la Investigación Biosanitaria, un proyecto regional que aporta una esperanza de innovación y de desarrollo para los enfermos y que concita por primera vez el interés de la sociedad asturiana, los empresarios, la universidad junto a la Administración sanitaria y el SESPA.



P. Este año se pondrá en marcha el nuevo HUCA. Dadas las expectativas que tal acontecimiento despierta en la población asturiana en general, y entre las personas con discapacidad, en particular, ¿podría indicarnos las principales líneas estratégicas para su puesta en servicio, así como la fecha de inicio de sus actividades?

El traslado del HUCA, buque insignia de la sanidad asturiana, estará completado en el primer semestre de este año, después de haber culminado este 21 de enero su primer hito con el inicio de la actividad en el servicio de radioterapia. Indudablemente será uno de los hospitales tecnológicamente más punteros de Europa. Representa un paso de gigante en el progreso y la consolidación del sistema público autonómico de salud con una medicina más segura y moderna que introduce novedades sustancia-

les como el incremento de la cirugía mayor ambulatoria y la reducción de la estancia media hospitalaria. Su puesta en marcha requiere desarrollar un plan que integre la incorporación progresiva de servicios y la necesaria evaluación de instalaciones y funcionamiento previo para garantizar su apertura con plenas garantías para profesionales y pacientes.

P. En lo referente a la intensificación, a nuestro parecer necesaria, de la formación continuada de los profesionales del ámbito sanitario (atención primaria y especializada) en materia de discapacidad o patologías crónicas ¿hay establecida alguna planificación para llevar a cabo acciones de carácter general, tales como jornadas, cursos o talleres?

Se está desarrollando en este año la estrategia de cronicidad para Asturias que contempla la actualiza-

ción de procesos en algunas de las causas de las enfermedades crónicas más prevalentes y en la atención a las consecuencias discapacitantes de las mismas. Hay en ese sentido un trabajo de planificación con los servicios que atienden enfermedades neurodegenerativas, enfermedades raras o poco frecuentes. El plan de formación para profesionales contempla este proyecto. Además, se realizan también actuaciones de visibilización y de mejora de la atención a discapacitados, como las que se resultan de las convocatorias de subvenciones para asociaciones de enfermos crónicos desde la Dirección General de Salud Pública o las específicamente programadas para enfermedades raras.

El avance de los trabajos llevados a cabo en Asturias para la implantación de un registro nacional de enfermedades raras (SIERA) permitirá disponer en el último trimestre de este año de un análisis más exhaustivo de los casos y enfermedades raras detectadas en la comunidad, un paso decisivo para mejorar la prevención, diagnóstico, pronóstico, tratamiento y calidad de vida de los pacientes con enfermedades raras y de sus familias. Al final del año, una vez depurada la información recogida, estará disponible un análisis más exhaustivo de los casos y de las diferentes entidades nosológicas.

A nivel global, de la Estrategia Nacional se ha planteado establecer un registro nacional de personas con enfermedades raras a partir de los diferentes registros autonómicos. Este sistema permitiría la devolución de datos a los pacientes sobre recursos sanitarios, recursos de investigación e información general sobre las enfermedades raras, así como la mejora del conocimiento sobre los determinantes y la distribución de las enfermedades raras.

Hemos llevado al Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud la necesidad de establecer unidades de referencia adecuadas para las diferentes enfermedades poco frecuentes, la eliminación de los copagos en estos enfermos así como la dotación de un fondo centralizado para los medicamentos huérfanos cuyos crecientes costes resultan cada vez más difíciles de afrontar en comunidades pequeñas como la asturiana u otras.

El objetivo que se persigue es el de promover y fomentar la investigación

y la evaluación del coste-efectividad de los medicamentos huérfanos (los fármacos que se utilizan específicamente para casos singulares en el tratamiento de las enfermedades raras), además de la vigilancia de posibles efectos secundarios. De esta manera, se facilita un mayor conocimiento para la toma de decisiones sobre medidas sociales, sanitarias y de política científica.

La puesta en marcha de escuelas de pacientes para mejorar la autoatención y el novedoso registro de enfermedades raras son dos hitos relevantes que señalan un horizonte de adaptación a nuevos métodos de atención.

P. En los últimos años se han realizado variadas actuaciones en relación con la aplicación en Asturias de la Estrategia en Enfermedades Raras del Sistema Nacional de Salud como campañas de visibilización o jornadas. Actuaciones importantísimas y necesarias para poder avanzar en la atención y el cuidado de los pacientes, pero también nos preocupa conocer si se abordarán otros de los objetivos contemplados en dicha estrategia como una mayor prevención y detección precoz de enfermedades raras, la atención sanitaria y sociosanitaria integral y multidisciplinar o el impulso a la investigación.



COCEMFE ASTURIAS cumple ya veinte años, un feliz acontecimiento que queremos compartir con nuestros lectores, haciéndoles partícipes de nuestra historia, aunque sea de forma resumida

El rápido crecimiento del movimiento asociativo de la discapacidad en Asturias durante los años noventa llevó a tres de las asociaciones con mayor representación entre las personas con discapacidad física y orgánica a constituirse en Asamblea con el fin de agrupar en una sola entidad a todas las asociaciones similares radicadas en el Principado de Asturias.



20 años UN LARGO Y FRUCTÍFERO CAMINO

El 27 de febrero de 1994 SE CONSTITUYE la CONFEDERACIÓN ESPAÑOLA DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA Y ORGÁNICA DE ASTURIAS, COCEMFE Asturias, recibiendo inicialmente el nombre de "FEDAS", con sede social en Gijón. En la asamblea constitucional fue elegido presidente por unanimidad **Mario García**, que poco después sería elegido asimismo presidente de Cocemfe Nacional, cargo que sigue ostentando y que compaginó durante varios años con la presidencia del CERMI.

Uno de los objetivos prioritarios de COCEMFE era la creación de una infraestructura capaz de romper la dispersión de actividades del número creciente de asociaciones de personas con discapacidad física y orgánica, para mejorar, por tanto, la promoción y la defensa de las condiciones de vida de estas personas, hasta

conseguir su plena integración social a través de una amplia gama de acciones reivindicativas, así como la gestión eficiente de las actividades y servicios correspondientes.

Muy pronto se hicieron necesarias unas instalaciones más amplias, capaces de albergar las crecientes actividades y prestaciones. En consecuencia, y gracias a la financiación del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales a través del IRPF y de la Fundación Once el 14 de octubre de 1999 **SE INAUGURÓ LA SEDE CENTRAL** de COCEMFE Asturias **EN GIJÓN**, en su actual ubicación de la calle Dr. Avelino González 5, cuyos locales mucho más espaciosos, posibilitaron la creación de aulas de formación adecuadas a la demanda existente.



Uno de los objetivos prioritarios de Cocemfe era la creación de una infraestructura capaz de romper la dispersión de actividades del número creciente de asociaciones de personas con discapacidad física y orgánica, para mejorar, por tanto, la promoción y la defensa de las condiciones de vida de estas personas, hasta conseguir su plena integración social a través de una amplia gama de acciones reivindicativas, así como la gestión eficiente de las actividades y servicios correspondientes.

Desde entonces hemos recorrido un largo camino. Nuestra Federación representa en la actualidad a 26 asociaciones de personas con discapacidad física y orgánica, y en el transcurso de estos veinte años COCEMFE Asturias, declarada de utilidad pública en 2003, ha concentrado sus esfuerzos en la puesta en marcha de múltiples proyectos, tales como LA CREACIÓN en 1999 del **CEE GRUPO INICIATIVAS DE COMUNICACIÓN INTEGRAL**, cuya plantilla está integrada por más del 80% de personas con discapacidad física u orgánica, o como **"APOYO Y CUIDADOS PARA LA CALIDAD DE VIDA EN ASTURIAS"**, empresa de ayuda a domicilio creada 2002, especializada en la atención a personas con discapacidad y/o dependencia, así como a mayores y niños, y cuya labor ha merecido en 2013 el **Premio Incorpora**, de **Obra Social "La Caixa"**.

La grave carencia de vehículos adaptados quedó subsanada en febrero de 2001, cuando nuestra Federación puso en funcionamiento el **SERVICIO DE TRANSPORTE ADAPTADO "PUERTA A PUERTA"**, que cuenta actualmente con seis vehículos. De su importancia baste mencionar que **en el último año ha sido utilizado por cerca de 26.000 personas, llevándose a cabo más de 10.000 servicios.**

En diciembre de 2003, se crea **LA FUNDACIÓN INICIATIVAS PARA LA DISCAPACIDAD** desde la que se promueve el impulso de cuantos proyectos y actuaciones contribuyan a mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad física y orgánica, trabajando con las entidades, tanto públicas como privadas, en todos los ámbitos, local, autonómico y nacional. Y firmando y gestionando los acuerdos y/o convenios necesarios a tal fin, como rehabilitación, voluntariado, atención a la dependencia, etc.



