

NÚM. 24 VERANO 2006. Año VI

NÚM. ISSN: 1699-1125

serCapaz



ENTREVISTA



Paz Fdez. Felgueroso
Alcaldesa de Gijón

cuenta atrás...

vacaciones
COCEMFE

ACTUAL



Asamblea General de
COCEMFE-ASTURIAS

REPORTAJE



INVENTA 06

"Proyecto Mejora"

presentación oficial



GRAN RESERVA NATURAL



SUMARIO

ASOCIACIONES

- 04 PARKINSON ASTURIAS
22 UMA

ACTUAL

- 24 Entrevista con
Paz Fernández Felgueroso
28 Asamblea General de
COCEMFE-ASTURIAS
32 Programa Mejora

CONOCER

- 34 Inventa 06
36 Vacaciones multiaventura
40 Kayak en el mar

ESPACIO ABIERTO

- 44 Campeonato de España
de tiro olímpico
47 Breves

VIVIR

- 49 Ocio

serCapaz, nº 24. Verano 2006.

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

Diseño y Maquetación:

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

www.grupoiniciativas.com

Impresión y Fotomecánica: Gráficas Eujoa (Asturias).

Colaboradores: Ana M^a Boullosa, Rogelio García, Tamara Alcorta, Beatriz Martínez, Mario Izquierdo, José Alberto Fernández, Cristina Fernández, Conchi Fernández y Miguel Mateos.

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

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

Para contactar: comunicacion@cocemfeasturias.es

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



EDITORIAL

Ponemos en vuestras manos un nuevo número de la revista serCapaz realizado con la ilusión y el empeño de siempre y cargado de contenidos, en un trimestre especialmente rico en actividades, y en el que se firmaron distintos convenios, se acudió a numerosos actos y a variados acontecimientos, por lo que aquí sólo hemos podido plasmar una parte de todo ello.

En la necesaria selección, no hemos querido dejar de contaros debido a las fechas que vivimos, la estación veraniega, la nueva convocatoria de las vacaciones de COCEMFE, con gran variedad de destinos, ofertándose el Principado de Asturias entre ellos por primera vez; o la presentación oficial del Programa Mejora de rehabilitación continuada, uno de los proyectos más importantes que se está llevando a cabo desde la Federación y por el que tanto se luchó para ponerlo en marcha.

La entrevista con la alcaldesa de Gijón, Dña. Paz Fernández Felgueroso, es la segunda del ciclo que comenzamos en el número anterior, dedicado a los principales ayuntamientos de nuestra región, con la intención de dar a conocer las políticas locales de nuestra Comunidad, a través de los responsables directos e intentando, por medio de nuestras preguntas, encontrar las respuestas que tanto interés despiertan en los ciudadanos y ciudadanas englobados en nuestros colectivos y entidades. Esperamos haberlo conseguido.

Antes de irnos de vacaciones, celebramos la Asamblea General anual, y al finalizar la misma COCEMFE-ASTURIAS contaba con dos asociaciones más, APTAA Y AMDAS LA FONTE, lo cual significa que ya son 18 las entidades que forman la Confederación. Desde estas páginas queremos darles a ambas nuestra más cálida bienvenida, con el deseo sincero de que esta nueva singladura se traduzca en beneficios y dinámicas positivas para todos sus integrantes.

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.



PARKINSON ASTURIAS

Los afectados por la enfermedad de Parkinson nos asociamos porque solos no podemos hacer frente a los estragos que provoca. Asumimos que sólo desde la unión de esfuerzos podemos ir minimizando los efectos que este mal provoca a quien lo padece, a su familia y a la sociedad.

El asociarse supone compartir con otros afectados tus vivencias, tus sentimientos, tus miedos... Es encontrar esa mano que a veces te falta, es escuchar esa palabra que a veces necesitas, es sentir que eres necesario cuando otros cuentan contigo. Pero asociarse significa también organización; significa dedicación a la definición de objetivos; significa implicación y entrega de unos asociados con otros; significa movilización para captar los recursos necesarios para que los objetivos se materialicen; significa claridad y transparencia en cada una de las actuaciones de sus responsables; significa corresponsabilidad de todos y cada uno de los asociados.

El modelo asociativo en el que nos movemos impone un ritmo de trabajo frenético que exige dedi-

cación plena y provoca en muchas ocasiones la sensación de frustración cuando resulta imposible seguir sus tiempos o alcanzar el nivel de conocimientos necesarios para desenvolverte en un medio que es cada vez más exigente. Y esta sensación de frustración la percibe el asociado implicado en tareas directivas como el equipo directivo.

Son muchos los papeles que hay que escribir, son muchas las puertas a las que hay que llamar, son muchas las cuentas que hay que hacer; son muchas las renunciadas diarias. Cada vez necesitas pedir más y cada vez son mayores las exigencias de los que dan y como consecuencia tienes que hacer grandes esfuerzos para no perder de vista cual es el objeto de tu verdadera lucha.

... una lucha constante contra la enfermedad

Noticias

GUÍA DE ESTILOS

Bajo el título "*Salud y medios de comunicación*", la F.E.P. con la colaboración de los **Laboratorios Pfizer** edita esta guía con la intención de que sea una ayuda para los profesionales de los medios de comunicación para que traten con rigor la información relacionada con la enfermedad de Parkinson.

LIBRO PARA NIÑOS

El pasado día **6 de abril** en el Club de Prensa de **La Nueva España de Oviedo** asistimos a la presentación del libro editado por la **Fundación La Caixa**. Tu- vimos la fortuna de contar con la autora e ilustradora **Mabel Piérola** del libro "*Me parezco mucho a mi papa*".

El día **11 de abril** y dentro de los actos organizados con motivo del **Día Mundial de Parkinson** se procedió a la entrega de una guía de la enfermedad de Parkinson para niños por gentileza de **Novartis Neuroscience** y que con el título de "*Te llevaré de la mano para que no te caigas*" escribió **Rasheda Alí** y que esta prologado por Muhammad Alí.

Toda esta reflexión viene provocada por la noticia inesperada que recibimos recientemente: **nos quedamos sin locales en Oviedo**. Van a tirar la casa y como consecuencia no renuevan el contrato de alquiler que vence en agosto y aunque los propietarios nos facilitaban disponer de otro local no lo podemos aceptar porque es muy dificultoso el acceso y no hay posibilidad de adecuarlo. Así de crudo se nos presentan los próximos meses.

Permitidnos aprovechar este espacio para daros a conocer una de nuestras mayores preocupaciones y para solicitar ayuda de las distintas Administraciones para que -en todo lo que le sea posible- podamos tener acceso a algún espacio donde podamos realizar las terapias que tanto necesitamos. Si luchar contra los efectos de la enfermedad resulta difícil, luchar contra los obstáculos añadidos resulta casi imposible y lo decimos con la experiencia que tenemos de todos estos años de lucha para conseguir locales en Llanes, en Avilés, en Langreo, en Pola de Siero y para conseguir locales y recursos para adaptarlos en Mieres.

BIENVENIDA A LA NUEVA PRESIDENTA Y RECONOCIMIENTO A SOCIOS EJEMPLARES



Paz González Fernández.

El pasado 15 de marzo Parkinson Asturias celebró la Asamblea General y conforme a los Estatutos había que renovar la mitad de los miembros de la Junta Directiva. Fueron varios los que pusieron a disposición sus cargos y desde estas páginas agradecemos la labor que realizaron durante este periodo y queremos tener una mención especial para con **Dña. Josefa López Montoto** y para con **Don Juan Manuel Valbuena Camino**.

Muchos de vosotros no identifica a Josefa pero si os digo "Pitusa", ¿a qué todos la conocéis? **¡Pitusa!** fuiste Delegada de Mieres en dos periodos cruciales de la vida de la **Asociación Parkinson Asturias**, como fue su puesta en marcha y cuando Juan Manuel encabezó la Junta Directiva allá por finales del 2002. Tu aportación fue tan eficaz como discreta; respondiste siempre que se te necesitó y no faltaste ni a una sola de cuantas actividades se realizaron; viviste en primera línea el esfuerzo realizado para conseguir los locales que actualmente disfrutáis en Mieres y podríamos decir muchas cosas mas... ¡Gracias Pitusa!

¡Juan Manuel! a pesar de que depositamos en ti nuestra confianza para que liderases el proyecto que la Asociación Parkinson Asturias tenía, nadie pudo imaginar el impulso y los logros que conseguiríamos en el periodo en que nos presidiste y de ahí, tu nombramiento -por unanimidad- de Presidente de Honor. Sois socios ejemplares por vuestra disponibilidad, por vuestra entrega y por vuestro ejemplo de trabajo en equipo, sin alardes ni protagonismos. En la Asamblea resultó elegida por unanimidad Presidenta, **Paz González Fernández**. A la par que felicitamos y nos felicitamos, te deseamos todo lo mejor.

PARKINSON ASTURIAS EN LA FERIA DE TINEO

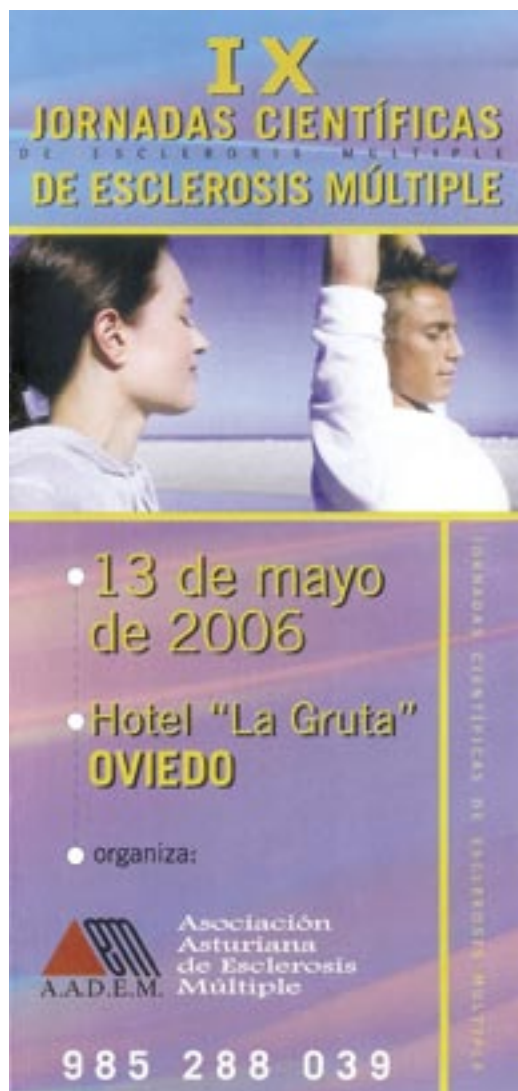
CajAstur propició que parte de la muestra divulgativa que tenemos para exponer estuviese presente en la feria de Tineo que se celebró los días 29 y 30 de abril y 1 de mayo.

Despertó curiosidad y fueron muchas las personas que pasaron por el stand (a la feria acudieron mas de 80.000 visitantes) mostrando su interés por una enfermedad que aún es muy desconocida y pudieron ver con admiración los trabajos realizados por afectados.

... y mucho más



IX Jornadas Científicas



El pasado 13 de Mayo tuvieron lugar las IX Jornadas Científicas sobre Esclerosis Múltiple en el Hotel La Gruta de Oviedo, organizadas por la Asociación Asturiana de Esclerosis Múltiple y bajo la Dirección Científica del Dr. Dionisio Fernández Uría, contando con una gran afluencia de asistentes (aproximadamente 300 personas).

Con estas Jornadas se pretende reunir a los propios interesados, es decir personas diagnosticadas de E.M y sus familias, junto con profesionales que de alguna manera están implicados en el tratamiento y estudio de los diversos aspectos relacionados con la enfermedad. En esta edición se contó con un grupo de ponentes variado, pues se trataron temas muy diversos: aspectos legales relacionados con la incapacidad y

la minusvalía; aspectos cognitivos de la E.M; dieta y alimentación; tratamientos, etc... A todos ellos agradecemos su colaboración con la Asociación y esperamos que hayan resultado de interés para todos los asistentes.

Silvia Pérez Calvo, psicóloga de nuestra Asociación fue una de las ponentes de la Jornada. De cuya exposición os ofrecemos un resumen.

ALTERACIONES COGNITIVAS EN ESCLEROSIS MÚLTIPLE

La mayoría de los estudios realizados en E.M muestran que el 50% de los enfermos sufren afectación cognitiva. Estos trastornos pueden estar presentes desde el inicio de la enfermedad y no correlacionan ni con la afectación física ni con la forma de evolución.

Cognición quiere decir "Conocimiento por la inteligencia", cuando hablamos de problemas cognitivos nos estamos refiriendo a aquellos que limitan al individuo para utilizar su inteligencia.



Silvia Pérez Calvo.

sobre Esclerósis Múltiple

PROCESOS CONGNITIVOS ALTERADOS EN ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Atención

Atender es un proceso básico para favorecer la primera fase de la memoria, el registro, no podremos recordar si no hemos registrado y para hacerlo debemos prestar atención.

Existen en este sentido tres problemas:

- ▶ Atender varias cosas a la vez (Atención dividida)
- ▶ Preocupaciones, problemas personales...
- ▶ Estar despistados.

Las Soluciones:

- ▶ Aprender a relajarnos y conocer lo que perturba nuestra atención
- ▶ Ejercicios para aumentar la capacidad de concentración.

Memoria

La memoria es una función mental por la cual se retiene y recuerda todo tipo de experiencias del pasado.

Algunos estudios nos hablan de que los problemas de memoria derivan de una dificultad en rescatar la información (recuerdo), otros en una inadecuada adquisición o aprendizaje (retención); lo que se puede decir es que puede estar alterada la memoria del trabajo (la que nos permite hacer operaciones, seguir una conversación...) o la memoria episódica (la que almacena recuerdos de experiencias personales y los sucesos que tienen que ver con nuestro entorno).

Lenguaje

El lenguaje es una forma de almacenar los datos o los conocimientos en la memoria, por el sonido, su escritura o su significado y también nos sirve

para recuperar la información y expresarla en palabras. Uno de los problemas más frecuentes en Esclerosis Múltiple es "Tener la palabra en la punta de la lengua", esto está relacionado con la capacidad de recuperación. Se suelen emplear varias estrategias para solucionarlo como decir o pensar palabras que tengan relación, repetir palabras que empiecen por la misma letra. Parece ser que este problema se relaciona con una falta de activación de las palabras o de la red donde están organizadas.

Velocidad en el procesamiento de la información

Con frecuencia los pacientes de Esclerosis Múltiple se quejan de sensación de pensamiento lento y de perder el hilo de lo que están haciendo.

Un tren de valores



renfe
Cercanías

Tfno. Información: 985 981 441 www.renfe.es/cercanias

INFANTIL - ADOLESCENTES - ADULTOS - FAMILIA - TERCERA EDAD
TERAPIA, PSICOMOTRICIDAD, INFORMES Y VALORACIONES



MOL
PSICOLOGOS
RPS: 85/3174/378

Cita Previa: 984 190 124
molpsico@telecable.es
C./Linares Rivas, 3 Entlo.
33206 Gijón (Asturias)

Estimulación Cognitiva
Rehabilitación Funcional
Educación Especial
Técnicas de Estudio

FORMACIÓN, SERVICIOS A EMPRESAS
Y ATENCIÓN A DOMICILIO



APSA
COMERCIAL TÉCNICA INTEGRAL

PROYECTOS DE EQUIPAMIENTO INTEGRAL PARA OFICINAS

PAPelería TÉCNICA, MATERIAL DIDACTICO, EQUIPOS AUDIOVISUALES, ETC.

Polígono de Rocas 3 - Benjamín Franklin, 3 - 33211 - Gijón - Asturias
Teléfono: 985 16 96 86 - Fax: 985 16 74 04 - E-mail: apsa@apsanet.com



TAPIA SEGURIDAD

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

985 21 29 56

Homenaje al Dr. León Pecasse



Any y el Dr. León Pecasse

León Pecasse, químico de profesión, llegó a España desde su Holanda natal jubilado por su agresiva enfermedad de Crohn con pocas de cuarenta años. Su médico le había dicho que el clima del sur de España le podría venir bien, por eso decidieron él y su esposa Any dejar Holanda para tratar de mejorar su calidad de vida. Tal y como le pronosticaron Andalucía con su buen clima fue muy positivo para su salud. Poco tiempo después su talante trabajador unido a su afán de ayudar a los demás hicieron que comenzase la carrera de medicina en la facultad de Málaga. Acabó su carrera con unas notas fantásticas y con una especialidad en medicina interna, pues su intención era valorar al enfermo de la manera más amplia posible.

