

NÚM. 17 OTOÑO 2004. Año IV

serCapaz

10 años
2004



ACTUAL

La ciudad sin barreras



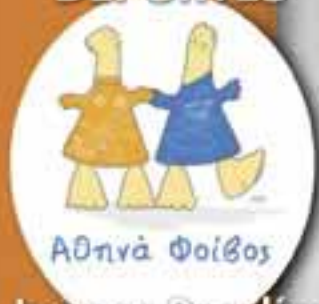
Células madre
*obtención, investigación
y uso terapéutico*

ENTREVISTA



Graciano Torre
Consejero de Industria y Empleo
del Principado de Asturias

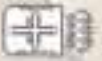
DEPORTES



Juegos Paralímpicos
de Atenas 2004

*Primer encuentro
Periodismo y
Discapacidad*





GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERIA DE INDUSTRIA Y EMPLEO

Artisanía
de Asturias
de Calidad

- 100% ASTURIANA
- 100% ÚTIL
- 100% ÚNICO
- 100% CREATIVO
- 100% DIFERENTE
- 100% HECHO A MANO

MECHO EN ASTURIAS

SUMARIO

ASOCIACIONES

- 4 UMA
- 18 A.A.D.E.M.

ACTUAL

- 22 Entrevista a Graciano Torre
- 26 Programas experimentales en materia de empleo
- 28 Una ciudad sin barreras también depende de ti

CONOCER

- 32 Células Madre. Obtención, investigación y uso terapéutico
- 36 Primer encuentro periodismo y discapacidad

ESPACIO ABIERTO

- 40 Juegos Paralímpicos de Atenas 2004

VIVIR

- 46 Braga. Ciudad de arzobispos
- 47 Otoño época de depresión

serCapaz, nº 17. Otoño 2004.

Consejo de redacción: Enrique Fernández, Eva de las Heras, Miguel Mateos y Carmen Insúa

Diseño y Maquetación: C.E.E. Grupo Iniciativas, S.L.
C/ Jove y Hevia, 31 bajo. 3211- Gijón (Asturias)
Tif.: 985 392 290 - Fax: 985 990 187
www.grupoiniciativas.com

Colaboradores: Concepción Fernández, M^a. José Álvarez, Concha Mena, Noelia Moral, Alicia Mediavilla, Marian Ordóñez, Olga Arias, Elma S. Vega, Marcelo Palacios, Jose Alberto Fernández

Las opiniones expresadas por los colaboradores reflejan únicamente las ideas de los mismos.
Está prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos de esta revista sin la autorización del Editor.

Para contactar: info@grupoiniciativas.com



EDITORIAL

Con la llegada del otoño sacamos a la luz un nuevo número de nuestra revista serCapaz, gestada con mayor esfuerzo si cabe durante los meses de estío en los que no hemos descansado ni dejado descansar a nadie.

Hemos acudido a preguntar al Consejero de Industria y Empleo del Gobierno del Principado de Asturias sobre todo lo que nos preocupa y nos importa en materia de empleo de personas con discapacidad, ¿Qué opina? ¿Qué piensa? ¿Qué medidas va a adoptar el Consejero en esta nueva etapa al frente de la Consejería?

También hemos hecho trabajar al Presidente del Comité Científico de la Sociedad Internacional de Bioética, D. Marcelo Palacios que con la amabilidad que siempre le caracteriza, ha querido colaborar con nuestra revista con un tema tan interesante y tan importante para todos pero especialmente para enfermedades como Parkinson, Alzheimer, Ela... como es el de las Células Madre.

Acudimos a Salamanca como representantes de la revista serCapaz, dónde firmamos, junto con los más de 60 periodistas provenientes de todos los medios de comunicación de España, un código deontológico para el tratamiento de la discapacidad en los medios de comunicación. Esto supone un importante paso en cuanto a la imagen y difusión de los problemas en lo que a nuestro colectivo se refiere.

Por último la gran familia que formamos COCEMFE-ASTURIAS queremos dar nuestra más cariñosa y sincera enhorabuena, a todos los deportistas Asturianos que participaron en los Juegos Paralímpicos de Atenas. Como Asturianos queremos decirles que sentimos vuestros éxitos como propios, y estamos orgullosos de vuestros logros. Felicidades a todos, especialmente a Raúl Fernandez Arrizabalaga (medalla de bronce en Judo), ¡y ánimo!

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.



Fin de Semana

Excursión A Coruña

El balance de la excursión fue muy positivo a pesar de la cantidad de Km. que hizo falta recorrer para llegar al punto de destino.

Se partió a las 7:30 de la mañana con mucha ilusión. El número de participantes fue de 34 personas, entre las que se encontraba una niña de 7 años que fue el alma mater del grupo, participaba en todas las canciones y animaba al grupo con su alegría.

Después de la parada de rigor llegamos a Coruña sobre las 12:30 horas, una vez allí se hizo una visita en autobús a la ciudad, a continuación nos

El día 24 de julio la *Unión de Discapacitados del Principado de Asturias* organizó su excursión anual "A Coruña" para hacer una visita organizada a "La Casa de los Peces" o "Acuarium Finisterrae".



dirigimos al restaurante del Acuarium para comer.

Sobre las 15:30 horas nos dirigimos muy eufóricos a la zona donde estaban ubicadas las focas y los pulpos, todo transcurría con normalidad hasta que de repente se oyó la voz de nuestra participante más joven, usuaria de silla de ruedas, que exclamaba **¡Mirar. Yo no puedo bajar!**, pues había que salvar una pila de escalones para poder acceder a esa zona, su voz de lamento no cayó en saco roto, nos hizo ver una vez más que nos queda un largo camino para conseguir la plena accesibilidad en nuestras ciudades, nos gustaría que estuviese cercano el día en el que nos encontremos con un modelo de ciudad **para todos**, en la que no tuviese que volver a escucharse

na a TOPE

AU CIRCLE DU SOLEIL



“Yo no puedo” por existir una barrera arquitectónica como en esta ocasión en la que vimos mermada la ilusión de una niña que ha hecho cuatro horas de viaje para ver todas las instalaciones de un Acuario y de principio tiene que hacer a lengua la primera visita.

A continuación nos dirigimos al interior del Acuario, fue una experiencia increíble ver la cantidad de especies allí existentes así como su desplazamiento de un lugar para otro. Contamos con la presencia de un guía que nos iba informando de los diferentes especímenes, vimos también como se les daba de comer a las focas. Finalizada la excursión se dio una vuelta por el puerto en autobús e iniciamos el regreso a casa, durante el viaje se iba ya pensando en la próxima excursión, porque a pesar de la distancia recorrida y la elevada temperatura que soportamos conseguimos nuestro objetivo pasárnoslo bien.

Los días 23, 24 y 25 de julio nuestra Asociación La Unión de Discapitados del Principado de Asturias -U.M.A.- tuvo la oportunidad de asistir a las distintas sesiones que tuvo ese circo en Gijón, gracias a la organización del “Cirque du Soleil” que puso a nuestra disposición un apreciable número de invitaciones.

Las localidades se repartieron entre nuestros socios y sus familiares. Podemos decir que hemos tenido la suerte de asistir a un entretenido espectáculo, en el que resaltaríamos su gran colorido, su sorprendente puesta en escena, sus vistosos trajes y maquillajes, la actuación de artistas espectaculares que hacían fácil lo difícil y un mimo extraordinario capaz de arrancar fácilmente nuestras carcajadas haciendo protagonistas a todos los espectadores en su actuación.

Hacer hincapié en el buen hacer de los organizadores del “Cirque du Soleil” por su amabilidad, su buen hacer y su profesionalidad, haciendo de este circo un espectáculo -“sin diferencias”-, accesible a TODOS LOS CIUDADANOS, cuidando al detalle la acomodación de las personas con movilidad reducida, pendientes de sus necesidades, destacando en sus instalaciones la distribución espacial y unos



sorprendentes aseos públicos bien adaptados y muy limpios.

En particular, agradecemos a Jessenia Villamil, persona que contactó con nuestra Asociación desde Montreal (Canadá), por ofrecernos la posibilidad de acudir al circo gratuitamente, por su amabilidad, su buena organización e interés mostrado.

No queremos tampoco perder la oportunidad de agradecer a la Empresa Municipal de Transportes Urbanos de Gijón -EMTUSA- su colaboración al incorporar el 25 de julio, día en el que acudió un mayor número de socios con movilidad reducida, un autobús adaptado haciendo viable el traslado al circo, en transporte público.



Asociación de Lúpicos de Asturias

¿Qué es el Lupus?

Es una enfermedad crónica inflamatoria de naturaleza autoinmune que puede afectar a múltiples órganos y tejidos de nuestro organismo. Es de origen desconocido y puede desencadenarse por diversos factores: hormonales, medioambientales, infecciosos, farmacológicos o psicológicos.

Las zonas frecuentemente afectadas son: piel, músculos, articulaciones células sanguíneas, riñones, cerebro, corazón, pulmones, sistema nervioso o la sangre.

El Lupus se encuentra en todas las partes del mundo y afecta a todos los grupos étnicos. Puede aparecer en cualquier edad, aunque mayormente se presenta entre los 15 y 40 años. Y es mucho más frecuente en el sexo femenino, ya que 9 de cada 10 pacientes son mujeres. El Lupus no es infeccioso, no es cancerígeno, contagioso ni hereditario.

La Asociación de Lúpicos de Asturias

La Asociación de Lúpicos de Asturias nació de la necesidad de compartir las vivencias de afectados, familiares y amigos. En nuestra sede, ubicada en la calle Instituto nº 17 - 2º A de Gijón, ofrecemos un servicio de atención psicológica, jurídico y fisioterapéutico. Impartimos diversos talleres: relajación, memoria, gimnasia de la espalda...



Sede social de Lupus en Gijón.

Hemos conseguido crear un gabinete de investigación para el estudio del Lupus, en el que ya trabaja un nutrido grupo de prestigiosos inmunólogos, dedicado a la investigación de esta extraña enfermedad que afecta a más de 1.100 asturianos.

Además, acabamos de firmar un convenio de cofinanciación con la *Fundación para el Fomento en Asturias de la Investigación Científica Aplicada y la Tecnología* (FICYT) para una beca que se llevará a cabo en la Universidad de Oviedo durante el curso 2004-2006.

Noticias

IV Galardón Lúpicos de Asturias

El próximo día 6 de Noviembre de 2004, tendrá lugar en Pola de Siero (Asturias) la entrega del *IV Galardón Lúpicos de Asturias*.

En el mismo acto el **Dr. Joseph Font Franco**, *Jefe del Servicio de Inmunología del Hospital Clinic de Barcelona* impartirá una conferencia sobre los últimos avances en el Lupus y su diagnóstico. Y se nombrarán **Socios de Honor** a **D. Chechu Rubiera**, a **D. Luis Arias de Velasco Villa** y a **Dña. Isabel de Ron**.

Actuaciones previstas

El **Dr. Jesús Gómez Arbesú** impartirá dos conferencias sobre "*Enfermedades Autoinmunes, Lupus*". El 15 de diciembre en Gijón, en el Club de Prensa de La Nueva España, y el 22 de diciembre, en el Club de Prensa de la Nueva España de Oviedo.

Asimismo se celebrarán dos Festivales de la *Academia de Baile Aché Nonaya* a beneficio de ALAS en el mes de diciembre, el 18 de diciembre en el Centro Municipal Gijón-Sur y el 26 de diciembre en el Auditorio Príncipe de Asturias de Oviedo.



48 FERIA Internacional de Muestras de Asturias

Un año más hemos estado presentes, (ALCER ASTURIAS) en Gijón en la 48 edición de la F.I.M. de Asturias.

Hemos dado explicaciones y respondido a todas las preguntas que nos han formulado, para aclarar dudas y mentalizar a las personas de que una vez fallecidos, sus órganos pueden salvar la vida de otras personas.

También nos hicieron algunas entrevistas los medios de comunicación de nuestra Autonomía, donde les dimos información sobre la donación tanto de órganos como de sangre.

Al finalizar el Certamen se contabilizaron 435 donantes nuevos. Fuimos visitados por numerosas personas que en años anteriores se hicieron donantes, para saludarnos y



Stand de ALCER-ASTURIAS en la Feria.

recabar información sobre la marcha de las donaciones y los trasplantes en Asturias.

Nos visitaron el Sr. Consejero de Sanidad, y el Viceconsejero de Bienestar Social etc.

Pasaron por el stand los enfermos renales en diálisis,

Pasaron por el stand enfermos renales en diálisis, trasplantados y los que van a comenzar el tratamiento, los cuales nos hicieron infinidad de preguntas y nos contaron sus miedos y nervios ante esta situación

trasplantados y los que van a comenzar el tratamiento, los cuales nos hicieron infinidad de preguntas y nos contaron sus miedos y nervios ante esta situación.

Concepción Fernández
Delegada ALCER ASTURIAS
en Gijón. Vocal de ALCER

CENTRO ESPECIAL DE EMPLEO
APTA, S.L.

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

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

APTA, S.L.
CENTRO ESPECIAL DE EMPLEO

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

ASTUR TELECOM

Edificio Centroelena - Planta 3ª - Parque Tecnológico de Asturias - 33428 Llanera
Tel. 902 515 902 - Fax. 985 037 115
e-mail: asturtelecom@asturtelecom.net

Marqués de San Esteban, 21 - 7ª
33206 Gijón
Tel. 985 359 663
Fax. 985 358 812

oogefsa
CONSTRUCCIONES Y PROMOCIONES

ARQUIVECA  **IVECO**

El mundo del transporte en Asturias

GRUPO DE UNA AMPLIA GAMA DE VEHÍCULOS DE COCCIÓN DESDE 2.000 A 40.000 KG. TODOS LOS MODELOS Y MOTORES

Granda - Siero (Asturias)
Telf.: 985 79 34 69
Fax: 985 79 43 21





Actividades CÉBRANO

El próximo mes de octubre la asociación CÉBRANO comenzará la realización de nuevas actividades hasta final de año.

Las actividades se llevarán a cabo en los siguientes concejos asturianos

Siero

Dos *talleres de memoria*, subvencionados por el Ayuntamiento de Siero.

Noreña

Subvencionadas por el Ayuntamiento de Noreña se desarrollarán las siguientes actividades:

1. Un taller de memoria.
2. Curso de *Estimulación del lenguaje y la Comunicación*.
3. Curso de *Manejo del Estrés*.
4. Un curso de *Formación en Accidentes Cerebro Vasculares*.

Si están interesados en participar en alguno de estos cursos, deberán dirigirse a los respectivos Ayuntamientos que los patrocinan.

A lo largo de este año la asociación sigue contando con la colaboración de **Cajastur, Caja Rural de El Berrón, Ayuntamiento de Gijón, Ayuntamiento de Siero...** desde la entidad queremos aprovechar la ocasión para agradecerles nuevamente su colaboración.

Estamos organizando nuestro **IV Rastrillo Navideño**, que desarrollaremos en Pola de Siero, y un año más solicitamos vuestra colaboración. Todas aquellas personas que quieran colaborar con nosotros lo pueden hacer llamando al **teléfono 985 72 64 70**.

Hacemos recogida de juguetes usados, artículos de decoración... (todo excepto ropa), agradeceríamos vuestra colaboración sin la cual nos sería imposible montar nuestro rastrillo.

Queremos recordar a todos nuestros usuarios que la asociación atiende gratuitamente a través del psicólogo a las familias todos los jueves. Para ello debéis pedir cita previa.

CÉBRANO

COTHERM, S.L.
mantenimientos

Travesía de la Vidriera, n.º 25 - 27
33405 AVILÉS
Tel: 985 34 16 19 - Fax: 985 51 20 18
e-mail: info@cotherm.com

Avda. México, n.º 2
33500 LLANES
Tel. y Fax: 985 40 35 65
e-mail: info@cotherm.com

SEM SISTEMAS ESPECIALES DE METALIZACIÓN, S.A.

