



COCEMFE Asturias cumple tres décadas de andadura y lo celebramos con nuestras entidades



Intensa actividad política de cara a los presupuestos de Asturias 2025



Oviedo Filarmonía se vuelca con COCEMFE Asturias en su 25 aniversario



Entrevista

Marta del Arco Fernández

Consejera de Derechos Sociales y Bienestar

Vuelve a sentir
ASTURIAS

Vuelve al Paraíso



turismoasturias.es



Principáu
d'Asturies



Asturias
paraíso natural



ÍNDICE

ASOCIACIONES

04 ASEMPA

14 ADEAPA

ENTREVISTA

32 Marta del Arco Fernández,
Consejera de Derechos Sociales
y Bienestar

COCEMFE AL DÍA

35 Oviedo Filarmonía celebra su
25 aniversario con un concierto
benéfico para COCEMFE Asturias

36 COCEMFE Asturias celebra
su 30 aniversario

40 Reunión con los Grupos
Parlamentarios de cara a
los presupuestos 2025

44 Asistimos al 20 aniversario de
la Fundación Alimerka

46 Anxo Queiruga reelegido
presidente de COCEMFE

ESPACIO ABIERTO

48 Vivir con determinación...
Laura Fernández de Arquer

EDITORIAL

Este cuatrimestre hemos estado de celebración, hemos acompañado a la **Fundación Alimerka** en su 20 aniversario, a **Oviedo Filarmonía** en su 25 Aniversario y estuvimos con ASEMPA en su 30 aniversario. También COCEMFE Asturias cumplió 30 años de trayectoria; lo celebramos con nuestras 25 asociaciones y con aquellas personas y entidades que nos han acompañado durante estos años. Con estas celebraciones, se pone en valor todo el trabajo realizado, todo lo conseguido hasta la fecha.

Desde estas líneas felicitamos a **CHYSPA** y **ADEAPA**, por coger el relevo generacional que tanto necesitamos en estos tiempos y damos la bienvenida a la familia de COCEMFE Asturias a las personas que integran sus directivas.

Nos hemos reunido con los grupos parlamentarios y con representantes de Consejerías y Ayuntamientos, poniendo encima de la mesa nuestras reivindicaciones para los Presupuestos del año 2025. También les hemos pedido que soliciten el apoyo de sus grupos políticos, en el Congreso de los Diputados, para que el 0,7% en el IRPF y el IS **se incremente a un 1%**. Subida necesaria a la espera de un plan de sostenibilidad del tercer sector.

En el mes de junio, COCEMFE ha tenido elecciones. Desde aquí felicitamos a su presidente, **Anxo Queiruga** por su reelección y celebramos seguir formando parte de la ejecutiva, donde seguiremos aportando para conseguir grandes logros a nivel estatal.

Nuestro movimiento asociativo ha tenido una gran actividad estos meses. Se ha dado a conocer en mercados, ferias, días mundiales, galas, exhibiciones, ha elaborado guías, y llevado a cabo Actividades y Programas variados, que conoceréis con detalle en el interior de la revista.

Marta del Arco, Consejera de Derechos Sociales y Bienestar nos traslada información relevante en la entrevista realizada, información respecto a la Ley del Tercer Sector, Ley de Servicios Sociales, las OVAP, la Estrategia del Accesibilidad del Principado de Asturias y la Agenda Asturiana para la Atención Integral de las Personas con Discapacidad.

Una noticia reseñable es la buena marcha de la obra de las **10 viviendas accesibles y asequibles de La Camocha**, tan necesarias para la autonomía personal de las personas con más limitaciones de movilidad, ante la escasez de vivienda accesible tanto en el mercado público como el privado.

STAFF

Consejo de redacción:

Mónica Oviedo y Mario Izquierdo

Publicidad:

Susana Fernández. T 985 392 290
susana@grupoiniciativas.com

Diseño y maquetación:

C.E.E. Grupo Iniciativas
de Comunicación Integral, S.L
C/ Jove y Hevia, 31 bajo
33211-Gijón (Asturias)
T 985 392 290
info@grupoiniciativas.com
www.grupoiniciativas.com

Impresión:

Imprenta Gráficas Summa

Colaboradores:

Maite Montes, Lennart Koch, Mercedes Vieites,
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

Suscripciones y colaboraciones:

comunicacion@cocemfeasturias.es

DEPÓSITO LEGAL:

AS - 2755-2000 - ISSN: 1699-1125

INFORMACIÓN BÁSICA SOBRE PROTECCIÓN DE DATOS

Responsable:

COCEMFE Asturias.

Finalidad:

Gestión de suscripciones de la revista serCapaz.

Legitimación:

Consentimiento del interesado.

Destinatarios:

Encargados del tratamiento: Grupo Iniciativas de Comunicación Integral, S.L.

Derechos:

Acceso, rectificación, supresión, portabilidad y otros derechos explicados en la información adicional.

Información adicional:

Puede consultar la información adicional y detallada sobre protección de datos en nuestra página web www.cocemfeasturias.es/politica-privacidad.



ASEMPA celebra su 30 Aniversario



El pasado día 15 de junio de 2024, celebramos un cumpleaños muy especial y para ello, soplamos las velas en el Hotel Abba Playa de Gijón, en un evento en el que familias, amigos, trabajadores, colaboradores y autoridades, disfrutamos de un aperitivo, con la exposición “Historia de ASEMPA” y la posterior comida de socios y socias. Fue un día que quedará en nuestra memoria para siempre, en el que pudimos recordar, compartir y disfrutar de una celebración por todo lo alto. ¡Tal y como nos merecemos!

A continuación, queremos dejar constancia escrita, del discurso de este evento tan emotivo y que tanto significa, para las socias y socios de ASEMPA.

Hace tres décadas, un grupo de personas valientes y decididas, se unieron con un propósito común: brindar apoyo, esperanza y recursos a personas afectadas por enfermedades neuromusculares.

El Acta del año 1994 dice así “siendo las 12:00 h del domingo, 19 de junio de 1994, en los locales de la empresa CREDSA, situados en Gijón y cedidos para esta ocasión, se reúne en primera convocatoria, en la Asamblea Constituyente de la Asociación ASEMPA, con la presencia de todas las personas que la componen”.

Queremos comenzar este breve discurso, agradeciendo a **José Manuel Centrón, Marcos Cuadriello, Ana Antuña, Mar Álvarez, Roberto Rodríguez y Jesús Cedeira**, haber iniciado este camino y luchado por todas y todos nosotros. También a los doctores **Jesús Menéndez Hevia y José María Quiroga** que, gracias a su impulso, hoy somos quienes somos.



En estos 30 años, hemos sido testigos de innumerables historias de coraje, valentía y esperanza



EXCMO. AYUNTAMIENTO
DE GRANDAS DE SALIME

Mirando hacia atrás, es impresionante ver cómo hemos crecido y evolucionado. Hemos superado obstáculos, enfrentado desafíos y también, celebrado triunfos juntos. En estos 30 años, hemos sido testigos de innumerables historias de coraje, valentía y esperanza. Hemos visto cómo las personas, han transformado la adversidad en oportunidad y la desesperación en determinación. Pero hoy no solo celebramos el pasado, sino que también miramos hacia el futuro con fuerza y esperanza.

En un mundo que, a menudo, parece lleno de desafíos e incertidumbres, la labor de ASEMPA es más importante que nunca. Debemos seguir adelante con nuestra misión de brindar apoyos, promover la investigación y defender los derechos de aquellas personas afectadas por enfermedades neuromusculares

Queremos aprovechar esta oportunidad, para agradecer a todas las personas que habéis contribuido a que ASEMPA sea esta gran familia:

A los fundadores, cuyo espíritu pionero, sentó las bases de nuestra organización.



A nuestros socios y socias y sus familias (los que estáis y a los que echamos de menos), sois el pilar fundamental de esta entidad.

A nuestro voluntariado, cuya generosidad y empatía, hacen posible nuestra labor.

A la Junta Directiva que aporta lo mejor de sí, por el bien común y al equipo de trabajadoras, que nos esforzamos y comprometemos a niveles que van más allá de lo profesional.

Gracias Consejerías, Ayuntamientos, empresas grandes y pequeñas... quienes, año tras año, nos apoyan y aportan lo posible a nues-

tros proyectos. Sin ellos, nuestra labor sería aún más difícil. Así que, gracias por vuestra ayuda. Tenemos muy buenos amigos.

Ya para terminar, garantizamos el mantenimiento de nuestro compromiso en la difusión sobre las enfermedades raras, en la investigación, en la lucha por nuestros derechos, en la mejora de la atención sociosanitaria y demás cuestiones que tienen como objetivo, hacer del mundo un lugar más compasivo, inclusivo y solidario para todos. Que esta celebración, sea solo el comienzo de una nueva etapa de logros, crecimiento y solidaridad.

¡Feliz 30 aniversario, ASEMPA!

gijón | Vivienda

INFORMACIÓN AYUDAS PARA EL ALQUILER DE VIVIENDA

Avda. Portugal, 84-86 bajo. 33207 - Gijón
Tlf.: 985 18 28 00. Fax: 985 18 28 18. E-mail: emvisa@gijon.es

MÁS INFORMACIÓN EN: www.vivienda.gijon.es



gijón | xixón | **ema**

ASICAS muestra su compromiso con la salud y bienestar de sus vecinos



El pasado mes de junio, ASICAS (Asociación Ictus de Asturias y otras lesiones cerebrales adquiridas) participó en las Ferias de Asociaciones, impulsadas y organizadas por los Ayuntamientos y las Mesas de Salud de Grado y Villaviciosa, con el fin de promover el cuidado de la salud, fomentar hábitos de vida saludables, sensibilizar sobre el cuidado del medioambiente e informar acerca de los recursos de salud y bienestar de nuestra Comunidad.

Se trata de unos eventos asociativos y comunitarios que fomentan el sentimiento de pertenencia, colaboración y trabajo en red, de todas las asociaciones que trabajan en la zona.

Durante estas jornadas, el tejido asociativo, tomó su hueco en la calle para mostrar sus proyectos y servicios, ofreciendo actividades y talleres, mostrando su compromiso en la mejora del día a día del vecindario, además de promover su implicación.

Una de las iniciativas organizadas por la Feria de Villaviciosa, fue el concurso “Conoce la Villa”, donde la ciudadanía, pudo demostrar su conocimiento sobre la vida asociativa y los servicios vinculados a la comunidad. Para tomar partido en la actividad, era necesario ir sellando un pasaporte en el puesto informativo de cada asociación. Para finalizar el juego, se planteaba al participante una cuestión en el último stand que, de ser contestada correctamente, otorgaba un bono para ser canjeado en los comercios de la zona.

El tejido asociativo, tomó su hueco en la calle para mostrar sus proyectos y servicios, ofreciendo actividades y talleres, mostrando su compromiso en la mejora del día a día del vecindario, además de promover su implicación



Repartimos trípticos, guías y manuales sobre la alimentación saludable, la importancia de la actividad física, de la salud mental, de no fumar, etc. con el objetivo de sensibilizar e informar sobre los factores protectores del ictus, la prevención y la identificación de los síntomas y cómo actuar para ganar tiempo a la hora de evitar el daño cerebral, además de dar a conocer la entidad y su labor.

También, el 22 de junio, ASICAS acudió a la Feria de Voluntariado promovida por la Fundación Real Sporting de Mareo. Este encuentro, surgió con el objetivo de promover el deporte inclusivo y la salud, así como el de dar a conocer las entidades sociales que forman parte de la Plataforma de Voluntariado de Asturias. Se trató de una jornada de puertas abiertas de la Escuela de Fútbol de Mareo, en la que tuvimos la oportunidad de visitar las instalaciones del campo de fútbol y participar como espectadores del Torneo “Marea Rojiblanca”, de la Fundación Real Sporting de Gijón.

Gracias a estas acciones, se crean espacios para visibilizar, difundir y poner en valor, el trabajo desarrollado por las asociaciones, además de generar alianzas y redes, así como fomentar la participación ciudadana.



Primera Guía nutricional de fibromialgia

Elaborada por el servicio de nutrición de AENFIPA es una herramienta útil para mejorar la calidad de vida



ASOCIACIÓN DE ENFERMOS DE FIBROMIALGIA Y SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

Aenfipa presentará estos días su **I Guía nutricional de fibromialgia y síndrome de fatiga crónica/encefalomielitis miálgica**, donde todas las personas interesadas en ella encontrarán una herramienta muy útil para la mejora de su calidad de vida.

Una guía creada desde el servicio de nutrición de nuestra entidad. Con ella, nuestro propósito, es orientar de forma sencilla y precisa sobre los alimentos, combinación y formas de preparación para mejorar la biodisponibilidad de los mismos y evitar la interacción fármaco-nutriente.

De esta manera, se favorece el metabolismo y la absorción de los nutrientes y los fármacos, con la finalidad de contribuir a mitigar los síntomas y controlar varios de ellos.



EN NUESTRA GUÍA SE ENCONTRARÁN TEMAS COMO:

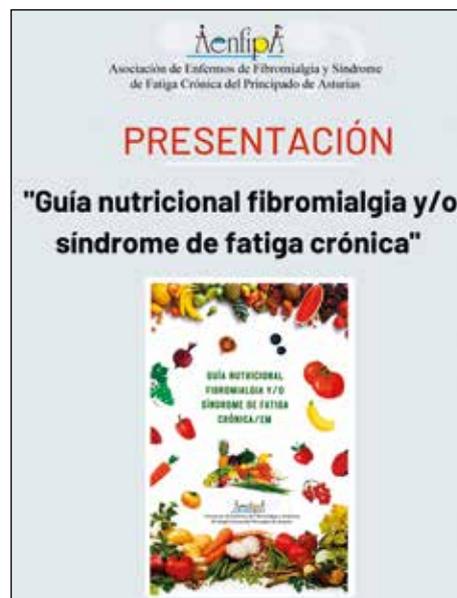
Características generales de la dieta para personas afectadas de fibromialgia y síndrome de fatiga crónica/encefalomielitis miálgica

Recomendaciones dietéticas para diferentes síntomas del sistema digestivo y nervioso

Las dietas para comorbilidades más comunes como son: la diabetes, hipertensión, tiroides, síndrome de intestino irritable, intolerancias alimentarias o hipercolesterolemia

Desmontando mitos y creencias alimentarias y dietéticas

Sugerencias culinarias en reuniones familiares o sociales



Una guía que ha sido posible por la implicación y la colaboración del Ayuntamiento de Oviedo, Fundación la Caixa y Fundación Alimerka, a los cuáles queremos darles las gracias por sus aportaciones



Asturiana de Zinc, S.A.U.
UNA COMPAÑÍA GLENCORE

10 de mayo Día Mundial del Lupus



El 10 de mayo, con la celebración del Día Mundial del Lupus, cerramos una semana de intensa actividad para Alas, centrada en visibilizar, crear conciencia e informar sobre el lupus, sin olvidarnos de fomentar la investigación y la mejora, en la atención médica de quienes tienen esta enfermedad.

El lupus sigue siendo una patología desconocida para gran parte de la sociedad, sus síntomas no resultan evidentes a los ojos de los demás, por eso es tan importante su difusión, especialmente en el día de su efeméride.

La fatiga, el cansancio, o la fotosensibilidad, son síntomas muy comunes en todos los enfermos de lupus que provocan muchas limitaciones diarias, limitaciones invisibles, que generan una necesidad de empatía y comprensión que muchas veces no son percibidas por desconocimiento. Aprovechar la oportunidad para dar visibilidad a estas limitaciones, que no se ven y muchas veces no se entienden, puede suponer una ayuda fundamental en la mejora de las condiciones de vida de los afectados y su entorno cercano.