A finales de los ochenta inició en Málaga un proyecto para tratar de ayudar a todos los enfermos de EII: **“La Asociación de enfermos de Crohn y Colitis Ulcerosa de España”**. Comenzaron entonces sus peregrinaciones por todas las provincias de España dando origen a que hoy en día tengamos más de 30 sedes provinciales que al igual que la de Asturias tratan de dar apoyo e información a los afectados de EII. Durante todos estos años se su-

El pasado mes de marzo hemos tenido en Torremolinos un acto muy entrañable para todos los enfermos de EII, *el merecido homenaje a la labor de nuestro fundador Dr. León Pecasse, médico y enfermo de Crohn.*

cedieron sin parar viajes para dar charlas por todas partes de España y Europa pues fue presidente durante diez años de la Federación de Asociaciones Europeas de EII, creó nuestra revista nacional, editó folletos, escribió libros para enfermos de EII... Desde entonces y hasta hace poco más de un año que por un achaque grave de salud dejó su trabajo, no cesó ni un solo día de ayudar a los enfermos, compaginando primero su trabajo en el Hospital de Málaga y su consulta gratuita a los enfermos de EII y más tarde con su jubilación se dedicó aún más a sus enfermos de EII y a la asociación.

Lo más increíble de todo, **“lo hizo con una sencillez absoluta”**. Puedo decir que es un hombre con carisma. Todos ansiamos contar con su visita. Nos ofreció su profesionalidad, apoyo y cariño. **Como médico sabía lo que el enfermo tenía y como enfermo entendía su preocupación y sufrimiento**, siendo además su ejemplo un pilar fundamental para alentarnos. Él nunca se dejó vencer. Aunque sufrió operaciones, ingresos y diferentes complicaciones nada ha podido con su ánimo.

Al llevar más de quince años de voluntaria en ACCU-Asturias, he tenido la satisfacción de pasar muy

buenos momentos tanto con el Dr. Pecasse como con su esposa Any. A los dos los admiro sinceramente. Su trabajo ha sido enorme al igual que el esfuerzo que han hecho ambos para poder llevarlo a cabo. Sin Any siempre pendiente de su esposo, de su salud, apoyándole en cada momento, esta asociación hoy no existiría. **Gracias Any por ser una fantástica esposa y darnos tanto de su tiempo para que León pudiera ayudarnos a todos los enfermos.**

Dr. Pecasse, sé que su magnífico trabajo no ha sido nada fácil y en esta ocasión y con motivo de su homenaje toda la gran familia de ACCU unida a usted y a su esposa hemos tenido la ocasión de demostrarles nuestro cariño y agradecimiento. Gracias por su calidad como ser humano, por su honestidad y bondad. Siempre tendremos presente **su ejemplo, su incansable esfuerzo por ayudarnos.**

Debo decir que se dirigió a nosotros el día de su homenaje, para decirnos que **“sin la ayuda de los voluntarios y médicos él no habría podido llevar a cabo tal cometido así que todos debemos sentirnos hoy homenajeados”**.

*Dr. Pecasse, Any
los enfermos de EII les queremos.*



Día Mundial del LUPUS

El 10 de Mayo se celebra todos los años el Día Mundial del Lupus con el objetivo de conseguir la mejora de los servicios de atención sanitaria ofrecidos a los pacientes y aumentar la investigación para luchar contra esta enfermedad, en gran medida desconocida.

El lupus es una enfermedad del sistema inmunológico encargado, generalmente, de proteger al cuerpo produciendo anticuerpos o proteínas que atacan y destruyen a los agentes invasores extraños, como virus o bacterias. En las personas con lupus, por razones aún desconocidas, los anticuerpos atacan a las células sanas del propio individuo y pueden llegar a producirle daño tisular, lesiones en órganos vitales, discapacidad o muerte.

El lupus afecta a personas en todo el mundo y la mayor incidencia aparece en mujeres en edad fértil, aunque también lo pueden desarrollar hombres, niños y mujeres de edad avanzada. Se considera que al menos cinco millones de personas en todo el mundo padecen lupus y, sólo en España, más de 20.000 personas. Esta enfermedad tiene un considerable impacto en el sistema de salud y en la sociedad, debido a la

CONGRESO NACIONAL DE LUPUS
12 y 13 de mayo 2006
Sevilla
Para Médicos, Pacientes y Familiares

Organiza:
ALUS ASOCIACIÓN DE LUPUS Y SÍNDROMES SIMILARES DE ESPAÑA
TEL: 954 401 030
www.alus.org

FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE LUPUS
TEL: 954 922 99 26
www.felupus.org

LUGAR: SALÓN DE ACTOS DEL EDIFICIO DE GOBIERNO. RR. UU. VIRGEN DEL ROCÍO. AVDA. MANUEL SIUROT, S/N. SEVILLA.

complejidad de la enfermedad y a sus tratamientos pero, a pesar de ello, los fondos destinados a la investigación médica sobre el lupus y los esfuerzos para desarrollar tratamientos más seguros y eficaces para los pacientes son sensiblemente inferiores a los dedicados a otras enfermedades de similar magnitud y gravedad.

Hay médicos en todo el mundo que desconocen los síntomas y los efectos del lupus, lo que puede provocar graves problemas para los afectados e, incluso, poner en peligro su vida.

El Día Mundial del Lupus ofrece un foro donde compartir los resultados de los esfuerzos por identificar una causa y una cura para esta enfermedad y la celebración de este día proporciona a los pacientes de lupus la tranquilidad de saber que su realidad está siendo reconocida y que se está trabajando en ella a nivel mundial.



Avda. de Galicia, 52 - Bajo. 33005 Oviedo
Telf. y Fax: 985 964 599. Telfs. móvil: 659 472 280 - 677 560 841



- 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



Los pasados 28, 29 y 30 de Abril nos hemos reunido en Valladolid todos los equipos de Frater de España, unas, cien personas, entre responsables de diócesis, de zonas y colaboradores o responsables de funciones, muy bien acompañados por el Equipo General que tuvimos los últimos seis años y por Dolors y Albert, los cuales forman parte del *Equipo Intercontinental*.



XXXIV Asamblea Nacional de FRATER

PREVITALIA
SEGURIDAD + MEDIOAMBIENTE

CALLE LLANO PONTE, 8-1º IZQUIERDA 33400 - AVILÉS
TELÉFONO: 985 512 236 - FAX 985 512 237
ASTURIAS@PREVITALIASXXI.COM
PREVITALIASXXI.COM

HIDRASA - HIDRAVICK S.A.
AUTOMATISMOS HIDRÁULICOS, NEUMÁTICOS Y ELECTRÓNICOS

Travesía de Las Industrias, 10 - B. 33401 Avilés
Tlf.: 985 625 757 - Fax: 985 567 472

EXCMO. AYUNTAMIENTO
DE CARREÑO

CONTENOR
CONTENEDORES DEL NORTE, S.L.

Covadonga, 24 - 1º. 33201 - Gijón
Tel. 985 357 745 - Fax 985 357 774

Han sido tres días de mucho trabajo. En esta asamblea se tuvo en cuenta que este año se cumple el **50º Aniversario de la Frater**. Dolors y Albert nos pasaron unas imágenes de sus viajes por diversos países del Tercer Mundo. Fueron muchos los temas y muy interesantes los que se pusieron encima de la mesa, si bien destacaré los más importantes:

1

El balance que se hizo de la **Campaña de Barreras en las Iglesias** fue muy positivo. 3.275 fichas realizadas a nivel nacional.

Se ve que no todas las diócesis se esforzaron de la misma manera, pero también es cierto que actualmente en muchas provincias de España no existe FRATER, o trabajan por causas diversas, bajo mínimos. En el caso de Frater de Oviedo se realizaron completas *495 fichas* de todo el territorio del principado. Aquí se consiguió que se cambiasen “cabezas, corazones y accesos a las iglesias”, desde el 2001 hasta ahora hubo importantes cambios en esta materia, y se decidió seguir con la campaña, asesorando a los párrocos que nos lo soliciten. Del trabajo realizado se creó un documento al que se dará la oportuna presentación social, tanto a nivel nacional como a nivel de diócesis.

2

Sobre el **50º Aniversario de la FRATER**, se creará una comisión de trabajo, la cual decidirá sobre los actos para la celebración de este evento. A nivel de diócesis o provincias cada una ya tiene unos planes y los llevarán a cabo paralelamente de lo que decida esa comisión. En nuestra zona León-Asturias, se realizaron unos pins que se repartieron el 2 de Julio en León en la Fiesta de la zona, a celebrada en esa diócesis o capital.

3

El Equipo General dio por concluido su tiempo de responsabilidad al frente de esta FRATER General, después de 6 años, 4 como mandan los estatutos, más 2 años en espera de que alguien les relevase. En estos dos años no se pudo encontrar un equipo que fuese de la misma comunidad autónoma, lo más cómodo, viable y con un carácter más dinamizador pero si se creó un **Equipo Gestor**, en principio para un año compuesto por las siguientes personas (ver tabla).

Equipo Gestor

Dionisio Rodríguez Canga (Oviedo)	Presidente
Marisol García González (Burgos)	Secretaria
Juan José Heras (Madrid)	Misionero - Difusión
Liliana López Toledo (Las Palmas)	Formación
Rafael Torrent (Valencia)	Social

Mucha suerte a todos ellos, ánimo y seguir en la línea que tienen y aquí estamos todos para echar una mano, así les quedo patente en la **XXXIV Asamblea General de FRATER**.

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



**ORTOPEDIA
POLIORTOS**

LLano Ponte, 34. 33401 Avilés (Asturias)
Tlf. 985 541 539 - Fax: 985 511 559



**Contesores y
Servicios Sanitarios**
Victor Sáenz, 19. 33006 Oviedo
Tlfno: 985 27 29 33

Contesa

contesa@contesa.com - www.e-contesa.com



COFIA, S.L.

CONCESIONARIOS
FIAT



Parque Empresarial del Principado de Asturias
Conservas, N° 13. 33417-Avilés. Tfnos. 985 568 495 - 985 568 927
Fax. 985 567 225 - cofia@mrbt.es

PREM publicidad, s.l.

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

Tel. 985 310 004 Móvil. 636 460 188 Fax. 985 311 630



XXXV Asamblea Nacional y XIII Simposio Médico-Social de la Federación Española de Hemofilia

Bajo el lema *“Por un tratamiento seguro y con futuro”* se desarrolló este encuentro que acogió a más de 450 personas. Como en otras ocasiones, hemofílicos, familiares, médicos y demás profesionales involucrados en el tratamiento de esta patología, se reunieron para conocer las últimas novedades en todo lo referente a la Hemofilia y aprovechar para, pasar juntos unos días en Asturias.

Los actos se desarrollaron en el Palacio de Congresos Auditorio *“Príncipe Felipe”* de Oviedo los días 28, 29 y 30 de abril.

XIII Simposio Médico-Social

El Simposio, que tuvo lugar el día 29 de abril, se encontró dividido en dos sesiones.

La primera, fue moderada por la **Dra. Carmen Rodríguez Pinto**, Jefa del Servicio de Hematología del Hospital Universitario Central de Asturias y en ella la **Dra. M^a Isabel González Ventura** trató el tema del impacto psicológico que se produce en los padres al recibir un diagnóstico de hemofilia de su hijo. Por su parte, la **Dra. Inmaculada Soto** dio indicaciones sobre la profilaxis primaria en hemofilia. Ambas doctoras desarrollan su labor en el Hospital Central de Asturias.

En la segunda sesión, moderada por la Presidenta de la Comisión Científica de la Real Fundación Victoria Eugenia, **Dra. Ana Villar**, el **Dr. Julio Martín**, Director del Instituto Valenciano de Infertilidad, nos habló de las Opciones reproductivas en el diagnóstico Genético Preimplantacional y de las ventajas y desventajas del estudio génico frente a la selección de sexo. Así mismo, el **Dr. Antonio Liras**, Investigador del Dpto. de Fisiología de la Universidad Complutense de Madrid, trató de dar respuesta a la pregunta *¿Qué significa un tratamiento seguro y con futuro?* en una clara, amena y emotiva exposición.

Para terminar, el Sr. Magistrado, **Rafael Fonseca**, del Tribunal Superior de Justicia del



Principado de Asturias, expuso la Ley reguladora de la Autonomía del Paciente en relación con el consentimiento informado.

Al término de estas sesiones, los asistentes pudieron exponer las dudas que les surgieron y plantear preguntas que fueron respondidas por los ponentes.

Dr. Antonio Liras.



Dr. Julio Martín.



XXXV Asamblea Nacional

El día 30 de abril, antes de la celebración de la XXXV Asamblea Nacional, el **Dr. Paul Giangrande**, Vicepresidente Médico de la Federación Mundial de Hemofilia, nos sorprendió con su ponencia, expuesta íntegramente en idioma español, sobre la calidad de vida en hemofilia. A continuación, se comenzó con el orden del día de la Asamblea. En primer lugar se presentaron los informes de Gestión y económico correspondientes al año 2005, el plan de trabajo para

el año 2006 y el Informe de la Real Fundación Victoria Eugenia. Así mismo, se aprobó la celebración de la próxima Asamblea en la ciudad de Córdoba y para terminar se ratificaron los nuevos cargos de miembros de la Comisión Permanente. Clemen Formariz, José A. Muñoz Puche y Fernanda Fernández Canal se incorporaron como vocales y David Silva asumió el cargo de Secretario General, cargo que dejó vacante Enrique Mtnz. de Galinsoga.



Dr. Paul Giangrande Vicepte. Médico de la Federación Mundial de Hemofilia ofreció una ponencia de como deberán de ser en el futuro los tratamientos de Hemofilia.



D. Germán Corchado (Pte. AHEMAS, 2º por la Izda.) hace entrega a Enrique Galinsoga la Cruz de la Victoria por sus años de excepcional trabajo para Hemofilia.

La despedida de **Enrique Mtnz. de Galinsoga** constituyó uno de los momentos más entrañables de la Asamblea. Tras sus palabras de agradecimiento a las personas que han compartido con él la lucha por la Hemofilia, los que todavía están y los que desgraciadamente se fueron. La Asociación Asturiana y la Federación Española de Hemofilia, le hicieron entrega de la Cruz de la Victoria, símbolo de Asturias, y de una placa, respectivamente, en agradecimiento a toda su labor.

Una vez finalizada la Asamblea, todos los asistentes se desplazaron, al Restaurante La Gruta, donde tuvo lugar la celebración de la tradicional Comida de Hermandad, para posteriormente, volver a sus lugares de origen, esperando reencontrarse el próximo año en Córdoba.

itv asa
Inspección Técnica de Vehículos ASURISA S.A.

POR LA SEGURIDAD Y EL MEDIO AMBIENTE

ORIENTE Teléfono y Cita previa 985860004 Fax 985860298	PRUVA Teléfonos y Cita previa 985263317 y 985263318 Fax 985264637	CANGAS DEL NARCEA Teléfono y Cita previa 985810605 Fax 985813053
JARRIO Teléfono y Cita previa 985473838 Fax 985473681	GIJÓN Teléfono y Cita previa 985300103 Fax 985300105	MIERES Teléfono y Cita previa 985451815 Fax 985463685
AVILÉS Teléfono y Cita previa 985520228 Fax 985520605		NALÓN Teléfono y Cita previa 985661100 Fax 985661711

La diferencia...

Cocinas Asturianas

EXPOSICIÓN: Avda. de Pablo Iglesias, 3 y 5 - Teléfono 985 33 55 13
Teléfono/Fax: 985 33 89 43 - 33205 Gijón (Asturias)



La Enfermedad Renal

Rogelio García y Marcelo Palacios.



La enfermedad renal es relativamente nueva, ya que estamos hablando del entorno de los cuarenta años. Por este motivo cabe reseñar la gran diferencia de aquellos tiempos comparándolos con los actuales. Por poner un ejemplo hace treinta años el 90% de la población española con esta enfermedad moría por no tener acceso a diálisis, ya que sólo existían 25 centros en toda España con este programa. Hoy, todos los enfermos tienen tratamiento.