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

Calzada Alta, s/n - 33212 GUJÓN
Tel. 985 322 400 Fax. 985 329 504

TAPIA SEGURIDAD

alarma CONECTADA
a central receptora
985 212 956

aldea
Comercio de Alimentos

Hacemos respañas asturianas!

Avda. Prudencio González, 7 - Tfno: 985 770 361 - Fax: 985 771 209
33424 Posada de Llanera - Principado de Asturias
www.aldeastur.com - Correo electrónico: aldeastur@aldeastur.com



21 DE JUNIO DÍA MUNDIAL DE E.L.A.

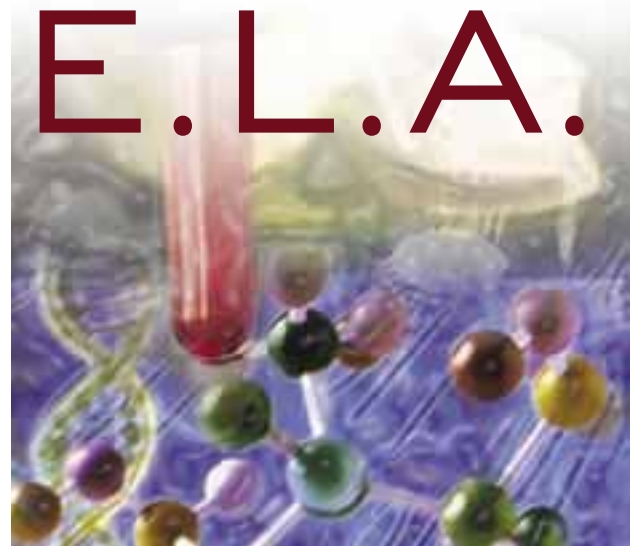
Como muchos de vosotros sabéis la Asociación de Esclerosis Lateral Amiotrófica celebró el día 21 de Junio del presente año su Día Mundial. Por este motivo, durante el mes de Junio se realizaron varios actos para dar a conocer esta enfermedad.

El Día 3 de junio organizado por la Unidad de Psicosis del Hospital Central y la asociación e impartido en dicho Hospital tuvo lugar una Jornada sobre Atención Multidisciplinar al Paciente con E.L.A., exclusivamente para profesionales sanitarios .

El sábado anterior al día mundial (19 de junio) se distribuyó información sobre la enfermedad en diferentes centros comerciales de Asturias teniendo una acogida muy positiva por parte de los ciudadanos.

El Día 21 de junio en el Auditorio Príncipe Felipe de Asturias, se celebró una **Ponencia sobre Células Madre** impartida por el Presidente del Comité Científico de la SIBI Dr. Marcelo Palacios y presentada por nuestra compañera Eva de las Heras.

El tema era interesante para todos ya que las células madre son una esperanza de mejora en todas las enfermedades. Nos habría encantado que nos hubierais acompañado (tras nuestra invitación), porque era un tema de sumo interés para todas las asociaciones, pero entre las subvenciones y el verano... ya se sabe.



Se han realizado entrevistas con diferentes personalidades del ámbito social y sanitario del Principado de Asturias para intentar dar a conocer la problemática del día a día de esta asociación

Hemos aprovechado este mes para entrevistar nos con diferentes personalidades del ámbito social y sanitario del Principado de Asturias para intentar dar a conocer la problemática del día a día de esta asociación que también es de todas las demás.

M^a Jose Álvarez Fernández.

FADE
FEDERACIÓN
ASTURIANA
DE EMPRESARIOS

Al servicio
de los empresarios asturianos

Pintor Luis Fernández, 2
33005 OVIEDO

T 985 232 105
F 985 244 176

M fade@fade.es
W www.fade.es



8ª Jornada de Primavera sobre la Enfermedad de Alzheimer

El pasado viernes 4 de Junio de 2004 la Asociación Democrática Asturiana de Familias con Alzheimer (ADAFa) celebró su 8ª Jornada de Primavera sobre la enfermedad de Alzheimer. El evento tuvo lugar en el Salón de Actos del Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Asturias, en Oviedo.



De Izda. a Dcha. D. Eduardo Segovia Martínez de Salinas, Dña. Concepción García Álvarez y Dña. Concha Mena García.

La Jornada estuvo marcada por la afluencia masiva de público, más de doscientas personas entre familiares y profesionales interesados por el tema de las demencias, especialmente por el Alzheimer.

Para responder a las expectativas del numeroso público, ADAFA contó con la presencia de ponentes especializados

en la enfermedad de Alzheimer, así como algunas personalidades que efectuaron el acto inaugural de nuestra 8ª Jornada.

Inició la mesa de inauguración Dña. **Concha Mena**, Presidenta de ADAFA, realizando un recorrido por todos y cada uno de los programas que la asociación desarrolla con el objetivo de mejorar la calidad de vida del enfermo y su familia (servicio de atención especializada Alzheimer, servicio de atención psicológica, grupos de autoapoyo, programa divulgativo, etc.).

La presidenta una vez más incidió en la necesidad de que el Principado debe elaborar un Plan Integral para las Demencias, siendo las diferentes consejerías las que deben estudiar las necesidades reales que sufren las familias, especialmente en zonas rurales.

A continuación, **D. Eduardo Segovia Martínez de Salinas**, Subdirector de Atención Especializada de la Consejería de Salud y Servicios Sanitarios hizo mención al Plan de Salud del Principado de Asturias cuyos objetivos para la atención a las demencias son el tratamiento integral de atención a estos pacientes, la formación de los cuidadores y las familias y la creación de centros de internamiento y hospitales de día donde se puedan tratar a estos enfermos. Para finalizar nos recordó que las familias somos el motor del cambio, los poderes públicos muchas veces van detrás de los acontecimientos, somos nosotros quienes debemos empujarlos.

La inauguración corrió a cargo de **Dña. Concepción García Álvarez**, Teniente Alcalde del Ayuntamiento de Oviedo y Concejala de Educación, Comercio, Sanidad y Consumo quien incidió en la necesidad de establecer un ámbito común entre diferentes administraciones que den respuesta a las necesidades tanto de los afectados

como de sus familias, garantizando su calidad de vida. Asimismo, propuso, desde el consenso y rehuyendo de planteamientos partidistas, la necesidad de generar un pacto de estado entre todas las administraciones como marco de compromiso en defensa de esa garantía que no es otra que un mandato constitucional al cual los poderes públicos están sujetos. Para finalizar su intervención, reiteró su invitación a ADAFA a que traslade al Ayuntamiento de Oviedo las demandas que estimen oportunas.

Desde ADAFA se insiste en la necesidad que existe en el Principado de elaborar un Plan Integral para las Demencias, siendo las diferentes consejerías las que deben estudiar las necesidades reales que sufren las familias, especialmente en zonas rurales

El programa técnico de la Jornada se inició con la ponencia "Actualización de la enfermedad de Alzheimer: nuevos aspectos diagnósticos y terapéuticos" donde **D. José Antonio Vidal Sánchez**, neurólogo del Hospital Valle del Nalón y secretario de la Sociedad Asturiana de Neuropsicología y Neurología de la Conducta, nos explicó cómo se llega al diagnóstico de un enfermo de Alzheimer, cuáles son las últimas técnicas para determinar el diagnóstico, como ejemplo la última innovación consiste en inyectar un trazador que se une al amiloide, a la proteína degradada del paciente y se permite con una cámara ver dónde está. A continuación nos expuso las diferentes fases de la enfermedad. Finalizó su extensa exposición comentando que los fármacos sin una intervención adecuada individualizada no obtiene grandes resultados y una

intervención aislada sin fármacos no es que no tenga resultados, pero es menos eficaz porque el deterioro es más rápido.

A continuación **Dña. Elvira Menéndez Suárez**, enfermera del Centro de Salud El Natahoyo de Gijón nos explicó detalladamente a través de su ponencia "El proceso de atención de enfermería al enfermo de Alzheimer y su familia" los distintos cuidados que requieren en fases moderadas y avanzadas de la enfermedad, cuando empiezan a ser incontinentes, cuando aparece el estreñimiento, la alimentación, los cambios posturales a un enfermo encamado, la aparición de escaras, etc. También enseñó diversos trucos e inventos que discurren las familias para afrontar la enfermedad en sus diversas fases.

Tras el descanso, **D. Manuel Nevado Rey**, psicólogo de la Asociación de Familiares de Alzheimer de Madrid, nos expuso su ponencia "Entrenamiento familiar en la estimulación con enfermos de Alzheimer", diversos ejercicios sencillos que las familias pueden realizar en su casa con el enfermo para mantener activas sus capacidades intelectuales, poniendo en práctica con algunos ejemplos realizados por los asistentes.

Cerró la 8ª Jornada la ponencia "Experiencia personal de un familiar cuidador" a cargo de **Dña. Mª Eloisa Bellostas Sagredo**, Presidenta de la Asociación de Familiares de Alzheimer de Burgos, que además de hablarnos brevemente de su asociación compartió con nosotros a través de un emotivo relato cómo es el día a día de un enfermo de Alzheimer vivido en primera persona, tanto por el familiar cuidador como por el propio enfermo. Asimismo, nos enseñó el centro



La Administración regional a través del Plan de Salud del Principado de Asturias se marca los siguientes objetivos para mejorar la atención a las demencias:

Tratamiento integral de atención a los pacientes.

La formación de los cuidadores y las familias.

La creación de centros de internamiento y hospitales de día donde se puedan tratar a estos enfermos.

de día que su asociación tiene y los programas terapéuticos que allí se realizan.

La Jornada fue clausurada por la Presidenta de ADAFA.

M.ª Concepción González Mena.
Presidenta de Adafa



La logopedia en la enfermedad de Parkinson



Aunque a simple vista parezcan síntomas mucho menos problemáticos que los físicos (temblor, lentitud, rigidez), la realidad es bien distinta.

La comunicación es una parte muy importante de nuestras vidas, en todos los momentos del día utilizamos las distintas formas de comunicación; por ello, cualquier problema que surja a este nivel desencadenará graves consecuencias en el día a día.

Es muy importante que las personas con parkinson y sus familiares comprendan cuáles son los cambios que pueden ocurrir y que actúen a tiempo para ajustarse a ellos. Los cambios en el habla suelen darse de forma gradual, y a medida que ocurren, los pacientes

y los familiares se van adaptando a ellos, incluso hasta llegar a aceptarlos como algo normal.

Mi recomendación sería que acudamos a un buen profesional y que comencemos la rehabilitación logopédica desde el primer momento en que somos diagnosticados como parkinsonianos.

Los primeros síntomas, los pequeños cambios, deben tratarse a tiempo, para retrasar e incluso evitar la aparición de problemas más graves.

Gracias al **Taller de expresión verbal** organizado por la **Fundación "la Caixa"**, en la **Asociación Parkinson Asturias**, tanto enfermos como familiares, pudieron abordar los problemas logopédicos con la

Los síntomas más conocidos popularmente de la enfermedad de Parkinson son: temblor en reposo, rigidez y lentitud en los movimientos corporales. Pero la verdad es que hay otros muchos síntomas no menos importantes, como son: la inexpressividad facial, la reducción de la capacidad de expresión o los trastornos de la deglución. Son precisamente estos últimos síntomas el objeto de trabajo de la logopedia.

minuciosidad que se merecen. No sólo se detallaron los problemas en sí mismos, sino que también se ofrecieron pautas de acción para enfrentar esos problemas.

Por último apuntar que dicho taller fue una experiencia muy enriquecedora para todos los asistentes. Todos, desde los enfermos hasta los familiares e incluso los profesionales, hemos compartido unos momentos en los que el punto de unión común

era la logopedia en la enfermedad de parkinson.

Quizás, llegados a este punto exista cierta curiosidad sobre cuáles son concretamente esas pautas y en qué consisten. Pues bien, detallaré brevemente algunas de ellas:

- ▶ Trabajar la respiración diafragmática a través de ejercicios tan sencillos como: inflar globos, soplar matasuegras, soplar por cañas, alargar sonidos, etc.
- ▶ Trabajar la voz, sin olvidarse de la respiración, con ejercicios del tipo: contar (números) cada vez con mayor intensidad, decir los días de la semana variando el volumen, decir nuestro nombre manteniendo el tono de voz, leer frases, etc.
- ▶ Trabajar la articulación a través de las llamadas praxias bucofonatorias y las lecturas siguiendo la pauta rítmica que marca un metrónomo.
- ▶ Trabajar la prosodia mediante situaciones hipotéticas en las que nos esforzaremos en trabajar tanto la entonación como la expresión facial.
- ▶ Trabajar la deglución gracias a pautas tan sencillas como: adoptar una postura correcta, el mentón inclinado hacia el cuello, comer despacio, etc.

Noelia Moral Vieira
Logopeda

Agradecimiento a una excelente profesional

Fuiste nuestra Logopeda hasta hace unas pocas semanas. Tu buen hacer no pasó desapercibido y otros, con más recursos y más posibilidades que nosotros, te abrieron nuevos horizontes ofreciéndote la posibilidad de mejorar profesionalmente.

Cuando nos diste la noticia, sentimos la alegría de ver que reconocían tu valía y tu profesionalidad porque te queremos, pero porque te queremos nos entristecía que tuvieras que dejarnos.

Estuviste con la Asociación, compartiendo todo con los "parkinsonianos". Viste como nacían y crecían nuestras ilusiones; viviste con todos nosotros momentos buenos y momentos difíciles. Y no olvidamos que empezaste a colaborar con nosotros de forma desinteresada y altruista y siempre haciendo honor a tu nombre:



- Por tu Sensibilidad: compartiendo nuestra lucha contra la enfermedad.
- Por tu Saber y saber estar: siempre presente y siempre discreta.
- Por tu Alegría: siempre con tu sonrisa; sin una mala cara, sin una queja.
- Por tu Nobleza: trabajaste con rigor y con cariño a tu profesión y a nosotros.
- Por el Ánimo que siempre nos diste para que nos superásemos.

...¿la U?, ...¿echas de menos la "U"?

Déjanos ponerla a todos los "parkinsonianos" de Parkinson Asturias, dándote un fuerte abrazo con el que te decimos.

¡muchas gracias, Susana!

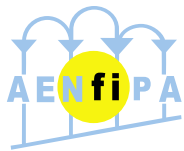
Hasta el último detalle

Presupuesto sin compromiso
5 Años de garantía
6 Meses de financiación
Diseño por ordenador

Cocinas
COA
Asturianas

Exposición Gijón: Pablo Iglesias, 3 y 5 • TEL. 985 33 27 14
Exposición Oviedo: Fuerles Acevedo, 4 • TEL. 985 27 50 87

 **CAJA RURAL DE ASTURIAS**



Fibromialgia: Cajón desastre

¿Como se diagnostica la Fibromialgia?

La FM ha sido reconocida por la Organización Mundial de la Salud, y hoy en día se diagnostica en base a los criterios descritos por el Colegio Americano de Reumatología (criterios que en la actualidad son cuestionados como insuficientes por algunos especialistas):

- **Dolor a la presión** (Aprox. de 4 Kg.) en al menos 11 de los 18 puntos sensibles situados de forma específica a lo largo del cuerpo.
- **Dolor generalizado y crónico de más de 3 meses de duración**, descartando la existencia de otras patologías. Habitualmente los análisis de laboratorio no muestran alteraciones, por lo que sólo ayudan a descartar otras enfermedades asociadas.

Síntomas Asociados a la Fibromialgia

DOLOR.- El dolor de la FM suele estar mal delimitado. La gente lo describe como dolor muscular profundo, quemazón, o "como si algo se clavase o quemase". Frecuentemente, el dolor y rigidez empeoran por la mañana y pueden doler más los músculos que se utilizan de forma repetitiva.

FATIGA.- Este síntoma puede ser leve en algunos pacientes

y sin embargo muy severo en otros. A veces se describe como fatiga mental, con sensación de abatimiento general, como si le hubiesen quitado la energía y con pocas ganas de hacer las labores habituales.

