

serCapaz

NÚM. 22 INVIERNO 2005. Año V

NÚM. ISSN: 1699-1125

ENTREVISTA



Severino García Vigón
Presidente de FADE

REPORTAJE



De compras en la ciudad
¿una utopía?

DEPORTES



II Forum Asturiano
de deporte adaptado

I Edición de los
PREMIOS
COCEMFE-ASTURIAS



Inauguración del
PROYECTO
NARANCO

en

eQual  naranco

THERA TRAINER®

Especialmente recomendados para:

- Minusvalía del aparato locomotor
- Tercera edad
- En general en caso de disminución de movimiento
- Reumatismo
- Esclerosis múltiple
- Problemas cardiológicos
- Problemas cardiocirculatorios
- Artrosis
- Atrofia muscular
- Enfermedad de Parkinson
- Paraplejia
- Ataque de apoplejia
- Pacientes de diálisis



THERA vital

Para la preparación y la ayuda del tratamiento del movimiento terapéutico, el THERA-vital es el compañero ideal. La terapia de movimiento del THERA-vital cuida del paciente para el mantenimiento de sus naturales funciones corporales.



THERA fit plus

Regálese sencillamente las dos cosas. Incluso si afuera reina un vendaval y está nevando, Ud. está sentado confortablemente en su sala y se deja mimar mediante suaves movimientos de piernas o cuerpo sin tener que renunciar a sus demás placeres.



THERA live

Con el THERA-live usted puede continuar su terapia de Reha y hacer gimnasia fácilmente en su hogar. De esta manera usted puede continuar siendo independiente, para cada día.



S-max EL SUBEESCALERAS para su silla de ruedas

C-max EL SUBEESCALERAS universal

- Ideal para escaleras estrechas o de caracol - adecuado para toda clase de moquetas. Los bordes de los peldaños no sufren deterioro
- Sistemas de escalar de nuevo desarrollo - ligero cambio de carga para una fácil maniobra y un seguro manejo
- Un seguro concepto madurado, con frenos automáticos de seguridad que frenan en cada borde de los escalones
- La velocidad es libremente seleccionable adecuado para cualquier situación de escalada
- Caben casi en todos los maleteros
- Medidas compactas y peso reducido
- Seleccionable un funcionamiento escalón por escalón con un máximo y suave confort para el manejo y escaladas



SUMARIO

ASOCIACIONES

- 04 PARKINSON ASTURIAS
11 NEUROFIBROMATOSIS

ACTUAL

- 20 Entrevista con
Severino García Vigón
23 Proyecto Naranco
26 Premios COCEMFE-ASTURIAS

CONOCER

- 30 De compras por la ciudad.
¿Una utopía?
34 1ª Guía de Turismo
Accesible de Gijón
37 Murderball.
Mad Max juega al rugby

ESPACIO ABIERTO

- 40 CACE 2005. X Concurso de Relatos

VIVIR

- 49 Ocio

serCapaz, nº 22. Invierno 2005.

Consejo de redacción: Enrique Fernández, Eva de las Heras y Mónica Oviedo.

Diseño y Maquetación:

C.E.E. Grupo Iniciativas de Comunicación Integral, S.L.
C/ Jove y Hevia, 31 bajo. 33211- Gijón (Asturias).
Tlf.: 985 392 290 - Fax: 985 990 187.

www.grupoiniciativas.com

Impresión y Fotomecánica: Gráficas Eujoa (Asturias).

Colaboradores: Salomé García-Falces, Beatriz Martínez, Ana Mª Boullosa, Dolores Santos, José Miguel Suárez, Cristina Argüelles, Elma S. Vega, Jaime Poncela, Eduardo Álvarez, José Alberto Fernández, Cristina Fernández.

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

Ponemos a vuestra disposición un nuevo número de nuestra revista, con reportajes, artículos, opiniones y todo lo que creemos puede ser de vuestro interés. Otros muchos asuntos se han tenido que quedar en el tintero por falta de espacio, pero estamos trabajando ya en la próxima publicación.

Nos interesaba conocer el punto de vista de los empresarios asturianos respecto a asuntos de tanto calado social como la empleabilidad de las personas con discapacidad. Por ello hemos acudido a una autoridad en esa materia en nuestro Principado, el Presidente de la Federación Asturiana de Empresarios **D. Severino García Vigón**, quien amablemente respondió a nuestras preguntas.

Asimismo en este número os informamos ampliamente sobre desarrollo de la **Primera Edición de los Premios COCEMFE-ASTURIAS**, creados como reconocimiento a empresas e Instituciones que han apoyado nuestras causas y proyectos y que han constituido todo un éxito como lo demuestra el interés suscitado en los distintos sectores sociales implicados.

COCEMFE-ASTURIAS, sigue avanzando en el desarrollo de importantes proyectos, tales como la puesta en marcha del **Equal Naranco**, proyecto de la Unión Europea dirigido a la promoción laboral entre los colectivos más desfavorecidos socialmente o el convenio firmado recientemente con el **Colegio de Ingenieros de Informática** del Principado de Asturias, con el fin de facilitar el acceso a las nuevas tecnologías de las personas con discapacidad.

Confiamos en que este número de serCapaz que hoy ponemos en vuestras manos cumpla con los fines de información y conocimiento en un entorno cada vez más complejo e interactivo.

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



Exposición

La Sala de Exposiciones del “Café Español” acogió del 15 al 29 de noviembre, bajo el título “*Convivir con la enfermedad de Parkinson*”, una muestra de trabajos realizados por varios de sus socios. Se aprovechó la ocasión para mostrar de forma fácil y sencilla las características más significativas de la enfermedad de Parkinson, pues resulta ser *un mal tan desconocido como complejo* a pesar de que causa un gran impacto en la vida de quienes la padecen y a pesar de que la sociedad paga un alto precio por ella, siendo por el número de personas afectadas la segunda enfermedad neurológica de nuestro país.



Los enfermos de Parkinson, familiares y amigos que formamos parte de la **Asociación Parkinson Asturias** quisimos que vierais cómo es nuestro día a día; que conocierais lo que supone padecer la enfermedad de Parkinson y todos los problemas asociados a este trastorno. La sociedad, las familias, e incluso los enfermos tenemos mucho que aprender de la enfermedad de Parkinson para conseguir minimizar y erradicar las importantes repercusiones que tiene: ¡cuánto sufrimiento ocasiona a los afectados!, ¡cuánto gasto

genera a la sociedad! Los síntomas, que son muy invalidantes, y el rechazo que sufre el afectado cuando las manifestaciones de la enfermedad provocan situaciones desconcertantes o sorprendentes para quien las desconoce, son factores favorecedores del aislamiento social que muchos enfermos padecen. De ahí la necesidad de hacer todos los esfuerzos posibles para divulgar todos los problemas que acarrea. La desinformación y el aislamiento pueden ser tan nefastos como la misma enfermedad.



Divulgativa



El origen de la exposición estuvo en una pelota. Fue creada y realizada por un afectado de Parkinson ante la dificultad que tenía para hacer uno de los ejercicios que se hacen en las sesiones de Fisioterapia y que consiste en dar masaje a un compañero con una pelota. Nos pareció muy ingeniosa y nos interesamos en conocer si era una creación puntual o si había realizado otros “artilugios” y nuestra sorpresa fue descubrir que tanto **José Luis Rial**, que es el creador, como muchos de los socios afectados desarrollaban una intensa actividad manual y que había cosas que merecía la pena darlas a conocer. Entonces pensamos que podría ser una oportunidad para hacer un poco de labor divulgativa y de sensibilización de lo que significa padecer la enfermedad y de lo que significa convivir con el enfermo, pues, aunque seguro que todos oímos hablar del mal de Parkinson, la inmensa mayoría lo traduce o asocia con persona mayor y con temblor y es una enfermedad neurológica degenerativa, crónica y que resulta muy invalidante.

Constatar que todas las personas con las que tuvimos que tratar para que fuera realidad la exposición pasaban pronto de una escucha atenta, pero algo perpleja, a un entusiasmo por colaborar en el

proyecto. Y como ejemplo os cuento: pedimos a un ingeniero especialista en mecánica su valoración de la pelota-masaje y este profesional nos dio una respuesta técnica sobre la pelota-masaje y se hacía una pregunta que él mismo responde:

“¿Que hay detrás de esas manos torpes, lentas y temblorosas debido al Parkinson para que sean capaces de hacer esto? ¿Cómo pueden hacer esto cuando tanto les cuesta mantener agarrada la pelota o cuando tienen gran dificultad para hacerla rodar sobre la espalda del compañero de rehabilitación?

Sólo tengo una respuesta: *detrás de esas manos torpes, temblorosas hay personas con “mucho afán de superación, muchas ganas de vivir, mucho cariño a los demás, y por supuesto un gran cerebro unido a una capacidad asombrosa de raciocinio y una gran imaginación”.*

Desde estas páginas gracias, de todo corazón, a todos los que hicisteis posible esta actividad que tan importante es para divulgar los estragos del Parkinson como para aumentar un poco la autoestima de los afectados que, en la mayoría de los casos, es muy pequeña.

Finalista de los Premios 2005 Mejores Iniciativas de Servicio al Paciente

La Fundación Farmaindustria celebró el pasado lunes, día 21 de noviembre, el acto de entrega de los Premios 2005 a las Mejores Iniciativas de Servicio al Paciente. Estuvo presidido por la ministra de Sanidad, Elena Salgado, a la que acompañaron el director de RNE, Pedro Piqueras, que actuó como Presidente del Jurado y el presidente y director general de la Fundación Farmaindustria, Emilio Moraleda y Humberto Arnés, respectivamente.

A esta primera convocatoria se han presentado más de un centenar de candidaturas y la **Asociación Parkinson Asturias** fue seleccionada como finalista en el apartado “**Calidad en el Servicio a los Asociados**”, siendo la calidad de su actividad y labor social un referente de las “Mejores Iniciativas de Servicio



al Paciente”, entre las candidaturas presentadas en esta primera edición de los premios.

PARKINSON ASTURIAS fue la única asociación asturiana y la única asociación de Parkinson a nivel nacional seleccionada como finalista.

Qué hacer cuando se tiene Fatiga Crónica

Después de una década de actividad profesional directa con pacientes de Esclerosis Múltiple, puedo afirmar que en torno al 95% de mis pacientes presentan, en mayor o menor medida, un cuadro de astenia. Y es que no debemos olvidar que la fatiga es un síntoma inherente a muchas enfermedades y entre ellas, desde luego, a la Esclerosis Múltiple (E.M.). Hemos de tener en cuenta además que permanece crónicamente, variando en su intensidad.



La respiración es una de las ayudas más eficaces como elemento compensador a la fatiga, con la única condición de comprometerte a ser constante a la hora de practicar tus ejercicios

se convive con la fatiga y con los propios reproches.

Al margen de esta astenia crónica, aparece una fatiga secundaria producida por la descoordinación respiratoria anteriormente citada. Este nuevo elemento generado por el síntoma primario es el que se puede regular mediante una correcta respiración. La calidad de la respiración es la que ayuda a determinar, a corto plazo, cómo nos encontramos, no sólo físicamente venciendo la descoordinación respiratoria que produce la propia fatiga, sino también psicológicamente ya que otra de las ayudas que proporciona la buena respiración es la relajación y la reactivación física.

Como medidas preventivas debemos aprender a valorar los

beneficios y los riesgos de las actividades que vayamos a realizar para poder adaptar nuestra propia condición física y nuestras fuerzas a cada tarea.

La respiración es una de las ayudas más eficaces como elemento compensador a la fatiga, con la única condición de comprometerte a ser constante a la hora de practicar tus ejercicios.

Si a esto le añadimos una ingesta de líquidos adecuada -esta cantidad variará dependiendo de la situación personal de cada uno-, que oscila entre litro y medio y dos litros de agua, aportaremos en torno a un 20% de energía más, lo que constituye un mundo dentro de los parámetros en los que nos movemos.

Sin embargo no me gustaría acabar sin mencionar algo que creo muy importante, y es que tenemos que aprender a ver el reposo como una actividad. Actividad por otro lado tan importante como el propio ejercicio físico y que debe ir inseparablemente unido a éste. Hay que asociar siempre un reposo a una actividad tanto física como intelectual.

Si queréis ahondar en todas estas cuestiones, tu logopeda o tu fisioterapeuta son los profesionales a quienes podéis dirigidos para procurar las pautas y los mejores ejercicios para conseguir disminuir vuestra dichosa fatiga crónica.

Salomé García-Falces
Logopeda de A.A.D.E.M.



Actividades de la

Asociación de Hemofilia de Asturias

La Asociación de Hemofilia de Asturias acudió a las Jornadas sobre Hemofilia celebradas en Pontevedra, concretamente en la localidad de Redondela el pasado mes de octubre. En este encuentro estuvieron presentes dos madres portadoras junto a sus hijos hemofílicos. El encuentro resultó altamente satisfactorio para estas jóvenes madres, en el que se trató sobre aspectos psicológicos, terapéuticos y sociales de la enfermedad.

Las Jornadas contaron con la presencia del **Dr. Moreno, Presidente de la Real Fundación Victoria Eugenia** que estuvo al frente de algunas de las charlas llevadas a cabo. Después del acto formativo, se celebró un almuerzo en el que los padres pudieron intercambiar opiniones y dar a conocer sus inquietudes.

Por otra parte, cabe señalar que la **Asociación de Hemofilia de Asturias** ya ha comenzado con los preparativos de la próxima **XXXV Asamblea Nacional de Hemofilia y XIII Simposio Médico-Social** que este año se celebrará en Oviedo durante los días 28, 29 y 30 de abril de 2006.

A este esperado acontecimiento, acuden hemofílicos y familiares del resto de España.

La Asamblea Nacional comienzan el día 28 con un cóctel de bienvenida para los congresistas. El acto inaugural será presidido por la máxima autoridad del Ayuntamiento y algún representante del Gobierno Regional que aún está por determinar. El día siguiente comienza con el **XIII Simposio Médico-Social** cuya moderadora será la Jefa del Servicio de Hematología del Hospital Universitario Central de Asturias, **Dra. Rodríguez Pinto** y cuyas ponencias versarán sobre aspectos de máxima actualidad e importancia sobre el mundo de la Hemofilia. Al término de este acto, tendrá lugar la Comida de Trabajo que se celebrará en el Hotel La Gruta y después de la cual los congresistas podrán disponer de la tarde libre para conocer Oviedo y sus alrededores.

Para clausurar la Asamblea Nacional está previsto que acuda su Alteza Real, la Infanta Doña Margarita de Borbón

Finalmente, el 30 de abril a las 10:00 de la mañana se celebrará una misa en la *Catedral de Oviedo* para recordar a todas aquellas personas fallecidas dentro del ámbito de la Hemofilia y que será inmediatamente seguida por la Asamblea Nacional celebrada en el *Auditorio Príncipe Felipe*. Para clausurar estas Jornadas está previsto que acuda su Alteza Real, la Infanta doña Margarita de Borbón, Presidenta de Honor de la Federación Española de Hemofilia. Seguidamente tendrá lugar la Comida de Hermandad, con la cual se da por concluida esta **XXXV Asamblea Nacional de Hemofilia**.

