

serCapaz



ENTREVISTA



J. Montilla
"El Langui"

ENTREVISTA



Noemí Martín
Consejera de Bienestar
Social y Vivienda

ACTUAL



Guía de
Establecimientos
Turísticos Accesibles



*Su Majestad La Reina
inaugura el C.A.I.
de COCEMFE Asturias*

Integración Laboral

**Porque todos
merecemos una
oportunidad**

Gracias al programa INCORPORA de la Obra Social "la Caixa", 6.020 empresas han dado una oportunidad a 16.780 personas en riesgo de exclusión. Por eso, desde la Obra Social "la Caixa" queremos agradecer su implicación a empresas, a entidades sociales y, especialmente, a nuestros clientes.

Infórmate y participa · www.laCaixa.es/ObraSocial · 902 22 30 40

 **Obra Social "la Caixa"**

*"Antes era solo un discapacitado,
ahora soy controlador de procesos."*



SUMARIO

ASOCIACIONES

04 UMA

08 ASEMPA

ACTUAL

20 Entrevista con Noemí Martín
Consejera de Bienestar Social y Vivienda

24 Guía de Establecimientos
Turísticos Accesibles

27 Inauguración del
Centro de Atención Integral por
S.M. La Reina Doña Sofía

CONOCER

42 Entrevistamos a
Juan Manuel Montilla "El Langui"

ESPACIO ABIERTO

48 X Trofeo Ciudad de Oviedo
de esgrima en silla de ruedas

VIVIR

54 Vacaciones de Cocemfe 2009

57 Ocio

serCapaz Nº 35. Primavera 2009.

Consejo de redacción:

Mónica Oviedo y Eva de las Heras.

Publicidad: Susana Fernández

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

Diseño y Maquetación:

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

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

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

info@grupoiniciativas.com - www.grupoiniciativas.com

Impresión y Fotomecánica: Gráficas Eujoa (Asturias).

Colaboradores: Dolores Santos, Beatriz Vázquez, M^o Valle Prados, Sebastián Miralles, M^o Teresa Alonso, Line Eldholm, José Alberto Álvarez, Cristina Fernández, Nuria González, Conchi Fernández y Miguel Mateos.

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

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

Para contactar: comunicacion@cocemfeasturias.es

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



EDITORIAL

Además del esquema clásico de la revista serCapaz, con sus habituales secciones, el número que hoy tenéis en vuestras manos es "especial", en cuanto recoge un hecho tan relevante y trascendente en la historia de nuestra Confederación como es la **inauguración de nuestro Centro de Atención Integral para Personas con Discapacidad Física y Orgánica Gravemente Afectadas**, tan deseado por todos nosotros, por tan necesario.

A esto añadimos el gran honor que para COCEMFE-ASTURIAS supuso que **esta inauguración fuera presidida por Su Majestad la Reina**, que quiso apoyar con su presencia nuestros objetivos y preocupaciones por las personas con discapacidad. Hemos querido compartir con los lectores de serCapaz estos emotivos e inolvidables momentos, y en las páginas centrales encontraréis un extenso reportaje con constancia gráfica de los momentos más significativos de esta visita Real.

Junto con esto, esperamos que otros importantes asuntos que publicamos provoquen el interés y la atención del lector, en especial la entrevista que amablemente nos ha concedido **Noemí Martín**, en su etapa recién iniciada al frente de la **Consejería de Bienestar Social y Vivienda**, en un período en que atravesamos una difícil situación económica.

Hablando de crisis, en estos momentos las entidades del tercer sector, estamos inmersas en la campaña del IRPF 2009. **Muchos de nuestros proyectos son subvencionados a través de la aportación del 0,7% de los impuestos de la declaración de la renta a Fines Sociales**, y por ello es importante concienciar a los ciudadanos de que en tiempos de dificultades económicas es cuando más necesitamos de su apoyo y solidaridad.

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.



EDUCAR EN LA DIVERSIDAD

UMA

CAMPAÑA ESCOLAR



Dolores Santos Castro.

“Educar en la Diversidad” surge como respuesta a la necesidad de intervenir en el ámbito educativo para favorecer una mejor integración de las personas con discapacidad en el ámbito laboral, social y educativo, así como la de conseguir la plena integración de este colectivo en el ámbito escolar, para que se facilite la igualdad de oportunidades. La Campaña va dirigida a escolares que se encuentren cursando 1º de la E.S.O, estamos hablando de niños/as de aproximadamente 12 años, consideramos ésta una edad adecuada para lograr los objetivos que la Campaña pretende, que no son otros que acercar a los/as alumnos/as a la realidad de las personas con discapacidad física y orgánica, fomentando en ellos **actitudes de respeto, aceptación y tolerancia** al objeto de que sean trasladadas a su vida cotidiana.

Apostamos por una educación en valores que fomenten actitudes positivas hacia la integración escolar conjunta de las personas con o sin discapacidad. Existen numerosos factores que intervienen para que el proceso de integración educativa se vea favorecido: *Contar con los recursos humanos y materiales adecuados que logren una buena atención educativa en los alumnos con necesidades educativas especiales, evitar las barreras arquitectónicas en los centros educativos y fomentar actitudes positivas hacia la propia integración de todos los miembros de la comunidad que puede plantearse de forma concreta a través de proyectos educativos.* Es esencial informar y concienciar a los centros de enseñanza sobre la problemática de las barreras arquitectónicas y la necesidad de su supresión para lograr un entorno accesible al alcance de todos los ciudadanos.

Trabajamos activamente en la integración de los alumnos con discapacidad, colaborando para ello con el Departamento de Orientación Educativa de la Consejería de Educación y Ciencia.



Son ya 9 AÑOS los que LA UNIÓN DE DISCAPACITADOS DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS -U.M.A- lleva trabajando su Campaña Escolar en los distintos Institutos de Educación Secundaria del concejo de Gijón, en la que en el curso escolar participa una media anual de 500 ó 600 alumnos.

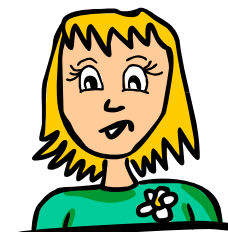


LAURA

Seré científica para investigar la cura de enfermedades físicas y psicológicas.

Tendré un bar y no pondré obstáculos a las personas en silla de Ruedas

ÓSCAR



LUCÍA


De mayor seré profesora y no daré de lado a los niños que tengan algún tipo de problemas


La Campaña Escolar “Educar en la Diversidad”, consta de tres sesiones con una duración de 55 minutos aproximadamente cada una.

1ª Sesión: En la que se desarrollan conceptos asociados a la discapacidad, y se realiza una proyección que aporta información acerca de las distintas discapacidades.

2ª Sesión: Se da lectura al cuento: “Juan Sin Piernas”, y se hace una puesta en común de los personajes que en él intervienen al objeto de trabajar la empatía en los alumnos.

3ª Sesión: Tiene lugar en el patio o el gimnasio del centro. Esta es una sesión práctica que contiene dos actividades:

 **Slalom en Silla de Ruedas.** Se le invita al alumno/a a subirse a una silla de ruedas manual para hacer un circuito en el que irá sorteando los obstáculos que se le proponen.

 **El Juego del pañuelo.** Se divide el grupo en dos partes, y se les entrega a cada uno de ellos un pañuelo y se sitúa a cierta distancia a otro componente del grupo en el centro del patio con el pañuelo extendido. Por otra parte a dos de los alumnos se les venda los ojos y se les marca un guía que les va dando instrucciones. La misión, es sortear los obstáculos que se van encontrando en el camino, dejándose guiar por su compañero.

Durante este curso escolar hemos estado trabajado con todos los cursos de 1º de la ESO de los siguientes Institutos de Educación Secundaria: **Doña Jimena, Montevil** y **Padre Feijoo** siendo el resultado muy positivo, gracias en parte a la colaboración de la Dirección, orientadores y tutores de estos Institutos que facilitan el desarrollo de nuestra labor, así como la del resto de personal que integran esos IES. En este artículo no quisiéramos olvidarnos de la sorpresa que nos preparó el curso de 1º A del IES



MARÍA

Seré arquitecta y me comprometo a diseñar edificios sin barreras arquitectónicas

Montevil en la que sus alumnos y tutora nos ofrecieron una despedida digna de mención al expresar todos los conocimientos que habían adquirido durante nuestra Campaña con las reflexiones personales de cada uno de ellos que ponían de manifiesto su sensibilidad hacia “La Discapacidad”, hemos extraído alguna de las reflexiones, sentimos no poder ponerlas todas, porque la verdad es que hablan por si solas.

PABLO

Seré economista y pondré un canon a dar a todo el mundo (2 euros) para quitar barreras arquitectónicas



De los datos extraídos en nuestra Campaña hemos logrado que los/as alumnos/as se familiaricen con las personas con discapacidad de primera mano, ampliar sus conocimientos acerca de los temas relacionados con la discapacidad, motivar la profundización y discusión sobre el tema, fomentar la participación y la obtención de información y sobre todo desmitificar falsas creencias sobre la discapacidad en los niños.

“Frente a los numerosos desafíos del porvenir, la educación constituye un instrumento indispensable para que la humanidad pueda progresar hacia los ideales de paz, libertad y justicia social”. (J. Delors).



FUNDACIÓN

Cada vez que tu cuenta se mueve muchas personas se pueden mover,...

o pueden sonreír, o dejar de sentirse solas, o pueden disfrutar del arte o del deporte. Porque cada vez que haces un movimiento en tu cuenta estás contribuyendo a que se pongan en marcha las ayudas que Fundación Caja Rural de Asturias destina al estudio e investigación del tratamiento de cáncer.

Con cada gesto, con cada movimiento, tú lo haces posible.

Nadie se compromete tanto como los tuyos



CAJA RURAL
DE ASTURIAS

www.ruralvia.com/asturias



NEUROPSICOLOGÍA



INFANTIL



trarse sólo parcialmente hasta que el desarrollo cerebral se ha completado y todas las funciones cognitivas superiores han emergido, esto ocurre en gran parte a los 12 años, con la excepción de las funciones sustentadas en el área prefrontal, cuyo proceso de maduración se inicia en etapas muy tempranas, continuando en la primera juventud. Por ello, determinar los efectos del daño temprano requiere, inexcusablemente, de evaluaciones de seguimiento, ya que el daño cerebral altera la organización de procesos cerebrales por la capacidad de reorganización de un cerebro inmaduro, que conlleva efectos no detectables hasta que la habilidad emerge y completa su desarrollo (Fournier y Bernabeu, 2008).

La neuropsicología es una neurociencia que se encarga de estudiar la relación del cerebro y la conducta, y las repercusiones del funcionamiento normal o patológico del Sistema Nervioso Central (SNC) sobre ella. Dentro de esta disciplina surge la llamada neuropsicología infantil o pediátrica.

El daño cerebral infantil es una realidad social en la que los distintos recursos sanitarios y los servicios de urgencias, intensivos y neurocirugía están bien protocolizados en las primeras fases de la intervención pero con el alta hospitalaria, a menudo prematura, el sistema sociosanitario se desentiende del afectado/a. Se necesitan planes de acción donde estén claramente establecidas las necesidades específicas de la población así como el impacto real, basados en datos de incidencias y prevalencias del daño cerebral infantil.

La neuropsicología es una neurociencia que se encarga de estudiar la relación del cerebro y la conducta, y las repercusiones del funcionamiento normal o patológico del Sistema Nervioso Central (SNC) sobre ella. Dentro de esta disciplina surge la

llamada neuropsicología infantil o pediátrica, esto se debe a que si bien existen semejanzas entre el funcionamiento del cerebro adulto y el infantil, existen muchas e importantes diferencias que justifican el surgimiento de esta área de investigación y de práctica clínica.

En la población infantil podemos distinguir entre el daño congénito, que se produce durante el desarrollo prenatal y provoca anomalías estructurales en el Sistema Nervioso Central y el daño adquirido que se produce durante el desarrollo postnatal.

Hay que tener en cuenta que los efectos de un daño cerebral no son estáticos y pueden no estabilizarse o mos-

En definitiva, la neuropsicología infantil tiene sus propios problemas distintivos; el funcionamiento del sistema nervioso central del niño es diferente al del adulto, el daño cerebral es más generalizado en el niño y más localizado en el adulto, generalmente los problemas cerebrales en el niño se expresan como un fallo en las capacidades comportamentales y en la adquisición de nuevas habilidades cognitivas, mientras que en el adulto que sufre un daño cerebral muestra más comúnmente un deterioro en las capacidades ya aprendidas (Manga y Ramos 1991).

GRAN RESERVA NATURAL



GAITERO
SIDRA EXTRA
EL GAITERO
Valle Ballena y Ferminales
S.A.
Villaviciosa
Asturias España
SE PASA BIEN FRÍA

PRIMER DÍA MUNDIAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS

El 28 de Febrero se ha celebrado el Primer Día Mundial de las Enfermedades Raras, bajo el lema "Enfermedades Raras, una prioridad de Salud Pública".

Beatriz Vázquez González
Trabajadora Social de ASEMPA

El día Mundial de las EERR llega después del éxito cosechado el año pasado con la celebración del Día Europeo de las Enfermedades Raras, que tuvo lugar el 29 de Febrero (se eligió a propósito vincular esta conmemoración a un día "especial" del calendario: el 29 de Febrero, en años bisiestos, y el día 28 en el resto de años) y se llevó el mismo lema que este año, mensaje que cubrirá el período 2008-2011.

ASEMPA ha celebrado esta iniciativa de La Organización Europea de Enfermedades Raras (EURORDIS). A nivel nacional hemos estado en contacto directo con la Federación Española de Enfermedades Raras (FEDER), quien ha difundido el material corporativo para este acto.

La histórica celebración del primer día Mundial de las EERR se ha centrado en dar visibilidad al mensaje de que los servicios de Salud Pública deben ser mejorados en muchos aspectos para cubrir las necesidades de las personas que viven en esta situación. Además para sensibilizar y concienciar a la sociedad en general, al sector médico y farmacéutico y a los Gobiernos sobre la necesidad de velar por los **derechos** de las personas que padecen una ER.

Es un paso más para lograr mejoras en la calidad de vida de las personas afectadas por enfermedades neuromusculares (ENM), las cuales consti-



tuyen el grupo más numeroso dentro de las enfermedades raras (EERR).

En este sentido, conseguir una atención sanitaria pública gratuita y adaptada a los requerimientos de las personas con enfermedades neuromusculares es una de las reivindicaciones que la Federación ASEM, a la que pertenece ASEMPA, lleva manifestando desde su fundación hace 25 años y por la que hoy día sigue luchando desde la fuerza de las 20 asociaciones que la conformamos.

Ya sumamos más de 7.000 afectados de un total estimado de 40.000 en toda España de ENM. Son 3 millones

de afectados por Enfermedades Raras en España.

Nuestra experiencia en Asturias ha sido todo un éxito. Hemos estado presentes en mesas informativas en 2 Centros Comerciales, Carrefour-Los Fresnos, en Gijón y Parque Principado, Oviedo. La población en general ha tenido conocimiento de la existencia de este tipo de enfermedades y ha recogido documentación específica de alguna de las asociaciones que hemos estado presentes en las mesas (ATAXIA, ELA, ASEMPA).

También se han recaudado fondos mediante la venta de calendarios de

La histórica celebración del primer día Mundial de las EERR se ha centrado en dar visibilidad al mensaje de que los servicios de Salud Pública deben ser mejorados en muchos aspectos para cubrir las necesidades de las personas que viven en esta situación.

Ya sumamos más de 7.000 afectados de un total estimado de 40.000 en toda España de ENM. Son tres millones de afectados por Enfermedades Raras en España.



La experiencia en Asturias ha sido todo un éxito. Se colocaron mesas informativas en dos Centros Comerciales, Carrefour-Los Fresnos, en Gijón y Parque Principado, Oviedo.

ello el año que viene intentaremos unirnos por nuestros objetivos comunes y acercarnos más a conseguir el PACTO por las enfermedades raras:

- Mejorar la esperanza y calidad de vida de las personas de todas las edades con ER.
- Buscar el compromiso político definitivo para impulsar una estrategia global que permita alcanzar la integración sanitaria, social, educativa y laboral.
- Asegurar la equidad, justicia y solidaridad de los afectados por ER.

- Garantizar el acceso en condiciones de equidad al diagnóstico, el tratamiento y la rehabilitación de los pacientes, sin importar la rareza de su enfermedad o su lugar de residencia.

la Fundación Isabel Gemio a 3 €/unidad, que aún tenemos en ASEMPA para todos los que deseéis tener un ejemplar, y unas huchas cuya recaudación irá íntegra para la Investigación de las ER, por la Fundación, www.fundacionisabelgemio.com.

Somos conscientes de que somos muchas más las asociaciones que trabajamos vinculadas a este tipo de enfermedades llamadas "raras", por

Agradecer a todos/as los socios/as, a las asociaciones (Ela y Ataxia) y a los medios de comunicación (Onda Cero, Radio Asturias, La Cope, TPA, El Comercio de Gijón) que han aportado su tiempo y esfuerzo para la difusión de este día. Nuestro agradecimiento por parte de ASEMPA.

www.latabernadelpiano.es
restaurante@latabernadelpiano.es

GRUPOTAPIA

Tel. 985 21 29 56
www.grupotapia.com

SEGURIDAD Y TELECOMUNICACIONES

Industrial Olmar, Sociedad Anónima

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

Calefacción • Fontanería • Gas • Aire acondicionado

NEVARES
 S.A. DE INSTALACIONES

Primer premio a la calidad de las instalaciones 2005, de la Confederación Nacional de Instaladores C.N.I.

Polígono de Promosa - Nave 55 - El Plano - Demafles - 33211 Gijón - Tfnos.: 985 301 111 - 985 322 919 - Fax: 985 322 919
 Página Web: www.nevares.es - Correo Electrónico: administracion@nevares.net - oficina@nuria@nevares.net - gerencia@nevares.net



M^o Valle Prados Romero y
Sebastián Miralles Gómez
Vinarós (CASTELLÓN)

Con esta carta me dirijo a todos aquellos que no han viajado nunca a Asturias, en concreto a Lamuño, y contaros las experiencias de mi esposo y mías, en este formidable viaje organizado por COCEMFE.