TRASTORNOS DEL SUEÑO.-

La mayoría de los pacientes con FM tienen trastornos del sueño. Se realizó un estudio del sueño mediante un aparato que registra las ondas cerebrales, observándose que los pacientes con Fibromialgia se dormían sin dificultad, pero su sueño profundo era interrumpido con frecuencia con actividad cerebral de tipo alfa, es decir, como si se despertasen parcialmente, o pasasen la noche con pesadillas.



La FM es una enfermedad reumática crónica caracterizada por dolor musculoesquelético generalizado y fatiga. La palabra Fibromialgia significa "dolor en los músculos, ligamentos y tendones" (partes fibrosas del cuerpo).

Los pacientes con FM se quejan de que "les duele todo". Notan sus músculos fuertemente doloridos, acompañado de una sensación de quemazón o fatiga muscular.

En España se calcula que están afectados entre el 2% o el 3% de la población. Es más frecuente en mujeres que en hombres, pudiendo manifestarse a cualquier edad, incluso en niños y adolescentes. Muchos de los síntomas de la FM tienen gran similitud con otro trastorno llamado el Síndrome de Fatiga Crónica.

SÍNDROME DEL INTESTINO IRRITABLE.- Del 40 al 70% de los pacientes con FM tienen síntomas de intestino irritable, tales como estreñimiento alternado con diarrea, dolor abdominal, gases y náuseas.

SÍNDROME TEMPOROMANDIBULAR.- Causa un dolor tremendo en la cara y cabeza en un 1/4 de los pacientes con FM. Se cree que la mayoría de los problemas que se asocian con este síndrome están relacionados con los músculos y ligamentos que envuelven la articulación, y no con ella misma.

OTROS SÍNTOMAS COMUNES.- Pueden presentarse con mayor frecuencia: menstruaciones dolorosas, dolor torácico, rigidez matutina de articulaciones, alteración cognitiva o de la memoria, acorchamiento o punzadas en las manos, calambres musculares, vejiga irritable, sensación de hinchazón en las extremidades, mareos, sequedad de ojos y boca, cambios en la prescripción de gafas, y alteraciones de la coordinación motora.

FACTORES AGRAVANTES.- Los cambios en el clima, ambientes fríos o muy secos, hormonales. (estados menopáusicos), estrés, depresión, ansiedad, y exceso de ejercicio son factores que pueden contribuir a un empeoramiento de los síntomas.

¿Qué causa la Fibromialgia?

Su causa es desconocida. Sin embargo, se conocen algunos desencadenantes como por ejemplo: infecciones (virales o bacterianas), un accidente, u otra enfermedad simultánea, como artritis reumatoide, lupus o hipotiroidismo. Estos desencadenantes probable-

mente no causan la FM sino que parecen despertar alguna anomalía fisiopatológica latente que ya estaba presente en los pacientes.

Algunas teorías en investigación implican alteraciones de la regulación de neurotransmisores (serotonina), de la función del sistema inmunitario, de la fisiología del sueño o del control hormonal.

¿Cómo se trata la Fibromialgia?

Los tratamientos están dirigidos a mejorar la calidad del sueño y a reducir el dolor. Como el sueño profundo es tan importante para muchas funciones del cuerpo humano (tales como reparación de tejidos, y probablemente regulación de neurotransmisores, hormonas y sustancias inmunológicas) se cree que las alteraciones del sueño tan habituales en sujetos con FM son un factor importante en los síntomas de la enfermedad. Por ello, a veces se prescriben dosis bajas de medicamentos que potencian los niveles de serotonina en el cuerpo (es un neurotransmisor modulador del sueño, dolor y respuesta inmunológica).

También se prescriben una gran variedad de analgésicos, siendo el más común el paracetamol.

La mayoría de los pacientes, no obstante, precisarán además de otros tratamientos auxiliares, como la infiltración de puntos dolorosos, fisioterapia, ejercicios suaves y/o en piscina, calor local, masajes y otras técnicas prescritas por su médico.

Alicia Mediavilla Sánchez.
Trabajadora Social
de AENFIPA.



Fibromialgia y Frida Kahlo

La gran pintora mexicana Frida Kahlo sufrió de dolor generalizado crónico y fatiga extrema después de sobrevivir a un terrible accidente de tráfico. Dichas molestias persistieron por el resto de su vida. Nuestras investigaciones sugieren que fue FM post-traumática la verdadera causa del padecimiento crónico de Frida.

Los autorretratos de Frida en especial *La Columna Rota* transmiten dolor generalizado y sufrimiento con las connotaciones dramáticas que con frecuencia usan los pacientes con FM para describir su padecimiento. El diario de Frida contiene un dibujo de ella llorando. Once flechas señalan puntos anatómicos específicos, La mayoría de estos puntos se definieron años más tarde como los sitios álgidos de la FM.

AENFIPA

C/ Burriana, Nº 1 - Oviedo.
Tel.: Oviedo: 687 469 175.
Gijón: 687 878 349.
Avilés: 667 770 778.

El horario de atención al público es martes y jueves de 12:00 a 13:30 h.

www.afibrom.org



Enfermedad Inflamatoria Intestinal

Nuevos Retos

Dra. Isabel Vera Mendoza del Hospital Universitario Puerta de Hierro, resaltare su charla sobre la edad fértil de la mujer con EII, destacaría lo siguiente:

En primer lugar quisiera agradecer a la asociación "ACCU" el facilitarme asistir al curso realizado los días 23 al 25 de junio de 2004 en la UIMP (Universidad Internacional Menéndez Pelayo de Santander) en la que un buen número de profesionales de esta especialidad médica se reunieron para exponer sus conocimientos sobre EII "Nuevos Retos".

Es difícil para mí resumir tres días de charlas, pero intentare exponer los puntos que para mí como enferma de Crohn me resultaron más destacados.

Empezaré resaltando la información que el **Dr. Miguel Ángel Gassull** quiso dejar muy patente sobre el tabaco, entre muchos resultados de investigaciones se vio que uno de tantos factores ambientales que desencadena la enfermedad de Crohn es el tabaco, por lo que a todos los profesionales que allí se encontraban les insistió que tal descubrimiento lo utilizaran como una medicación mas (pedirle al paciente que tiene que dejar de fumar).

Colitis Ulcerosa:

Comparable con la población general.

Enfermedad de Crohn:

Estudios contradictorios, disminución de fertilidad (Actividad, afectación por contigüidad, enfermedad perianal), ¿Control voluntario?

Resultados del embarazo en pacientes con EII

	Crohn	C. Ulcerosa
Partos normales	70-93 %	76-97 %
Abortos espontáneos	3-9 %	1-13 %
Anomalías congénitas	0-15 %	0-3 %
Parto con feto muerto	1-4 %	0-3 %

Tratamientos de la EII durante el embarazo

Seguros	Datos limitados	Contraindicados
Mesalazina	Olsalazina	Metotrexante
Sulfasalazina	Aza/6mp	Talidomida
Esteroides	Ciclosporina	Difenoxilato
NPT	Infliximab	
	Metronidazol	
	Ciprofloxacino	

Conclusiones:

- ▣ La fertilidad en la EII es similar a la de la población sana, excepto en la EC activa.
- ▣ La EII no aumenta el riesgo de anomalías congénitas.
- ▣ La frecuencia de abortos y partos prematuros están ligeramente aumentadas en la EII, especialmente en la EC activa.
- ▣ Los fármacos que utilizamos habitualmente en la EII (aminosalicilatos y corticoides) son seguros durante el embarazo y la lactancia.

Otro de los temas que resaltaría es el Método de Imágenes en la EII.

Todos sabemos que para nosotros existen:

Pruebas diagnósticas:

- ▣ Endoscopia.
- ▣ Estudios radiológicos (TC, Ecografía y resonancia magnética).

Pruebas Radiológicas:

- ▣ Estudio de la mucosa (Transito Intestinal y Enema opaco).
- ▣ Estudio de la pared intestinal (TC y US).
- ▣ Estudio extraintestinal (TC).

Todas ellas tienen los inconvenientes que es la radiación. Del grado de radiaciones el **Dr. Ramos** del Hospital Puerta de Hierro nos mostró un exhaustivo esquema de las dosis de radiación que recibimos con dichas pruebas. A continuación quiso

que se vieran las ventajas de la Resonancia Magnética (RM) y que se tuviera en cuenta esta técnica ya que los últimos resultados demostraban que las imágenes eran sorprendentes y que las ventajas de la RM sería:

- ▣ Ausencia de radiaciones I.
- ▣ No riesgos biológicos: embarazo.
- ▣ Contrastes poco tóxicos.
- ▣ Capacidad multiplanar.
- ▣ Alta resolución de contraste.

También nombró las lesiones mucosas donde RM son poco útiles: **Ulceras afloides, Empredado, Fisuras profundas, Poliposis inflan.**

Después de exponer toda su teoría con imágenes y razonamientos a todo ello concluiría diciendo que **la RM es un magnífico procedimiento para la evaluación y seguimiento de los pacientes** con la enfermedad de Crohn: ausencia de radiaciones, mayor resolución de contraste tisular, rapidez y precio.

Los Psicólogos fundamentales para recuperar calidad de vida

Dado que la EII produce síntomas incapacitantes y que los jóvenes son los principales afectados, sus pacientes suelen necesitar apoyo psicológico (un 60%, según Salvador Peña, reconoce sufrir estrés) por lo que los médicos reclamaron la presencia de estos profesionales en las unidades de EII, con el fin de que ayuden a los enfermos a recuperar su calidad de vida.

La necesidad de apoyo psicológico no es difícil de entender, teniendo en cuenta que se trata de una enfermedad crónica y recurrente (se cura y se vuelve a recaer).

Los tratamientos se muestran eficaces en un 40% de los casos para dotar de una buena calidad de vida a los enfermos.

El **Dr. Peña** asegura que el reto del siglo XXI es comprender

los mecanismos que regulan la enfermedad crónica, y destacó que uno de los avances más importantes en las enfermedades crónicas inflamatorias es haber descubierto que hay una "susceptibilidad genética".

Gracias a los avances de la genética en los últimos diez años se ha encontrado el primer gen responsable de un treinta-cuarenta por ciento de los pacientes de la enfermedad de Crohn, "que probablemente es importantísimo en la regulación de la inflamación". Además destacó que un español, el **Dr. Gabriel Nuñez** ha descubierto en Estados Unidos que estos genes codifican las moléculas en aspectos clave para la regulación de la inflamación.

"Sabemos de un gen, pero hay posibilidades de saber el resto". A este hecho positivo se suma

otro, como la mejor selección de los fármacos, a la que han contribuido los científicos básicos. La bioinformática, que unirá la información de la que se dispone todos los expertos (desde radiólogos a los clínicos), se revela para el doctor como una herramienta fundamental de cara al futuro, y en el que España está jugando un "papel muy importante" en el programa europeo FP6, coordinado por **Martín Sánchez**, para unificar las bases de datos de médicos, clínicos y técnicas de imagen, que se aplicará en tres años.

Los retos a los que se enfrentan los profesionales pasa por la utilización de fármacos que sean lo más eficaces posibles, lo menos tóxicos posibles, y que alcance una tasa de respuesta que se mantenga el mayor tiempo posible activa.

Marian Ordóñez Campa



La Asociación y sus Servicios

Para aquellos lectores de serCapaz que aún no conocen la Asociación Asturiana de E. Múltiple y para refrescar la memoria de todos os informamos de los servicios y actividades que desarrolla la entidad.

La sede está ubicada en Oviedo (C/ Monte Gamonal N° 37 Bajo). Desde entonces se ha ido ampliando y equipando contando en la actualidad con varios despachos para los diversos profesionales, gimnasio perfectamente equipado, sala polivalente con audiovisuales y diverso material, baños adaptados, cuatro aparcamientos reservados para el centro...

A lo largo de estos años la Asociación ha ido creciendo paulatinamente -pues Asturias es una región con un número importante de afectados contando- en la actualidad con casi 300 socios repartidos por toda la comunidad autónoma.

Para cubrir las necesidades de los afectados y salvar la dispersión geográfica de los mismos se prestan algunos de los servicios en otros núcleos de Asturias. Así, en Gijón contamos con un local tres días a la semana donde se desarrolla rehabilitación fisioterapéutica y atención psicológica. Además se iniciarán de forma inminente algunas actividades también en Avilés,



evitando que estos afectados tengan que desplazarse a Oviedo para beneficiarse de los servicios del centro.

Nuestra idea es seguir creciendo despacito pero sin pausa para prestar una atención lo más eficaz posible y que todos los afectados de la comunidad puedan contar con un punto de encuentro y apoyo.

Si estás interesado en conocer más sobre la Asociación te atenderemos en nuestra sede o en el teléfono 985 288 039.

Servicios que ofrece A.A.D.E.M.

En horario de 9:00 a 14:00 horas y de 15:00 a 18:30 horas se desarrollan una serie de servicios para todos los interesados:

- Asistencia Social.
- Rehabilitación Fisioterapéutica.
- Atención logopédica.
- Tratamiento psicológico.
- Acuaterapia.
- Actividades de Ocio.
- Asesoramiento legal.
- Charlas y Jornadas informativas.
- Transporte adaptado.

Oiga Arias Suárez
Trabajadora Social A.A.D.E.M

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

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

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

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

MAN

Carretera Gijón - Oviedo
33392 Porceyo - Gijón

Tel. 985 167 671 Fax. 985 168 682

Grupo de padres para afectados de FQ

El pasado mes de abril, la Asociación Asturiana de Fibrosis Quística, puso en marcha el denominado **"Grupo de padres para afectados de F.Q"**, coordinado por la psicóloga **Salli Ramos**, y la trabajadora social **Tamara Alcorta**; constituyendo una de las actividades más valoradas por los miembros de la entidad.

Con la creación del Grupo de padres se ha pretendido crear un contexto en el que los cuidadores

reciban el protagonismo que se merecen, un contexto en el que puedan expresar y compartir sus dudas, dificultades, sus propias soluciones y como no, ayudarles a normalizar las situaciones a las que la F.Q les enfrenta en su día a día.

Las reuniones se celebran con una periodicidad mensual y los temas a tratar son seleccionados por los propios padres. Hasta el momento la temática elegida se ha centrado en dos aspectos fundamentales para los afectados de

F.Q, y por consiguiente para sus cuidadores: el ámbito educativo y la fisioterapia respiratoria.

Asimismo destacamos que para el desarrollo de las sesiones y en función de los temas a tratar, contamos con la colaboración del equipo médico de la unidad de F.Q, donde incluimos a los médicos, enfermeras, fisioterapeutas etc. Nuestra próxima reunión tendrá lugar en octubre y abordaremos **"el afrontamiento de la enfermedad"**.

F.Q estrena sede en Oviedo



Desde el mes de septiembre la Asociación Asturiana de F.Q. ha trasladado su sede social, a la calle Jacinto Benavente nº 13, bajo de Oviedo, donde actualmente continuamos con la organización de las actividades a realizar por la entidad para el último cuatrimestre del año, entre las que podemos destacar la edición de un **libreto sobre nutrición y recetario para afectados de F.Q**; un **taller de aerosolterapia** el 13 de Noviembre y las **IV Jornadas de fisioterapia respiratoria**.

Celebración de la cena benéfica anual

El pasado 28 de mayo, la Asociación Asturiana de Fibrosis Quística, celebró su **"VII Cena Benéfica"**. En esta ocasión el escenario elegido fue el restaurante La Gruta de Oviedo donde se dieron cita alrededor de 500 personas, entre afectados, familiares, miembros del equipo médico de la unidad de F.Q y distintos amigos que quisieron acompañarnos en este día.

Con nuestra cena benéfica pretendemos ser recordados, porque a pesar del número de afectados existentes, bien directamente o bien en calidad de portadores, la F.Q continúa siendo una gran desconocida en general. También pretendemos recaudar fondos para el desarrollo de las actividades organizadas por la Asociación, y especialmente, para ayudar económicamente a aquellos afectados que deban someterse a un trasplante, siendo precisamente este motivo el origen desde hace siete años de la celebración de la cena benéfica.