Conscientes de la enorme importancia que tiene la rehabilitación para las personas con patología crónica, COCEMFE Asturias, pone en marcha con el apoyo de la Consejería de Sanidad en setiembre de 2004 el **PROGRAMA MEJORA DE REHABILITACIÓN CONTINUADA**,

integrado por fisioterapeutas y logopedas, un servicio que se ha convertido en una de nuestras actividades "estrella", por su aceptación entre los más de 500 usuarios anuales que participan en el programa.

Los recursos convivenciales de COCEMFE Asturias se han convertido en un modelo consolidado de auténtico hogar para personas con alto grado de dependencia, proporcionando un alojamiento adecuado y el apoyo necesario para facilitar a los residentes la mayor autonomía posible y su inclusión plena en la sociedad. Así, en 2005 se inaugura en La Felguera **LA VIVIENDA CON APOYOS**, de titularidad de la **Consejería de Bienestar Social y Vivienda**, gestionada por **COCEMFE Asturias**, y en donde viven en la actualidad diez personas.



En noviembre de 2007 la Federación pudo hacer realidad un sueño largamente perseguido: la puesta en marcha del **CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA Y ORGÁNICA**, el primero de estas características en nuestra Comunidad, que vino a dar respuesta a las carencias existentes en materia de alojamientos para personas con discapacidad física y orgánica adultas, necesitadas de apoyo personal y social a causa su alto grado de dependencia.

Esta iniciativa capital fue posible gracias a la receptividad mostradas por el **Ayuntamiento de Gijón**, con la cesión de la parcela, así como el **Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales**, la **Fundación Once**, la **Consejería de Bienestar Social y Vivienda del Principado de Asturias**, la **Fundación la Caixa**, **Caja Madrid**, y la **Obra Social de Cajastur**.

En consecuencia, el CAI de Viesques, fue **inaugurado por Su Majestad la Reina Doña Sofía el 16 de abril de 2009**, fecha que ha quedado grabada con letras de oro en la historia de COCEMFE Asturias. El centro cuenta con **18 plazas para residente en régimen permanente y 3 temporales** y el centro del día con **30 plazas**.



Durante todo este tiempo COCEMFE Asturias ha hecho esfuerzos sustanciales para solucionar problemas tan graves como son las numerosas barreras en el entorno que impiden a las personas con discapacidad llevar una vida normalizada y en igualdad de condiciones que el resto de la población. En ese sentido, hemos participado de forma activa en la elaboración de la primera **LEY DE ACCESIBILIDAD Y SUPRESIÓN DE BARRERAS DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS**. Con el fin de avanzar en este campo esencial de nuestra actividad, en el año 2006 se creó la **OFICINA TÉCNICA DE ACCESIBILIDAD, OTA**, que se ha convertido en un servicio de referencia especializado en la difusión, la formación y el asesoramiento técnico y jurídico de la Accesibilidad Universal y el Diseño para Todos. En el transcurso de su función, la OTA colabora continuamente con nuestras asociaciones, las administraciones públicas, las empresas, las asociaciones de vecinos y los particulares, prestando su apoyo y asesoramiento en esta materia.

La situación de las mujeres con discapacidad ha sido desde siempre una preocupación constante para COCEMFE Asturias, consciente de la doble discriminación a que ven sometidas al añadirse a su condición de discapacidad la de ser mujeres. Por ello, llevamos a cabo una intensa y continua labor tendente a paliar esta situación, que ha desembocado en la puesta en marcha del **PROGRAMA "VIOLENCIA TOLERANCIA CERO"**, para prevenir la violencia de género contra las mujeres con discapacidad, proyecto que se ha hecho gracias al convenio de colaboración entre **COCEMFE** y **Obra Social "La Caixa"**.



FECHAS DESTACADAS

- 1994 COSNTITUCIÓN DE COCEMFE ASTURIAS
- 1999 SE CREA EL CEE GRUPO INICIATIVAS
- 2001 SE PONE EN MARCHA EL SERVICIO DE TRANSPORTE PUERTA A PUERTA
- 2002 SE CREA LA EMPRESA APOYO Y CUIDADOS PARA LA CALIDAD DE VIDA EN ASTURIAS
- 2003 COCEMFE ASTURIAS ES DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA
- 2004 COMIENZA EL PROGRAMA MEJORA DE REHABILITACIÓN CONTINUADA
- 2005 SE INAUGURA LA VIVIENDA CON APOYOS EN LA FELGUERA
- 2006 SE CREA LA OFICINA TÉCNICA DE ACCESIBILIDAD
- 2007 PUESTA EN MARCHA DEL CAI DE COCEMFE ASTURIAS
- 2009 SM LA REINA DOÑA SOFÍA INAUGURA EL CAI DE COCEMFE ASTURIAS
- 2014 INAUGURACIÓN DE LOS LOCALES DE OVIEDO

COCEMFE Asturias a través de su Comisión de Educación y con el Apoyo de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte, lleva a cabo el **PROGRAMA "EDUCAR TAREA DE TODAS LAS PERSONAS"** con el objetivo fundamental de Apoyar al alumnado con Necesidades Educativas Especiales y sus familias en todas aquellas situaciones en las que necesite ayuda para conseguir su plena integración educativa y social, incluyendo la formación a todos los agentes educativos para un trato adecuado ante una persona con Discapacidad.

Sin duda, una de las apuestas más importantes de nuestra Federación ha sido la creación y el desarrollo del **SERVICIO DE INTEGRACIÓN LABORAL, SIL**, nacido en el año 1999, ante la necesidad vital de potenciar el acceso al empleo de las personas con discapacidad, condición imprescindible para su integración plena en la sociedad.

Con la próxima inauguración, en el año 2014, **DE TRES NUEVOS LOCALES EN OVIEDO**, COCEMFE Asturias verá satisfecha una vieja necesidad, surgida de la existencia de un importante número de asociaciones en esta ciudad y su entorno. El primero de los locales, sede de nuestro Hotel de Asociaciones, en el cual las entidades federadas pueden disponer de despachos en unas modernas instalaciones, el segundo local cuenta con un aula de formación homologada, lo que posibilita que el SIL de COCEMFE Asturias pueda impartir los cursos de formación programados cada año en el Plan anual de Formación de COCEMFE Asturias, además de prestar el servicio de orientación en materia de empleo. Por último, el tercer local estará destinado a gimnasio, en el cual desarrollar el programa Mejora de Rehabilitación Continuada, que hasta ahora se venía llevando

a cabo en distintos Centros de Salud de Oviedo.

Estas mejoras han sido posibles en virtud del convenio de Cesión del Patrimonio firmado con el **Ayuntamiento de Oviedo**. Para la equipación de estos locales se contó con el apoyo de la **Fundación Once**, la **Consejería de Bienestar Social** y la **Obra Social de Cajastur**.

En estos últimos años, la grave crisis económica que azota a nuestro país ha marcado, como no podía ser de otra forma, la trayectoria de COCEMFE Asturias, levantando mayores obstáculos y retos más difíciles para el conjunto de nuestras actividades. Por ello hemos tenido que esforzarnos con mayor ahínco para alcanzar nuestros objetivos. Alguno de nuestros proyectos, como la entrega anual de premios COCEMFE Asturias, se ha tenido que suspender lamentablemente, con el fin de emplear los recursos, cada vez más escasos, en otras actividades vitales para nuestras asociaciones.

No nos hemos dejado amilanar por esta situación adversa. Hemos redoblado esfuerzos para seguir cum-

En estos últimos años, la grave crisis económica que azota a nuestro país ha marcado, como no podía ser de otra forma, la trayectoria de COCEMFE Asturias, levantando mayores obstáculos y retos más difíciles para el conjunto de nuestras actividades.

pliendo nuestra imprescindible labor social en favor de las personas con discapacidad, buscando, como siempre, llegar a todos los ámbitos en que se desarrolla su vida, luchando por la inclusión más completa posible y la mayor autonomía de las personas con discapacidad.

Sólo nos queda **agradecer sinceramente a todos los que han hecho posible, con su trabajo, su dedicación y su generoso apoyo, esta trayectoria de COCEMFE Asturias al servicio de la discapacidad**, y hacer votos por la continuación, con mayor ímpetu si cabe, de nuestra lucha a favor de los derechos de las personas con discapacidad.



EL SERVICIO DE INTEGRACIÓN LABORAL

UN HITO FUNDAMENTAL DE COCEMFE ASTURIAS



Equipo técnico del SIL Asturias.

Si existe un referente en la historia de nuestra Federación, este lo constituye el SIL, que nace en 1999 como respuesta ante la situación de desigualdad en el empleo y, en consecuencia, la necesidad de establecer un cauce para luchar por su promoción y su integración en la vida social y laboral.

En sus 15 años de existencia, este Servicio ha formado parte de la columna vertebral de Cocemfe Asturias y es, por el número de beneficiarios, el más demandado por las personas con discapacidad.

El Área de Formación y Empleo ofrece también otras oportunidades de mejorar la empleabilidad, impartiendo cursos de formación, brindando la posibilidad de acceder a un empleo digno a través de la agencia de colocación, y desarrollando los programas y talleres que a lo largo de los últimos años han beneficiado a miles de demandantes y de empresas.