Voy a empezar diciéndoos que tengo 53 años, una esclerosis múltiple desde hace trece años y uso silla de ruedas. Todos sabemos que mejora y cura no la hay, y que día a día nos vemos con menos movilidad. Pues bien, nunca imaginé que pudiera hacer todo aquello que hice, como montar en bicicleta de tres ruedas, montar en quads 4X4, tiro con arco, la Senda del Oso (que por cierto nunca la olvidaré, ¡lo que me reí con mis compañeros!).



Imágen de una de las actividades de las Vacaciones Cocemfe en Lamuño (Cudillero).

Todo esto y muchas actividades más que realicé gracias a la ayuda de esos monitores que tan magníficamente están preparados para ayudarnos.

La verdad es durante esos días la pastilla de la "depre" sobró.

Bueno todo eso muy bien, ¡más que bien! Pero, ¿Y la gastronomía? ¡Para qué deciros! Nos llevaron a restaurantes en los que degustamos toda clase de comida. Desde la parrillada de carne hasta la mariscada y todo lo típico asturiano. Y de las comidas que nos preparaban en el refugio...

Desde el famoso cordero a la estaca, a las fiestas que allí nos preparaban (desde estas líneas, muchas gracias a todos ellos).

Luego. ¡No hablemos del paisaje!, maravilloso, con su verde, sus ríos, sus ciudades.

¡Precioso!, para no olvidar los lugares que nos llevaron a visitar. Para nosotros fueron unos días encantadores. Recordamos a los monitores a los compañeros...

Fuimos más que un grupo, fuimos una piña. Por todo ello, a todos los que nunca han visitado Asturias, y concretamente Lamuño, os animo a hacer este viaje (totalmente accesible) y espero que lo paséis tan bien como yo y mi esposo lo hemos pasado, y que podáis disfrutar de todo lo que tan brevemente os he contado.

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

	HORAVISA
Oficina	Plaza de la Gesta, 3 - 1 ^o
Telfs.: 524 39 76 - 524 17 41	33007 Oviedo
Planta San Juan 556 93 91	Planta El Caleyo 524 39 77
Planta Gijón 532 70 11	

BIENVENIDOS AL PORTAL WEB DE ACCU-Asturias

www.accuasturias.org

Bienvenidos al nuevo portal web de ACCU-Asturias, www.accuasturias.org, con el que la Asociación de Enfermos de Crohn y Colitis Ulcerosa del Principado de Asturias abre un nuevo cauce de servicio hacia los Enfermos de EII y sus familias, como a todos aquellos que quieran entrar a esta ventana abierta que es Internet, aprovechando las posibilidades que ofrecen las nuevas tecnologías. Es, pues, un portal que intenta cumplir el objetivo de ayudar, dar a conocer la enfermedad y mostrar la actividad que se hace desde la Asociación a quienes deseen conocerlos. Ofrecer a los socios/as una mejor comunicación con ACCU-Asturias y mejorar el acceso a la información sobre las EII.

Para ACCU-Asturias, esta web constituye un nuevo cauce de participación con sus socios y con la sociedad en general. Las nuevas tecnologías nos permiten avanzar en proximidad con los enfermos de EII como con las personas de nuestro entorno para acercarnos en un amplio concepto lo que es ACCU-Asturias.

Quienes deseen conocer nuestra Asociación se encontrarán una amplia información sobre su historia, fines y actividad que desarrolla en pro de los enfermos de EII. Aquí encontrarán también información sobre nuestra revista, ACCU-ACTUAL, nuestras futuras actividades y resumen de ellas.

Para ACCU-Asturias, esta web constituye un nuevo cauce de participación con sus socios y con la sociedad en general. Las nuevas tecnologías nos permiten avanzar en proximidad con los enfermos de EII como con las personas de nuestro entorno para acercarnos en un amplio concepto lo que es ACCU-Asturias. En esa dirección de proximidad es lo que vamos a seguir profundizando en el futuro.



La página web de ACCU-Asturias ha sido realizada por Grupo Inicativas.

Pero, además, nos permitirá conocer las opiniones, comentarios, críticas y propuestas de los enfermos de EII y sus familias. Por ello, animamos a utilizar nuestro portal web para hacer llegar a la dirección de ACCU-Asturias sus inquietudes y problemas, en la seguridad de que recibirán cumplida respuesta a las mismas. Confío en que esta nueva conexión que abrimos nos permita ser más eficaces y hacer un ACCU-Asturias mejor.





Adhesivos Camisetas

Regalos de Empresas

Avda. Portugal, 52 bajo
33207 Gijón (Asturias)



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

**CONSTRUCCIONES
SILCA***SA**

Más de 30 años creando hogares en Asturias

- Avda. Langreo, 9. EL BERRÓN. Tf. 985 74 40 67
- Casimiro Velasco, 16. GIJÓN. Tf. 985 34 67 56

www.construccionessilca.com



ASOCIACIÓN
PARKINSON
ASTURIAS

喝 喻 TAI CHI y PARKINSON 喪

Parkinson Asturias se esfuerza por acercar a sus asociados todas aquellas disciplinas que puedan mejorar su calidad de vida. Es por lo que comenzamos a impartir talleres de Tai Chi en Oviedo, Avilés y Mieres, siendo nuestro deseo llegar a todas nuestras Delegaciones y siendo, una vez más, pioneros en el servicio dado a nuestros afectados.



Los talleres de Tai chi se comenzarán a impartir en Oviedo, Avilés y Mieres.

喝
喟
喻
曉
喪
喟

Estudios recientes confirman que la práctica del Tai Chi, resulta beneficiosa para personas que padecen Parkinson, operando en ellas mejorías evidentes.

En investigaciones llevadas a cabo con enfermos de Parkinson han demostrado que la práctica habitual del Tai Chi consigue avances importantes en aspectos referentes al sistema circulatorio, la movilidad en brazos y piernas, fortalecimiento de músculos y huesos, etc. Además de todos estos beneficios sobre la salud corporal del Tai Chi, también se observó que los pacientes han obtenido mejoras en la memoria, así como en el terreno emocional y anímico.

El Tai chi es una forma lenta y graciosa de ejercicio derivada de las artes marciales chinas que consiste en una secuencia

de movimientos y posiciones orientados a lograr una armonía entre alma, mente y cuerpo.

Es una forma de ejercicio de baja intensidad y bajo impacto especialmente adecuada para alguien que esté recuperándose de una lesión. Como es un ejercicio donde se carga peso, también es útil para prevenir el adelgazamiento de los huesos (la osteoporosis). El tai chi incrementa la fuerza del tono muscular, fomenta la amplitud de los movimientos la flexibilidad y mejora el equilibrio y la coordinación. También tiene la capacidad de reducir la presión sanguínea y el ritmo cardiaco. Mucha gente que practica tai chi también ha descubierto que ayuda a la concentración, incrementa la sensación de bienestar, reduce la sensación de estrés, genera más energía, mejora la postura y la circulación.

La respiración que se realiza durante la práctica del tai chi es lenta y profunda, con lo que el intercambio de

gases en los pulmones se realiza con mayor eficacia lo que produce una mejor oxigenación de la sangre y por tanto de todo el cuerpo.

Gracias a la postura que adopta el cuerpo en la práctica de las formas de tai chi se ven mejoras en las tensiones y los diversos problemas de espalda. Debido a la lentitud, circularidad y relajación de los movimientos del tai chi, los órganos internos se ven sometidos a un suave masaje, lo cual revierte en el su mejor funcionamiento y con ello en el funcionamiento corporal.

En la práctica del Tai Chi todas las articulaciones están abiertas y flexibles consiguiendo así que la totalidad del cuerpo pueda estar relajado y que tras la práctica nos sintamos vigorizados y relajados.

M^a Teresa Alonso Alvarez
Monitora de Tai-Chi en la
Delegación de Avilés de la
Asociación Parkinson Asturias

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



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

iluplax

CTRA. OVIEDO - SANTANDER, KM 8 33188 - ARGÜELLES - SEIRO - ASTURIAS
TPNO. 985 744 620 - FAX. 985 742 737 - www.iluplax.es - iluplax@iluplax.es



DÍA MUNDIAL DEL RIÑÓN

Toma de tensión arterial gratuita para no hacer sufrir a los riñones

Poca gente se detiene a pensar que la tensión arterial también afecta a los riñones. No es sólo monopolio del corazón. La hipertensión aumenta la presión sobre los vasos sanguíneos que entran y salen de los riñones, provocando que no puedan cumplir adecuadamente su función principal, filtrar las sustancias tóxicas que lleva la sangre.

Controlar la hipertensión permite evitar que los riñones sufran y con eso reducir el riesgo de necesitar diálisis, es decir, tener que depender de una máquina que limpie la sangre para poder seguir viviendo.



“*Tus riñones sufren con la hipertensión*” es el lema con el que ALCER pretende crear un estado de conciencia entre la sociedad asturiana, el día 12 de marzo, Día Mundial del Riñón. Se ha tomado gratuitamente la tensión arterial y se entregó un pequeño cuestionario para valorar si están en riesgo e información sobre cómo la hipertensión puede acabar dañando los riñones.

En este día tan importante para ellos, el presidente de ALCER ASTURIAS ha querido destacar que: la prevención, como en todas las enfermedades, es fundamental y agradecer la solidari-

dad asturiana en donaciones, puesto que somos la comunidad autónoma con mayor número de donantes y de trasplantes anuales.

Controlar la hipertensión permite evitar que los riñones sufran y con eso reducir el riesgo de necesitar diálisis, es decir, tener que depender de una máquina que limpie la sangre para poder seguir viviendo. Según el estudio MDRD (Modification of Diet in Renal Disease) es posible ralentizar la progresión de la insuficiencia renal cuando la presión arterial se disminuye a niveles menores de 130/80 mmHg.

En España más de 45.000 personas padecen insuficiencia renal crónica y 2.200.000 personas desconocen tener una enfermedad renal. Cada año se les unen otras 6.000 personas.



decofer®

DECORACIÓN DEL HIERRO

BARANDILLAS - ESCALERAS
CERRAJERÍA ARTÍSTICA
CARPINTERÍA METÁLICA
PUERTAS Y PORTONES
AUTOMATIZACIÓN DE PORTONES

Polig. Ind. Puente Seco - VERIÑA
33691 Gijón - Asturias
Tel. 985 329 965
fax: 985 301 055



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

BOCETTO interiorismo y construcción



LOS PUNTOS DE ACTIVACIÓN MIOFASCIALES

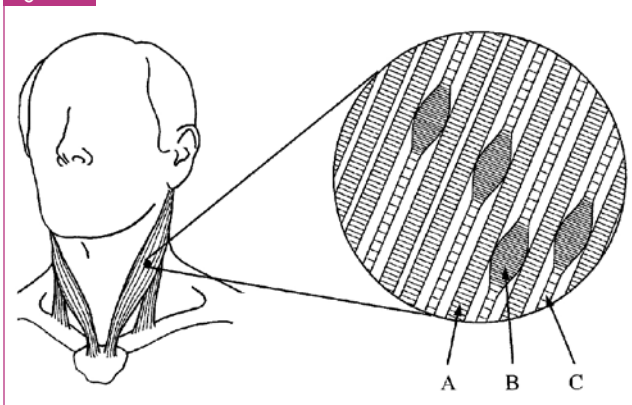
→ Por Line Eldholm, Licenciada en Ciencias en Fisioterapia por la Universidad de Salford, Gran Bretaña.

La experiencia clínica diaria de miles de fisioterapeutas y médicos indica fehacientemente que la mayor parte de los dolores que padecemos -y muchas otras condiciones físicas desconcertantes- están realmente causados por los puntos de activación (Puntos gatillo) o, lo que es lo mismo, esos pequeños nudos que se forman en los músculos del cuerpo por las contracturas. Los médicos que se ocupan del dolor y están especializados en detectar y tratar los puntos de activación han descubierto que son la causa esencial del dolor prácticamente en el 75% de los casos y que forman parte -al menos parcialmente- de casi todos los problemas relacionados con el dolor.

Los conceptos sobre los puntos de activación miofasciales fueron descubiertos y formulados por los doctores Travell y Simons en los años 50.

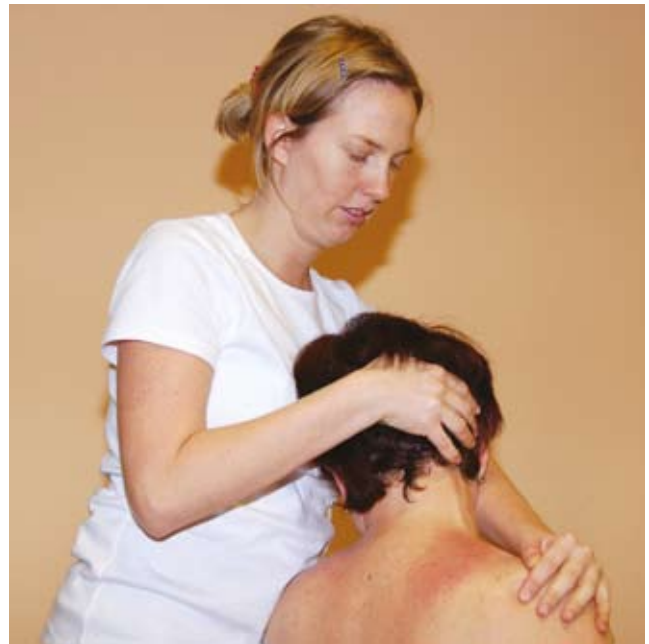
Ellos describen los puntos de activación miofasciales simplemente como pequeños nudos hiperirritables que se produce en el tejido blando -en la fibra muscular- debido a una contractura. Ver figura 1:

Figura 1.



Visión ampliada de nudos producidos por puntos de activación en las fibras musculares.

El prefijo "mio" del término se refiere a los músculos; "fascia" es una membrana fina y translúcida que envuelve y separa los músculos. Cuando se tienen puntos de activación en un músculo, la fascia que lo recubre normalmente se torna rígida y comienza a formar parte del problema.



Cada uno de puntos de activación miofasciales puede parecer un pequeño trozo de macarrón o espagueti parcialmente cocido o un guisante enterrado profundamente en el músculo y pueden causar dolor en cualquier parte del cuerpo. A su vez, estas rígidas bandas de fibra muscular mantienen una tensión constante sobre las inserciones del músculo y con frecuencia producen síntomas referidos a distancia.

Dicha tensión continua de las fibras originada por los puntos de activación restringe la circulación en la zona circundante. La falta de oxigenación resultante y la consecuente acumulación de productos de desecho del metabolismo irritan el punto de activación, que responde a esta emergencia enviando señales de dolor hasta que el cerebro instituye una política de reposo para el músculo. Usted deja de usar el músculo y éste comienza a acortarse y a tensarse. Se trata de un ciclo vicioso que se mantiene a sí mismo, durante meses -o incluso años- y que debe ser interrumpido.

CARACTERÍSTICAS

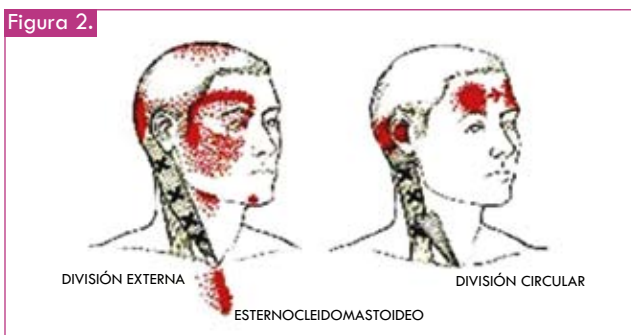
El Síndrome Miofascial, por definición, es un trastorno no inflamatorio que se manifiesta por dolor localizado, rigidez y cuya característica primordial es la presencia de los puntos de activación miofasciales o "puntos gatillo". El dolor miofascial tiene tres componentes básicos:

1. Una banda o tumor palpable en el músculo afectado. La banda palpable ésta representa un espasmo segmentario de una pequeña porción del músculo.

2. Un punto de activación o punto gatillo. El punto de activación es un foco de irritabilidad en el músculo cuando éste es deformado por presión, estiramiento o contracción, lo cual produce tanto un punto de dolor local como un patrón de dolor referido y ocasionalmente fenómenos autonómicos. Estos puntos de activación pueden ser clasificados de diferentes maneras: Pueden ser activos, cuando éste es la causa directa del dolor, o pueden ser latentes, causando disfunción cuando se realizan ciertas maniobras con el músculo pero no duele al palparlo.

Un punto de activación latente puede permanecer así por mucho tiempo y se puede tornar activo bajo algunas circunstancias: estrés, sobreuso, estiramiento etc. Si el punto de activación permanece por mucho tiempo sin tratamiento, las estructuras adyacentes pueden comprometerse y éste es el llamado un punto de activación satélite.

3. En patrón característico de dolor referido, dolor que proviene de un punto de activación, pero que se siente a distancia del origen del mismo. Ver figura 2:



Las X son los puntos de activación, la parte roja es el dolor reflejo.

La dificultad del tratamiento de estos puntos reside en que normalmente transfieren el dolor a otra zona del cuerpo y este dolor reflejo ha confundido siempre a muchos médicos y profesionales de la salud. Muchos tratamientos para el dolor fracasan por centrarse en el mismo dolor, tratando sólo la zona donde éste se manifiesta.

SÍNTOMAS DERIVADOS DE LOS PUNTOS DE ACTIVACIÓN MIOFASIALES

Los síntomas sensoriales creados por los puntos de activación miofasciales asumen una gran variedad de formas y no se limitan a la sensación de dolor. Los síntomas de dolor reflejo, no sólo producen dolor en otros músculos, sino también en estructuras como el ojo, el oído, la cabeza, la faringe, dientes y muelas, vísceras torácicas, abdominales o pelvianas, articulaciones, huesos y tendones.

Se pueden presentar otros fenómenos diferentes al dolor en las zonas de irradiación del dolor referido de un

punto de activación, específicamente fenómenos autónomos: Vasoconstricción localizada, sudoración, lagrimeo, coriza, salivación y actividad pilomotor. Así también se pueden encontrar algunos signos secundarios a disturbios de tipo propioceptivo: pérdida de equilibrio, mareos, vértigo, tinitus, pérdida de coordinación motora.