Como viene siendo habitual, tras la cena tuvo lugar el sorteo de regalos donados por diferentes tiendas y empresas de la región, y como novedad el sorteo de un cuadro donado por el artista asturiano Favila.



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

www.olmar.com



OVIEDO
C/ta. Santander Menes (2da)
Teléfono 985 793 036
Fax 985 794 048

GIJÓN
Tremolles, 11
Teléfono 985 307 743

AVILES
Teléfono
Teléfono 985 019 041
Fax 985 019 042

Website: www.guarino.com E-mail: roxi@guarino.com

6

Torneo de Billar en silla de ruedas



Desde el año 97 la asociación de Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca, organiza un torneo amistoso de billar bola-8 en silla de ruedas, cuyo principal propósito es pasar una jornada divertida en relación y en condiciones de igualdad con personas cuyas capacidades físicas no están mermadas y que ese día se solidarizan con nosotros: se sientan en una silla de ruedas (desde una perspectiva optimista) para jugar al billar enfrentándose a las limitaciones que eso conlleva.

El día 26 de junio pasado, amigos y socios de DIFAC nos reunimos una vez más en el polideportivo de Piedras Blancas para este evento, siendo condición indispensable para participar jugar en silla de ruedas.

La competición comenzó a las once y media de la mañana, participaron veintidós jugadores no profesionales de ambos sexos que previamente abonaron quince euros para la inscripción, en cuyo precio iba incluida la comida y una camiseta del torneo.

El Ayuntamiento de Castrillón colaboró cediendo el polideportivo de Piedras Blancas y acondicionando un aparcamiento. A su vez, como cada año, Billares Expósito contribuyó instalando cuatro mesas y donando los dos tacos de billar que serían el primer y segundo premio del torneo.

Para facilitar el ambiente distendido, participativo y de fiesta que DIFAC quiere dar a esta competición, en el polideportivo se ubicaron futbolín, diana y mesa de bingo para que mientras los jugadores esperaban su turno o iban siendo eliminados, siguieran en el lugar disfrutando del evento.

El acto se desarrolló con ánimo y desenfado, en un momento en que los que mejor dominan la situación son los discapacitados; los participantes no habituados a la silla de ruedas terminaron haciéndola su aliada, y comprendiendo la necesidad de adaptar los sitios a las personas que tienen que desplazarse por este medio.

A lo largo de la jornada acudieron el Concejal de Deportes del Ayuntamiento de Castrillón y los

medios de comunicación que dieron parte en la prensa del acontecimiento deportivo amistoso.

A media tarde tuvo lugar la final entre **Ignacio Robles** y **Manuel Santos**, quedando campeón este último. Finalmente se entregaron los trofeos. Hubo premios para todos: camisetas, mochilas, bolígrafos, difaquines (distintivo de DIFAC) y para los campeones sendos tacos de billar.

Este torneo que DIFAC lleva a cabo desde hace siete años, está organizado por el vocal de deporte de la asociación en estrecha colaboración con el resto de la Junta Directiva. Su finalidad es el acercamiento entre personas con discapacidad física y sin ella, enfocar el deporte de manera solidaria, adaptándose las personas con las capacidades físicas plenas a las que no las tienen, concienciar de nuestra situación, y pasar un día de convivencia entre los socios y amigos.

DIFAC aspira a que experiencias similares a ésta vayan en aumento y también a que el próximo año la participación sea más amplia y abarque a otros ámbitos fuera de los socios, los familiares y amigos.

8

EL REGLAMENTO

Teniendo en cuenta que las mesas utilizadas son las habituales de billar, las normas del juego se adaptan a las limitaciones físicas de los participantes. El reglamento, basado en el billar bola-8, consta de una bola blanca y quince de color numeradas del 1 al 15. Un jugador debe entronerar las bolas lisas, que son las numeradas del 1 al 7 y otro, las rayadas, del 9 al 15. Uno de los participantes anuncia el tiro, es decir, indica qué bola va a golpear y a qué tronera la dirige. El que entronere su grupo y luego la bola 8 habrá ganado a su oponente. Para cada eliminatoria se realizan tres partidas. El jugador que gane dos elimina al otro, no siendo entonces necesario disputar la tercera partida que se lleva a cabo en caso de empate.

Sería interesante que DIFAC contase con la ayuda necesaria para poder realizar un torneo más ambicioso en el que pudieran participar equipos formados por otras asociaciones que a su vez ampliaran el abanico de conocidos dispuestos a sentirse por un día un discapacitado sin complejos, con ánimo de lucha y dispuesto a bregar por la igualdad que hará una sociedad más diversa y positiva para todos.

Elma S. Vega
(Socia nº 197)



OPEL 

Autoavilés, S. A.

Avda. de Lugo, 28
Teléfonos: 98 556 67 45-46
Fax 98 556 98 09
AVILÉS

ORTOPEDIA CENTER
TODOS EN ORTOPEDIR



Orón, 3
Tel. 985 34 33 76
33210 GIJÓN

La Taberna del Piano



www.latabernadelpiano.com
E-mail: restaurante@latabernadelpiano.com

CROMA
Serigrafía

- Adhesivos
- Camisetas
- Regalos de Empresa

Tel y Fax: 985 346 667 · 985 176 126 · Móvil: 658 942 091
Avda. Portugal, 52 bajo 33207 Gijón (Asturias)

Autobuses

Autobuses con capacidad de 14, 22, 28, 36, 46, 55 y 60 plazas
GRAN CONFOR con BUTACAS RECLINABLES, SONDO HIFI, VIDEO, AIRE ACONDICIONADO, NEVERA, SISTEMA ABS Y ASR

OFICINAS:
Tel: 985 34 73 (1) - 985 16 23 99
Fax: 985 14 12 49
Avda. Manuel Girona, nº 33 - 3
33208 G I J O N

INFORMACION Y ADMON.:
Tel: 985 34 27 06 - 985 33 43 31

TALLERES:
Teléfono: 985 33 00 73

BARTUSOL, S.L.
pinturas industriales



Talleres y Oficinas
Polígono Puente Seco
33691 Veriña - Gijón
Tel. 985 329 615 · Fax. 985 322 342
E-mail: bartusol@fade.es

Entrevista con

D. Graciano Torre González nació en Carrocera (El Entrego) en 1951. Profesor de EGB y Licenciado en historia por la Universidad de Oviedo, fue Director del Colegio Público Rey Aurelio de Sotrandio y del Centro de Profesores del Nalón. Comenzó su trayectoria política como Alcalde del Ayuntamiento del Rey Aurelio. Asimismo ha sido Presidente de la Mancomunidad de Obras y Servicios del Nalón, Presidente de la Federación Asturiana de Concejos, miembro de la Comisión de Mancomunidades de la FEMP, miembro del Consejo Federal de la FEMP, de la Comisión Ejecutiva de ACOM-España y Presidente de la Red de Excelencia Territorial Europea.

Desempeñó el cargo de Consejero de Trabajo y Promoción de Empleo y actualmente desempeña el cargo de Consejero de Industria y Empleo del Gobierno del Principado de Asturias.

En esta nueva etapa al frente de la Consejería de Industria, ¿qué medidas se van a aplicar para el fomento de la estabilidad en el empleo?

Desde esta Consejería y de acuerdo con lo pactado en el ADECE, se van a poner en marcha incentivos para el fomento del empleo estable, transformando empleo precario en indefinido o bien contratando de manera indefinida desde el primer momento.

Los informes que nos pasa anualmente la inspección de trabajo que investiga los contratos temporales y su posible legalidad o ilegalidad nos presentan un panorama en el que las infracciones detectadas son muy pequeñas, del orden del 3%, por lo tanto todo parece indicar que la precariedad y ese enorme grado de temporalidad se deben más bien a que la normativa que regula los contratos no define con claridad la causalidad del contrato temporal. Yo creo que eso también lo reconocía el propio partido socialista en su programa electoral de las elecciones del 14 de Marzo, y ya el actual presidente Rodríguez Zapatero, entonces candidato, planteaba que se iba a analizar y estudiar toda la normativa estatal existente, puesto que es el Estado quién tiene esta competencia, para tratar de corregirla

con el fin de que solamente puedan ser contratos temporales aquellos que tengan una causa real de temporalidad, no una generalidad como la que hay ahora.

Según su opinión, ¿por qué motivo las empresas que tienen cincuenta trabajadores o más son tan reticentes en cumplir con la cuota del 2% de contratación de personas con discapacidad?

Yo no me atrevo a decir de una manera rotunda cual es la causa, porque hasta este momento, no sé si existe o no, no conozco ningún estudio que nos explique el porcentaje de empresas que cumple o incumple la normativa y en su caso las causas de tal comportamiento.

No está pues claro si esta circunstancia que se me transmite desde las asociaciones ligadas al mundo de la discapacidad obedece a reticencia o desconocimiento, lo que parece claro es que las empresas de cincuenta o más trabajadores tienen que contratar el porcentaje legal de personas con discapacidad o tener un volumen de aprovisionamiento procedente de una empresa que sí contrata a discapacitados; es decir, un centro especial de empleo. En consecuencia hemos acordado en la última reunión de la Comisión Provincial con la Inspección de Trabajo enviar en octubre una carta firmada por la Directora Territorial de la Inspección y por mí mismo, explicando a las empresas dos cuestiones: la obligatoriedad del cumplimiento de la ley a las empresas de más de cincuenta trabajadores o trabajadoras y la relación de los centros especiales de empleo que existen en Asturias, con independencia de que quieran contratar fuera de Asturias. Nosotros nos referimos a las empresas registradas en Asturias, que son las que conocemos, indicándoles también la actividad, y facilitándoles, si no hacen la contratación, que puedan hacer la sustitución por la vía de la adquisición de bienes o servicios a través de este tipo de empresas, recordándoles que la inspección analizará si se cumple esta cuestión.

Graciano Torre



Usted colaboró en la primera edición del Premio Empresa a la Inserción Laboral de Personas con Discapacidad que otorga COCEMFE-Asturias, ¿Qué opina de la posible implantación de una etiqueta de Calidad Social que sería entregada a las empresas que cumplieran con las líneas de Responsabilidad Social (entre ellas, el cumplimiento de la cuota de reserva o de sus medidas alternativas) que se pretenden implementar desde el Plan Nacional de Acción para el Empleo?

Yo creo que hay dos cuestiones que poner encima de la mesa. Primero, no parece razonable premiar por el mero hecho de cumplir la legislación vigente. La legislación vigente es una obligación, y por lo tanto nadie merece un premio por no andar por una carretera a más velocidad de la permitida: eso es una obligación. Otra cosa es que aquellas empresas que tengan o que pongan un especial interés, que se destaquen por cumplir no sólo la norma, sino que tratan de ir más allá y hacen esfuerzos para lograr tipo de integración, tengan algún tipo de distinción y se les reconozca socialmente.



En diciembre de 2003 se aprobaba la Ley de Empleo que regula la implantación de las agencias de colocación en colaboración con los Servicios Públicos de Empleo para la intermediación laboral. ¿Se fomentará la creación de estas agencias en el Principado de Asturias?

Con la ley o sin la ley, como decía anteriormente, las propias asociaciones vienen haciendo de alguna manera labores de intermediación, y creo que es bueno que sigan haciendo esas labores. Tanto las asociaciones como otro tipo de organismos, como la propia FAEDIS, están haciendo esta labor, y yo no soy muy partidario, como decía antes, de disgregar las cosas demasiado y hacerlas muy pequeñitas, porque suelen perder eficacia, creo más en la colaboración, y en una región como Asturias, que no es una región con muchas provincias, como Andalucía, Castilla-León o Castilla-La Mancha, sino que somos una comunidad uniprovincial y por lo tanto tenemos todo relativamente cercano, independientemente de que cada asociación tenga una agencia de empleo, lo que parece más razonable es que estrechemos esa colaboración. Que las asociaciones puedan, como así ocurre, acceder a las ofertas de empleo que se van produciendo, puesto que hoy día todo eso está colgado en la red y hay un acceso directo y que de esa colaboración salga una eficacia mayor en la intermediación, especialmente con personas que tienen esta problemática a la que nos estamos refiriendo es sin duda lo importante.

¿Qué papel cree que deben desempeñar las organizaciones de personas con discapacidad en el desarrollo de las políticas de empleo?

Hoy cumplen un papel importante, no sólo en el sentido de ser un instrumento colaborador sino también un instrumento de ayuda a la propia Administración en la medida en la que una Consejería abarca un gran número de competencias en muchos sectores y actividades, por lo que en esa instancia la intensidad con la que se suele abordar una problemática es, lógicamente menor que la que tienen quienes viven el problema a veces en su propia carne, como es el caso de este tipo de asociaciones. Por otra parte la cercanía de las mismas a las personas afectadas, implica un mayor conocimiento de cómo se pueden resolver los problemas y de las expectativas de los afectados en la resolución de los mismos.

Hasta la fecha se han venido prestando colaboraciones importantes en materia de orientación, de búsqueda de empleo, de intermediación, etcétera. Y ese importante papel lo tienen que desempeñar, naturalmente, las organizaciones, y la propia Coordinadora, para evitar atomizaciones y aglutinar los fines comunes de las distintas asociaciones.

Etiquetas
Macle, s.a.

Etiquetas:
- Autoadhesivas.
- Ordenador.
- Bobina.
- Térmicas.
- Hojas Din-A4.
- Láser, inkjet y fotocopiadora.

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



ROTULOS LUMINOSOS

ILUPLAX, S.A.

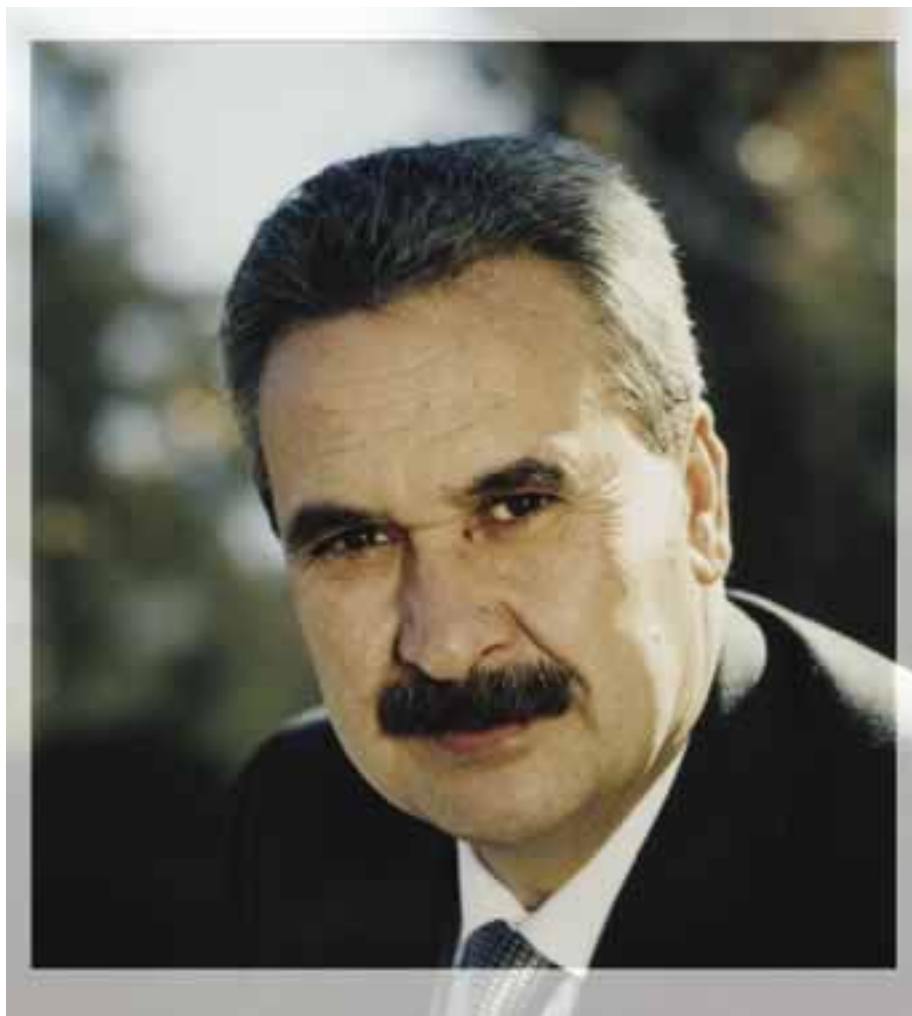
Carretera Oviedo - Santander, Km. 9
Teléfono: 985 744 620
Telefax: 985 742 737

33188 - Argüelles - Siero (Asturias)

¿Cree Usted que sería interesante desarrollar una línea de financiación para que los centros especiales de empleo puedan participar en las ferias asturianas y de fuera de Asturias? ¿En qué medida estos apoyos servirían para cambiar la idea que los CEE son un “gueto laboral” y darían a estas empresas una imagen de competitividad, potenciando su figura y credibilidad?