Como ejemplo, baste citar que este año, coincidiendo con el quince aniversario de su creación, el SIL ha llegado a las 2.000 ofertas de empleo, de las cuales, 1.000 se han gestionado durante los últimos cinco años a través de su bolsa activa de empleo, dato este cuyo valor adquiere pleno significado al enmarcarlo en la crítica situación económica por la que atraviesa nuestra Comunidad.

De este modo, COCEMFE Asturias sigue siendo la entidad de referencia para el empleo de las personas con discapacidad del Principado de Asturias, y constituye el único agente colaborador del Servicio Público de Empleo especializado en personas con discapacidad que está acreditado como Agencia de Colocación.

Otro dato a tener en cuenta son las más de 4.600 empresas que se encuentran en nuestra bolsa, las cuales conocen la entidad y las actividades que realiza, ya sea por las visitas de las promotoras laborales, por la tra-

mitación de sus ofertas de empleo, por pertenecer al círculo de empresas empleadoras, etc. Por otro lado, son más de 5.200 los usuarios que han demandado nuestros servicios de manera activa, tanto en lo referente a la orientación laboral como a la intermediación especializada.

Todo ello constituye un hito en la historia del SIL, a lo que hay que añadir que el 98% de las empresas que utilizan este servicio valoran de forma positiva las intermediaciones realizadas, y la totalidad de las que contrataron volverían a contar con una persona con discapacidad para su empresa.

Desde la Redacción de serCapaz queremos expresar nuestra felicitación más cordial a todos cuantos han hecho posible y siguen luchando por los objetivos que definen a la Federación y a su Servicio de Integración Laboral.



DANZA Y GLOBOS PARA LA ESPERANZA



Un año más, COCEMFE Asturias acompañada por sus nueve asociaciones de enfermedades "raras", o poco frecuentes, y otras entidades que por esta condición habían sido invitadas, celebraron por todo lo alto el **DÍA INTERNACIONAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS**.

Este día se celebra el 28 de febrero, y cada cuatro años el 29, es decir, un día "poco frecuente" para visibilizar a los miles de personas que en el mundo conviven con **más de 7.000 enfermedades** catalogadas de esta manera.

Nuestra Confederación quiso hacer de ello un día festivo para que todas las personas que así lo desearan pudieran participar en los diversos actos programados. Por ello, adelantó parte de la celebración al domingo 23. La plaza de la Constitución de Oviedo se llenó de ciudadanos deseosos de participar, manifestando con su presencia su solidaridad a los representantes de las asociaciones, personas afectadas y sus familias, que un año más pudieron sentir el calor y la empatía de la población asturiana.

Fueron numerosos los ingredientes que convirtieron la jornada en un gran éxito, comenzando por la inestimable colaboración de **la Asociación**

"Levántate y Danza", que desinteresadamente impartió talleres de Danzas del Mundo, y a los que concurrió un gran número de participantes. Posteriormente se lanzaron globos de todos los colores al cielo, repartidos entre niños y mayores por el grupo **"Saltantes Teatro"**, que animaron y divertieron el acto con sus alegres y coloridos disfraces. También se repartieron camisetas a cambio de un donativo, con la leyenda **"LA INVESTIGACIÓN NUESTRA ESPERANZA"**.

Además, como no podía ser de otro modo, hubo espacio para la reivindicación, a través de la lectura de un manifiesto, introducido por la Vicepresidenta de COCEMFE Asturias, **Mónica Oviedo**, y leído por cada uno de los representantes de las once asociaciones allí presentes.

En el acto participaron distintos representantes políticos, como la Concejala de Centros Sociales y Juventud del Ayuntamiento de Oviedo, **Cova-**



donga Díaz, el Director General de Salud Pública, **Julio Bruno** y el Director General de Políticas Sociales, **Enrique Rodríguez Nuño**, a todos los cuales agradecemos su presencia y su colaboración en el desarrollo de este Día Internacional de las Enfermedades Raras o poco frecuentes.

COCEMFE ASTURIAS, PRESENTA EL PROGRAMA DE DIFUSIÓN SOBRE ENFERMEDADES RARAS PARA 2014

Coincidiendo con el Día Mundial de las Enfermedades Raras, Cocemfe Asturias, junto con varias de sus asociaciones federadas que representan a las personas con enfermedades de baja incidencia en nuestra Comunidad, quisieron emitir un mensaje a la ciudadanía mediante la presentación en una rueda de prensa del programa de difusión y sensibilización que llevarán a cabo durante 2014 en colaboración con la Consejería de Sanidad del Principado de Asturias.



Rueda de prensa en la sede de Cocemfe Asturias.



Julio Bruno, Mónica Oviedo y Eva Illán.

En el acto estuvieron presentes, además de los representantes de las asociaciones, la Vicepresidenta de Cocemfe Asturias, **Mónica Oviedo**, el Director General de Salud Pública, **Julio Bruno** y la Concejala de Bienestar del Ayuntamiento de Gijón, **Eva Illán**.

Mónica Oviedo hizo una exposición detallada acerca de las necesidades más perentorias de las personas con estas enfermedades, que afectan a **5 de cada 10.000 habitantes**, adelantando una parte de las actividades que tendrán lugar a lo largo de este año en cuatro áreas sanitarias de Asturias.

Cabe destacar el ciclo de charlas cuyo objetivo es lograr una mayor visibilización de las enfermedades poco frecuentes, dirigidas a los agentes sanitarios, sociales, laborales, así como a la población en general.

La primera de ellas, totalmente perfilada, **tendrá lugar el próximo 7 de abril, en el Auditorio Príncipe Felipe de Oviedo**, contará con especialistas médicos en neurología, neumología y rehabilitación que tratan a estos pacientes en diferentes momentos de su vida, como en el diagnóstico, tratamiento especializado, etc.

El resto de las charlas se impartirán en las áreas sanitarias de **Jarrio, Arriondas y Langreo**, durante los meses de junio, septiembre y diciembre de 2014. El material utilizado, junto con las conclusiones y aportaciones realizadas en el transcurso de las Jornadas, serán publicados una vez finalizado el ciclo de charlas y servirá como hoja de ruta para seguir trabajando con la Consejería de Sanidad en la mejora de las necesidades de las personas afectadas por una enfermedad rara o poco frecuente.

Mónica Oviedo, aprovechó la rueda de prensa para presentar la página web creada con el propósito de que los usuarios puedan hacer un seguimiento de las conferencias, y también ofrecer información y noticias relacionadas con las enfermedades raras y las asociaciones que representan a las personas. Asimismo informó que **a través de las redes sociales, incluidas en la web, cualquier persona podrá participar en cada una de las charlas, realizando preguntas que se trasladarán en directo y serán respondidas utilizando este medio o la web habilitada al efecto.**

Se realizará un ciclo de charlas cuyo objetivo es lograr una mayor visibilización de las enfermedades poco frecuentes, dirigidas a los agentes sanitarios, sociales, laborales, así como a la población en general.

El Director General de Salud Pública avanzó que en breve se presentarán las conclusiones de un macroestudio sobre enfermedades poco frecuentes en Asturias. Igualmente, la Concejala de Bienestar Social del Ayto. de Gijón anunció que en estos momentos están trabajando, en colaboración con diferentes asociaciones, en la confección de un plan para la accesibilidad integral y la no discriminación de todas las personas.



LA EMPRESA APOYO Y CUIDADOS

PREMIADA POR SU COMPROMISO CON EL EMPLEO DE LAS PERSONAS EN RIESGO DE EXCLUSIÓN SOCIAL

El pasado 29 de octubre tuvo lugar en el Hotel ovetense de La Reconquista la entrega de premios del Programa "Incorpora", de la Obra Social La Caixa, que llegan a su quinta edición, y están destinados a reconocer públicamente la buena labor de las empresas participantes en el citado programa.

"Incorpora" es un programa de intermediación laboral basado en las necesidades del tejido social y empresarial, que pretende estimular y garantizar la integración en la empresa de las personas de difícil inserción en el mercado de trabajo. Desde su inicio, este proyecto ha logrado crear 1.172 puestos de trabajo en Asturias.

En el Principado son seis las entidades sociales que conforman la Red Incorpora, entre las cuales figura COCEMFE Asturias. Con este motivo asistió al acto su vicepresidenta, Mónica



Los premiados del programa Incorpora y autoridades.

Ureña, junto con varios representantes del Servicio de Integración Laboral de nuestra Federación.

El consejero de Economía y Empleo del Principado, **Graciano Torre**; el director territorial de La Caixa en Asturias y Castilla-León, **José Manuel Bilbao**, y el director general de la

Fundación La Caixa, **Jaime Lanaspá**, entregaron los galardones a las empresas que resultaron premiadas en esta edición.

Entre ellas queremos destacar "**Apoyo y Cuidados para la Calidad de Vida en Asturias**", a la que estamos unidos por una vinculación especial, lo cual supone para COCEMFE Asturias un motivo de orgullo y satisfacción.