Los puntos de activación pueden reducir la capacidad de movimiento al acortar y tensar los músculos. Pueden provocar y mantener espasmos en otros músculos e impedir que éstos se relajen, consiguiendo que se agoten rápidamente. También pueden desequilibrarlos hasta el punto de que lleguen a desarticular parcialmente las articulaciones, causando que éstas se "enganchen" cuando usted se mueve; como consecuencia, usted se siente cada vez menos inclinado a moverse. Si le duele el cuello, deja de girar la cabeza. A esto se lo denomina "protegerse" y causa que otros músculos entren en acción para asumir la carga del trabajo. Muy pronto estos músculos también desarrollan puntos de activación y resulta afectada por la situación. Los músculos se ponen rígidos y su capacidad de movimiento es cada vez más limitada. Antes usted se mostraba reacio a moverse; ahora ya no puede hacerlo.

CAUSAS DE LOS PUNTOS DE ACTIVACIÓN

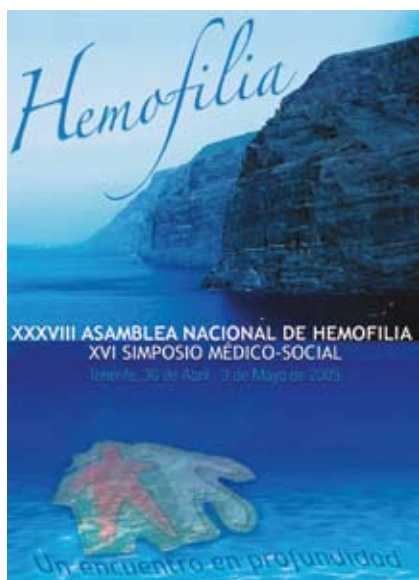
Estos puntos que se encuentran en todos los músculos esqueléticos, se pueden activar por diferentes causas:

- **Estrés mecánico:** por disfunciones morfológicas y articulares, trauma, mobiliario inadecuado, abuso muscular (p.ej. sobrecarga crónica de los músculos en situaciones laborales o movimientos repetitivos), inmovilidad prolongada (p.ej. uso de aparatos ortopédicos), mala postura, estructura ósea anormal...
- **Deficiencias nutricionales:** Especialmente algunas vitaminas (B1, B12, C y ácido fólico), así como también algunos minerales (Calcio, Potasio, Hierro, Magnesio).
- **Desarreglos metabólicos y endocrinos.** Desequilibrios químicos o glandulares interfieren en el metabolismo de los músculos, como por ejemplo trastornos tiroideos, hipoglucemia, anemia y altos niveles de ácido úrico en la sangre.
- **Alteraciones del sueño** que por la pérdida de una relajación adecuada del músculo hace que éste se mantenga en actividad permanente, y no logra que las fibras musculares disminuyan su actividad, lo que se traduce en focos de hiperirritabilidad y posteriormente dolor.
- **Enfermedades viscerales** (infartos, úlceras pépticas, litiasis renal, coledocitis), enfermedades de inflamación articular (p.ej. Lupus y reumatismo articular), alteraciones emocionales y psicológicas.
- **Otras,** como infecciones crónicas virales o bacterianas, alergias.



XXXVIII ASAMBLEA NACIONAL DE HEMOFILIA

XVI SIMPOSIO MÉDICO-SOCIAL



La Asociación de Hemofilia de Tenerife ha sido elegida para organizar junto a la Federación Española de Hemofilia, la **XXXVIII Asamblea Nacional de Hemofilia** y el **XVI Simposio Médico-Social**. El evento se celebró los días 30 de abril, 1, 2 y 3 de Mayo de 2009 en la isla de Tene-

rife. La edición de este año se dividió en dos partes claramente diferenciadas:

- ▶ La primera tuvo un carácter eminentemente técnico y en ella prestigiosos hematólogos del país trataron temas concernientes a los últimos avances en el estudio de la enfermedad y su tratamiento.
- ▶ La segunda parte, con un talante más social fue conducida por los miembros de la propia Federación Española de Hemofilia que trataron temas referentes a la integración del hemofílico en el ámbito laboral y social.

El 30 de abril tuvo lugar el cóctel de bienvenida y la inauguración. Al día siguiente se desarrolló el **Simposio Médico-Social**. Durante 4 horas aproximadamente, distintos espe-

cialistas trataron asuntos médicos relacionados con la realidad actual del paciente con hemofilia. Después de lo cual, tuvo lugar la comida de trabajo. Una vez finalizada, el colectivo dispuso de la tarde libre para conocer el lugar de celebración.

El tercer día comenzó con a las 9:30 horas de la mañana con una misa que se celebró en recuerdo de todos los hemofílicos fallecidos, y después de dicho acto, empezó propiamente la **XXXVIII Asamblea Nacional de Hemofilia**. En ella, la Junta Directiva Nacional puso al corriente a su colectivo de las acciones llevadas a cabo durante todo el año. Así como todo aquello que se va a desarrollar en breve. Hacia las 15:00 horas tuvo lugar la comida de gala. Finalmente el 3 de mayo de 2009 regresaron los asambleístas a sus lugares de origen.

XXXIII ASAMBLEA REGIONAL DE HEMOFILIA

Nos reunimos el domingo 1 de marzo en el Salón de Actos de la Residencia de Oviedo y aproximadamente a las 11:30 h de la mañana comenzamos nuestro acto con una asistencia de 40 personas.

El Presidente **D. Fernando Dopazo** dio la bienvenida a todos y todas y recordó a nuestro último amigo y compañero hemofílico fallecido. Tuvo especiales palabras de recuerdo para *Enrique García Yugueros* que falleció el pasado 26 de diciembre.

Seguidamente, se dio lectura al acta de la asamblea anterior y después de ser aprobada por mayoría se pasó a comentar el balance del ejercicio 2008.



Los asistentes a la Asamblea Regional disfrutaron de la tradicional Comida de hermandad.

Nuevamente, tomó la palabra Fernando y comentó todo lo reseñable del año anterior, así como aquellas actuaciones que quieren llevarse a cabo en este 2009. Después de lo cual, dio paso al turno de ruegos y preguntas donde en esta ocasión tuvimos mucha participación de los allí reunidos.

A las 14:00 h, finalizó la XXXIII Asamblea Regional de Hemofilia y nos dirigimos al Llagar de Quelo para disfrutar de la consabida Comida de Hermandad. En esta ocasión disfrutamos de un típico menú de espicha, y nos despedimos hasta el año que viene.



SABOREANDO **Asturias**

Rutas de los

alimentos DEL PARAÍSO



Los Señores del Vino de la Tierra de Cangas

Por Tom Fernández



El Código Afuega'l Pitu

Por Juan Antonio Quirós



Desayuno con Cabrales

Por Nacho Carballo



Hasta que llegó su Sidra

Por Tom Fernández



En Asturias tú eres el protagonista

Se puede viajar de infinitas maneras, y disfrutar de los lugares visitados de otras tantas. En las Rutas de los Alimentos del Paraíso te invitamos a disfrutar del Principado de Asturias de una manera diferente, un viaje en el que los protagonistas serán nuestros sentidos, que nos invitan a disfrutar y descubrir una Asturias distinta a cada paso, pero también a cada sabor; unas Rutas que te sugieren el camino a seguir y que te invitan a ser el protagonista que escribe su propia historia, su propio guión.

más información en www.infoasturias.com o en el 902 300 202



UNIÓN EUROPEA
Fondo Europeo
de Desarrollo Regional



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS



ENSAYO CLÍNICO CON TALAMPANEL

En el Hotel AC Los Ferranes se celebró un encuentro de enfermos y familiares el día 24 de Noviembre durante el mismo médicos del Hospital Carlos III de Madrid nos explicaron un nuevo ensayo clínico que se está realizando en dicho hospital con el fármaco Talampanel.

Hasta el momento, los pacientes afectados por esclerosis lateral amiotrófica (ELA) sólo cuentan con un medicamento que retrasa de forma muy moderada la progresión de esta enfermedad neurodegenerativa que afecta a las neuronas motoras. En este contexto, y por primera vez el Talampanel va a ser probado en el mundo con más de 500 pacientes de ELA, de los que cerca del 10% serán españoles. En España este ensayo se realizará sólo en el Hospital Carlos III.

Este ensayo está en fase II-III, es decir, está probado en animales, en humanos y ahora lo que se está haciendo es ajustar la cantidad que se necesita, para que al tomarlo, no existan efectos secundarios significativos y ver cual es la dosis más adecuada para obtener el efecto deseado que es la ralentización del progreso de la enfermedad.

Por ello el Talampanel se suministrará a doble ciego: (2/5 tomarán 50 mgr cada 8 horas; 1/5 tomarán 25 mgr cada 8 horas y 2/5 tomarán un placebo).

¿CÓMO ACTÚA EL TALAMPANEL?

El Talampanel puede interferir en el proceso degenerativo neuronal producido por excitotoxicidad del glutamato, bloqueando los receptores para dicho aminoácido ya que su exceso daña las motoneuronas e inicia el proceso de degeneración.



¿QUIÉNES PUEDEN ENTRAR EN EL ENSAYO?

- Afectados que tengan **entre 18 y 80 años**.
- Que tengan **menos de 36 meses de evolución de la enfermedad** (desde la aparición de los primeros síntomas, no desde la fecha del diagnóstico).
- Que en la **última espirometría tengan una capacidad pulmonar** (Capacidad Vital Forzada) **del 70% o superior**.

¿CÓMO SOLICITAR LA PARTICIPACIÓN EN EL ENSAYO?

Llevando todos los papeles a atención al paciente del hospital donde se le atiende actualmente para que soliciten la visita al Carlos III para valoración. Atención al paciente tiene que meterlo a través del SIFCO.

El Carlos III llamará a los pacientes dependiendo del orden de llegada de la solicitud y de la cantidad de afectados que puedan entrar. También se puede mandar el informe del neurólogo a la asociación para que lo enviemos nosotros (para más seguridad y reclamar la fecha de salida si no llaman del hospital), pero siempre teniendo en cuenta que hay que solicitarlo igualmente en Atención al Paciente).

El ensayo durará 52 semanas, para cada persona aceptada en él. Si por algún motivo se observa que causa algún perjuicio en el organismo, el ensayo se suspenderá.

Si el resultado es positivo, a las 52 semanas, toda persona que esté dentro del ensayo, pasará a tomar el Talampanel en la cantidad que resultó ser más eficiente.

El resto de los afectados la tomará cuando se comercialice. Si realmente es efectivo, se solicitará el **uso compasivo**; así el plazo se acortará considerablemente. Es importante saber **que no se dejará el tratamiento con RILUTEK durante el ensayo**.



- Reprografía
- Impresión digital
- Cartelería
- Montajes

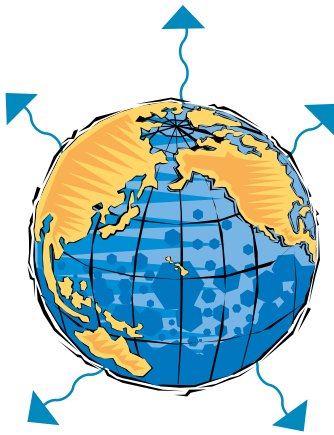
Marqués de San Esteban, 4 Gijón - Tel 985 356 247 · Fax 985 347 896
 Ingeniero Marquina, 5 Oviedo - Tel 985 253 400 · Fax 985 257 321
www.mores.es



SIEMPRE EN MOVIMIENTO



AMDAS - LA FONTE
Asociación de Mujeres Discapacitadas de Asturias



AMDAS LA FONTE

AMPLÍA FRONTERAS

Desde nuestros inicios tuvimos un gran interés en que las socias residentes en otras ciudades fuera de Gijón pudieran disponer de una oficina donde dirigir sus demandas o realizar diversas actividades. Por fin tras solicitar nuestro registro como asociación en el Ayuntamiento de Oviedo, disponemos de un lugar de trabajo y encuentro en el **centro social "El Cortijo"** situado en La Corredoria (Oviedo).

Ya hace algún tiempo que estamos trabajando desde esta delegación el primer jueves de cada mes de 16:30 a 19:30 horas. Las personas encargadas de dicha delegación son **Demetria Cueva González** y **Olga Álvarez Olay**.

Nuestra asociación está abierta a socias y no socias, informamos y atendemos a todas las personas que soliciten nuestros servicios.

En este momento y gracias a una **subvención del Ayuntamiento de Oviedo** estamos realizando un **taller de musicoterapia y baile** como forma de expresión a cargo de la monitora **Cristina Rogel Cifuentes**. Si alguien está interesado en apuntarse estaremos encantadas de que comparta con nosotras dicha actividad, y al mismo tiempo poder aprender y demostrar que con disCAPACIDAD o sin disCAPACIDAD se puede bailar desde un tango a una jota, porque

de todos es bien sabido que, "querer es poder".

Amdas la Fonte seguirá abriendo fronteras e intentará formar más delegaciones en diferentes puntos del Principado de Asturias, con el fin de poder llegar a todas las mujeres que por vivir en la zona rural no disponen de las oportunidades que tenemos en las grandes ciudades.

¡¡ TE ESPERAMOS!!

PRÓXIMAS FECHAS TALLER DE BAILE
7 Mayo, 4 Junio y 2 Julio.



ASOCIACIÓN DE ÁMBITO AUTONÓMICO

- Sede en Gijón:
C/ Canga Argüelles, 22. Casa de Encuentros de las Mujeres (Aula 2).
- Sede en Oviedo:
Centro Social El Cortijo La Corredoria (Oviedo).



Avda. Pablo Iglesias, 15 - C.P. 33205 GIJÓN - ESPAÑA

Tel.: 34/ 985 13 41 71

Fax.: 34/ 985 13 42 22

e-mail: tsk@tsk.es

www.tsk.es

GarcíaRama RESIDENCIAL NOEGA
GarcíaRama

desde **86.800 €**
IVA no incluido

con garaje y trastero

Viviendas de Protección Autonómica - VPA
Subvención por vivienda hasta 18.000 €

Incluimos viviendas para personas con minusvalía. Infórmese

su piso en el nuevo
área residencial de ROCES

La mejor opción,
entorno de privilegio para su hogar.

Ramón Areces, 20. Gijón 985 38 35 96 garciamama.com

Noemí Martín



En esta nueva etapa recién iniciada al frente de la Consejería de Vivienda y Bienestar Social, ¿cuáles son los principales objetivos en lo referente a las personas con discapacidad?

Cuando desde Izquierda Unida decidimos entrar a formar parte del Gobierno Regional, teníamos claro que esa labor no iba a ser fácil y mucho menos aún en la actual situación de crisis en la que nos encontramos. En este contexto tal vez lo más fácil habría sido quedarnos donde estábamos pero decidimos asumir este reto y lo hemos hecho con muchas ganas, tantas que desde el primer día que llegamos a la Consejería estamos trabajando. Trabajamos para evitar que la Ley de Dependencia y Autonomía Personal siga generando frustración, aunque somos totalmente conscientes de que la adecuada implantación de esta Ley es un proceso complejo que requiere de una financiación estable por parte del Estado. Pero desde la Consejería de Bienestar Social y Vivienda ya nos hemos puesto manos a la obra para reforzar y ampliar la red de centros de atención (Unidades de Atención Temprana, Centros de Día, plazas residenciales) y mejorar los servicios y la calidad asistencial. En la actualidad estamos ultimando el **Plan Asturiano de Inversión Social**, una herramienta que nos va a permitir centrar nuestros esfuerzos allí donde más falta hace, crear recursos donde más demanda

CONSEJERA DE BIENESTAR SOCIAL Y VIVIENDA

NOEMÍ MARTÍN, diplomada en Trabajo Social, es diputada de Izquierda Unida-Bloque por Asturias desde 1995. En la actualidad es miembro del Consejo Político Federal de Izquierda Unida y de la Comisión Ejecutiva de IU de Asturias. Fue Secretaria General del Partido Comunista de Asturias y miembro del Comité Ejecutivo y Federal del PCE y portavoz del grupo parlamentario de IU-BA en la Junta General del Principado en la legislatura 2003-2007.

“Trabajamos para evitar que la Ley de Dependencia y Autonomía Personal siga generando frustración, aunque somos totalmente conscientes de que la adecuada implantación de esta Ley es un proceso complejo que requiere de una financiación estable por parte del Estado”.

hay y poder conseguir que todos los asturianos puedan acceder a los servicios que precisen. También estamos trabajando ya en el *Plan Autonómico de Accesibilidad*.

Teniendo en cuenta la difícil situación económica actual, ¿qué medidas concretas se piensa tomar desde la Consejería para paliar sus efectos sobre los colectivos más vulnerables, como el de las personas con discapacidad?

La crisis económica está generando un aumento del desempleo, lo que se traducirá en grandes dificultades económicas para aquellas familias que agoten la prestación por desempleo sin haber conseguido otro trabajo. Para minimizar estas situaciones hay que destacar que Asturias es una de las tres únicas Comunidades que cuentan en España con una prestación que garantiza que todas las familias tengan unos ingresos mínimos. Se trata del salario social, un derecho subjetivo que permite aliviar las situaciones más severas de carencia de ingresos. Para el año 2009 la remuneración de esta prestación

social se ha mejorado un 4,54% respecto al año anterior, muy por encima de la evolución interanual de los precios (1,6%), al objeto de mejorar su capacidad adquisitiva y ampliar la población protegida. Es de resaltar que el Salario Social se incrementa en un 5% adicional para las personas con una discapacidad reconocida igual o superior al 45%. El incremento de la capacidad protectora del Salario Social ante situaciones de necesidad se observa en que a los tres años de su puesta en marcha ya se haya cuadruplicado la población beneficiaria que alcanzó a 14.051 personas en 2008. Pero no podemos quedarnos ahí. El Plan Autonómico de Inclusión social 2009-2011 tiene por objeto mejorar la coordinación entre servicios públicos y facilitar la continuidad de apoyos específicos a la población en riesgo de exclusión social.

Recientemente leíamos en los medios de comunicación que los Centros de Día recién construidos carecen de suficiente demanda, al solicitarse principalmente las prestaciones económicas ¿puede val-

EI PLAN AUTONÓMICO DE INCLUSIÓN SOCIAL 2009-2011

Tiene por objeto mejorar la coordinación entre servicios públicos y facilitar la continuidad de apoyos específicos a la población en riesgo de exclusión social

rarnos esta información?, ¿se va a hacer algún seguimiento para valorar la correcta formación y atención de las/los cuidadores de personas dependientes en sus domicilios?