Creo que los centros especiales de empleo tienen una serie de ayudas para los trabajadores, y pueden acogerse a todas las ayudas que tienen el resto de las empresas para acudir a una feria, para ir a cualquier lugar donde quieran presentar públicamente sus actividades, comercializarlas o buscar posibles clientes, pero no creo que sea bueno excluirlas de los sistemas generales.

También tenemos que procurar no incentivar medidas que aparentemente puedan ser positivas, pero que en el trasfondo contribuyan a reforzar una idea de gueto, de distinción, de separación es decir, está bien que un centro especial



Tenemos que procurar no incentivar medidas que aparentemente puedan ser positivas, pero que en el trasfondo contribuyan a reforzar una idea de gueto, de distinción, de separación es decir, está bien que un centro especial de empleo tenga ayudas para que pueda competir en igualdad de condiciones pero no que se le trate de manera diferente en lo general

de empleo tenga ayudas para que pueda competir en igualdad de condiciones pero no que se le trate de manera diferente en lo general. Es cierto que determinadas actividades o determinadas personas que trabajan en estos centros especiales de empleo no son tan competitivas como otras, pero una vez que se palía esa diferencia mediante las ayudas salariales, creo que seguir haciendo cosas especiales para cada uno es arrinconarlos cada vez más y mostrarlos como diferentes, cuando, en realidad, lo mejor que se puede decir al respecto de las personas con discapacidad es *personas muy capaces*.

¿Qué le parece la figura de los enclaves laborales como instrumento para mejorar la inserción laboral de las personas con discapacidad?

Esa figura es todavía experimental, y por lo tanto hay que ver lo que puede dar de sí en un futuro. Indudablemente, a priori, entiendo que tiene algunas cuestiones muy favorables. En primer lugar, el trabajador de un Centro Especial de Empleo trabaja al lado de personas no discapacitadas, por lo tanto empieza a adquirir otros hábitos y a relacionarse con otras culturas de producción, con otras maneras de hacer, y eso, naturalmente, le puede aportar una mayor capacitación. Por otra parte, creo que también puede permitir perfectamente la visualización de la frase que decíamos antes de “personas muy capaces”. Es decir, el hecho de que una persona con una determinada discapacidad que está en centros especiales de empleo pueda trabajar en empresas convencionales al lado de otra que no tiene ninguna discapacidad, permite ver trabajar a los dos, y por lo tanto en la gran mayoría de los casos, se demuestra que esa persona, por el hecho de tener una discapacidad y haber tenido que iniciarse en un Centro Especial de Empleo podría haber trabajado perfectamente en una empresa convencional. En definitiva, lo que quiero decir es que creo que el Enclave Laboral puede colaborar en romper esa barrera mental.

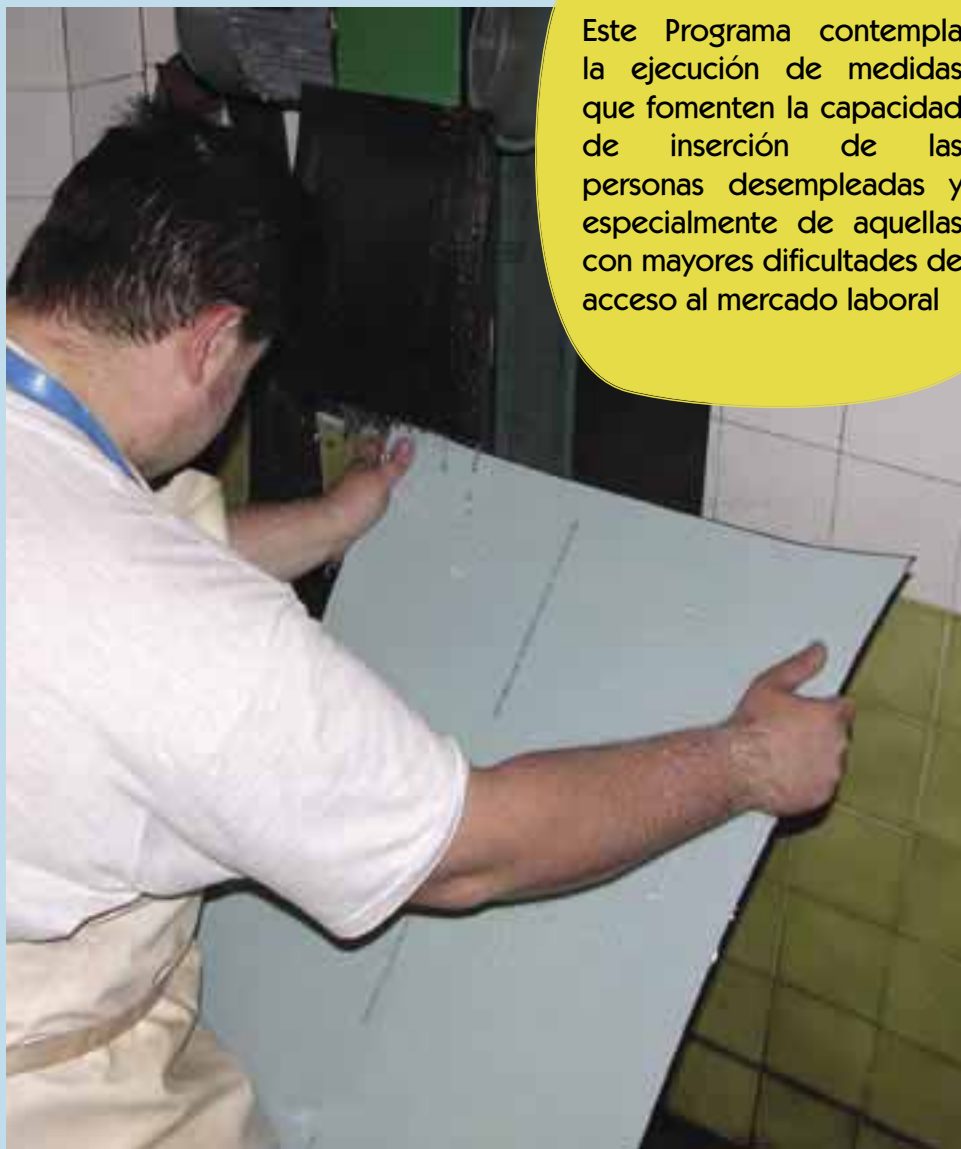
Programas experimentales en materia de empleo

COCEMFE ASTURIAS firma el 22 de Julio de 2.004 con la Consejería de Industria y Empleo del Principado de Asturias un convenio para el desarrollo de un Programa Experimental en materia de Empleo cuya fecha de finalización es 31 de Marzo de 2005.

Este Programa se encuadra dentro de las directrices 1 y 2 del Plan de Acción para el Empleo del Reino de España, en el que se contempla la ejecución de medidas que fomenten la capacidad de inserción de las personas desempleadas y especialmente de aquellas con mayores dificultades de acceso al mercado laboral.

El Servicio de Integración Laboral (SIL) de COCEMFE ASTURIAS, cuenta con experiencia en el desarrollo de este tipo de Programas Experimentales en años anteriores, cuyos resultados han superado los objetivos en un principio propuestos.

Este Programa está destinado a demandantes de empleo con discapacidad inscritos como tales en las Oficinas del Servicio Público de Empleo correspondientes. El objetivo del mismo es poner en marcha una serie de medidas y actuaciones que fomenten la capacidad de inserción del colectivo, tratando de mejorar el grado de empleabilidad y las posibilidades de acceder a



Este Programa contempla la ejecución de medidas que fomenten la capacidad de inserción de las personas desempleadas y especialmente de aquellas con mayores dificultades de acceso al mercado laboral

un empleo en el mercado de trabajo. Para ello se van a desarrollar entre otras las siguientes acciones:

- Acogida y atención personalizada.
- Análisis de las posibilidades de inserción.
- Diseño de alternativas en la orientación profesional.
- Información sobre recursos de empleo específicos para personas con discapacidad.
- Talleres de búsqueda de empleo en la red.
- Talleres de entrevistas.
- Talleres de habilidades sociales.

A todos los/as usuarios/as participantes en el Programa se les atenderá de forma totalmente personalizada ajustándose a las características de cada uno/a de ellos/as y trazando un itinerario personalizado de inserción socio laboral. Para ello se cuenta con personal especializado en la orientación y en la intermediación laboral encargado del desarrollo y la atención directa a los participantes en el mismo.

El nombre asignado a este programa SILPRO'04, responde a la idea de aunar la metodología de nuestro Servicio de Integración Laboral con los requerimientos innovadores específicos de este programa. Podemos afirmar en este caso que la administración ha concedido un programa experimental y por lo tanto innovador a una entidad, COCEMFE-ASTURIAS, con experiencia acreditada en el desarrollo de prácticas de intermediación que dan como re-

sultado altos índices de colocación en los usuarios vinculados a dicho programa.

En principio está prevista la atención de 60 usuarios/as demandantes de empleo con dificultades de inserción en el mercado laboral. COCEMFE-ASTURIAS, se ha comprometido a la inserción en el mercado de trabajo de un elevado número de los participantes en el mismo a través de contrataciones por un período igual o superior a 6 meses.

Se puede obtener información más detallada sobre el Programa Experimental en:

Servicio de Integración Laboral
C/ Dr. Avelino González, 5 Bajo
33211 Gijón - Asturias.
Tel.: 985 39 69 13.
E-mail: sil@cocemfeasturias.es

¿quieres un transporte **CÓMODO?**

Relájate! Olvídate de conducir, de frenar, de aparcar, de llenar el depósito. Cierra los ojos. Descansa. Aprovecha para leer, para charlar, para matar marcianos... Sube. Y disfruta de una de las flotas de autobuses más seguras y modernas del país: con motores más silenciosos, plataforma baja, rampa, aire acondicionado... ¿Conoces algún otro modo de moverte tan cómodo, rápido, ecológico y barato?

Ayuntamiento de Gijón  

 **Gijón**
Mayor Ciudad

COCEMFE-ASTURIAS presentó en Oviedo una campaña que busca implicar al ciudadano en la eliminación de las barreras en la ciudad

Una Ciudad sin **Barreras** también **depende de ti**

El Ayuntamiento Ovetense colaboró en la misma cediendo mobiliario urbano

El pasado mes de julio Cocemfe-Asturias presentó en Oviedo, en colaboración con el Ayuntamiento de la ciudad, la campaña de concienciación social para la erradicación de barreras arquitectónicas *"Hasta las piedras del camino pueden limar sus aristas. Una ciudad sin barreras también depende de ti"*.

La campaña pretende mejorar la accesibilidad de las ciudades, eliminando los obstáculos que todavía dificultan el tránsito de las personas con discapacidad -que en nuestra comunidad sufre el 9% de la población-, haciendo hincapié en demandar el respeto de los conductores a la hora de ocupar las plazas reservadas para minusválidos, en la necesidad de contar con aceras rebajadas que facilite el uso de sillas de ruedas, el uso racional de las terrazas de hostelería que permitan el paso de las mismas, etc.

La presentación tuvo lugar en el Ayuntamiento de Oviedo, contando con la asistencia de la concejala de Servicios Sociales, **Dña. Isabel Pérez-Espinosa**, el gerente de Cocemfe-Asturias, **D. Enrique Fernández Garrido**, y el secretario general de Accesibilidad de la misma, **D. Julián Valdavidá Antón**.

El Ayuntamiento ovetense colaboró cediendo siete mupis para la colocación de carteles. Asimismo, en la misma han participado cinco emisoras de televisión local (Oviedo Televisión, Televisión Local Gijón, Tele-Asturias, Tele-Avilés y Localia) de forma desinteresada emitiendo un vídeo que refuerza el mensaje de la campaña publicitaria estática.

La campaña ha sido realizada por la empresa "Grupo Iniciativas de Comunicación Integral", constituida por personas con discapacidad y creada por COCEMFE-ASTURIAS.

El gerente de esta última, D. Enrique Fernández Garrido, declaró que el urbanismo privado, a diferencia del público, no respeta con demasiada frecuencia la legalidad en lo que respecta a esta problemática. Señaló asimismo que, a pesar de haberse producido algunas mejoras en ese ámbito, la situación es todavía



preocupante, y postuló una actitud crítica tanto por parte de las administraciones locales como por los propios ciudadanos. *"Si no aceptásemos viviendas con barreras, a los constructores no les quedaría más remedio que fabricarlas conforme a la ley"*, declaró Fernández Garrido.

Curso de Iniciación a Internet

e-Marketing

COCEMFE-ASTURIAS organiza un **Curso de Iniciación a Internet**, con el fin de que la personas con discapacidad puedan alcanzar los beneficios que las nuevas tecnologías de la comunicación reportan a todos los ciudadanos.

Este curso consta de dos fases:

- Primera fase: Se trata que toda persona, que participe en la misma, alcance una cierta destreza en el manejo del ordenador. Su objetivo académico es que los alumnos, adquieran las habilidades suficientes en el manejo del sistema operativo (Windows XP), y también de Internet.
- Segunda fase (Teleformación): Familiarizados los alumnos con Internet, estarán en disposición de participar en la segunda fase. Su objetivo es que los alumnos se conviertan en usuarios habituales de Internet. Para ello realizarán un curso, en la modalidad de teleformación sobre el procesadores de textos y la hoja de cálculo. Este curso se seguirá, desde los telecentros que la administración regional tiene en Asturias, o bien desde su domicilio, si el alumno tiene acceso a Internet. En esta modalidad habrá tutorías presenciales.

Para más Información e Inscripciones:

COCEMFE-ASTURIAS
C/ Dr. Avelino González, 5 bajo. 33211 Gijón
Tifs. 985 396 855 - 985 392 290



Plan de Ordenación del Litoral Asturiano

Conservando la costa para todos, para el futuro



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE MEDIO AMBIENTE,
ORDENACIÓN DEL TERRITORIO E INFRAESTRUCTURAS

Premios COCEMFE

El Ayuntamiento de Gijón entre los premiados

La Confederación Coordinadora Estatal de Minusválidos Físicos de España, COCEMFE, celebró la IV Edición de los Premios que llevan su nombre en un acto en el que se reconoce a distintas entidades, empresas y personalidades por la colaboración realizada con el colectivo de personas con discapacidad física, que comprende a más de un millón y medio de personas en nuestro país.

De esta manera, COCEMFE quiere rendir homenaje a todos aquellos que han hecho posible la integración de este grupo social en la sociedad.

Los galardones fueron entregados tras la cena celebrada en un hotel de Madrid, y el acto fue conducido por el presentador de informativos TVE José Ribagorda. Los premios, repartidos en cuatro categorías, fueron entregados por los galardonados de la edición anterior.

D. Mario García, Presidente de COCEMFE, hizo entrega del galardón correspondiente al Director General de la Fundación Municipal de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Gijón, **D. Manuel Vallejo Benítez**.