"Apoyo y Cuidados" es una empresa pequeña, creada en el año 2004 con vocación y disposición para desarrollar la ayuda a domicilio, y orientada hacia la atención a personas mayores y personas con

"Incorpora" es un programa de intermediación laboral basado en las necesidades del tejido social y empresarial, que pretende estimular y garantizar la integración en la empresa de las personas de difícil inserción en el mercado de trabajo. Desde su inicio, este proyecto ha logrado crear 1.172 puestos de trabajo en Asturias.

Para oír bien

AUDIOLOGIA
SUÁREZ BASCARRÁN
25 Años de experiencia

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

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

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

Restauración
Rehabilitación
Conservación
Eficiencia energética

esfer

RRCCO

esfer.es 985 299 619



Laura Martínez fue la encargada de recoger el premio.

RELACIÓN DE PREMIADOS:

CATEGORÍA GRAN EMPRESA

Grupo Tragsa

CATEGORÍA MEDIANA EMPRESA

Grupo ITMA

CATEGORÍA PEQUEÑA EMPRESA

Apoyo y Cuidados para la Calidad de Vida en Asturias

ACCÉSIT

SS Facility Services
Ayuntamiento de Laviana
La Tiendina de Pando

discapacidad dependientes. Sus servicios se han ido incrementando a lo largo de sus años de actividad, ofreciendo una gran variedad de prestaciones en la mejora de la calidad de vida de las personas dependientes y mayores, y en el fomento de su autonomía personal, tanto en los domicilios como en los entornos más próximos a los usuarios.

Laura Martínez, coordinadora de "Apoyo y Cuidados", subrayó al recoger el premio el importante estímulo que este supone para seguir trabajando en sus objetivos y continuar la colaboración con el programa "Incorpora", dados los resultados positivos obtenidos. Además, resaltó el trabajo y esfuerzo de toda la plantilla (el 35 por ciento de la misma con discapacidad), sin cuya valiosa aportación no hubiera sido posible alcanzar los fines propuestos.

Desde COCEMFE Asturias queremos dar la enhorabuena al resto de galardonados, al tiempo que los animamos continuar apostando por la excelencia en el trabajo para conseguir la más amplia inserción laboral de las personas con discapacidad.



A la entrega del premio acudió una representación de la Junta directiva y trabajadores de COCEMFE Asturias.

SYTEL
comunicaciones

- Centrales Telefónicas
- Instalación y Mantenimiento

Tifs: 652 080 236 - 652 080 237 Instalador Autorizado Panasonic

Ayuntamiento de Castrillón



Desde sus inicios COCEMFE ha instado a sus trabajadores a profundizar en su capacitación. Desde la primera edición de la Universidad Técnica de Verano hasta la actual hemos pasado centenares de trabajadores para adquirir una formación que nos haga mejores en nuestras funciones y a su vez más competitivas a las entidades a las que pertenecemos.

La experiencia es un conocimiento que cuando se combina con la formación y se comparte con otros aumenta mucho el valor del aprendizaje. Por eso creo que desde los inicios se ha procurado formar a los técnicos en grupos heterogéneos donde pudieran compartir su experiencia. Algunos recordamos cómo en los primeros años de este siglo desde Servicios Centrales de COCEMFE se organizaron encuentros de coordinación de los SIL, o SIL'es (como se quiera), don-

La experiencia es un conocimiento que cuando se combina con la formación y se comparte con otros aumenta mucho el valor del aprendizaje.

de se presentaban trabajos muy serios y buenas prácticas en la constitución y realización de los primeros Servicios de Integración laboral. Aquella formación fue excelente por la organización, por los formadores y por la idoneidad de su enfoque y metodología. Resultado de aquel impulso organizativo es que muchos de aquellos alumnos son ahora algunos de los mejores directivos de las organizaciones de COCEMFE por todo el territorio.

El motivo de este título en inglés es que, a mi modo de ver, los españoles padecemos de un complejo que hace lo foráneo mejor que lo propio. Así el título "El camino de la

Por Ignacio Ramírez Páyer
Responsable del Área de formación y empleo

THE WAY OF TRAINING AND EXPERIENCE

"EL CAMINO DE LA FORMACIÓN Y LA EXPERIENCIA"

formación y la experiencia" podría resultar un título aburrido. Pero ¿no es peor e incluso un poco extravagante y presuntuoso, el de "The way of training and experience"?

Algunos de los viajes y asistencia a congresos o foros internacionales para la cooperación e intercambio de experiencias en materia de empleo resultaron reveladores en este aspecto. Todavía me resulta reciente la visita de 48 horas a un congreso internacional para el que recorrí cerca de 20.000 Kilómetros. Sin albergar ninguna esperanza de comodidad o espacios para el ocio. Sólo por conocer y compartir experiencias. Sólo por saber ¿Qué nos falta para estar con los mejores?

Y creo que ese complejo está totalmente infundado. Ni en Italia, ni en México, tampoco en Irlanda o en Rumanía están mejor que nosotros. No nos falta nada porque estamos ahí, en el pelotón de cabeza. No sería justo decir que a pesar de disponer de menos medios que otros somos los que mejor hacemos este trabajo. Es evidente que hay mucho que mejorar porque los problemas para los que trabajamos no están aún resueltos y eso debería suponer suficiente motivación para mejorar, cada uno, en nuestros desempeños.

En estos momentos donde las presiones para la realización de nuestra labor son tantas, donde se cuestiona cada programa, proyecto y cada actuación tenemos que sacar fuerzas de flaqueza y perseverar en la convicción aprendida en aquellos encuentros de coordinación de que formarse y propiciar el intercambio de experiencias es lo que nos hace mejores.

En los últimos años los técnicos del Área de formación y empleo de COCEMFE Asturias han tomado más de 53 cursos, asistido al menos a dos jornadas anuales y participado en 5 intercambios internacionales. Este ha sido el camino seguido.



EL ABILITY+ CUMPLE SUS OBJETIVOS

El Salón de actos del Centro Municipal del Coto de Gijón acogió en noviembre de 2013 el acto de clausura y la entrega de diplomas del proyecto ABILITY+, desarrollado por COCEMFE Asturias, en el marco del convenio suscrito con la ALPEE del Ayuntamiento de Gijón.

Este acto forma parte del programa de actividades de "Empleo en tu barrio" organizado por la Agencia Local de Promoción Económica y Empleo de Gijón.

Con la presencia de numeroso público, entre los que se encontraban usuarios del programa y familiares, así como distintos representantes del Ayuntamiento de Gijón y de COCEMFE Asturias, **Isidora Soto**, Orientadora Laboral expuso el desarrollo del proyecto durante los meses que estuvo en práctica, período en que se alcanzaron holgadamente los objetivos propuestos, como lo constatan los datos que se traducen en los 300 demandantes con discapacidad atendidos, así como las 96 empresas visitadas y los 64 alumnos partici-

pantes en los talleres de búsqueda de empleo y píldoras de redes sociales.

Joaquín Miranda, Jefe del Departamento de Orientación Laboral en la Agencia Local de Promoción Económica y Empleo del Ayuntamiento de Gijón, y **Mónica Oviedo**, Vicepresidenta de COCEMFE Asturias, fueron los encargados de la entrega de diplomas, así como de cerrar el acto. Ambos estuvieron acompañados por el responsable del SIL de COCEMFE Asturias, **Ignacio Ramírez Páyer**, junto con otros técnicos del Área de Formación y Empleo adscritos a este proyecto.



Entrega de diplomas.

EL PROYECTO

En un contexto de profunda crisis, en el que en Gijón se contabilizan en 2013 1.800 personas con discapacidad que no han logrado acceder un puesto de trabajo, el proyecto **ABILITY+** tiene como fin revertir esta grave situación, mediante una serie de acciones que faciliten la inserción en el mercado laboral de las personas con discapacidad.

No en vano, el proyecto **ABILITY+** ha sido elegido mejor práctica europea por el *EUROPEAN OBSERVATORY CITIES AND TOWNS FOR ALL*, cuya comisión de valoración publicará la ficha resumen del proyecto como una buena práctica de política orientada a las personas con discapacidad.

EUROPEAN OBSERVATORY CITIES AND TOWNS FOR ALL es un espacio de intercambio de experiencias entre municipios que tiene por objetivo promover ciudades y pueblos en los que las personas con discapacidad de cualquier tipo puedan desarrollar un proyecto de vida de una manera respetuosa y en igualdad de condiciones.

TRABAJANDO POR LA MEJORA DE LA AUTONOMÍA PERSONAL

CURSO PATROCINADO POR CAJASTUR

El 20 de diciembre de 2013, en la sede central de COCEMFE Asturias en Gijón, tuvo lugar el acto de clausura del curso "La figura del asistente personal en personas con discapacidad física y orgánica" impartido por COCEMFE Asturias con el objetivo de proporcionar a los participantes en el mismo, las competencias necesarias para ejercer labores de apoyo en la vida cotidiana a personas dependientes, y promover con ello su autonomía.

El curso, de cincuenta horas de duración, contó con una subvención de la **Obra Social y Cultural de CajAstur** para profundizar en el desarrollo personal y profesional de los trabajadores que decidan dedicar sus servicios al cuidado de las personas dependientes.