Algunas de esas informaciones no son del todo exactas. Hace tiempo que se observan ciertos retrasos en la utilización inicial de nuevos centros de atención diurna. Esto suele deberse a que tanto los recursos como los servicios que ofertan aún no son suficientemente conocidos en el entorno.

Otra cuestión es la notable irrupción de novedades que contempla la reciente Ley, como las prestaciones económicas, que teniendo carácter extraordinario sobre la preferencia por los servicios, responden a amplias y variadas demandas sociales existentes con anterioridad, en especial en tanto no se desarrolle plenamente la oferta de servicios públicos. No obstante, durante los ya casi dos años de vigencia de la Ley en Asturias no llegan a veinte los casos de abandono de un servicio de atención diurna por elegir una prestación económica. En el caso de los cuidadores no profesionales el seguimiento se realiza desde los servicios sociales municipales, que son los más próximos a las personas. La formación se prevé organizar también desde nuestros dispositivos, en colaboración con los municipales y reforzando la coordinación sociosanitaria con la red de atención primaria de salud.

“Debemos agilizar el plan de inversiones para incrementar la oferta pública de plazas residenciales, de atención diurna y de servicios domiciliarios más especializados”.

Desde la perspectiva de su reciente incorporación a la Consejería de Bienestar Social, ¿podría hacernos una valoración del desarrollo actual en Asturias de la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a la Dependencia?

En su inicio la nueva Ley se puso en marcha en Asturias con la máxima agilidad. Nuestro aceptable nivel de desarrollo de los servicios sociales, tanto de la red básica local como de los servicios especializados, al menos en términos comparados con el resto del país, ha permitido niveles de acceso y atención por encima de la media estatal. No obstante el despliegue progresivo de la Ley nos indica, ante el incremento notable de la demanda, mayor de la inicialmente prevista, que nuestra oferta de servicios es aún insuficiente y que debemos agilizar el plan de inversiones para incrementar la oferta pública de plazas residenciales, de atención diurna y de servicios domiciliarios más especializados.

La citada Ley ha creado muchas expectativas, pero su aplicación está siendo más lenta de lo que los afectados desearían, ¿qué actuaciones se van a emprender para corregir ese desajuste?

Hay que reconocer que los inicios son siempre difíciles. Máxime si se exageran las posibilidades de atención a una población demandante de servicios y prestaciones muy elevada, de casi 25.000 personas en los últimos veinte meses. Nuestro compromiso es, a pesar de las actuales dificultades económicas, acelerar, como ya he comentado, la puesta en marcha del Plan Asturiano de Inversión Social, ya que eso nos permitirá llevar a cabo la ampliación de centros y servicios. Pero también queremos mejorar y sobretodo agilizar la gestión de solicitudes, valoraciones de grado y

nivel y la realización de programas individualizados de atención (PIA) porque así evitaremos que la gente tenga que esperar tanto para poder ver reconocido su derecho.

Tras el acuerdo del Consejo Territorial del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia donde se consensúa como un mínimo exento de copago una vez el IPREM ¿Se contempla desde el Gobierno del Principado de Asturias el establecer unas condiciones más favorables para los beneficiarios y establecer como mínimo exento -por debajo del cual no hay que copagar- 2,5 veces el IPREM, al igual que en otras comunidades autónomas?

No conozco en detalle el desarrollo normativo de todas las Comunidades Autónomas, que es muy variopinto, pero sí puedo decirles que no tenemos constancia de que en otras Comunidades se esté aplicando en este momento la exención del copago para aquellas personas cuyas rentas no superen 2,5 veces IPREM. Según los datos de los que dispone la Consejería, basados en la información del Sistema Nacional para la Autonomía y Atención a la Dependencia, en marzo de 2009 la cobertura de servicios y prestaciones en Asturias es un 15,5% superior a la media española. A pesar de este dato reconozco que no estamos conformes con nuestra actual regulación del copago, por eso estamos preparando una regulación con un mínimo exento más alto del actual 0,75% IPREM y progresivo en relación con la capacidad económica de las personas. En este sentido nuestro principal objetivo es garantizar que estén exentos del copago aquellas personas que cobren una pensión mínima, pero debido a la insuficiente financiación de la Ley no va a ser posible, al menos de momento, llegar a la exención del co-



pago para ingresos de hasta 2,5 veces IMPREM, no hay que olvidar que estamos hablando de rentas superiores a 18.000 euros al año que sólo tendrían que aportar una pequeña parte del coste del servicio.

Desde COCEMFE-ASTURIAS entendemos que es urgente la puesta en marcha de medidas que garanticen la autonomía personal y la vida independiente de las personas en situación de dependencia, máxime desde la entrada en vigor del texto legal mencionado, donde se recoge la figura del Asistente Personal ¿se dotará de contenido a esta figura y a los servicios de promoción de la autonomía personal en el transcurso de esta legislatura?

La prestación de asistente personal esta pendiente de desarrollo por el Consejo Territorial del SAAD y actualmente en estudio en grupo de trabajo coordinado por el IMSERSO, en lo que respecta a la concreción del servicio, el perfil profesional del asistente y su encuadramiento en la Seguridad Social. Es un terreno en el que todavía existen confusiones. En Asturias se ha suscrito un solo Plan Individualizado de Atención mediante prestación económica para asistente personal, que finalmente se concretó y modificó por el de prestación de servicios de ayuda a domicilio por empresa acreditada.



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

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

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

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

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

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

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

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

PUNTOS DE INFORMACIÓN

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

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



Fundación Municipal de Servicios Sociales
Ayuntamiento de Gijón

Guía de Establecimientos Turísticos Accesibles

HOTELES Y ALOJAMIENTOS RURALES

para todas las personas



El pasado 18 de febrero tuvo lugar en Gijón la presentación de la Guía de Establecimientos Turísticos Accesibles, editada por la Agencia de Sanidad Ambiental y Consumo en colaboración con COCEMFE-ASTURIAS, cuya Oficina Técnica de Accesibilidad fue la responsable de llevar a cabo el trabajo de campo de la publicación.

Mónica Oviedo, Vicepresidenta de COCEMFE-ASTURIAS y **Juan Llana**, Director de la Agencia de Sanidad Ambiental y Consumo fueron los encargados de presentar la Guía ante un nutrido grupo de personas, entre las que se encontraban el Director de la Agencia Asturiana para la Discapacidad, **Javier Antuña**, los concejales de Urbanismo y de Participación Ciudadana y Consumo del Ayuntamiento de Gijón, **Pedro Sanjurjo** y **Pilar Pintos**, respectivamente, el Gerente del Colegio Oficial de Arquitectos, **José Ramón Sánchez Herrera**, etc... También asistió una amplia representación de propietarios y encargados de establecimientos de la hotelería asturiana, junto con las Asociaciones integradas en nuestra Federación y representantes del CERMI ASTURIAS

El acto se desarrolló en la Sala de Conferencias del Centro de Cultura Antiguo Instituto y al finalizar el mismo se sirvió a los presentes un vino español.

La Guía tiene como **objetivo** el proporcionar al sector hotelero la información necesaria en materia de accesibilidad, para que los nuevos establecimientos turísticos puedan ser utilizados por todas las personas, al contemplarse en los proyectos de obra la normativa vigente en materia de accesibilidad y respecto a los ya existentes facilitar que conozcan las mejoras que pueden realizar en sus instalaciones en lo referente a las condiciones generales de accesibilidad, ya que se ha detectado con frecuencia un desconocimiento y falta información en este campo, lo que nos da

Imagen 1:

De izda a dcha: **Mónica Oviedo** Vicepresidenta de Cocemfe-Asturias, **Pedro Sanjurjo** Concejale de Urbanismo, **Juan Llana** Director de la Agencia de Sanidad Ambiental y Consumo y **Javier Antuña** Director de la Agencia Asturiana para la Discapacidad.

Imagen 2:

Los asistentes al acto recibieron un ejemplar de la Guía que aporta información sobre 45 hoteles y alojamientos rurales.

como resultado que todavía sus negocios no puedan ser utilizados por personas con distintas capacidades.

Los asistentes recibieron sendos ejemplares de la Guía, que suministra referencias de 45 hoteles y alojamientos rurales del Principado de Asturias, con distintos grados de accesibilidad, además de explicar de forma sencilla y fácil comprensión la normativa vigente en materia de accesibilidad, también incluye una serie de recomendaciones para el trato adecuado a clientes con necesidades especiales.

Mónica Oviedo declaró que "en los últimos años se ha observado cier-

ta mejora en este campo, aunque todavía queda mucho trabajo por hacer, como hemos constatado por las frecuentes quejas que han llegado hasta Cocemfe desde nuestras asociaciones" y resaltó las **ventajas** que adquiere un establecimiento accesible "una mejora en la competitividad al captar un nuevo segmento de mercado, el hecho de que cada viaje realizado por una persona con discapacidad atrae a 1,5 acompañantes y la desestacionalidad de los servicios turísticos ya que el 51% de las personas con discapacidad son laboralmente inactivas".

Para avanzar en la consecución de la Accesibilidad Universal y el Diseño para todos desde la **Oficina Técnica de Accesibilidad** de COCEMFE-ASTURIAS se proporciona asesoramiento a todos aquellos que quieran poner en marcha o adaptar sus negocios,

lo cual redundará en una mejora en la calidad del establecimiento.

Por su parte, Juan Llana expresó la firme intención de la Agencia que dirige de seguir colaborando con COCEMFE-ASTURIAS para que en nuestra Comunidad Autónoma se continúe avanzando en una materia tan importante, que afecta a gran número de ciudadanos, como es la Accesibilidad Universal y el Diseño para Todas las Personas.

Para finalizar, el concejal Pedro Sanjurjo adelantó que en el transcurso de este año el Ayuntamiento de Gijón pondrá en marcha la **Comisión de Accesibilidad**, con el fin de trabajar de forma muy directa con las entidades que se ocupan de este campo, noticia que ha sido muy bien recibida por nuestro colectivo al ser una de nuestras reivindicaciones históricas.

Asimismo aseguró que el Consistorio ya está trabajando para transformar los entornos públicos de Gijón en espacios accesibles, citando a modo de ejemplo la reciente reforma de la Avenida de Portugal.

Desde COCEMFE-ASTURIAS queremos destacar la colaboración y la buena disposición mostrada por los responsables de los distintos establecimientos que aparecen en la Guía, ya que todos ellos se adhirieron a la iniciativa voluntariamente y de buen grado para ser visitados y evaluados por nuestros técnicos en accesibilidad.

Con el fin de conseguir el conocimiento al detalle de los establecimientos visitados y la mayor difusión posible de la Guía, ésta se podrá consultar también en formato digital, en la página web de la Federación: www.cocemfeasturias.es, al igual que en www.consumoastur.es, página de la Agencia de Sanidad y Consumo del Principado de Asturias.

La Guía tiene como objetivo el proporcionar al sector hotelero la información necesaria en materia de accesibilidad, para que los nuevos establecimientos turísticos puedan ser utilizados por todas las personas.





GRUPO itma

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



COMPROMISO
EXCELENCIA EUROPEA



➤ **Limpieza de edificios, locales y persianas a domicilio.**

➤ **Limpieza integral de vehículos y tratamiento de carrocerías.**

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



empresa municipal de la vivienda de gijón
Ayuntamiento de Gijón

<p>Ayudas al pago de alquiler y formalización</p> <p>■ Programa dirigido a: Inquilinos con ingresos inferiores a 2'5 veces el IPREM.</p>
<p>Ayudas al pago de hipoteca</p> <p>■ Programa dirigido a: Compradores de vivienda que estén pagando la hipoteca con ingresos inferiores a 2 veces el IPREM.</p>
<p>Pisos compartidos para estudiantes</p> <p>■ Programa dirigido a: Jóvenes estudiantes en Gijón entre 18 y 35 años.</p>
<p>Pisos compartidos para jóvenes</p> <p>■ Programa dirigido a: Jóvenes entre 18 y 35 años. Gestionado por el CONCEYU MOCEDÁ DE XIXÓN.</p>
<p>Alquiler de viviendas vacías Agente colaborador de la Sociedad Pública Estatal.</p>

INSCRIPCIÓN EN EL REGISTRO DE SOLICITANTES

C/ Enrique Martínez, 1 Bajo 33205 - Gijón
Tif.: 985 182 800. Fax: 985 182 818. Email: emvisa@ayto-gijon.es

TIEMPO PROPIO

INSTITUTO ASTURIANO DE LA MUJER

TALLERES PARA MUJERES
MAYORES DE 50 AÑOS

Cuidar tu salud, escribir relatos,
mantenerte en forma, iniciarte en internet...

¡ELIGE TU OPCIÓN Y PARTICIPA!

INFÓRMATE en el 985 96 20 10 del Instituto
Asturiano de la Mujer o en la Concejalía
de la Mujer de tu ayuntamiento.

8ª EDICIÓN

ABIERTO EL PLAZO DE INSCRIPCIÓN
desde el 4 de mayo hasta el 29 de mayo



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS



SU MAJESTAD LA REINA INAUGURÓ EL CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL DE COCEMFE ASTURIAS



en una visita



INOLVIDABLE

Su Majestad la Reina inauguró el pasado 16 de abril el **Centro de Atención Integral para Personas con Discapacidad Física y Orgánica Gravemente Afectadas**, construido por COCEMFE Asturias en la zona de Viesques, en Gijón.

Su Majestad llegó al Centro a las 16,45 horas, donde fue vitoreada por numerosas personas, que aguardaban estoicamente su llegada a pesar de la lluvia.

Doña Sofía fue recibida a pie de calle por el delegado de Gobierno en el Principado de Asturias, **Antonio Trevín**, la alcaldesa de Gijón, **Paz Fernández Felgueroso**, la Consejera de la Presidencia del Principado de Asturias, **María José Ramos**, la consejera de Bienestar Social y Vivienda del Principado de Asturias, **Noemí Martín**, y el presidente de COCEMFE, **Mario García**.



En la imagen superior, una residente del Centro, entrega a Su Majestad La Reina un ramo de flores de bienvenida. Bajo estas líneas la primera foto de familia junto a los miembros de la Comisión Ejecutiva de COCEMFE Asturias.





Su Majestad La Reina en el comedor del Centro, donde le fue entregada una cesta de "huevos pintos" elaborada especialmente para la ocasión por los usuarios. Doña Sofía se mostró muy sorprendida y agradecida por el singular presente sobre el que intercambió unas afectuosas palabras con éstos, en presencia de toda la comitiva de autoridades.

Quando hablamos
de Asturias...
pensamos en ti



Junta General
del Principado de Asturias
tu parlamento



[www.jgpa.es]

Tras la llegada de la Reina se inició el recorrido por las instalaciones, comenzando por las dependencias del **Centro de Día**, donde los usuarios le ofrecieron una cesta de **"huevos pintos"**, realizada por ellos mismos.

Doña Sofía se interesó por las actividades que se llevan a cabo cotidianamente y departió un buen rato con los usuarios de este servicio. Posteriormente visitó el resto de las instalaciones, elogiando la labor que se cumple en un Centro de estas características, tan necesario para nuestra Comunidad Autónoma.

Al finalizar el recorrido, y tras el descubrimiento de la placa conmemorativa, Su Majestad la Reina levantó las cintas de seguridad que le separaban de los invitados para saludar a los asistentes y conversar con ellos.

Muchas fotos de familia, entre las que no podía faltar una con todos los trabajadores del Centro.

Sin duda ha sido un día muy importante para todos los que formamos parte de Cocemfe Asturias, desde el Comité Ejecutivo, a los residentes del CAI, las asociaciones federadas y los trabajadores.



Su Majestad La Reina se mostró interesada en todo momento por las diferentes actividades que realizan los residentes, así como por los servicios de que dispone el C.A.I.

Sobre estas líneas una demostración de los ordenadores adaptados a cargo del monitor de informática. En la imagen inferior, Doña Sofía a su paso por el gimnasio, durante una sesión de logopedia.



ASÍ TRABAJAMOS, ASÍ SOMOS.

Nuestra Filosofía



APOSTAMOS, SIN DESCANSO, POR LA MEJORA DE NUESTRO NIVEL PROFESIONAL, TANTO TECNOLÓGICO COMO HUMANO, COMO FACTOR BÁSICO DE LA COMPETITIVIDAD Y DE LA EXCELENCIA.

Nuestras Obras



HACEMOS DE CADA PROYECTO UNA GRAN OBRA, CONSTRUYENDO CON LA MÁXIMA CALIDAD, SEGURIDAD Y EFICACIA. CUIDANDO HASTA LOS MÁS MÍNIMOS DETALLES Y RESPETANDO SIEMPRE EL MEDIO AMBIENTE.

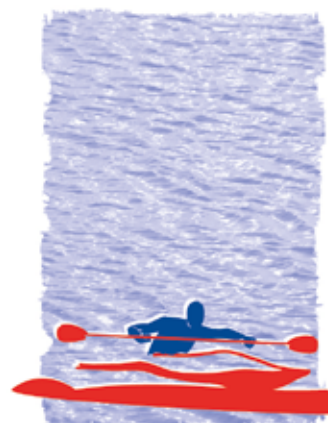
Nuestros Servicios



IMPULSAMOS NUEVAS IDEAS PARA AFIANZAR LAS RELACIONES CON CADA CLIENTE A TRAVÉS DE NUESTRO SERVICIO DE ATENCIÓN PERSONALIZADA.



Nuestra Aportación



Y COLABORAMOS ESTRECHAMENTE CON LA SOCIEDAD ASTURIANA, APOYANDO ACTIVAMENTE NUMEROSAS MANIFESTACIONES CULTURALES Y DEPORTIVAS.



UN GRAN COMPROMISO CON ASTURIAS

Yela Utrilla, s/n - 33007 OVIEDO - Tel: 985 23 04 60 • www.sedes.es

NUESTRO MAYOR RETO ES SU SATISFACCIÓN PLENA.

Con la puesta en marcha de estas instalaciones hemos conseguido entre todos hacer realidad un sueño largamente perseguido, un sueño que sin el apoyo y cooperación inestimables de las entidades patrocinadoras no hubiera sido posible materializar.