En Gijón

Nuevo Rincón

En Montevíl, calle Ramón Areces, a 150 metros del Corte Inglés y el Centro Municipal Gijón-Sur, rodeado de las mejores infraestructuras. Estamos construyendo 15 viviendas exclusivas. Con la mejor relación calidad precio del mercado.

PROMOCIONES MDRO

C/Begoña, 46 bajo - Gijón

www.promosa.es

Montevíl

La información contenida en este documento es una oferta preliminar y puede ser modificada sin previo aviso.

Vers e infórmate:

Tel. 985 34 22 11

Hasta el último detalle

Presupuesto sin compromiso

5 Años de garantía

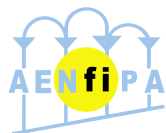
10 Meses de financiación

Diseño por ordenador

Cocinas COA Asturianas

Exposición Gijón: Pablo Iglesias, 3 y 5 • TEL. 985 33 27 14

Exposición Oviedo: Fuerles Acevedo, 4 • TEL. 985 27 60 87



El derecho está en mantillas respecto a esta enfermedad pues lo único claro es que este síndrome provoca un dolor crónico y un cansancio generalizado

Como en el pasado número os anunciamos y con el fin de que conozcáis algo más sobre la enfermedad, iremos publicando los resúmenes de la III Jornada de Fibromialgia y Fatiga Crónica que tuvo lugar el 16 de abril del presente.

Según hemos señalado en anteriores ocasiones, la fibromialgia afecta a numerosos ámbitos de la vida de quien la padece: social, laboral, familiar, etc. Es por ello, que pretendemos que en este número el/la lector/a conozca algo más sobre como afecta la FM o SFC a nivel laboral, que sepa diferenciar entre los distintos tipos de incapacidad que existen y que comprenda por qué la fibromialgia todavía hoy en día, en la mayoría de los casos, no se contempla como causa de incapacidad laboral, para ello nos serviremos del resumen de la ponencia de D. Francisco Ballesteros.

Aspectos Jurídicos y Laborales de la FIBROMIALGIA

Resumen de la ponencia de D. Francisco Ballesteros Villar, realizado por Beatriz Martínez, trabajadora social de AENFIPA.

Los datos objetivos primarios sobre los que actúa el derecho tienen que estar establecidos por la medicina, puesto que el derecho debe pronunciarse sobre unos efectos o consecuencias que produce la enfermedad.

Cuando hablamos de la fibromialgia nos estamos refiriendo a una enfermedad sobre la que todavía se está investigando puesto que falta por determinar u objetivar muchos de los aspectos que tienen relación con la misma. El derecho está en mantillas respecto a esta enfermedad pues lo único claro es que este síndrome provoca un dolor crónico y un cansancio generalizado.

Falta un reconocimiento claro y expreso por parte de los Tribunales en relación a que se reconozcan estas patologías como causa de invalidez (este proceso se ha vivido ya con otras enfermedades como p.e la depresión).

Está claro que actualmente no hay "ningún aparato que mida el dolor" y permita determinar al Juez si el afectado se encuentra en la fase aguda del dolor y por lo tanto no puede trabajar, esta es una de las causas por la que los Tribunales no reconocen la enfermedad.

El derecho no puede aportar nada a este respecto, sólo aplica la norma general a unas determinadas situaciones y esas situaciones tienen que estar previamente definidas por la medicina. Por eso es muy importante el proceso de investigación para poder avanzar en el conocimiento de estas patologías y se llegue a conclusiones para ver si se puede objetivar de alguna manera hasta dónde llega el dolor y el cansancio.



Lo único que establece el derecho es lo siguiente:

1º) Cuando hablamos de dolor éste tiene que ser crónico.

2º) Toda dolencia que pueda ser tratada, no tiene reconocimiento de incapacidad laboral; es decir, la dolencia tiene que ser irrecuperable.

3º) Que esa enfermedad impida de alguna manera la actividad laboral; dependiendo del grado de afectación para desempeñar el puesto de trabajo hablaremos de los distintos grados de incapacidad (recogidos en la Ley General de la Seguridad Social y que son: Incapacidad temporal; incapacidad permanente parcial para la profesión habitual; incapacidad permanente total para la profesión habitual; incapacidad permanente absoluta para todo trabajo y gran invalidez).

En cuanto a la legislación es importante señalar como fundamental lo que se recoge en:

- ▶ Artículos 41 y 49 de la Constitución Española
- ▶ La Ley General de la Seguridad Social
- ▶ El Estatuto de los Trabajadores.

Unas conclusiones respecto a esta normativa:

- ▶ La pensión que le corresponde a cada trabajador por incapacidad va a depender siempre de lo que haya cotizado éste y no de lo que haya cobrado.
- ▶ En el caso del régimen general, a los mayores de 55 años que tengan reconocida una incapacidad total (que hasta esa fecha cobrarían el 55% de la base reguladora) se les incrementa en un 20% (es decir, pasarían a cobrar el 75%), pero la Seguridad Social no hace el cálculo automático sino que **hay que solicitarlo** y se concedería a partir de la solicitud y no desde que se cumplieron los 55 años (no tiene carácter retroactivo).
- ▶ Es muy importante **plantear bien y a tiempo la posible incapacidad** por lo siguiente: el estatuto de los trabajadores en su artículo 52 recoge la posibilidad de que el empresario extinga el contrato de trabajo cuando existiendo causas objetivas se de la ineptitud del trabajador conocida o sobrevenida con posterioridad a la colocación efectiva en la empresa. Por eso si el empresario ve que el trabajador no se amolda al puesto porque no pueda desempeñar su profesión, y no ha solicitado la incapacidad se corre el riesgo de ser despedido por causas objetivas.

Etiquetas



Etiquetas:

- Autoadhesivas.
- Ordenador.
- Bobina.
- Térmicas.
- Hojas Din-A4.
- Láser, inkjet y fotocopidora.

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



Industrial Olmar, Sociedad Anónima

Lealtad, 13 - 33212 Gijón
Apartado 314 - 33280 Gijón
Tel.: 985 321 700 - Fax: 985 323 831

www.olmar.com

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



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

GRUPO
temper

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

grúas cuadrado, s.a. **GC ASTURIAS**

INDUSTRIALES Y DE CARRETERA
TODOS TONELAJES

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

Funeraria Gijonesa, S.A.
Moros, 30
33206

Tfno.: 985 134 080

Tanatorio Gijón - Cabueñes
La Pontica, s/n
33394 Cabueñes - Gijón

www.funerariagijonesa.com



CÉBRANO

firma un convenio de colaboración con la *Carta Europea de Seguridad Vial*



La asociación CÉBRANO acaba de firmar un convenio de colaboración con la Carta Europea de Seguridad Vial. Este convenio que comienza en el 2005 tendrá una duración de 3 años. A través de él se realizarán una serie de actuaciones en las que participará el psicólogo de la asociación e irán dirigidas a dos colectivos diferentes (infantil y de la tercera edad).



Colectivo Infantil

Durante tres meses se realizarán charlas informativas en Programas de Garantía Social y Escuelas Taller. Las charlas serán impartidas por el psicólogo de la asociación y una persona afectada por daño cerebral adquirido. Las charlas infantiles se realizarán en niños de 6 a 12 años de colegios Públicos de Asturias (en noviembre comenzarán en Pola de Siero) y se utilizarán diapositivas y videos informativos.

Los objetivos son :

- 1 Conceder importancia a las normas de seguridad vial.
- 2 Desarrollar en el niño la conciencia ciudadana.
- 3 Conocer el entorno físico.
- 4 Fomentar su sentido de la responsabilidad en los transportes públicos y privados.

Tercera Edad

Está dirigido a personas mayores de 65 años de hogares de pensionistas y asociaciones de la Tercera Edad.

Los objetivos son:

- 1 Interiorizar hábitos y comportamientos correctos como usuarios de las vías públicas.
- 2 Adquirir hábitos de comportamiento y prudencia en los conductores mayores de 65 años.
- 3 Adquirir hábitos de comportamiento y prudencia como peatones.

El objetivo de la Carta Europea es reducir el número de víctimas mortales por accidentes de tráfico mediante el sentido de responsabilidad de las personas y organizaciones interesadas.

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



Ctra. Gijón - Oviedo. 33392 Porcayo - Gijón
Tlf.: 985 167 671 - Fax: 985 168 682



ultracongelados
FRIOPOL, S.A.

Hamburguesas 100% Vacuno, Patatas, Precocinados,
Verduras, Pescados y Mariscos

Tlfos 985 168 835 - 985 307 125 - Fax. 985 168 836
C/ Alfred Nobel, 3 - Porcayo - 33392 Gijón
E-mail: friopole@ofinorte.es

Unidos

conseguiremos nuestras metas

La Asociación Asturiana de Nf quiere aprovechar esta ocasión para agradecer a COCEMFE-ASTURIAS qué nos haya integrado en su organización. Deseamos sea de provecho mutuo.

En el número anterior de la revista explicamos, un poco, en que consistía la enfermedad



de Nf., ahora nos gustaría recalcar la necesidad qué tenemos de unirnos todos los afectados y familiares de afectados, para poder contarnos las diferentes manifestaciones y evoluciones de la enfermedad.

La Nf. es una enfermedad "Rara", que no sigue un patrón definido en la evolución de la misma, por ello, es tan importante y necesario hablar y comentar cada situación, es igual el que tiene algún síntoma como el que no lo tiene, que será la mayoría de las ocasiones.

En estos cuatro años que llevamos de recorrido, el mayor problema con el que nos encontramos es la negativa de los padres con niños pequeños a querer hablar de la enfermedad y ni tan siquiera a participar en charlas-coloquios, aunque sean niños diagnosticados y con sólo manifestaciones cutáneas, que es la forma más leve.

Estas actitudes no nos ayudan a la hora de investigar sobre la enfermedad, ni a la hora de afrontarla, ya que el diálogo con otras

El mayor problema con el que nos encontramos es la negativa de los padres con niños pequeños a querer hablar de la enfermedad y ni tan siquiera a participar en charlas-coloquios

personas afectadas y en situaciones similares, siempre supone alivio al darnos cuenta que no estamos solos ni somos los únicos que tenemos esa situación que nos angustia.

Necesitamos unirnos para poder ayudarnos y conseguir subvenciones de organismos oficiales que mejoren la calidad de vida de todos los afectados por esta enfermedad.

Las manifestaciones no sólo son a nivel físico, también pueden ser a nivel psicológico, teniendo más probabilidad de tener el síndrome del niño hiperactivo (SHA), y/o problemas del lenguaje, como la dislexia.

Los frentes en los que nos tenemos que mover son amplios, sanitarios y educativos, por ello tenemos que estar unidos y juntos para que podamos conseguir los objetivos que nos propongamos.



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

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

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



ROTULOS LUMINOSOS
ILUPLAX, S.A.

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

33188 - Argüelles - Siero (Asturias)

Jornadas con los Psicólogos en ACCU-ASTURIAS

Nuevamente y gracias al apoyo recibido por el ayuntamiento de Gijón hemos realizado una jornada con psicólogos en el mes de octubre. Para todos los que no habeis asistido y de parte de los profesionales que nos han impartido el curso os dedicamos estos criterios de salud psicológica esperando que os ayuden en algún momento.



CRITERIOS DE SALUD PSICOLÓGICA

Interés por uno mismo

Aunque el sacrificio y el preocuparse por otras personas pueda ser conveniente y necesario en determinados momentos o situaciones, como regla general, el interés por uno mismo debe ser superior al interés que se preste a los demás.

Interés social

Puesto que somos seres sociables, vivimos en comunidad y una parte importante de nuestras gratificaciones se derivan de la interacción social, es necesario actuar moralmente y defender y respetar los derechos de los demás. Si no se hace, difícilmente podremos crear el tipo de vida o la clase de mundo que nos permita llevar una vida confortable y obtener el bienestar que buscamos.

Autodirección

Las personas sanas suelen asumir la responsabilidad de dirigir y gobernar su propia vida sin "necesitar" o "demandar" constantemente el apoyo de los demás. Se puede cooperar y compartir pero sin olvidar que el responsable último de nuestra vida somos nosotros mismos.

Tolerancia a la frustración

Los individuos racionales se conceden a si mismos y a los demás el derecho a equivocarse, evitando condenar y procurando cambiar o aceptar lo desagradable, en función de las posibilidades reales existentes



Flexibilidad

Las personas sanas y maduras procuran evitar establecer reglas rígidas e inalterables con ellas mismas y con los demás. Sus planteamientos y actitudes son tolerantes y pluralistas. Mantienen posturas flexibles y están abiertas al cambio.

Aceptación de la incertidumbre

Es adaptativo y saludable reconocer y aceptar el hecho de que vivimos en un mundo incierto y probabilístico. Admitir que, por el momento, no existen, ni probablemente existirán, "certezas absolutas".

Compromiso creativo

Las personas tienden a sentirse más sanas y felices cuando se implican en algún proyecto ajeno a ellas mismas, les interesa algún tema creativo y asumen algún compromiso humano importante para ellas al que dedican una buena parte de su vida diaria.

Pensamiento científico

Los individuos sanos tienden a ser más objetivos, racionales y científicos que los que tienen trastornos emocionales. Los primeros son capaces de sentir profundamente y actuar de forma adecuada. Autorregulan sus emociones y conductas reflexionando sobre ellos mismos y las consecuencias de sus acciones. Evalúan mediante las reglas de la lógica y del método científico la consecución o no de sus metas y propósitos.

Auto-aceptación

Las personas con buena salud mental están contentas de estar vivas. Se aceptan a si mismas y tienen capacidad para divertirse. No hacen valoraciones globales de si mismas en función de sus logros externos o del juicio de los demás. Eligen aceptarse a si mismos de forma incondicional, evitan clasificarse en categorías preestablecidas e intentan disfrutar en lugar de estar probándose continuamente.

Hedonismo en el sentido amplio

Las personas bien ajustadas tienden a buscar los placeres y gratificaciones tanto en el momento presente como en el futuro. No renuncian al beneficio presente por temor al dolor futuro ni renuncian al beneficio futuro por las dificultades que se pueden encontrar en el presente. Son hedonistas porque buscan el bienestar y evitan el dolor pero no están obsesionados con la obtención de gratificaciones o placeres de forma inmediata.

Asumir riesgos

La gente sana tiende a asumir los riesgos que a veces acompañan a la consecución de determinados objetivos a pesar de que, en muchas ocasiones, exista la posibilidad de fallar. Tienden a ser aventureros, pero no son temerarios.

No utopismo

Las personas sanas aceptan el hecho de que las utopías son, probablemente, inalcanzables y, por tanto, admiten que no siempre van a obtener todo lo que desean ni van a poder evitar sentir en algunas ocasiones sufrimiento o dolor. Evitan la elección de procedimientos poco realistas cuando intentan conseguir placer o felicidad o cuando pretenden que desaparezcan totalmente los sentimientos de ansiedad, depresión o autoderrota.

Auto-responsabilidad por el malestar emocional

Los individuos sanos aceptan la responsabilidad que tienen sobre sus trastornos emocionales en lugar de culpar de forma defensiva a los demás o a las condiciones sociales.

PREM

publicidad, s.l.