Arrancamos las actividades el martes, 7 de mayo, en la biblioteca de Soto de Ribera, con un cuentacuentos a cargo de **Beatriz Sanjuán**, especialista en promoción de la lectura y en literatura infantil, con la presencia de la vicepresidenta de Alas, Ana Isabel García. El cuentacuentos, se cobijó bajo el cuento "El Mejor Paraguas del Mundo", creado por Felupus, para concienciar a los más pequeños sobre el lupus. Ana Isabel, en represen-



Mesa informativa en el HUCA.

tación de Alas, donó un cuento a la biblioteca de Soto de Ribera.

El jueves, 9 de mayo, antesala de la celebración del Día Mundial del Lupus, el programa Conexión Asturias de TPA, dedicó su sección de salud y bienestar, presentado por María del Cueto, al LUPUS.

María del Cueto, conversó con la doctora Dolores Colunga (Jefa Sección UEAS en el Huca) y con Ana Isabel García (vicepresidenta de Alas) sobre el lupus. La doctora Colunga, explicó de manera clara, simple y didáctica qué es el lupus y Ana compartió su experiencia vital como enferma.

El viernes, 10 de mayo, instalamos la tradicional mesa informativa en la entrada de consultas externas en el Huca, ofreciendo información y material divulgativo a todos los que se acercaron a informarse, saludar y conocer nuestras actividades. Entre las muchas visitas recibidas, destacamos la del equipo médico que compone la unidad de enfermedades autoinmunes sistémicas del Huca que,

en noviembre de 2023, recogieron el XIX Galardón Lúpico de Asturias. El morado es el color que identifica este día y esta enfermedad. Nuevamente hemos contado con el apoyo de distintas instituciones y centros que iluminaron de morado sus fachadas, proyectando más visibilidad sobre los afectados de lupus y sus familias.

Los **Ayuntamientos de Gijón** y **Siero** iluminaron de morado la fachada de su casa consistorial, el **Ayuntamiento de Oviedo** la fachada del Teatro Campoamor, el **Ayuntamiento de Avilés**, la fuente situada en la glorieta de las avenidas de la Constitución y Alemania, el **Ayuntamiento de Corvera** la cubierta del parque de la plaza de los Maestros, sita frente al edificio Tomás y Valiente de Las Vegas y el **Hospital Universitario de San Agustín**, en Avilés, su fachada.

Nuestros lazos morados, prendieron apoyo en las solapas de quienes los portaron, dando proyección al Día Mundial del Lupus y visibilidad a todos los enfermos



Cuentacuentos "El Mejor Paraguas del Mundo".

Duelo de Divos, gala musical en favor de la Hemofilia



Este año, con motivo del Día Mundial de la Hemofilia, AHEMAS puso en marcha un acto novedoso y de gran visibilidad en Oviedo

De la mano del Ayuntamiento de Oviedo, el día 20 de abril, se interpretó en el Auditorio Príncipe Felipe, un duelo musical de la mano del grupo asturiano **Los Testigos, titulado "Julio Vs Raphael, el duelo musical"**. Dos grandes de la música, como Julio Iglesias y Raphael, interpretaron canciones de toda la vida, canciones que el público cantó, bailó y tarareó.

El espectáculo de humor y música, tuvo como objetivos visibilizar la enfermedad; dar

a conocer la actividad de la asociación; promover la integración y mejorar la calidad de vida de los pacientes y sus familiares. Al acto, asistieron unas 400 personas, casi lleno absoluto de la Sala y contamos con la presencia de muchos miembros del Ayuntamiento de Oviedo.

La entrega del público fue impresionante desde el primer momento del inicio del Show. Satisfechos y contentos por la tarde exitosa que tuvimos y por dar a conocer la Hemofilia y crecer poco a poco.



El espectáculo de humor y música, tuvo como objetivos:

Visibilizar la enfermedad

Dar a conocer la actividad de la asociación

Promover la integración y mejorar la calidad de vida de los pacientes y sus familiares



Zitrón

Sistemas de ventilación subterránea

zitron.com

Garmat

ORTOPEDIA

TJ 985 71 10 32
garmat@garmat.org
www.garmat.org

Empresa pionera en Asturias en la eliminación de barreras arquitectónicas.

Disponemos de todos los productos del mercado en ortopedia y ayudas técnicas.



Garmat S.L. 31 años de experiencia dando SOLUCIONES PERSONALIZADAS

Pol. Ind. Recta de Lleu, parcela 4
33583 Villamayor-Piloña. Asturias

Deporte para menores con Fibrosis Quística

El deporte es un pilar fundamental en el tratamiento de esta patología



Este 2024, gracias a la Federación Española de Fibrosis Quística, en colaboración con la **Fundación Inocente Inocente**, nos surgió la posibilidad de poner en marcha este programa de deporte asistido para menores con FQ.

El deporte es un pilar fundamental en el tratamiento de esta patología, ya que, mantenerse en forma y realizar un ejercicio moderado ayuda a evitar las infecciones respiratorias y, por ende, a tener controlado, dentro de lo posible, el avance de la enfermedad.

Paralelamente, desde hace muchos años, nuestra asociación, otorga una ayuda económica a cualquier usuario que presente recibos, como justificante de realizar mensualmente una actividad deportiva, según sus gustos y prioridades, desde gimnasio, hasta hípica, pasando por ciclismo. A esta iniciativa, se han sumado 5 peques, de entre 5 y 16 años, que están realizando ejercicio dirigido con entrenadores personales, a razón de dos veces al mes, desde el mes de mayo.

Este programa, por el momento, tiene una duración anual, pero con la posibilidad de implantarlo como propio en nuestra entidad y darle continuidad, ya que, está siendo un éxito entre los participantes.



Un ejercicio moderado ayuda a evitar las infecciones respiratorias y, por ende, a tener controlado, dentro de lo posible, el avance de la enfermedad

Cuarta exhibición de artes marciales TAEMI

El club **TAEMI, de Mieres**, de la mano de Miguel Ángel Fernández, ha organizado por cuarta vez, una exhibición de artes marciales en el Pabellón Universitario, el sábado 22 de junio, a partir de las 16:30 horas.

Este 2024, la exhibición volvió con fuerza, teniendo como objetivo superar las casi 600 entradas que se vendieron en 2023. Finalmente se vendieron 660 entradas.

Durante varios meses, personalidades del deporte y el entretenimiento han colaborado con esta iniciativa elaborando vídeos para ayudar a su difusión. Algunos de ellos han sido, la entrenadora campeona de Europa y del mundo, de la selección española de fútbol femenino, Toña Is; el campeón de España de Poomsae en modalidad senior 1, Alex Camba; el equipo femenino Telecable Hockey Club;



el entrenador de la selección española de fútbol sub-19, José Lana, y otras muchas personalidades deportivas.

También, han sido muchos establecimientos de la zona, los que han querido colaborar con nuestra asociación, con la donación de productos o vales regalo, para el tradicional sorteo que se celebra durante la exhibición. Algunos de ellos han sido La Despensa de Naty; pub el Neru y pub La Curuxa; Aventura Norte; café Carolina o sidra Trabanco entre otros muchos establecimientos y empresas de Mieres y alrededores.

Contamos con la presencia del club Hebe de Moaña; el Club Neka de Monforte; el Maestro Kim de Alicante (5 veces campeón de Europa y 4 veces del Mundo), con José María Vega mejor entrenador nacional 2023 de técnica, con Noelia Pérez mejor entrenadora nacional 2022.



Todo lo recaudado por la venta de entradas, irá destinado a la investigación de la Fibrosis Quística, por el momento, pendiente de decidir a qué proyecto en curso se entregará el dinero.

La Fibrosis Quística es una enfermedad catalogada como rara, por su baja incidencia, que, a día de hoy, no tiene cura. Gracias al avance de la ciencia y la investigación, se ha conseguido descubrir medicamentos que frenan su avance.

Con iniciativas como esta, no solo recaudamos fondos, sino que nos damos a conocer a la sociedad, ya que, ser una enfermedad rara, por su baja incidencia, nos convierte, de manera directa en invisibles, por lo que, en este evento, realizamos una gran labor de difusión y visibilización

La casa común

JUNTA GENERAL DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

WWW.IGPA.ES



Nueva Directiva de CHYSPA

y primer acto oficial: "La importancia de la Atención primaria en el Chiari y la Siringomielia"



El pasado día 3 de julio, La nueva Junta Directiva de CHYSPA, presidió su primer acto oficial de carácter divulgativo en el Cibercentro, Palacete de la Lila, de Oviedo. El acto consistió en una charla, cuyo título era, "La importancia de la Atención primaria en el Chiari y la Siringomielia".

Al mismo, asistieron, Gemma Domínguez Fernández (Presidenta), Nieves González Rivero (Secretaria), Leo Bécares Fernández (Tesorera) y las Vocales Noelia Martín López y Dulce Gil Fernández, además de la Trabajadora Social de la entidad, Ana Fernández Ordóñez que hizo las veces de moderadora.

La asociación, contó con la colaboración de dos ponentes, que aportaron el conocimiento sobre el tema desde sus distintas visiones y experiencias como profesionales de la salud pública. Por un lado, la doctora Miriam El Hadí Barghout, graduada en Medicina y Cirugía y Doctora en Ciencias de la Salud. En la actualidad, Médica Residente en Medicina Familiar y Comunitaria en el Servicio de Salud del Principado de Asturias. Por otro lado, Óscar Miranda González, diplomado en Trabajo Social y Licenciado en Sociología. Ejerció sus funciones como trabajador social sanitario durante 12 años en el servicio de atención primaria, en el Centro de Salud del Cristo y en el Centro de Salud de Teatinos. En la actualidad es trabajador social sanitario en la Dirección General de Cuidados y Coordinación Sociosanitaria de la Consejería de Salud del Principado de Asturias.



Charla "La importancia de la Atención primaria en el Chiari y la Siringomielia".

Durante el desarrollo de las ponencias, se abordaron diferentes temas de interés sanitario y legal.

A nivel sanitario

Se expusieron diferentes teorías que explican el origen del Chiari, así como su sintomatología, el sistema sanitario español en comparación con el sistema sanitario de EEUU y el sistema sanitario de Alemania, la importancia del diagnóstico diferencial y la realidad del protocolo para la detención del Chiari desde Atención Primaria.

A nivel legal

Se hizo hincapié en el Decreto 77/2023, del que hacemos a continuación un breve resumen.

siempre hay un número

Tlf.: 985 133 930 - www.ascensorespresa.com

Ascensores
TRESA
Elevators

GRUPO itma

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

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

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

1ª EMPRESA ASTURIANA DEL SECTOR

OLMAR
GRUPOOLMAR

P.I. SOMONTE III. C/ Nicolás Redondo Urbieta, 330. 33393 Gijón (Asturias)
T] 985 32 17 00 - Fax] 985 32 38 31 - www.olmar.com - info@olmar.com

Audiología Suárez Bascarán AUDIOLOGÍA
Especialistas en audición 36 años a su servicio

Pida su cita y haremos un estudio personalizado para fabricar su audífono a medida. **Cambiará su vida**

Gijón: C/ Navia, 1 - T 985 34 80 69
Oviedo: C/ Campoamor, 6 - T 985 20 66 86
infog@audiologia.es - www.audiologia.es

Para el cumplimiento de esta función, la Dirección General, trabaja en la actualidad en diferentes ámbitos:

Según el Decreto 77/2023, por el que se establece la estructura orgánica básica de la Consejería de Salud, corresponde a la Dirección General de Cuidados y Coordinación Sociosanitaria “el desarrollo y la evaluación de estrategias de cuidados a pacientes con enfermedades crónicas, enfermedades raras y, en general, a personas en situación de fragilidad”.

También, desde la Dirección General de Cuidados y Coordinación Sociosanitaria de la Consejería de Salud, se cuida especialmente la atención a las entidades y asociaciones, informando, orientando y apoyando a las personas con enfermedades crónicas y convocando y gestionando subvenciones. Además de agilizar, mediante procesos óptimos la valoración, el grado de discapacidad.

Por último, es necesario destacar que, la nueva directiva de CHYSPA, se ha puesto a trabajar en la dirección del conocimiento y la difusión, para garantizar una mejor información hacia las personas afectadas y sus familiares, a la vez que procurar más visibilidad de las patologías poco frecuentes de cara a la sociedad, de ahí la importancia de generar este tipo de eventos de carácter informativo.

Coordinando el recientemente creado Grupo de trabajo para la implementación de la estrategia del SNS en enfermedades raras en el Principado de Asturias.

Participando en la Red Únicas, que es un proyecto que nace con el objetivo de crear un ecosistema de alianzas para la mejora de los pacientes con enfermedades minoritarias complejas. Es una red de hospitales interconectados, cuyo objetivo es mejorar la atención a los niños/as afectados de enfermedades minoritarias, acortando los tiempos de diagnóstico y facilitando la investigación y el acceso a terapias avanzadas.



Herdicasa
Naturalmente vending

C/ Dinamarca, 10 • Polígono Espíritu Santo
33010 OVIEDO (ASTURIAS)
Teléfono 985 11 13 99
herdicasa@grupo-dc.com

www.herdicasa.com

AGS
Módulo de Atención al Ciudadano

La nueva directiva de ADEAPA, muchas ganas de trabajar desde una óptica positiva



ADEAPA, la **Asociación de Espondilíticos Asturianos**, ha renovado recientemente su junta directiva y, por ese motivo, desde la redacción de Ser Capaz, nos reunimos con todas ellas y él, para servirles de altavoz, en esta nueva andadura, que se nos antoja muy positiva y con muchas ganas de dar pasos en la buena dirección, a juzgar por el optimismo unánime que desprenden.

Es un soplo de aire fresco para cualquier asociación, la renovación de cargos con tantas ganas de ponerse manos a la obra, en unos tiempos, en los que el compromiso social, si no en crisis, no pasa precisamente por sus mejores momentos.

La nueva junta la forman: su Presidenta, **Gema Marqués Menéndez**, profesional en el campo de la alimentación, de una conocida cadena de supermercados asturianos; su Vicepresidenta **Marta González González**, docente de universitarios, desde su propia academia; su Secretaria, **Gema Fernández Mazaira**, ingeniera informática y, por último, su Tesorero, **Luis Miguel Calzón Domínguez**, profesional en el campo de la automoción.

Desde que nos sentamos con estas cuatro personas a conversar, es fácil observar la buena sintonía y coordinación, ya que, en todos los casos afloran experiencias positivas y negativas muy comunes y que afectan al colectivo social que representan y que están dispuestas a corregir, entre otras muchas cuestiones que tienen en su recientemente estrenado libro de ruta.



Estas enfermedades de carácter autoinmune, con picos o brotes agresivos, el estado mental y anímico de las personas que los sufren, debe cuidarse especialmente

Cierto es, que la parte científica, tratamientos, medicación, diagnóstico, etc, ha mejorado de modo ostensible en estas tres últimas décadas. Hagamos un inciso y, es que, ADEAPA, comparte con COCEMFE Asturias, nada menos que treinta años de existencia. Pero sí que se encuentran carencias importantes que no están dispuestos a obviar. Una mejora en el trato sanitario entre profesionales y pacientes, en donde, la inteligencia emocional y la empatía, por parte de estos últimos, sea también considerada una herramienta para la mejora de la salud.