El Asistente Personal, constituye actualmente una figura imprescindible, reconocida por la Ley 39/2006, de 14



Entrega de diplomas a los participantes del curso.

de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia, con el fin de garantizar su autonomía personal, la igualdad de oportunidades y su dignidad humana cuando estén afectadas por una discapacidad o enfermedad graves, condiciones que les impiden desenvolverse por sí mismas en los distintos ámbitos.

Se consigue este fin, con la implantación y desarrollo de un catálogo de servicios y prestaciones, que entre otras cosas facilite una existencia autónoma en su medio habitual, todo el tiempo que sea posible, que proporcione un trato digno en todos los ámbitos de la vida personal, familiar y social, y facilite la incorporación activa en la vida de la comunidad.

Alumnas y profesoras en una de las clases impartidas.



El Asistente Personal, constituye actualmente una figura imprescindible, con el fin de garantizar a las personas en situación de dependencia, su autonomía personal, la igualdad de oportunidades y su dignidad humana cuando estén afectadas por una discapacidad o enfermedad graves.

Desde la Consejería de Bienestar Social se contempla la posibilidad de que personas con dependencia moderada (grado II) puedan acceder al asistente personal

Esta figura muy demandada por las personas con discapacidad dependientes, tiene como finalidad la promoción de la autonomía, que facilite el acceso a la formación y al trabajo de los mismos, así como una vida más autónoma para realizar las ABVD. Desde el 1 de julio de 2013 la Consejería de Bienestar Social y más concretamente desde la Dirección de Atención a la Dependencia se le ha dado un giro, contemplando también la posibilidad de que no sólo lo soliciten las personas con gran dependencia, sino que se extiende a personas con dependencia moderada (grado II), y se le añade una finalidad más, para aquellos que demuestren que también sería necesario para participar activamente en entidades sociales, algo pionero en nuestra comunidad autónoma.

Ante esta nueva situación y ante una posible incremento de la demanda, nos exige a las entidades, ofrecer a nuestros profesionales la posibilidad de optar a una formación específica del colectivo concreto con el que trabajan.

El curso **"La figura del asistente personal en personas con discapacidad física y orgánica"** gratuito para los participantes, dirigido a profesionales del sector, fue impartido por un equipo multidisciplinar de psicólogas y trabajadoras sociales de COCEMFE Asturias, compuesto por **Laura Martínez, Jessica García Brión y Carmen Insúa**.

También prestaron su colaboración las profesionales **Lidia Pérez**, de Aspace Gijón, **Beatriz Vázquez**, de Asempa, junto con **Rebeca Gómez y Vanesa Elías**, de CAP Gijón. A todas ellas, así como a **Baudilia Fernández Berdejo**, de Asempa, que transmitió sus experiencias y punto de vista de persona afectada, les agradecemos su valiosa ayuda, que contribuyó a la excelente valoración por parte de las 14 alumnas participantes, las cuales recibieron el diploma acreditativo entregado por la Vicepresidenta de COCEMFE Asturias, **Mónica Oviedo**.

COCEMFE ASTURIAS PONE EN MARCHA EL PROGRAMA DE FOMENTO DE LA AUTONOMÍA PERSONAL CON EL APOYO DEL MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD

Este proyecto, tiene como objetivo fundamental fomentar la autonomía personal de personas con discapacidad física y orgánica, integradas en las 26 asociaciones que forma parte de la entidad, cuyas necesidades no estén siendo cubiertas por otra entidad o administración.

Mediante el desarrollo de este proyecto se llevan a cabo actuaciones de apoyo y de mejora de la calidad de vida de personas con discapacidad dependientes; a través de un equipo multidisciplinar formado por trabajadores sociales, fisioterapeutas, logopedas, técnicos de accesibilidad quienes valorarán cada una de las situaciones personales que se presenten, para proponer un programa de atención individualizada (PIA) que conlleve la realización de actuaciones enmarcadas



Un usuario en rehabilitación (Programa Mejora).

a mejorar y/o mantener su autonomía y funcionalidad mediante acciones de rehabilitación, logopedia, información sobre recursos sociales, medios técnicos, asesoramiento sobre eliminación de barreras arquitectónicas en el hogar y entornos próximos, así como posibles ayudas económicas y ayuda a domicilio especializada (a través de la figura del asistente personal) que sin duda contribuirá a mejorar su grado de dependencia, mejorando la autonomía, propiciándole mayor desenvolvimiento para realizar las ABVD.

Consecuentemente, todas estas actuaciones, no sólo repercuten en una mejor calidad de vida para la persona beneficiaria directamente, sino también un mayor bienestar emocional y socio-familiar, para el entorno más próximo a ellas.

Por Laura Martínez. Trabajadora Social de COCEMFE Asturias

El Programa Fomento de la Autonomía Personal esta patrocinado por:



 POR SOLIDARIDAD OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

ARRANCA EN ASTURIAS, UNA NUEVA FASE DEL PROYECTO "VIOLENCIA: TOLERANCIA CERO"

Desde su puesta en marcha en 2010, el programa llegó a 252 mujeres, detectándose 32 casos de violencia, que fueron derivados a los servicios especializados.

Con el fin de detectar y prevenir la violencia contra las mujeres con discapacidad, Cocemfe Asturias pone en marcha una nueva etapa del proyecto contra la violencia de género de la que algunas son víctimas.

La Asociación de Mujeres Discapacitadas de Asturias, AMDAS LA FONTE, como miembro de la Confederación Estatal de Mujeres con Discapacidad (entidades ambas integradas en COCEMFE), colabora en Asturias con el proyecto, **con el fin de ofrecer apoyo profesional a las mujeres con discapacidad, especialmente vulnerables ante la violencia y que también requieren un tratamiento específico ante las situaciones de maltrato.**

En esta nueva fase, además de los talleres de apoyo psicosocial dirigidos a nuevos grupos de mujeres con discapacidad, se llevarán a cabo cursos de formación en la prevención de la violencia de género, dirigidos a profesionales del tercer sector. Asimismo se realizarán talleres de consolidación y seguimiento con mujeres atendidas en años anteriores.

El presidente de COCEMFE Asturias, Mario García, destaca "la importancia del programa a la hora de luchar contra la discriminación múltiple de las mujeres y niñas con discapacidad, las cuales están mucho más expuestas a la violencia de

género, al abuso sexual, al abandono y al maltrato físico y psicológico".

"Si para las mujeres sin discapacidad es muy difícil salir de la violencia por todos los condicionantes y dependencias psicológicas y socioeconómicas a las que se enfrentan, para las mujeres con discapacidad es aún más complejo. Están en un entorno más hostil", denuncia el presidente de la Confederación.

Tal y como detalla Mario García, "con esta iniciativa estamos proporcionando a las mujeres objeto de maltrato los instrumentos para lograr su empoderamiento, que sean las protagonistas de su propia vida y tomen sus propias decisiones. Y para ello se intenta que sean conscientes de la situación que están viviendo, que abandonen cualquier sentimiento de culpa que las haga pensar que se lo merecen precisamente por tener una discapacidad, se busca incrementar sus bajos niveles de autoestima y que sean ellas mismas las que encuentren las posibilidades que hay en su entorno para acabar con la violencia".

Asimismo, el programa tiene un enfoque preventivo con el que se dota a las mujeres participantes de las herramientas y nociones necesarias para detectar y evitar posibles maltratos en el futuro, desde los más sutiles hasta los que se presentan de la forma más violenta.



Marta Diego, Técnico del programa en Asturias.

Las personas interesadas en participar, tanto en los talleres para mujeres con discapacidad y sus familias, como en los cursos de formación para técnicos, pueden contactar con nosotras a través del correo electrónico.

marta@cocemfeasturias.es

BARTUSOL, s.l.
pinturas industriales

Talleres y Oficinas
C/ Tecnología, Nº 293. Veriña de Abajo (33691 - Gijón)
Tel. 985 329 615 - Fax: 985 322 342 - E-Mail: bartusol@fade.es

PROIMA **MEBRASTIUS**

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

www.proima.es

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

COCEMFE ASTURIAS COLABORA EN EL ESPACIO SOLIDARIO DE LA UNIVERSIDAD DE OVIEDO

En el marco del Programa "Espacio Solidario" de la Universidad de Oviedo, técnicos de COCEMFE Asturias impartieron un curso sobre discapacidad en la Facultad de Formación del Profesorado y Educación los pasados 26 y 27 de febrero.

El equipo técnico de COCEMFE Asturias, compuesto por trabajadores sociales y técnicos en formación y accesibilidad, todos ellos con gran experiencia, centraron su programa formativo en materias como "El uso adecuado del lenguaje", "El trato adecuado a las personas con discapacidad", "La inserción laboral de personas con discapacidad", "Reflexiones sobre ergonomía de los puestos de trabajo", "Accesibilidad Universal y Diseño para Todos".

Asistieron al curso alrededor de **75 alumnos**, lo cuales participaron activamente en las dinámicas propuestas por los profesionales, y cuyo interés en la materia quedó patente en el transcurso del amplio debate suscitado tras la finalización de las materias expuestas.

El objetivo esencial de esta formación específica estuvo encaminada a dotar a los alumnos de la Universidad de Oviedo de conocimientos generales sobre



la discapacidad, las necesidades de este colectivo, así como las barreras y obstáculos con que se encuentran en el entorno de su vida diaria.