Otro dato fundamental es que sólo existían hospitales de trasplante en Madrid y Barcelona, y unas 200 máquinas de diálisis. La diferencia, como vemos, es abismal tanto en número de centros como de máquinas. Hoy disponemos de 200 centros de tratamiento a nivel estatal y 1000 máquinas de diálisis. Solamente en Asturias existen 91, repartidas prácticamente por toda la red hospitalaria asturiana.

Las principales causas de la enfermedad renal son la hipertensión, la diabetes, enfermedades hereditarias como los poliquísticos y las propias del riñón, como las glomerulonefritis. Por estas y algunas otras causas, en estos momentos en Asturias existen 1.020 enfermos renales, de los cuales 372 están en hemodiálisis hospitalaria, 26 en hemodiálisis peritoneal continuada ambulante y 18 en diálisis peritoneal concicladora. Además, el grupo de trasplantados es de 602.

También el salto fue cuantitativo ya que a nivel del estado contamos con 40 hospitales donde se realizan trasplantes renales.

Existen otras técnicas como es la diálisis peritoneal (fórmula esta que bajo mi punto de vista, debe de potenciarse, ya que tiene muchas ventajas para el enfermo al poder realizar el tratamiento en su propio domicilio. En este apartado los profesionales deberían incidir más en la orientación de los enfermos hacia esta técnica).

Otro de los cambios fundamentales, es la no limitación de la edad del enfermo, tanto para ser donante como para ser receptor de un órgano.

A pesar de lo favorable de estos datos, tenemos que continuar insistiendo en la necesidad de convertirnos en agentes de transmisión de opinión, para cada vez captar más donantes, ya que existen muchos enfermos esperando por un trasplante, pues para esta enfermedad el único tratamiento posible es la diálisis, que se realiza a través de una máquina que nosotros como enfermos denominamos "Riñón Artificial", sujetos a estar enganchados a la misma al menos tres horas.

Hacerse donante es regalar vida. Nunca podrá haber causa más solidaria que poder solucionar la vida de otros, cuando desgraciadamente la nuestra ya no sirve. No obstante, tengo que manifestar que los ciudadanos asturianos estamos a la cabeza en donaciones. Pero desgraciadamente, la enfermedad continúa avanzando, y el número de pacientes que se van incorporando todos los años supera al número de trasplantados. Por este motivo no lo dejes para mañana **"Hazte donante hoy mismo y contribuirás a solucionar el problema a aquellos que lo necesitan"**.

Rogelio García Suárez. Presidente de ALCER-Asturias
Tratado de enfermedad renal desde 1987 y trasplantado desde 1997

Taller de Risoterapia

Asociación Asturiana contra la F.Q.



El pasado 8 de Abril la Asociación Asturiana Contra la Fibrosis Quística celebró una nueva reunión de su Grupo de Padres. En esta ocasión y siendo plenamente conscientes de la época en la que vivimos, llena de tensiones de todo tipo: trabajo, tratamientos médicos, preocupaciones personales, estrés etc. Quisimos celebrar un taller que nos ayudara a relajarnos, y para ello recurrimos a una disciplina novedosa, experimental para nosotros, y de la que tras habernos iniciado, podemos afirmar que es efectiva. Estamos hablando de la *Risoterapia*.

Nos pusimos en contacto con el Centro Asturiano de Risoterapia, al frente del cual se encuentra la pedagoga María Milans Del Bosch. Nos reunimos un sábado por la mañana formando un grupo heterogéneo de

Los beneficios podemos asegurarnos que son inminentes, pero hay que hacer el esfuerzo para que a diario, ante las diferentes circunstancias que nos tensionan no se nos olvide sonreír

madres, padres y niños y durante dos horas, María, mediante ejercicios prácticos y breves exposiciones teóricas, nos habló de la pedagogía del optimismo, el humor positivo, la risoterapia y todos los beneficios que para la salud proporcionan. Los beneficios podemos asegurarnos que son inminentes, pero hay que hacer el esfuerzo para que a diario, ante las diferentes circunstancias que nos tensionan, que en algunas ocasiones están más que justificadas, en otras no tanto, no se nos olvide sonreír.



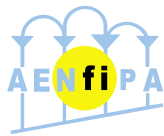
Tamara Alcorta García. Trabajadora Social.

FADE
FEDERACIÓN
ASTURIANA
DE EMPRESARIOS

Al servicio de la empresa asturiana.

Pintor Luis Fernández, 2 T 985 232 105
33005 OVIEDO F 985 244 176

W www.fade.es



12 de Mayo

Día Mundial de la Fibromialgia y el Síndrome de Fatiga Crónica

“Los afectados de fibromialgia y de síndrome de fatiga crónica sabemos lo que es compartir el mismo dolor, pero ello no nos priva de saber también lo que es una fiesta. La fiesta de no sabernos solos y de repasar conjuntamente como nuestra enfermedad se ha ido convirtiendo en una causa. Y como nuestra causa ha penetrado, eso sí, más lentamente de lo que queríamos, en las conciencias adormecidas del Estado de Bienestar.

Hoy, en este Tercer Manifiesto del Día Mundial de la Fibromialgia y del Síndrome de fatiga crónica, no queremos creer que el vaso está medio vacío si no que está medio lleno.

Allí donde hay un enfermo hay una enfermedad. Las enfermedades no se han de ir a buscar en los libros para considerar que son verdaderas.

Hoy, en este tercer manifiesto, es de justicia destacar una vez más que ha habido importantes cambios de percepción, tanto en el colectivo médico como en los organismos públicos. Los afectados de fibromialgia y de síndrome de fatiga crónica han pasado prácticamente de tener que pedir excusas por sentir el dolor, a encontrarse con cómplices y a ser escuchados. Esto no cura, es verdad, pero ayuda a vencer un dolor suplementario de la enfermedad, que no era otro, hasta ahora, que el sufrimiento de la soledad”.



De esta manera comienza el III Manifiesto de la Fibromialgia y el Síndrome de Fatiga Crónica, que el pasado 12 de mayo, Día Mundial de estas enfermedades, se leyó en varias localidades españolas en apoyo a nuestro colectivo.

Nuestra Asociación para conmemorar este día, acudió a la Junta General del Gobierno del Principado de Asturias, donde la Presidenta del Parlamento asturiano se solidarizó con nuestra causa y leyó las siguientes palabras:

“La Junta General del Principado de Asturias quiere solidarizarse con todos los enfermos de fibromialgia y de Síndrome de Fatiga Crónica y expresar su respaldo tanto a estos enfermos como a las asociaciones y a todas las personas que han dedicado y dedican su esfuerzo para que la fibromialgia sea considerada como una enfermedad.

Hoy, en el Día Mundial de la Fibromialgia y del Síndrome de la Fatiga Crónica, podemos constatar que la sociedad y las administraciones públicas han tomado con-



ciencia de la existencia de esta enfermedad, antes prácticamente ignorada, y que ha habido importantes cambios de percepción tanto en el colectivo médico como en los organismos públicos.

Las diferentes jornadas y congresos han significado un cambio importante en el tratamiento científico de estas enfermedades. Además, algunas comunidades autónomas han desarrollado planes y han elaborado protocolos de diagnóstico y de tratamiento, aunque es cierto que aún no existen protocolos unificados para todo el Estado.

“Esperamos que las administraciones sean capaces de traducir la sensibilidad de la gente en acción política”

La Junta General del Principado considera un avance el que se haya logrado un reconocimiento social de estas enfermedades y estima que los organismos públicos deben de realizar un mayor esfuerzo en lo que se refiere al tratamiento de los afectados por esta enfermedad”.

Quedando aprobado por el Pleno de la Junta este texto, pasó a formar parte del diario de sesiones.

AENFIPA así mismo colocó mesas informativas en los centros hospitalarios de Gijón, Oviedo y Avilés, así como en los Centros de Salud de Gijón. Para más información y consultar el texto completo de este III Manifiesto pueden consultar nuestra web: www.fibromialgia-asturias.org

Beatriz Martínez Fernández
Trabajadora social de AENFIPA



Hospital Begoña

Avda. Pablo Iglesias, 92 • 33204 GIJÓN
Tlf.: 985 367 711 - Fax 985 365 385
Consultas externas: 985 367 444

FLYCOM

Francisco Javier Martínez Balbín

LATIGUILLOS - COMPRESORES - RACORES - VÁLVULAS - CILINDROS
HERRAMIENTAS NEUMÁTICAS - LUBRICANTES INDUSTRIALES
HIDRÁULICA - NEUMÁTICA

Avda. de los Campones, 256. 33211-Tremañes (Gijón)
Tlf./Fax: 985 324 321

www.latabernadelpiano.com
restaurante@latabernadelpiano.com






CALIDAD DE CONSTRUCCIÓN

- CONSTRUCCIÓN, PROMOCIÓN
- VENTA DE PISOS
- VENTA DE LOCALES COMERCIALES

MAGARLO S.L.
CONSTRUCCIONES


Avda. Primo de Rivera, 36 bajo
33740 Tapia de Casariego (Asturias)
Tel.: 985 472 765 - Fax: 985 628 170

VOLADURAS VEMAR S.L. 

- Explotación de canteras
- Voladuras en excavaciones y desmontes
- Contratación del arranque de todo tipo de roca

info@voladurasvemar.com

Pol. Pront "Via de Servicio" 33199 - Meres (Siero)
Telf.: 985 793 405 - Mov. 687 982 660 - Fax: 985 794 124



OVIEDO
Ctra. Santander-Meres (Siero)
Teléfono 985 793 636
Fax 985 794 048

GIJÓN
Tremañes, 11
Teléfono 985 357 743

AVILÉS
Tabaco
Teléfono 985 515 091
Fax 985 515 582

Website: www.gruasroxu.com Email: roxu@gruasroxu.com



10ª Jornada de Primavera sobre la Enfermedad de Alzheimer

El 26 de Mayo de 2006 tuvo lugar la 10ª Jornada de Primavera sobre la Enfermedad de Alzheimer que ADAFA lleva organizando una década. Después de diez años consecutivos abordando la enfermedad de Alzheimer, el tema sigue despertando gran interés no solo en familiares afectados sino también en un gran número de profesionales implicados en el campo de las demencias.

Dña. Laura González (2ª por la Dcha.) durante el acto inaugural de la jornada.



Dr. Fernando Valdivieso Amate

Hospital Virgen de la Arrixaca de Murcia la enfermera **Dña. Agustina Legaz García**. En su exposición nos dio pautas de los cuidados que necesita un enfermo de Alzheimer y que pueden ofrecer las familias.

Otro de los temas más demandados por las familias es la incapacidad legal del enfermo. La abogada **Dña. Cristina Fernández** nos hizo una exposición muy interesante de los pasos a seguir en el proceso de incapacidad que más tarde continuó con el posterior coloquio y turno de preguntas de los asistentes.

Esta 10ª Jornada ha sido una vez más un foro de encuentro y debate de todas aquellas personas que por cuestiones personales o profesionales manifestamos interés por el campo de las demencias y más concretamente por la enfermedad de Alzheimer.

Este año contamos en el acto inaugural con la participación de **Dña. Mª Concepción González Mena**, Presidenta de la Asociación Democrática Asturiana de Familias con Alzheimer, **Dña. Alba Riesgo García**, Vocal de Medicina Extrainfantil del Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Asturias y de **Dña. Laura González**, Consejera de Vivienda y Bienestar Social del Gobierno del Principado de Asturias.

Respecto al programa científico fue abierto por la **Dra. Mª Teresa Calatayud**, neuróloga del Hospi-

tal Central de Asturias que nos expuso cuál es el abordaje terapéutico de las demencias y qué relación tienen con la calidad de vida.

A continuación, el **Dr. Fernando Valdivieso Amate**, catedrático de Bioquímica y Biología Molecular de la Universidad Autónoma de Madrid nos explicó las investigaciones que se están llevando a cabo y cómo el virus del herpes está relacionado con el desarrollo de la enfermedad de Alzheimer.

Para abordar el tema de los cuidados relativos al campo de la enfermería se trasladó desde el



Día Mundial de la E.L.A.

Como todos los años, el pasado 21 de Junio hemos celebrado el Día Mundial de la E.L.A.

Este año, independientemente de la campaña en los medios de comunicación, el día 16 se colocó una mesa informativa en los bajos del Ayuntamiento de Oviedo. El acto fue promovido por el Defensor del Ciudadano de esta ciudad, **D. Alberto Mortera** y por **D. Javier Lasheras**, Presidente de la Asociación de Escritores.

Desde esta revista queremos hacerles llegar nuestro agradecimiento por esta iniciativa, y también a todos los que se interesaron de una u otra manera por conocer la realidad de esta enfermedad, por las necesidades de nuestra Asociación y por los afectados, que son por y para quienes trabajamos. También damos las gracias a todas las personas que participaron en las cuestaciones realizadas el pasado día 17 en Oviedo, Gijón y Avilés, así como en el reparto de folletos informativos.

A la Asociación del Cáncer de Avilés, a muchas personas de Llaranes y de su Parroquia y a la Asociación Asturiana de Esclerosis Múltiple, ya que gracias al préstamo de sus huchas pudimos llevar a cabo esta recaudación de dinero. **GRACIAS A TODOS.**

Jornada Sobre E.L.A.



El pasado día 23 se llevó a cabo una pequeña Jornada en el hotel AC Los Ferranes con el lema: *"La E.L.A. una enfermedad tratable. Entre nada y celulas madre"*.

La charla fue impartida por el **Dr. Jesús Mora**, neurólogo del Hospital Carlos III de Madrid, que en la actualidad es el profesional de referencia en España sobre esta enfermedad. Se contaba también, como representante de la Sanidad del Principado, con la asistencia del **D. José Ramón Riera**, Director de Prestaciones Sanitarias, el cual no pudo acudir a última hora por asuntos personales.

Asistieron numerosas personas, entre enfermos, familiares y profesionales; las cuales, con el interés demostrado, reflejado en las preguntas realizadas, hicieron que la tarde fuese de lo más interesante y provechosa.

Personalmente me quedo con la idea repetida del Dr. Jesús Mora de que no debemos ver a las asociaciones, en general, sólo como lugares donde se pueden obtener beneficios, si no plantearnos también qué podemos aportar nosotros. Será la única forma, en que todos juntos, podamos "apretar tornillos". Y que nuestras necesidades se hagan realidad.

Benito
SISTEMAS DE CARPINTERÍA

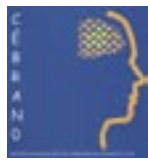
Polígono de Villacell, s/n. 33719 - NAVIA (Asturias)
Tfns.: 985 630 134, 985 630 390, 985 631 044
Fax: 985 630 039 - E-mail: info@benito-educ.es

SERTIBER

DELEGACION PARA ASTURIAS DE **AFSD**

GRUAS TORRE, AUTOMONTANTES Y HORMIGONERAS
MONTAJE Y CONSERVACION, SERVICIO DE REPUESTOS
MAQUINARIA DE CONSTRUCCION, MONTACARGAS DE FACHADA
CENTRALES DE HORMIGON **ORU**

Telf. 985 16 74 22 y 985 16 76 22 • Fax: 985 16 83 11
e-mail: sertiber@fade.es • www.fade.es/sertiber/
C/ Arquímedes, s/n - Polígono de Porceyo • 33211 GIJÓN



Informe sobre Daño

2ª Parte

Causas más frecuentes del

Entre las causas más frecuentes del daño cerebral sobrevenido se encuentran los traumatismos craneoencefálicos y los accidentes cerebrovasculares.

Traumatismo Craneoencefálico

El daño cerebral traumático se ha definido como una afectación del cerebro causada por una fuerza externa que puede producir una disminución o alteración del estado de conciencia, que conlleva una alteración de las habilidades cognitivas o del funcionamiento físico, comprenden desde la contusión craneal hasta lesiones cerebrales con secuelas graves, incluso el coma vegetativo. Sólo una parte de ellos tendrá consecuencias irreversibles en términos de limitaciones funcionales, cuyas manifestaciones dependerán del área del sistema nervioso central afectada y del tipo de lesión. Ello habla de la complejidad que entraña su clasificación, diagnóstico y pronóstico.