Debemos entender que, en estas enfermedades de carácter autoinmune, con picos o brotes agresivos, el estado mental y anímico de las personas que los sufren, debe cuidarse especialmente, de ahí, que se pusiera el tema sobre la mesa. La importancia de cuidar la salud mental del paciente, empezando por un trato afectivo y comprensivo en pacientes que, claramente, forman parte de las personas con discapacidad invisible, o los "invisibles". Todo el mundo los ve estupendamente, como dicen con cierta ironía... si una prueba diagnóstica te sale negativa,



Ayuntamiento de Villaviciosa
Principado de Asturias

FLYCOM

Francisco Javier Martínez Balbín S.C.

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

Camín Lloreda a la Picota, 141. 33211 Tremañes (Gijón)
Tel. 985 30 96 07 - Fax: 985 30 96 08



Es imprescindible hacerse ver por la sociedad, que se conozca la enfermedad, se visibilice y se tome conciencia de ella, de lo incapacitante que resulta, pese a no ser evidente

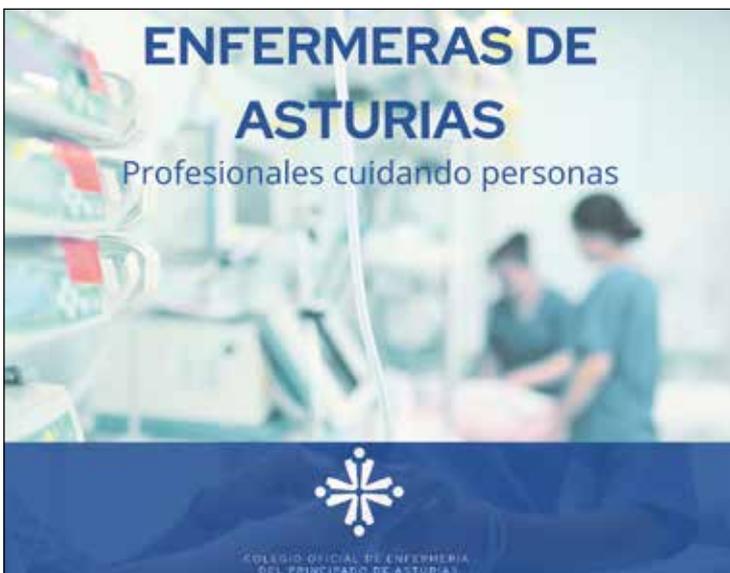
¡estás como una rosa! aunque por dentro, seas incapaz de sobrellevar los dolores del día a día. Son tan invisibles, aseguran, que incluso su carrera solidaria es virtual, no es física, como ocurre en otras asociaciones de nuestra federación. Este punto se puede corregir en el futuro, ya que, esta directiva, al completo, piensa que es imprescindible hacerse ver por la sociedad, que se conozca su enfermedad, que se visibilice y se tome conciencia de ella, de lo incapacitante que resulta, pese a no ser evidente.

Este es un primer paso a dar, pero también tratamos en esta charla, otros temas que no son menores, como la forma en que la enfermedad, conforme avanza, condiciona la vida laboral hasta tal punto, que hay muchas labores, no solo físicas, que se ven alteradas y que, en ocasiones, pueden desembocar en auténticos conflictos laborales. Es un tema grave, que enlaza nuevamente, con ese “San Benito” de la invisibilidad que los persigue. Los juicios y tribunales médicos están a la orden del día y producen, además, estrés y ansiedad ante, también, esa falta de empatía generalizada.

Es frustrante, nos dicen, tener ganas de trabajar, que te guste tu trabajo y no poder llevarlo a cabo, pero además tienes que sumar la incomprensión de las personas que no son capaces de imaginar los dolores que tienes a diario y que te abocan a una medicación tan fuerte, que también lleva sus propios problemas asociados.

En fin, está claro que, como nos recordó nuestro Presidente de honor, **Mario García**, se ha recorrido un largo camino, pero aún queda por delante, camino por recorrer. ADEAPA, sufrió un parón importante en torno a los años de la pandemia y todavía no se ha repuesto. Esta junta directiva está decidida y comprometida en cuidar el tejido asociativo. Empezar por recuperar y cuidar a los socios/as, escuchar sus demandas, arreglar todo ese montón de papeleo que necesitamos actualizar y conseguir los fondos necesarios para hacer que la asociación avance y consiga llegar a sus propias metas.

Desde luego que, para apoyarlos en ese empeño, la federación está a su disposición, para asesorarlos y guiarlos, como no podía ser de otra manera. Así que, desde aquí y, a su lado, nos alegraremos de ver como ADEAPA, alcanza todos sus objetivos, cosa de la que estamos absolutamente convencidos y convencidas.



Actividades y eventos de Alcer

Segundo trimestre de 2024



Y, por supuesto, en este segundo trimestre del año seguimos con nuestra **CAMPAÑA DE HEMOTERAPIA**, con una muy buena acogida por parte tanto de enfermos/as como del personal sanitario durante todo el trimestre anterior. Seguiremos adelante con un pequeño parón en agosto, por encontrarnos en la FIDMA y coger fuerzas.

Aunque los echaremos de menos, porque pasar un ratito con ellos/as y verlos disfrutar de música, canciones, bailes, juegos, magia... **es para nosotros un chute de energía para seguir trabajando.**



Día Nacional del Donante

Como cada año, celebramos nuestro Día Nacional del Donante, este año el 5 de junio, con campaña de concienciación en redes sociales y también hemos colocado un stand informativo en la Plaza de la Escandera en Oviedo.

FAVA Avilés

En este evento, que reúne a diferentes asociaciones durante todo el día en Avilés, no podemos faltar. Como cada año, allí estuvimos con un stand informativo. Entidades sociales y de todo tipo, compartimos espacio para dar a conocer a la población avilesina, en que consiste nuestro trabajo, la enfermedad renal y la importancia de la donación de órganos.



Feria de Salas

Este año, nos han invitado a poner un stand informativo en la Feria del Queso en Salas y, por supuesto, allí acudimos el 28 de abril, a dar visibilización a la enfermedad renal y a la donación de órganos.

Día del Cáncer Renal

El 20 de junio, se celebró el Día del Cáncer Renal, y hemos seguido las pautas de nuestra Federación, con una campaña informativa en redes sociales, a lo largo de dos semanas, con videos y testimonios de gran interés.



Excursión a Cantabria

Siguiendo con nuestros programas de Ocio y Entretenimiento, el fin de semana del 27 al 28 de abril, nos hemos ido hasta Cantabria con un grupo de 30 personas, donde visitamos Comillas, nos alojamos en Isla y al día siguiente aprovechamos para conocer Santander y Santillana del Mar.

III Paseo Saludable

El ejercicio físico, es una manera de cuidarse y llevar una vida sana para todas las personas, más para las personas con ERC, que deben de llevar una dieta y una práctica de ejercicio como rutina. Organizamos este paseo saludable, el 16 de junio, con el objetivo de seguir fomentando la vida sana, cuestión que siempre recalamos en las charlas que impartimos en los centros educativos, como medio de prevención de cualquier enfermedad, en particular la ERC.

El paseo, se realizó por la Senda de la Peridiella en Infiesto, un recorrido fácil y lleno de figuras mitológicas y paisajes de ensueño.



Charla diálisis domiciliaria

El 30 de mayo, hemos realizado una charla informativa en el Hospital Universitario de Cabueñes (Gijón), con la intervención del Jefe de Servicio y DUES del propio Hospital, así como dos pacientes que se están sometiendo al tratamiento renal sustitutivo, en sus respectivos domicilios.

Experiencia muy buena, para quien aún no tenga claro qué tratamiento elegir.



VII Jornada Renal en Avilés

Este año, hemos realizado nuestra Jornada Anual en el mes de mayo, en el Hospital San Agustín de Avilés. Allí hemos contado con la colaboración de ponencias muy interesantes, como son: “una mirada desde atención primaria”, “la salud buco-dental en el paciente con ERC”, “desarrollo de programas de hemodiálisis domiciliaria en las unidades periféricas” y “explorando las opciones del tratamiento renal sustitutivo”.



Excursión a Castropol - Corpus Christi

Dada la buena acogida que tienen estos encuentros, entre pacientes con ERC para pasar el día despejando su mente y olvidándose por unas horas de su tratamiento y enfermedad, hemos acudido, aprovechando la fiesta del Corpus Christi en Castropol, a disfrutar de la fiesta y luego a visitar y comer en la Playa de las Catedrales.

Han disfrutado de esta pequeña escapada 51 personas.



Feria de la Salud en Grado

Como todos los años, acudimos a este encuentro, celebrado el 16 de junio, para seguir realizando nuestra labor como Asociación y por supuesto llegando a toda la población posible, para informar sobre la importancia de la donación de órganos.



Metropoli en Gijón

Este año, por primera vez, hemos sido invitados a acudir a este evento tan conocido en Gijón, a compartir stand informativo con la Asociación Orden 66 y así seguimos adelante, con una de nuestras misiones como asociación. El evento se celebró del 4 al 7 de Julio.

Proyecto “Corazones, un viaje a la resiliencia”



Presentación del proyecto "Corazones, un viaje a la resiliencia".

La sensibilización y el acercamiento de las cardiopatías congénitas a la sociedad, es muy importante, al tratarse de una patología que no es visible en un primer momento. En el año 2016, APACI colaboró con el Centro Integrado de Formación Profesional para la Comunicación, Imagen y Sonido de Langreo (CIFP CISLAN) en un proyecto que llevaba por título “Cremalleras”.

“Cremalleras” hace referencia a la cicatriz que les queda a los niños y niñas en el pecho, tras las intervenciones quirúrgicas. El objetivo que persiguió dicho proyecto, fue visibilizar esta patología, trasladando a su vez el mensaje de que las personas afectadas por una cardiopatía congénita, no



deben avergonzarse de ello, sino que deben sentirse orgullosos de lo que son y lo que luchan día tras día.

En esta nueva edición, han participado chicos y chicas que, de más pequeños, también participaron en el anterior proyecto, así como nuevas familias, lo que ha resultado muy en-

riquecedor. Este proyecto resulta muy importante, ya que, da visibilidad a la enfermedad, favoreciendo la empatía hacia el colectivo de personas afectadas por cardiopatía congénita; contribuye a la divulgación de esta enfermedad crónica y sus complicaciones de salud; y mejora la autoestima de las personas afectadas al promover cambios de actitudes y creencias de la sociedad.

En estas fotografías, podemos ver a niños y niñas, jóvenes y personas adultas, que nos muestran sus “heridas de guerra”: de una guerra que han ganado en el quirófano y que ahora se disponen a ganar en la sociedad. Para ellos, las cicatrices son un signo distintivo, un signo de identidad.

El 27 de junio tuvo lugar la presentación del “Proyecto Corazones” en el Centro Integrado de Formación Profesional para la Comunicación, Imagen y Sonido de Langreo.

APACI fue protagonista de la exposición fotográfica “Corazones, un viaje a la resiliencia”. Esta exposición, no se trata simplemente de una colección de fotografías, es un viaje profundo y conmovedor a través de historias individuales de fortaleza, esperanza y resiliencia. Cada instantánea es única e irrepetible, pretendiendo capturar la belleza y la vulnerabilidad de aquellos que conviven con una cardiopatía congénita.

La exposición, tiene el objetivo de, no sólo sensibilizar al público, sino también concienciarlo, sobre el valor

Este proyecto resulta muy importante, ya que, da visibilidad a la enfermedad, favoreciendo la empatía hacia el colectivo de personas afectadas por cardiopatía congénita





Corte de la cinta en la presentación de la exposición.

profundo del concepto de diversidad y su materialización en la vida diaria.

Gracias por una jornada maravillosa, cargada de emociones, historias de vida y superación. Gracias al alumnado y al profesorado, por su profesionalidad y el trato recibido, así como por su entusiasmo y ganas y por haber sabido plasmar tan bien la esencia de APACI. Gracias a las familias de APACI que habéis formado parte de este proyecto, por vuestra generosidad en compartir vuestras vivencias y por ser voz para tantas personas. Y a todas las familias que os ha tocado de cerca esta realidad, deciros que sois un ejemplo de valentía y fortaleza. Que las cicatrices son “heridas de guerra”, símbolo de una lucha y un signo de identidad del que tenéis que estar muy orgullosos.

Actividades solidarias

“LA ESCUELA VA AL MERCÁU”

El pasado mes de mayo, tuvo lugar la 34.ª edición de “La Escuela va al Mercáu” en Pola de Laviana, organizada por el Colegio Rural Agrupado (CRA) Alto Nalón.

Disfrutamos de una jornada de cooperativismo, en la que los alumnos y alumnas vendieron productos elaborados por ellos mismos y en la que, por supuesto, hubo espacio para la solidaridad, ya que, parte de los beneficios, fueron destinados a nuestra asociación.

Gracias al CRA Alto Nalón por su acogida y por dejarnos compartir, junto a ellos, un día tan bonito. Gracias a todo el alumnado y al equipo docente por su entusiasmo y compromiso y por impulsar esta iniciativa a lo largo de tantos años. Gracias a todas las per-



sonas que se acercaron y colaboraron comprando diferentes productos.



FERIA DE LA SALUD DE GRADO

El domingo, 16 de junio, APACI participó en la Feria de la Salud de Grado, junto con compañeros de otras entidades sociales y empresas de salud.

Disfrutamos de una agradable mañana, en la que estuvimos proporcionando información, acerca de las cardiopatías congénitas y la labor de la asociación a las personas que hasta allí se acercaron, además de tener a la venta nuestros productos solidarios. Actividades y gestos como estos, son los que nos ayudan a sostener nuestros proyectos. **En nombre de todas las personas que formamos parte de Apaci, Gracias de todo corazón.**

II TROFEO NACIONAL VETUSTA DE PATINAJE DE VELOCIDAD Y CAMPEONATO DE ESPAÑA DE MARATÓN

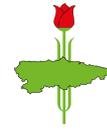
Oviedo, fue escenario el 8 y 9 de junio, del II Trofeo Nacional Vetusta de patinaje de velocidad y del Campeonato de España de Maratón.

Queremos dar las gracias a toda la organización de Cuélebre Patín Club y de Club Patín Nuevo Oviedo, por contar con nuestra entidad para este acontecimiento deportivo tan importante y que tiene una gran parte solidaria, así como, por su sensibilidad con el colectivo de personas afectadas por cardiopatías congénitas. Mostrar también nuestro agradecimiento, al **Ayuntamiento de Oviedo**, por impulsar y apoyar estas iniciativas.



"Nosotros sí somos Redes"

11 de abril, Día Mundial de Parkinson



ASOCIACIÓN
PARKINSON
ASTURIAS

Este pasado **11 de abril, Día Mundial de Parkinson**, desde la **Asociación Parkinson Asturias** y la **Federación Española de Parkinson**, alzamos nuestra voz, para impulsar un cambio necesario a través de la campaña **"Reivindiquemos la Inteligencia Emocional"**.

En la era de la inteligencia artificial, reivindicamos no perder de vista la importancia de la inteligencia emocional. Hay muchas definiciones de ésta y, en muchas ocasiones, definirla es motivo de controversia, pero algo en lo que muchos están de acuerdo, es que es una habilidad cognitiva, que se caracteriza por entender y resolver problemas en un entorno adaptativo.

Sí la inteligencia emocional es una capacidad cognitiva, experiencial, social, emocional, múltiple y que, además requiere empatía, todo ello nos conduce a una inteligencia eminentemente humana que nos pone al servicio de los demás y al logro de sociedades más comprometidas en ser mejores y facilitar ayuda a los demás.