C/ Isaac Peral y Caballero, Nave A-9
Pol. Mora Garay, Tremañes - 33211 Gijón
Principado de Asturias

Tel. 985 310 004

Móvil. 636 460 188

Fax. 985 311 630



limpul grupo

Para la tercera edad, enfermos y/o discapacitados.
- Apoyo personal (aseo, movilizaciones, etc...).
- Servicios profesionales (médicos, ATS, etc...).
- Carácter doméstico (limpieza a domicilio).

Para la infancia

- Canguros, Colegios, apoyo escolar.

San Francisco de Asís, 32 bajo - 33205 Gijón
www.limpul.com • Tel. 985 368 144 - 985 195 651



Por un mundo sin barreras
Mieres para vivir



TAPIA SEGURIDAD

• INSTALACIONES DE SISTEMAS DE SEGURIDAD •
• CENTRAL RECEPTORA DE ALARMAS •
• SERVICIO DE ACUDA DE LLAVES

985 21 29 56



Seguros de Vida de las Personas con Discapacidad

H

ace varios meses que estoy intentando hacerme un seguro de vida, ¡esto es de risa!, he contactado con varias empresas de seguros, mi primera

toma de contacto tras las dos primeras de ir por lo "legal o realidad" es **NO** decirles toda la verdad y después desde que me dan más o menos una cantidad a pagar, les suelto lo de que soy una persona con discapacidad física, ahí ya los descoloco y volvemos a empezar con cuestionarios, etc., resultado: **Usted no entra dentro de nuestro perfil de personas a asegurar** y sin más.

Yo trino, no lo entiendo, sobre todo porque mi discapacidad no es una discapacidad degenerativa, es congénita y estoy como estaba cuando nací, ni mejor ni peor, esto para mi forma de ver se llama **marginalización**, por lo menos mi caso, yo no lo entiendo.



Ya sé por Cristina Fernández, nuestra asesora jurídica que no se les puede obligar a que nos hagan un seguro, pero aquí todas las asociaciones y COCEMFE-ASTURIAS tendríamos que ir pensando en algo para subsanar este problema, porque esto no es normal, yo entiendo que no les guste asegurar a una persona oncológica o con enfermedad degenerativa y tampoco, no sé has-

ta que punto, no se les asegure, pero que no aseguren a personas que no tenemos este tipo de problemas no lo comprendo ni lo comparto, somos ciudadanos de primera para pagar impuestos y lo que haya que pagar, pero para tener derechos como las demás personas depende.

Ana M^a Boullosa Garcia
Pta. de FRATER en Asturias



Distribuidor Oficial
SHARP

Tel. 985258151 Fax 985272756
E-mail: arco@arcoofimatica.com
www.arcoofimatica.com
C/Asturcon 2 Bajo - 33006 Oviedo

Copiadoras digitales
B/N y Color, Impresoras,
Fax, Videoproyectores
Informática,
Audiovisuales, S.A.T.



Distribuidor de Stricker Handbikes

Ganadores del Premio Innovación Orprotec 2005

Nuestros innovadores productos son:

Handbikes manuales, eléctricas y semieléctricas
que se adaptan a cualquier silla de ruedas.
La Sillaplaya. Y otros accesorios prácticos.

www.rodem.es

e-mail: info@rodem.es tel./fax: 96 325 99 41



Cabrales 24 - 33201 Gijón
Tel: 985 357 011
Fax: 985 346 742



SOCIEDAD QUIMICA DE MATRICERIA, S. A.

Polígono de Rocas 5 - Parcela H -1
33211 Gijón (Asturias)

Tel.: 985 167 347
Fax: 985 167 349



Felicitaciones de ELA

En ELA, queremos felicitar a través de estas páginas, tanto la iniciativa de crear los **premios COCEMFE-ASTURIAS** como al equipo organizador que hizo posible, que esa noche todo estuviera en su sitio.

Felicitamos asimismo, a la **Asociación de Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca (DIFAC)**, por el reciente premio que les ha concedido el Ayuntamiento de Avilés, en reconocimiento a la labor voluntaria del 2005.

También estamos de enhorabuena la totalidad de las asociaciones de ELA en España, ya que en la reunión mantenida en Valencia durante el mes de Noviembre, hemos llegado al acuerdo unánime de iniciar los trámites para formar una Federación. Celebramos además una cena de gala, en el transcurso de la cual, fueron entregados premios a distintas personalidades que de alguna manera luchan por la ELA. Las Asociaciones de ELA nos reunimos tres veces al año en diferentes puntos de la geografía española, en esta ocasión, los dos días de reunión fueron especialmente provechosos para todos.



*Charlas sobre
Ventilación
Mecánica
Domiciliaria*



Por otro lado el pasado 29 de noviembre, nuestra asociación organizó en la sede de COCEMFE-ASTURIAS, unas charlas sobre **Ventilación Mecánica Domiciliaria** para enfermos y familiares de ELA, que tanto por el interesante tema que se trataba, como por el gran número de personas que acudieron, consideramos que fue muy provechosa para todos.



TECNAPÍN, S.A.
TÉCNICAS ANTICORROSIÓN * APLICACIÓN DE PINTURAS INDUSTRIALES,
Y REVESTIMIENTOS ESPECIALES

Polígono Ind. de Silvota. C/ Peña Santa, 62. 33192 - Llanera (Asturias)
Tlf.: 985 260 842 - Fax: 985 262 608 - E-mail: tecnapin@tecnapin.ficnet.es



SEM SISTEMAS ESPECIALES DE METALIZACIÓN, S.A.

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

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



OVIEDO
Ctra. Santander, Vetas (Siero)
Teléfono 985 793 636
Fax 985 794 048

GIJÓN
Tremates, 11
Teléfono 985 357 743

AVILÉS
Teléfono
Teléfono 985 515 281
Fax 985 515 582

Website: www.gruaxox.com E-mail: roxu@gruaxox.com



**CENTRO ESPECIAL DE EMPLEO
APTA, S.L.**

Fábrica 1 (Oficinas Generales)
Carretera Piles-Infanzón, s/n 33203 Gijón (Asturias)
Telf. 985 331 900 - Fax. 985 332 057

Fábrica 2
Polígono Industrial N° 3 - Roces - 33211 Gijón (Asturias)
Telf. 985 168 317 - Fax. 985 167 241

e-mail: apta@ceeapta.com - www.ceeapta.com



Curso de Formación Accesibilidad y Discapacidad

En el marco de la estrecha colaboración establecida entre la Unión de Discapacitados del Principado de Asturias - U.M.A.- y la Sociedad Mixta de Turismo del Ayuntamiento de Gijón, con la finalidad de crear y publicar la *"Guía de Accesibilidad de Gijón"*, se ha impartido un curso de "Accesibilidad y Discapacidad" destinado a formar a los técnicos de la Sociedad Mixta del Ayuntamiento de Gijón que se encargaron de la recogida de datos en los distintos sectores que abarca este proyecto, como hostelería, edificios públicos, parques y jardines, etc.

El curso fue impartido en la semana del 3 al 7 de octubre de 2005 en la sala polivalente de nuestra Asociación. Este curso constó de conocimientos teóricos y clases prácticas en la vía pública, en la que los participantes pudieron palpar las dificultades, en barreras arquitectónicas, con las que se encuentran en el día a día las personas con discapacidad. El curso corrió a cargo de la arquitecta **Esther Roldán Calvo**, en el mismo participaron **13 técnicos** de la Sociedad Mixta del Ayuntamiento de Gijón.

La entrega de Certificados tuvo lugar el día 29 de noviembre de 2005.

El objetivo de la guía es promocionar y acercar el ocio a las personas con movilidad reducida en nuestra ciudad, y hacer que poco a poco entre todos consigamos "Un Gijón Accesible para todos".

La entrega de diplomas corrió a cargo de nuestra Vicepresidenta D^a. Mónica Oviedo Sastre.

Dolores Santos Castro
Trabajadora de U.M.A



Los alumnos del curso junto a Mónica Oviedo (1ª por la Dcha.).

EXPOSICIÓN TALLER DE GANCHILLO Y PUNTO CRUZ

El 30 de abril de 2005 la Unión de Discapacitados del Principado de Asturias inició dentro de la Programación de Actividades propuestas para este año un "Taller de Ganchillo y Punto Cruz".

A lo largo de estos seis meses los participantes en el mismo, 10 so-

cios, han ido elaborado una gran variedad de trabajos, que con motivo de la clausura de ese taller fueron expuestos en la sede de nuestra Asociación, sita en la calle Balmes número 19 Bajo de Gijón, **los días 14, 15 y 16 de diciembre de 2005.**

Ante el éxito de la misma, y por petición de los socios, volverá a repetirse una nueva Exposición de trabajos para que todas aquellas personas interesadas en ese tipo de trabajos puedan disfrutar de la calidad de los mismos.

Actividades de nuestra Asociación

El pasado mes de Noviembre tuvo lugar la última reunión del Grupo de Padres de la Asociación para el 2005, reunión centrada en un taller práctico sobre la Adolescencia.

Destacamos esta actividad porque desde su puesta en marcha en Abril de 2004 ha contado con un gran apoyo por parte de los padres, así como por el resto de profesionales del ámbito médico relacionados con la Fibrosis Quística, que no han dudado en tomar parte en las reuniones, exponiéndonos temas de gran importancia como el de la Nutrición, a cargo del **Dr. Carlos Bousoño** (Coordinador de la Unidad de FQ) o como el Tratamiento por Aerosolterapia, presentado por **Dña. Idalina Fernández** (Enfermera de la Unidad de FQ).

El resto de sesiones se han llevado a cabo por los técnicos de la entidad, centrándose este año fundamentalmente en los temas de Adolescencia.

Fibrosis Quística

VIII Congreso Nacional de Fibrosis Quística

Por otro lado queremos también destacar la celebración del VIII Congreso Nacional de Fibrosis Quística, que ha tenido lugar en Zaragoza. En el mismo y como es habitual en este tipo de eventos, se han dado cita profesionales destacados en el ámbito de la medicina, fisioterapia y otros aspectos sanitarios relacionados con la enfermedad.



■ Ctra. Sama - Mieres, Km. 2
Langreo (Asturias)
Teléfono: 985 69 07 66

■ Nuevas Instalaciones en:
Pol. Espíritu Santo, Parcela: 1-5. Oviedo
Teléfono: 985 79 41 81



COVEISA, s.a.
Concesionario Oficial Opel



CAJA RURAL
DE ASTURIAS



En el número 6 de la revista Ayudas (Editada por FEDOP) del mes de junio de 2005, aparecía el texto que reproducimos, por su interés, a continuación:



"En el Salón del Automóvil de Barcelona se presentó un monovolumen, cuyas adaptaciones permiten que personas con tetraplejia leve puedan conducirlo desde una silla de ruedas. En consecuencia, la persona discapacitada se independiza en sus desplazamientos, gracias a un sistema eléctrico por el cual puede abrir la puerta del vehículo, intraducirse en éste a través de la rampa americana Ricon, anclar la silla, cerrar el portón y conducir mediante un joystick".

Avanzando hacia la igualdad

Dada la importancia de esta noticia para todos los discapacitados con tetraplejia leve, la **Asociación Prámaro** se puso en contacto con la empresa que hizo la adaptación, quien nos informó que el vehículo estaba pendiente de homologación en España. Sin embargo, este proceso está sufriendo retrasos y complicaciones, por lo que, las esperanzas de todas esas personas que podrían conducir desde su silla de ruedas y disfrutar de mayor independencia, se ven defraudadas. Más aún, si tenemos en cuenta que este vehículo con las mismas adaptaciones está circulando con normalidad, totalmente homologado, en Italia y Francia.

El proceso de homologación en nuestro país debería terminar lo antes posible para que los discapacitados españoles, con los mismos derechos que el resto de los europeos, no se encuentren en situación de discriminación, como está ocurriendo en estos momentos con relación a los de Italia y Francia.

Esperemos que las autoridades competentes agilicen los trámites y pronto todas las personas con tetraplejia leve puedan ver cumplidas sus legítimas y justas aspiraciones de mayor independencia, igualdad y libertad de movimiento.



En la mirada del



Ayer me encontré con una amiga que hacía tiempo que no veía. Estuvimos hablando largo rato bajo el mismo clímax de confianza y de "buen rollo" que teníamos siempre. Las cosas, los temas, las miradas, las preguntas de interés sobre lo que había pasado en nuestras vidas desde la última vez que nos fundimos en un gran abrazo de despedida "hasta la próxima!!"... habían variado mucho.

Ella me seguía con la mirada impasible, sentada pero a la vez, con la misma calidez de antaño, y aquello me reconfortaba, y conseguía resetear todos aquellos segundos, minutos, y horas de distancia que habíamos generado.

Nos deteníamos en pequeños detalles, esos que casi siempre pasan inadvertidos, pero que en el cómputo final siempre son imprescindibles. Comentábamos lo difícil que resulta la vida diaria cuando uno está discapacitado, no sólo físicamente,

Comentábamos lo difícil que resulta la vida diaria cuando uno está discapacitado, no sólo físicamente, sino impedido de todo, y receptor de nada... Aquella conversación me hizo detenerme durante un ratito en el mundo de los demás...



sino impedido de todo, y receptor de nada. Quieres ir a tomarte un café a la casa de un amigo, y no tienes rampa de acceso al edificio; pretendes aparcar, y te encuentras que nadie se ha fijado en el dibujito que recuerda que ese sitio está reservado, curiosamente como si de una reserva anticipada de cena se tratase...y así un laaaargooooo sinfín de particularidades.

Aquella conversación me hizo detenerme durante un ratito en el mundo de los demás, y si, por qué no decirlo, modificó mis parámetros de pensamiento haciéndoles agruparse más apretaditos para que mi mundo y yo diésemos cabida a los demás.

Empezaba a llover, y el frío del invierno ya jugueteaba en nuestras caras, en nuestras manos, e incluso se permitía el lujo de hacernos estornudar. Unos segundos después, con enorme orgullo, cogí la silla de mi amiga para ayudarla a subir hasta que colocasen la rampa que la ayudaba a llegar a casa.

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



CURSOS GRATUITOS

DIRIGIDOS A TRABAJADORES EN ACTIVO

Curso	Horas	Lugar	Alumnos	Curso	Horas	Lugar	Alumnos
Electricidad Industrial	61	Arnao	14	Electroneumática	41	Arnao	14
Contabilidad de Costes	61	Avilés	10	Soldadura Mag Mig	91	Gijón	14
Soldadura de Estructuras Metálicas Ligeras	91	Gijón	14	Soldadura Mig Tig	91	Gijón	14
Soldadura de Estructuras Metálicas Ligeras	91	Grado	14	Calefacción, Gas y Agua Caliente Sanitaria	91	Gijón	14
Soldadura de Estructuras Metálicas Ligeras	91	La Felguera	14	Cuidados Paliativos	53	Gijón	14
				Ayuda a Domicilio	83	Gijón	14
				Nóminas y Seguros Sociales	60	Oviedo	12

Información e inscripciones:

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



Entrevista con Severino García Vigón

Severino García Vigón nació en La Hueria de Carrocera (San Martín del Rey Aurelio) en 1941. Licenciado en CC. Económicas y Empresariales por la Universidad Complutense de Madrid, preside FADE desde 1995 y la Cámara de Comercio de Oviedo desde 2002. Es también presidente de Empresas Reunidas García Rodríguez Hnos. S.A., de ENASTUR y de Gas del Oriente.