El Espacio Solidario, tutelado por el **área de Proyección Social del Vicerrectorado de Estudiantes**, es un punto de encuentro para el desarrollo de iniciativas relacionadas directamente con la responsabilidad social universitaria. Una de las actuaciones más destacadas es el programa de voluntariado, en colaboración con diferentes organizaciones sociales.

Para COCEMFE Asturias constituye una gran satisfacción **contribuir al acercamiento de las circunstancias y necesidades concretas de las personas con discapacidad a los alumnos universitarios asturianos.**

SEM
SIEMPRE EN MOVIMIENTO

Vda. de Martínez Laviada, s.a.
Transportes - Cisternas - Frigoríficos - Carga general
Crta. AS-18, Km 21.9 - Puente Rocas, s/n. 33211 Gijón
Telf. Administración: 985 167 535 - Fax: 985 167 791
Telf. Transporte: 985 321 286 / 321 500 - Fax: 985 327 951

zitrón
Empresa Líder en Sistemas de Ventilación
AUTOVÍA AS - II, Nº 2.386 - POLÍGONO DE ROCES (C.P 33392 Gijón)

ORTOPEDIA
BAZAR MEDICO ASTURIANO
Sillas de Ruedas
Fajas Ortopédicas y Lumbostatos
Calzado con Contrafuerte y Plantillas a Medida
Camas Articuladas, Grúas Traslado Enfermos
Ayudas a Tercera Edad
Nueve de Mayo, 17 - 33002 Oviedo - Tel.: 985 225 820 - Fax: 985 228 529
E-mail: barzama@terra.es



BUENAS Y MALAS PRÁCTICAS EN ACCESIBILIDAD

Por primera vez publicamos esta sección tan sólo con noticias en positivo, es decir "buenas prácticas en accesibilidad", ya que al cierre de esta edición no había llegado a nuestra redacción queja ni denuncia alguna derivadas de las "malas prácticas en accesibilidad".

BUENAS PRÁCTICAS

PROYECTO EN4DIS

ENTORNOS VIRTUALES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD

El Ayuntamiento de Gijón, a través del Consejo de Administración del Centro Municipal de Empresas de la ciudad, acordó aprobar una ayuda municipal para este proyecto, presentado a la Convocatoria 2013 de Plataformas de Desarrollo Empresarial.

El EN4DIS tiene como objetivo desarrollar una aplicación móvil que aproveche las ventajas que las TICs ofre-

cen a las personas con discapacidad y/o movilidad reducida, para poner a disposición de las mismas la información relativa a la accesibilidad y la evacuación de diferentes entornos, que engloban desde edificios hasta espacios de uso público.

La aplicación constará de dos módulos diferenciados, uno de creación de entornos e itinerarios y otro de visua-

El proyecto tiene como objetivo desarrollar una aplicación móvil que aproveche las ventajas que las TICs ofrecen a las personas con discapacidad y/o movilidad reducida, para poner a disposición de las mismas la información relativa a la accesibilidad y la evacuación de diferentes entornos, que engloban desde edificios hasta espacios de uso público.



OFICINAS DE INFORMACIÓN TURÍSTICA MÁS ACCESIBLES

La Sociedad Mixta de Turismo de Gijón se ha propuesto como objetivo, con la asistencia de los servicios de la OTA de COCEMFE Asturias, la mejora de la accesibilidad de los servicios de información turística ofrecidos por el servicio municipal Infogijón.

Infogijón cuenta con una oficina principal, abierta todo el año, y un punto de información que habitualmente presta sus servicios durante

los meses de junio a octubre, en Semana Santa y en determinados puentes festivos.

Nuestro propósito es que estos servicios resulten accesibles universalmente, y que sus entornos y servicios sean comprensibles y se puedan usar por por todas las personas, en condiciones de seguridad y comodidad, de la forma más autónoma y natural posible.

lización. De este modo, en una sola aplicación se pondrá al servicio de los usuarios la capacidad de generar nuevos entornos y, posteriormente, poder visualizarlos. Se pretende que toda la información se encuentre alojada en un servidor central, de tal modo que sea una aplicación ligera con la que se descargue únicamente la información que se desea consultar. A diferencia de otras soluciones que requieren de amplios conocimientos técnicos previos, esta aplicación permite a cualquier usuario generar nuevos entornos, que podrán registrar fácilmente toda la información, lo cual permitirá al usuario una fácil y rápida consulta.

Este proyecto supone la colaboración entre una entidad tractora: **COCEMFE Asturias**, dos Pymes del municipio de Gijón: **Oxígeno Empresarial** e **Innova**, y un Centro Tecnológico situado en Gijón: la **Fundación Prodintec**.

PUEDA CONTACTAR CON LA OTA EN:
C/ Dr. Avelino González, 5 bajo. 33211- Gijón
TJ 985 396 855 / 985 396 913 - accesibilidad@cocemfeasturias.es

Esta sección está abierta a todas las personas que deseen colaborar, haciéndonos llegar sus quejas y sugerencias en materia de accesibilidad, así como las mejoras y buenas prácticas detectadas. Para ello, pueden escribir al siguiente correo: accesibilidad@cocemfeasturias.es



OFICINA TÉCNICA DE ACCESIBILIDAD
para la Edificación, Urbanismo y Transporte

ACCESIBILIDAD DE LA FUTURA PLAZA DE ABASTOS DE LA CORREDORIA

El Ayuntamiento de Oviedo ha decidido conferir máxima prioridad a la accesibilidad del futuro mercado de abastos de La Corredoria, financiado con fondos del "plan Urban" de la Unión Europea.

El Ayuntamiento tiene prevista la apertura del mercado para este año 2014. Se estima que serán favorecidos por el mismo los más de 18.000 vecinos de La Corredoria, así como otros tantos de los barrios colindantes.

La accesibilidad del mercado, así como la de su entorno, es una de las sugerencias que ha recogido la comisión de seguimiento del "plan Urban", compuesta por representantes de comerciantes, asociaciones de La Corredoria, así como sindicatos, el Ayuntamiento, la Cámara de Comercio, la Universidad de Oviedo



Mercado de abasto en La Corredoria (Oviedo).

y COCEMFE Asturias. Dentro de las sugerencias recogidas por la Comisión, cabe destacar la de formar en la atención a personas con discapacidad a los futuros comer-

ciantes del Centro. El Ayto. de Oviedo ha confiado en la Oficina Técnica de Accesibilidad de COCEMFE Asturias al fin de realizar un estudio de propuestas destinado a mejorar la accesibilidad en el entramado urbano del barrio de La Corredoria y accesos a la plaza de abastos.

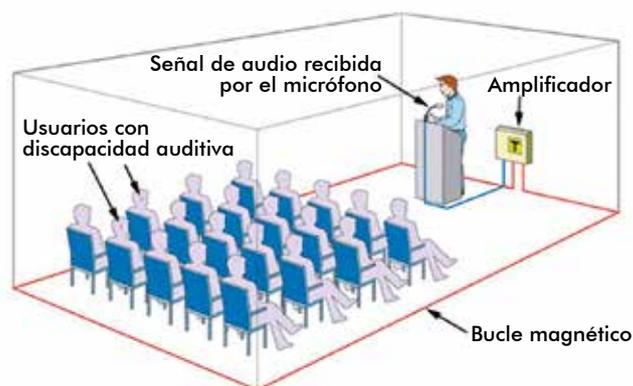
LA UNIVERSIDAD DE OVIEDO INSTALA BUCLES MAGNÉTICOS PARA MEJORAR LA ACCESIBILIDAD DE LAS PERSONAS CON PÉRDIDAS AUDITIVAS

La Universidad ha instalado en sus campus de Oviedo, Gijón y Mieres, **bucles magnéticos que facilitan la audición a personas con pérdida auditiva**. La actuación se enmarca dentro de las acciones estratégicas de accesibilidad llevadas desde el Campus de Excelencia Internacional, y ha sido coordinada desde la Oficina de Atención a Estudiantes con Necesidades Específicas (ONEO), del vicerrectorado de Estudiantes.

Los bucles han sido instalados en el Aula Magna del Edificio Histórico, el Aula

Magna de la Facultad de Economía y Empresa, ambas en el campus de El Cristo, en el Aula Magna de la Escuela Politécnica de Mieres y en la antigua Aula Magna de la Escuela Politécnica de Ingeniería de Gijón. Los espacios han sido seleccionados entre los que mayor número de actividades acogen a lo largo del año, procediéndose a señalarlos adecuadamente.

Desde COCEMFE Asturias aplaudimos esta buena práctica, que facilita el acceso a la Universidad a los estudiantes con discapacidad



auditiva en igualdad de condiciones que aquellos que no tienen una discapacidad. Queremos resaltar además que nuestra entidad, a través de su Oficina Técnica de Accesibilidad (OTA), prestó asesoramiento para las actuaciones que se llevaron a cabo en la Escuela Politécnica de Ingeniería de Gijón, tanto para la instalación de un bucle magnético como para otras mejoras en materia de accesibilidad.