Además, la inteligencia emocional, puede ejercitarse, desarrollarse y compartirse, no es algo estático.

Uno de los primeros en popularizar este término, fue **Daniel Goleman**, psicólogo, periodista y escritor, con gran interés en las emociones y el cerebro. En 1995, publica su libro más conocido "La inteligencia Emocional", donde la define como la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las emociones.



Necesitamos fortalecer los lazos emocionales de quienes tienen la enfermedad y su entorno

Sin desviarnos del Parkinson y su relación con la inteligencia emocional ¿Qué podemos hacer? ¿Qué ventajas nos reporta la inteligencia emocional?

Necesitamos fortalecer los lazos emocionales de quienes padecen la enfermedad y su entorno.

Reivindicamos la inteligencia emocional para las personas cuidadoras. El trabajar estos nudos emocionales, es fundamental, porque tal como señalamos los profesionales, para poder cuidar bien a alguien, es vital cuidarse bien primero. La persona

que mejor cuida, es aquella que, a su vez, se cuida a sí misma, frase que puede parecer una frase hecha pero que está lejos de serlo.

Las asociaciones de Parkinson, desempeñamos un papel fundamental en este sentido. No solo como servicios sociales y terapéuticos, sino como espacios donde se establecen relaciones de proximidad y amistad. Y donde se crean espacios de confianza e intercambio de experiencias.

La inteligencia emocional, se divide en:

- ◆ **Inteligencia interpersonal**, aquella que implica entender y comprender las emociones de los otros y tener la habilidad de reaccionar.
- ◆ Y la **inteligencia intrapersonal**, la cual implica entender y comprender las propias emociones, tenerlas en cuenta en el momento de tomar decisiones y ser capaz de regular las emociones, según la situación.



Mantener la salud emocional, es esencial para vivir bien con el Parkinson y ayuda a manejar la sintomatología, tanto motora, como no motora

Un diagnóstico de Parkinson y lo que puede sentir el enfermo, como síntomas cambiantes, a medida que evoluciona la enfermedad, puede provocar una avalancha de emociones, tanto al enfermo, como a sus familiares y/o cuidadores. Es importante aceptar y navegar con éxito por estas emociones, centrarse en sus fortalezas, fomentar relaciones de cariño, compartir preocupaciones y adoptar comportamientos saludables.

Desde la **Asociación Parkinson Asturias**, ayudamos a nuestros enfermos a ser más visibles y dinamizar recursos; los grupos de afectados les proporciona el bienestar de ayudarse y compartir entre iguales; y como familia, les permite ser más y abrazar desde el cariño.

Concluyo transcribiendo las palabras de una de nuestras pacientes, Amor Álvarez que dicen así:

“Como afectada de Parkinson, he llegado a la conclusión, de que la mal llamada inteligencia artificial, en artificial se queda”.

“La más importante es la inteligencia emocional, esa que nos ayuda a vivir con el okupa Sr. Parkinson, al que nadie ha invitado, pero que se ha quedado a vivir con nosotros. Me quedo con la inteligencia emocional frente a la inteligencia artificial, porque permite que los profesionales me saluden con una sonrisa cada vez que voy a la Asociación, que entre mis compañeros de grupo sepamos, con solo una mirada, qué nos pasa, que podamos dar un consejo al que debuta con el señor Parkinson, que mi neuróloga siempre me pregunte cómo estoy desde la última vez que nos vimos, que mi familia comprenda que hoy no es el mejor día, que mi pareja me abrace sin más, que mi nieta diga que no me exijan mucho, que tengo Parkinson, que en una cuestación del Día Mundial de Parkinson, alguna persona se pare a interesarse por saber qué más puede hacer, aparte de la contribución económica, que los investigadores sigan luchando y lo último, que un compañero de trabajo y amigo, al que no ves desde hace años, te llame porque ha visto que en las redes, (las artificiales), has puesto algo del Sr. Parkinson y quiere venir a verte, charlar contigo, darte un abrazo y que se lo cuentes despacito, con tiempo”.

“Eso somos, inteligencia emocional, entrenémonos cada día más, por los que somos y por los que invisiblemente vendrán”.

Maite Montes Nava. Psicóloga de la Asociación Parkinson Asturias

VISITA AL, POZO SOTÓN

UN VIAJE A LAS ENTRAÑAS DE LA TIERRA

Reseñas de Google
5,0 ★★★★★

“100% recomendable, no eres consciente de lo que es trabajar en una mina hasta que bajas ahí.”

Sergio Fernández

“Una experiencia única que no podrás encontrar en otro sitio”

Ander Ruiz


pozosoton.es
grupochunosa

INFO Y RESERVAS
630 119 642
POZOSOTON.ES

Una experiencia adaptada a cada tipo de visitante.

Naturaleza, Montaña y Mar para TOD@S



Es el programa con el que **APTAA**, da a conocer de primera mano, distintas actividades de aventura, deporte adaptado e inclusivo, ocio y tiempo libre, para todo el tejido asociativo del Principado de Asturias y de ámbito nacional.

Comenzamos la temporada estival, realizando varias jornadas de pesca en costa, handbike y deportes adaptados, para usuarios del CAI de **COCEMFE Asturias** y **Fundación Siloé**, en la comarca de Gijón, Villaviciosa, Soto del Barco y Gozón, la **asociación Difac** en Corvera, Avilés e Illas,

La formación, base del conocimiento de nuestras limitaciones y las distintas actividades adaptadas para el CIFP de Gijón, dando recorrido a distintas modalidades adaptadas, a través de una Yincana en Viesques o la Ruta del Oso en handbike, para cursos del CIFP del deporte de Avilés.

El Campamento **Alpe Acondroplasia**, que volvió a reunir a un gran número



de niños con displasia ósea de todo el mundo, en Ribadesella. Convivencia, salud y, sobre todo, mucha actividad física durante diez días: deportes adaptados, surf, hípica, descenso del río Sella, yincana de tiro, visitas culturales y mucha diversión.

El trabajo con las asociaciones que visitan todos los años el Principado de Asturias, facilitando información en cuanto a hospedaje, restauración, visitas, trasportes, ...y realizando, con muchas de ellas, actividades de aventura y deportivas. Descenso del río Sella con **Aspace Bizkaia** o deportes adaptados para mutualistas de Fremap o la **Asociación Aspanemi** de Ferrol, fueron alguno de ellos.

Porque la visión de nuestras actividades, no tiene límites ni grados de discapacidad. Incorporamos nuevas jornadas de deportes adaptados en el **Credine de Langreo**, acercando la actividad física a las personas mayores y con otras necesidades especiales.

Aptaa, sigue realizando distintos planes vacacionales en Asturias para asociaciones de ámbito nacional, todas ellas con diferentes tipologías y grados de diversidad, haciendo la programación en cuanto a hospedaje, restauración, transporte, visitas y actividades que puedan desarrollar.

¡Participa con nosotros/as!

Deporte para todos

en el Real Club de Cultura Covadonga

Proyecto Grupo Red de Inclusión Deportiva

Desde 2016, la Junta Directiva del RGCC ha liderado una iniciativa significativa para fomentar la inclusión de personas con discapacidad y/o necesidades especiales en el deporte y en todas las actividades del Club, con el propósito de promover la inclusión de personas con discapacidad y necesidades especiales en el deporte y las actividades del Club.

A través del Área de Diversidad Funcional, se ofrecen actividades adaptadas y combinadas para todos los deportistas, logrando la participación de más de 105 familias y representación en diversas disciplinas.

El proyecto busca crear una red de inclusión en las 27 secciones deportivas del Club, promoviendo la diversidad y la igualdad de oportunidades. Se han implementado medidas como la eliminación de barreras arquitectónicas y la formación de personal en prácticas inclusivas. Además, se enfoca en la igualdad de género, el seguimiento individualizado de deportistas para prevenir el abandono y el fomento del deporte base desde una edad temprana.

El proyecto no solo beneficia a las personas con discapacidad y/o necesidades especiales, sino que también enriquece la experiencia de todos los miembros del Club al promover la diversidad y la inclusión como valores fundamentales. Además, sirve como un modelo ejemplar para otras organizaciones interesadas en promover la inclusión en sus clubes, ciudades o comunidades.

En este momento, y como parte del proyecto de deporte inclusivo, hay 87 inclusiones en 16 de las 27 modalidades deportivas del Club: 60 inscripciones en cursillos exclusivos del Área, 47 inclusiones en cursillos generales, así como deportistas con licencia federativa compitiendo en equipos de la entidad.

La continuidad y sostenibilidad del proyecto “Red de Inclusión Deportiva” es una prioridad. Para asegurar que este esfuerzo perdure en el tiempo, se ha diseñado de forma que sea autosuficiente y pueda mantenerse en futuras temporadas, apoyándose en las características y recursos del Real Grupo de Cultura Covadonga. El interés es integrar la discapacidad de modo universal y transversal en el ámbito deportivo y en la competición.

Los resultados incluyen un aumento en la participación de personas con discapacidad, mejoras en su calidad de vida y la creación de un entorno más inclusivo en Gijón. La sostenibilidad del proyecto es clave, asegurando su continuidad y crecimiento en el futuro.



REAL GRUPO
de CULTURA
COVADONGA

¡UNA OLIMPIADA PERMANENTE!

**GRUPO
COVADONGA**

EN EL GRUPO, ENCAJAMOS TODOS
PROYECTO RED DE INCLUSIÓN DEPORTIVA

www.rgcc.es

Nuevos tratamientos para la Miastenia Gravis



La miastenia gravis es una enfermedad neuromuscular autoinmune que se caracteriza por la debilidad y fatiga que presentan los músculos voluntarios.

Afecta a la comunicación entre nervios y músculos y ello, se produce, cuando los anticuerpos bloquean o destruyen los receptores de acetilcolina, en la unión neuromuscular, impidiendo una adecuada transmisión de los impulsos nerviosos a los músculos.

Los síntomas que presenta la persona que la padece, incluyen debilidad en los músculos oculares, dificultad para hablar, masticar y tragar, así como debilidad en los brazos y piernas. Aunque afecta a cualquier músculo voluntario, es más frecuente en los músculos que controlan los ojos, la cara, el habla, la respiración, la masticación y la deglución.

No obstante, existen nuevos tratamientos para la Miastenia Gravis, que han avanzado significativamente en los últimos años. Tradicionalmente, los tratamientos incluían anticolinesterásicos, inmunosupresores y corticosteroides. Sin embargo, en la actualidad, existen nuevos enfoques terapéuticos que están proporcionando opciones adicionales y, en muchos casos, más efectivas, que mejoran la calidad de vida de los pacientes.

Una de las áreas más prometedoras, es el uso de **terapias biológicas**, como los inhibidores de la proteína tirosina quinasa de Bruton (BTK) y los inhibidores del complemento C5. Estas terapias, han mostrado resulta-



dos alentadores en ensayos clínicos, reduciendo la actividad autoinmune y mejorando la fuerza muscular. Además, la terapia con células madre y la terapia génica están siendo investigadas, como posibles tratamientos futuros, ofreciendo esperanza para una cura más definitiva.

Actividades de ADAMG durante el primer semestre



En la FAVA de Avilés.

Las actividades que desarrollamos a lo largo del primer semestre del presente año, tienen como principal objetivo, la mejora de la calidad de vida de nuestros asociados/as y, a la vez, focalizar la enfermedad y darle visibilidad en un marco social lo más amplio posible. Desde ADAMG, nos volcamos en la realización de estas

acciones sin escatimar esfuerzos y, a continuación, presentamos un breve resumen de las mismas.

1. **Curso de Nuevas Tecnologías con Cibervoluntarios.**

2. **Asamblea de ADAMG.** En febrero, celebramos nuestra asamblea ordinaria, seguida de una comida. Aparte de las acciones propias del evento, como la aprobación y revisión de gastos y actividades para llevar a cabo, la comida de socios y socias, nos permite confraternizar y fortalecer nuestra comunidad, creando vínculos entre las personas, como parte del apoyo social que pretendemos generar desde la entidad.

3. **Participación en las II Jornadas de Sensibilización y Difusión de las Enfermedades Raras o Minoritarias de Asturias.**



Evento sobre Enfermedades Raras en Sevilla.

4. **Participación en el Día de las Enfermedades Raras o de baja Prevalencia** organizado por COCEMFE Asturias. Junto con otras de sus asociaciones miembro, este acto, nos hace formar parte de un núcleo social de mayor fuerza y con más impacto informativo dentro de nuestra comunidad autónoma.

5. Participación en el Evento del Día de las Enfermedades Raras en Sevilla. En marzo, participamos activamente en esta jornada, presidida por su majestad, la reina Leticia, que tuvo lugar en Sevilla. Allí, tuvimos la oportunidad de conectar con otras organizaciones, compartir experiencias y recursos, aumentando la visibilidad de la Miastenia Gravis.

6. Curso de Inteligencia Artificial. Este curso, proporcionó a nuestros miembros, conocimientos básicos sobre esta tecnología emergente y exploró cómo la inteligencia artificial puede aplicarse en la gestión de enfermedades crónicas, incluyendo la nuestra. Los participantes, adquirieron habilidades prácticas y entendieron mejor, cómo estas innovaciones tecnológicas, pueden impactar positivamente en su vida diaria.

7. Participación en la F.A.V.A de Avilés. Estuvimos presentes en la Feria Avilesina de Asociaciones, donde pudimos mostrar el trabajo de ADAMG, informar a los visitantes sobre la enfermedad y establecer lazos con otras asociaciones locales para futuras colaboraciones.

8. Taller de Control de Ansiedad. Realizamos este taller, compuesto por 8 sesiones de 2 horas cada una.



Charla con la Dra. María Fernández Prada y el Dr. Germán Morís de la Tassa con motivo del Día Mundial de la Miastenia.

Fue dirigido por nuestra psicóloga, proporcionando a nuestros socios y socias, herramientas prácticas para manejar el estrés y la ansiedad, muy comunes entre quienes padecen enfermedades crónicas.

9. Jornada Cultural en Cabárceno. En mayo, organizamos una jornada cultural en el Parque de la Naturaleza de Cabárceno. Esta actividad, además de ofrecer un respiro a las personas asociadas y a sus familias, sirve también para crear y fortalecer los lazos comunitarios dentro de nuestro colectivo y proporcionar una experiencia educativa y recreativa, en este emblemático entorno natural.

10. Charla con la Dra. María Fernández Prada y el Dr. Germán Morís de la Tassa. Con motivo del Día Mundial de la Miastenia, organizamos una charla con dos destacados especialistas.

La Dra. María Fernández Prada ofreció una conferencia sobre la importancia de las vacunas en pacientes con Miastenia Gravis, destacando cómo éstas, pueden prevenir infecciones que podrían exacerbar los síntomas de la enfermedad. Por su parte, el Dr. Germán Morís de la Tassa, habló sobre los nuevos tratamientos para la enfermedad, brindando información actualizada y esperanza a los pacientes y a sus familias.

Todas estas actividades y eventos, en los que hemos trabajado incansablemente desde la asociación, nos sirven para apoyar a los pacientes con Miastenia Gravis, aportándoles conocimiento y valiosos recursos y novedades científicas, en lo que se refiere a nuevos tratamientos para combatir la enfermedad

Todo ello, con el objetivo último, de mejorar la calidad de vida de las personas que integran nuestra asociación, tratando de ser un apoyo y un faro de esperanza ante la Miastenia Gravis.