La generosa atención y receptividad mostradas ante las necesidades de las personas con discapacidad representadas por COCEMFE Asturias por parte del **Ayuntamiento de Gijón**, -con la cesión de la parcela- el **Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales** (actual Ministerio de Sanidad y Políticas Sociales) la **Fundación ONCE**, la **Obra Social de Caja Madrid**, la **Consejería de Bienestar Social y Vivienda del Principado de Asturias**, la **Obra Social de Cajastur** y la **Fundación la Caixa**, serán siempre motivo de sincera gratitud y profundo reconocimiento por parte de nuestra Confederación, al tiempo que supone un estímulo para continuar con más ahínco si cabe con nuestra labor y empeño para lograr los fines que nos definen.

Asimismo queremos hacemos extensiva nuestra gratitud a nuestras **Asociaciones en Asturias**, cuya labor diaria, callada y persistente, es la que resume y hace posible, en definitiva, el trabajo para luchar por nuestros objetivos comunes.



Doña Sofía firma una cariñosa dedicatoria para los residentes y trabajadores del C.A.I. en el Libro de Honor de COCEMFE Asturias: "Para todos los que trabajáis y vivís aquí en este maravilloso Centro". Debajo, recibe de nuestro Presidente un broche en plata y azabache con el logotipo de la Federación que decidió ponerse inmediatamente. Otra de las innumerables muestras de afecto durante la visita.





El momento más solemne en el que Su Majestad La Reina descubre la placa conmemorativa de la inauguración. A continuación recibió un caluroso aplauso por parte de todos los asistentes que devolvió con el mismo cariño que derrochó durante la jornada.



Nuestra Organización, en su afán de contribuir a la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad física y orgánica de nuestra región, ha realizado un gran esfuerzo para abordar las carencias existentes en materia de alojamientos destinados a personas con discapacidad física y orgánica adultas, que precisan de apoyos personales y sociales por su alto grado de dependencia, y las distintas situaciones socio-familiares que les dificulta la permanencia en sus hogares.

El Centro de Viesques ha sido construido sobre una superficie de **dos mil quinientos metros cuadrados** y es el primero de nuestra comunidad autónoma de estas características. Está concebido como un centro convivencial y de alojamiento para personas con este tipo de discapacidad. El área residencial inició sus actividades en **Noviembre de 2007**, comenzando a dar servicio como **Centro de Día en noviembre del año pasado**.

Dispone de **19 habitaciones individuales** y una **habitación doble**, una salita por cada cuatro habitaciones, **baño individual en cada habitación**, a los que hay que sumar **tres baños geriátricos**, equipados con las más modernas ayudas técnicas. El C.A.I cuenta también con **Centro de Día, Biblioteca, Aula de Formación, despachos, zonas de recepción, comedor, gimnasio y vestuarios para el personal**.

En la actualidad hay 18 personas conviviendo en las instalaciones, quince de las cuales están con carácter permanente, y tres temporales. Por su parte, el Centro de Día atiende en estos momentos a siete usuarios, y está prevista una incorporación progresiva, hasta alcanzar las treinta plazas de ocupación total



Doña Sofía en varios de los momentos en los que se acercó a saludar a los miembros de las Asociaciones, saltándose el protocolo.



TURISMO TROPICAL

Complejo Turístico en Primera Línea de playa, con 62 Bungalows adosados, 52 de 2/4 plazas, de los cuales 10 están totalmente acondicionados para clientes con Discapacidad Física, y 10 de 4/6 plazas.

En las zonas comunes podrá encontrar: zonas ajardinadas, salón de animación y cafetería, bar-restaurante, recepción/conserjería 24 horas, piscina con elevador para personas con discapacidad física, gimnasio, parque infantil... además de una amplia gama de actividades tanto para adultos como para niños.

Para los apartamentos adaptados disponemos de grúa, barandillas para camas, silla para ducha, suplementos de WC...



Paseo de San Cristobal, 10, 18690 Almuñecar (Granada)
 Tlf: 958 633 519 - Fax: 958 631 057 - e.mail: ttropical@teletine.es
 Para más información y precios: www.turismotropical.com



Paisajes para la vista.
Historia y cultura
para el espíritu.
Diversión para el cuerpo.
Música para tus oídos.
Sabores únicos...
¿Quieres más?

Gijón

en todos los
sentidos

Estás en Gijón: no querrás perderte nada...
En todos los sentidos. Con todos los sentidos.



8 de Marzo 2009

Día Internacional de las MUJERES

MANIFIESTO DE LAS MUJERES CON DISCAPACIDAD



La **Comisión de la Mujer de COCEMFE-ASTURIAS** quiere adherirse al manifiesto de las Mujeres con Discapacidad del CERMI Estatal, aplaudiendo la entrada en vigor de la Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, con especial mención al *Artículo 6 sobre Mujeres con Discapacidad* y al *Artículo 23 sobre Respeto al Hogar y la Familia* que nos abren las puertas hacia el verdadero reconocimiento de derechos, añadiendo los siguiente puntos:

1. SEXUALIDAD

Las Mujeres con Discapacidad tienen su propia sexualidad, fruto de su cuerpo, sus experiencias, deseos, necesidades, etc. al igual que el resto de las Mujeres tienen su propia sexualidad, pues no hay dos mujeres iguales. **No hay sexualidad, hay sexualidades, tantas como personas.**

Tenemos que hacer visible la sexualidad de la Mujer con Discapacidad, haciendo visible también su capacidad de dar y recibir

Se debe apoyar a las mujeres con Discapacidad que lo deseen a buscar pareja, formar una familia, etc

Con motivo de la celebración el pasado 8 de marzo, del Día Internacional de la Mujer, Cocemfe-Asturias, a través de su Comisión de la Mujer, coordinada por Sila Murillo Cárdenas, hizo público un manifiesto con varios puntos reivindicativos de los derechos y necesidades de las más de 58.000 mujeres con discapacidad en Asturias.

Promocionar y demandar los avances en investigación para solucionar las carencias sexuales de la mujer con discapacidad.

Es necesaria la mejora en la formación de los profesionales que faciliten la información necesaria en cuanto a métodos de prevención, fertilidad, adopción etc.

2. EDUCACIÓN

Resaltar la importancia que tiene la sensibilización, formación y educación a nivel escolar tanto del profesorado y alumnado como de la familia y entorno de las personas con discapacidad para conseguir cambiar la percepción social de las niñas y mujeres con discapacidad, ya que no debemos olvidar que los niños y niñas de hoy son los adultos del mañana.

3. EMPLEO

Sensibilizar a los diferentes sectores de la sociedad creadores de empleo de la importancia de fomentar el Empleo de Mujeres con

Discapacidad, así como la conciliación de la vida laboral y familiar, ya que cabe destacar que **en el Principado de Asturias hay 58.485 mujeres con Discapacidad según datos facilitados por la Agencia Asturiana de la Discapacidad.**

4. MITOS Y ESTEREOTIPOS

Existen mitos y estereotipos que hacen a todas las Mujeres Iguales, a todas las discapacidades iguales y a todos los observadores iguales, que debemos romper.

5. SALUD

Reivindicar que todos los equipos y quirófanos estén adaptados a las necesidades de las mujeres con diferentes tipos de discapacidad haciendo especial hincapié en la mesas de exploración ginecológica así como mamógrafos.

Se constituye la Confederación Estatal de Mujeres con Discapacidad

La celebración del Día Internacional de las Mujeres llevada a cabo por la Federación de Asociaciones para la Promoción de la Mujer con Discapacidad LUNA Andalucía, a través de las VII Jornadas sobre Género y Discapacidad, ha servido de cuna para la fundación de la primera Confederación Estatal de Mujeres con Discapacidad de España, en la que COCEMFE-ASTURIAS estará representada en su junta directiva.

El compromiso de COCEMFE es defender a las personas con discapacidad y como es lógico apoyar también a las mujeres con discapacidad (más del 50% del grupo de personas con discapacidad). La Confederación Estatal de Mujeres con Discapacidad nace para conseguir la plena participación de este colectivo en la sociedad.

Esta nueva entidad estará presidida por la presidenta de la Federación de Asociaciones para la Promoción de la Mujer con Discapacidad, LUNA Andalucía, **M^a Ángeles Cózar** (Vicepresidenta de COCEMFE y Presidenta de CAMF Andalucía), y en ella estarán representadas la Federación LUNA de Castilla La Mancha, la Asociación de Dones No Estándars, la Asociación Mujeres en Movimiento de Valencia, así como representantes del movimiento asociativo de mujeres de Asturias, Galicia, y País Vasco.

Por otra parte, en las Jornadas que fueron inauguradas por el director general de Personas con Discapacidad, **Julio Coca** y por la presidenta de la Federación LUNA Andalucía, se trataron principalmente las barreras sociales y sanitarias impuestas a la maternidad de las mujeres con discapacidad. Para ello, **María López**, profesora de la Facultad de Ciencias de la Información de la Universidad de Córdoba, hizo un repaso del estudio que ha realizado con 26 mujeres con discapacidad de Córdoba sobre "Mitos y realidades en las relaciones de pareja y en la maternidad".

Asimismo, **Francisco José Pérez Ramos**, representante de la Escuela Andaluza de Salud Pública, acercó a las asistentes el Programa para la Humanización de la Atención Perina-

Con la creación de esta nueva entidad se pretende, conseguir la plena participación en la sociedad de las mujeres con discapacidad.



tal en Andalucía (PHAPA) de la Junta de Andalucía, que pretende mejorar la atención al embarazo, parto y nacimiento, y para ello ha contado, por primera vez en esta materia, con la opinión de las mujeres con discapacidad.

Las jornadas fueron clausuradas por la Consejera para la Igualdad y el Bienestar Social, **Micaela Navarro**, que consideró un "orgullo que la Confederación Estatal de Mujeres con Discapacidad se haya constituido en Andalucía", y dio la enhorabuena a la Federación Andaluza por este nuevo avance en la lucha en favor la igualdad.

Seguro Automóvil

Consiga hasta un **60%** de descuento en el seguro de su automóvil

 **MAPFRE**



¿Buscas piso en Gijón?

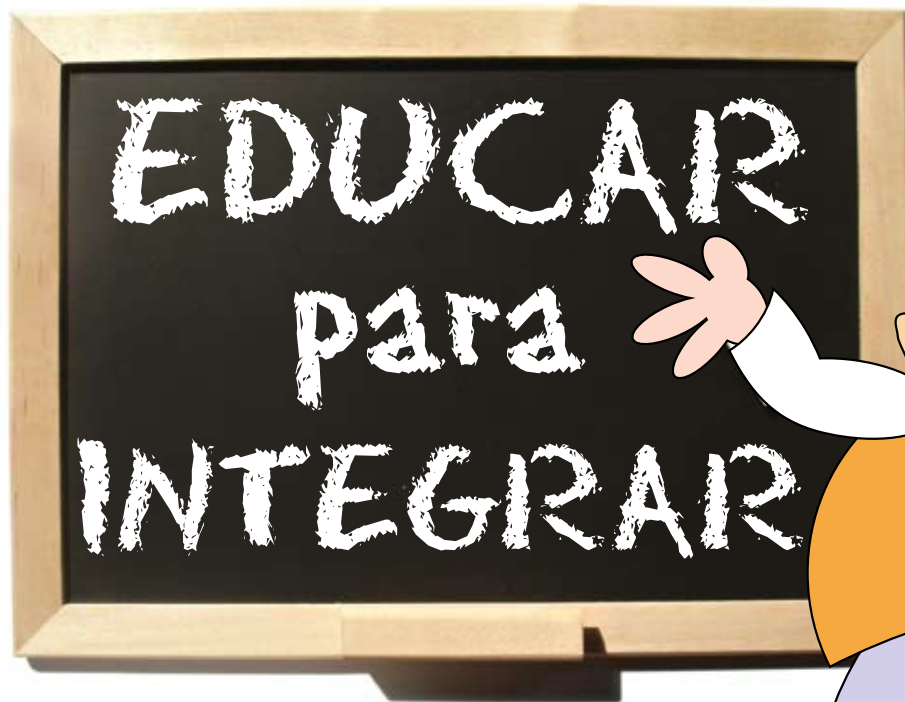
prueba en **WWW.ASPROCON.COM**

C/ Corrida, 19, 6^a · GIJÓN
Tfno.: 985 35 38 46 · Fax: 985 31 93 24
E-mail: asprocon@ficnet.es

ASPROCON
ASOCIACION DE PROMOTORES Y CONSTRUCTORES DE EDIFICIOS URBANOS

EMPRESARIOS DE CONSTRUCCIÓN





Por tercer año consecutivo, la Comisión de Educación de COCEMFE-ASTURIAS ha vuelto a poner en marcha el programa Educar para Integrar. Este proyecto nace para satisfacer la necesidad detectada por esta Comisión de concienciar a la población escolar, así como a la sociedad en general, acerca de las diferentes cuestiones que atañen a la discapacidad, y ello con la finalidad de que se tenga desde la edad escolar una percepción correcta de los diferentes tipos de discapacidades que se dan en nuestra sociedad.

La campaña se inició el pasado 11 de marzo en el Colegio Público GESTA II, de Oviedo, que resultó ganador en la pasada edición del proyecto, y finalizará en el mes de Junio de este año. La III Campaña Educar para Integrar recibe financiación de la Consejería de Educación y Ciencia del Gobierno de Asturias, que ha valorado muy positivamente el desarrollo de la misma en los centros educativos en los que se ha realizado hasta el momento.

La Comisión de Educación de COCEMFE-ASTURIAS interviene en los centros educativos de educación primaria, a los cuales se dirige por ser un rango de edad y área educativa al que no van dirigidas las campañas del resto de asociaciones que están trabajando en este campo y con este proyecto se pretende alcanzar los siguientes objetivos:

OBJETIVO GENERAL

Acercar a los niños y niñas de los centros preferentes motóricos y auditivos de Oviedo y Gijón el concepto de la Discapacidad, en sus múltiples facetas, aportarles las herramientas para que puedan actuar de una manera apropiada ante las personas con discapacidad, fomentar los valores de integración y tolerancia, así como apoyarlos en las actividades extraescolares.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- › Trabajar por la integración de todos los niños y niñas con discapacidad en edad escolar, apoyándolos en las salidas extraescolares para que tengan las mismas oportunidades que el resto de sus compañeros.
- › Identificar en los centros educativos las posibles barreras arquitectónicas para intentar que sean eliminadas, con el fin de que todos los niños, profesores y padres que tengan problemas de movilidad puedan acceder libremente a los centros.
- › Elaborar materiales de sensibilización adecuados a los niños y niñas de los centros escolares preferente motóricos y auditivos.
- › Sensibilizar e informar al alumnado de los centros sobre las diferentes discapacidades existentes.
- › Fomentar actitudes de empatía y colaboración con las personas con discapacidad.

ACTIVIDADES Y ACTUACIONES

- Apoyo en las actividades extraescolares de los centros preferente motóricos y auditivos.
- Elaboración de los materiales y dinámicas de grupo para un correcto desenvolvimiento del proyecto.

Las actividades que se desarrollarán durante este proyecto irán dirigidas a alumnos de centros públicos de atención preferente motóricos y auditivos. Para ello se diseñarán diferentes talleres, progresivos en cuanto a su dificultad. En estos talleres se tratarán los siguientes valores:

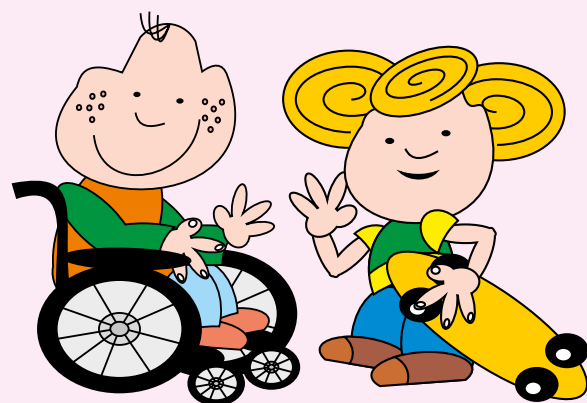
- **Discapacidad Visible**, habitualmente relacionada con la falta de movilidad.
- **Discapacidad Sensorial**, donde se trabajarán conceptos como la tolerancia, tratando de evitar la ridiculización de determinadas situaciones.
- **Discapacidad Orgánica**, no perceptible, para promover la comprensión ante determinadas situaciones concretas.

- Favorecer la integración y comprensión de los alumnos y alumnas con discapacidad del centro.
- Propiciar el conocimiento, la convivencia y la integración entre personas con discapacidad y el resto del centro.



Inicio de la Campaña Escolar en el colegio Gesta II en Oviedo.

Finalmente nos complace anunciar que se va a llevar a cabo de forma inmediata el programa "ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD EN EL ÁMBITO EDUCATIVO", para establecer una colaboración con los centros de Educación Secundaria del Principado de Asturias, a través de sus Departamentos de Orientación, para facilitar de manera individual al alumnado con discapacidad todos los recursos que necesiten. Una parte muy importante de este proyecto consiste en el trabajo que se llevará a cabo con



los distintos Módulos Socio-Sanitarios del Principado de Asturias para la Formación en Discapacidad de Futuros Formadores.



EXCMO. AYUNTAMIENTO
DE CARREÑO



AYUNTAMIENTO DE GOZÓN



EXCMO. AYUNTAMIENTO
DE GRANDAS DE SALIME

 **HOTELES
SILKEN**

C/ Bohemia, 1. 33207 Gijón (Asturias)
Tif. +34 985 17 61 12 - Fax. +34 985 17 57 38
hotel.ciudadgijon@hoteles-silken.com
www.hotelciudadgijon.com

**HOTEL
CIUDAD GIJÓN**



BALANCE DEL TRABAJO

DEL SERVICIO DE INTEGRACIÓN LABORAL EN EL AÑO 2008

Asturias inició el año entre las provincias menos afectadas por la crisis financiera, pero en el segundo semestre del 2008 la situación empeora gradualmente y en diciembre 5.363 personas fueron al paro, superando la región los 63.600 desocupados. De entre estas personas 2.518 están inscritas como demandantes con discapacidad.