Una parte considerable de los TCE más graves y con probabilidad de fallecimiento se derivan de los accidentes de tráfico. La mortalidad por este tipo de accidente ha ido descendiendo a lo largo de los últimos años, aunque en 2002 se mantiene como la octava causa de muerte para el conjunto de la población. Para el total de la población menor de 34 años los accidentes de tráfico constituyen la primera causa de

muerte, con una incidencia notablemente superior entre los varones. Otra parte está relacionada con el trabajo, ya sea porque se producen directamente en los propios centros; porque son accidentes de tráfico in itinere.

La Estadística de Accidentes de Trabajo de 2002 muestra que más de una tercera parte de los accidentes con baja que afectan al cráneo (11.448), la explican cinco ocupaciones características: peones de la construcción (1.536); conductores de vehículos para el transporte urbano por carretera (916); peones de las industrias manufactureras (538); empleados domésticos y otro personal de limpieza de interior de edificios (479) y peones del transporte y descargadores (312).

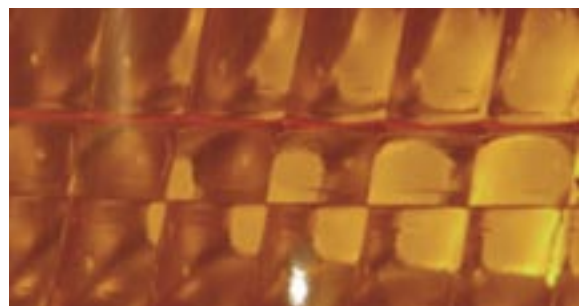
Actualmente hay que sumar a estas causas TCEs producidos por la práctica de deportes de riesgo, agresiones y caídas por consumo excesivo de alcohol y drogas.

En términos absolutos, en 2002 se registraron 29.527 altas hospitalarias con diagnóstico principal de TCE, correspondiendo



19.711 a varones (66,76%) y 9.816 a mujeres (33,24%).

Según datos facilitados por el servicio de UCI, del Hospital Central de Asturias, en nuestra comunidad se producen anualmente entre 94 y 100 TCEs derivados de las distintas causas arriba señaladas.



Cerebral Sobrevenido

Daño Cerebral Sobrevenido

Accidente Cerebrovascular

El accidente cerebrovascular (ACV) describe múltiples trastornos vasculares. Las enfermedades vasculares son alteraciones transitorias o definitivas del funcionamiento de una o varias zonas del encéfalo (cerebro, cerebelo y tronco cerebral) que aparecen como consecuencia de un trastorno circulatorio cerebral.

En España se producen cada año alrededor de 100.000 casos nuevos de ictus, lo que representa un nuevo caso cada 6 minutos, o 200 casos nuevos por cada 100.000 habitantes al año. Cada 14 minutos un español muere a causa de un ictus; es la primera causa de muerte en la mujer española (por delante de la patología coronaria y el cáncer), la segunda en el hombre, el principal responsable de invalidez permanente en la edad adulta y el segundo motivo de demencia, según datos de 1998. En este mismo año se registraron 38.121 muertes por ictus en España, lo que representa el 10% de la mortalidad total, pese a todo ello, solo el 4% de la población española conoce el significado de la enfermedad.

La distribución por comunidades autónomas de las personas ingresadas por ACV/CPS sigue la misma pauta que en el caso de la morbilidad general de esta enfermedad. Los factores que parecen influir en esta distribución territorial son la magnitud de la población y su mayor o menor envejecimiento. Así, la mayor incidencia del ACV se concentra en el Principado de Asturias, La Rioja, Aragón, Cantabria y Cataluña.

Recursos en el Principado de Asturias para la Atención al DCS

Nuestro servicio de salud pública no cuenta en la actualidad con unidades especializadas en daño cerebral sobrevenido. Solamente existe un hospital asturiano con unidad de neurocirugía y otro con unidad de ictus. Los afectados una vez estabilizados clínicamente reciben rehabilitación física y logopédica en el propio hospital y posteriormente de forma ambulatoria pero de manera descoordinada entre los diferentes servicios implicados. A día de hoy, una de las principales necesidades de atención dentro del DCS, como es la evaluación y rehabilitación neuropsicológica, no está contemplada en ninguno de los niveles de atención sanitaria.

Ante la inexistencia de servicios públicos de rehabilitación especializada en el Principado, las propias asociaciones de afectados han sido las que han dado respuesta a esta necesidad dentro de sus posibilidades, la Asociación Cébrano que lleva trabajando desde el año 99 y más recientemente la Fundación Neurocrea que ha comenzado su andadura a mediados del 2004. Tampoco contamos con centros de día, talleres ocupacionales, centros especiales de empleo ni centros de respiro familiar, por lo que este colectivo se encuentra disperso por diferentes servicios como son centros de día para la tercera edad, centros específicos para discapacitados psíquicos... lo cual dificulta su integración social y laboral.



Guía de Turismo

Izda. a Dcha. D. José M^a Pérez y Dña. Mónica Oviedo



Izda. a Dcha. D. Diego González y D. Ignacio Robles



Tras meses de arduo trabajo UMA (Unión de Discapacitados del Principado de Asturias), en colaboración con la Sociedad Mixta de Turismo del Ayuntamiento de Gijón, presentó el día 2 de junio en la sala de prensa del Ayuntamiento de Gijón, la primera "Guía de Turismo Accesible" de la ciudad.

ocasiones lo que debería ser un tiempo de esparcimiento en una tortura. Esta publicación proporcionará una información real del estado de los establecimientos, de los espacios, de los itinerarios peatonales accesibles, aparcamientos reservados, etc... con la seguridad de que quien la consulte no se va a encontrar con ninguna sorpresa, por haber sido comprobada toda la información contenida en la misma. Con la información recogida se podrá decidir el destino turístico con total garantía de fiabilidad.

En los últimos años la ciudad de Gijón ha mejorado en materia de accesibilidad y sus autoridades se han comprometido en convertir la ciudad en un espacio cada vez mas habitable para todos. No obstante, la mayor parte de las barreras se ubican en espacios de uso público: restaurantes, bares, hoteles, etc. Al llevar a cabo la labor de recogida de datos por parte de los miembros de la Comisión de Accesibilidad de UMA, y de los técnicos de calidad de la Sociedad Mixta de Turismo, se comprobó que gran parte del problema reside en el desconocimiento de las necesidades de las personas con movilidad reducida y de la existencia de una legislación que, pese a ser de obligado cumplimiento no es aplicada, respetada ni exigida.

Una vez analizada la realidad existente UMA comprendió que

había que seguir una doble estrategia: Por un lado pedir a las autoridades que utilicen las herramientas necesarias para que se lleve a cabo el cumplimiento de la Legislación vigente, y por otro difundir, sensibilizar e informar a los sectores implicados de la obligación legal y moral de cumplir la normativa de accesibilidad. La primera línea de actuación, de reivindicación ante los estamentos oficiales, forma parte de la política de UMA, siendo habituales las reuniones con técnicos municipales y el envío de escritos reivindicativos. Así pues, se decidió incidir en la información y sensibilización del sector turístico.

Durante la recogida de datos constatamos que muchos empresarios eran receptivos al ideal de accesibilidad para todos, siendo habitual que nos aseguraran que "si no habían cumplido con la normativa era porque la desconocían". Quedó claro para nosotros que el problema era la información y la concienciación. Con el fin de promover estos valores se decidió organizar una Jornada de sensibilización sobre turismo accesible especialmente dirigida al empresariado. El evento tuvo lugar el día 19 de junio de 2006, a las 18:00 horas, en el Centro Municipal Integrado de Pumarín Gijón-Sur, una instalación municipal totalmente accesible.

Esta publicación es una obra pionera en su campo y en el territorio de Asturias. La guía nos permite conocer el estado real de la accesibilidad de los distintos sectores vinculados al turismo y permitir a las personas con movilidad reducida y/o dificultad de desplazamiento que visiten nuestra ciudad, o residan en ella, el conocer de primera mano y con rigor la realidad de los establecimientos turísticos a los que eligen dirigirse.

Hasta ahora las personas con movilidad reducida vivían una auténtica aventura, cuando pretendían disfrutar de su ocio y tiempo libre y acudir a un restaurante, espectáculo o simplemente salir a dar un paseo. La suma de barreras arquitectónicas y urbanísticas, junto con el desconocimiento de la realidad, convertía en muchas

Accesible de Gijón

Jornada de Sensibilización sobre Turismo Accesible

El acto fue presidido por el Concejal de Turismo del Ayuntamiento de Gijón **D. José María Pérez**, acompañado por **D. Joaquín Miranda**, Director de la Sociedad Mixta de Turismo y por la Vicepresidenta de UMA **Dña. Mónica Oviedo**, que inauguraron la Jornada haciendo una breve introducción a conceptos tan necesarios como la Justicia Social y la reivindicación del Colectivo a vivir en espacios transitables para todos. A continuación hizo su intervención **D. Diego González Velasco**, reconocido experto en Turismo Accesible, con más de veinte años de experiencia en la materia.

D. Diego González Velasco expuso la actual situación del Turismo Accesible como un sector en amplio desarrollo en España, y en todos los países de nuestro entorno. La ponencia, apoyada por variadas proyecciones, nos ilustró sobre los beneficios (no solo para las personas con discapacidad, sino también para los empresarios) que reporta la adaptación de

los espacios y los establecimientos turísticos a todos los públicos, pues la accesibilidad no concierne solo a las personas con movilidad reducida sino también a las personas mayores, las que llevan carritos de bebe, las personas con movilidad reducida temporalmente, las que trasladan pesos, los niños, etc.

A lo largo de una interesante exposición se equiparó accesibilidad a modernidad y calidad, y se transmitió a los empresarios allí presentes el concepto de la accesibilidad desapercibida, con lo que se elimina el tabú del "feísmo" de la accesibilidad. También nos dejó en el aire una pregunta para todos: ¿Qué calidad tiene un sector turístico que excluye a todos los colectivos anteriormente citados? El ponente aportó un serie de rotundos datos económicos que demuestran que las personas con discapacidad no solo son buenos clientes sino que además suelen viajar acompañados por familiares y amigos, siendo significativo que la estancia media de este tipo de

clientes se sitúe en 16 días y su grado de fidelización sea excepcionalmente alto. A continuación intervino **D. Ignacio Robles**, presidente de la Asociación APTAA cuyo objetivo principal es la promoción de la accesibilidad y el turismo accesible en Asturias. En su exposición nos comunicó la necesidad de la existencia de actividades de ocio y tiempo libre adaptadas a personas con discapacidad, y a través de la proyección de diversas imágenes pudimos comprobar como en estos momentos en Asturias podemos disfrutar de vuelo de cometas, excursiones a caballo, paseos en barco, piraguismo, quads,... accesibles y con todas las garantías de seguridad.

Tras la conferencia y posterior debate el Concejal de Turismo y la Vicepresidenta de UMA clausuraron la Jornada y reiteraron el compromiso de continuar colaborando con iniciativas de este tipo. Estas jornadas nos indican que estamos en el buen camino, pues ya son varios los establecimientos gijoneses que, gracias a las visitas realizadas para la elaboración de la Guía, ya han comenzado a reformar sus negocios.



*Pola Siero Capital
de l' Asturianía*



Paz Fernández Felgueroso nació en Gijón, es Diplomada en Asistencia Social, por la Escuela de Asistentes Sociales de Gijón y Licenciada en Derecho por la Universidad de Oviedo.

Ha ostentando diferentes responsabilidades dentro de su larga trayectoria política de las que destacan: Secretaria General de Comunicaciones del Ministerio de Transportes, Turismo y Comunicaciones, Diputada en la Junta General del Principado de Asturias, Consejera de Industria, Turismo y Comercio y Secretaria de Estado de Asuntos Penitenciarios. En 1999 fue elegida alcaldesa de Gijón, convirtiéndose en la primera mujer que ocupa este puesto.

Actualmente en Gijón se están llevando a cabo diversos proyectos urbanísticos, y arquitectónicos tales como el acuario, el centro de talasoterapia, el metrotrén ¿Se está teniendo en cuenta que sus proyectos cumplan con la normativa de accesibilidad del Principado de Asturias al objeto de que sean totalmente accesibles para el conjunto de la ciudadanía: personas mayores, personas con discapacidad, personas con dificultad de desplazamiento?

Desde luego. El Ayuntamiento de Gijón mira muy de cerca todos los proyectos y garantiza su accesibilidad. Esta vigilancia de las ordenanzas se realiza desde hace años en todos los edificios, públicos o privados. En cuanto a la eliminación de las existentes, eso se hace también en los edificios antiguos que se rehabilitan. En la rehabilitación del edificio consistorial se tomaron muchas medidas en esa dirección. Y luego, claro está, se están eliminando progresivamente en todas las calles en que actuamos, bien reurbanizándolas completas o bien renovando aceras. Solamente en los dos últimos años se hizo en más de 200 calles.

Nuestra Federación representa a cerca de 5.000 personas con discapacidad física y orgánica en Asturias, muchas de ellas están afectadas de movilidad reducida. ¿En qué medida se valora la opinión y experiencia de COCEMFE-ASTURIAS en materia de accesibilidad a la hora de acometer cualquier tipo de actuación en la ciudad?

Se valora. No hay más que aludir a las medidas de eliminación de barreras arquitectónicas que acabamos de repasar en la respuesta anterior o, sin ir más lejos, el esfuerzo que empresas como la de autobuses municipales, EMTUSA, llevan haciendo durante años para que todos los vehículos tengan rampas de acceso fácil, piso bajo y otras medidas. Tampoco hay que olvidar la colocación de semáforos acústicos en buena parte de la ciudad que dan seguridad a las personas con problemas de visión.

“Tenemos una voluntad clara de cumplir los porcentajes de empleo para personas con discapacidad en las convocatorias de la Administración Municipal”

¿En qué consiste el Consejo de la Discapacidad que el Ayuntamiento de Gijón va a poner en marcha? ¿Cuáles van a ser sus objetivos? ¿Quién o quienes formarán parte del mismo?

El Consejo es un compromiso municipal que, por ahora, se encuentra en fase de preparación. El Pleno ha derogado el anterior Reglamento de Participación y con él se han derogado los consejos sectoriales. Tiene que hacerse un nuevo reglamento y así se podrán poner en marcha los nuevos consejos. Entre ellos estará el Consejo de Discapacidad. Tenemos la voluntad de hacerlo en el momento que sea posible reglamentariamente. En todo caso, quiero recordar que el Ayuntamiento de Gijón tiene una relación permanente y fluida con las asociaciones que representan a los discapacitados. COCEMFE nos ha premiado por nuestra labor en este campo, colaboramos de manera directa con Apta, acabamos de ceder a Aspace el suelo procedente de una donación... Esa relación con las asociaciones de discapacitados ya existe y será aún mayor cuando se pueda crear el Consejo.

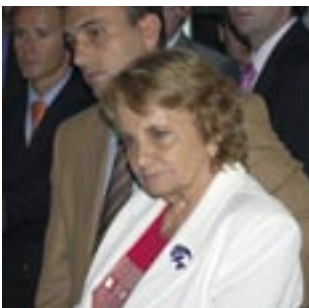


Entrevista con
**Paz Fernández
Felgueroso**



El Ayuntamiento de Gijón, a través de la Sociedad Mixta de Turismo, ha colaborado con una de nuestras asociaciones UMA (Unión de Discapacitados del Principado de Asturias) en la elaboración de la primera Guía de Turismo Accesible de Gijón, que ha sido presentada en Junio. ¿Cuál es su valoración de la situación del Municipio en ese sentido? ¿Cree que tendrá repercusión en la proyección turística de nuestra ciudad?

La sensibilidad municipal con los problemas derivados de la discapacidad es buena para todos. Es buena para los directamente afectados porque se mejora su calidad de vida y lo es para el resto de la ciudad. Una ciudad en la que se cuida a las minorías, que es más habitable en general, que suaviza la agresividad a la que a veces tiende el urbanismo, es una ciudad en la que se siente cómodo todo el mundo. Esa imagen de ciudad abierta, accesible... es atrayente también para el turismo porque la oferta de una plaza como Gijón tiene que ser amplia. Hay que ofrecer cultura, gastronomía, naturaleza y playa, pero también la accesibilidad es un valor en sí misma porque todos, tarde o temprano, nos vamos a beneficiar de que Gijón y sus edificios públicos estén hechos a la escala de las necesidades de quienes más dificultades tienen. Esta es una ciudad para todos. Eso es lo que pretendemos. Nos gusta Gijón y queremos que le guste a todo el mundo sin excepción.