"Si yo tuviera una discapacidad y me trasladara a Gijón, podría hacer casi todas las cosas que hago ahora". Con esta frase comenzaba la exposición de motivos del premio concedido al Ayuntamiento de Gijón, entidad que ha estado colaborando con el movimiento asociativo de la discapacidad física desde hace varios años en diferentes programas y actuaciones.

Así, a través de la Guía de Accesibilidad de edificios públicos del Concejo de Gijón, ha creado una valiosa herramienta informativa para las personas del colectivo. Asimismo se ha preocupado por el cuidado de las personas con discapacidad física, cediendo un espacio para la construcción de un Centro de Atención Integral, financiando el Servicio de Transporte Adaptado y colaborando a través del Patronato Deportivo Municipal



A la dcha. El presidente de COCEMFE D. Mario García con los galardonados en la IV Edición de los Premios COCEMFE.

en la práctica de actividades deportivas, también adaptadas. El interés mostrado por este ayuntamiento le ha llevado, además, a desarrollar Planes de Empleo específicos, programas de intervención y cursos de formación para el colectivo.

LOS PREMIADOS EN ESTA IV EDICIÓN

PREMIO A LA CORPORACIÓN LOCAL:

Ayto. de Gijón y el Ayto. de Getxo

PREMIO MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Canal Sur

PREMIO EMPRESA

Fiat Auto España

PREMIO A LA PERSONALIDAD POR SU RECORRIDO VITAL EN LA PROMOCIÓN DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Antonio Millán

COCEMFE-ASTURIAS y el Partido Popular hablan sobre

ACCESIBILIDAD

El pasado mes de Julio el gerente de Cocemfe-Asturias, **D. Enrique Fernández Garrido** y representantes de UMA (Unión de Discapacitados del Principado de Asturias), mantuvieron una sesión de trabajo con **Dña. Elma Alonso** concejala de Igualdad y Servicios Sociales del Ayto. de Gijón por el Partido Popular y **D. José Ramón Fernández** responsable de la Comisión de Accesibilidad de dicho partido. Durante el encuentro se planteó la creación de una Comisión de Accesibilidad en el Ayto. de Gijón, así como un Plan de Accesibilidad. También se abordó uno de los problemas más urgentes para el colectivo de personas con discapacidad, como es el de los autobuses adaptados.

Como fruto de esta reunión, Dña. Elma Alonso se comprometió a presentar al Pleno Municipal dos mociones referidas a las condiciones de accesibilidad de la ciudad, una de ellas solicitando la creación de una comisión de accesibilidad con representación de los partidos políticos y de las asociaciones, y la segunda demandando la creación de plazas de aparcamiento en el centro urbano para personas discapacitadas.



De Izda. a Dcha. D. José Ramón Fernández, Dña. Elma Alonso, D. Enrique Fernández y D. Julian Valdavidia durante la rueda de prensa ofrecida a los medios de comunicación.

También se acordó establecer un calendario de reuniones trimestrales, en las que se debatirían todas las cuestiones concernientes a las personas con movilidad reducida.

Además, el PP llevará al Consejo de Administración de Emtusa la necesidad de concienciar a los conductores sobre las necesidades de las personas discapacitadas, ya que se han registrado muchas protestas en este sentido.

PROPUESTAS AL PLENO MUNICIPAL

Creación de una comisión de accesibilidad representada por los partidos políticos y asociaciones.

Demandada de nuevas plazas de aparcamiento para personas con discapacidad en el centro urbano.

 **grúas cuadrado, s.a.** 

INDUSTRIALES Y DE CARRETERA
TODOS TONELAJES

CENTRAL: Tel.: 985 79 25 97 • Fax: 985 79 45 22 • Nocturno: 985 14 84 84
GRANDA - SIERO Delegaciones: Oviedo - Gijón - Avilés

 **Premio Empresa a la Inserción Laboral de Personas con Discapacidad**
2003

 **ASCENSORES TRESA, S. A.** 

Pol. Industrial de Porcayo I-13 - La Xacona nº 121 - 33302 Gijón
Teléfonos (+34) 985 133 930 / 28
Fax (+34) 985 133 927
E-Mail: correo@ascensoresresa.com
www.ascensoresresa.com

 **CENTROS morés**

- Reprografía
- Impresión digital
- Cartelería
- Montajes

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

Células madre

Las células madre se pueden utilizar con fines de investigación y terapéuticos, abriendo esperanzadoras posibilidades para el tratamiento por trasplante de enfermedades como el Parkinson o Alzheimer, patologías del hígado, riñón, corazón o médula, diabetes, cáncer, sida, etc. y de otras menos frecuentes, así como en la pérdida de piel tras lesiones o quemaduras, etc.

Las células madre (CM) o troncales se pueden obtener principalmente:

De la Masa Celular Interna (MCI) de preembriones (blastocistos) originados por Fecundación In Vitro (FIV) o por transferencia de núcleos somáticos (clonación). Por lo tanto, son células madre embrionarias.

Las células cigoto, originado por fecundación in vitro, y nuclóvulo, causado por transferencia de núcleos somáticos a un óvulo previamente enucleado o clonación, pueden dividirse progresivamente y dar lugar primero a dos células y hacia el 5º día, al blastocisto, en cuya MCI se hallan las células madre embrionarias, entre cuyas particularidades es-



tán: ser intemporales (capacidad de dividirse y repetirse indefinidamente y ocasionar células hijas con idénticas propiedades), y pluripotentes con lo que al manipularlas en el laboratorio pueden originar por diferenciación todo tipo de líneas celulares o tejidos corporales (muscular, nervioso, óseo, etc.); por otra parte, admiten genes de distinta procedencia, de interés para la terapia génica o combinada; por último, parecen mostrar capacidad carcinogénica.

En febrero pasado se anunció por el equipo del **Prof. Woo Suk Hwang** (Universidad Nacional de Seúl, Corea) el cultivo de una línea de células madre humanas obtenidas por transferencia de núcleos (clonación) con finalidad exclusivamente terapéutica, a quien, escuchamos el 8 de julio en Valencia y el 12 en Asturias (invitado por la Sociedad Internacional de Bioética, SIBI) en conferencias al efecto impartidas en el Hospital de Cabueñes de Gijón y en la Universidad de Oviedo.

El 11.8.04 la Autoridad Británica de Fertilidad Humana y Embriología (HFEA), comunica que ha dado luz verde al proyecto presentado por **M. Stojkovic** y su equipo de

la Universidad de Newcastle, para clonar embriones humanos con fines terapéuticos, hecho que ocurrirá por primera vez en Europa.

La obtención de células madre de los preembriones sobrantes de la FIV o de los que pudieran resultar de la clonación suscita reservas éticas por quienes entienden que se destruyen vidas humanas, afirmación que no puede compartir.

Desde hace tiempo he propuesto modificar la ley 35/88 sobre Técnicas de Reproducción Asistida para que se usen con fines científicos y terapéuticos los cerca de 80.000 preembriones sobrantes de la FIV que hay en España, lo que se ha satisfecho, con matices, con la Ley 45/03 de Reforma de la Ley sobre TRA.

Hay células troncales (CM germinales) en la cresta gonadal o sexual del embrión postimplantatorio y en las primeras etapas del feto, y para salvar las reservas éticas habrían de obtenerse preferiblemente de abortos espontáneos.

Obtención, investigación y uso terapéutico

Se obtienen las CM adultas se la sangre del cordón umbilical, de los tejidos fetales y adultos diferenciados: son multipotentes (pueden diferenciarse en algunas líneas celulares y de tejidos, pero no en todas, incluso sólo en una, unipotentes).

Su cultivo puede ser difícil, se dividen más lentamente que las embrionarias y acaban por dejar de hacerlo; y se duda si causan hibridación o no donde se implantan; un tipo, las MAPC, tienen casi la misma plasticidad que las embrionarias. El uso de células madre adultas no provoca conflictos éticos, y hay quien propone que sea el único tipo para fines médicos.

En España, la ley 35/88 en su artículo 17.2 autoriza el uso de los preembriones FIV no viables con para terapéuticos. La Ley 45/03 de reforma de la anterior autoriza la utilización de preembriones sobrantes de la FIV criopreservados antes de su entrada en vigor bajo determinados requisitos, un paso adelante aunque insuficiente. La Ley 7/03 del Parlamento andaluz autoriza la utilización de preembriones sobrantes pasado el plazo de criopreservación a que refiere el artículo 11 de la Ley 35/88.

La clonación con fines terapéuticos en nuestro país no está prohibida. La Convención de Asturias de Bioética "sobre los derechos humanos y la biomedicina", vigente en España desde 1.1.00, en su artículo 18 no prohíbe la creación de embriones con fines terapéuticos, y en la Exposición de Motivos de su Protocolo contra la clonación reproductiva se considera la clonación terapéutica como muy esperanzadora.



Marcelo Palacios
Médico. Presidente del Comité Científico de la Sociedad Internacional de Bioética (SIBI)

La Ley 42/88 permite el uso de embriones o fetos abortados y no viables en terapéutica, y por tanto no prohíbe la obtención y utilización de células madre para ese fin.

La Ley 42/88 permite el uso de embriones o fetos abortados y no viables en terapéutica, y por tanto no prohíbe la obtención y utilización de células madre para ese fin.

Por último, no hay normas que lo prohíban el uso de células madre adultas, que debería regularse específicamente



En suma, las enfermedades son una grave cuestión social que afecta a millones de personas, por lo que deben combatirse con los medios disponibles, anteponiéndolos, por su alto propósito ético, a opciones morales personales o de grupos. La obtención y utilización de células madre embrionarias por FIV o clonación con fines de investigación y terapéuticos, debe ser compatible con las de células madre adultas, sin excluirse unas a otras, y aprovechando todas las ventajas científicas y médicas que ofrece cada tipo. En cualquier caso, insisto en que no se creen expectativas inmediatas de tratamiento que puedan llevar a los enfermos a la frustración, pues queda un trecho que recorrer en la investigación y los conocimientos.

FUNERARIAS DEL NALÓN, S.A.



33900 SAMA DE LANGREO
Constitución, 72 - Tel. 985 696 548

33520 NAVA
Colegiata, 7 - Tel. 985 716 484

33980 POLA DE LAVIANA
Plaza de la Encarnación, 5 - Tel. 985 600 207

33518 POLA DE SIERO
Calle Veintitrés, 5 - Tel. 985 721 632

Puerto de Gijón

Autoridad Portuaria de Gijón

PISCINAS ADAPTADAS

Piscina El Llano "Luis Alvargonzález": Avda. del Llano, 69
Tfno. 985 18 16 11. Horario: lunes a viernes de 8,30 a 21 h.
sábados y domingos de 9 a 18 h.

Complejo Deportivo Moreda-Natahoyo: Avda. Juan Carlos I s/n
Tfno. 985 18 14 18. Horario: lunes a viernes de 8,45 a 22 h.
sábados de 9 a 18 h. y domingos de 9 a 14 h.

Complejo Deportivo La Calzada: C/ Simón Bolívar s/n
Tfno. 985 18 14 15. Horario: lunes a viernes de 8,45 a 22 h.
sábados de 9 a 18 h. y domingos de 9 a 14 h..

Piscina El Coto: Plaza de la República I s/n
Tfno. 985 18 17 42. Horario: lunes a viernes de 8,30 a 21 h.
sábados y domingos de 9 a 18 h.

Complejo Deportivo Pumarín: C/ Ramón Areces, 7
Tfno. 985 18 16 54. Horario: lunes a viernes de 8,45 a 22 h.
sábados de 9 a 18 h. y domingos de 9 a 14 h.



CURSOS PARA DISCAPACITADOS FÍSICOS

Complejo Deportivo Moreda-Natahoyo.

Cursos de 30 minutos los martes y jueves: 10,45 - 11,15 - 18,45 - 19,30
Inscripción en Centro de Medicina Deportiva en el Centro Municipal
de El Coto, en Pza. de la República, s/n Tfno. 985 17 18 08
Lunes a viernes de 9,00 a 14,00 horas.

 gijon.es/pdm



Con ese fin se reunieron más de setenta periodistas de toda España, procedentes de los más diversos medios de comunicación, para participar en debates, mesas redondas y talleres. Asimismo tuvieron la oportunidad de conocer in situ el Centro de Recuperación de Minusválidos Físicos y conocer sus actividades.

Nuestra revista "serCapaz" atendió a la invitación de la organización y asistió a las jornadas, donde tuvo la oportunidad de seguir las distintas ponencias y los debates suscitados, que alcanzaron un elevado nivel, dada la trayectoria profesional y el prestigio de los intervinientes.

Tras la conferencia inaugural del Director General del IMSERSO, **D. José Carlos**

Más de setenta periodistas de todos los

Primer encuentro Periodismo y Discapacidad

El 30 de junio y el 1 de julio pasados se celebró en la ciudad de Salamanca el Primer Encuentro sobre Periodismo y Discapacidad, organizado por el IMSERSO, cuyo objetivo era analizar el tratamiento que los medios de comunicación dan al mundo de la discapacidad, así como abrir nuevas vías de diálogo para progresar en ofrecer contenidos mejores y más acordes con la realidad.

Baura, tuvo lugar el primer debate, centrado sobre las experiencias de personas con discapacidad que trabajan en los medios de comunicación. De este modo, Julián de Arriba, director de la Cadena Ser en Aragón, Roberto Martín, ex director del programa de Onda Cero "Un Mundo sin Barreras" y la presentadora de informativos de Canal Sur, Nuria del Saz, primera persona invidente que trabaja ante las cámaras de T.V., explicaron a los asistentes sus vivencias a la hora de superar los obstáculos que les plantearon sus respectivas discapacidades, y cómo estos dejaron de ser insalvables, siendo paradigmático el caso de la mencionada presentadora de T.V.

Ese mismo día se celebró una mesa redonda en la que participaron Pablo Pineda, primer joven europeo con Síndrome de Down con título universitario, el ex nadador paralímpico Enrique Tornero y Javier Romañach, del Foro Vida Independiente. En el transcurso de la misma se debatió la visión de las personas con discapacidad respecto a los periodistas, poniendo de manifiesto el descontento

con algunas actitudes de los medios, que, a veces por desconocimiento y otras por sensacionalismo, transmiten en ocasiones una imagen distorsionada y conmisericordiosa.

Al día siguiente tuvo lugar la mesa redonda en la que se debatió el tratamiento que otorgan los medios de comunicación a la discapacidad, moderada por Pedro Piqueiras y con la intervención como ponentes de Loles Díaz Aledo, periodista de RNE, Félix Madero, director general de la agencia SERVIMEDIA, e Isabel Bayona, miembro del comité ejecutivo del CERMI.

Por la tarde los asistentes participaron en una serie de talleres para tomar contacto y experimentar cómo viven las personas con discapacidad los problemas como la silla de ruedas o la invidencia. Asimismo tuvieron oportunidad de participar en grupos de trabajo con las personas con discapacidad del CRMF de Salamanca, donde respondieron a sus preguntas, contribuyendo de ese modo al mutuo conocimiento.

medios de comunicación de España firman la Declaración de Salamanca.