A nivel nacional, es vocal de la Junta Directiva de CEOE y miembro del Comité Ejecutivo del Consejo Superior de Cámaras de Comercio de España, en el que preside la comisión de la empresa familiar. Casado y padre de cuatro hijos, su escaso tiempo libre lo dedica a la familia y a la jardinería.

1.- Parece que el tejido empresarial en nuestra Comunidad ha entrado en una fase de transformación ¿Es esto así? ¿Hacia qué sector o sectores cree usted que evolucionará a corto y medio plazo?

La economía asturiana, como todas las economías avanzadas, ha vivido un proceso importante de terciarización en los últimos años, que ha implicado una pérdida de peso de los sectores primario e industrial.

Estos dos sectores precisan de reformas urgentes que los hagan más competitivos, pero Asturias dispone de una importante tradición y potencial de desarrollo en ambos, que no debe desaprovechar. La construcción ha sido un motor importante en los últimos años, pero no puede serlo eternamente, por lo que resulta necesario que, especialmente la industria, mejore su aportación al crecimiento regional. Los servicios seguirán desarrollándose, pero no deben ser la única base de nuestra actividad en el futuro.

En este mercado globalizado, resulta fundamental que centremos nuestros esfuerzos en actividades con alto valor añadido, que nos permitan competir en calidad e innovación y no únicamente en costes.

2.- ¿Cómo ve usted el nuevo modelo de empresa social (entendiendo por “empresa social” la socialmente responsable, que sabe que tan importante es su mercado como la creación de valores sociales)? ¿Es este un modelo a seguir por las empresas asturianas?

Sí. Las empresas cada vez son más conscientes de la importancia de la Responsabilidad Social Empresarial (RSE). Este es un término relativamente reciente, pero que no hace más que dar nombre a valores que siempre han sido importantes para todos, al integrar en la empresa las preocupaciones sociales, laborales, medio ambientales y de respeto a los derechos humanos.

En FADE consideramos que la RSE contribuye a la mejora integral de la calidad de gestión de la empresa y a que ésta desempeñe un papel más positivo con todos sus grupos de interés y con la sociedad en su conjunto. La generalización de las prácticas de RSE puede tener una doble utilidad social, al potenciar las aportaciones positivas de las empresas a la sociedad y, sobre todo, al consolidar un tejido empresarial más consistente, eficiente y competitivo.

En este convencimiento, la Federación promueve ya, en proyectos como *Progreso*, la adopción de criterios de responsabilidad social empresarial en la gestión de las empresas asturianas.

“Las empresas aspiran a encontrar trabajadores idóneos para cada puesto de trabajo, y la discapacidad no constituye un elemento disuasorio si se cumple el perfil y las aptitudes requeridas”

3.- ¿Qué factores principales inciden negativamente en los empresarios asturianos a la hora de contratar trabajadores con discapacidad?

No puede decirse que haya elementos o factores específicos negativos que afecten a la empresa en el momento de la contratación de personas con discapacidad. Las empresas aspiran a encontrar trabajadores idóneos para cada puesto de trabajo, y la discapacidad no constituye un elemento disuasorio si se cumple el perfil y las aptitudes requeridas.

Son tan variados los perfiles de los puestos de trabajo, así como las discapacidades, que podríamos asegurar que toda discapacidad tiene un abanico de ocupaciones susceptibles de ser desempeñadas.

Quizá lo más difícil en la práctica es encontrar ese maridaje entre el puesto de trabajo ofertado, y las personas con discapacidad aptas para cubrirlo.



4.- Según un reciente estudio realizado por el Sil de COCEMFE-ASTURIAS en colaboración con la Agencia Local de Promoción Económica y Empleo del Ayto. de Gijón, siete de cada diez personas con discapacidad en Asturias pertenecientes a la población activa se encuentran en situación de desempleo. Este estudio en su conclusión final aborda la necesidad de adoptar medidas urgentes ¿Qué medidas para fomentar el empleo en este colectivo deberían aplicarse en Asturias?

Sin ánimo de ser reduccionistas ante un problema tan complejo, y en el ánimo de resaltar el elemento que considero más destacable, haría referencia de modo preferente a la formación. Todas las encuestas y estudios sobre discapacidad confirman el bajo nivel de estudios de las personas con discapacidades en relación a la población general, hasta el punto de ser nuestro país, después de Grecia, el que ostentaba los niveles de formación más bajos.



“Una formación adecuada, que tenga en cuenta aquellos elementos que pueden mejorar la empleabilidad es una de las mejores inversiones que se puede realizar en materia de discapacidad”



Esta circunstancia constituye quizá el elemento sobre el que se debe incidir para lograr una mejor empleabilidad. La formación es el mejor instrumento de igualdad, el que permite superar situaciones de partida ciertamente no equiparables. Una formación adecuada, que tenga en cuenta aquellos elementos que pueden mejorar la empleabilidad, es una de las mejores inversiones que se puede realizar en materia de discapacidad.

5.- Como sabe, existen “incentivos a la contratación” para las empresas que contraten trabajadores con discapacidad ¿Cree usted que estas son suficientes y adecuadas?

Este es un colectivo con especiales dificultades de integración en cuyo favor se establecen una serie de medidas

que, en su conjunto, son significativas, sin perjuicio que cualquier esfuerzo en ese sentido sería bienvenido.

Si hubiera que hacer hincapié sobre algún aspecto relacionado con las mismas, incidiría en su difusión, en el marco de una actuación global a favor de la inserción laboral de los discapacitados.

6.- Recientemente FADE ha organizado un seminario sobre la obligación de reserva del 2% en empresas de más de 50 trabajadores y el cumplimiento de las medidas alternativas ¿Desde la FADE se dispone de datos sobre el grado de cumplimiento de esta Ley en las empresas asturianas?

Carecemos de datos concretos so-

bre el grado de implantación de la medida. Ahora bien, y en relación con la contratación de personas con discapacidad, si me gustaría hacer referencia a un aspecto que no se suele mencionar: el gran número de pequeñas y medianas empresas que contratan personas con discapacidad, obviamente sin tener ninguna obligación al respecto.

Resulta evidente que dichas contrataciones obedecen al mero interés mutuo de la empresa, que contrata a trabajadores idóneos para las funciones que desempeñan, y el trabajador, pero que nos permite desactivar la creencia de prejuicios generalizados, o que la única vía para contratar es la imposición legal.

7.- En su opinión ¿Qué medidas cree que deberían adoptarse para que esta ley se lleve a cabo de una manera efectiva?

Ante todo, difusión. Esta es nuestra creencia, y en la medida de lo posible, contribuimos a que el conjunto de las empresas asturianas conozcan la ley y la apliquen.

La difusión es un medio que exige constancia pero que, indudablemente, producirá los efectos deseados de una forma más consolidada.

www.equalnaranco.org



El 18 de Enero de 2006, se presentó en el Auditorio Príncipe Felipe de Oviedo el PROYECTO NARANCO, con la finalidad de dar a conocer las líneas generales de actuación del mismo. El acto ha tenido una muy buena acogida por parte del público asistente, despertando gran interés, tanto en los posibles beneficiarios del mismo, como por parte de otras Entidades y Organismos.

COCEMFE-ASTURIAS forma parte de la Agrupación de desarrollo Nora que ejecutará el Proyecto Naranco enmarcado dentro de la Iniciativa Comunitaria EQUAL.

La Iniciativa Comunitaria EQUAL, que forma parte de una estrategia integrada para el empleo, tiene por objetivo la lucha contra todas las formas de discriminación y

desigualdad que se producen en el mercado de trabajo y, en particular, contra aquellas que se basan en el sexo, la raza, el origen étnico, las creencias o la edad.

Para alcanzar estos objetivos, los Proyectos EQUAL, deben tener un contenido innovador, diseñado y desarrollado a través de mecanismos de cooperación entre

Los objetivos que se persiguen con el desarrollo de este programa se pueden resumir en tres:

Objetivo General 1

Detectar y analizar la situación y posición de hombres y mujeres en el entorno socio-económico local, con el fin de realizar diagnósticos y planificar intervenciones desde la perspectiva de género.

Objetivo General 2

Mejorar la empleabilidad de los colectivos que presentan mayores dificultades en el proceso de inserción laboral, promoviendo mecanismos que favorezcan la igualdad de oportunidades en el acceso al empleo de mujeres y hombres.

Objetivo General 3

Generar un contexto social y económico favorable a la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres, y colectivos con especiales dificultades de inserción en el mercado de trabajo.

El programa está dirigido a mujeres con baja o nula cualificación, mujeres titulares de familias monoparentales, jóvenes con baja o nula cualificación, personas con discapacidad y personas paradas de larga duración de los Municipios de Oviedo y Llanera

entidades de distinta naturaleza y desde una perspectiva de trabajo transnacional. Teniendo en cuenta estos objetivos se diseña un programa de actuación y se constituye la Agrupación de Desarrollo Nora.

La Agrupación de Desarrollo Nora está compuesta por 7 entidades: Ayuntamiento de Oviedo, Ayuntamiento de Llanera, Comisiones Obreras-Unión comarcal de Oviedo, Federación Asturiana de Empresarios, Asociación Empresarial de Hostelería de Asturias, Cruz Roja y COCEMFE-ASTURIAS; que trabajarán conjuntamente con la finalidad de facilitar el acceso y la reincorporación al mercado de trabajo de las personas que sufren dificultades para integrarse o reintegrarse al mercado laboral.



Presentación de la Iniciativa Comunitaria Equal Naranco a los medios.



El programa está dirigido a mujeres con baja o nula cualificación, mujeres titulares de familias monoparentales, jóvenes con baja o nula cualificación, personas con discapacidad y personas paradas de larga duración de los Municipios de Oviedo y Llanera. Un total de 400 personas se beneficiarán de las acciones que se van a desarrollar a lo largo del Proyecto Naranco.

Un total de 400 personas se beneficiarán de las acciones que se van a desarrollar a lo largo del Proyecto Naranco

Desde COCEMFE-ASTURIAS, tenemos como prioridad fundamental la promoción y defensa de las condiciones de vida de las personas con discapacidad física y orgánica hasta conseguir su plena integración social; y está claro que esta integración social no es plena si no existe una integración en el mercado de trabajo.

Objetivos prioritarios desde el Servicio de Integración Laboral de COCEMFE-ASTURIAS

- Por un lado mejorar las condiciones de empleabilidad de las personas con discapacidad.
- Y por otro lado los sistemas de información y apoyar a las empresas en la promoción e incorporación de los trabajadores con discapacidad.

En este sentido es importante conocer las características del tejido empresarial de los Municipios de Oviedo y Llanera; conocer además y obtener información de primera línea de los principales obstáculos que existen dentro de las empresas que impiden o dificultan el acceso a las mismas de las personas con discapacidad y otros colectivos en riesgo de exclusión social. Es importante además conocer aquellos puestos que se ofertan en el mercado de trabajo con la finalidad de orientar a las personas demandantes de empleo hacia los mismos.

Estos objetivos que se persiguen desde COCEMFE-ASTURIAS están en plena sintonía con los objetivos y las acciones planteadas desde el PROYECTO NARANCO.

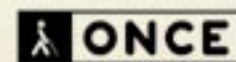
Cristina Argüelles. Coordinadora del SIL

SEAS COMO SEAS, SEAS QUIEN SEAS. BIENVENIDO



ACOMPañAMOS A LAS PERSONAS DISCAPACITADAS EN LOS MOMENTOS IMPORTANTES DE SU VIDA, HACIENDO ACCESIBLE SU ENTORNO Y SU INTEGRACIÓN LABORAL.

- PROYECTOS PARA LA ACCESIBILIDAD UNIVERSAL EN 2.332 MUNICIPIOS
- 100.653 EMPLEOS CREADOS



Fundación ONCE
para la cooperación e integración social
de personas con discapacidad



www.once.es
www.fundaciononce.es
www.discapnet.es



I Edición de los **PREMIOS**

COCEMFE-

El pasado 18 de Noviembre se celebró en Gijón, la I Edición de los Premios COCEMFE-ASTURIAS 2005. Con su creación se ha querido resaltar y agradecer públicamente el trabajo y la actitud de aquellas personas e instituciones del Principado de Asturias que trabajan diariamente por un mundo más solidario y habitable para todos.



Al acto acudieron representantes de todos los estamentos de nuestra comunidad, tanto políticos, empresariales, universitarios, así como de las dieciséis Asociaciones de personas con discapacidad física y orgánica que integran la Confederación.

Tras la cena, servida en los salones del Hotel Abba-Playa de Gijón, el Presidente de COCEMFE **D. Mario García Sánchez** tomó la palabra para saludar a los invitados allí presentes, así como para expresar a las instituciones, empresas y personalidades premiadas el agradecimiento por su sensibilidad y su calidad humana.

García Sánchez, tras estas palabras, dio paso a la proyección de un video conmemorativo del 25 aniversario de COCEMFE, en el cual se mostraba el trabajo realizado en el día a día de la entidad.

Uno tras otro, los premiados fueron recogiendo su galardón, consistente en una estatuilla con los característicos muñequitos dándose la mano desde sus respectivas sillas, con-

vencional una y de ruedas la otra, que el artista catalán Javier Mariscal diseñara en su momento para COCEMFE

Premio Empresa a la Inserción Laboral de Personas con Discapacidad 2005

El primero en hacerlo fue **D. Ángel García Marinas**, Adjunto a la Dirección de Personal de el Grupo de Empresas de El Corte Inglés, que recogía el *Premio Empresa a la Inserción Laboral de Personas con Discapacidad 2005*. Por el Grupo de Empresas de El Corte Inglés se hallaban presentes además, **D. José Manuel Gancedo** y **D. Carlos Tortajadas**, Jefes de Personal de los Centros de Gijón y Oviedo, respectivamente.

Para la concesión de este Premio, el Jurado, valoró el compromiso con el empleo de personas con discapacidad física y orgánica y su contribución a la integración laboral de este colectivo, siendo éste uno de los objetivos prioritarios de COCEMFE-ASTURIAS desde 1998, fecha en que uno de los más importantes programas de COCEMFE-ASTURIAS se

pone en marcha: El "Servicio de Integración Laboral para Personas con Discapacidad" (SIL).

García Marinas, en su intervención, resaltó el reto que para ellos había supuesto la contratación de trabajadores con discapacidad, y que la experiencia había sido muy positiva, habiéndose convertido en una práctica habitual.

D. Ángel García Marinas.



-ASTURIAS



05



Premio Medio de Comunicación Social 2005

Fue otorgado a COPE ASTURIAS, en base a los esfuerzos realizados para ofrecer un tratamiento normalizado de la discapacidad, sensibilizando a la población sobre las necesidades del colectivo y difundiendo el trabajo que el Movimiento Asociativo de Personas con Discapacidad viene realizando en Asturias.