El Gobierno acaba de aprobar el Proyecto de Ley para la Autonomía Personal, ¿Qué medidas se están llevando a cabo desde el Ayuntamiento de Gijón para el momento en que esta comience a ser una realidad en el año 2007?

La Ley de Autonomía Personal es una competencia más regional que local. El Gobierno del Principado será quien deba poner en marcha los desarrollos de la Ley una vez que esta sea aprobada. En cualquier caso, el Ayuntamiento de Gijón mantendrá su compromiso y arbitrará las medidas que sean necesarias en colaboración con el ejecutivo regional.

Por exigencia legal aquellas empresas de cincuenta o más trabajadores tienen la obligación de emplear al menos un 2% de personas con discapacidad ¿Se tiene en cuenta esta obligación legal a la hora de establecer los baremos de puntuación en los concursos públicos? Sabemos que este Ayuntamiento reserva un mínimo del 5% de plazas convocadas en su oferta pública a personas con discapacidad. ¿Ocurre lo mismo en las empresas de las que es titular el Ayuntamiento de Gijón? ¿Se cubren esas plazas con personas discapacitadas?

Existe ese compromiso y se va cumpliendo en la medida de lo posible, sobre todo en las convocatorias de la Administración Municipal. Quiero decir que no todas las empresas municipales pueden emplear al mismo número de discapacitados, ya que hay tareas en las que la adaptación es muy complicada. En cualquier caso tenemos una voluntad clara de cumplir los porcentajes de empleo para discapacitados.

**ORTOPEDIA
CENTER**

CALZADO PARA DIABÉTICOS
DESCANSO Y BIENESTAR

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



CROMA
Serigrafía

Adhesivos Camisetas

Regalos de Empresas

Avda. Portugal, 52 bajo
33207 Gijón (Asturias)

CROMA

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

Por fin

HA LLEGADO

Debemos celebrar con entusiasmo, que estamos ante un nuevo derecho social, algo que UGT venía reivindicando desde hace muchos años, de carácter universal y subjetivo. Un derecho que por fin se hace realidad, que dará respuesta integral a las necesidades de las personas que se encuentran en situación de dependencia. Somos testigos del fuerte proceso del envejecimiento de nuestra población, a nivel nacional y sobre todo en nuestra Comunidad Autónoma, con un porcentaje importante de personas mayores. El aumento de la esperanza de vida, algo muy positivo, por supuesto, fruto del desarrollo de nuestro país, hace necesario y justo que ya que se vive más, se viva en las mejores condiciones de calidad posibles.

Por ello era necesario que se regulase la protección a las personas dependientes, porque no se podía seguir como hasta ahora, donde el nivel de cobertura de servicios destinados al cuidado de estas personas es muy escaso, y además presentan diferencias territoriales importantes.

Actualmente **un 70% de las personas dependientes reciben cuidados exclusivamente a través de las familias**, un 15% de servicios privados, cuyo coste recae a cargo de la persona usuaria y su familia, y un 15% de los servicios públicos, que a la vez reciben cuidados de sus familiares.

Todo esto unido al aumento de demanda de estos servicios, propicia que no quede otro remedio que acudir a los servicios privados y al cuidado por parte de las mujeres.

UGT ha hecho una apuesta muy importante por una red de servicios y equipamientos de atención a

Con la futura ley de promoción de autonomía personal y atención a las personas en situación de dependencia, se dará un paso fundamental e histórico en el ámbito de la protección social de nuestro país, que supone el aumento del bienestar de las personas dependientes y sus familias, además de repercutir de una manera muy importante sobre la economía y el empleo.

El Ministro de Trabajo y Asuntos Sociales Jesús Caldera expuso en el Congreso las líneas generales de la Ley de Dependencia.



mayores, y personas con discapacidad profesionalizada y, por supuesto de calidad.

El Sistema Nacional de Dependencia, nace para dar respuesta integral a todas las personas que se encuentran en situación de dependencia, a sus familias y especialmente a las mujeres. No olvidemos que un 83% de las personas cuidadoras son mujeres, debido a la falta de cobertura de servicios para cuidar o dar una prestación a esas personas en situación de dependencia. La futura ley se presenta como una verdadera

oportunidad de empleo para esas mujeres, ya que podrán acceder si así lo desean al mercado de trabajo.

En resumen consideramos que esta ley supone un cambio necesario, importante y positivo para nuestra sociedad en su conjunto, y muy especialmente para las personas en situación de dependencia, así como sus familias, que consolida y amplía nuestro modelo social, potenciando unos servicios que generarán empleo y un crecimiento económico importante.

**Dpto. de Servicios Sociales
de UGT Asturias.**

Asamblea General de

COCEMFE-ASTURIAS

El pasado 23 de Junio tuvo lugar en la sede de COCEMFE-ASTURIAS en Gijón su Asamblea anual ordinaria, con asistencia de representantes de la práctica totalidad de las entidades que la forman.

Antes de comenzar la Asamblea se entregó a todas las entidades presentes un ejemplar de la Memoria de Actividades de 2005, realizada por Grupo Iniciativas, así como también una copia de la Memoria Económica.

El Presidente de la Federación, tras la lectura y posterior aprobación del acta de la asamblea anterior, hizo una breve exposición de cada uno de los programas que COCEMFE-ASTURIAS lleva a cabo a través de las distintas áreas, así como de algunos de los proyectos más importantes en los que COCEMFE-ASTURIAS trabajó a lo largo del año, tales como el **Centro de Atención Integral para Personas con Discapacidad Gravemente Afectados**, que la Federación construye en Gijón.

Mario García destacó en especial los programas experimentales de empleo que desde el **Servicio de Integral Laboral (SIL)** se han desarrollado a lo largo del año, tales como el Proyecto ALTER, de los que afirmó que en Asturias somos pioneros, facilitando así el acceso al mercado laboral de las personas con discapacidad pertenecientes a las zonas rurales.

Asimismo resaltó la consolidación del **programa de rehabilitación "Mejora"**, que en 2005 atendió a 135 pacientes, con lo que se logró avanzar en una de las grandes prioridades de la Confederación, la atención a las personas en situación de dependencia.



La I Edición de los Premios COCEMFE-ASTURIAS, así como la recién estrenada web www.cocemfeasturias.es también fueron objeto de una mención especial por parte del Presidente.

Una vez finalizado el repaso a las actividades del año, se visionó un video sobre la Memoria de Actividades y otro de carácter corporativo, donde se reflejaba el aspecto humano a través de imágenes de los trabajadores pertenecientes tanto a la Federación como a las asociaciones miembros, finalizando el mismo con el agradecimiento a cada una de las mismas. El vídeo realizado por **Grupo Iniciativas para la Comunicación Integral** suscitó el aplauso unánime de los presentes.

Uno de los puntos más importantes en el orden del día fue la **ratificación de la incorporación de dos nuevas**

entidades a la Confederación: la *Asociación para la Promoción del Turismo Adaptado (APTAA)* y la *Asociación de Mujeres Discapacitadas de Asturias (AMDAS-LA FONTE)*. Estas nuevas incorporaciones fueron aprobadas por unanimidad, tras lo cual, D. Mario García, les dio la bienvenida a la Federación, subrayando la importancia de estos nuevos ingresos, ya que por sus especiales características, vienen a cubrir un hueco vacante hasta ahora. Las dos entidades, tras agradecer a los asistentes su confianza, hicieron un breve resumen de las actividades de sus respectivas asociaciones.

Por último se abrió el turno de ruegos y preguntas, en el transcurso del cual se dio paso a otras intervenciones, **concluyéndose con la apelación a la unión del Colectivo para la defensa de sus intereses comunes.**



Con las nuevas incorporaciones. ¡Ya somos 18!

- **Asociación para la Promoción del Turismo Adaptado Asturiano (APTAA)**
 Es una asociación sin ánimo de lucro para personas con discapacidad física, psíquica y sensorial, así como sus familiares. Sus fines son, entre otros, fomentar y promocionar el turismo accesible dirigido a personas con discapacidad y favorecer la integración social de personas con discapacidad, a través de actividades y programas orientados a una ocupación educativa del ocio y tiempo libre (turismo cultural, deportivo, ecológico...).
- **Asociación de Mujeres Discapacitadas de Asturias (AMDAS- LA FONTE)**
 Es una asociación sin ánimo de lucro con sede en Gijón; entre sus fines principales se encuentran la promoción y desarrollo a nivel individual y social, la lucha contra la discriminación de las mujeres discapacitadas del Principado de Asturias, facilitando todo tipo de información, ayuda psicológica, asesoramiento jurídico, bolsa de trabajo, formación profesional, y toda la colaboración asistencial que sea precisa para erradicar las barreras que existen para las mujeres y las niñas discapacitadas que impiden o dificultan su inserción en las actividades de la vida cotidiana.



OIMAR
 Industrial Climac, Sociedad Anónima
 Lealtad, 13 - 33212 Gijón
 Apartado 314 - 33280 Gijón
 Tel.: 985 321 700 - Fax: 985 323 831



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE SOBRESCOBIO



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

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

ORTOPEDIA



BAZAR MEDICO ASTURIANO

Sillas de Ruedas
 Fajas Ortopédicas y Lumbostatos
 Calzado con Contrafuerte y Plantillas a Medida
 Camas Articuladas, Grúas Traslado Enfermos
 Ayudas a Tercera Edad

Nueve de Mayo, 17 - 33002 Oviedo - Tel.: 985 225 820 - Fax: 985 228 529
 E-mail: barzama@terra.es

cuanto más **SORSTICADA** es una herramienta profesional...
 más **CUALIFICADO** ha de ser el equipo que la pone a punto...



ATENOR

Central de franquicias: 900 700 789

AFILIADOS PROFESIONALES Y DE PRECISIÓN
 PARA CUBIJA, PULGUEJERA, MORTOJERA, ALBERTACIÓN, INDUSTRIAL... 2º FORMULA 1
 www.atenor.es atenor@telefonos.es

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



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

Concejo de Oportunidades, en pleno Corazón de Asturias

LLANERA

Enclavado en pleno corazón de Asturias, Llanera se convierte en centro neurálgico del área metropolitana de la región. Privilegiado en lo que a comunicaciones se refiere (se localiza exactamente en el llamado "triángulo Oviedo-Gijón-Avilés), por Llanera pasa la arteria de comunicación más importante del Principado, la "Y", que se une a Posada por medio de la autovía de la Industria.

Limita al norte con Gijón y Corvera; al sur con Oviedo; al este con Gijón y Siero; y al oeste con Illas y Las Regueras. Con este último municipio conforma la denominada comarca del Nora, cuyo relieve se define en torno a abundantes ríos: el Nora, el Zalandrón y el Alvares.

Con una superficie de 107 Km², el concejo se compone de 73 poblaciones y 11 parroquias, con una población próxima a los 14.000 habitantes. Llanera cuenta además con uno de los patrimonios histórico-artísticos más ricos de la región. La mayor parte de las épocas han dejado huella en el concejo.

DISFRUTAR DE LLANERA es disfrutar de la tranquilidad del campo sin tener que renunciar a las comodidades de la ciudad. Estratégicamente situada junto a los grandes núcleos de la región, también ofrece la posibilidad de realizar interesantes rutas que cau-



D. José Avelino Sánchez y Dña. Mónica Oviedo firman el convenio que promoverá la plena integración social y laboral de personas con discapacidad en el Concejo de Llanera.

tivarán al caminante. Y nada mejor que disfrutar del paisaje a pie para abrir boca. Y es que en Llanera encontramos los mejores productos de la tierra: calidad y excelente elaboración son las señas de identidad de la gastronomía del concejo.

A ello se une un programa de fiestas entre las que destaca Los Exconxuraos. La fiesta grande del concejo que el primer fin de semana de julio nos traslada a la época medieval, a través de un torneo, juglares, trovadores y un espectáculo de cetrería. Tres días de intensa fiesta en la que se rememora la unidad, la fuerza



 www.cpma.es

 info@cpma.es

 Fuertes Acevedo, 10. 33006 Oviedo/Uviéu

 Tel. 985 250 668 - 985 250 065 Fax 985 273 949





 Mucho más que transporte

 Peña Santa, parcelas 75-76

 33192-Silvota / ☎ 985265242

y la hermandad que tuvieron los llanerenses cuando en 1408 fueron excomulgados.

Llanera es un privilegio en pleno centro de la región. Un concejo que crece en población, en servicios, en equipamientos y en calidad de vida. Una amplia red de centros socioculturales se distribuye por todo el municipio. Espacios en los que jóvenes y mayores desarrollan actividades, y talleres. Un lugar para la convivencia de todos los llanerenses. El Ayuntamiento de Llanera vuelca gran parte de sus esfuerzos en impulsar políticas que favorezcan el empleo y la inserción social de todos los ciudadanos. Asesoramiento, formación y empleo son piezas angulares del trabajo que se desarrolla desde el Ayuntamiento

Dentro de este impulso por ofrecer más oportunidades a todos los vecinos, el Ayuntamiento de Llanera suscribió el pasado mes de mayo con COCEMFE un convenio de colaboración para mejorar la integración social y laboral de las personas con discapacidad en el municipio. El alcalde de Llanera, José Avelino Sánchez Menéndez, y la Vicepresidenta de la Confederación Coordinadora Estatal de Discapacitados Físicos de España en Asturias (COCEMFE-ASTURIAS), Mónica Oviedo Sastre, plasmaban su firma en un documento que abría una nueva puerta para ofrecer más

facilidades y oportunidades, a aquellos que más lo necesitan.

El Convenio establece y regula un marco de colaboración entre el Ayto. de Llanera y COCEMFE-ASTURIAS, que se concretará en la realización de acciones dirigidas a promover la plena integración social y laboral de las personas con discapacidad, preferentemente física. Para la consecución de este objetivo, el convenio señala que se mantendrán reuniones periódicas que faciliten la puesta en marcha de las acciones y el conocimiento mutuo.

demandantes de empleo con discapacidad del municipio de Llanera. También impartirá cursos de alfabetización digital, a personas con discapacidad del municipio, a través de su programa de Alfabetización Digital en las zonas rurales (@LTER), facilitará asesoramiento en el campo de la discapacidad y el empleo a las empresas del municipio o a los Servicios Municipales competentes, y en materia de accesibilidad y ayudas técnicas y todas aquellas otras materias que se vayan acordando en función de las diferentes reuniones de seguimiento.

El objetivo es seguir mejorando la calidad de vida de los ciudadanos y sobre todo a aquellos colectivos más desfavorecidos como son las personas con discapacidad.

El alcalde de Llanera destacaba que "el objetivo es seguir mejorando la calidad de vida de los ciudadanos y dar y ofrecer más y mejores servicios sobre todo a aquellos colectivos más desfavorecidos como son las personas con discapacidad. Por todo, estamos muy contentos con la firma de este convenio, porque supone un paso más en el apoyo del Ayuntamiento a estos colectivos".

COCEMFE-ASTURIAS se compromete a realizar acciones de orientación para el empleo y el autoempleo, a través del SIL, a todos los

Por su parte, el Ayuntamiento de Llanera colaborará en la cesión de los espacios y medios necesarios para que los técnicos de COCEMFE-ASTURIAS y los recursos municipales puedan realizar las acciones descritas y las futuras.

El Convenio entró en vigor el pasado 4 de mayo y tendrá una duración de un año, con posibilidad de ampliarse. Desde entonces, personal de COCEMFE realiza tareas de orientación **todos los lunes, alternando Posada y Lugo, en horario de 9 a 15 horas en dependencias municipales.**

QUALITY  **ultracongelados**
RIO-LOLE, S.A.
Hamburguesas 100% Vacuno, Patatas, Precocinados, Verduras, Pescados y Mariscos
Tífnos 985 168 835 - 985 307 125 - Fax. 985 168 836
C/ Alfred Nobel, 3 - Porceyo - 33392 Gijón
E-mail: friopole@ofinorte.es


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

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

 **ROTULOS LUMINOSOS**
ILUPLAX, S.A.
Carretera Oviedo - Santander, Km. 9
Teléfono: 985 744 620
Telefax: 985 742 737
33188 - Argüelles - Siero (Asturias)

Programa

La rehabilitación continuada es una de las principales carencias del colectivo de personas con discapacidad física, sobre todo para aquellas que presentan mayores problemas de afectación al objeto de mantener, mejorar o restaurar una función o habilidad perdida, reducida o no adquirida, contribuyendo a lograr un mayor grado de funcionalidad e independencia, permitiendo a las personas con discapacidad física integrarse en la sociedad con mejores niveles de autonomía.