Se puso de manifiesto el descontento existente, con los medios de comunicación, por el desconocimiento y sensacionalismo que muestran a la hora de tratar la discapacidad



A la conclusión de las jornadas se firmó la Declaración de Salamanca, documento que por su interés reproducimos en sus puntos principales:

Declaración de Salamanca

Los periodistas reunidos en Salamanca proponemos una serie de medidas que favorezcan la plena integración de las personas con discapacidad. Los medios de comunicación constituyen una herramienta clave a la hora de sensibilizar a la opinión pública y potenciar los efectos que las medidas legislativas deben tener en las diferencias sociales. Por tanto aspiramos a:

- ❑ Dejar a un lado el enfoque caritativo o victimista que tradicionalmente han ofrecido los medios de comunicación para centrarnos en la superación de los verdaderos problemas que afectan a las personas con discapacidad, como ciudadanos de pleno derecho (barreras arquitectónicas, acceso al empleo y la vivienda, la atención sanitaria, promoción de un entorno accesible, etc).
- ❑ Dar voz a las personas con discapacidad, como ciudadanos independientes y protagonistas de sus propias vidas. Acabar con su "invisibilidad" es el primer paso que debemos dar para que puedan conquistar el espacio que les corresponde. "Nada por nosotros sin contar con nosotros" es un eslogan que debemos tener presente antes de ofrecer cualquier información a la opinión pública.
- ❑ Evitar el lenguaje discriminatorio y estigmatizante que pone el énfasis sobre la discapacidad por delante de la condición de persona. Es necesario tener un cuidado especial a la hora de elegir las palabras con las que vamos a definir a las personas con discapacidad ya que el lenguaje



es la herramienta que condiciona la representación mental de cualquier realidad. Los adjetivos sustantivados como minusválidos, incapaz o discapacitado deben evitarse para llegar a superar la concepción de "enfermo" o "paciente".

- ❑ Ofrecer una imagen activa de las personas con discapacidad. La idea de la persona con discapacidad como mero receptor de ayudas no refleja la realidad de un mundo en el que la pasividad y el carácter asistencial no son la norma y esta imagen contribuye a fomentar la marginalidad.
- ❑ Incluir a las personas con discapacidad como parte de la población general en todo tipo de informaciones y no sólo

en aquellas en la que la discapacidad es el tema central.

- ❑ Mostrar a las personas con discapacidad en situaciones cotidianas diversas, para subrayar sus capacidades y favorecer una visión normalizada.
- ❑ Abordar la información desde un enfoque contextualizado. Explicar las circunstancias contextuales ayuda al público a comprender y acercarse al mundo de la discapacidad con mayor conocimiento.
- ❑ Cubrir el tema de la discapacidad de forma proporcionada, sin caer en la conmisericordia ni presentar a la persona con discapacidad como un héroe.



Sidrería CIMADEVILLA s.l.
(Taberna Gigia)

Especialidad en productos asturianos y de la casa

Oscar Olavarria, 8
33201 Xixón - Asturias
Tel. 985 355 882



Funeraria Gijonesa, S.A.
Moros, 30
33206

Tel.: 985 341 720
www.funerariagijonesa.com



Tel.: 985 134 060
Tanatorio Gijón - Cabueñes
La Pontica, s/n
33394 Cabueñes - Gijón

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

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



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



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

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

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

Juegos Paralímpicos de Atenas 2004

RAÚL FERNÁNDEZ MEDALLA DE BRONCE OBTENIDA EN JUDO

El jueves día 30 de septiembre, regresaron los deportistas y técnicos asturianos que han estado tomando parte en los Juegos Paralímpicos de Atenas donde han obtenido una medalla de bronce en judo, conseguida por Raul Fernández.



El valdesano **Raúl Fernández**, con esta medalla de bronce, aportó su granito de arena a la expedición española que finalmente ocupó la séptima plaza del medallero total.

El resto de asturianos estuvieron rozando entrar en las distintas finales, aunque la lucha por las medallas no fueron fruto final del trabajo de los últimos cuatro años. En es-

grima en silla de ruedas, el allerano **Jesús Fernández** finalizó décimo en la prueba individual de sable y sexto por equipos, siendo decimoctavo en el florete individual y cuartofinalista por equipos; por su parte, el ovetense **Alejandro Rodríguez** finalizaba vigésimoprimer en florete individual y decimonoveno en la espada individual, compartiendo en el florete por equipos el resultado de **Jesús Fernández**.



La pista de atletismo puso en liza a los otros dos asturianos. La candasina **Sandra Barredo** (deficientes visuales) finalizaba sexta en la prueba de 800 metros y séptima en la de 400 metros, mientras que el gijonés **José Manuel González** (parálisis cerebral) era octavo en 800 metros y undécimo en los 400 metros lisos.

A los cinco les acompañarán los cuatro técnicos asturianos que han estado en los Juegos. **Pancho Paniceres** en esgrima en silla de ruedas, **Lodario Ramón** en halterofilia adaptada, **Roberto Hevia** en natación (parálisis cerebral) y **José Andrés Blanco** en ciclismo para discapacitados físicos, han puesto su buen hacer a disposición de los deportistas españoles.

En el Aeropuerto de Asturias fueron recibidos una nutrida representación de FEDEMA y del deporte asturiano adaptado en general, así como el Director General de Deportes, **D. Daniel Gutiérrez Granda**.

En cuanto a los resultados del equipo nacional durante los juegos fueron conseguidas 71 medallas, y el séptimo puesto en la clasificación general que han confirmado las expectativas del Comité Paralímpico Español de quedar entre los diez primeros puestos del medallero.

VIII Trofeo San Mateo-Ciudad de Oviedo de Halterofilia

El Palacio Municipal de Deportes de Oviedo albergó en la tarde del pasado sábado 9 de octubre el tradicional Trofeo "San Mateo-Ciudad de Oviedo" de Halterofilia, que contó con la disputa de las categorías masculina, femenina y adaptada, esta para discapacitados físicos.

Motivado por la celebración de los Juegos Paralímpicos de Atenas en los que tomó parte como seleccionador nacional el ovetense Lodario Ramón, organizador de este evento como máximo responsable del Club San Mateo de Oviedo, la fecha del Trofeo se retrasó dos semanas sobre la inicialmente prevista, contando de este modo en la prueba adaptada con el que fue el único representante español en los paralímpicos el madrileño Antonio Arranz.

Por lo que respecta a la prueba de Adaptada, las opciones de **Antonio Arranz** se confirmaron con su triunfo por delante del gallego Luis Pita y del asturiano Javier Díaz.

La prueba, open, se decidió por aplicación de la Tabla Sinclair que equipara pesos corporales a kilos levantados. Así, Arranz con un levantamiento igual a Pita, 140 kgs se impuso al pesar 67,300 por los 75,850 del levantador gallego. Por su parte, Javier Díaz igualó su mejor marca con 115 kgs. Cuarto fue el canario José Airán Fernández, seguido de los también asturianos José Ramón Fernández, Juan Romero y Miguel Menéndez.



MEDALLERO

Pos.	País	Oro	Plata	Bronce	Total
1	China	63	46	32	141
2	Reino Unido	35	30	29	94
3	Canadá	28	19	25	72
4	EE.UU.	27	22	39	88
5	Australia	26	38	36	100
6	Ucrania	24	12	19	55
7	España	20	27	24	71

La competición estuvo organizada por el **Club San Mateo** y **FEDEMA**, con la colaboración de la **Federación de Halterofilia del Principado de Asturias** y el patrocinio del **Ayuntamiento de Oviedo**.



Texto:
José Alberto Fernández
Presidente de FEDEMA



Cristina Fernández

Envíe sus consultas a: areajuridica@cocemfeasturias.es

¿Se puede instalar un ascensor en el patio interior de un edificio si ello merma las luces y vistas de algunas viviendas?

El criterio más reciente de los Tribunales (concretamente de la Audiencia Provincial de Asturias) es dar la mayor cobertura posible a la respuesta afirmativa. Una reciente sentencia de la Sección 7ª de la Audiencia Provincial de Asturias (23-October-2003) señala que los patios interiores, salvo que expresamente se establezca su carácter privativo, tienen la condición de elementos comunes con lo que se encuentran al servicio de todos los propietarios del edificio o de algún grupo de propietarios. Si en las escrituras no se recoge expresamente la existencia de una servidumbre de luces y vistas a favor de determinados propietarios (es decir el derecho a que las ventanas permanezcan libres y sin ningún obstáculo para recibir luz) supondría que podría instalarse el ascensor aunque ello suponga una merma de dichas luces y vistas para la vivienda.

No obstante será el informe técnico que se elabore para la instalación del ascensor el que determine si la disminución de la luz y ventilación de la vivienda permite que la misma siga manteniendo las condiciones suficientes de habitabilidad y salubridad. Asimismo el ascensor que se instale habrá de contar con una estructura y diseño que permitiera el paso de la luz.

¿La aceptación de una herencia supone asumir las deudas de la persona fallecida?

Si. En caso de que la herencia se acepte pura y simplemente (sin hacer ninguna salvedad por parte del aceptante) se produce una confusión entre los patrimonios de la persona fallecida (causante) y el heredero. De este modo, si los bienes de la herencia no fueran suficientes para pagar las deudas que hubiera podido dejar el causante, responde del pago de las mismas el heredero con su propio patrimonio.

Para evitar que responda el heredero de las deudas de la herencia, ésta puede aceptarse "a beneficio de inventario". Si la aceptación se produce con esta salvedad, el heredero responde de las deudas del causante con los bienes que haya recibido como herencia, sin que su propio patrimonio quede comprometido por aquellas deudas.

Para aceptar a beneficio de inventario, el heredero deberá manifestar expresamente y dentro de un plazo determinado, ante el Juez que conociera del procedimiento, que quiere utilizar dicho beneficio. El plazo será el de los diez días siguientes a aquél en el que supiese ser tal heredero en caso de que residiera en el lugar donde hubiera fallecido el causante; si residiera en otro lugar distinto, el plazo se prolongaría hasta los treinta días.

¿Cuáles son las cuantías mínimas de ingresos en el año 2004 para tener derecho a una pensión no contributiva de invalidez?

Para este año 2004, se entiende que existe carencia de ingresos, que da derecho a percibir la pensión no contributiva de invalidez, cuando éstos sean inferiores a 3.868,20 € anuales.

No obstante han de tenerse otros límites de ingresos dependiendo de las personas que formen la Unidad de Convivencia, así:

A Si se convive sólo con el cónyuge y/o parientes consanguíneos de segundo grado:

2 convivientes	3 convivientes	4 convivientes
6.575,94 €/año	9.283,68 €/año	11.991,42 €/año

B Si entre los parientes consanguíneos con los que se convive se encuentra alguno de los padres o hijos del peticionario:

2 convivientes	3 convivientes	4 convivientes
16.439,85 €/año	23.209,20 €/año	29.978,55 €/año

Empleo y Discapacidad

Desde la Unión General de Trabajadores, siempre hemos concebido el empleo como el camino más sólido y eficaz para la integración de las personas con discapacidad. La verdadera integración social pasa por una adecuada integración laboral.

En España el 10% de la población presenta algún tipo de discapacidad, de los cuales 70.000 están en edad de trabajar, y un 76% se les excluye del mercado laboral. Porcentaje extremadamente elevado y preocupante y que a nuestro juicio se debe a varios motivos; uno por los propios perjuicios por parte de los empresarios a la hora de contratar a las personas con discapacidad y por otra parte, la sociedad en general, que tiende a tener una visión de estas personas negativa, describiéndolos como seres dependientes, incapaces de trabajar, resaltando lo que no pueden hacer, en vez de valorar positivamente sus capacidades y cualidades.

Por ello nuestro objetivo prioritario es la lucha por la igualdad de derechos y dignificación de las condiciones laborales y sociales de los trabajadores y trabajadoras, y en especial de aquellos ciudadanos que presentan dificultades para la consecución de una integración social y laboral plena.

Todos los seres humanos somos libres e iguales en dignidad y derechos, independientemente de las características individuales de cada uno.

Así pues debemos integrar en el mercado laboral a las personas con discapacidad, y una vez que acceden a un puesto de trabajo, facilitarles el desarrollo del trabajo, es decir, ajustar y adaptar las condiciones de trabajo y las exigencias del puesto a la características de la persona.

Resulta necesario, conocer y tener en cuenta el tipo de discapacidad que una persona presenta y adoptar las modificaciones necesarias que logren eliminar las posibles barreras para la realización de su trabajo en unas condiciones óptimas. Además de garantizar la prevención de riesgos y la promoción de la salud.

Para ello, en España contamos con la **Ley de Prevención de Riesgos Laborales, LEY 31/1995**, en la cual se establece la obligación de proteger por parte del empresario a personas especialmente sensibles a determinados riesgos, concretamente a personas con algún tipo de discapacidad física, psíquica o sensorial



y adaptar el puesto al trabajador. Según lo cuál, el empresario debe realizar una evaluación previa del puesto de trabajo donde se establezcan que riesgos existen en ese puesto de trabajo, que medidas de prevención se van a adoptar frente a esos posibles riesgos, y si pudiera resultar perjudicial para determinadas personas, además de una formación de cómo deben desarrollar las tareas de su puesto de trabajo, con el objeto de facilitarles, y asegurar que el mismo se realiza en unas condiciones seguras.

La adaptación del puesto a las características del trabajador es uno de los principios básicos de la acción preventiva establecidos en la misma ley, facilita sin ninguna duda, la integración laboral de las personas con discapacidad y al mismo tiempo les permite adquirir una mayor independencia y autonomía.

El problema es que en la mayoría de los casos, existe un gran desconocimiento por parte de los empresarios de las fórmulas para promover la integración laboral de las personas con discapacidad, de las adaptaciones y ajustes que se pueden realizar en el puesto de trabajo y además de que se elude el cumplimiento de la legislación, por la falta de control o por no hacer realmente efectivas las sanciones correspondientes.

Desde la Unión General de Trabajadores, seguiremos luchando por una integración laboral y social plena de las personas con discapacidad, por supuesto de igualdad de los derechos.



EL Director de la Obra Social de CAJA MADRID Visita COCEMFE-ASTURIAS

En julio pasado, el Director de la Obra Social de Caja-Madrid, **D. Carlos Martínez**, visitó las obras de la residencia que COCEMFE-ASTURIAS está construyendo en Viesques (Gijón) para personas con discapacidad gravemente afectadas.

Más tarde, y acompañado de **D. Mario García** Presidente de COCEMFE y de **D. Enrique Fernández Garrido**, Gerente de COCEMFE-ASTURIAS, acudió a la sede de dicha Coordinadora en Gijón, así como a la de Grupo Iniciativas, centro especial de empleo creado por COCEMFE-ASTURIAS dedicado al diseño, creación y realización de páginas web y a la comunicación integral.

Está en estudio los términos de una posible colaboración por parte de estas dos entidades.

Clausura de la IV Universidad Técnica de Verano de COCEMFE

El pasado 7 de Octubre tuvo lugar en el centro de formación del Castillo de San Servando, en Toledo, la clausura de la IV edición de la Universidad Técnica de Verano que organiza la Confederación Coordinadora Estatal de Minusválidos Físicos de España (COCEMFE).

En el acto de clausura estuvo presente Ana Quintanilla, presidenta de COCEMFE Castilla-La Mancha, M^o José Rivas, segunda Teniente de Alcalde de Toledo y Concejal de Servicios Sociales, Josefa Torres, Directora General de Formación y Empleo de la Fundación Once, Javier Pérez, Director General de Atención a Mayores y Discapacitados de la Junta de Castilla La Mancha, José Valverde, Consejero de Educación y Ciencia de la Junta y Roser Romero, Secretaria de Organización de COCEMFE.

Los cursos, en los que han participado más de 250 personas, han contado con la experiencia docente del profesorado de la Escuela Superior de Gestión Comercial y Marketing (ESIC), profesionales técnicos, profesorado universitario y expertos de la Plataforma para la Promoción del Voluntariado en España. Los temas tratados en los diferentes cursos van desde las Pautas para la Elaboración de Proyectos o Talleres de Comunicación, pasando por la Captación y Motivación de dirigentes o Voluntariado.



El Ayuntamiento de Gijón y la Unión de Discapacitados del Principado de Asturias realizan una campaña de sensibilización

El Ayuntamiento de Gijón y la Unión de Discapacitados del Principado de Asturias -U.M.A.- han lanzado una campaña de sensibilización de la ciudadanía para velar por los derechos de los ciudadanos con problemas de movilidad, cuyo objetivo principal es evitar situaciones concretas como la ocupación de plazas de aparcamiento reservadas para personas con discapacidad, o la obstrucción de los pasos de peatones, la no-invasión de las paradas de autobús por parte de los vehículos privados que impide el acercamiento a las aceras, lo que anula las prestaciones de accesibilidad ofrecidas por el piso de los vehículos de transporte público o la utilización de las rampas para que puedan subir las sillas de ruedas, así como el control y vigilancia de las Tarjetas de Estacionamiento para intentar evitar su falsificación, lo que ya ha generado apertura de varios expedientes sancionadores.