D. Luis Enrique Molviedro.

Recogió el premio **D. Luis Enrique Molviedro, Director Regional de COPE-ASTURIAS**, quién destacó en sus palabras de agradecimiento, los esfuerzos de la empresa por suprimir en sus distintas emisoras las barreras arquitectónicas y prometió continuar apoyando la labor de integración.

Premio Trayectoria Personal 2005

Dña. Alicia Castro Masaveu, diputada del Partido Popular por Asturias en el Congreso recibió el Premio Trayectoria Personal 2005 por el apoyo e interés mostrados en relación con los problemas de las personas con discapacidad física y orgánica, y por su contribución a la presentación de iniciativas legislativas que buscan mejorar la integración social de nuestro colectivo.

Castro Masaveu hizo mención a su ya larga trayectoria en las tareas parlamentarias y a la satisfacción que suponía el premio, en cuanto muchas veces la actividad política está llena de sinsabores y tensiones.



Dña. Alicia Castro Masaveu.

Cuatro Premios en diferentes apartados y todos con algo en común, el compromiso para que no se vean defraudadas las más cien mil personas con alguna discapacidad. En Asturias se demandan un avance social para la mejora de su calidad de vida

Premio Institución Pública 2005

El Premio a la Institución Pública 2005 recayó en el **Gobierno del Principado de Asturias**, y lo recogió la Consejera de Vivienda y Bienestar Social del Principado de Asturias, **Dña. Laura González**.

El jurado fundamentó la concesión de este Premio en la sensibilidad mostrada hacia nuestro colectivo y en el apoyo a las iniciativas y programas dirigidos a que las personas con discapacidad física y orgánica encuentren en Asturias un lugar en el que puedan desarrollarse con normalidad en todas sus facetas: accesibilidad, servicios sociales, ocio, transporte, formación e integración laboral, a través de las distintas Consejerías

La Consejera recordó en su intervención las numerosas ocasiones en que desde el Gobierno del Principado de Asturias se había colaborado con el colectivo de personas con discapacidad, no sólo desde la Consejería que ella dirige si no desde el resto de las que lo integran.



Dña. Laura González.

Unidos por la misma Causa

La Vicepresidenta de La Confederación Coordinadora Estatal de Minusválidos Físicos de España en Asturias (COCEMFE-ASTURIAS) **Mónica Oviedo Sastre** y el Decano del Colegio de Ingenieros en Informática del Principado de Asturias, **Aquilino Adolfo Juan Fuente**, firmaron un convenio de colaboración entre las entidades que ambos representan.

El acto tuvo lugar el pasado 4 de enero en la sede de COCEMFE-ASTURIAS en Gijón.

El COIIPA tiene asumidas en el marco de sus competencias la representatividad de los titulados en Ingeniería Informática en el ámbito territorial del Principado de Asturias, es sensible a los problemas específicos de los discapacitados físicos y reconoce la utilidad de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones para mejorar las condiciones de este colectivo.

Ambas entidades consideran aconsejable promover la colaboración entre sus respectivas Instituciones, con el fin de coordinar las acciones, tanto sobre el intercambio de información, como sobre el desarrollo de aquellas actuaciones encaminadas a potenciar la investigación, el estudio y la celebración de Seminarios, Cursos y Conferencias sobre temas de interés común.

COCEMFE-ASTURIAS y el **COIIPA** firman un convenio de colaboración sobre temas de interés en el ámbito de acceso a las nuevas tecnologías para el **colectivo de personas con discapacidad**.



La colaboración entre ambas entidades contemplará entre otros, los siguientes aspectos:

- Realización de jornadas divulgativas, conferencias y seminarios, así como la organización de cursos específicos, mesas redondas, etc.
- Intercambio de información sobre las actividades de ambas organizaciones.
- Acciones de formación.
- Establecer canales de difusión y promoción de servicios y actuaciones con la finalidad de concienciar a los titulados en Ingeniería en Informática y a los Profesionales de este sector en general sobre aspectos relacionados con el acceso de las personas con discapacidad a las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones.

Un tren de valores

renfe

Cercanías

Tfno. Información: 985 981 441

www.renfe.es/cercanias

**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

De compras en la ciudad ¿Una utopía?

Si una persona sin discapacidad se imagina, por un momento, desplazándose en silla de ruedas o con bastones, se dará cuenta de que le sería imposible entrar en la mayoría de los sitios que frecuenta. Figúrese comprando en el supermercado habitual para realizar la comida del día, yendo a tomar un café a media mañana en el descanso del trabajo, saliendo de copas con los amigos al oscurecer, o necesitando ir urgentemente a la farmacia a comprar un medicamento para el dolor de cabeza que le sobrevino. Piense en la Navidad pasada y en las rebajas de enero: ¿Cómo ir a comprar los regalos para los seres queridos?, ¿cómo tomar un café con viejos amigos, cenar en un restaurante e ir de copas de bar en bar para despedir el año?, ¿cómo adquirir un modelo de temporada a buen precio?

En España, hasta que no se aprobó la *Ley 13/1982, de 7 de abril, de integración social de los minusválidos*, no había precepto que hiciera referencia expresa a las barreras arquitectónicas, entendidas como cualquier impedimento que limite a las personas el acceso, utilización, disfrute o interacción con el entorno. En esta ley se exige la posterior redacción de una normativa sobre movilidad y barreras arquitectónicas. En nuestra región no disponíamos de ella hasta que la Junta General del Principado aprobó la *Ley 5/95, de 6 de abril, de promoción de la accesibilidad y supresión de barreras*, físicas y sensoriales en los ámbitos urbanístico, arquitectónico y del transporte público. Esta regla indica en su artículo dieciséis que “La construcción y reforma de los edificios de titularidad pública o privada de uso público se efectuará de modo que puedan ser utilizados, de forma autónoma, por personas en situación de limitación o con movilidad reducida”, lo que les conferirá el carácter de accesibles. Las disposiciones pertinentes para el desarrollo y ejecución de dicha ley se dictan en el *Decreto 37/2003, de 22 de mayo, por el que se aprueba el Reglamento de la Ley del Principado de Asturias 5/1995, de 6 de abril, de promoción de la accesibilidad y supresión de barreras*, en los ámbitos urbanísticos y arquitectónicos (en la actualidad continúa sin elaborar el que se refiere a las barreras sensoriales y a los transportes públicos).

Del anterior reglamento nos centraremos expresamente en las barreras arquitectónicas en los establecimientos comerciales, bares, restaurantes y farmacias; lugares, todos ellos, muy frecuentados y que discriminan a las personas con discapacidad al no poder utilizarlos de manera autónoma. En la siguiente tabla se indican los que por su capacidad o superficie están obligados a cumplir una serie de requisitos que los haga accesibles.

Es obligatoria la aplicación de la normativa en los locales de nueva construcción y en aquellos que se reformen de manera sustancial, es decir, cuando se hagan ampliaciones, modificaciones o rehabilitaciones que tengan carácter de intervención total o si se produce una variación en su volumetría o en su estructura

Nota acerca de la Tabla

Accesible: Aquellos establecimientos que se ajusten a los requisitos funcionales y de dimensión que garanticen su utilización independiente y normalizada para las personas con movilidad reducida o cualquier otra discapacidad.

Practicable: Aquellos establecimientos que sin ajustarse a los requisitos funcionales y de dimensión, permitan su utilización de forma autónoma a las personas con movilidad reducida o cualquier otra discapacidad.



Usos del edificio	Establecimientos comerciales		Bares y Restaurantes		Farmacias
Superficie o capacidad	100 a 500 m ²	más de 500 m ²	50 a 500 plazas	más de 500 plazas	Todas
ITINERARIO Y ACCESO					
Accesible	-	SI	SI	SI	SI
Practicable	SI	-	-	-	-
ELEMENTOS ACCESIBLES					
Aparcamientos	-	1/50 o fracción mínimo 1 plaza	1	1/50 o fracción mínimo 1 plaza	-
Comunicación vertical	-	SI	-	SI	-
Serv. higiénicos comunes	1	1/Batería	1	1/Batería	-
Probadores	1	1/Batería	-	-	-
Mobiliario	SI	SI	SI	SI	SI



Calle con ligera pendiente en la que se aprecia la diferencia de cotas. Foto: Ricardo F.

En Asturias hay muchos establecimientos situados en la parte antigua de las ciudades en edificios catalogados históricos o que no disponen de más de cien metros cuadrados de superficie; ambas cosas los exime de la aplicación de la ley. A pesar de ello, los concejales de urbanismo del Principado, sensibilizados con las limitaciones de las personas con discapacidad, desean tomar medidas que les permita utilizarlos, la tarea no es fácil. José Fernando Díaz Rañón, Concejal de Infraestructuras y Licencias Urbanísticas del Ayuntamiento de Avilés, apuesta por potenciar el casco histórico de la ciudad incrementando su comercio, pero comenta que se encuentra con los inconvenientes que dicta el Consejo del Patrimonio para hacerlo accesible. Dadas las características del casco viejo de Avilés, el concejal se plantea la posibilidad de unir varias fachadas hasta un total de doce metros, lo que favorecería la aplicación de la normativa vigente en las nuevas obras al crear locales de mayores dimensiones. El Concejal Delegado de Urbanismo de Gijón, Jesús Morales Miravalles, destaca un problema técnico común a la mayoría de los establecimientos e imposible de resolver y que se origina debido a la pendiente de las calles que provoca que la cimentación o el forjado de

los edificios, en unas zonas de la calzada rebase la cota cero y unos metros más allá vaya por debajo. El Ayuntamiento de Avilés pretende animar a los pequeños comerciantes a reformar sus locales para hacerlos accesibles suprimiendo las tasas municipales, lo que conllevaría cambiar las ordenanzas. Los gijoneses ya disponen de partidas presupuestarias destinadas a la eliminación de barreras en edificios de viviendas a las que se puede acoger el comercio. Nuestros dirigentes municipales aseguran que no les falta interés en aplicar el Decreto 37/2003 ya que así se construiría una ciudad mejor

para todos: discapacitados, personas mayores, portadores de sillas de bebé y carritos de la compra etc. Por ese motivo Díaz Rañón, apuesta por la implantación de rampas en vez de escaleras en todos aquellos bajos que sea posible técnicamente. Morales ha invadido la calzada en algún caso para construir una rampa y dice que no ha tomado más medidas por falta de interlocutores, que está dispuesto a colaborar y, si se le propone un proyecto, a secundarlo. Los concejales de urbanismo y los arquitectos municipales aseguran que, a pesar de que la normativa presenta ambigüedades, lo que hace más difícil un correcto seguimiento de las obras, se exige la aplicación de la ley en los locales de nueva construcción o en aquellos en que se hagan reformas sustanciales.

Es importante destacar la actitud de los dueños de los establecimientos que, por lo general, desconocen que hay una norma legal para promover la accesibilidad y suprimir las barreras arquitectónicas y, si lo saben, se quejan de la falta de ayudas económicas para su aplicación o intentan incumplirla. Algunos, incluso, prefieren atender a las personas con problemas de movilidad en la acera o llevarle la mercancía a casa en lugar de adaptar su local; manifiestan que las rampas lo afean, y anteponen arreglar la fachada o el escaparate. Gran número de propietarios de bares

Jesús Morales, Concejal de Urbanismo del Ayuntamiento de Gijón.

Foto: Ricardo F.



no han reparado en la población con alteraciones motoras. Hay también a quien le gustaría dar al discapacitado un tratamiento como a las demás personas, pero se encuentra con inconvenientes técnicos cuando inicia las reformas. Actualmente, donde más se sigue la normativa es en las farmacias; en muchos casos el farmacéutico adquiere un nuevo bajo comercial en el que sea más fácil aplicar la ley.

Las uniones de comerciantes han manifestado, durante la elaboración de este reportaje, su interés en atraer al sector de las personas con discapacidad -casi un 9% de la población asturiana- alegando diferentes motivos: la **Unión de Comerciantes de Avilés y Comarca (UCAYC)**, manifiesta que *"el pequeño comercio está luchando para ajustarse a las exigencias legales, no solamente por una idea de integración (...) la fuga de los clientes a los grandes centros comerciales está haciendo mucho daño y una de las bazas del pequeño comercio es el trato humano y personalizado, adaptándose a sus preferencias y necesidades"*.

La **Unión de Comerciantes Autónomos de Gijón (UCG)** declara que *"actualmente con las políticas de promover la independencia de las personas discapacitadas, nos resulta un sector de la ciudadanía tan importante como otros, además de que somos conscientes de que son clientes extraordinariamente fieles a los comercios que les facilitan la inclusión social."* Ambas asociaciones coinciden en lo injusto que es para una persona con las capacidades físicas alteradas no poder comprar en las tiendas de la ciudad, y desde estas páginas hacen un llamamiento para llegar a acuerdos con la Administración y las asociaciones de discapacitados que vayan en beneficio de todos.

En la Ley de promoción de la accesibilidad y supresión de barreras, se contempla la creación de un Consejo cuya función será *"la consecución del objeto y la finalidad de dicha ley"*. El

Consejo Asesor de Discapacidad del Principado de Asturias, se formó en marzo de 2005, habiendo surgido anteriormente en junio del año 2002 como Comisión de Discapacidad. Se crea como una iniciativa conjunta entre el Comité de representantes de personas con discapacidad Cermi-Asturias y la Administración del Principado y está compuesto por veinte personas de diversa procedencia. A pesar de que su competencia no es hacer un seguimiento de las medidas de accesibilidad adoptadas por los ayuntamientos, puede y debe asesorarlos, informar, formular recomendaciones, orientar mejoras y valorar actuaciones, y debe de estar atento al cumplimiento de la ley de promoción de la accesibilidad y supresión de barreras.

tenido una reforma integral, en que haya sido aplicado el reglamento en su totalidad (incluidos los grandes centros comerciales). Bástenos fijarnos en la altura de los mostradores que siempre sobrepasa la establecida en la normativa, en las rampas construidas con pendiente superior al máximo por ciento marcado, en la ausencia de probadores adaptados, o en la inexistencia de aseos que cumplan las características exigidas. La Ley de promoción de la accesibilidad y supresión de barreras, junto con su reglamento en los ámbitos urbanísticos y arquitectónicos, se desconoce o se incumple. Es necesario informar sobre la existencia de la ley con campañas divulgativas y de concienciación. Es fundamental que las personas responsables de apli-



La mayoría de las personas con discapacidad ignoran la existencia de la ley y, por tanto, sus derechos. Son las asociaciones de discapacitados las que, desde que entró en vigor el Decreto por el que se aprueba el reglamento de la ley en los ámbitos urbanísticos y arquitectónicos, están trabajando duramente en cooperación con los ayuntamientos para su aplicación, logrando de esta manera sensibilizar a los responsables locales de su problemática



Aunque los programas de las asociaciones abarcan actuaciones en todos los campos de la accesibilidad, el de las barreras en los bajos comerciales es el que ha quedado más relegado.