BREVES

incorpora
OBRA SOCIAL "LA CAIXA"
CON LA INTEGRACIÓN LABORAL

EL DIRECTOR GENERAL DE POLÍTICAS SOCIALES VISITA NUESTRO CAI



El director general de Políticas Sociales, **Enrique Rodríguez Nuño**, realizó el pasado 12 de febrero una visita al Centro de Atención Integral de COCEMFE Asturias de Gijón, donde fue recibido por una representación del Comité Ejecutivo de la entidad, **Mónica Oviedo**, **Sigifredo Lena** y **Cristina Fernández Amado**, y en cuya compañía recorrió las instalaciones, tras lo cual se trasladaron a las oficinas centrales de COCEMFE.

El objetivo fue conocer de cerca las instalaciones y las actividades de los profesionales que trabajan día a día para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad y sus familias. Rodríguez Nuño recorrió las distintas áreas y departamentos en los que está estructurada la Confederación, interesándose por el desarrollo de los distintos servicios y proyectos que hay actualmente en marcha, entre otros, el *Programa de Rehabilitación Continuada "Mejora"*, el *Transporte Adaptado*, la *Accesibilidad*, los *cursos de Formación* y la *Inserción Laboral*.

426 PUESTOS DE TRABAJO CREADOS EN 2013 EN ASTURIAS POR LA OBRA SOCIAL "LA CAIXA" PARA PERSONAS EN RIESGOS DE EXCLUSIÓN

La Obra Social "La Caixa" ha creado 426 puestos de trabajo para personas en riesgo de exclusión en nuestra comunidad a lo largo de 2013, lo cual supone 180 más que en 2012. Estos datos han sido ofrecidos por Alicia Mas directora del área de negocio de la entidad en la rueda de prensa celebrada en la sede de COCEMFE Asturias el pasado 19 de marzo.

En la misma estuvieron presentes Mónica Oviedo y Carmen Fernández, representando a COCEMFE Asturias y Afesa, dos de las entidades sociales que desarrollan el programa en Asturias. Junto a las dos anteriores, las entidades que participan en el programa son Faedis, Fundación Adsis, Cruz Roja Asturias, y Asociación Cultural Norte Joven Mieres.

La directora de la empresa "Apoyo y Cuidados" **Laura Martínez**, premiada recientemente por la entidad y que colabora con esta iniciativa intervino para presentar un balance totalmente positivo, con quince personas contratadas por su empresa desde 2009, fecha de su colaboración con el programa "Incorpora", y gracias a la intermediación laboral y asesoramiento de los técnicos de inserción integrados en el programa.

En la actualidad el 30 por ciento de la plantilla está compuesta por personas con discapacidad, en su mayor parte mujeres. No sólo se ha conseguido su inserción en el mercado de trabajo, sino que más de la mitad de los contratos son indefinidos.

www.latabernadelpiano.es
restaurante@latabernadelpiano.es

Industrial Olmar, Sociedad Anónima

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

GRUPOTAPIA

Tel. 985 21 29 56
www.grupotapia.com

SEGURIDAD Y TELECOMUNICACIONES

CONSULTORÍA DE EMERGENCIAS PREVINSAs

Polígono Industrial Riaño, 3 Nave 5. 33920 Langreo (Asturias)
Tel. +34 985 269 537. Fax: +34 985 269 538
www.previnsa.com



cajAstur

EL PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO HOSPITALARIO, SIGUE CONTANDO UN AÑO MÁS CON EL APOYO DE CAJASTUR

CAJASTUR apoya un año más el desarrollo del PROGRAMA DE ACOMPAÑAMIENTO HOSPITALARIO del HOSPITAL CENTRAL DE ASTURIAS; motivado en gran parte, por los resultados tan positivos obtenidos hasta la fecha, y por el valor que ha tenido para las personas que se han beneficiado y sus familiares.

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

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

Desde su inicio, se han atendido a más de 800 pacientes, lo que supone más de 15.800 horas de atención en los diferentes servicios hospitalarios (neumología, rehabilitación, digestivo, etc.), ejecutadas por una plantilla de cuatro trabajadoras con discapacidad, con un perfil profesional específico y adecuado a las funciones a desempeñar.

Las personas interesadas en el programa pueden encontrar más información en los carteles distribuidos por las diversas áreas hospitalarias del HOSPITAL CENTRAL DE ASTURIAS (HUCA) en las unidades de trabajo social y en las unidades de enfermería del Hospital, así como en las instalaciones de la sede de nuestra empresa.

COCEMFE ASTURIAS RECIBE LA VISITA DE UNA DELEGACIÓN DEL SERVICIO PÚBLICO DE EMPLEO DE RUMANÍA

COCEMFE Asturias acogió el pasado 27 de marzo, un grupo de técnicos y directivos del Servicio Público de Empleo Rumano. Es la tercera vez en pocos meses que recibimos una visita proveniente de este país para conocer la metodología de intervención de nuestro Servicio de Integración Laboral y las acciones más innovadoras y eficaces en la mejora de la empleabilidad de colectivos desfavorecidos.

Tras ser recibidos en nuestra sede central por la Vicepresidenta de COCEMFE Asturias **Mónica Oviedo**, han conocido las instalaciones y asistido a una presentación multimedia donde informamos de las actividades relacionadas con el SEPEPA. Después han compartido una acción grupal del programa de acompañamiento con demandantes del mismo. Tras el descanso visitaron el centro de Atención Integral de Viesques, siempre acompañados por el responsable del Área de Formación y Empleo **Ignacio Ramírez**.

Este intercambio de experiencias ha estado propiciado por el Director de la Oficina de empleo del Coto, **José Manuel Valderrey** y guiado en su desarrollo por la consultora **Judit Pereiro** de la empresa DEX a quienes agradecemos la oportunidad que nos ha brindado de compartir esta jornada de trabajo.

VitalCentro

Tercera Edad
www.vitalcentro.com

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

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

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

Mojete Murciano

Ingredientes para 4 personas:

1 bote de ½ kg de tomate en conserva, 2 latas de atún (en escabeche o en aceite), 1 cebolla tierna, 2 huevos cocidos, 150 gr de aceitunas negras, aceite de oliva y sal.

Elaboración:

Una vez abierto el bote de tomate en conserva, se vierte su contenido sobre un plato o una fuente plana; tras cortar con un cuchillo muy fino, se vierte sobre una ensaladera.

La cebolla se pela y corta previamente también muy fina, para echarla después en la ensaladera sobre el tomate, junto con el atún.

Tras cocer los huevos más de 5 minutos hasta que estén duros, se trocean haciendo rodajas que se esparcen sobre la ensaladera sobre los otros ingredientes. Las aceitunas también se reparten por encima.

Finalmente se echa una miaja de sal, y se rocía la preparación con un buen chorro de aceite de oliva. Se ha de remover el mojete bien para que los ingredientes se mezclen de forma homogénea y se empapen del aceite de oliva.



Caldeirada

Elaboración:

En una olla grande puesta con agua al fuego se echan la cebolla picada, la sal (al gusto) y las patatas peladas y cortadas en trozos grandes, dejando que cueza todo mansamente en un hervor continuo.

Cuando la cocción esté casi terminada, se incorporan el laurel y los pescados por este orden: cabeza de merluza, rape, rodaballo, cabracho y merluza, debiendo transcurrir un minuto entre un pescado y otro.

Cuando todo esté a punto se añade la salsa ajada (elaborada según costumbre), y se continúan los hervores suaves durante 2 ó 3 minutos. Si es preciso, se rectifica de sal.

Se sirve, muy caliente, en cazuela de barro o en el caldero de cocción.

Ingredientes para 4 personas:

1,2 kg de rodaballo (en 6 trozos de 200 gr), 1,5 kg de patatas gallegas, 1 cabracho de 1 kg (troceado en 6 partes), 900 g de merluza o pescadilla (en 6 trozos de 150 g), 900 g de cola de rape (en 6 trozos de 150 g).

Una cabeza grande de merluza troceada, ajada en crudo (aceite, ajo, pimentón dulce), 2 hojas de laurel, cebolla.

Carajitos

Ingredientes para 4 personas:

1kg de avellanas peladas, sin tostar, 1 kg de azúcar, claras de huevo (las que precise).

Elaboración:

Pelar perfectamente las avellanas procurando quitar bien todos los trozos de cáscaras. Triturar las avellanas con la picadora eléctrica o en un mortero hasta obtener un grano fino y homogéneo.

Las avellanas molidas se mezclan con el azúcar y se añade la clara de huevo, poco a poco, hasta conseguir una masa lo suficientemente espesa y que permita formar bolitas.

Formar unas bolas del tamaño de una nuez grande, y disponerlas en una placa de horno engrasada.



Cocer en el horno a 200°C unos 20 minutos hasta que queden dorados.



Torre Vieja



Almuñécar



Tenerife

Ampliación del programa de VACACIONES COCEMFE 2013

COCEMFE amplía su Programa de Vacaciones IMSERSO-COCEMFE 2013, financiado por el IMSERSO y Fundación ONCE, con el objetivo de permitir al colectivo disfrutar de su tiempo de ocio en igualdad de condiciones y/o aliviar sus dolencias en los viajes realizados a balnearios, potenciando su integración y autonomía en destinos de primera categoría.