COCEMFE-ASTURIAS en colaboración con la Consejería de Salud y Servicios Sanitarios ha diseñado y desarrollado un programa de rehabilitación continuada que lleva funcionando desde septiembre de 2004, y que permite la realización de planes de entrenamiento, mantenimiento y recuperación de funciones, destinados a aquellas personas que presentan déficits o deterioros funcionales.

El pasado 18 de mayo tuvo lugar la presentación oficial del Programa de Rehabilitación "MEJORA". El acto tuvo lugar en la sede de la Consejería de Salud y Servicios Sanitarios del Principado, y contó con la presencia de **D. José Ramón Riera**, *Director General de Organización de las Prestaciones Sanitarias*, **D. José Antonio González**, *Director de Caja Madrid en Gijón* (cómo representante de la Obra Social de dicha entidad), y **Dña. Mónica Oviedo**, *Vicepresidenta de COCEMFE-ASTURIAS*.

COCEMFE-ASTURIAS y la Consejería de Salud, están llevando a cabo este programa de rehabilitación continuada, conscientes de que el acceso a la rehabilitación física es el primer paso que una persona con discapacidad física debe afrontar para lograr

una mayor autonomía personal e integrarse en la sociedad de una manera aceptable.

En esta iniciativa de COCEMFE-ASTURIAS la **Consejería de Salud y Servicios Sanitarios ha invertido 132.556 euros**. Este año ha contado también con el apoyo de **Caja Madrid, que ha aportado 18.000 euros destinados a la ampliación del Programa**, permitiendo la contratación de dos profesionales más, que se unirán al equipo ya existente de tres fisioterapeutas, un logopeda y una trabajadora social.

Los usuarios del Programa son principalmente discapacitados físicos en posesión del Certificado de Discapacidad, con edades comprendidas en-



La aplicación personalizada a cada uno de los pacientes de las terapias específicas se ha llevado a cabo por fisioterapeutas y logopedas, así en el año 2005 este programa prestó atención a 135 pacientes pertenecientes a las Áreas Sanitarias de Oviedo, Gijón y Avilés

Mejora

para la rehabilitación continuada

tre los 16 y 55 años, que presentan enfermedades crónicas invalidantes, especialmente con grandes incapacidades derivadas de lesión definitiva.

La aplicación personalizada a cada uno de los pacientes de las terapias específicas se ha llevado a cabo por los fisioterapeutas y logopedas participantes en este proyecto. Durante el año pasado este programa prestó atención a **135 pacientes** pertenecientes a las Áreas Sanitarias de Oviedo, Gijón y Avilés. De ellos, 65 recibieron tratamiento en grupo y el resto de forma individualizada. Trece de ellos presentaban una discapacidad total, en 79 pacientes ésta era severa, y en 43 se trataba de una discapacidad moderada.

La media de tres actividades por cada sesión programada alcanzó hasta ahora la suma de 13.200 para el



Presentación oficial del Programa de Rehabilitación. De Izda. a Dcha. Dña. Mónica Oviedo, D. José Ramón Riera y D. José Antonio González.

conjunto total del Programa. Dichas actividades tienen como objetivo ralentizar el curso de las enfermedades tratadas y apoyar a los usuarios al objeto de conseguir un mayor grado de autonomía funcional.

El balance se puede considerar como altamente positivo, ya que el 50% de los destinatarios califican las actividades en las que participan como "muy buenas", mientras que un 41% lo hacen como "buenas".



segundo certamen de diseño industrial de la eutig
diseño y discapacidad



El 3 de mayo de este año tuvo lugar la entrega de premios y diplomas a los ganadores de la segunda edición del certamen "INVENTA '06", en un multitudinario acto que abarrotó el aula magna de la Escuela Universitaria de Ingeniería Técnica Industrial de Gijón.

Debido a la buena acogida que tuvo la primera edición de los premios entre el alumnado, los profesores de la EUTIG, **Javier Suárez Quirós, Ramón Gallego Santos, Ramón Rubio García, Santiago Martín González y Samuel Morán Fernánz**, que forman el *Grupo de Investigación I3G* de la Universidad de Oviedo, y pertenecientes al área de Expresión Gráfica en la Ingeniería, decidieron repetir la iniciativa y convocar la II Edición de Diseño Industrial manteniendo el

mismo lema del año pasado: **"Diseño y Discapacidad"**.

El objetivo consistió en diseñar objetos que pudieran mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad, promoviendo al mismo tiempo el desarrollo de la creatividad e innovación de los alumnos del Centro.

COCEMFE-ASTURIAS ha cooperado con este interesante proyecto llevan-

do a cabo la elaboración de la cartelería. Asimismo se ha comprometido en la difusión entre el alumnado de la problemática y necesidades prácticas del colectivo de personas con discapacidad, con el fin de aportar posibles soluciones desde el punto de vista técnico, tecnológico y de viabilidad comercial.

Al acto de entrega acudieron diversas autoridades pertenecientes al ámbito político, académico y del mundo



General Sabino Fernández Campo, 5 - 1ª. Of. 1ª - 33011 Oviedo
Tfnos./Fax: 985 111 121 - 985 111 929 - Móvil 609 460 443



**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 Nº 3 - Roces - 33211 Gijón (Asturias)
Telf. 985 168 317 - Fax. 985 167 241

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

de la discapacidad, entre ellas la Alcaldesa del Ayuntamiento de Gijón, **Paz Fernández Felgueroso**, el Vicerrector de Ordenación Académica, **Antonio Cueto**, el Decano del Colegio de Ingenieros Técnicos Industriales, **Enrique Pérez**, el Director de la Escuela Universitaria de Ingeniería Técnica Industrial de Gijón, **Joaquín Mateos** y **Javier Suárez Quirós**, en representación éste último del equipo de profesores organizadores del certamen. COCEMFE-ASTURIAS estuvo presente representada por su Vicepresidenta, **Mónica Oviedo Sastre**.

Esta segunda edición del certamen contó con la colaboración de las siguientes empresas y entidades, tanto privadas como de carácter público, que concedieron cada una de ellas diversos premios en metálico a los proyectos ganadores: **MBA**, **Shortes**, **Prodintec**, **Obra Social de Cajastur**, **COITIPA**, **Ayuntamiento de Gijón-Parque Tecnológico** y la **EUTIG**.

Las descripciones y características de los diferentes proyectos premiados pueden consultarse en la dirección <http://aegi.eutig.uniovi.es/inventa>. Desde aquí animamos a las empresas para que estudien la posible viabilidad comercial de tan innovadores diseños industriales.



Los equipos ganadores fueron los siguientes:

José Luis y Javier Manso

Carambola Perfecta y adaptador múltiple.

Sergio Mosquera, Ángela Miguel y Mario Fuente

Bastón Guía.

Javier Souto

Rodillera ortopédica y casco de trabajo para sordos con vibradores direccionales para indicación de peligros.

Belén González y Alfonso Iglesias

Andador con control de movimiento y sistema de dirección.

Icía Aparicio y Laura Vega

Reptador para niños discapacitados y Atril multiposición.

Diego Aparicio

Sistema de posicionamiento avanzado para inventivos y adaptador universal para vehículos con puerta corredera.

Antonio Parra y Susana Pascual

Triciclo para niños con distrofia muscular.

M^a Jesús Barcia, Raquel Díez y David Vila

Barra auxiliar extensible.

Laura Meléndez y Sebastián Lloa

Footy Mouse.

José Jorge García, Álvaro Noval y Luis Miguel Vega

Easy open.



Venta Gases Industriales, Materiales Soldadura y Suministro Industrial

Demetria Suárez, 22. 33408 Avilés - Asturias. Tifs.: 985 561 492, 567 814 - Fax: 985 561 493
www.oxigar.es oxigar@oxigar.es



Talleres y Oficinas

Polígono Puente Seco. 33691 Veriña - Gijón
Tel. 985 329 615 - Fax: 985 322 342 - E-Mail: bartusol@fade.es



Polígono de Falmuria, Nave 5 • 33438 Prendes (Carreño) Asturias
Tel.: 985 887 629 • Fax: 985 887 608 • Movil: 607 547 753



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

VACACIONES

Con la llegada del buen tiempo comienza el período de vacaciones que el Departamento de Ocio y Tiempo Libre de COCEMFE, en colaboración con el IMSERSO, programa todos los años para las personas con discapacidad, y que tanto interés despierta entre éstas y sus familiares.



Si para cualquier persona el período vacacional comporta un gran alivio, por lo que supone de desconexión de los problemas que acarrea la vida cotidiana, para las personas con discapacidad, que tienen que lidiar con problemas añadidos y, en algunos casos sufriendo dolores, se convierten en algo casi imprescindible, ya que en ocasiones conlleva una clara mejoría para su discapacidad.

El programa, además, está especialmente diseñado para estas personas, pues se eliminan totalmente las desagradable sorpresas que supone encontrarnos con multitud de barreras arquitectónicas, con las que a menudo nos enfrentamos al viajar por nuestra cuenta.

Este año, aparte de los destinos clásicos de playa, balneario e interior, nos encontramos



con una interesante novedad, una opción distinta de vivir el tiempo libre para gente con espíritu joven y aventurero.

Tras esta iniciativa turística se encuentra la Asociación para la Promoción del Turismo Adaptado Asturiano (APTAA), entidad sin ánimo de lucro, entre cuyos fines están el fomento y la promoción del turismo accesible en el Principado de Asturias, dirigido a personas con discapacidad en el ámbito autonómico, nacional e internacional.

MULTIAVENTURA



Requisitos

En un entorno rural privilegiado, a caballo entre el mar y la montaña, se encuentra el pueblito Asturiano de Lamuño, a tan sólo cuatro kilómetros de la famosa villa marinera de Cudillero. En él se hallan los apartamentos en los que se desarrolla la estancia, totalmente amueblados y equipados, situados en una extensa finca para uso exclusivo de los grupos de personas que hayan elegido este destino vacacional.

1 **Acreditar un grado de discapacidad igual o superior al 50%. En el caso de quedar plazas vacantes, estas podrán ser cubiertas por personas con una discapacidad inferior al 50%.**

2 **Ser mayor de 16 años o tener autorización del padre, madre o tutor. En caso de menores, han de ir acompañados por sus padres o tutores de hecho.**

3 **Podrán asistir con carácter excepcional los hijos de los beneficiarios menores de 16 años, siempre que se justifique la imposibilidad de poder viajar sin su compañía.**

4 **Podrán llevar acompañante aquellas personas que utilicen silla de ruedas, o que su discapacidad sea superior al 75%, siempre y cuando necesiten ayuda para su normal desenvolvimiento.**

PROGRAMA DE VACACIONES COCEMFE 06

Agosto

T-11	01-14/08/06	Torre Vieja (Alicante)	H. Cabo Cervera***	305,00 €
T-12	03-16/08/06	Los Cristianos (Tenerife)	H. Mar y Sol***	395,00 €
T-13	17-30/08/06	Los Cristianos (Tenerife)	H. Mar y Sol***	395,00 €
T-14	18-28/08/06	Palma Nova (Mallorca)	H.R. Voranova***	410,00 €
T-15	21-28/08/06	Torre Vieja (Alicante)	H. Cabo Cervera***	200,00 €
T-16	28/08-10/09/06	Viella (Lérida)	H. Refugio V.A.***	365,00 €

Septiembre

T-17	1-11/09/06	Lamuño (Asturias)	A. Rural - Cabañas	360,00 €
T-18	04-15/09/06	Almuñecar (Granada)	A.H. Turismo Tropical	390,00 €
T-19	11-23/09/06	La Manga del Mar Menor (Murcia)	H. Gaviotas****	300,00 €
T-20	15-28/09/06	Torremolinos (Málaga)	H. Sol Principe****	335,00 €
T-21	18-30/09/06	Mojacar (Almería)	H. Marina Playa****	247,00 €
T-22	30/09-13/10/06	Benidorm (Alicante)	H. Bali****	245,00 €

Octubre

T-23	01-11/10/06	Balneario de Arnoia (Orense)	H. Balneario de Arnoia***	270 € ¹ - 190 € ²
T-24	02-15/10/06	Islantilla (Huelva)	H. Oasis Islantilla****	250,00 €
T-25	16-26/10/06	Palma Nova (Mallorca)	H. R. Voranova***	335,00 €
T-26	24/10-07/11/06	Balneario de Arnoia (Orense)	H. Balneario de Arnoia***	385 € ¹ - 265 € ²

Noviembre

T-27	02-12/11/06	Puerto Santa María (Cádiz)	H. Pto. Bahía***	80,00 €
T-28	09-23/11/06	Balneario de Arnoia (Orense)	H. Balneario de Arnoia***	385 € ¹ - 265 ² €
T-29	15-28/11/06	Benidorm (Alicante)	H. Poseidon***	240,00 €

Diciembre

T-30	01-14/12/06	Benidorm (Alicante)	H. Posiedon***	240,00 €
T-31	04-17/12/06	Almuñecar (Granada)	H. Helios C.T.***	195,00 €

(1) Beneficiario, (2) Acompañante



Cuando os encontréis debidamente instalados, podréis comprobar cómo se abre un amplio abanico de sugerentes propuestas ante vuestros ojos de actividades lúdicas, deportivas y de montaña.

Podréis hacer volar cometas desde uno de los acantilados más impresionantes de la costa cantábrica, mientras se dibujan en el aire figuras imposibles, sintiendo como el fuerte viento tira de vosotros.

O también, un descenso en bicicleta de montaña por la zona occidental de Asturias, para trasladarse a otras épo-

cas, donde la vida costumbrista y las leyendas siguen vivas. Y descubrir un vasto territorio, lleno de lugares mágicos de piedra y pizarra, playas y acantilados, bosques y brañas, ríos salmoneros, recónditos puertos pesqueros, e intensa huella celta.

El tiro con arco es otra de las actividades de las que podréis disfrutar en vuestras vacaciones asturianas.

Seguro que habéis oído hablar alguna vez del **Paint-ball**. Se practica al aire libre y se utilizan pistolas de aire comprimido con pintura 100% biodegradable. Ideal para liberar estrés mientras jugáis en equipo.

Asimismo se pueden hacer excursiones a bordo de un vehículo 4X4 por senderos escarpados y disfrutar de paisajes inolvidables.

Entre la extensa variedad de ofertas culturales incluidas en este programa,

cabe destacar la visita en autobús adaptado a Covadonga, el centro histórico y espiritual de los asturianos. Desde allí, y en una subida de doce kilómetros os asomaráis al espectacular balcón ante el que se despliegan majestuosos los Picos de Europa.

La Ruta por los Valles Mineros, conocidos popularmente por "Les cuenques", donde durante más de dos siglos se desarrolló la extracción del carbón. La Ruta por la Comarca de la Sidra, para conocer los pormenores de la elaboración de la bebida emblemática asturiana, con visita al llugar **El Gaitero**.

Visita turística a las dos ciudades principales de Asturias, Gijón y Oviedo, al puerto típico pesquero de Lluarca y a la comarca Vaqueira, tan rica en diferencias etnológicas y culturales.



Más Información: www.cocemfe.es

El to perru nun quier emporcar la cai. Cuando olvides recoyer los sos escrementos, déxelu mal. Si te preocupa lo que piensen d'elli y tamién lo que piensen de ti, fai casu. Dexalu bien nun cuesta nada.

Cuando'l perru te pida CACCA, yá sabes lo que quier dicir.

*** Conducta Apropriadada, Ciudadá Acuriosada**

Ayuntamientu de Xixón 
www.gijon.es

Xixón
mejor contigo

ayak

en el mar

una aventura apta para muchas personas con discapacidad.

El viento en la cara, las olas pasando sobre la proa, remar en mar abierto, costear, visitar playas, explorar cuevas marinas... una buena dosis de adrenalina y una buena terapia para la mente y para el cuerpo.

Antes de nada...