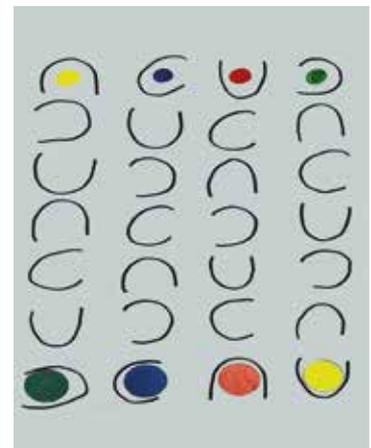
Jornada Cultural en Cabárceno.

Construyendo autonomía: Talleres de estimulación cognitiva y psicomotricidad en UMA



La Unión de Discapacitados del Principado de Asturias (UMA), es una organización que, desde su fundación, ha trabajado incansablemente para mejorar el bienestar y satisfacción vital de las personas con discapacidades físicas y orgánicas en la región. Entre las múltiples iniciativas que lleva a cabo, destacan los talleres de estimulación cognitiva y psicomotricidad, dirigidos tanto a niños y niñas, como a adultos.

Estos talleres, no solo promueven el bienestar físico y mental, sino que también fomentan la autonomía y la calidad de vida de los/as participantes.



Actividades para niños y niñas: Estimulación a través del juego

Juegos de memoria: se utilizan tarjetas con imágenes, secuencias de colores, objetos o patrones para emparejar y recordar. Estos juegos son fundamentales para desarrollar la capacidad de retención.

Juegos de habilidades psicomotrices: Enfocadas en la mejora de las habilidades motrices gruesas (coordinación, equilibrio...) y habilidades motrices finas (grafomotricidad, coordinación manual...).

Juegos de creatividad: Utilización de materiales como pinturas o bloques de construcción, para fomentar la imaginación, que permite explorar una forma única de expresión.

Juegos de estimulación del lenguaje: Actividades que fomentan la comprensión y expresión verbal.

Juegos de asociación: Estas actividades, fomentan el pensamiento lógico y la habilidad de reconocer relaciones entre diferentes elementos.

En UMA, las sesiones para niños y niñas son individuales, teniendo una duración de 45 minutos.

Estas sesiones, están cuidadosamente adaptadas a la edad y las condiciones específicas de cada niño/a, garantizando un enfoque personalizado que maximiza los beneficios de

las actividades. Las tareas, se centran en la estimulación mediante el juego, una herramienta efectiva para trabajar diversas habilidades cognitivas y motoras. **Como objetivo general, ponen su foco en la mejora de las capacidades motrices y cognitivas,** logrando así, una mejor integración en el ámbito familiar, centros educativos y, en definitiva, en la sociedad en general.

Además, en algunas sesiones, se brinda el refuerzo en diferentes áreas del currículo escolar, ayudando a los niños y niñas a mejorar su rendimiento académico y su confianza en el ámbito educativo.

**SANICAL
ASTUR S.L.**

Aedo, Torrelavega, 22 - 6º E • Tfno. 985 20 02 13 • 33010 OVIEDO • ASTURIAS

REPSOL VIMOIL, S.A.
Grupo Vda Martínez Laviada
Distribuidor Oficial
Gasóleos REPSOL
985168500 - 985220088

Actividades para adultos: Grupos adaptados y diversificados

Para los adultos, UMA, ofrece sesiones grupales que tienen una duración de 1 hora y 15 minutos. Actualmente, existen tres grupos distintos, cada uno con un número variable de participantes.

Al igual que con los niños/as, las actividades están adaptadas a las capacidades individuales de cada participante y grupo, asegurando que todos/as puedan beneficiarse plenamente de las sesiones.

Actividades de atención y concentración: Ejercicios que incluyen resolución de actividades de atención selectiva, para mejorar la concentración y la percepción visual.

Actividades de lenguaje: Ejercicios de vocabulario, comprensión lectora y juegos de palabras, para mejorar la comunicación verbal y escrita.

Actividades de memoria: Incluyen ejercicios tanto de memoria a corto plazo (perceptiva y visual) como memoria a largo plazo (orientación tiempo-espacial de acontecimientos).

Actividades de razonamiento: Resolución de acertijos y problemas lógicos, entre otros, que estimulan el pensamiento crítico y la toma de decisiones.

Actividades de cálculo: Problemas matemáticos, juegos de números y ejercicios para mejorar las habilidades matemáticas.



Actividades de estimulación motora: Ejercicios de movilidad y coordinación, más focalizado en las habilidades psicomotrices finas como recortar, pintar, etc.

Un espacio de inclusión y comunidad

Más allá del desarrollo físico y cognitivo, los talleres de UMA, ofrecen un espacio de inclusión y convivencia. Los/as participantes, interactúan y comparten experiencias, construyendo relaciones sociales y un sentido de comunidad.

Con un enfoque personalizado y un ambiente de apoyo, UMA, demuestra su compromiso con la inclusión, proporcionando orientación y apoyo y colaborando, para asegurar un progreso continuo y significativo de cada individuo.



La Fundación FAEDIS participa con su proyecto "COMPROMISO CON EL EMPLEO II" en el programa +empleo, cofinanciado por la Fundación "la Caixa" y el Fondo Social Europeo Plus.

Se ofrece a las personas con discapacidad desempleadas del municipio de Oviedo apoyo, asesoramiento, acciones de formación e intermediación laboral con las empresas, que aumenten sus oportunidades de acceder a un puesto de trabajo.

Las personas interesadas deben dirigirse a FAEDIS:

- En la calle Fray Ceferino, Nº 29 bajo izda. de Oviedo.
- También por teléfono en los números: 985 963 076, 680 202 060.
- O bien por mail dirigiéndose a: faedis@faedis.es o info@faedis.es.



Cofinanciado por
la Unión Europea



Fondos Europeos



Fundación "la Caixa"

¿Qué es un Programa de seguimiento para largos supervivientes y por qué lo necesitamos en Asturias?



El Ministerio de Sanidad define como “largo superviviente de cáncer” a aquella persona que, a los cinco años del diagnóstico y tratamiento, se encuentra libre de la enfermedad. Al paciente se le ve recuperado y, por tanto, concluye la supervisión y el control por parte del hospital, excepto si hay alguna secuela importante en este momento que, por ejemplo, por una cardiopatía, haga necesario un control de esta dolencia. Pero eso no es un Programa de seguimiento que consiste, como mínimo, en tres aspectos:

1. Que haya un equipo formado por personal de **Oncología pediátrica, Psicología y Trabajo social** que, después de estos cinco años, siga atendiendo al paciente.
2. Que se entregue un **informe escrito al superviviente**, reflejando el tratamiento, posibles efectos secundarios a largo plazo, así como un plan personalizado de cuidados.
3. Que exista **coordinación con la Atención primaria**, y también con Oncología general de adultos.

Los cinco años, no solo son importantes porque el paciente sale de la protección del paraguas de la atención integral de la sanidad pública; para el paciente, es un

hito importante porque sale como sanado y parece que puede volver a la normalidad. Para las estadísticas, es muy relevante porque la cifra de supervivencia, se orienta por esta fecha. Por ello, los supervivientes a cinco años se denominan “largos supervivientes”, pero se trata más bien de un superviviente a largo plazo; en realidad, el término es eufemístico porque, cinco años, es poco tiempo, sabiendo que a otros cinco, diez o quince años, puede haber consecuencias directas del tratamiento, de la quimio y de la radioterapia que pueden complicar mucho la vida de un paciente que tuvo cáncer infantil, si no se reconocen y tratan a tiempo y como es debido. La Declaración de Barcelona (julio 2024)¹ de los *Youth Cancer Survivors de Childhood Cancer International (CCI)*, la organización de Asociaciones europeas de cáncer infantil, constata que:

“El 75% de los supervivientes de cáncer en la infancia, adolescencia y edad joven, desarrollan problemas de salud tardíos que requieren atención de seguimiento de por vida.” Por ello, y para evitar comorbilidades producidas por la enfermedad y el tratamiento, es esencial que se vigilen de cerca los efectos tardíos, se promuevan estilos de vida saludables, y que haya una prevención planificada.

Lennart Koch y Juan Martínez, de Galbán, con el grupo de supervivientes españoles en el congreso del CCI en Milán, mayo 2024

Los “largos supervivientes”, fueron durante mucho tiempo, los grandes olvidados del sistema de salud, y ahora reclaman un cambio. En Europa, ya son más de medio millón de jóvenes supervivientes de entre 14 y 39 años y, con una tasa actual de supervivencia a cinco años por encima del 80%, serán, por suerte, cada vez más. Si los efectos tardíos no se controlan y atajan a tiempo, si se tratan como una enfermedad nueva, en lugar de chequear los parámetros relevantes antes de su posible aparición, pueden causar un coste enorme a la sanidad pública. Este coste es, sin duda, mucho más alto que el de un Programa de seguimiento eficaz y no solamente por los posibles efectos tardíos. Por ello, el Informe de la Situación sobre los Pacientes Largos Supervivientes de Cáncer en el Sistema Nacional de Salud del Ministerio de Sanidad (febrero 2023, p. 7), resume la situación de esta forma:

Es necesario avanzar en la definición y desarrollo de un sistema de información de cáncer que permita conocer de manera fiable el total de pacientes supervivientes de cáncer por Comunidad Autónoma y recoger datos relevantes para su seguimiento.

La práctica de elaborar un plan individualizado de seguimiento y hacerlo accesible al paciente una vez finalizado el tratamiento y seguimiento inicial, está razonablemente extendida. Sin embargo, se requiere que participen, en su elaboración, más profesionales, además del oncólogo/hematólogo y, tomar más en cuenta, el componente de atención psicológica.

No se ha institucionalizado el desarrollo de protocolos de seguimiento, entre distintos niveles asistenciales, para los largos supervivientes de cáncer, lo que origina que el seguimiento recaiga en el equipo oncológico, encargado de la atención durante la fase aguda de la enfermedad, durante más tiempo de lo deseable.



Son todavía escasos los planes integrales de atención a largos supervivientes de cáncer.

El componente social de la atención a los largos supervivientes, está recibiendo muy poca atención, lo que deja fuera del radar aspectos clave para la mejora de la calidad de vida de estos pacientes.

(1) https://asociaciongalban.org/wp-content/uploads/2024/07/Barcelona-Declaration_SF.pdf

Tener un cáncer de joven es, psicológicamente, muy estresante y, a menudo, existe ansiedad que, si no está tratada, se puede convertir en depresión. Por eso, es muy relevante que el equipo multidisciplinar, contenga psicólogos que evalúen la situación en el informe escrito y establezcan las pautas necesarias para un plan de cuidados personalizado.

Además, las secuelas directas de la terapia, como pérdida de capacidad de concentración, problemas físicos resultado de las cirugías (desde problemas de articulación, visión u oído hasta la inhabilitación de partes del cuerpo, pérdida de fertilidad, etcétera), hacen que la “nueva realidad”, después de cinco años, no solo pueda causar problemas psicológicos, sino también problemas educativos, de estudio y de empleabilidad que hagan necesaria la intervención de personal de Trabajo Social para tener una vida sana y digna. Es decir, si el paciente no tiene este informe escrito, si no se coordina el historial y el informe con Oncología de adultos y la Atención primaria y, por lo tanto, no se hace la prevención necesaria y no se programan las revisiones pendientes, las consecuencias para el paciente, pueden ser fatales y los costes para el sistema inmensos, tanto por las futuras terapias necesarias, como por su posible inhabilitación para la vida laboral y dependencia de la Seguridad Social, por no hablar de una vida sana, productiva, digna y feliz.

Es fundamental, para el Programa de seguimiento a largos supervivientes, implementar protocolos de transición de la Atención, tanto de Unidades pediátricas a las de adultos, como de la Atención hospitalaria a la Atención primaria. En este proceso, es clave el Comité Autonómico de Coordinación Asistencial del Cáncer Infantil y de la Adolescencia en el Principado de Asturias, que existe desde hace un año. Este Comité, debería garantizar (o nombrar un coordinador de enlace que se ocupe de) la

adecuada transferencia de la información del historial médico y del plan de seguimiento personalizado entre todos los equipos médicos involucrados. La Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM), pensando en todos los largos supervivientes,

[...] considera que las Autoridades Sanitarias, las Asociaciones de Pacientes, las Sociedades Científicas y los Grupos Cooperativos (GGCC), que realizan investigación independiente en Oncología, deberían abordar este creciente problema de una forma coordinada. El Plan Integral de Atención a los Largos Supervivientes de Cáncer que propone la SEOM, se basa en la realidad actual de que los largos supervivientes de cáncer, tienen unas necesidades socio-sanitarias específicas, en muchas ocasiones no cubiertas, y que su atención ha de ser coordinada y multidisciplinar².

En muchas partes de Europa, ya existe un seguimiento de este tipo, y desde este año 2024, en España ya hay 11 hospitales con un Programa de seguimiento completo para supervivientes de cáncer infantil. Lamentablemente, el HUCA, es uno de los 22 hospitales de referencia, en cáncer infantil en su comunidad autónoma, que no cuenta con un Programa de seguimiento de largos supervivientes para los menores (un 61% de hospitales en España). Por otro lado, las Asociaciones Europeas de cáncer infantil, hemos sido muy activas al respecto, implantando un pasaporte digital europeo para los supervivientes, el llamado Sur-Pass, que incluye una descripción completa del tratamiento de cada superviviente, su historial y recomendaciones personalizadas y se podrá incorporar a la historia clínica electrónica. Además, estamos desarrollando una aplicación para el móvil, la llamada smartCARE, para que cada superviviente pueda llevar consigo la información relevante en todo momento.



La aplicación telefónica smartCARE, desarrollada por los supervivientes del CCI

En la ya mencionada Declaración de Barcelona³ (p. 4s.), los supervivientes de cáncer infantil en Europa piden:

1. Incorporación de la atención de seguimiento a largo plazo en los Planes Nacionales de Lucha Contra el Cáncer [...] como una parte integral del cuidado centrado en la persona para los jóvenes supervivientes de cáncer.
2. Adhesión a las guías clínicas basadas en evidencia europea.
3. Implementación de programas de seguimiento a largo plazo personalizados [...] con la provisión de servicios de apoyo integral que aborden las diversas necesidades de los/as jóvenes supervivientes de cáncer.
4. Apoyo al desarrollo e implementación de la atención de seguimiento a largo plazo, a través de programas de acción conjunta [...] incluyendo apoyo psicosocial adecuado para la edad, educación sobre la gestión de los efectos a largo plazo del cáncer y su tratamiento, una transición adecuada del entorno pediátrico al de adultos y orientación sobre cómo navegar el sistema de salud para adultos.

Finalmente, concluyen sus reivindicaciones afirmando que “la financiación pública es un factor clave para implementar y mantener una atención de seguimiento a largo plazo exitosa y efectiva” y, que “la capacitación y mejora de habilidades de los proveedores de salud para ofrecer atención de seguimiento a largo plazo de vanguardia, debe ser una parte integral de la financiación.” Nosotros, desde la Asociación Galbán, apoyamos esta Declaración y la implementación de sus objetivos en Asturias, España y Europa. Tanto para la Federación Española de Familias de Cáncer Infantil, como para Galbán, la implantación del Programa de seguimiento a largos supervivientes es una prioridad (Plan Estratégico 2024-26, p. 6), y estaríamos encantados de poder avanzar, en un convenio al respecto, con el HUCA y la Consejería de Salud.