A pesar de la buena disposición por parte de los responsables urbanísticos y de las uniones de comerciantes, de la existencia del Consejo y del trabajo de las asociaciones de discapacitados, es innegable que en Asturias, respecto al tema sobre el que tratamos apenas se ha avanzado. Desde la aprobación del Decreto en el año 2003 no existe un sólo establecimiento de los antedichos, de nueva construcción o que haya

carla se familiaricen con ella y exijan su cumplimiento. Es imprescindible hacer una campaña de sensibilización sobre la imposibilidad que sufren las personas con discapacidad para acceder autónomamente a los establecimientos a los que acuden las demás, y es importante el diálogo entre las diferentes partes para buscar soluciones. Aprovechando la buena disposición de todos los implicados, quizá este sea un buen momento para que las asociaciones de discapacitados se pongan a trabajar en la elaboración de proyectos para la consecución de este fin.

■ Elma S. Vega

Primera Guía de Turismo

Accesible

U.M.A. en su constante empeño por la eliminación de barreras y la consecución de un mundo accesible para todos ha realizado en colaboración con la Sociedad Mixta de Turismo, la *Primera Guía de Turismo Accesible de Gijón*, que será publicada a principios del año 2006.

La Unión de Discapacitados del Principado de Asturias tiene dentro de sus principales objetivos la consecución de un mundo libre de barreras y obstáculos que permitan a las personas con discapacidad el pleno desarrollo de sus vidas.

Para aunar esfuerzos e ideas en esa dirección la Asociación cuenta con la "**Comisión de Accesibilidad**", formada por directivos, trabajadores y socios colaboradores, los cuales intentan con su trabajo diario mejorar la accesibilidad y con ello la calidad de vida y la integración social de las personas con discapacidad.

A lo largo del año 2005 se realizó una importante labor de localización y señalamiento de barreras en las vías urbanas, de las distintas áreas de Gijón. Fruto de este trabajo fue un amplio estudio del estado de las vías públicas del centro de la ciudad que sirvió de documento base para presentar a las autoridades municipales y exigir el cumplimiento de la normativa legal existente en esa materia en nuestra comunidad autónoma, así como de instrumento para consolidar una política de plena colaboración.

En diversas reuniones con los miembros del Ayuntamiento de Gijón, y en las propias de la Comisión de Accesibilidad,

se vio la necesidad de acercar la Accesibilidad al sector turístico y comercial, pues era evidente que en general los establecimientos de hostelería, comercio, centros culturales, etcétera no cumplían la normativa recogida en el **Reglamento de Promoción de la Accesibilidad y**



Comisión de Accesibilidad de UMA.

Supresión de Barreras, en los ámbitos Urbanístico y Arquitectónico del Principado de Asturias, vigente desde el año 2003, convirtiéndose de esa manera el ocio en una faceta de la vida vetada a las personas con discapacidad con movilidad reducida.

Es entonces cuando se consideró la posibilidad de crear un guía de accesibilidad de Gijón con la doble finalidad de conocer el estado real de la ciudad y el de divulgar el concepto de Accesibilidad Universal como un derecho inalienable de las personas, ya sean

Guía de Gijón

discapacitados, ancianos o simplemente personas con movilidad reducida transitoria (ej: roturas, esguinces...). En todo momento se ofreció y se ofrecerá nuestra colaboración en este campo a los empresarios y administraciones que la demanden.

La Comisión de Accesibilidad de U.M.A. y la Sociedad Mixta de Turismo tras muchas deliberaciones y

La guía de accesibilidad de Gijón tiene como finalidad dar a conocer el estado real de la ciudad y divulgar el concepto de Accesibilidad Universal como un derecho inalienable de las personas, ya sean discapacitados, ancianos o simplemente personas con movilidad reducida transitoria



consultas determinó los establecimientos a evaluar, teniendo en cuenta principalmente su interés turístico (hostelería, comercios, parques, jardines, instalaciones deportivas, etc.) y, basados en la escrupulosa aplicación del Reglamento antes citado, elaboró una ficha de accesibilidad, que se ha convertido en el instrumento que nos permite analizar y evaluar cualquier tipo de establecimiento.

Una vez construidas las herramientas de trabajo, llegó el momento de ponerse a realizar la guía. Para ello, era evidente la necesidad de personas capacitadas para analizar los distintos elementos arquitectónicos, y para

comprender la problemática a la que nos enfrentamos los discapacitados con movilidad reducida cuando salimos a la calle, por ello, y en el marco de una colaboración muy estrecha (que ha sido ejemplar) trece técnicos de calidad de la Sociedad Mixta de Turismo y los miembros de la Comisión de Accesibilidad realizaron el trabajo de campo, tras un curso básico de formación que tuvo lugar en la sede social de U.M.A. Dicho curso "Accesibilidad y Discapacidad", fue impartido principalmente en su parte técnica por Ester Roldán Calvo (arquitecta colaboradora de la Asociación) utilizándose para ello diversos medios técnicos y se contó además con la inestimable colaboración de uno de nuestros socios que nos transmitió sus conocimientos sobre el turismo accesible, y de un miembro de la Asociación DIFAC (Asociación integrada en COCEMFE-ASTURIAS) el cual avalado por su experiencia en el campo de la eliminación de barreras, participó en una clase

práctica impartida en uno de los recursos municipales de la ciudad.

Una vez formado el personal y aclarados los conceptos, siempre conforme al Reglamento exigible, se realizó un amplio trabajo de campo basado en las empresas adheridas al **Sistema de Calidad Turística en Destino "SICTED"**. Se visitaron los establecimientos y se realizaron las oportunas fichas, cuyo análisis e interpretación será el contenido de la tan esperada guía.

A lo largo de todo este trabajo, la Comisión de Accesibilidad de U.M.A. (sin cuyo trabajo diario y dedicación no hubiera sido posible avanzar en una buena dirección) y sus colaboradores han podido constatar el desconocimiento general sobre la Legislación vigente y su escasa, cuando no nula aplicación. Consecuencia de ello es que en gran medida los



establecimientos hosteleros, comerciales e incluso públicos presentan notables deficiencias arquitectónicas siendo la gran mayoría de ellos inaccesibles a los discapacitados con movilidad reducida. No obstante hemos de alegrarnos por la buena disposición mostrada por muchos empresarios, alguno de los cuales ya nos ha pedido nuestra asesoría para adaptar su local, pues este trabajo de campo nos ha demostrado que la no aplicación de la Ley tiene su base en la falta de información de los empresarios y no en la falta de interés por parte de estos. Esta cam-

paña de recogida de datos nos ha permitido acercarnos a muchos profesionales conceptos de justicia social como es la accesibilidad lo que, con el trabajo continuado año a año, nos permitirá informar y concienciar a la ciudadanía de la necesidad de eliminar barreras arquitectónicas pero también sociales, como un paso más en la consecución de un mundo mejor para todos.

Esperamos que esta 1ª Guía de Turismo Accesible de Gijón sienta las bases para la eliminación progresiva de las barreras de nuestra ciudad.



La Taberna del Piano
www.latabernadelpiano.com
E-mail: restaurante@latabernadelpiano.com

CROMA
Serigrafía
- Adhesivos
- Camisetas
- Regalos de Empresa
Tel y Fax: 985 346 667 - 985 176 126 - Móvil: 658 942 091
Avda. Portugal, 52 bajo 33207 Gijón (Asturias)

ORTOPEDIA CENTER
CALZADO PARA DIABÉTICOS
CALZADO DESCANSO Y BIENESTAR
C/ Orán, 3 - Gijón
Entrada Ambulatorio de Pumarín
Teléfono 985 34 33 76

CONTENOR
CONTENEDORES DEL NORTE, S.L.
Covadonga, 24 - 1º
Tel. 985 357 745, Fax 985 357 774
33201 - Gijón

zitrón

NORTEMECANICA, S.A.
Telf: 985 579 857 - Fax: 985 579 867
e-mail: administracion@nortemecanica.es
Polígono de Tabaza, E-5 - 33469
Logreza-Carneño (Asturias)

Murderball

Mad Max juega al rugby



Las piernas no funcionan, pero la ambición y la supervivencia sí. Las vértebras se han roto, pero la vida no. Las ruedas de la silla se cobran cumplida venganza de las ruedas del coche que dejaron parapléjicos a unos tipos para quienes el próximo reto es demostrarle a la vida que ellos son más duros. Murderball, la película documental galardonada en Sundance y presentada en el Festival de Gijón, es el retrato hiperrealista, irónico, violento, tajante y sudoroso de las vidas de quienes se han impuesto a la tragedia de perder las piernas, los brazos, o la verticalidad. Son la selección estadounidense de rugby en silla de ruedas, un equipo de juguetes rotos para la vida de los 'capaces', cuya historia se cuenta de una manera muy poco americana, nada edulcorada, sin milagros, sin efectos especiales, sin finales felices impuestos por el guionista.

Zupan, con su perilla diabólica, sus tatuajes de gladiador japonés lleva once años amarrado a una silla de ruedas después de un accidente de coche. Es un tipo duro, de brazos de



acero que enseña a la cámara como un parapléjico se pone los pantalones, como se sube al coche, como se entrena, como nada en la piscina, como fue la lucha desde que un accidente lo dejó en la cuneta siendo un adolescente, como sale por los aires en la cancha después de una entrada tan brutal en un lance del juego. Joe es el entrenador, casado desde hace 22 años, padre de un niño violinista y tan duro en la cancha como requiere la competición. Ash muestra a la cámara una cicatriz cervical que esconde una columna vertebral llena de tornillos. Andy, una década en silla de ruedas, tiene cara de niño y lucha contra sus manos porque necesita seguir teniendo fuerza para salir a la cancha y hacer girar las ruedas de su silla, lo mismo que Hogsett, o que Keith, un prometedor motero que ahora aprende a calzar y descalzar sus pies muertos en el hospital Kessler, un centro dedicado a la rehabilitación de lesiones medulares donde el panorama es desolador.

Y también están los testimonios de las familias, de los amigos, de los hijos, de los padres y las madres que se han acostumbrado a convivir con un laberinto de sillas de ruedas tuneadas como tanques, porque estas sillas son las armas con las que salen al campo de batalla estos ciudadanos que han cambiado la piedad por la competición.

No hay nada en la película truculento, ñoño o falso. Zupan tiene una novia que le ayuda a calzarse, que sale del coche a echar gasolina, pero que lo hace por amor, no por compasión. Y es que las piernas no funcionan, pero lo demás sí, y las manos tienen tanta fuerza para mover una silla de ruedas como para mover una pasión en la cama. Ellos lo cuentan.

Mad Max pudo haber sido parapléjico, pero seguir siendo un héroe completo de medio cuerpo. Estos son los mad max de la silla de ruedas blindada como un carro de combate y disparada a tumba abierta por la cancha de juego, sin miedo a chocar, a volcar, a disputar el balón y el derecho a seguir contando. Capaces y todoterrenos hasta la médula aunque esté rota,



luchadores en este desierto real de la vida, lleno de escalones, de trabas, de prejuicios, pero que aún deja abiertas rejillas por las que respirar, por las que jugar al rugby y marcarle goles al destino.

Murderball es el relato precioso y agri dulce de estas historias que aún no han terminado. Todos ellos siguen en la cancha y en la carretera. No se la pierdan.

Jaime Poncela

La Consejería de Vivienda y Bienestar Social del Principado de Asturias, dentro de los actos conmemorativos del **Día Europeo e Internacional de las Personas con Discapacidad**, convocó el pasado mes de noviembre un concurso de carteles anunciadores de este evento, abierto tanto a las propias personas con discapacidad como al conjunto de centros educativos normalizados.



Modalidad Individual

1^{er} Premio

Mónica Tomás Días
Centro de Apoyo a la Integración Municipal de Castiello



2º Premio

Enrique Villar Menéndez
Centro de Apoyo a la Integración Municipal de Castiello

3^{er} Premio

Fernando Peña Valdés
Centro de Apoyo a la Integración la Arboleja-FASAD

El Primer certamen data del año 2000, y desde entonces la participación se fue incrementando notablemente, actualmente se puede considerar plenamente consolidado, como dato significativo podemos resaltar que, de los **149 carteles** que se presentaron en el **año 2000 con 368 personas participantes**, se pasó a **383 carteles y 754 participantes de este año**. El jurado constató así mismo, el elevado nivel alcanzado este año, que hace que este concurso adquiera una mayor proyección artística y social.

El pasado, 2 de diciembre víspera del 3-D, Día Europeo e Internacional de las Personas con Discapacidad, tuvo lugar en el Auditorio Príncipe Felipe de Oviedo, un acto institucional en el que además de exponerse las obras más destacadas, se entregaron los Premios de esta VI Edición.

Modalidad Diseño por Ordenador

1^{er} Premio

Armando Sotoca López
Instituto de Educación Secundaria de Pando

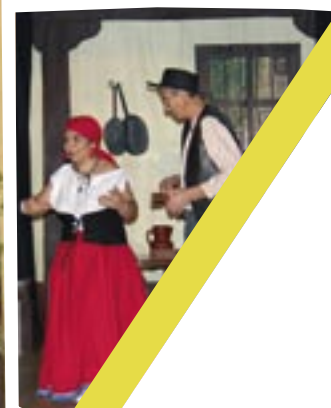


2º Premio

Centro de Apoyo a la Integración de Cabueñes

3^{er} Premio

Centro de Apoyo a la Integración de Cabueñes





CACE 2005

10° Concurso de Relatos

Primer premio

"EL TPL-SEISCIENTOSTREINTAYCINCOLIENSE"

Autor: Eduardo Álvarez Pereda · **Colegio:** Santo Tomás (Avilés) · **Curso:** 6°

¡Imaginad lo increíble que puede resultar pasar un día haciendo de guía a un TPL-seiscientostreintaycincoliense!, un habitante del asteroide TPL-635, el más extraño planeta que nunca hubieseis podido sospechar. Pues eso es lo que me ocurrió.

Estaba en el paseo de la ría de Avilés cuando, de pronto, me sorprendió la voz suplicante de un niño de una edad aproximada a la mía. Estaba sentado en el suelo y me pedía casi a gritos que lo ayudara a levantarse. No lo dudé e intenté incorporarlo, pero me di cuenta de que sus piernas no lo sostenían.

¡No puedes andar!, le dije sorprendido. Me contestó que no, que cuando se transformó en humano no tuvo en cuenta los mecanismos internos que producen los movimientos como son los músculos y el sistema nervioso y que, si no conseguía llegar a tiempo, no podría regresar a su planeta, el asteroide TPL-635. Aquella respuesta me sonó a pitorreo y decidí seguirle la corriente:

- Claro, le contesté, -y yo soy Fernando Alonso-. Me miró atónito y me respondió:

- Probablemente me introdujeron algún circuito integrado erróneo en mi memoria virtual, porque según la información que tengo ese personaje es bastante mayor que tú. ¡Vaya, había tropezado con un gracioso! Aún así, me apenó su situación y le dije que esperara. Al poco tiempo, regresé con una silla de ruedas que teníamos arrinconada en el desván de mi casa. Como pude, conseguí sentarlo y me lo agradeció con una amplia sonrisa.

- ¡Y bien! -le respondí,- ¿te vas pronto a tu planeta? -Me dijo que le encantaría, pero que necesitaba localizar el punto H, el sitio convenido para regresar, y que solo no podría conseguirlo. Me ofrecí a ser su ayudante, pero no sabía por dónde empezar. Él me dijo que comenzara a empujar la silla. En seguida encontramos el primer obstáculo: la acera era demasiado alta y no la podía subir. Tuvimos que dar un buen rodeo para poder llegar al parque del Muelle. Mientras yo me quejaba, mi amigo me preguntó:

-¿Soy el único que no puede andar en este planeta?