Unas cuantas observaciones relativas a la seguridad que son imprescindibles cuando realizamos alguna actividad que pueda entrañar algún riesgo o peligro y especialmente en el Mar. Es recomendable salir en grupos reducidos, 3 o 4 palistas en embarcaciones individuales es un número ideal. Si fuera necesario prestar ayuda a un compañero siempre será mejor entre dos. Por otro lado no son aconsejables los grupos numerosos que siempre dificultan las maniobras y pueden ser potencialmente peligrosos por el caos que producen. No salgas a navegar en solitario, sobre todo si eres principiante. Deja siempre constancia de tu itinerario a alguien que esté en tierra, así como una hora aproximada de regreso. Cuando selecciones a un compañero de travesía, que sea un experto y que conozca la ruta previamente. Huye como de la peste de aquellos que dicen que... no le tienen miedo al Mar. Sencillamente o son unos irresponsables o son unos inexpertos, en cualquier caso mala

compañía. Cualquiera que tenga sus "tablas" en el Mar ha tenido miedo alguna vez, claro que, también se usa un eufemismo... "respeto al Mar". En realidad, si vuelcas en una rompiente, si se te viene encima un olón de dos o tres metros o si te atascas en una cueva... creedme, lo que se siente es miedo y no respeto.

Y algo muy importante... ante la duda, desiste y vuelve sobre tus pasos o directamente no embarques. Cuando se sobrepasa la línea que marca el sentido común y la experiencia, es cuando una actividad tan apasionante como esta, se puede convertir en una tragedia. Tened en cuenta que incluso se dan accidentes cuando se observan todas las normas de seguridad porque el Mar es indómito e imprevisible, por mucha tecnología, experiencia o valor que tengamos.

Recordad este axioma... si navegamos es porque el Mar nos deja y no porque nosotros queramos.





Antes de acercarse a la roca es necesario observar las posibles rompientes, remolinos y subidas o bajadas bruscas de nivel... y siempre sin perder de vista lo que tienes a tu espalda.

**Recordad este axioma...
si navegamos es porque el
Mar nos deja y no porque
nosotros queramos.**

El equipo y las adaptaciones.

No hay extendida ningún tipo de adaptación específica para personas con discapacidad en este tipo de medio. Obviamente dependerá de la discapacidad. Todas aquellas personas que dispongan de movilidad en la parte superior del cuerpo no tienen que tener problemas, salvo en el embarque y desembarque, para lo cual están siempre los acompañantes (como en otros muchos deportes). Por otro lado, para lo concerniente a la espalda, se dispone (según modelos de embarcaciones) de una riñonera-respaldo que se adapta mediante cinchas y mosquetones al casco y que proporciona una buena sujeción al mismo y más confort al palista. En las personas que tengan una lesión en la espalda, la altura de la misma, determinará la elección del tipo de embarcación, del tipo de bañera que tenga, así como del respaldo específico que mejor se adapte al palista.

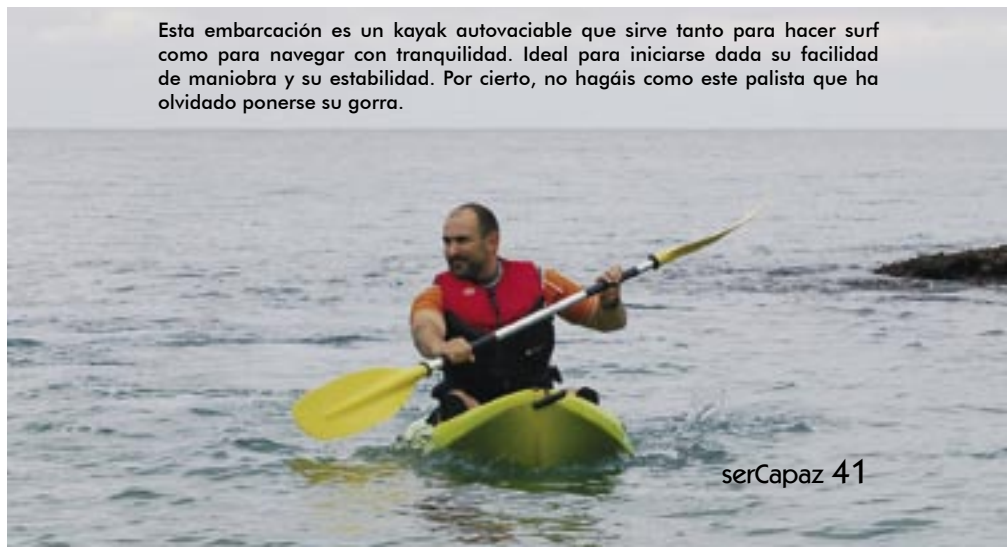
Respecto a la embarcación que escogamos existen muchas alternativas, dependiendo siempre de la exigencia marcada y del tipo de actividad a realizar. No es lo mismo, por ejemplo, travesía marítima que kayak surf. En la primera interesa una nave segura, marinera y veloz, por lo que se utilizan esloras de hasta 5 metros con muy poca manga. En el segundo interesa la maniobrabilidad, la estabilidad y la velocidad no importa, con lo que se usan embarcaciones que

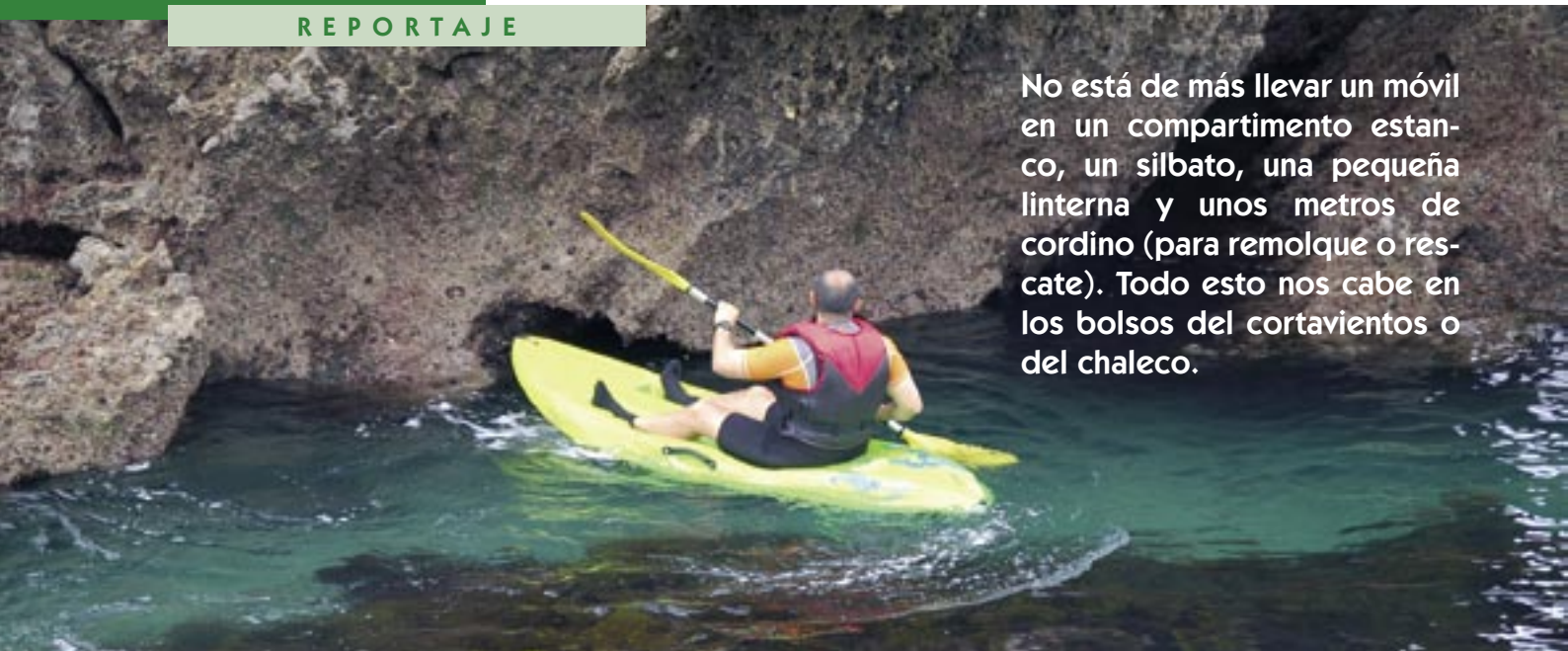
en ocasiones rondan los dos metros de eslora por 50 o 60 cm de manga. Normalmente una eslora mayor implica más velocidad pero menos rapidez de maniobrabilidad o giro. Luego, entre medias, existen embarcaciones no especializadas que sirven un poco para todo. Aparte de esto, la decisión más importante es la referente al tipo de casco: autovaciable o con bañera convencional. En el autovaciable el palista va sobre el casco que dispone de la forma anatómica para envolverlo y son naves que son ellas mismas un compartimento estanco e insumergible, donde el agua circula sobre la cubierta y se va desalojando de la misma forma. Este sistema es más recomendable para principiantes, ya que, en caso de vuelco no hay que hacer la temida maniobra del "esquimotaje" para recuperar la posición. Las embarcaciones de bañera necesitan un cubrebañeras que im-

pidan que se llene de agua y que convierten al palista en una especie de centauro del mar, donde él y el kayak son una misma cosa. Requieren de más técnica y son recomendables con cierto grado de experiencia.

Además de la embarcación, es imprescindible un chaleco (bien abrochado), un neopreno (aunque nos parezca que hace calor), un cortavientos (recomendable dependiendo de la meteorología) y protección para la cabeza (muy importante), además de la protección solar. No está de más llevar un móvil en un compartimento estanco, un silbato, una pequeña linterna y unos metros de cordino (para remolque o rescate). Todo esto nos cabe en los bolsos del cortavientos o del chaleco y nos puede sacar de apuros en más de una situación comprometida.

Esta embarcación es un kayak autovaciable que sirve tanto para hacer surf como para navegar con tranquilidad. Ideal para iniciarse dada su facilidad de maniobra y su estabilidad. Por cierto, no hagáis como este palista que ha olvidado ponerse su gorra.





No está de más llevar un móvil en un compartimento estanco, un silbato, una pequeña linterna y unos metros de cordino (para remolque o rescate). Todo esto nos cabe en los bolsos del cortavientos o del chaleco.

La travesía.

Lo guapo, lo importante y sobre todo, la razón de todo este montaje... pasar un día inolvidable y visitar sitios impresionantes, maravillosos e imposibles de otra forma... algo así como meterte dentro de un documental entre al filo y el National Geographic y ser el protagonista.

En la costa Llanisca, existen rutas perfectas para iniciarse y "engancharse" al remo. Fáciles, que no requieren de grandes dotes físicas, con multitud de paradas para admirar todo lo que nos vamos a encontrar y moverse costeanado en un radio de acción de una o dos millas marinas (entre 2 y 3,5 km.) para pequeñas salidas

de 2 a 3 horas. El problema, como siempre, se encuentra en encontrar una playa o embarcadero que reúna unos mínimos de adaptabilidad (cosa lamentablemente escasa) y que en sus alrededores se encuentren lugares que merezca la pena visitar y que no tengan condiciones de navegación peligrosas. Un punto de partida muy recomendable, como ejemplo, puede ser la playa de Barro, en Llanes. No está totalmente adaptada, pero el acceso y el aparcamiento son razonablemente practicables. A partir de aquí si navegamos hacia el Este nos topamos directamente con la península del Borizu, ya de por sí toda una maravilla natural llena de

recovecos que disfrutar con tranquilidad. Si navegamos hacia el Oeste, nos encontramos con Toranda, multitud de pequeños islotes (en bajamar), la salida de Niembro (cuya ensenada es perfecta para principiantes y con un embarcadero con rampa practicable), y Torimbía, una de las playas más hermosas de todo el litoral. En cualquier caso toda esta costa, si el mar lo permite, es un auténtico espectáculo lleno de cuevas, arcos, bufones, dolinas, islas y fauna. Un auténtico paraíso para este deporte si se practica con prudencia y sobre todo con buena compañía.

Mario Izquierdo Suárez



En caso de vuelco **MUCHA CALMA**, lo primero intentar no perder el contacto con la embarcación y el remo y esperar la ayuda de los compañeros. Si no se encuentran cerca, utilizar señales acústicas (silbato) y/o visuales (con la pala en posición vertical). Como se aprecia en la secuencia, en un kayak autovaciable no es difícil recuperar la posición por si mismo ayudándonos de los brazos, pero siempre con **MUCHA PACIENCIA** y sin realizar movimientos bruscos que nos desestabilicen y nos hagan derrochar fuerzas.

Laion

El barco de la Discapacidad

El pasado día 15 de junio salió una nueva edición del Proyecto Galicia Vela Adaptada (GAVEA). Gijón fue el sitio escogido para esta nueva etapa.

Por cuarto año consecutivo, este proyecto intentó acercar a las personas con discapacidad al deporte de la vela sirviendo además como ejemplo de integración social y de superación de todo tipo de barreras, ya sean físicas o mentales.

A las 10:00 horas, en el Puerto Deportivo de Gijón, tuvo lugar la salida del primer grupo de viajeros. Debido a la gran demanda de participación este año se organizaron dos nuevas travesías en horario de tarde, a las 15 y 17 horas. En esta salida estuvieron presentes el Director de la Fundación de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Gijón,

D. Manuel Vallejo, y la Vicepresidenta de COCEMFE-ASTURIAS, Dña. Mónica Oviedo, que con su presencia demostraron su apoyo a esta nueva iniciativa.

Un total de quince personas divididas en tres grupos, pertenecientes a varias asociaciones de COCEMFE-ASTURIAS, UMA, Esclerosis Múltiple y Cébrano participaron en esta aventura marítima.

Este velero, de 13 metros de eslora, fue incautado al narcotráfico por el juez Baltasar Garzón y posteriormente cedido en Guardia y Custodia a la Asociación de Discapacitados da Bisbarra de Muros (ADISBISMUR), asociación miembro de COGAMI. Desde entonces el Laion cumplió todos los años una función de integración social a través del deporte de todas las personas que se sumaron.

Bonomovie



Adquiere tu Yelmo Bonomovie en taquilla. Disfrutarás del mejor cine a unos precios inmejorables. Tú eliges.

Adquiere tu Bonomovie, elige y disfruta

más información en www.yelmocineplex.es

13 salas para disfrutar del cine en toda su amplitud

venta anticipada

por teléfono: **902 22 09 22**

por internet: www.yelmocineplex.es
www.cinentradas.com

YELMO CINEPLEX
OCIMAX GIJÓN

diversión garantizada

CAMPEONATO DE ESPAÑA DE Tiro olímpico

José Luis Martínez, bronce en pistola deportiva



Textos:
José Alberto Fernández
Presidente de FEDEMA

La competición comenzó el sábado a la mañana con la prueba de Carabina 3x40, en la que el favorito, el catalán Miguel Orobitg se impuso con claridad al balear Ricardo Sevillano y al vasco Iñaki Molinuevo. Por la tarde entró en escena la Pistola Deportiva y la representación asturiana. Tras las tandas de precisión y rápido, José Luis Martínez entró en la final olímpica en quinto lugar, alejado de los puestos de honor, pero una excelente final, con la mejor marca de los ocho finalistas le aupó al tercer puesto y con ello a la medalla de bronce, por detrás del vigente campeón de España el gallego Ramón Arbe y del vasco Félix Parrazar que supuso la sorpresa de la competición.

José Luis Martínez realizó una excelente final, con la mejor marca de los ocho finalistas le aupó al tercer puesto y con ello a la medalla de bronce

Para el domingo quedaron las pruebas de Carabina Match Inglés y Pistola Libre. En la primera de ellas con pruebas tanto para silla como para trípode (para afectados en las extremidades superiores). En la de silla, Orobitg lograba el "doblete" con un espectacular 104 en la final olímpica, repitiendo plata Sevillano y otro vasco, en este caso Aitor Zamacona tercero y bronce. En la prueba de trípode, el favorito, el gallego Daniel González se imponía con claridad al vasco Emilio Palacios.

El Club Principado de Tiro Olímpico de Oviedo, albergó una nueva edición de los Campeonatos de España de Tiro Olímpico para discapacitados físicos, en las distintas modalidades de bala o calibre 22, con la participación de un asturiano, José Luis Martínez Sierra que pese a salir de una lesión en el codo derecho alcanzó la medalla de bronce en pistola deportiva.





Por su parte, la Pistola Libre ofreció la prueba más emocionante de toda la competición. Tres tiradores, Ramón Arbe, Félix Parrazar y el valenciano Francisco Ángel Soriano entraban en la final olímpica empataados a puntos, y hasta el último disparo no se supo el vencedor final, que cayó en las manos del Campeón del Mundo de la especialidad Soriano, con Parrazar segundo y otro gallego, Juan Manuel González tercero, ya que una excelente final le hizo superar a Arbe.