Lennart Koch, presidente de Galbán

(2) https://asociaciongalban.org/wp-content/uploads/2024/07/Barcelona-Declaration_SP.pdf

(3) <https://asociaciongalban.org/wp-content/uploads/2024/07/PLAN-ESTRATEGICO-2024-2026.pdf>

Accesibilidad 2024

En Castrillón, Corvera, Avilés e Illas



ACCESIBILIDAD EN CASTRILLÓN

El día 3 de mayo, celebramos el "16° Día de la Accesibilidad de Castrillón", en colaboración con el Consejo de Infancia y Adolescencia (L@s cotorr@s).

Nos acompañaron, el Alcalde y la Concejala de Servicios Sociales y Salud del Ayuntamiento de Castrillón **Jesús Eloy Alonso** y **Sandra Manteca**, autoridades y socios.

Sentados en sillas de ruedas, los participantes, hicieron un recorrido de sensibilización por calles de Piedras Blancas, partiendo del Centro Cultural Valey.

Se hizo entrega de material escolar y de ocio, donado por Caja Rural y DIFAC.



ACCESIBILIDAD EN CORVERA

El día 11 de mayo, celebramos el "3° Día de Avanzando por Corvera de Asturias", en colaboración del grupo de participación infantil y juvenil del Ayuntamiento. Nos acompañó el Concejal de Seguridad del Ayuntamiento de Corvera de Asturias, **Antonio Durán**.

Niños y mayores, trabajaron el deporte inclusivo: una marcha adaptada con handbikes (bicis de mano), en la que, no sólo practicaron una actividad deportiva, sino que, fomentaron a la vez las relaciones sociales con las personas con discapacidad.

Se hizo entrega a los menores de material escolar y de ocio, donado por Caja Rural y DIFAC.





ACCESIBILIDAD EN ILLA

El día 19 de julio, celebramos el “2º Día de Explorando Illas”, en colaboración con los niños del campamento de verano y mayores del Centro Rural de Apoyo Diurno. Nos acompañaron, el Alcalde de Illa, **Alberto Tirador**, la Concejala de Bienestar Social, **Chelo Areces** y socios colaboradores.

Niños y mayores, disfrutaron del deporte inclusivo, adaptado para silla de ruedas: tiro con arco, slalom, badminton, petanca adaptada y baloncesto.

Se hizo entrega de material escolar y de ocio, donado por Caja Rural y DIFAC.



ACCESIBILIDAD EN AVILÉS

El día 22 de mayo, celebramos en el patio del Edificio Fuero, el “6º Día de Avilés hacia la Inclusión”, con los integrantes del Consejo de Infancia y Adolescencia de Avilés, menores en riesgo de exclusión social y adolescentes de “Hoy se sale”.

Nos acompañaron, la Directora General de Cuidados y Coordinación Socio Sanitaria de la Consejería de Salud del Gobierno del Principado de Asturias, **Rocío Allande**, los Concejales de Deportes y Hacienda, Turismo, Comercio y Juventud del Excmo. Ayuntamiento de Avilés, **Raquel Ruiz** y **David García**.

Niños/as y mayores, disfrutaron del deporte inclusivo adaptado en silla de ruedas: tiro con arco, slalom, badminton, petanca adaptada, baloncesto. Además de ver un vídeo sobre deportes adaptados y paraolimpiadas. Se hizo entrega de material escolar y de ocio, donado por Caja Rural y DIFAC.



Entrevista a **Marta del Arco Fernández** Consejera de Derechos Sociales y Bienestar

Marta del Arco, nació en Salamanca en 1959, es diplomada en Magisterio por la Universidad de Oviedo y educadora social habilitada por el Colegio Profesional de Educadores Sociales de Cantabria. Funcionaria de carrera del Principado desde 1986, dirige las políticas de infancia y familias desde 2021. Además, es representante habitual en comisiones de coordinación interinstitucional y profesora invitada en el máster de intervención socioeducativa de la Universidad de Oviedo.



P. ¿Cuáles son sus prioridades en materia de discapacidad en esta legislatura?

La primera, sin duda, es la promoción de la autonomía personal de las personas con discapacidad creando oportunidades y poniendo herramientas que promuevan la movilidad y la accesibilidad universal; de esta forma avanzaremos hacia una sociedad más justa y que facilite la vida eliminando barreras para las personas con discapacidad.

Por ello la **Agenda Asturiana para la atención integral a la discapacidad**, que estamos elaborando actualmente, forma parte de este planteamiento, ya que en ella se recogerán todas las medidas que se diseñen para atender las necesidades de las personas con discapacidad; es muy importante resaltar que para su elaboración hemos empleado una metodología participativa, siendo más de 100 las personas implicadas. Este mismo año presentaremos la Agenda a la sociedad asturiana.

De igual forma la accesibilidad universal se incluye dentro de estos objetivos para lo que estamos avanzando en la elaboración de la estrategia de accesibilidad del Principado de Asturias. Todas estas actuaciones propician la promoción de la autonomía personal de las personas con discapacidad.

Dentro del contexto de las prestaciones sociales y los servicios sociales especializados para las personas con discapacidad, ampliaremos los servicios y

las plazas a través de la acción concertada, teniendo muy presentes las necesidades de las personas en la zona rural asturiana y el envejecimiento.

Para todo ello es importante reseñar que estamos elaborando una nueva Ley de Servicios Sociales que debe ser el marco en el que se asiente el nuevo sistema público de servicios sociales en nuestra comunidad incorporando las nuevas necesidades y que nazca con proyección de futuro.

P. En relación a la Agenda Asturiana para la atención integral a la discapacidad 2024-2030, una vez presentada en el mes de septiembre nos gustaría nos informara de algunas de las actuaciones previstas y como se va a desarrollar desde su presentación hasta 2030.

La Agenda se va a presentar públicamente, y por ello prefiero esperar a la presentación para profundizar en su contenido. No obstante si que me gustaría avanzar que consta de cinco ejes de actuación, en torno a los cuales se diseñan las diferentes líneas de acción:

EJE 1: Atención Infantil Temprana.

EJE 2: Accesibilidad Universal.

EJE 3: Empleabilidad de las personas con discapacidad.

EJE 4: Vida Autónoma y nuevos recursos.

EJE 5: Vida comunitaria y participativa.

Estos ejes centran la actividad de los grupos de trabajo.

"Entre las prioridades en materia de discapacidad esta legislatura destaca la promoción de la autonomía personal de las personas con discapacidad"

P. ¿Se contempla la puesta en marcha de nuevos recursos convivenciales para personas con discapacidad física y orgánica, siguiendo el modelo de vida independiente, para evitar la institucionalización de las personas con discapacidad, según la nueva estrategia y modelo de cuidados aprobada por el Ministerio?

En Asturias contamos con una estrategia propia de cuidados basados en la atención centrada en la persona, nuestra estrategia **CuidAs**. Fruto de ello estamos ya trabajando en el modelo de unidades de convivencia como recurso asistencial para las personas con discapacidad que requieran de un servicio residencial o convivencial. Unidades de convivencia pequeñas, con servicios de atención y apoyo adaptados a las necesidades de personas con discapacidad, están ya contempladas en nuestras medidas.

En la última convocatoria del ejercicio 2023 ya se convocaron ayudas para la puesta en marcha de varios recursos para personas con discapacidad, entre los que ya se contemplaban unidades convivenciales. Es una línea de subvenciones que se mantendrá en las siguientes convocatorias.

Quiero resaltar dos servicios, de los que disponemos y que permiten a las personas con discapacidad vivir en sus domicilios y por ello en su entorno sociocomunitario: el **servicio de apoyo en el entorno y la figura del asistente personal** que persigue dotar a las personas con discapacidad de apoyos directos para fomentar su autonomía personal dentro de su domicilio o unidad de convivencia. Estamos trabajando igualmente en el **servicio de viviendas con apoyos**. Potenciar estos servicios y avanzar en la creación o impulso de todos aquellos que del Eje 4 de la Agenda Asturiana se vean necesarios nos marcarán el camino a seguir.



P. Ante la necesidad de una financiación estable para las entidades del tercer sector, le planteamos la utilización del concierto o los convenios, tal como autoriza la normativa vigente ¿Ve viable estas opciones?

En el año 2025 comenzaremos a elaborar la Ley del Tercer Sector con una metodología participativa; no podría ser de otra forma.

La importancia de este compromiso radica, justamente en la necesidad de establecer un marco jurídico y regulatorio que ampare a las entidades del tercer sector y fortalezca su capacidad de interlocución para el diseño, aplicación y seguimiento de las políticas públicas garantizando con ello su participación y su sostenibilidad.

En otro orden de cosas y a través de la acción concertada hemos dotado a las entidades del ámbito de la discapacidad de un entorno de financiación estable y garantizado para los servicios especializados que nos proporcionan.

Como antes he comentado, mejorar los apoyos, las oportunidades y la vida de las personas con discapacidad, de tal modo que les permita desarrollar el proyecto de vida que deseen, requiere de la colaboración que tenemos con las entidades del Tercer Sector del ámbito de

"Nuestra Ley de Acción Concertada contempla ya una revisión de los precios públicos de los servicios concertados"

la discapacidad, y para ello, insisto, utilizaremos la herramienta que nos proporciona la Ley de Acción Concertada para que la estabilidad se vea apoyada a través de los conciertos.

P. Desde la oficina de Vida Autónoma y participativa de COCEMFE Asturias, estamos incidiendo en la importancia de la figura del asistente personal dentro del catálogo de prestaciones de la dependencia ¿Cuál es su opinión al respecto?

Las Oficinas de Vida Autónoma y Participativa que hemos puesto en marcha con entidades del ámbito de la discapacidad, entre las que os contáis, están haciendo una gran labor para apoyar el desarrollo de los proyectos de vida de las personas, a través del fomento de su autonomía, y la figura del asistente personal es fundamental e indispensable, para conseguirlo.

En Asturias hemos apoyado esta figura a través de prestación económica vinculada al servicio y estamos trabajando para potenciar esta figura y que se pueda extender en todo el territorio de nuestra comunidad autónoma.

Por ello vuestra labor al frente de la Oficina que habéis puesto en marcha con nuestro apoyo directo es indispensable, ya que prestáis el servicio de información y asesoramiento en toda Asturias.

Hacer extensible esta prestación al territorio rural no solo es una prioridad, constituye uno de nuestros objetivos inmediatos, que seguro conseguiremos con vuestra colaboración.

P. Es importante, en esta línea, continuar con el trabajo iniciado desde las OVAPS ¿Ve factible su continuidad en el tiempo?

Estamos realizando el seguimiento de los trabajos que se hacen en las OVAPS; vuestra opinión es totalmente favorable, y la nuestra está siendo coincidente con ella. Nos planteamos continuar apoyando el trabajo de estas OVAPS, y como ya hemos hablado, estamos valorando la posibilidad de ampliar este apoyo a través de un mecanismo estable.

Iremos ampliando el trabajo que hacéis desde estas oficinas de vida autónoma, e iremos incorporando este trabajo en nuestro acervo de servicios y prestaciones para las personas con discapacidad.

P. Hace años que desde COCEMFE Asturias venimos planteando la necesidad de una nueva normativa de ACCESIBILIDAD UNIVERSAL en nuestra Comunidad Autónoma y un Plan de Accesibilidad con acciones concretas, indicadores y presupuestos ¿será posible en esta legislatura?

Cuando las necesidades expuestas por vuestra entidad coinciden con nuestra planificación, podemos decir que estamos ante un momento de afinidad y acierto en las políticas destinadas hacia las personas con discapacidad. Hemos contemplado la actualización de la estrategia asturiana de accesibilidad como una de las medidas que formarán parte de la Agenda 2024-2030, y será una de las que se aborden con rapidez, así que la veremos dentro de esta legislatura.

Además, hay que recordar que en 2023 pusimos en marcha la OVAU, la Oficina Virtual de Accesibilidad Universal, que estamos actualizando, y que utilizaremos como herramienta útil para el fomento de los apoyos que faciliten servicios accesibles para todas las personas.

P. Para conseguir la accesibilidad universal en los espacios y servicios es necesario invertir en la eliminación de las barreras existentes y evitar nuevas barreras ¿se plantean desde su consejería una línea de subvención para ello?

Ya hemos dicho que la accesibilidad universal es una prioridad, y por tanto iremos diseñando medidas y acciones que vayan generando los cambios necesarios para la consecución de espacios y servicios accesibles para todas las personas en Asturias.

Aunque seamos la consejería impulsora de la accesibilidad universal, esta tarea no es solo de nuestro ámbito, y por tanto el diseño de acciones específicas se irá realizando a medida que se vayan implementando medidas. Como sabemos esta consejería dispone de una línea de subvenciones de productos de apoyo para personas con discapacidad que fomenta precisamente la accesibilidad.

Como es lógico, a medida que vamos avanzando en la estrategia, iremos planificando y destinando recursos de fomento de la accesibilidad universal.

P. Otra necesidad es una nueva Ley de Servicios Sociales en la que se incluya el incremento necesario y automático de los precios públicos de los servicios afectados, cuando se produzca un incremento de los costes del personal ¿Considera adecuado su inclusión?

Nuestra Ley de Acción Concertada contempla ya una revisión de los precios públicos de los servicios concertados. Si durante el proceso de elaboración de la nueva Ley de Servicios Sociales se considera su inclusión así se hará.



"En el año 2025 comenzaremos a elaborar la Ley del Tercer Sector con una metodología participativa"

P. En relación al CREDINE nos gustaría saber los avances de la colaboración de la Consejería de Derechos Sociales y Bienestar con el IMSERSO y pedirle su intermediación para que ese espacio funcione al 100% lo antes posible

El CREDINE, como ya sabemos depende del IMSERSO y por tanto de su funcionalidad. Esta consejería mantiene una colaboración con el centro de referencia para la búsqueda de acciones que beneficien a personas y a entidades del ámbito de la discapacidad.

Por ello hemos colaborado en acciones de formación y de asistencia para personas con Parkinson; estamos hablando de la posibilidad de ampliar esta colaboración con personas con esclerosis múltiple; hemos realizado acciones y jornadas sobre accesibilidad y sobre uso y funcionamiento de su sala de estimulación multisensorial, para formación de personal de centros de día y de centros de apoyo a la integración.

Desde la consejería continuaremos con nuestra labor de colaboración y coordinación, tanto para prestar servicios y fomentar la formación, como para demandar la apertura de otros nuevos que resulten necesarios.



Oviedo Filarmonía celebra su 25 Aniversario con un concierto a beneficio de COCEMFE Asturias

Oviedo Filarmonía concluyó su temporada, previa al verano, con un intenso programa de actividades para conmemorar su 25 aniversario. Como culminación a todas estas actividades, esta formación ovetense, se despidió con un concierto por todo lo alto en un marco muy especial, el Teatro Campoamor de Oviedo, el pasado viernes, 5 de julio a las 20:00 horas.

La Coral Polifónica de la Ciudad de Oviedo, acompañó a la Filarmonía, que contó también, con su director titular, **Lucas Macías**. Además de la celebración de sus primeros 25 años, la velada musical, tiene en esta ocasión, un tinte solidario que nos alcanza a COCEMFE Asturias en primera persona, ya que, la recaudación del concierto, iba destinada íntegramente a nuestra Confederación, cuestión que queda asociada al conjunto de las acciones que forman el programa social de esta prestigiosa orquesta.