Se trata en fin de aunar esfuerzos entre todos: instituciones, asociaciones, ciudadanos en general e intensificación del control policial, para proteger los derechos de aquellas personas con problemas de movilidad, de forma que se construya una ciudad sin barreras o lo que es lo mismo una ciudad para todos.

La iniciativa esta presente en diferentes puntos de la ciudad por medio de mupis y carteles en los que se apela al sentido común de los ciudadanos para hacer de Gijón una ciudad más accesible y habitable para todo.



Esta campaña ha sido diseñada por el C.E.E. Grupo Iniciativas.

En la campaña se apela al Sentido Común de los ciudadanos, tenemos la fórmula que eliminará las barreras en nuestra ciudad: Si tu Sentido Común es mayor que tu Prisa la Barrera tiende a desaparecer ¡es fácil!... SE SOLIDARIO.

**No ocupes las plazas reservadas
No obstruyas los pasos de peatones
No obstaculices las paradas de autobús**



TOLDOASTUR
Tif. 985 260 424 - Fax 985 264 415

- Toldos de camión
- Toldos de fachada
- Carpas (Venta y alquiler)

Polg. Ind. SILVOTA
C/ Peñarredonda, 36
33192 LLANERA (ASTURIAS)
www.toldoastur.com
e-mail: carlos@toldoastur.com



**CAJA RURAL
DE GIJON**



HISPATEC
Española de Tecnología, S.L.

Ctra. As-18, Km 21,900.
Puente Seco - Roces 33211
Gijón - Asturias
Tfnos.: 985 307 124
Fax: 985 307 549
e-mail: roces@hispatec.com



**LA
TORRE**
RESTAURANTE
BODAS Y BANQUETES

Ctra. Oviedo - Gijón, Km. 12
Tels. 985 261 498 - 985 262 844
33192 Pruvia - Llanera

BRAGA

La Ciudad de Arzobispos

Una de las ciudades más bellas de Portugal, situada en la región de Minho. La «Roma portuguesa», Braccara Augusta de la Lusitania romana, convertida en Primado de las Españas y administrada, del siglo XI al XVIII, por arzobispos, se transformó en una importante metrópoli industrial y comercial.



Con una de las poblaciones más jóvenes de Europa y una Universidad moderna y dinámica, las viejas calles del burgo reflejan una vida animada y alegre.

Prepárate para una jornada incansable, porque vas a visitar un gran número de monumentos. En torno a la catedral

hay varios monumentos interesantes como el Antiguo Paço dos Arcebispo, que alberga la Biblioteca Pública y el Archivo Distrital, la iglesia de la Misericordia, el Ayuntamiento y el Palacio Arzobispal. Haga una pausa y descanse y aprecie la belleza del jardín de Santa Bárbara.

No puedes perderte los santuarios de Bom Jesus y Sameiro, no sólo por las vistas espectaculares que tienen sobre la ciudad y sus alrededores, sino también por la historia del lugar y su entorno natural. Una ciudad llena de encanto con numerosa presencia de locales de ocio (pubs, discotecas y tiendas).



Castiello de Bernueces s/n
Aptdo 161 - 33200 Gijón
Tel. 985 366 313



REAL CLUB DE GOLF DE CASTIELLO



VDA.de MARTÍNEZ LAVIADA, S.A.
Transportes
Cisternas-Frigoríficos- Carga General

Crta. AS-18, Km 21.9 - Puente Rocas, s/n. 33211 Gijón

Administración: Tlf. 985 167 535 - Fax 985 167 791
Transportes: Tlf. 985 321 286 - 985 321 500 - Fax 985 327 951
Garaje: Tlf. 985 321 833
Taller: Tlf. 985 328 860

Otoño época de depresión

El pasado 7 de Octubre se celebró el Primer día Europeo de la Depresión, una iniciativa de la "European Medical Asociación". Según los expertos aproximadamente cuatro millones de personas padecen esta enfermedad en España, muchas no están diagnosticadas por la vergüenza que supone todavía hablar de depresión entre muchos sectores de la población.

Pero existe una época del año, otoño e invierno en que mucha gente experimenta un estado de ánimo depresivo que sin llegar a ser una enfermedad psiquiátrica se manifiesta con pesadez excesiva, irritabilidad y ansiedad, sin que se sepa por qué ocurre. Se le conoce como trastorno afectivo de temporada.

A medida que se acerca la época del frío, las personas que padecen el llamado trastorno afectivo de temporada duermen muchas más horas, dejan de participar en actividades sociales y comienzan a padecer los síntomas característicos de los estados depresivos mayores.

La causa de la depresión en otoño y en invierno es desconocida, aunque se sabe que quienes la sufren, en un número muy considerable, tienen un pariente con una enfermedad psiquiátrica depresiva o abuso de alcohol.

¿QUÉ PODEMOS HACER?

Los especialistas en salud mental ayudan a mejorar a los pacientes a través de la adopción de hábitos, entre ellos.

- Salir durante el día al menos media hora, inclusive si el cielo está nublado.
- Aceptar que su cuerpo requiera más horas de sueño durante los meses de invierno.
- Mantener el ambiente interior bien iluminado. Esto funciona en muchos pacientes para quienes ya se han diseñado lámparas para proporcionar luz brillante y libre de rayos ultravioleta.

¿de verdad crees haberlo visto todo?

YELMO CinEplex
Entradas y Palomitas sin colas

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

¡CONTACTA A NUESTROS PROMOTORES EN www.cinemacineplex.es

Bonomovie
Ir al cine te cuesta menos en Yelmo Cineplex

CLÁSICA Bonomovie

ORO Bonomovie

El ruta del mejor cine al mejor precio. Además en YELMO BONOMOVIE, en todas las salas del mejor cine a una precios increíbles.

Cuando tú quieras. Elige los días que mejor se adapten a ti, y recoge entre BONOMOVIE Clásica y Oro.

y en compañía. No son que mejor, puedes utilizar hasta dos bonos para una misma sesión.

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

YELMO CINEPLEX LOS PRADOS
Centro Comercial Los Prados Dulcis

YELMO CINEPLEX OCIMAX GIJÓN
Manzana Anatólica Marías s/n. Gijón



Ensalada de Salmón Marinado

Ingredientes para seis personas:

- 1/2 Kg. de salmón fresco.
- 300 grs. de sal gruesa.
- 200 grs. de azúcar.
- 100 grs. de pimienta negra en grano.
- 50 grs. de orégano.
- 50 grs. de eneldo.
- 1 huevo duro.
- 50 grs. de bonito.
- 1 hoja de lechuga.
- Aceite virgen.

Elaboración: Limpiamos el salmón y le sacamos la espina central colocándolo en una placa y cubriéndolo con la mezcla de todos los ingredientes. Lo dejamos en la nevera durante 24 horas en maceración y, a continuación, preparamos la ensalada con tiras finas de salmón, lechuga y bonito, decorándolo con huevo aceite virgen y vinagre. Un plato sencillo pero muy sabroso.



Elaboración: Limpie el lomo, espolvoréelo con sal, nuez moscada y pimienta, y póngalo en una fuente de horno, rociándolo con la mitad de la mantequilla derretida.

Introdúzcalo en el horno a alta temperatura, y déjelo cocer, hasta que esté bien dorado por fuera y jugoso por dentro, regándolo de vez en cuando con su propio jugo; cuando esté dorado, vierta sobre él la sidra, dejándolo en el horno durante unos minutos más. Póngalo en una fuente cortado en lonchas y resérvelo caliente.

Mientras se esté asando el lomo, escalde la castañas, después de quitarles la primera cáscara, y pélelas, colocándolas en una cazuela ancha cubiertas con agua; añada la mantequilla restante y una pizca de sal, y cuézalas lentamente para que no se deshagan.

Una vez cocidas las castañas, colóquelas en la fuente alrededor de la carne, y sirva el plato rociándolo con la salsa de cocción del lomo filtrada, bien caliente.

Lomo con Castañas

Ingredientes para seis personas:

- 1 Kg. de lomo de cerdo.
- 100 grs. de mantequilla.
- 1 Kg. de castañas.
- 1 guindilla roja seca.
- 1 medio vaso de sidra natural.
- Nuez moscada, sal y Pimienta negra.



Crema Asturiana

Ingredientes para seis personas:

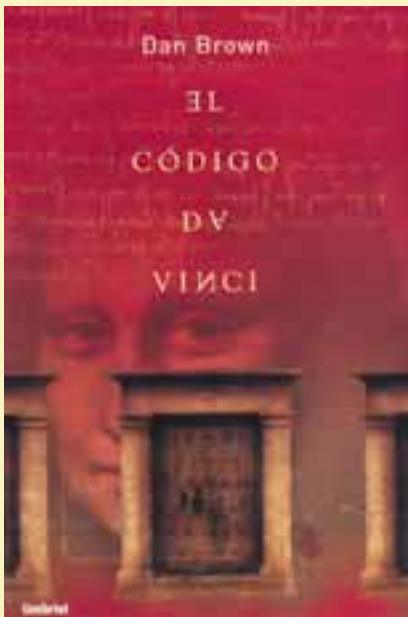
- 12 yemas de huevo.
- 1/2 l. de leche.
- 150 grs. de azúcar y sal.

Elaboración: Bata bien las yemas de huevo con 125 grs. de azúcar y una pizca de sal. A continuación, ponga la leche en un cazo al fuego lento y, cuando rompa a hervir, viértala sobre la mezcla de yemas, removiendo bien.

Pase el preparado por un colador fino, y póngalo a cocer al baño María, removiendo constantemente con una cuchara de madera, hasta que la crema se pegue a la cuchara: en ese momento, estará lista.

En el momento de servir, espolvoree la superficie con el resto del azúcar, y quémela con el utensilio adecuado. Es importante que esta operación la realice en el momento de servir la crema, ya que de lo contrario, el azúcar no estaría crujiente, sino líquido.

Libro



Autor: Dan Brown - Editorial: Umbriel

¿Qué misterio se oculta detrás de la sonrisa de Mona Lisa? Durante siglos, la iglesia ha conseguido mantener oculta la verdad... hasta ahora.

Un apasionante juego de claves escondidas, sorprendentes revelaciones, acertijos ingeniosos, verdades, mentiras, realidades históricas, mitos símbolos, ritos, misterios y suposiciones en una trama llena de giros inesperados, narrada con un ritmo imparable que conduce al lector hasta el secreto más celosamente guardado del inicio de nuestra era.

En 1952, dos jóvenes argentinos, Ernesto Guevara y Alberto Granado, emprenden un viaje por carretera para descubrir la verdadera América Latina. Los dos amigos dejan el familiar entorno de Buenos Aires en una desvencijada motocicleta Norton de 500 cc del año 1939, imbuidos de un romántico espíritu aventurero. Poco a poco, van tomando contacto con una Latinoamérica diferente, reflejada en las personas que encuentran en su viaje.

El director brasileño Walter Seller nos ha sabido contar con honestidad el viaje que hicieron los dos amigos, abriendo América en canal, enseñándonos sus vísceras, pero sin excederse en escenas morbosas que hubieran podido ser difícilmente soportables para el espectador medio.

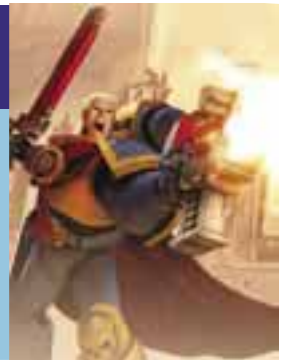
Cine



VideoJuego

Warhammer 40.000 Dawn of war

Es un juego de estrategia en tiempo real de ciencia ficción revolucionario. La acción se desarrolla en el universo violento y postapocalíptico del cuadragésimo primer milenio. Con el excepcional diseño de Relic Entertainment, Los albores de la guerra hace que te metas de lleno en el juego y te proporciona una experiencia de proporciones épicas muy entretenida.



Si quieres trabajar, elige la mejor herramienta.

Cursos gratuitos

Albañilería, pintura, escultura, carpintería, cantería, forja, soldadura, electricidad, mecánica, técnicas de mantenimiento, nuevas tecnologías, etc.



Si quieres convertirte en un verdadero profesional y conseguir en muy poco tiempo un empleo, FUCOMI es tu mejor herramienta de trabajo. La más valiosa para los desempleados de las Comarcas Mineras. La más cualificada para enseñarte un oficio. La más práctica a la hora de formarte. Y la más eficaz para que encuentres un empleo. Inscríbete en nuestros cursos gratuitos y únete a todos los nuevos profesionales que el año pasado encontraron un puesto de trabajo.

CURSOS TOTALMENTE GRATUITOS



Tu mejor herramienta de trabajo

Tel. 985 42 00 25
www.fucomi.com

**COCEMFE-ASTURIAS**

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

Tel.: 985 396 855 Fax: 985 990 756

Asociaciones Federadas a COCEMFE-ASTURIAS

**FRATER**

(Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad)
 C/ San Isidoro, 2 bajo Izda. 33003 Oviedo
 Tel.: 985 222 521

**ALCER**

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

**UMA**

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

**ELA Principado**

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

**DIFAC**

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

**CÉBRANO**

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

**AADEM**

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

**AENFIPA**

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

**FQ**

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

**ALAS**

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

**AHEMAS**

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

**PRÁMARO**

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

**Asociación Parkinson Asturias**

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

**ADAFA**

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

**ACCU-Asturias**

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

SUBSCRIPCIONES Y COLABORACIONES

CONTACTAR CON

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





GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERIA DE EDUCACION Y CIENCIA

PLAN DE FORMACIÓN PROFESIONAL 2004

FP

PLAN F.I.P.

Denominación:	DISEÑO Y MODIFICACION DE PLANOS
Lugar:	GIJON-VICASA
Horas:	180

Denominación:	OFIMATICA
Lugar:	GIJON-VICASA
Horas:	125

Denominación:	INTERNET
Lugar:	OVIEDO
Horas:	60

Todos los cursos estan dirigidos a un colectivo de 15 desempleados/as
Se requiere realizar solicitud en la oficina de empleo correspondiente

F.S.E

Denominación:	AUTOMATAS PROGRAMABLES
Lugar:	MIERES
Horas:	270

Denominación:	DISEÑO Y MODIF.DE PLANOS EN 2D Y 3D
Lugar:	GIJON
Horas:	180

Denominación:	MACROMEDIA FLASH
Lugar:	CANGAS DEL NARCEA
Horas:	150

Denominación:	INGLES COMERCIAL
Lugar:	CANGAS DE ONIS
Horas:	200

Denominación:	INICIACION A LA RED DE INTERNET
Lugar:	LLANES
Horas:	60

Denominación:	INICIACION A LA RED DE INTERNET
Lugar:	AVILES
Horas:	60

Todos los cursos estan dirigidos a un colectivo de 15 desempleados/as

Información e inscripciones:

FOREM - c/ Las Industrias s/n - Gijón - tf: 985 30 87 36 / 37 / 38
y en las Delegaciones de CC.OO. de Asturias



UNIÓN EUROPEA

Cofinanciado por el Fondo Social Europeo



comisiones obreras de asturias
comisiones obreres d'asturies

TARJETAS CAJASTUR



SABES YA CUÁL ES LA TUYA



Si eres joven o estudiante, si te consideras exigente o práctico, seas como seas, en Cajastur tienes una tarjeta que te define: ■ **MasterCard** ■ **Maestro** ■ **Generación A** ■ **MasterCard Platinum**
 ■ **Universitaria** ■ **Cajastur +** ■ **Visa Classic** ■ **Visa Oro** ¿Sabes ya cuál es la tuya?

Tarjetas Cajastur,
dan mucho juego.