El acto de entrega de trofeos estuvo presidido por D. José Alberto Álvarez y D. Miguel Francés, presidentes de FEDEMA y de la Federación de Tiro Olímpico del Principado de Asturias, respectivamente. Paralelamente a la entrega de medallas del Campeonato de España se entregaron los trofeos del "Ciudad de Oviedo", que este año cumplió su cuarta edición.

La competición estuvo organizada por FEDEMA y el Club Principado de Tiro Olímpico, con el patrocinio del Ayuntamiento de Oviedo, la Dirección General de Deportes y Cajastur.

La próxima cita nacional del tiro olímpico será los días 1 y 2 de Julio en Arteixo (La Coruña), con la disputa del Campeonato de España de Tiro Olímpico en sus pruebas de aire o neumática.

Asturias, medalla de bronce IV Campeonato de España de Tenis en Silla de Ruedas por Autonomías

La localidad coruñesa de Cambre, albergó la cuarta edición del Campeonato de España de Tenis en silla de ruedas en su modalidad de equipos por Comunidades Autónomas y una vez más, y van las cuatro ediciones, Cataluña acreditó ser la selección más fuerte. Asturias partía como favorita para luchar en la final con el equipo catalán, pero el sorteo quiso que ambos se vieran las caras en el grupo previo, obviando la organización el cruce de semifinales, lo cuál motivó numerosas suspicacias hacia los intereses locales de la selección gallega, beneficiada inicialmente por esta decisión. De este modo, Madrid fue el primer rival para los asturianos y se ganó.

De este modo el partido frente a Cataluña definía luchar por el oro o el bronce. Los dos jugadores catalanes, paralímpicos en Atenas le habían dado los tres títulos anteriores en juego a su selección. Cristian Mira vencía a Álvarez por 6-1, 6-2, y Kiko Tur, actual número uno



"XIII Descenso del Sella para Discapacitados Físicos"

El domingo 30 de Julio, tendrá lugar el "XIII Descenso del Sella para Discapacitados Físicos", organizado por FEDEMA y contará con la presencia de más de setenta personas con discapacidad participantes. Como en anteriores ocasiones, se emplearán las embarcaciones de la Escuela Asturiana de Piragüismo, portando cada una de ellas a un discapacitado y a un acompañante sin afectación. **La salida este año se adelanta** con respecto a anteriores ediciones, **a las 10:30 h.** Las inscripciones deben realizarse a través de FEDEMA, bien por fax (985 964 553) o por correo electrónico (fedema@fedema.com). Para mayor información y poder descargar la ficha de inscripción, visitar www.fedema.com

del ranking nacional no podía una vez más con Da Silva, perdiendo 7-5, 6-3. El doble decidía, y en esta ocasión el equipo catalán se llevó el triunfo con mayor claridad que en otras ocasiones, 6-2, 6-4.

Por su parte Asturias y Aragón se jugaban el tercer puesto el resultado final 2-1 para los asturianos y con ello una nueva medalla para el tenis en silla de ruedas tras las platas obtenidas en Madrid el pasado año y también en Cambre hace dos. En la primera edición celebrada en Oviedo, los asturianos solo pudieron ser cuartos.



Cristina Fernández

Envíe sus consultas a:
areajuridica@cocemfeasturias.es



¿Cuáles son las prestaciones que reconoce la futura “Ley de Dependencia”?
¿Se percibirán prestaciones económicas por el cuidado de familiares dependientes?

En primer lugar es necesario puntualizar que la llamada “Ley de Dependencia” se encuentra todavía en trámite de aprobación y por lo tanto, el texto que se conoce, denominado **Proyecto de Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia**, puede sufrir modificaciones en los trámites previos a la aprobación del texto definitivo.

Aclarado lo que antecede, las prestaciones por dependencia podrán tener naturaleza de servicios y de prestaciones económicas.

Entre los servicios que se prestarán están la teleasistencia, el servicio de ayuda a domicilio consistente en la atención de las necesidades del hogar de la persona dependiente y/o sus cuidados personales (estos dos servicios pueden obtenerse de manera complementaria), facilitar el acceso a los Centros de Día etc. Todos los servicios se prestarán a través de centros y servicios públicos o privados concertados salvo que ello no sea posible. En este caso se podrá obtener una prestación económica, de carácter periódico, cuya cuantía vendrá fijada en atención al grado y nivel de dependencia de la persona así como su capacidad económica y que, en todo caso, requerirá la adquisición del servicio para el que se concede.

Sólo **excepcionalmente** los familiares/cuidadores no profesionales de la persona o personas dependientes recibirán una prestación económica para su cuidado, teniendo además que acreditar que se dan las condiciones adecuadas de convivencia y habitabilidad en la vivienda. El cuidador en el ámbito familiar que reciba esta prestación económica tendrá que estar afiliado a la Seguridad Social y cotizar por la actividad que realiza. También promoverán programas de formación e información a los cuidadores no profesionales para el cuidado de la persona dependiente así como medidas para atender los períodos de descanso que tendrán derecho a disfrutar.

También se prevé la prestación económica para la contratación de una asistencia personalizada para personas con gran dependencia. La asistencia se prestará durante un número de horas y la finalidad es permitir que la persona dependiente pueda llevar una vida más autónoma permitiendo su acceso a la educación, al trabajo y, por supuesto, el desempeño de sus actividades básicas de la vida diaria.

Los interesados habrán de solicitar el reconocimiento de la situación de dependencia, acreditándose la misma mediante una resolución que se dictará por el Órgano competente de cada Comunidad Autónoma y que

tendrá validez en todo el territorio nacional. Asimismo se establecerá, oyendo previamente al beneficiario y en su caso a su familia o entidades tutelares que le representen, un Programa Individual de Atención en el que se determinarán las prestaciones o modalidades de intervención más adecuadas a las necesidades de la persona/s dependiente/s, teniendo presente la valoración realizada y el grado y nivel de dependencia reconocido.

La percepción de una de las prestaciones económicas que se reconocerán en la Ley de Dependencia se reducirá si el beneficiario percibe otra prestación de análoga naturaleza y finalidad que le haya sido reconocida en los regímenes públicos de protección social. En concreto se deducirán el complemento que la persona perciba en concepto de Gran Invalidez, el complemento por hijo a cargo mayor de 18 años con un grado de minusvalía igual o superior al 75%, el de necesidad de otra persona en la pensión de invalidez no contributiva y el subsidio de ayuda a tercera persona de la LISMI (Ley 13/1982 de Integración Social de los Minusválidos).



**PROYECTO NARANCO:
Jornada de Acción
Sindical desde una
Perspectiva de Género.**

CC.OO de Oviedo, como Entidad especialista en materia de Género dentro del Proyecto Equal Naranco, ha organizado en el Auditorio Príncipe Felipe de Oviedo los días 20 y 21 de Junio unas Jornadas de Acción Sindical desde una perspectiva de género.

Los temas que se han tratado en estas Jornadas son: la negociación colectiva en materia de género; la negociación de planes de igualdad en las empresas; la Ley de igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres y la reforma laboral, además de tratar de forma transversal la Ley de atención a personas dependientes.

Como ponentes han intervenido especialistas y expertos en estas ma-



terias como Dña. Beatriz Quintanilla, profesora del departamento de derecho del trabajo de la Universidad Complutense de Madrid; D. Jaime Cabeza, Catedrático de Derecho del Trabajo de la Universidad de Vigo; Dña. Begoña San José perteneciente a la Plataforma de Mujeres por la Ley de Dependencia; Dña. Eva Silvan y Dña. Eva Urbano Abogadas del Gabinete Confederado de CC.OO; y Dña. Pura García de la Rosa, Secretaria de Política Social de la Confederación de CC.OO.



**PROYECTO NARANCO:
Presentación de la Web**

El pasado 5 de mayo tuvo lugar la presentación de la web oficial del Proyecto Naranco www.equal-naranco.org.

D. Pedro Barbillo Alonso, técnico del SIL de COCEMFE-ASTURIAS acompañado por Dña. Isabel Pérez Espinosa, Concejala de Servicios Sociales del Ayto. de Oviedo fue el encargado de explicar al público congregado en el Salón de Actos del Centro Municipal de la Lila, en Oviedo las características más importantes de la misma.

Asimismo debemos destacar la Accesibilidad del sitio marcado por las directrices de Accesibilidad WAI del organismo W3C de estandarización de accesibilidad con un nivel doble AA.

Premios COCEMFE 2006

El pasado 16 de Junio, tuvo lugar la entrega de los Premios COCEMFE 2006 en el transcurso de una cena conmemorativa, celebrada en el Hotel Rafael Atocha de Madrid. Los Premios recayeron en las Personas e Instituciones siguientes: **Premio a la Corporación Local** (Ayto. de Palencia y Ayto de Castellón). **Premio Medios de Comunicación** (Agencia de Noticias Servimedia). **Premio Empresa** (Fundación Vodafone). **Premio a la Trayectoria Humana** (D. Alberto Arbide). Con estos galardones se premia a aquellas instituciones y personas que con su apoyo han contribuido a crear y fortalecer esta gran familia que representa más de millón y medio de ciudadanos en España.



SERVICIO DE SALUD
DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

Tu salud, nuestro principal objetivo

Ensalada de Salmón Marinado

Ingredientes para 4 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.

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 y aceite virgen.



Lenguado Marinera



Ingredientes para 4 personas:

2 Lenguados, aceite, mantequilla, aceite, un limón, perejil, sal, 2 vieiras, de 10 a doce almejas (según tamaño), y de 10 a 12 gambas (según tamaño).

Elaboración:

Limpiamos el lenguado de piel y espinas. Fileteamos el lenguado. Preparamos una sartén con abundante aceite y freímos los filetes de lenguado que previamente habremos salado y enharinado. Hacemos el mismo proceso con la vieira. Escurrimos el exceso de aceite y, sobre el que se quede pegado, ponemos a abrir las almejas; una vez abiertas, las retiramos y, sobre ese jugo, ponemos la mantequilla y el zumo de limón. Añadimos un poco de fumet y dejamos reducir hasta que tome textura.

Montamos el plato y salseamos. Terminamos espolvoreando perejil picado.

48 serCapaz

Sorbete de limón



Ingredientes para 4 personas:

1/2 Kg. de helado de limón, zumo de limón, 3 cucharadas de azúcar, 1/2 litro de cava.

Elaboración:

Se deshace un poco el helado y se mezcla con los demás ingredientes. Se pasa todo por la batidora y se sirve muy frío en copas.

Cine



Thriller político situado en la Casa Blanca que gira en torno a un agente secreto encargado de la protección del presidente, Pete Garrison, con una relación amorosa furtiva con la primera dama Sarah Ballentine, y que verá como todo se le derrumba cuando le chantajejan con destapar el rollo. Además otro agente es encontrado muerto y todas las pistas le incriminan a él. Apartado de sus obligaciones, buscará restaurar su honor y a la vez destapará una trama para atentar contra el presidente.



Videojuego **XBOX 360**

Su desarrollo se inició en el año 1995, pero que fue cancelado en 1998 para centrarse en el desarrollo de Duke Nukem Forever. Diez años más tarde vuelve a aparecer en escena con el engine de Doom 3. Prey cuenta la historia de Tommy, un mecánico cherokee atrapado sin planes de futuro en

una reserva. Su vida cambia cuando una experiencia sobrenatural despierta en él un poder espiritual que poseía desde su nacimiento. Tras ser abducido junto a su gente por una amenazante nave nodriza en órbita alrededor de la Tierra, se dispone a salvarse a sí mismo, a su chica y finalmente a su planeta.



SEAS COMO SEAS, SEAS QUIEN SEAS,
BIENVENIDO

ACOMPANAMOS A LAS PERSONAS DISCAPACITADAS EN LOS MOMENTOS IMPORTANTES DE SU VIDA, HACIENDO ACCESIBLE SU ENTORNO Y SU INTEGRACIÓN LABORAL.
• PROYECTOS PARA LA ACCESIBILIDAD UNIVERSAL EN 2.332 MUNICIPIOS
• 100.653 EMPLEOS CREADOS



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



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

**COCEMFE-ASTURIAS**

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

Tlf.: 985 396 855 Fax: 985 990 756

Asociaciones Federadas a COCEMFE-ASTURIAS

**FRATER**

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

**UMA**

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

**DIFAC**

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

**AADEM**

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

**FQ**

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

**AHEMAS**

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

**Asociación Parkinson Asturias**

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

**ACCU-Asturias**

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

**ALCER**

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

**ELA Principado**

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

**CÉBRANO**

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

**AENFIPA**

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

**ALAS**

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

**PRÁMARO**

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

**Asociación Asturiana de Neurofibromatosis**

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

**AMDAS-LA FONTE**

(Asoc. de Mujeres Discapacitadas de Asturias)
Centro Municipal de la Arena. C/ Canga Arguelles, 16-18
Tlfs.: 984 297 444/626 178 445 - Fax: 984 297 445

**APTAA**

(Asoc. para la Promoción del Turismo Adaptado Asturiano)
C/ Ezcurdia, 40 - 14º C
Tlf./Fax: 985 176 701

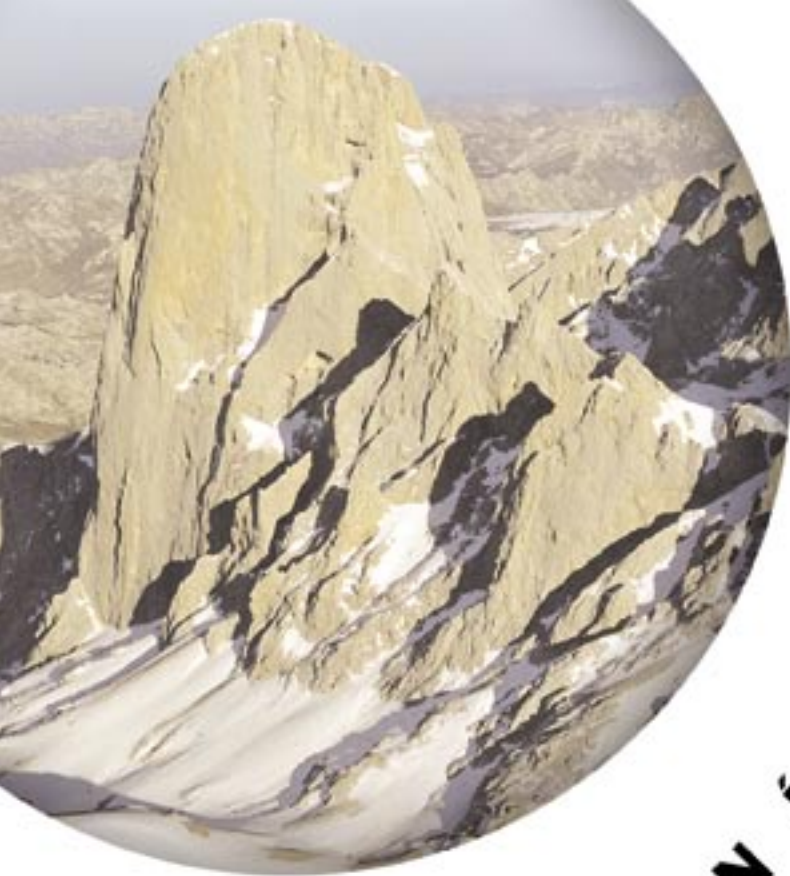
**ADAFA**

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

S

**SUBSCRIPCIONES Y COLABORACIONES**

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



ASTURIANÍA ARTESANÍA



POCAS COSAS SON TAN NUESTRAS,
TAN ÚTILES Y TAN IRREPETIBLES
COMO LAS QUE HACEMOS NOSOTROS MISMOS

ARTESANÍA DE ASTURIAS. EL VALOR DE LO NUESTRO



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS
CONSEJERÍA DE INDUSTRIA Y EMPLEO

unidades de atención infantil temprana

centros de valoración de la discapacidad

centros de apoyo a la integración

orientación a las personas con discapacidad

programas específicos de apoyo en el entorno

alojamientos permanentes en pisos tutelados

alojamientos permanentes en centros residenciales

servicios de acompañamiento y canguro

servicios de mediación familiar...



me quiere...

me quiere...

también me quiere...



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE VIVIENDA Y BIENESTAR SOCIAL