La velada musical, de una hora y media de duración aproximada, incluyó oberturas, preludios, coros e intermezzos de las óperas "I vespri siciliani", "La traviata", "Nabucco", o "Manon Lescaut", además de un repertorio español de mano de la jota del cuadro segundo de "El sombrero de tres picos", de Manuel de Falla y el "Intermedio de La boda de Luis Alonso", de Gerónimo Giménez.

Pero, aparte de la música, en el acto, el Alcalde de Oviedo, **Alfredo Canteli**, hizo entrega a la orquesta, de la medalla de Plata de la Ciudad, recogida por la presidenta de la Fundación Musical Ciudad de Oviedo, **Pilar Rubiera**, junto al maestro y director, **Lucas Macías**.

Otro galardón de gran importancia que la formación ovetense recibió durante la misma semana, sumado al premio "Asturiano del Mes", que otorga el Diario "La Nueva España". Estos reconocimientos, han supuesto un digno colofón a la celebración del 25 aniversario. También, la publicación de un libro con la historia de la agrupación y una exposición que tuvo lugar en la Plaza Trascorrales de

Oviedo y que incluyó conciertos para escolares. Estuvo abierta al público del 11 al 16 del pasado mes de junio y en el evento inaugural, el mismo día 11 de junio, participó la propia Oviedo Filarmonía.

Desde COCEMFE Asturias, queremos agradecer esta iniciativa solidaria de la Filarmonía de Oviedo, que sabemos, no es la única acción social que lleva a cabo. Es un honor, haber sido partícipes de esta conmemoración y, nos sumamos, a la multitud de felicitaciones recibidas en su 25 Aniversario.



30

ANIVERSARIO

de COCEMFE Asturias

COCEMFE Asturias, cumplió tres décadas de andadura y lo celebró el pasado 19 de junio con un acto conmemorativo que tuvo lugar en el Centro de Atención Integral (CAI) de Viesques en Gijón. Y, no es casual, la localización del evento si pensamos en su “leit motiv” no explícito, que era el de congregar a la gran familia de COCEMFE Asturias para un acto, más que institucional, cercano, familiar y emotivo. De ahí la elección de este CAI, que es, en realidad, la gran casa de COCEMFE Asturias.

En torno a una “salita” compuesta por un sofá y dos sillones, situados de cara a las personas asistentes, se desarrolló la celebración, como si de una reunión familiar se tratara, en la que afloró una excelente sintonía entre las y los representantes de la Confederación, de sus asociaciones miembro, de las administraciones autonómica y local, así como otras personas invitadas, por mantener fuertes vínculos con la entidad, durante todos estos años.

Desde este singular escenario, participaron en el acto, la Presidenta de COCEMFE Asturias, **Mónica Oviedo**; El Presidente de Honor de la Entidad, **Mario García**; el Presidente de COCEMFE, **Anxo Queiruga**; el Director General de Promoción de la Autonomía Personal y Mayores, **Enrique Rodríguez Nuño** y el Concejales de Infraestructuras Urbanas y Rurales del Ayuntamiento de Gijón, **Gilberto Villoria**. Contamos además con una profesional de la comunicación, como es, **Cristina Natal** de



RTPA, para presentar el evento, que supo aplicar el tono distendido y amigable que requería una celebración de estas características.

Para arrancar oficialmente el acto, tomó la palabra la presidenta de COCEMFE Asturias, **Mónica Oviedo** que, junto al Comité Ejecutivo de la Entidad, dio la bienvenida a los asistentes, poniendo en valor los logros alcanzados por la Confederación a lo largo de estas tres décadas de trabajo, en favor de los derechos de las personas con discapacidad física y orgánica del Principado de Asturias. La Presidenta, presentó un audiovisual que hizo un recorrido por la historia, destacando los principales hitos conseguidos, así como la comparativa en cifras de lo que comenzó siendo y es, en la actualidad, este gran movimiento asociativo. De 3 asociaciones fundadoras a 25, de 3 trabajadores a 127, de 1 instalación donde desarrollar su trabajo a 6 instalaciones y de 1 a 27 proyectos.

De 3 asociaciones fundadoras a 25, de 3 trabajadores a 127, de 1 instalación donde desarrollar su trabajo a 6 instalaciones y de 1 a 27 proyectos

Los datos que mostraba el breve documento gráfico, son incontestables a la hora de cuantificar el desarrollo y el éxito conseguido hasta la fecha. Se ha creado un **Centro Especial de Empleo**, una **Fundación**, se ha puesto en marcha el **CAI de Viesques**, una instalación pionera y referente en nuestra Comunidad Autónoma, en centros de atención integral destinados a personas con discapacidad física y orgánica gravemente afectadas. Siendo éste, un centro con el modelo de “centro de pocas plazas”, habitaciones individuales y lo más parecido a un “hogar”, para poder prestar cuidados de larga duración de forma continuada y centrados en las necesidades de las personas, ofreciendo una vida lo más autónoma posible, con calidad y sin obviar cuestiones tan necesarias para disfrutar de una vida plena, como la parte afectiva y de ocio.

Otro hito importante fue la puesta en marcha de la **Oficina Técnica de Accesibilidad, OTA**, en año 2007 y la **Oficina de Vida Autónoma y Participativa, OVAP**, en el año 2023. Además, varios programas, como el servicio de transporte adaptado, la asistencia personal, el programa de rehabilitación continuada “mejora”, en el año 2004 y un largo etc. Todo ello, buscando siempre el mismo objetivo,



Ver el video del 30 Aniversario>>



la promoción de la vida autónoma de las personas con discapacidad física y orgánica, para que puedan alcanzar la mayor independencia posible, creando su propio e individual proyecto de vida.

También se hizo especial hincapié en uno de los caballos de batalla de la Confederación, como es formar a las personas con discapacidad y facilitarles el acceso al mercado laboral. A partir del intenso trabajo en materia de formación y el empleo, COCEMFE Asturias es, desde el año 2013, **Agencia de Colocación y agente colaborador del Servicio Público de Empleo**. Además, no debemos olvidar la calidad y cantidad de proyectos de educación inclusiva, de empoderamiento de la mujer con discapacidad y del trabajo constante en materia de salud, en la búsqueda de la igualdad de oportunidades y la calidad de vida de las Personas con discapacidad física y orgánica.

El video, concluyó expresando la gratitud de la Confederación hacia todas las asociaciones que la integran, la hacen más diversa y más fuerte. Posteriormente y, entre anécdotas, que suscitaron el interés e incluso propiciaron varios momentos divertidos, todas las personas intervinientes en la ceremonia, coincidieron en resaltar el trabajo de COCEMFE Asturias a lo largo de estas tres décadas y la importancia de la inclusión, del trabajo en red y de la accesibilidad en todos los ámbitos de la sociedad.

El acto concluyó con un vino español que prolongó esta jornada festiva más allá del horario previsto, dada la excelente relación entre todas y todos los asistentes. Y, no queremos concluir, sin agradecer la hospitalidad brindada, tanto por los y las trabajadoras del CAI de Viesques, como por las personas residentes.



Continúa a buen ritmo, la obra de adecuación de las diez viviendas accesibles de La Camocha



La Oficina Técnica de Accesibilidad ultima los detalles con los instaladores para afrontar el tramo final de la obra, atendiendo a las necesidades de las personas usuarias. Técnicas de accesibilidad, terapeutas ocupacionales y servicios de arquitectura forman el equipo multidisciplinar que se ocupa de ello.

Desde marzo de 2023, la OTA de COCEMFE Asturias, colabora con la Empresa Municipal de la Vivienda de Gijón (EMVISA), en el proyecto de adecuación de un local sin uso, para su transformación, en diez viviendas accesibles y asequibles de alquiler social.

Esta estrecha colaboración, se traduce en una asesoría de accesibilidad en los espacios y también en los productos de apoyo instalados. Durante todo el proceso de la obra, nuestro personal técnico de la OTA, ha colaborado en el diseño y la elección, tanto de los materiales, como de los elementos a instalar.

Finalmente, han resultado unas viviendas de gran amplitud, con pasos de puerta que permiten la entrada en las estancias con comodidad y con diferentes elementos, que apoyarán las actividades de la vida diaria de las personas que las ocupen. Dichas viviendas, serán gestionadas por la empresa municipal, al igual que muchas otras que posee en el municipio de Gijón.

La colaboración, además implica a diferentes agentes en el municipio pues, a día de hoy, además de la empresa adjudicataria de la obra, participan también, la Agencia Local de Promoción Económica y Empleo, ALPEE (talleres y planes de empleo) y la Concejalía de Infraestructuras Urbanas y Rurales del Ayuntamiento de Gijón. También, se ha sumado a la mejora de la accesibilidad, la comunidad



de propietarios del edificio, adecuando la zona privativa exterior, lo cual permitirá mejorar, aún más si cabe, las condiciones del entorno de las mismas.

En la actualidad, se realizan trabajos en el interior, de instalación de grúas, puertas automáticas, falsos techos y remates de carpintería, mientras que, en el exterior, se están construyendo las rampas de acceso a la plataforma, sobre la que se asienta el edificio. En los últimos meses del año, se completará la instalación de las cocinas y se procederá a los trabajos de pintura y remates.

Los talleres de empleo, realizan el revestimiento de la fachada (SATE) y las cuadrillas de Planes de Empleo, han comenzado con la construcción de las rampas y la adecuación del entorno.

Todo esto, parece indicar, que la ejecución de la obra, concluirá en el plazo estimado.

M!

CORPORACIÓN
MASAVEU



Desde 1840, trabajo y valores

MASAVEU ● INDUSTRIA MASAVEU ● MEDICINA MASAVEU ● INMOBILIARIA MASAVEU ● BODEGAS
MASAVEU ● INTERNACIONAL MASAVEU ● APARCAMIENTOS MASAVEU ● ARTE

www.corporacionmasaveu.es

Agenda política de COCEMFE Asturias

Reunión con los grupos parlamentarios de cara a los presupuestos de Asturias 2025



Con el Grupo del PSOE.



Con el Grupo del PP.



Con el Grupo de Convocatoria por Asturias.

COCEMFE Asturias se reunió con los Grupos Parlamentarios del PSOE, PP, Convocatoria por Asturias, VOX y Grupo Mixto con el objetivo de trasladar y debatir asuntos importantes y necesarios para nuestra entidad, las asociaciones a las que representamos y nuestros/as asociados/as, de cara a la preparación de los presupuestos del Gobierno del Principado de Asturias para el año 2025.

LA ESTABILIDAD DE LA FINANCIACIÓN DE LAS ENTIDADES DE LA DISCAPACIDAD

Se solicita pasar de las convocatorias de subvenciones de concurrencia competitiva y subvenciones directas a convenio y concierto de los servicios y programas que se llevan ejecutando desde hace años.

ACTUALIZACIÓN DE LA NORMATIVA

Se solicita aprobar en esta legislatura la nueva Ley de Servicios Sociales, y una nueva normativa que regule la Accesibilidad Universal en nuestra Comunidad Autónoma, para actualizar la nueva normativa que ya resulta obsoleta.



Con el Grupo de VOX.



Con el Grupo Mixto.

LÍNEA DE SUBVENCIONES PARA LA ACCESIBILIDAD UNIVERSAL

Trasladamos la necesidad de una línea de subvenciones para lograr la Accesibilidad Universal y eliminar las barreras actuales, evitando así la discriminación por falta de accesibilidad.

OFICINAS DE VIDA AUTÓNOMA Y PARTICIPATIVA

Otra petición es mantener las OVAP (Oficinas de Vida Autónoma y Participativa), para que las personas con discapacidad y/o dependencia puedan recibir información sobre los recursos existentes.

CUMPLIMIENTO DE LOS PLAZOS DE VALORACIÓN DEL GRADO DE DISCAPACIDAD

Es importante cumplir con los plazos de valoración del grado de discapacidad, que deben ser de 6 meses, y eliminar la lista de espera actual.

EN MATERIA DE EDUCACIÓN

Se solicita garantizar un número suficiente de profesionales de apoyo (PT y AL) en los centros educativos para lograr la inclusión en las aulas. Además, se pide que se incluya también el apoyo profesional en las actividades extraescolares, como excursiones y viajes de fin de curso.

SOLICITUD DE APOYO PARA LA REIVINDICACIÓN DEL INCREMENTO EN LA ASIGNACIÓN TRIBUTARIA

Para finalizar, se ha solicitado el apoyo en la reivindicación de todas las entidades del Tercer Sector para la subida del 0,7 al 1% en el IRPF y en el Impuesto de Sociedades. Hemos de resaltar que todos los Grupos Políticos están de acuerdo con este incremento y así se los trasladarán a sus representantes en el Congreso de los diputados.



Rafael Cofiño, diputado de SUMAR en el Congreso visita COCEMFE Asturias

El 19 de julio visitó las instalaciones de COCEMFE Asturias Rafael Cofiño, diputado de Sumar en el Congreso acompañado de Julio Iglesias, asesor de Políticas Sociales del Grupo Parlamentario plurinacional de SUMAR.

En el encuentro la presidenta de COCEMFE Asturias, Mónica Oviedo le transmitió las necesidades a tener en cuenta para los presupuestos generales de 2025 con el propósito de mejorar la calidad de vida y los derechos de las personas con discapacidad en Asturias.

OTRAS REUNIONES DE INTERÉS

CON EL DIRECTOR GENERAL DE LA AGENDA 2030

El 16 de julio, COCEMFE Asturias se reunió con **Juan Antonio González Ponte**, Director General de la Agenda 2030, para informarle sobre el trabajo que la ONG efectúa en relación a los **Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)**.

En particular, se destacó su enfoque en el ODS 4 (educación inclusiva y de calidad), ODS 8 (crecimiento económico y trabajo decente), ODS 10 (reducción de las desigualdades), ODS 11 (ciudades y comunidades inclusivas y sostenibles) y ODS 17 (alianzas para lograr los objetivos), todos directamente relacionados con la discapacidad y la Convención de la ONU sobre los derechos de las personas con discapacidad.

CON LA DIRECTORA GENERAL DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA

El 16 de julio, COCEMFE Asturias se reunió con **Nuria Rodríguez**, Directora General de Participación Ciudadana. En el encuentro, se habló del interés del movimiento asociativo de personas con discapacidad física y orgánica en participar en la redacción del Proyecto de Ley de Participación, programado para finales de este año y principios de 2025, y que será debatido en la Junta General del Principado en 2026.

También se abordó la baja participación de la juventud en el movimiento asociativo y la falta de vinculación con el trabajo de las asociaciones, proponiéndose un Proyecto de Participación para 2025 para mejorar esta situación. Además, se destacó la



necesidad de formar nuevos líderes para asegurar el relevo generacional y la continuidad del asociacionismo.

La reunión subrayó la importancia de garantizar la igualdad de condiciones para la participación de las personas con discapacidad, conforme a la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, que insta a los Estados a colaborar activamente con las organizaciones que representan a este colectivo en la toma de decisiones.

CON LA DIRECTORA GERENTE DEL SEPEPA

El 18 de julio, COCEMFE Asturias se reúne con **Begoña López**, Directora Gerente del SEPEPA para tratar asuntos como:

- La información sobre la convocatoria de Acompañamiento y OPEAS de 2024, destacando las aportaciones realizadas por COCEMFE Asturias a las bases y la fecha de publicación de estas convocatorias.
- El mantenimiento de la Línea II para Personas con Discapacidad en relación con el Certificado de Profesionalidad, cuya última convocatoria fue en 2020.
- Además, se propuso la creación de una línea específica de subvenciones de formación para entidades sin ánimo de lucro.