- ▶ Usuarios en la Bolsa del SIL: 3.400 de los cuales 378 en el año 2008.
- ▶ Usuarios que han recibido cursos de Formación: 120.
- ▶ Empresas Visitadas: 500.
- ▶ Usuarios de la Bolsa que acudieron a procesos de selección: 350.

Ante esta perspectiva, desde el Servicio de Integración Laboral de Cocemfe-Asturias, hemos venido trabajando con el objetivo de mejorar la inserción en el mercado de trabajo de las personas con discapacidad.

A lo largo de 2008, se han incorporado a nuestra bolsa de empleo 378 nuevos usuarios, llegando a un total de 3.400. Hemos iniciado más de 840 itinerarios personalizados de inserción profesional y asesorado en temas de autoempleo a todos aquellos usuarios que nos mostraron interés por crear su propia empresa.

Fruto de estos itinerarios personalizados, más de 120 personas han iniciado formación para mejorar su empleabilidad y competencias profesionales, y hemos consegui-

do acercarles al uso de las Nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación.

Conscientes de la importancia que tiene la formación para las personas con discapacidad, participamos en el **FORO ASTURIAS**, un espacio virtual donde los diferentes actores de la formación en Asturias comparten experiencias y propuestas, y desde donde Cocemfe-Asturias puede promover la participación de las personas con discapacidad en los planes de formación y proponer medidas que favorezcan la integración laboral.

Por otra parte, hemos continuado con nuestra labor de sensibilización del empresariado asturiano, en lo referente a la contratación de personas con discapacidad, por lo que a lo

largo del pasado ejercicio hemos visitado más de 500 empresas y mantenido más de 800 contactos. Toda esta labor, ha permitido que más de 350 usuarios de nuestra bolsa acudiesen a los procesos de selección convocados por las empresas que nos solicitaron trabajadores. **Por segundo año consecutivo hemos conseguido que el número de usuarias seleccionadas para las ofertas supere al de hombres al igual que el de contratos**, lo que refleja nuestro esfuerzo por mejorar la presencia de las mujeres con discapacidad en el mercado laboral.

También nos hemos acercado a las personas con discapacidad residentes en zonas rurales de la provincia, a través del **Programa Incorpora**. Inder Asturias que impulsa la Obra Social "La Caixa", con el fin de mejorar la integración socio-laboral de estas personas y su calidad de vida.

En el marco de este proyecto, hemos firmado un **Convenio de Colaboración con la Federación Asturiana de Empresarios** que sin duda facilitará el acercamiento al empresariado asturiano y facilitará nuestra labor de inserción de las personas con discapacidad.

En definitiva, el balance de este 2008 ha sido positivo pero debemos seguir trabajando, si cabe con más esfuerzo, para hacer frente a los difíciles momentos que según el Gobierno y los diferentes Agentes Sociales se van a producir a lo largo de 2009, con un aumento significativo del desempleo y una marcada desaceleración económica.

Juan Manuel Montilla

"El Langui"

Miembro de La Excepción, uno de los grupos de hip hop más relevantes actualmente en España, En su primer trabajo en el cine, recibió el Goya al mejor actor revelación, por su personaje de "El Guajo" en la película EL TRUCO DEL MANCO.

La discapacidad de El Langui no ha sido obstáculo para frenar su carrera triunfal en el mundo de la música y que abre en estos momentos nuevas expectativas con el papel protagonista de EL TRUCO DEL MANCO, para el cual ha podido aportar una experiencia vital y profesional que guarda algunos puntos de contacto con su personaje de ficción.

¿El hecho de tener una discapacidad ha sido un obstáculo en tu vida o crees que te ha abierto otras puertas?

No, la discapacidad no me ha abierto ninguna puerta, siempre me las ha cerrado, pero soy consciente de que la mayoría de las veces la gente que te pone barreras es por ignorancia.

Por tu experiencia personal, ¿qué barreras son más difíciles de superar, las físicas o las mentales?

Las barreras arquitectónicas son un gran obstáculo, pero a veces es peor la exclusión social, o la compasión, no todo el mundo está preparado para reciclarla y en ocasiones puede jugarte una mala pasada.

¿Eres consciente de que los ojos de muchos jóvenes con discapacidad están puestos en ti? ¿Te supone una carga?

No al contrario, me gusta. Si ha servido para que algunas personas discapacitadas o no hayan "levantado el culo del



Imágenes del videoclip "La verdad más verdadera".

La "Excepción" el grupo del que formas parte acaba de presentar su tercer LP titulado "La verdad más verdadera" ¿habéis tenido problemas con vuestra compañía discográfica y si no me equivoco lo habéis autoproducido vosotros mismos?

Así es está disponible en Internet en www.laexcepcion.net a través de descargas gratuitas cosa que con la crisis no viene mal.

Los integrantes de "La Excepción" de izda. a dcha.: DJ La Dako (Javier Ibáñez), El Langui (Juan Manuel Montilla) y Gitano Antón (Antonio Moreno Amador).





asiento" y se hayan puesto las pilas, ha merecido la pena todo el trabajo, igual que a mi me servían de ejemplo otras personas.

Según cuentas, tus padres te colocaban en alto "el Nesquik" para que te superaras, ¿piensas que, en general se protege demasiado a las personas que tienen discapacidad?

En realidad cuando lo dije, no hablaba en general, sino de mi caso concreto. Es muy difícil no proteger a tu hijo cuando ves que está pidiendo ayuda, yo agradezco a mis padres que se sacrificaran y no fueran corriendo a cogerme si me caía, una vez que comprueban que no me había hecho sangre ni ninguna herida y podía levantarme sólo.

¿Qué balance haces de tu primera experiencia cinematográfica?

Interesante, no lo conocía me pareció una experiencia muy linda y pasional, y me ha hecho sobre todo sentirme útil. Uno de los objetivos que hay que marcarse. Si a las personas de la ter-

cera edad les quitas sus actividades empiezan a bajar el listón; el rap por ejemplo me dio mucha vida.

¿Te gustaría continuar haciendo cine?

Si, yo ante todo soy un currante, y tengo alguna propuesta en este sentido que de momento no te puedo contar.

¿Crees que a partir de ahora los organizadores de los Premios Goya tomarán nota y celebrarán las siguientes entregas de premios en lugares con un escenario accesible para las personas con movilidad reducida?

Creo que no tomarán nota, en este país de pandereta no hay profesionalidad, en mi caso no se sabía que me iban a dar el Goya, pero el de Jesús Franco que iba en silla de ruedas, si estaba previsto pues era a toda una carrera profesional y ha tenido que ver la gala entre bambalinas, en lugar de poder estar sentado en primera fila, ellos creen que como tenían lenguaje para sordos era suficiente.

¿Qué supone respecto a anteriores trabajos?

Antes eramos más ignorantes, este es un disco más maduro y complicado que los anteriores, también es muy comprometido a nivel social, toca palos como la soledad, la incompetencia...

¿Habéis dejado algo de frescura en el camino?

No, para nada, por poner un ejemplo, hay temas como "Cuñas, Carmelas, Pasteles", que es un homenaje a las maravillosas playas de San Lucar de Barrameda con el Coto de Doñana enfrente, con ese toque de humor e ironía que siempre ha caracterizado nuestros trabajos

Desde Cocemfe-Asturias queremos darte la enhorabuena por el Goya y por aprovechar ese momento tan importante para transmitir a todos los que estaban allí y a los que te estaban viendo y escuchando que los espacios deben de ser accesibles y poder ser utilizados por todas las personas.

CAMPAÑA

Con el lema: **“ASÍ PODEMOS HACER MAS”**, la Plataforma de ONGs de Acción Social inició oficialmente el pasado 29 de abril la Campaña del IRPF 2009 para sensibilizar a los contribuyentes a que marquen la cruz correspondiente a Otros fines de Interés Social, al hacer este año la declaración de la renta, y poder así seguir financiando los proyectos que anualmente se presentan a la Convocatoria.



En Asturias, las asociaciones que se encargan este año de forma coordinada de hacer llegar a los contribuyentes el mensaje son: FEAPS Principado de Asturias (Federación de Asociaciones para la Integración de Personas con Discapacidad Intelectual del Principado de Asturias), COCEMFE-ASTURIAS (Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica en Asturias), FESOPRAS (Federación de Personas Sordas del Principado de Asturias), Centro de desarrollo rural “El Prial”, miembro de COCEDER que representa a dicha entidad y FSG, (Fundación Secretariado Gitano).

El sistema de asignación tributaria del IRPF a Fines Sociales cumple en 2009 veinte años de funcionamiento. Queremos reforzar el llamamiento a la solidaridad de los contribuyentes atendiendo a un factor clave en estos momentos: la crisis económica está afectando de forma especial a los sectores más vulnerables y desprotegidos. Ahora más que nunca resulta vital que los contribuyentes marquen la casilla de Fines Sociales, porque se necesitan programas sociales que ayuden a paliar los efectos de la crisis en la población. Más aún cuando resulta previsible que en 2009 se registre una reducción del número

de personas declarantes, debido al paro, y que este hecho puede afectar de forma sustancial al importe de la recaudación que se obtenga finalmente.

Marcar la casilla de Fines Sociales contribuye a mejorar la vida de cinco millones de personas en nuestro país. Entre ellas, personas mayores, con discapacidad, infancia, mujeres... a las que más de 300 ONG ayudan cada año, a través de más de 900 proyectos. Y ese gesto no le cuesta nada al contribuyente. Es decir, ni va a tener que pagar más a Hacienda, ni le van a devolver menos por marcar la casilla de Fines Sociales.

La asignación tributaria del IRPF, es un **instrumento de la política social del Estado** que contribuye a “luchar contra la exclusión social.

Es el **resultado de la voluntad de los contribuyentes**, que expresan al marcar la “X” de “fines sociales” en su declaración de la Renta.

Desde sus comienzos en el año 1989, la convocatoria de Subvenciones del 0,52%, se ha incrementado hasta el 0,7%, como parte de una iniciativa dentro del conjunto de la política social del Gobierno, con el

fin de apoyar las acciones dirigidas a la atención de personas afectadas por carencias sociales, culturales y/o económicas.

Los recursos que anualmente se aplican a la convocatoria provienen en parte de la recaudación realizada a través del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas del año anterior.

Cuando los ciudadanos realizan la declaración de la renta anual es cuando deciden el destino del 0,7% de este impuesto. Existen tres posibilidades:

- × Marcar fines sociales.
- × Marcar la de la Iglesia Católica.
- × Marcar ambas casillas. En la actualidad, permite sumar el 0,7 de Fines Sociales al 0,7% de la Iglesia Católica: con ello se estará contribuyendo con un 1,4%.

El número de contribuyentes solidarios ha crecido casi en un millón en los últimos cuatro años. En 2006, de los 17 millones de personas que presentaron su declaración, casi 8 marcaron la casilla de Fines Sociales. Es decir, prácticamente uno de cada dos contribuyentes marca ya la casilla de Fines Sociales, sólo o conjuntamente con la de la Iglesia Católica.

IRPF 2009

Este año el sector solidario ha incrementado sus fuerzas para impulsar la campaña, ya que además de las tres plataformas que aunaron sus energías en 2008 para incrementar el número de contribuyentes solidarios, este año contamos también con la Coordinadora de ONGs para el Desarrollo, que agrupa a casi 500 organizaciones dedicadas a realizar proyectos de cooperación internacional.

El Foro de Agentes Sociales, en el que participamos todas las organizaciones implicadas en la presente campaña, plantea, entre las reivindicaciones recogidas en su agenda política, la necesidad de incrementar la cuota destinada a proyectos sociales del 0,7% al 1%. También consideramos importante que el Estado y las Administraciones doten de una base estable y suficiente la financiación de programas de acción social y cooperación al desarrollo, más allá de lo que decidan los contribuyentes.

El dinero recaudado a través de la casilla de Fines Sociales se distribuye de la siguiente manera:

- ✕ El 80% lo distribuye el Ministerio de Educación, Política Social y Deporte entre las entidades de carácter social.
- ✕ El 20% restante lo distribuye el Ministerio de Asuntos Exteriores a través de la Agencia Española de Cooperación Internacional para proyectos de cooperación en países en vías de desarrollo.

Las ONGs no reciben dinero para sus estructuras o funcionamiento. Todo el dinero que aportan los contribuyentes se dedica a financiar programas concretos, dirigidos a los colectivos más desfavorecidos. En cuanto a la cantidad recaudada para estos fines, según los últimos datos disponibles, correspondientes a la declaración de 2008, esta asciende a 244 millones de euros, habiéndose casi cuadruplicado en los últimos ocho años.

Cada año, se realizan gracias a este gesto solidario casi 900 programas que realizan unas 340 ONG de acción social y voluntariado, para cumplir su papel de cobertura donde las necesidades no están cubiertas por el Estado. Las subvenciones tienen carácter anual y se conceden con arreglo a criterios rigurosos, dándose prioridad a los programas que implican a entidades federadas y confederadas, el trabajo en la red, la pluralidad de actos sociales, la coordinación con las políticas públicas y los sistemas de evaluación y control de calidad.

El objetivo de estas subvenciones es cofinanciar programas o proyectos concretos de las ONG y no sus estructuras o funcionamiento.



Este año no te olvides de marcarla
Casilla Fines Sociales 

Así podemos hacer más



Otra web es posible... ¡la que obedece a su amo!

www.grupoiniciativas.com
www.iniweb.es



iniweb^{2.0}
gestor de contenidos web



Grupo Iniciativas, CEE de COCEMFE Asturias, ha desarrollado una nueva versión de su gestor de contenidos web dando un paso más allá en la consecución de la "gestión integral de contenidos por el usuario". Lo ha hecho no sólo pensando en el mercado de pymes, sino en las Asociaciones de Personas con Discapacidad y los resultados no se han hecho esperar... Iniweb 2.0 ya está funcionando y el usuario modifica a su antojo todos los contenidos, imágenes, videos, audios o documentos adjuntos de su página ¡sin depender del programador!

¿Alguna vez te has hecho estas preguntas?



¿POR QUÉ LLEVAR LOS
CONTENIDOS DE MI WEB ES
TAN COMPLICADO?

Iniweb 2.0 es una herramienta para la Gestión de Contenidos de un Sitio Web (CMS) que proporciona para el editor, un control absoluto tanto sobre la estructura como la información que puede contener el Sitio Web.

Iniweb 2.0 se caracteriza por la sencillez de su manejo, el editor no requerirá conocimientos sobre programación o diseño de sitios web para crear su propia web.



Vista de la web "enciclopedia degastronomia.es", premiada como mejor Web Gastronómica de España.



¿POR QUÉ MI WEB NO SALE EN GOOGLE?

Iniweb 2.0 proporciona las herramientas necesarias para un uso adecuado de los motores de búsqueda de Internet.



¿POR QUÉ DICEN QUE MI WEB NO ES ACCESIBLE?
¿Y POR QUÉ NO SE VE EN LOS MÓVILES?

Iniweb 2.0 trabaja sobre los estándares de Internet y procurando el máximo rigor sobre la accesibilidad del Sitio Web.



¿POR QUÉ ME DICEN QUE PARA AÑADIR NUEVAS FUNCIONALIDADES A MI WEB TENGO QUE HACER UNA NUEVA?

Iniweb 2.0 es un producto modular lo que permite incrementar sus prestaciones según las necesidades requeridas en todo momento.

- ...■ **Módulo Multiidioma.** Crea tu Web en varios idiomas para incrementar tu ámbito de actuación.
- ...■ **Módulo de Autenticación.** Añade zonas privadas a tu Web que permitan gestión de contenidos e intercambio de documentos entre usuarios.
- ...■ **Fomenta la participación** de los usuarios con los módulos para crear foros y blogs.
- ...■ Añade un completo **catálogo de productos** y crea tu propia Tienda Online.
- ...■ Pon al día a tus usuarios registrados de las novedades de tu Web con el **Boletín por correo electrónico.**



Boletín Informativo de la Web de la Asociación de Escritores de Asturias "escritoresdeasturias.es".



Web de la Asociación "Parkinson Asturias" "parkinsonasturias.org".

Disponible desde:
450 €



La Web de CEGASAL, "cegasal.com" cuenta con versiones en Gallego y Castellano.

¿HACER UNA WEB? ¿ESO NO ES MUY CARO?

Contamos con una oferta especial del **50% para asociaciones miembro de COCEMFE-Asturias**. ACCU y Parkinson ya trabajan con **Iniweb 2.0**. ¿Será tu asociación la siguiente? Además por haber contratado **Iniweb 2.0** incluimos **cursos formativos gratuitos** sobre el manejo de la herramienta. Pero si tu tiempo no te lo permite, deja que nosotros nos ocupemos de la gestión de tu web y sólo espera a los resultados.

...y si se te ocurre alguna otra pregunta: www.iniweb.es

TU

TRABAJO

nuestra meta

El objetivo de FUCOMI es facilitar a los jóvenes de las Comarcas Mineras las posibilidades de empleo a través de la formación:

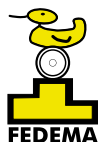
- ESCUELAS TALLER
- CURSOS DE FORMACIÓN OCUPACIONAL
- CURSOS A LA CARTA PARA EMPRESAS
- BOLSA DE EMPLEO
- ORIENTACIÓN E INSERCIÓN LABORAL
- AREA DE PROYECTOS



Pozo San José, s/n
33610 Turón - Asturias
Tel. 985 42 00 25
fucomi@fucomi.com
www.fucomi.com



fucomi
FUNDACIÓN COMARCAS MINERAS



X TROFEO CIUDAD DE OVIEDO DE ESGRIMA EN SILLA DE RUEDAS

Cuatro podios para los asturianos en la 1ª prueba puntuable para el campeonato de España 2009.



El Campeonato de España de Esgrima en Silla de Ruedas arrancó con la disputa del Trofeo "Ciudad de Oviedo" en las instalaciones del Hotel Silvota, prueba que cumplió su décima edición y que deparó dos finales y otras dos semifinales para los representantes asturianos en la misma.

El "Ciudad de Oviedo" contó con participantes de las comunidades de Cataluña, Madrid, Valencia, Andalucía y los anfitriones del Principado de Asturias. Las tres armas disputadas: florete, sable y espada, lo hicieron con el mismo formato de competición, con una o dos poules previas que clasificaron para las directas según los puestos y resultados obtenidos en ellas.