La ampliación del programa se desarrollará en la primavera de 2014 y se prevé que viajen un total de 668 personas. Se han programado un total de 16 turnos de vacaciones con destinos a playas, islas y balnearios, de los cuales cuatro viajes serán durante las vacaciones de Semana Santa. Entre las novedades de la ampliación, el programa cuenta con los destinos de Cullera (Valencia) y Sanxenxo (Pontevedra).

Además, se realizarán otros cuatro viajes "especiales de COCEMFE" en los que podrá participar cualquier persona, independientemente de si ha viajado o va a viajar con el Programa IMSERSO-COCEMFE 2013.

El presidente de COCEMFE, Mario García se muestra satisfecho tras comprobar que "un año más, y ya llevamos 27, el Programa de Vacaciones ha facilitado disfrutar de su tiempo de ocio en igualdad de condiciones a las personas con discapacidad que más dificultades tienen para viajar, puesto que siempre tienen prioridad aquellas con menor poder adquisitivo y un mayor grado de discapacidad, el cual se sitúa en torno al 70% de media".

Durante el año 2013 viajaron con COCEMFE un total de 2.080 personas y se realizaron 50 turnos de vacaciones. Más de 30.000 personas se han beneficiado de un ocio accesible, inclusivo y normalizador en los 27 años de vida del Programa de Vacaciones IMSERSO-COCEMFE.

En lo que respecta a nuestra CC.AA, 61 Asturias han podido beneficiarse de este programa durante el año pasado, con una edad media de 57 años y un grado medio de discapacidad del 63%. El 62% de estos viajeros fueron hombres frente al 38% de mujeres.

ESPECIAL COCEMFE*

TURNOS	FECHA	DESTINO	HOTEL
30.1	18-27/02/14	Playa de las Américas (Tenerife)	Zentral Center (4*)
30.2	03-12/03/14	Playa de las Américas (Tenerife)	Zentral Center (4*)
31.1	17-28/03/14	Balneario de Cuntis (Pontevedra)	La Virgen (4*)
31.2	19-28/03/14	Alboraya (Valencia)	Olympia (4*)

*Atención: En estos 4 turnos podrá participar cualquier persona, independientemente de si ha viajado o va a viajar durante el Programa 2013 (Junio 2013 - Mayo 2014).

SEMANA SANTA

TURNOS	FECHA	DESTINO	HOTEL
33	12-20/04/14	Benidorm (Alicante)	Dynastic (4*)
34	12-20/04/14	Oropesa del Mar / Marina D' Or (Castellón)	Gran Duque (4*)
35	12-20/04/14	Torre Vieja (Alicante)	Cabo Cervera (3*)
36	12-20/04/14	Almuñécar (Granada)	H.A. Turismo Tropical



PLAYAS

TURNOS	FECHA	DESTINO	HOTEL
31	03-12/03/14	Conil de la Frontera (Cádiz)	Confortel Calas de Conil (4*)
32	20-29/03/14	Cullera (Valencia)	Cullera Holiday (4*)
39	04-13/05/14	Peñíscola (Castellón)	Ágora (4*)
40	05-15/05/14	Benidorm (Alicante)	Dynastic (4*)
42	19-28/05/14	Sanxenxo (Pontevedra)	Troncoso (3*)

ISLAS

TURNOS	FECHA	DESTINO	HOTEL
37	23/04-02/05/14	Arguineguín (Gran Canaria)	Dorado Beach (3*)
41	13-22/05/14	Santa Ponsa (Mallorca)	Complejo Santa Ponsa Park y Pionero (3*)

TERMALISMO

TURNOS	FECHA	DESTINO	HOTEL
38	30/04-11-05/14	Balneario de Cuntis (Pontevedra)	La Virgen (4*)

DIRECTORIO DE ASOCIACIONES FEDERADAS A COCEMFE-ASTURIAS



FRATER
Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad
 C/ Somiedo, 20 Bajo J. 33012 Oviedo
 Tl 635 537 384 - info@frater-asturias.org



PRÁMARO
Asoc. Prámaro para la Integración de los Discapacitados
 Casa de Cultura. C/ Cerro de la Muralla, s/n. 33820 Grado
 Tl 985 750 841 / 657 138 199 - asociacionpramaro@yahoo.es



UMA
Unión de Discapacitados del Principado de Asturias
 C/ Balmes, 19 bajo. 33204 Gijón.
 Tl 985 360 438 / 134 306 - Fj 985 360 438
 info@umasturias.org - www.umasturias.org



ASNEFI
Asoc. Asturiana de Neurofibromatosis
 Avda. de Roma, 4 Bajo Despacho 1 - 33011 Oviedo
 Tl 605 357 665
 asnefi@yahoo.es



DIFAC
Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca
 C/ Sabino Álvarez Gendín, 26 bajo. 33402 Avilés
 Tl 985 551 501
 difac95@yahoo.es - www.difac.es



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



AADEM
Asoc. Asturiana de Esclerosis Múltiple
 C/ Monte Gamonal, 37 bajo. 33012 Oviedo.
 T/Fj 985 288 039
 aadem@adem.org - www.aadem.org



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



FQ
Asoc. Asturiana contra la Fibrosis Quística
 C/ Avda. de Roma, 4 bajo. 33011 Oviedo
 Tl 985 964 592
 fq@fqasturias.org - www.fqasturias.org



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



AHEMAS
Asoc. de Hemofilia de Asturias
 Hospital Central. C/ Julián Clavería, s/n. 33006 Oviedo
 T/Fj 985 230 704
 asoasturias@hemofilia.com



ASOCIACIÓN AS.GU.DI.
 Ctra. Valdepareas - San Juan de Prendonés, s/n
 33476 Valdepareas (El Franco)
 T/Fj 985 637 792 - asgudi@hotmail.com



ASOCIACIÓN PARKINSON ASTURIAS
 C/ Amsterdam, 7 bajo. 33011 Oviedo
 Tl 985 237 531 - Fj 984 081 868
 aparkas@parkinsonasturias.org / aparkas@hotmail.com
 www.parkinsonasturias.org



ASEMPA
Asoc. de Enfermos Musculares del Principado de Asturias
 C/ Severo Ochoa, 53 bajo, 33210 Gijón
 T/Fj 985 165 671
 asemasturias@hotmail.com



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



APACI
Asoc. de Padres y Amigos de Cardiopatías Congénitas
 Parque Ave Mª, s/n. Centro Social de Otero. 33008 Oviedo
 Tl 984 281 091 / 630 145 659
 apaciacardiopatias@gmail.com - www.apaci.es



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



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



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



ASOCIACIÓN ASTURIANA DE ATAXIAS "COVADONGA"
 C/ Covadonga, 22. 2º. 33201 Gijón
 Tl 985 097 152
 feramado@telecable.es



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



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



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



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



ALAS
Asociación Lúpicos de Asturias
 C/ Instituto, 17 2º A. 33201 Gijón
 Tl 985 172 500 - Fj 985 170 538
 lupusasturias@telefonica.net - www.lupusasturias.org



CHySPA
Asoc. Chiari y Siringomielia del Principado de Asturias
 Avda. Roma, 4. Despacho Nº 2. 33011 Oviedo
 Tl 628 537 931 - chiariasturias@hotmail.com

SUBSCRIPCIONES Y COLABORACIONES

Tlf. 985 396 855 - comunicacion@cocemfeasturias.es



LA CALZADA: Ateneo Obrero de La Calzada, 1 - Teléfono: 985 18 14 07

EL LLANO: Río de Oro, 37 - Teléfono: 985 18 52 40

ZONA CENTRO: Palacio Valdés, 2 (Gota de Leche) - Teléfono: 985 18 26 20

COTO: Plaza de la República, s/n - Teléfono: 985 18 17 40

CONTRUECES: Río Narcea, 2 - Teléfono: 985 18 15 24

ARENA: Canga Argüelles, 16 y 18 - Teléfono: 985 18 16 20

NATAHOYO: La Estrella, s/n - Teléfono: 985 31 03 43

GIJÓN - SUR: Ramón Areces, 7 - Teléfono: 985 18 16 44

PUNTOS DE INFORMACIÓN

MONTEANA: Centro Cívico de Monteana - Teléfono: 985 31 18 77 - Calzada 985 18 14 07

LA CAMOCHA: Charles Chaplin, s/n - Teléfono: 985 13 60 11



Fundación Municipal de Servicios Sociales
Ayuntamiento de Gijón

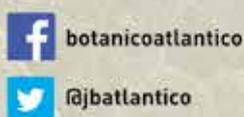


Plántate en el Botánico

Descubre los nuevos recorridos recomendados
para personas con movilidad reducida.

Y además... visitas guiadas para grupos y un
completo programa de actividades durante todo
el año. Consulta nuestra programación en
www.botanicoatlantico.com

Gijón



Más información y reservas en la Taquilla del Jardín Botánico.
Teléfono: 985 185 130
Mail: informacion.botanico@gijon.es