-No-, le respondí -hay muchas personas que no pueden mover sus piernas: unas, por nacimiento; y otras, por accidente o enfermedades.

-¿Y nadie tiene en cuenta que estas personas pueden querer o necesitar desplazarse solas sin necesidad de que nadie las acompañe?-. No supe qué contestar, porque tengo que reconocer que, hasta ahora, nunca me había dado cuenta del problema que esto suponía para muchas personas con discapacidad física.



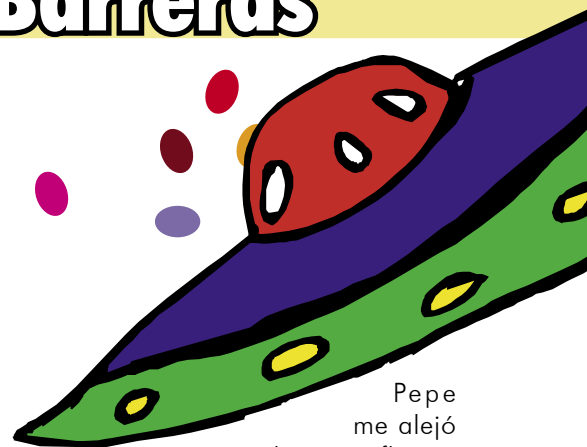
La Discapacidad y las Barreras

Mi amigo se sorprendió, abrió sus enormes ojos grises y me preguntó por aquel "extraño ser" que se acercaba.

-¿Es humano?

-¡Pues claro que es humano!- le contesté pacientemente, (creo que en ese momento ya estaba medio convencido de que mi amigo era, de verdad, un extraterrestre). -Es un señor invidente con su perro lazarillo; son dos seres vivos y no uno solo, y el más alto es el humano-. En ese mismo instante, el señor le preguntó a mi amigo qué le había pasado para no poder andar. Yo me admiré de que este hombre pudiera preguntarnos semejante cosa ¡No veía!, él nos explicó que le había oído hablar, y por la distancia y el tono de voz dedujo que se encontraba del suelo mucho más cerca que yo, e imaginó su situación. Mi amigo le contó su historia y la dificultad que tenía para encontrar el punto H. El señor, mientras acariciaba a su perro guía y sin mostrar la más mínima expresión de sorpresas o burla, le dijo que la respuesta la encontraría explorando y explotando sus sentidos e instintos al máximo, que eso era lo que él había hecho desde que perdió la vista y que ello le había permitido

"ver" muchas cosas que los videntes no saben apreciar. Le dije que era un hombre muy sabio, que se notaba que había estudiado mucho. Su cara se entristeció y nos dijo que no había podido porque, para un ciego, estudiar suponía irse a Madrid, ya que en esta ciudad no tenían colegios especializados para sus necesidades, y que sus padres no pudieron permitirse el gasto. Cuando nos quedamos otra vez solos, Pepe, que así había decidido llamar a mi amigo, porque según me dijo él se llamaba D215 ^*^''Ç_: ^*^_*285*/''''ij, demasiado difícil de pronunciar para mí, me miró desconcertado y me preguntó que cómo era posible no prestar más atención a estas personas tan interesantes, con tantas cosas para enseñar. Por segunda vez, no supe qué contestarle. Había vivido toda mi vida rodeado de personas que no tienen todos los sentidos o capacidades físicas que yo tengo, pero que han sido capaces de crecerse ante las dificultades y ante la indiferencia de los que les rodean. Me sentí avergonzado.



Pepe me alejó de mi reflexión cuando comenzó a dar palmas, entusiasmado:

-¡Ya lo tengo! el punto H no es un lugar, es un esfuerzo por querer conseguir tu meta. Adiós amigo, gracias por haberme ayudado, ya puedo regresar a mi hogar.

Ante mi sorpresa, mi amigo comenzó a elevarse por los aires, cada vez más alto, cada vez oía su voz más difícil: adiós, adiós...

Llegó un momento en que ya sólo podía adivinarse un puntito en medio del azul del cielo. Yo comprendí que la imposibilidad de andar no le había impedido volar cada vez más alto, cada vez más cerca de su planeta.

Me enseñaste mucho, Pepe. Adiós, amigo TPL-seiscientostreintaycinciole nse, nunca te olvidaré.

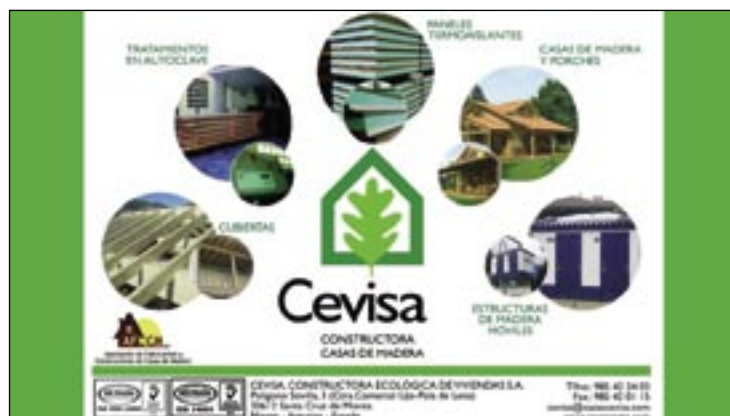


Otros relatos premiados en www.cocemfeasturias.es



comercialasturias@ferralca.com

POL.G. IND. DE CANGIENES - 33470 CORVERA (ASTURIAS) - Apdo. 208 - 33400 AVILES
Teléfono 985 51 82 20 • Fax comercial 985 50 52 92 • www.agasturias.com



II Forum

El **Club Deportivo Cosa Nueva** y **FEDEMA** organizaron el viernes 16 de Diciembre la segunda edición del Forum Asturiano de Deporte Adaptado, siendo su sede las instalaciones del Centro Municipal Integrado Pumarín Gijón-Sur. Esta actividad pretende acercar a la sociedad asturiana la realidad actual del deporte adaptado a la vez que servir de foro de debate sobre la necesidades y objetivos del deporte practicado por discapacitados físicos en nuestra Comunidad Autónoma.



Texto:
José Alberto Fernández
Presidente de FEDEMA

Asturiano

No obstante, tuvo dos partes bien diferenciadas. En la mañana del viernes, más de setenta jóvenes de distintos centros educativos pudieron practicar in-situ distintas modalidades adaptadas, como el baloncesto y la esgrima en silla de ruedas, el slalom y el handcycling con las bicicletas manuales especiales para lesionados medulares. De este modo, el multideporte adaptado les hizo comprobar la dificultad de cada una de las modalidades a la vez que conocer un poco las características y normativa particular de cada una. Labor de sensibilización social siempre importante entre los más jóvenes.

El Forum continuó por la tarde con la celebración de las mesas redondas. En el acto de la apertura institucional estuvieron presentes **Daniel Gutiérrez Granda**, Director General de Deportes y **Teresa Ordiz**, Concejal de Deportes del Ayuntamiento de Gijón. Granda destacó la importancia de los valores del deporte y la mejora que este proporciona en la calidad de vida de los discapacitados, mostrando su apuesta por el deporte adaptado y la accesibilidad en las instalaciones deportivas del Principado de Asturias.

de Deporte Adaptado



Por su parte, Teresa Ordiz se ofreció para desarrollar desde el ámbito municipal cuantas ideas y propuestas salieran en materia de deporte adaptado, señalando no obstante que queda un largo camino por recorrer en este campo.

Tras la inauguración oficial del Forum, la primera de las mesas redondas tuvo como título *"Una visión externa: Medios de comunicación"*, en la que tomaron parte **Bea Otero** de Tele Gijón, **Álvaro Faes** de La Nueva España y **César Teisier**, del Diario El Comercio. En un interesante debate, en que los tres ponentes expresaron sus impresiones personales

sobre el deporte adaptado y sobre la actual situación del deporte en general y su repercusión a través de los medios de comunicación, se llegaron a tres conclusiones claras:

- El espacio de deportes en cualquier medio es limitado y que el fútbol tiene prioridad sobre todo.
- El flujo constante de información desde las entidades hacia los medios de comunicación es el medio de asegurar la cobertura de los eventos y resultados registrados en materia de deporte adaptado.
- Los objetivos de los medios de comunicación como empresa chocan en ocasiones con los objetivos de los periodistas como informadores.

La segunda de las mesas redondas tuvo como protagonistas a deportistas de alto nivel competitivo. Bajo el título *"La recompensa del esfuerzo"*, **José Luis Martínez** de tiro olímpico, **José Manuel González "Santa"** de atletismo y **Pablo Ramos** de bádminton adaptado, compartieron con los presentes sus comienzos en la alta competición, su preparación diaria y los objetivos e ilusiones que tienen de cara al futuro más cercano, pensando todos ellos en una nueva cita paralímpica. Al final, se llega a la conclusión que **entrenan y se comportan como verdaderos profesionales sin poder, ni mucho menos rentabilizar económicamente esa actividad**.

La tercera y última mesa, llevó como título *"La función rehabilitadora dentro del deporte adaptado"*, contando con la participación de **María Ángeles Montoliú** de la unidad de ergometría del Hospital Universitario Central de Asturias, **Eduardo Llamazares** entrenador deportivo y **Javier Feito** Director de la Escuela del Deporte del Principado de Asturias. La Dra. Montoliú explicó el trabajo que en su unidad se

Handcycling.



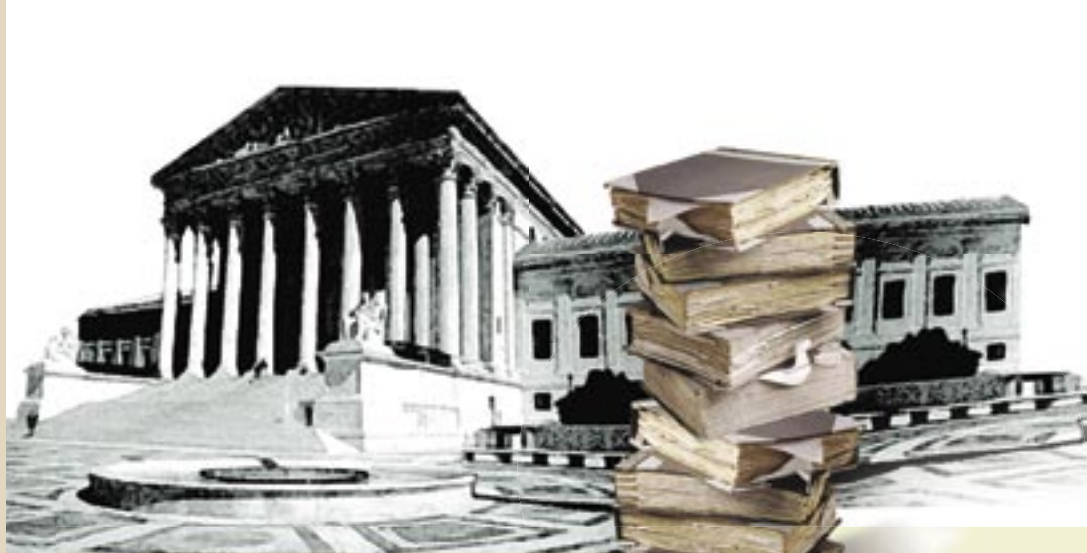
está llevando a cabo en materia de pruebas de esfuerzo a personas con discapacidad, intentando sacar unos datos a medio plazo que determinen que los deportistas en comparación a los sedentarios tienen unos valores de calidad de salud de vida mejores. Eduardo Llamazares comparó experiencias en su preparación de deportistas con y sin discapacidad, destacando la mayor capacidad de sacrificio de los primeros. Por su parte, Javier Feito acercó la realidad actual de la formación deportiva en el Principado de Asturias y reflexionó sobre la rehabilitación meramente física y la social que el deporte adaptado tiene, indicando sobre esta última que sirve como plena normalización social, que sirve de modelo para nuevos lesionados y que ha de ser herramienta de prevención para los no afectados.

El Presidente de FEDEMA, **José Alberto Álvarez**, moderador de las distintas mesas redondas puso la clausura final del Forum agradeciendo expresamente la interesante participación de todos los ponentes.





Cristina
Fernández



¿Es compatible la percepción de una prestación económica por hijo a cargo con la condición de pensionista del hijo? y ¿la percepción del extinguido Seguro de Vejez e Invalidez con la pensión de viudedad?

Cuando el hijo minusválido cobre una pensión de invalidez o una pensión de jubilación en la modalidad no contributiva, será incompatible el cobro con las siguientes asignaciones económicas por hijo minusválido a cargo:

- ✓ Con la percibida cuando el hijo minusválido a cargo sea mayor de 18 años y esté afectado por un grado de minusvalía igual o superior al 65%.
- ✓ Con la percibida cuando el hijo minusválido a cargo sea mayor de 18 años, esté afectado por un grado de minusvalía igual o superior al 75% y necesite, como consecuencia de pérdidas anatómicas o funcionales, el concurso de otra persona para realizar los actos más esenciales de la vida, tales como vestirse, desplazarse, comer o análogos.

Asimismo y en lo que se refiere al SOVI (extinguido Seguro Obligatorio de Vejez e Invalidez) podrá ser percibido conjuntamente con la Pensión de Viudedad siempre y cuando la suma de los importes percibidos por ambos conceptos no superen el doble del importe de la pensión mínima de viudedad que en cada momento esté establecida para los beneficiarios con 65 años o más. En el supuesto de que se supere el límite anteriormente expuesto, se minorará la cuantía del Seguro Obligatorio de Vejez e Invalidez en el importe que fuera necesario para que dicho límite no se supere.

¿Quiénes tienen derecho a la pensión de invalidez en su modalidad no contributiva?

Tendrán derecho a percibir la pensión de invalidez en su modalidad no contributiva, aquellas personas que cumplan los siguientes requisitos:

- a) Ser mayor de 18 años y menor de 65 años de edad.
- b) Residir legalmente en el territorio español y haberlo hecho durante cinco años, de los cuales dos deberán ser inmediatamente anteriores a la fecha de solicitud de la pensión.
- c) Estar afectadas por una minusvalía o por una enfermedad crónica, en un grado igual o superior al 65%.
- d) Carecer de rentas o ingresos suficientes. Se considerará que existen rentas o ingresos insuficientes cuando la suma, en cómputo anual de los mismos sea inferior, también en cómputo anual, a la cantidad de 4.043,06 €/año.
- e) Cuando la persona beneficiaria sea contratada por cuenta ajena, se establezca por cuenta propia o se acoja a los programas de renta activa de inserción para trabajadores desempleados de larga duración mayores de cuarenta y cinco años, recuperará automáticamente la pensión cuando, respectivamente, se extinga su contrato, deje de desarrollar actividad laboral o cese en el programa de renta activa de inserción.