□□□ FLORETE

La competición comenzaba en la mañana del sábado con el florete y ahí llegaba una doble alegría. Por un lado, el allerano **Jesús Fernández** se colaba en la final, tras derrotar en semifinales al valenciano Juan Arnau (15/5) pero cayendo con su "bestia negra" en los tres últimos años, el también valenciano Fernando Gra-

nell, que no le daba opciones en la final, 15/3. Y por otro lado, la semifinal alcanzada por el ovetense **Alejandro Rodríguez**, que tras superar cuartos con el madrileño Carlos Fernández (15/11), puso contra las cuerdas a Granell, quién sufrió más de la cuenta para superarle teniendo que remontar hasta seis tocados para imponerse finalmente 15/11.

□□□ SABLE

En la tarde del sábado tuvo lugar el sable y en él, de nuevo **Jesús Fernández** alcanzaba la final tras superar en semifinales al sevillano Pablo Márquez por 15/13, pero no pudiendo con el madrileño Luís Sánchez que dominó el asalto por 15/11, tras vencer en semis a Juan Arnau 15/6. Precisamente Márquez evitó un enfrentamiento asturiano en semifina-

les, ya que vencía a **Alejandro Rodríguez** en cuartos de final por 15/8, conformándose el ovetense con el sexto puesto.

□□□ ESPADA

En la mañana del domingo entró en acción la espada. Aquí, **Jesús Fernández** no pudo lograr su tercera final del Torneo y de nuevo Fernando Granell se cruzó en su camino, en este caso en la ronda de semifinales (15/10). El triunfo en este arma era para el madrileño Luís Sánchez que tras derrotar en semis a la catalana Mariona Hellín (15/4) se imponía a Granell por 15/10. **Alejandro Rodríguez** finalizaba octavo.

Destacar que en el "Ciudad de Oviedo" tuvo lugar por vez primera la integración en el cuadro de com-

En el "Ciudad de Oviedo" tuvo lugar por vez primera **la integración en el cuadro de competición de deportistas masculinos y femeninos, poniéndose en marcha una nueva reglamentación.**

petición de deportistas masculinos y femeninos, poniéndose en marcha una nueva reglamentación que aplica coeficientes en los enfrentamientos entre tiradores de distintos sexos y que fue bien acogida por todos, permitiendo, tras un año en blanco, de nuevo a las deportistas españolas poder participar en el Campeonato de España.

En el acto de entrega de trofeos estuvieron presentes el Director General de Deportes, **D. Misael Fernández Porrón**, el Coord. Nacional de Esgrima en silla de ruedas de la FEDDF,



◀ Alejandro Rodríguez y Jesús Fernández.

Trofeo Ciudad Real de Esgrima

Tres podios en Ciudad Real para **Jesús Fernández**

Ciudad Real albergó la segunda prueba puntuable del Campeonato de España de Esgrima en silla de ruedas, tras la disputada a comienzos de marzo en Oviedo, y el allerano **Jesús Fernández** logró colarse en las semifinales de las tres armas, si bien no pudo alcanzar la final en ninguna de ellas.

De las cuatro pruebas de que consta el Campeonato de España, Oviedo, Ciudad Real, Barcelona y Madrid, puntúan los tres mejores resultados, por lo que las tres semifinales de Jesús Fernández han de darse por buenas de cara a sus opciones finales de medalla.

D. Alberto Martínez Vassallo, el Pte. de FEDEMA, **D. José Alberto Álvarez García**, el Pte. del Club Armas Gijón, **D. Francisco Javier Alonso Paniceres** y en representación de Cajastur, **D. Amador Fernández**.

El "Ciudad de Oviedo" estuvo organizado por FEDEMA y el Club Armas Gijón, contando con el patrocinio del Ayto. de Oviedo, la Dirección General de Deportes y Cajastur.

OPEN CIUDAD DE MARBELLA

Eduardo Llano alcanza de nuevo las semifinales

Se celebró el primer torneo puntuable para la Copa de España de Tenis en silla de ruedas de este año, con la disputa del Open "Ciudad de Marbella" que contó con la presencia del jugador ovetense **Eduardo Llano**, dentro del Segundo Cuadro de competición.

El pasado año, Llano alcanzó las semifinales de este Open y en esta ocasión repitió ronda si bien tuvo la final mucho más cerca. Buen torneo para Eduardo Llano que pudo refrendar sus puntos para el ranking y cosechar los primeros para la Copa de España.



Textos: José Alberto Álvarez García
Presidente de FEDEMA



IBERDROLA

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

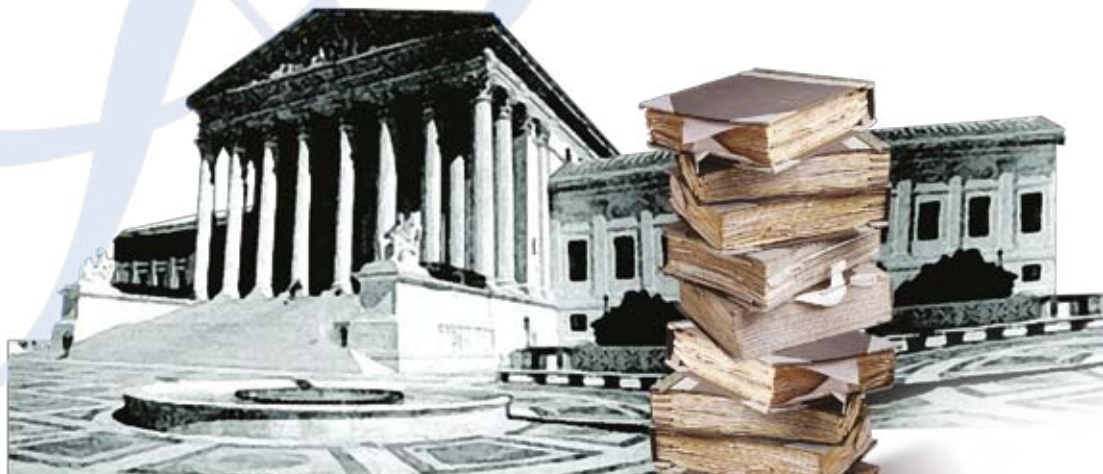


HOTEL *
ALCOMAR**
Cabrales 24 - 33201 Gijón
Tel: 985 357 011
Fax: 985 346 742



Cristina Fernández

Envíe sus consultas a:
area juridica@cocemfeasturias.es



Cuantía de las prestaciones económicas para el año 2009 de la ley 39/2006, de 14 de diciembre, de promoción de la autonomía personal y atención a las personas en situación de dependencia.

Las prestaciones de atención a la dependencia se encuentran recogidas en el artículo 14 de la mentada Ley. En el mismo se establece que estas prestaciones podrán consistir en servicios o en prestaciones económicas que irán destinadas a la promoción de la autonomía personal y, a atender las necesidades de las personas que tengan dificultades para la realización de las actividades básicas de la vida diaria.

Recordar en primer lugar que los servicios previstos en la Ley de Dependencia se prestarán con carácter prioritario a través de Servicios Sociales mediante Centros y Servicios Públicos o Privados Concertados. Solamente cuando no sea posible la prestación del servicio a través de estos centros se prevé el pago de una cantidad para que el beneficiario pueda adquirir el servicio de conformidad con lo previsto en su Programa de Atención Individual (este extremo será supervisado por las Administraciones Públicas competentes) y, en última instancia, y con carácter excepcional, como literalmente establece la Ley de Dependencia, se prevé que el beneficiario sea atendido en su entorno familiar por cuidadores no profesionales siempre que en la vivienda se den las condiciones adecuadas de convivencia y habitabilidad de acuerdo con dicho Programa de Atención Individual correspondiente a cada beneficiario y que el cuidador esté dado de alta en la Seguridad Social y, por tanto, se efectúe el pago de la cuota correspondiente que será abonada directamente por el Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO) a la Tesorería General de la Seguridad Social.

En resumen, distinguiremos entre prestaciones económicas vinculadas al servicio, prestaciones económicas para cuidados en el entorno familiar y prestación económica de asistencia personal. Las cantidades correspondientes a estas prestaciones se fijan anualmente por el Gobierno y serán actualizadas de conformidad con el Índice de Precios al Consumo (IPC).



A continuación se procede a recoger las cuantías máximas de las prestaciones para el presente año 2009:

- A) Prestación económica vinculada al servicio:
 - Grado III Nivel 2: 831,47 euros.
 - Grado III Nivel 1: 623,60 euros.
 - Grado II Nivel 2: 460,80 euros.
 - Grado II Nivel 1: 400,00 euros.

- B) Prestación económica para cuidados en el entorno familiar:
 - Grado III Nivel 2: 519,13 euros.
 - Grado III Nivel 1: 415,73 euros.
 - Grado II Nivel 2: 336,24 euros.
 - Grado II Nivel 1: 300,00 euros.

- C) Prestación económica de asistencia personal:
 - Grado III Nivel 2: 831,47 euros.
 - Grado III Nivel 1: 623,60 euros.



Condiciones laborales DIGNAS Y DE CALIDAD

Según los últimos datos publicados por el Instituto Nacional de Estadística, en su Encuesta sobre Discapacidad, Autonomía Personal y situaciones de Dependencia 2008, en España hay 3,8 millones de personas con discapacidad.

Desde UGT Asturias continuamos defendiendo y reivindicando unas condiciones laborales dignas, adaptadas y de calidad para las personas trabajadoras con discapacidad.

A través de la negociación colectiva, así como la reivindicación de promover mecanismos que hagan efectivo el principio de igualdad y no discriminación por razón de discapacidad, exigimos el acceso y el mantenimiento en el empleo en condiciones de igualdad.

Desde UGT defendemos la integración laboral de las personas con discapacidad a través del acceso al empleo ordinario y para ello considera que es necesario impulsar el cumplimiento efectivo de la cuota de reserva de los puestos de trabajo.

Apostamos por una política de empleo basada en la inclusión de los y las trabajadoras con discapacidad en el mercado ordinario, y por ello exigimos a las Administraciones públicas una apuesta por reforzar las medidas integradoras en el mercado ordinario como es el cumplimiento de la cuota de reserva del 2%

Pese al desarrollo que se ha producido en los últimos años respecto de las políticas dirigidas a las personas con discapacidad, lo cierto es que la discriminación se hace visible en diferentes momentos de la vida de una persona, la accesibilidad universal, eliminación de barreras, participación política y social e incluso las relaciones laborales. Todo esto desalienta a las personas con

discapacidad en su deseo de conseguir un puesto de trabajo.

Estamos asistiendo a un empuje hacia la inserción sociolaboral de las personas con discapacidad. La apro-

La cuota de reserva de puestos de trabajo es un instrumento para consolidar la presencia en el trabajo ordinario de los trabajadores con discapacidad, algo que tienen por derecho, pero que la sociedad no permite ejercer.

bación de la Estrategia Global de Acción para el Empleo para las Personas con Discapacidad, ha contado con la participación de UGT en su elaboración y supone la materialización de una política acorde a nuestra posición hacia el fomento del acceso al empleo ordinario de estos trabajadores y la lucha contra la discriminación por razón de discapacidad, como requisitos imprescindibles para hacer realidad el principio de igualdad de oportunidades en el trabajo y mejora de empleo en el mercado de trabajo ordinario.

Desde UGT no solo planteamos una política dirigida al empleo y legislación laboral sino también ámbitos directamente relacionados con estos: seguridad social, educación, política fiscal, además de la necesidad de instaurar una nueva dinámica de trabajo permanente, participativa y basada en el dialogo social que servirá de margo general para las futuras políticas públicas en mate-

ria de empleo de las personas con discapacidad.

Fomentamos la integración laboral a través del acceso al empleo ordinario y la lucha contra la discriminación por razón de discapacidad, como requisitos imprescindibles para hacer realidad el principio de igualdad de oportunidades en el trabajo y mejorar el empleo de las personas con discapacidad en el mercado de trabajo ordinario.

La cuota de reserva de puestos de trabajo es un instrumento para consolidar la presencia en el trabajo ordinario de los trabajadores con discapacidad, algo que tienen por derecho, pero que la sociedad no permite ejercer. Tenemos que hacer un gran esfuerzo para su cumplimiento e impulsar, no solo el cumplimiento efectivo, sino que se realice con todas las garantías y en las mismas condiciones que el resto de trabajadores y trasladar esta situación a aquellas empresas que no tienen la obligación legal de cumplimiento de la cuota.

Desde nuestra posición velaremos porque se produzca una efectiva igualdad de oportunidades y evitar la discriminación de los trabajadores por razón de discapacidad, incrementando su participación sindical, junto con el impulso del cumplimiento de la cuota de reserva por las empresas, la adecuación de los puestos de trabajo, el acceso a la formación y cuantas medidas puedan facilitar su inserción.

Nuria González Gómez
Departamento SS.SS UGT Asturias

EL CERMI CELEBRÓ EL DÍA DEL LIBRO CON NUEVOS TÍTULOS DEDICADOS A LA DISCAPACIDAD

El pasado 21 de abril, se celebró el Día del Libro, por este motivo, el CERMI ha presentado tres nuevos títulos dedicados a distintas cuestiones de discapacidad.

El CERMI mantiene cuatro colecciones vivas, con una media anual de 20 títulos, lo que le convierten en el primer centro editor, público o privado, de temas de discapacidad en lengua española.

Más información en www.cermi.es

PRESENTACIÓN INVENTA 2009

El pasado 25 de febrero se presentó en la EUTIG, una nueva edición del proyecto INVENTA 09, el Certamen de Diseño y Discapacidad de la Escuela Universitaria de Ingeniería Técnica Industrial de la Universidad de Oviedo, con una importante novedad, como es la "apertura" de participación a los alumnos de la Escuela Superior de Arte del Principado de Avilés y a los alumnos del Master en Gestión del Diseño Industrial de la Universidad de Oviedo.

COCEMFE-ASTURIAS estuvo presente en el acto, al colaborar con este

OCTAVA EDICIÓN DE LOS PREMIOS 'CERMI.ES'

El Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI) entregará este año la octava edición de los Premios 'cermi.es'. En esta ocasión, la principal novedad es la inclusión de la categoría a la **Accesibilidad Universal**, con lo que se reconocerá la labor de la persona, empresa, administración o poder público que haya desplegado la mejor iniciativa en materia de accesibilidad universal a entornos, productos y servicios a disposición del público.

Estos galardones tienen como objetivo reconocer la labor realizada por la sociedad en favor de los derechos, la participación y la plena ciudadanía

proyecto desde sus comienzos. En el marco de esta colaboración, un técnico de nuestra Oficina Técnica de Accesibilidad impartió una conferencia a los alumnos de la Escuela Superior de Arte del Principado de Avilés, sobre los principios de la accesibilidad universal y el diseño para todas las personas.

El Certamen en esta edición cuenta con un premio más que concede una importante empresa gijonesa para los mejores proyectos. El interés mostrado este año por los alumnos ha hecho que esta edición cuente con



COMITE ESPAÑOL DE REPRESENTANTES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

de las personas con discapacidad y sus familias. El plazo de presentación de candidaturas concluye el 31 de julio de 2009.



una participación récord, no sólo en cantidad sino también en calidad.

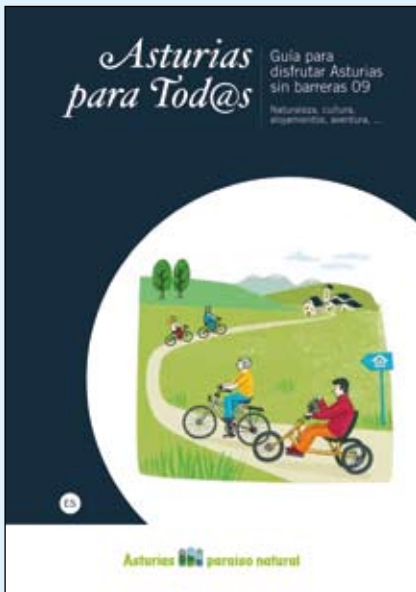
La ceremonia de entrega de los premios tendrá lugar el día 6 de Mayo de 2009, a las 11,30 horas en el Aula Magna de la EUITIG.

SANICAL ASTUR S.L.
 Avda. Torrefovega, 22 - 6º E - Tlfno. 985 20 02 13 - 33010 OVIEDO - ASTURIAS

F.L. Diseño
 MOBILIARIO Y DECORACIÓN
 Eleuterio Quintanilla, 61. 33200 Gijón
 Tel. 985 38 48 73 - Fax: 985 16 32 41

los alces
 TEXTILES. COMERCIAL CECOES, S.L.
 OVIEDO: General Elorza, 62. T. 985 299 758 MIERES: Numa Guilhou, 22. T. 985 466 364
 GIJÓN: Avda. Manuel Llana, 5. T. 985 152 776 AVILÉS: Dr. Severo Ochoa, 4. T. 985 527 379

CONSTRUCCIONES
AQUILINO RODRIGUEZ DIAZ, S.A.
 Avenida de la Costa, 30 Entlo. 33205 Gijón
 Teléfono 985 398 954 - Fax 985 397 368



Asturias “debe” ser un espacio para todas las personas, por eso en el año 2008 nació la guía de turismo accesible **Asturias para tod@s**, con la convicción de que fomentar la su-

presión de barreras no es sólo una forma de facilitar el acceso al ocio y tiempo libre a más turistas en nuestra región, sino también -y sobre todo- un derecho social.

Para que todas las personas puedan disfrutar del turismo de forma autónoma, COCEMFE-ASTURIAS ha colaborado activamente durante el proceso de actualización de la guía revisando los establecimientos y recursos, que así lo solicitaron, e incluyendo otros nuevos, calificando en cada caso el grado de accesibilidad con el que cuentan sus servicios y en el mes de Febrero de 2009 la S.R.T ha presentado en FITUR una nueva edición de la guía totalmente actualizada, la cual está disponible en las oficinas de Turismo del Principado de Asturias y en la sede de COCEM-FE-ASTURIAS. Se puede consultar en la web www.cocemfeasturias.es con la

seguridad de que su información ha sido recogida “in situ” y se ajusta a la realidad con la que el visitante se va a encontrar.

TURISMO PARA TODAS LAS PERSONAS

El pasado 30 de marzo, **David Fernandez Gonzalez (Oficina Técnica de Accesibilidad de COCEMFE-ASTURIAS)**, realizó una charla formativa en la que dio a conocer información técnica y casos prácticos “*incógnitas y evidencias del turismo para todas las personas*”. El curso, dirigido a estudiantes de turismo, como módulo de especialización tuvo lugar en la Oficina de Información turística del Principado de Asturias de Oviedo.

La Sociedad Regional de Turismo, se planteó como objetivo el hacer llegar por primera vez a los alumnos de esta especialización, formación específica, relativa a las necesidades de las personas con discapacidad como sujetos activos del turismo, en todas sus facetas.

BUS TURÍSTICO ACESIBLE EN GIJÓN

Coincidiendo con la Semana Santa, se inauguró este nuevo servicio. La Sociedad Mixta de Turismo, del ayuntamiento de Gijón ha informado a la OTA de COCEMFE-ASTURIAS, de la accesibilidad de estos vehículos, que cuentan con rampa de embarque y desembarque, así como de dos espacios reservados para personas usuarias de silla de ruedas y varios para personas con movilidad reducida. Este mes los gijoneses y visitantes tendrán la oportunidad de poder recorrer la ciudad desde otro punto de vista, desde un autobús de dos plantas con 65 plazas.



siempre hay un número

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

Ascensores TRESA
Elevators

ORTOPEDIA CENTER

CALZADO PARA DIABÉTICOS
DESCANSO Y BIENESTAR

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

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

GRUPO temper

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

Para oír bien

AUDIOLOGIA
SUÁREZ BASCARÁN

25 Años de experiencia

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

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

Navía, 1 Bajo. 33205 Gijón (Asturias)
Tif. 985 34 80 69. Fax 985 35 63 00
E-mail: info@audiologia.es



FECHA	LUGAR	HOTEL / APARTAMENTO	BENEFICIARIO	ACOMPAÑANTE
12 al 20 Junio	Circuito Europeo	Hoteles de 3 y 4 estrellas	475 €	-
19 al 27 Junio	Lanzarote (Las Palmas)	Beatriz Playa ****	240 €	-
20 al 28 Junio	Circuito Europeo	Hoteles de 3 y 4 estrellas	475 €	-
1 al 10 Julio	La Manga del Mar Menor (Murcia)	Sol Galúa ****	260 €	-
2 al 11 Julio	Puerto de la Cruz (Tenerife)	Orotava Palace ****	265 €	-
11 al 20 Julio	Viella-Valle de Arán (Lleida)	El Refugio de Arán 🍷🍷🍷	240 €	-
12 al 23 Julio	Balneario de Arnoia	Hotel Balneario Arnoia ***	360 €	240 €
13 al 22 Julio	Palma Nova (Mallorca)	Voranova ***	290 €	-
19 al 28 Julio	Mojácar (Almería)	Marina Playa ****	245 €	-
01 al 10 Agosto	Conoce Madrid (Madrid)	Rafael Atocha ***	210 €	-
03 al 12 Agosto	Torre Vieja (Alicante)	Cabo Cervera ***	220 €	-
08 al 17 Agosto	Santa Susana (Barcelona)	Aquamarina ***	240 €	-
10 al 19 Agosto	Palma Nova (Mallorca)	Voranova ***	290 €	-
18 al 27 Agosto	Playa de las Américas (Tenerife)	Zentral Center ****	295 €	-
21 al 30 Agosto	Alcoceber (Castellón)	Eco Alcoceber ***	240 €	-
22 al 31 Agosto	Viella - Valle de Arán (Lleida)	El Refugio de Arán 🍷🍷🍷	250 €	-
05 al 13 Septiembre	Lanzarote (Las Palmas)	Beatriz Playa ****	270 €	-
05 al 14 Septiembre	Lamuño (Asturias) Multiaventura	La Regatina 🍷🍷	385 €	-
06 al 17 Septiembre	Balneario de Arnoia (Ourense)	Hotel Balneario Arnoia ***	360 €	240 €
19 al 27 Septiembre	Gijón (Asturias)	Silken Ciudad de Gijón ****	250 €	-
01 al 10 Octubre	Islantilla (Huelva)	Confortel Islantilla ****	200 €	-
02 al 11 Octubre	Blanes (Girona)	Blaumar ****	140 €	-
05 al 14 Octubre	Palma Nova (Mallorca)	Voranova ***	210 €	-
16 al 25 Octubre	Benidorm (Alicante)	Poseidón ***	180 €	-

Programa sujeto a cambios sin previo aviso. Todos los precios y condiciones son válidos salvo error tipográfico o informático. Más información www.cocemfe.es

VACACIONES COCEMFE 2009

FECHA	LUGAR	HOTEL / APARTAMENTO	BENEFICIARIO	ACOMPAÑANTE
19 al 30 Octubre	Balneario de Archena (Murcia)	Levante ****	410 €	310 €
03 al 12 Noviembre	Playa del Inglés (Gran Canarias)	Aparthotel Green Field ***	215 €	-
08 al 19 Noviembre	Balneario de Arnoia (Ourense)	Hotel Balneario Arnoia ***	360 €	240 €
16 al 25 Noviembre	Benidorm (Alicante)	Bali ****	165 €	-
1 al 10 Diciembre	Benidorm (Alicante)	Dinastic ****	185 €	-

REQUISITOS PARA ACCEDER AL PROGRAMA

- ☂ Acreditar un grado de discapacidad igual o superior al 50%. En el caso de quedar plazas vacantes podrán ser cubiertas por personas con una discapacidad inferior al 50%.
- ☂ Ser mayor de 16 años o tener autorización del padre, madre o tutor. En caso de menores, han de ir acompañados por sus padres o tutores de hecho.
- ☂ Podrán asistir con carácter excepcional los hijos de los beneficiarios menores de 16 años, siempre que se justifique la imposibilidad de poder viajar sin su compañía.
- ☂ Podrán llevar acompañante aquellas personas que utilicen silla de ruedas, o que su discapacidad sea superior al 75%, siempre y cuando necesiten ayuda para su normal desenvolvimiento.



Asturias 19, Bajo. 33004 Oviedo
Tfno. 985 236 744 Fax. 985 272 924



RADIO
ASTURIAS



Radio Asturias
SER
1.026 OM



PRINCIPALES
ASTURIAS 97.5



dial
ASTURIAS 91.1

5 Chalets Adaptados Grúa en piscina

Vinaròs (Castellón)
www.adaptados.com
Telf. 964 453 678 (Benilde)



RABAS DE CALAMAR

Ingredientes para 4 personas:

1 calamar fresco grande (700 g), aceite de oliva de 0,4° de acidez, un poco de harina y sal.

Elaboración:

Tras separar la cabeza del cuerpo del calamar, se limpia todo concienzudamente de ojos, tripas, boca y quilla. Las mandíbulas se separan y se hace un corte entre ellas, haciendo tiras el cuerpo con cortes

transversales de no más de medio centímetro de grosor. Ya troceado, se pone a punto de sal y se pasa por harina para dejarlo bien rebozado.

El exceso de harina se retira, para luego freírlo en abundante aceite caliente hasta conseguir un bonito tono tostado. Una vez hecho, se escurre bien de aceite y a la hora de servir se colocan previamente en el plato unos medios limones.



BACALAO A LA VIZCAÍNA

Ingredientes para 4 personas:

4 tajadas gruesas de bacalao de 250 g de la parte del lomo, 4 cebollas rojas, 1 tomate maduro, 10 pimientos choriceros, un poco de pan, aceite de oliva, sal y 2 dientes de ajos.

Elaboración:

Se pone el bacalao a remojo durante 24 o 36 horas cambiándole el agua cada 8 horas. Una vez bien desalado, se le quitan las escamas y las espinas con cuidado y se seca bien con un trapo.

Para preparar la salsa vizcaína, se limpian bien los pimientos, descorazonándolos y poniéndolos a hervir en agua. Cuando estén tiernos retirarlos, abrirlos y quitarles la pulpa con un cuchillo.



En una cazuela, puesta a fuego suave, echar las cebollas y el tomate picados; dejar que se hagan bien y añadir luego la pulpa de los pimientos choriceros, unos trozos de pan y algo del agua de la cocción de los pimientos. Pasados 15 minutos, pasar la preparación por el chino y verter la salsa en una cazuela de barro.

Se calienta el aceite en una cazuela de barro puesta al fuego y se echan los ajos. Retirarlos cuando empiecen a tomar color y, en el mismo aceite, poner a cocer el bacalao durante unos 10 minutos.

Llevar el bacalao a la cazuela donde se encuentra la salsa ya caliente, y dejar proseguir la cocción unos 5 minutos más.



CANUTILLOS DE CREMA

Ingredientes para 4 personas:

Pasta de hojaldre, crema pastelera y azúcar glas.

Elaboración:

La pasta de hojaldre se estira sobre la superficie de trabajo, hasta obtener una lámina fina.

Para dar forma a los canutillos se enrolla la lámina de pasta de hojaldre

sobre unos finos tubitos metálicos y, dejando abiertos los extremos, se pasan luego por el horno.

Sacarlos del horno cuando estén hechos, dejarlos enfriar y retirarles los tubos. Ser sirven calientes, rellenos de crema pastelera y espolvoreados con azúcar glas.

Libro



JAVIER CERCAS

ANATOMÍA DE UN INSTANTE

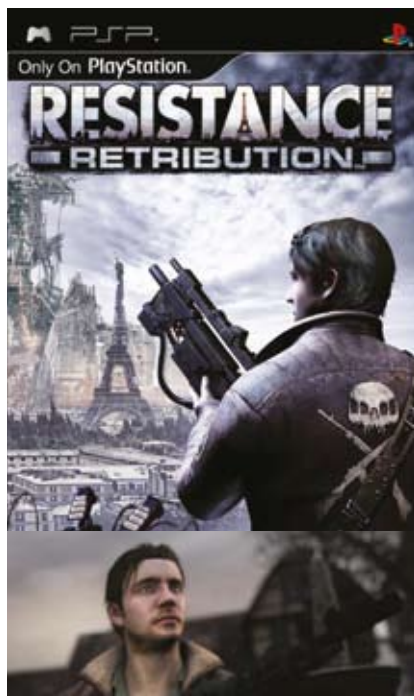
Este libro es un ensayo en forma de crónica o una crónica en forma de ensayo. Este libro no es una ficción. Este libro es la anatomía de un instante: el instante en que Adolfo Suárez permaneció sentado en la tarde del 23 de febrero de 1981, mientras las balas de los golpistas zumbaban a su alrededor en el hemiciclo del Congreso de los Diputados y todos los demás parlamentarios -todos menos dos: el general Gutiérrez Mella y Santiago Carrillo- buscaban refugio bajo sus escaños. Este libro es la crónica de ese gesto y la crónica de un golpe de estado y la crónica de unos años decisivos en la historia de España. Este libro es un libro inclasificable. Un libro único.

Videojuego

PSP

RESISTANCE RETRIBUTION

Serás James Grayson, un ex marine británico marcado por una tragedia personal provocada por las Quimeiras, que luchará en el territorio invadido de Europa en busca de venganza. Tú solo en el modo campaña, tendrás que superar más de 20 misiones a lo largo de localizaciones recreadas como nunca antes habías visto en tu PSP. Viaja por Rotterdam, Bonn o Reims y vive la batalla final definitiva en las calles de París.



Cine



LA SOMBRA DEL PODER

Dirigida por: Kevin Macdonald.

Reparto: Jason Bateman, Russell Crowe, Ben Affleck, Helen Mirren.

Cal McCaffrey es un periodista de Washington D.C. cuyo olfato le lleva a desenmarañar los misteriosos asesinatos de algunas de las figuras más prometedoras de la política y de la gran empresa. El apuesto e imperturbable congresista Stephen Collins representa el futuro de su partido: debido a su honradez, ha sido elegido presidente del comité que supervisa los gastos de Defensa...

Movie YELMO

por sólo 3 euros, montones de ventajas

Compra tu tarjeta ahora y tendrás **precio del día del espectador** para cualquier película, pase y sesión, de lunes a jueves no festivos

YELMO CINES
OCIMAX GIJÓN

Maestro Amado Morán, S/N - Gijón

Y además, carga tu Movie Yelmo con

5 entradas de cine a un precio muy especial

PACK DE ENTRADAS ORO:
5 localidades de lunes a domingo, para la película y sesión que tú elijas.

PACK DE ENTRADAS CLÁSICO:
5 localidades de lunes a jueves, excepto festivos, para la película y sesión que tú elijas. También podrás beneficiarte los viernes, sábados, domingos y festivos, en sesiones que comiencen antes de las 17:00 h.*



más información en www.yelmocines.es

DIRECTORIO DE ASOCIACIONES FEDERADAS A COCEMFE-ASTURIAS



FRATER

(Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad)
C/ San Isidoro, 2 bajo Izda. 33003 Oviedo
Tlf.: 985 207 507
E-mail: frateroviedo@hotmail.com



CÉBRANO

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



UMA

(Unión de Discapacitados del Principado de Asturias)
C/ Balmes, 19 bajo. 33204 Gijón
Tlf./Fax: 985 360 438
E-mail: info.uma@telefonica.net



AENFIPA

(Asoc. de Enfermos de Fibromialgia y Fatiga Crónica del Principado de Asturias)
Centro Social el Cristo. C/ Burriana, 1. 33006 Oviedo
Tlf.: 687 469 175. E-mail: info@fibromialgia-asturias.org



DIFAC

(Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca)
C/ Sabino Álvarez Gendín, 26 bajo. 33400 Avilés
Tlf./Fax: 985 551 501
E-mail: difac95@yahoo.es



ALAS

(Asoc. Lúpicos de Asturias)
C/ Instituto, 17 2ª. 33201 Gijón
Tlf.: 985 172 500 - Fax: 985 170 538
E-mail: lupusasturias@telefonica.net



AADEM

(Asoc. Asturiana de Esclerosis Múltiple)
C/ Monte Gamonal, 37 bajo. 33012 Oviedo
Tlf./Fax: 985 288 039
E-mail: aadem@telecable.es



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
E-mail: asociacionpramaro@yahoo.es



FQ

(Asoc. Asturiana contra la Fibrosis Quística)
C/ Jacinto Benavente, 13. 33013 Oviedo
Tlf.: 985 964 592 - Fax: 984 187 290
E-mail: info@fibrosis-asturias.org



ASNEFI (Asociación Asturiana de Neurofibromatosis)

Hotel de Asociaciones de Santullano
Avda. Fernández Ladreda, Nº 48. 33011 Oviedo
Tlfs.: 985 201 360/605 357 665 - Fax: 985 218 000
E-mail: inma@asnefi.org



AHEMAS

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



AMDAS-LA FONTE

(Asoc. de Mujeres Discapacitadas de Asturias)
Ctro. Mpal. La Arena. C/ Canga Argüelles, 16-18. Gijón
Tlfs.: 984 297 444/626 178 445 - Fax: 984 297 445
E-mail: amdaslafonte@hotmail.com



Asociación Parkinson Asturias

C/ Amsterdam, 7 bajo. 33011 Oviedo
Tlf.: 985 237 531 - Fax: 984 081 868
E-mail: aparkas@hotmail.com



APTAA

(Asoc. para la Promoción del Turismo Adaptado Asturiano)
C/ Vetusta, 26 - Local 2. 33011 Oviedo
Tlf./Fax: 985 722 720
E-mail: aptaa@asturiasadaptada.org



ACCU-Asturias

(Asoc. Enfermos de Crohn y Colitis Ulcerosa)
C/ La Paz, 1 bajo. 33209 Gijón
Tlf./Fax: 985 091 237
E-mail: info@accuasturias.org



ADEAPA

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



ALCER

(Asoc. para la Lucha contra las Enfermedades Renales)
C/ Emilio Rodríguez Vigil, s/n 3º. 33006 Oviedo
Tlf./Fax: 985 256 250
E-mail: alcerasturias@asturias.infonegocio.com



ASGUDI

(Asociación Güerne Discapacidad)
33746 Valdepareas - El Franco
Tlf./Fax: 985 637 792
E-mail: asgudi@hotmail.com

ELA Principado

(Asoc. Contra la Esclerosis Lateral Amiotrófica)
C/ San Rafael, 22. 33209 Gijón
Tlf./Fax: 985 163 311
E-mail: elaprincipado@telecable.es



ASEMPA

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

S

SUBSCRIPCIONES Y COLABORACIONES

Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Asturias
C/ Dr. Avelino González, 5 bajo. 33211 Gijón (Asturias)
Tlfs: 985 396 855/391 633 - Fax: 985 990 756
www.cocemfeasturias.es
comunicacion@cocemfeasturias.es



APACI

(Asoc. de Padres y Amigos de Cardiopatías Infantiles de Asturias)
Parque Ave Mº s/n, Centro Social de Otero, 33008-Oviedo
Tlfs.: 984 281 091 / 630 145 659.
E-mail: apaci@telecable.es

EN LO QUE ES EL CENTRO URBANO
CONTRIBUYO AL AIRE SANO...

DEJO EL COCHE
EN EL GARAJE
Y VOY FARDANDO
DE TRAJE

...MENOS COCHES
EN GIJÓN
SIEMPRE ES
BUENA RAZÓN



ENSIN AUTO, MÁS MÓVIL

Nun seyas autómatu, practica l'autocrítica. Si usas con cabeza'l to vehículu, vas contribuir al Xixón que toos queremos, más llimpiu y menos ruidosu. Prueba a movete ensin el coche: la ciudá va ponésete a los pies.

YE'L
XIXÓN QUE
QUIERO



GRUPO MEANA S.A.
C/ Villaverde
nº 3 - 33510
Pola de Siero
(Asturias)
Tlf: 985 72 49 49
Fax: 985 72 49 52
comercial@gmeana.com
www.gmeana.com

OpenCERTIAC



Maquinaria de estándares abiertos para la administración electrónica

Todas las herramientas que necesita para mejorar los procesos de gestión interna en su administración e implantar el acceso electrónico de los ciudadanos a los servicios públicos, dando cumplimiento a la **ley 11/2007**.



GESAURO

Gestión integral de recintos de ocio

Solución de emisión de taquillaje, control de accesos, alquileres, reservas, actividades, materiales, tienda y gestión interna de todo tipo de recintos de ocio.