El beneficiario/a de esta pensión percibirá, en el presente año 2005, la

cantidad de 4.043,06 €/año, cuyo pago se fraccionará en catorce pagas correspondientes a cada uno de los meses del año y dos pagas extraordinarias, que se devengarán en los meses de junio y noviembre. La cantidad anterior se incrementará en un 50 por 100 cuando el grado de minusvalía sea igual o superior al 75 por 100 y se necesite del concurso de otra persona para la realización de los actos más esenciales de la vida.

La solicitud se podrá efectuar por el interesado, su representante o quien demuestre un interés legítimo para actuar en favor de personas con capacidad gravemente disminuida y se presentará, junto con la documentación correspondiente, personalmente o por correo en las oficinas del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO) u Órganos correspondientes de las Comunidades Autónomas.

El pago de la pensión se producirá a partir del día primero del mes siguiente a aquel en que se hubiera presentado la solicitud y se efectuará por meses vencidos.

El reconocimiento del derecho a esta pensión dará lugar a la prestación de asistencia sanitaria y farmacéutica de la Seguridad Social y permitirá el acceso a los servicios sociales establecidos en el Sistema de la Seguridad Social para los pensionistas.

Envíe sus consultas a:
areajuridica@cocemfeasturias.es

UN PAÍS POR ADAPTAR

El programa LÍNEA 900 de la 2 de TVE, emitió el pasado 28 de enero un reportaje rodado en gran parte en Asturias en el que COCEMFE-ASTURIAS ha colaborado activamente, así como dos de sus asociaciones miembro, UMA y Asociación Asturiana de Esclerosis Múltiple.

Un País por Adaptar es el título de este reportaje, en el que un equipo del programa se desplazó a nuestra comunidad el otoño pasado tras ponerse en contacto con la Federación.

El rodaje tuvo lugar durante varios días, en los que el equipo visitó Bances (Pravia), lugar de residencia de Jesús Manuel, tras lo cual se desplazó a La Felguera domicilio de Juan Alfonso, ambos protagonistas del reportaje, muestran la realidad cotidiana de personas discapacitadas que viven en núcleos rurales de distintos lugares de España, así como las dificultades añadidas que ello supone, y que se traducen en la falta de infraestructuras básicas y apoyos específicos, dentro de un marco general de falta de concienciación.



INVENTA 06

Debido a la buena acogida que tuvo entre el alumnado el Primer Certamen de Diseño Industrial bajo el lema "Diseño y Discapacidad" organizado en su totalidad por el grupo de investigación I3G, por segundo año consecutivo los alumnos de la Escuela Universitaria de Ingeniería Técnica Industrial de Gijón, deberán poner de nuevo su ingenio e imaginación a prueba e idear cualquier artilugio que ayude a mejorar la vida diaria de una persona con cualquier tipo de discapacidad.

Catorce fueron los proyectos que se presentaron el año pasado, un



Servicios Sociales

Ayuntamiento de Oviedo

C/ Martínez Marina, 10
Tlf. de Información: 985 981 888
Fax: 985 981 897

Unidades de Trabajo Social

CENTRO	TELÉFONO
CRISTO-BUENAVISTA	985 27 63 18
VALLOBÍN	985 27 74 06
NARANCO	985 11 98 15
TEATINOS-PUMARÍN	985 11 86 10
VENTANIELLES-TENDERINA	985 11 98 19
OTERO	985 20 85 37
CORREDORIA	984 08 39 39
TUDELA VEGUIN-OLLONIEGO	985 78 87 62
TRUBIA	985 78 47 89



número que está muy bien a decir de los organizadores teniendo en cuenta que era la primera vez que se convocaba y el poco tiempo en el que se llevó a cabo. **El plazo de presentación estará abierto hasta la primera semana del mes de abril.**

La iniciativa contará con la colaboración de varias empresas asturianas del sector de la discapacidad así como de COCEMFE-ASTURIAS cuya vicepresidenta Mónica Oviedo animó en la presentación del concurso a los alumnos a que "diseñen cualquier cosa que se os pueda ocurrir para que podamos llevar una vida normal".

En tránsito

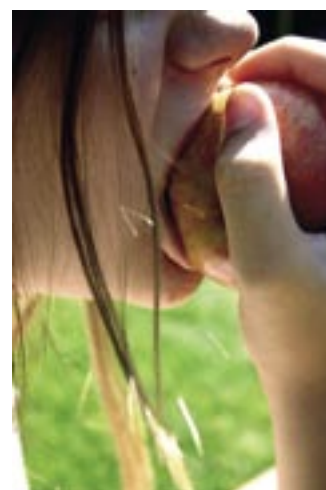
Este es el momento en el cual nos encontramos a medio camino entre las celebraciones navideñas que aún se hacen notar cuando nos subimos a la báscula y la primavera a la que llegaremos sin apenas darnos cuenta.



Tras la Navidad es habitual para muchas personas encontrarse con algún kilo de más, los grandes banquetes unidos a la inactividad propia de esta época del año favorecen la ganancia de calorías.

Pero no solamente los excesos se reflejan en el peso también sobrecargamos nuestro hígado que es la glándula más grande que tenemos y la más trabajadora; el hígado tiene encomendadas más de 500 funciones de las cuales al menos 22 son vitales para el buen funcionamiento de nuestro organismo. Cuando el hígado está cargado por exceso de trabajo todo el organismo se resiente. Por ello es conveniente hacer alguna cura de desintoxicación y depuración de vez en cuando y este es un buen momento para ello.

Lo mejor para el hígado es el ayuno o las dietas depurativas. Ambas cosas deben hacerse sólo y exclusivamente bajo el control médico. Lo primero consiste en ingerir sólo agua durante un determinado número de días.



Una dieta rica en frutas y verduras te ayuda a mantener una buena salud, gracias a su alto contenido en agua, fibra, vitaminas, minerales y sustancias antioxidantes

hacia la primavera

Las dietas depurativas consisten en excluir de la dieta, la carne, el pescado, los lácteos, café, tabaco y excitantes.

Una dieta rica en frutas y verduras te ayuda a mantener una buena salud, gracias a su alto contenido en agua, fibra, vitaminas, minerales y sustancias antioxidantes.

Su acción depurativa se basa sobre todo en su alto contenido de agua y de fibra, su riqueza en potasio y bajo aporte de sodio. De este modo, la ingesta diaria de frutas y verduras contribuye a la eliminación del exceso de líquidos y de toxinas presentes en nuestro cuerpo.

En el caso de las frutas, sus vitaminas se encuentran sobre todo bajo la piel, en cuanto a las verduras, hay que tener en cuenta que su riqueza tanto en vitaminas como en minerales, pueden verse notablemente disminuida al cocinarlas. Por esta razón, es conveniente consumir verduras crudas en forma de ensalada, también debemos saber que a la hora de cocinarlas lo mejor es prepararlas al vapor o a la papillote. En caso de que se quieran cocer, conviene hacerlo con poca cantidad de agua y emplear una olla rápida para que la cocción se realice en el menor tiempo posible con el fin de minimizar las pérdidas nutritivas con el consiguiente ahorro energético.

Eso sí, no olvides que el ejercicio físico moderado, es el complemento ideal para hacer más eficaz la dieta

Los expertos recomiendan el consumo de frutas y verduras a diario, así que haz acopio de toda tu fuerza de voluntad y recuerda la reciente campaña de publicidad del Ministerio de Salud, come al menos 5 piezas de fruta y verdura todos los días.

Eso sí, no olvides que el ejercicio físico moderado es el complemento que necesita cualquier cambio de hábitos que inicies, dirigido a mejorar tanto tu cuerpo como tu organismo.



Gijón Emprende
2004 | 2007 | 2008

7.204 contratos de trabajo

Esa es la cifra de colocaciones apoyadas por el pacto **contra el paro** en sus primeros **20 meses**.

Además, 6.872 personas recibieron formación laboral. Nacieron 394 nuevas empresas con ayudas del pacto. Decenas de miles de usuarios han utilizado los servicios de orientación.

Un gran esfuerzo que contribuye a crear más y mejores empleos. A conseguir que en este periodo tuviésemos 2.320 desempleados menos.

Así, gana **Gijón**.
Ganamos todos

 Ayuntamiento de Gijón





GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

¿de verdad crees haberlo visto todo?

YELMO CinExpress
Entradas y Palomitas sin colas



YELMO CinExpress
Entradas y Palomitas sin Colas

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

¡CONSULTE NUESTROS CANTINES! www.yelmocineplex.es

Bonohomovie
Ir al cine te cuesta menos en Yelmo Cineplex

CLÁSICA Bonohomovie

ORO Bonohomovie

Disfruta del mejor cine al mejor precio. Adquiere tu YELMO BONOHOME en tu tienda. Disfruta del mejor cine a unos precios increíbles cuando tú quieras. Elige los días que mejor se adapten a ti y recoge tu BONOHOME Clásica o Oro.

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

Venta anticipada de entradas
www.yelmocineplex.es
www.cinentradas.com 902 22 09 22

más información en www.yelmocineplex.es

YELMO CINEPLEX LOS PRADOS
Centro Comercial Los Prados Oleida

YELMO CINEPLEX OCIMAX GIJÓN
Manzano Anado Morán s/n, Gijón



Paté de Pimiento de Piquillo

Ingredientes para 4 personas:

- 150 grs. de manteca de oca.
- 1/2 Kg. de higaditos de ave.
- 100 grs. de tocino blanco.
- 100 grs. de cebolla.
- 100 grs. de pimientos de piquillo.
- 100 grs. de manzana.
- 1/2 l. de nata.
- 4 huevos enteros.
- Sal.
- 1 trufa negra picada y finita.
- 5 lonchas de tocino ibérico para forrar el molde rectangular.

Elaboración:

Los pimientos del piquillo son exquisitos con numerosos platos. Abundan las recetas con bacalao, atún y todos los crustáceos. También se combinan muy bien con los huevos, las patatas etc.

Triturar todo muy finito, agregar la nata, los huevos enteros, la sal, la trufa y los pimientos. Pasar otra vez por el tamiz fino, poner en el molde, cerrar con el tocino y el molde con la tapa, meter a baño María 1 1/2 horas.

Patatas con Callos

Ingredientes para 6 personas:

- 1 kg. de callos limpios.
- 1/2 Kg. de morro y pata de ternera.
- 1 1/2 Kg. de patatas.
- 1 guindilla pequeña.
- 6 dientes de ajo.
- Perejil.
- 3 hojas de laurel.
- 6 clavos.
- 6 granos de pimienta.
- 200 grs. de chorizo de Noreña.
- 200 grs. de morcilla asturiana para cocer.
- Sal.

Elaboración:

En una olla grande, disponer los callos, el morro de ternera y la pata troceados y limpios, el perejil, el laurel, el clavo, la pimienta y los ajos y cocerlos durante 3 horas.

Tras comprobar que los callos, el morro y la pata están bien cocidos, incorporar las patatas y la morcilla y dejar cocer durante 30 minutos. Antes de servir comprobar el punto de sal, rectificando si es necesario. Servir muy caliente, a ser posible en cazuela de barro.



Macedonia al Cava

Ingredientes para 4 personas:

1 Kg. abundante de fruta variada a su gusto (manzanas, naranjas, fresas, ciruelas, peras, melocotones, piña, platano, kiwi, mandarina...), azúcar, 1 vaso de cava, el zumo de una naranja.



Elaboración:

Lave con cuidado la fruta, pélela y córtela en trocitos, gajos o rodajas, dependiendo del tipo de fruta. Ponga toda la fruta en un cuenco, espolvoréela con azúcar, y rocíela con el cava y el zumo de naranja.

Remueva bien los ingredientes, y guarde la macedonia en el frigorífico durante 2 horas.

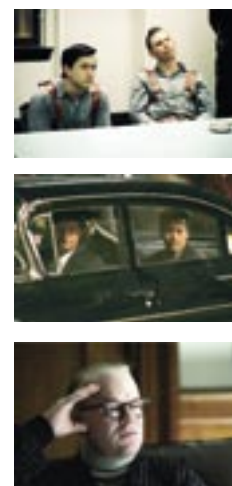
Libro

De: Almudena Grandes
Editorial: Tusquets Editores

Tal vez las verdaderas experiencias emocionales, las que nunca se olvidan, sean las que se producen en la adolescencia, ese territorio quebradizo en el que uno se asoma por primera vez a la vida adulta. **Estaciones de paso** recoge cinco historias de adolescentes abocados a vivir circunstancias que les sobrepasan, pero que, sin sospecharlo, acabarán forjándose como adultos. Son historias de determinación y coraje, de conflicto con el entorno familiar, pero también de amor, de educación sentimental y de formación de la conciencia.



Cine



Truman Capote

Capote, dirigida por Bennet Miller y protagonizada por Philip Hoffman, relata la vida del escritor a finales de los años cincuenta y principios de los sesenta, cuando se sumió en la investigación y escritura de la novela **"A sangre fría"**, basada en un horrible suceso, el atroz asesinato de cuatro personas de una misma familia en Kansas. Lo que empieza como un encargo periodístico rutinario, se convierte en un épico proyecto literario que consume cinco años y medio de la vida de Capote.



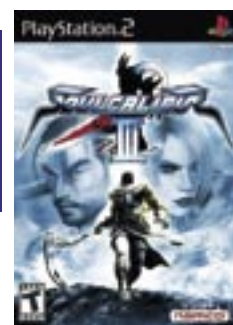
Música

Séptimo trabajo de El Barrio, un disco sorprendente, comprometido y maduro. En esta entrega, El Barrio se mantiene fiel a sus influencias musicales y sigue moviéndose entre el flamenco y el rock como un pez en el agua de las playas de Cádiz que inspiran su obra.

PS2

Soul Calibur III

La última entrega de Soul Calibur llega en exclusiva para PS2. Manteniendo intacto su excelente apartado gráfico y jugabilidad clásica.



esto es... **calidad de vida**

Atención Especializada para diferentes patologías
en Centros Hospitalarios y a Domicilio

**APOYO
Y CUIDADOS**

Jove y Hevia, 31 bajo - 33211 Gijón

985 39 22 90 / 985 39 16 33

siempre hay un número

TRESA

Ascensores
Elevators

ISO 9001
ISO 14001
OHSAS 18001



COCEMFE-ASTURIAS

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

Tlf.: 985 396 855 Fax: 985 990 756

Asociaciones Federadas a COCEMFE-ASTURIAS



FRATER

(Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad)
C/ San Isidoro, 2 bajo Izda. 33003 Oviedo
Tlf.: 985 207 507



UMA

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



DIFAC

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



AADEM

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



FQ

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



AHEMAS

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



Asociación Parkinson Asturias

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



ACCU-Asturias

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



ALCER

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



ELA Principado

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



CÉBRANO

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



AENFIPA

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



ALAS

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



PRÁMARO

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



ADAFA

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



Asociación Asturiana de Neurofibromatosis

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

SUBSCRIPCIONES Y COLABORACIONES

CONTACTAR CON

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



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

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



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



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

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

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

unidades de atención infantil temprana

centros de valoración de la discapacidad

centros de apoyo a la integración

orientación a las personas con discapacidad

programas específicos de apoyo en el entorno

alojamientos permanentes en pisos tutelados

alojamientos permanentes en centros residenciales

servicios de acompañamiento y canguro

servicios de mediación familiar...



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE VIVIENDA Y BIENESTAR SOCIAL