CON EL DIRECTOR GENERAL DE VIVIENDA

El 17 de julio, COCEMFE Asturias se reunió con **Jesús Daniel Sánchez**, Director General de Vivienda, para debatir el Plan Estatal de Vivienda 2022-2025, enfocándose en las subvenciones para mejorar la accesibilidad en viviendas. Estas ayudas, que no se convocan desde 2021 para interiores y desde 2022 para eliminación de barreras en edificios, se abrirán en octubre. En el encuentro se trasladó la necesidad de aumentar la oferta de viviendas accesibles y asequibles en Asturias.



CON LA DIRECTORA GENERAL DE CUIDADOS Y COORDINACIÓN SOCIO SANITARIA

El 31 de julio de 2024, COCEMFE Asturias se reunió con **Rocío Allande Díaz**, Directora General de Cuidados y Coordinación Sociosanitaria, entre los temas tratados destacamos:

- Posibilidades de mejorar la financiación del programa de Rehabilitación continuada MEJORA, y la búsqueda de nuevas fórmulas de financiación que den mayor estabilidad al mismo.
- Información sobre las acciones acometidas por la Consejería de Salud para rebajar los plazos de las listas de espera para valorar el grado de discapacidad (plazo legal 6 meses).



CON EL VICECONSEJERO DE SALUD

El 2 de agosto, COCEMFE Asturias se reúne con **Pablo García**, Viceconsejero de Política Sanitaria para tratar temas relacionados con el apoyo al CONCIERTO del programa de Rehabilitación Continuada "MEJORA" en la presente legislatura.

También se habló sobre la Accesibilidad Universal en los espacios sanitarios y de los servicios que se prestan.

Jornada Técnica de Accesibilidad Universal en el marco de la OVAU

“Porque la Accesibilidad también beneficia a las personas mayores”



Desde la Consejería de Derechos Sociales y Bienestar del Principado de Asturias y, a través, de las acciones divulgativas y técnicas llevadas a cabo por la Oficina Virtual de Accesibilidad Universal del Principado de Asturias, OVAU, se llevó a cabo, el pasado día 1 de julio, una Jornada Técnica de Accesibilidad Universal, que llevaba como título: “Porque la Accesibilidad también beneficia a las personas mayores”.

La Jornada, tuvo lugar en el Salón de Actos de la Consejería de Hacienda en Oviedo y la inauguración de la misma, estuvo a cargo de **Enrique Rodríguez Nuño**, Director General de Promoción de Autonomía Personal y Mayores de la Consejería de Derechos Sociales y Bienestar del Principado.

El evento, consistió en la exposición de cinco ponencias, a cargo de personas profesionales y trabajadores del sector de la accesibilidad, la salud y la innovación tecnológica en ambos campos.

La primera ponencia, llevaba por título “Accesibilidad en el domicilio” y fue presentada por **Estibaliz Jiménez Arberas**, Terapeuta Ocupacional y Coordinadora de Grado en Terapia Ocupacional Asturias. Facultad Padre Ossó.

La segunda ponencia corrió a cargo de la Técnica de la OTA de COCEMFE Asturias, **Susana Calvo Toledo** y consistía en un “Manual de Características de Accesibilidad en Centros de Atención a Personas Mayores del Principado de Asturias”.

Este documento, fue presentado y elaborado para la Consejería de Derechos Sociales y Bienestar, con las condiciones de accesibilidad que deben disponer los centros de día, para las personas mayores.

En el documento se recogían diferentes aspectos de interés como: La normativa de referencia, las plazas habilitadas para personas con movilidad reducida, las características que deben tener los accesos, los diferentes puntos de atención, todo lo referente a la comunicación horizontal, vertical y señalética en general, los espacios higiénicos y otros espacios comunes, como las salas de usos múltiples o las cafeterías y zonas de descanso.

La tercera ponencia, versaba sobre “la Accesibilidad en los Centros de

El documento presentado por COCEMFE Asturias recoge aspectos de interés como:



- La normativa de referencia.
- Las plazas habilitadas para personas con movilidad reducida.
- Las características que deben tener los accesos.
- Los diferentes puntos de atención.
- Todo lo referente a la comunicación horizontal, vertical y señalética en general, los espacios higiénicos y otros espacios comunes.

Desde COCEMFE Asturias creemos que es de vital importancia implementar una “cultura de la accesibilidad”, tanto en las diferentes escalas de las administraciones y los servicios públicos, como en la sociedad en general

Atención Diurna del Principado de Asturias”. En ella, se exponían dos experiencias innovadoras. Un Estudio sobre Accesibilidad Cognitiva en recursos acreditados por la Consejería, desde el Centro de Día Ría de Avilés y a cargo de **Cristina Rodríguez Fernández**. La segunda experiencia, consistía en un Proyecto de Accesibilidad Cognitiva en el Centro de Día de La Luz y corría a cargo de **Covadonga López Antolín** y **Pilar Agüera Boves**.

La cuarta ponencia se centraba en la “Mejoras de Accesibilidad a través de los Medios Tecnológicos y los Productos de Apoyo” y era expuesta por **Pilar Agüera Boves**.



Y la última de las ponencias llevaba por título “**Gabinete de Accesibilidad**”. La exposición corrió a cargo de **Belén Prieto López** y **Lorena García Tavera**, terapeutas ocupacionales, miembros del Gabinete de Accesibilidad del Centro de Referencia Estatal para Personas con Discapacidad Neurológica, CREDINE.

Desde COCEMFE Asturias y, a través de la Oficina Técnica de Accesibilidad, entendemos que la parte formativa, informativa y divulgativa, en

todo lo que se refiere a la Accesibilidad Universal y el Diseño para Todas las Personas, es de vital importancia para implementar una “cultura de la accesibilidad”, tanto en las diferentes escalas de las administraciones y los servicios públicos, como en la sociedad en general. De ahí, la importancia que tiene participar en este tipo de Jornadas, que garantizan un enfoque científico y correcto del concepto de accesibilidad, gracias a nuestro personal técnico de la OTA.

El Camino
empieza aquí





COCEMFE Asturias y sus entidades, en el 20 Aniversario de Fundación Alimerka

Desde Fundación Alimerka, COCEMFE Asturias y sus entidades, fueron invitadas a compartir y participar en la celebración de los primeros veinte años de trayectoria, que esta Fundación, ha dedicado a ayudar a los colectivos más vulnerables de la sociedad del Principado de Asturias.

ción, y la imagen reputacional y corporativa. Algunas de las propias entidades invitadas al encuentro, han sido las protagonistas de estas mesas temáticas, donde pudieron exponer y compartir sus casos de éxito, además de aportar soluciones a los diversos y complejos problemas que afrontan en el día a día.

En este mismo contexto, la Presidenta de COCEMFE Asturias, **Mónica Oviedo**, trasladó a los Medios de Comunicación la necesidad de tener una ley del Tercer Sector que garantice, en nuestra comunidad, una colaboración continuada con la administración.

El Edificio Histórico de la Universidad de Oviedo, antigua Facultad de Derecho, fue el marco elegido para este encuentro, que concentró el pasado 29 de mayo, a más de 80 personas, representantes de 47 organizaciones y colectivos sociales, en una jornada de celebración, pero también de reflexión y convivencia.

A lo largo de la mañana, se organizaron tres mesas redondas, en las que se abordaron los temas principales que más preocupan a las organizaciones del Tercer Sector, la gestión del voluntariado, la captación de fondos, la diversificación de las fuentes de financia-



COPIADORAS

Alonso Rodríguez Copiadoras S.L.
C/ Asturcón, 2 bajo.
33006 Oviedo

Tel: 985 258 151

WWW.ARCOOFIMATICA.COM

- COPIADORAS MULTIFUNCIÓN
- SOLUCIONES INFORMÁTICAS
- GESTIÓN DOCUMENTAL
- EQUIPOS AUDIOVISUALES
- MANTENIMIENTO INTEGRALES OFIMÁTICOS

DISTRIBUIDOR OFICIAL

SHARP





La Fundación Alimerka, trabaja apoyando financieramente proyectos en salud, discapacidad, inclusión social y asistencia alimentaria, también ha sido capaz de adaptarse a nuevas realidades, como el envejecimiento de personas con parálisis cerebral



Por su parte, el Director de Fundación Alimerka, **Antonio Blanco**, destacó la importancia del trabajo llevado a cabo para con los sectores de la sociedad más vulnerables, entre los que se encuentran las personas con discapacidad. Se ha contribuido a mejorar la calidad de vida de muchos "vecinos invisibles". *“Para la Fundación es un motivo muy grande de satisfacción poder reunirnos en este Aula Magna de la Universidad de Oviedo con tantas entidades, entidades amigas, con las que hemos podido colaborar a lo largo de estas dos décadas en Asturias”.*

años de servicio a la comunidad. En sus propias palabras: *La Fundación ha abierto y ha dado a conocer los movimientos sociales, a partir de sus propios recursos y cumple con su misión de dar visión y cercanía, al resto de organizaciones sociales, para acercarlas a la sociedad.”*

La Fundación Alimerka, que trabaja apoyando financieramente proyectos en salud, discapacidad, inclusión social y asistencia alimentaria, también ha sido capaz de adaptarse a nuevas realidades, como el envejecimiento de personas con parálisis cerebral.

Por otro lado, desde el Ayuntamiento de Oviedo, **María Velasco**, Concejala de Políticas Sociales, felicitó a la Fundación Alimerka por estos veinte

Para concluir el acto, el director, Antonio Blanco, quiso agradecer la acogida por parte de la Universidad de Oviedo, y la asistencia de todas las entidades

invitadas, tanto a la celebración, como a las mesas de experiencias.

Se contó con la presencia de la Fundación Banco de Alimentos de Asturias, Cruz Roja, la Asociación Benéfica Hospital de Luarca (ABHAL), ASPACE Oviedo, Una Ciudad para Todos, Clowntigo Payasos de Hospital, Movember, ACCEM y la ONG Sauce. Y se agradeció el excelente desayuno servido por Vegapresas, un proyecto de economía social de la Asociación Una Ciudad para Todos.

Ayuda a domicilio
Levantar y acostar, aseos, preparación de comidas, limpieza, lavado de ropa, etc.
Servicios puntuales y permanentes

Selección de internas
Nos ocupamos de todas las gestiones (contrato, alta S.Social, etc.)
Candidatas con experiencia y referencias

Además...
Servicio doméstico para familias
Preparación de comidas, limpieza de la casa, lavado y planchado, etc.

www.ayudartis.com

Oviedo: Plaza del Fresno, Nº 5 (Antigua Plaza de la Gesta)
Telf.: 985 245 597 / **Móvil:** 625 133 304

Avilés: C/ La Cámara, 3, 2º dcha. **Telf.:** 984 831 986 / **Móvil:** 605 838 282

Sillas de ruedas, ayudas para el baño, camas articuladas, colchones y cojines antiescaras, etc...

Horario
Lunes a viernes de 10 a 14h. y de 17 a 20h.
Sábados de 10 a 14h.

Parking gratuito 1 hora en el parking de la Gesta
por compra de cualquier producto con acceso para personas con movilidad reducida

Sillas de ruedas eléctricas.
Exposición en tienda de primeras marcas.

Más modelos disponibles

www.ayudartis.com

Anxo Queiruga, reelegido Presidente de COCEMFE, presenta sus objetivos y su equipo, para los próximos cuatro años

COCEMFE, ha celebrado el pasado viernes, día 7 de junio, la Asamblea General Ordinaria y Extraordinaria, en la que participaron más de un centenar de personas, todas ellas representantes de organizaciones estatales, autonómicas y provinciales. Con un apoyo unánime de las entidades que forman parte de la confederación, Anxo Queiruga, ha revalidado su cargo, como Presidente de COCEMFE, para los próximos cuatro años.

Para esta nueva etapa, El equipo del Presidente, estará integrado por: **Eva Pérez Bech**, Vicepresidenta de la entidad; **Marta Valencia**, Secretaria de Organización y comisionada de Mujer e Igualdad; **Daniel-Aníbal García**, Secretario de Finanzas; **Valentín Sola**, Secretario de Desarrollo Educativo y Profesional; **Javier Font**, Secretario de Accesibilidad y Vida Independiente; **Daniel Gallego**, Secretario de Comunicación e Impacto Social; **Mónica Oviedo** (Presidenta de COCEMFE Asturias), Secretaria de Innovación Asociativa y Participación; **Marcelino Escobar**, Secretario de Proyectos e Innovación Social; y **Mar Arruti**, Secretaria de Cronicidad, Pacientes y Espacio Sociosanitario.

Anxo Queiruga tomó la palabra, tras su reelección, para decir que “continuaremos haciendo un trabajo incansable desde todas las instancias, basado en el diálogo, en ser propositivos, en llevar nuestra capacidad de colaboración y ofrecer soluciones. No vamos a dudar, cuando se trate de dejar claro que la defensa de nuestros derechos es inaplazable e ineludible y no permitiremos pasos atrás en este sentido”.

El Presidente, ha destacado la característica que define a COCEMFE, en el sentido de la “autorrepresentación”, como factor diferencial, dentro del Tercer Sector, afirmando que “las personas que motivan nuestra acción, son a la vez sujetos políticos de nuestra entidad”.

Anxo Queiruga, también ha puesto en valor, la utilización de todos los mecanismos de dialogo civil que tengamos a nuestro alcance, fortaleciendo las alianzas estratégicas, para convertirnos en referentes en los temas que afectan al colectivo y propiciar que la voz de COCEMFE, sea imprescindible en la toma de decisiones.

También, el Presidente, ha comentado las carencias del actual modelo de financiación, basado en subvenciones



Anxo Queiruga, presidente de COCEMFE.

que, año tras año, no permiten una planificación a largo y medio plazo, generando una situación constante de incertidumbre, en una parte de la sociedad especialmente vulnerable.

En otro orden de cosas, en la Asamblea se aprobaron las Cuentas Anuales y la Memoria de Actividades del pasado ejercicio 2023, año en el que 1.420.976 personas, participaron en las actividades desarrolladas por COCEMFE y su Movimiento Asociativo, en áreas como el Desarrollo Educativo y Profesional, la Coordinación Sociosanitaria, la Accesibilidad y la Vida Independiente, el Turismo Inclusivo, los Proyectos e Innovación Social, el Voluntariado, la Cohesión Asociativa, la Comunicación, la Igualdad y la Cooperación.

Otro punto importante durante la Asamblea, fue la **aprobación del nuevo Plan Estratégico de COCEMFE para 2024-2028**, basado en cuatro ejes de acción: el modelo de atención a las personas con discapacidad física y orgánica



Equipo directivo de COCEMFE.



ca; el proyecto común de COCEMFE y su Movimiento Asociativo; la incidencia política y social, y la organización sostenible e innovadora.

Este nuevo y ambicioso **Plan Estratégico**, persigue mejorar los niveles de autonomía personal de las personas con discapacidad física y orgánica, durante toda su vida; mejorar la empleabilidad; garantizar que nuestro grupo social, acceda, durante la infancia y juventud, a una educación y formación en igualdad de oportuni-

En el ejercicio 2023, 1.420.976 personas, participaron en las actividades desarrolladas por COCEMFE y su Movimiento Asociativo

des, especialmente en lo referente a la educación inclusiva; promover la igualdad de las mujeres y niñas con discapacidad física y orgánica, y mejorar la coordinación entre el ámbito social y el sanitario.

LA ASAMBLEA APROBÓ EL PLAN ESTRATÉGICO 2024-2028 QUE PRETENDE:

- Mejorar la empleabilidad.
- Garantizar el acceso durante la infancia y juventud, a una educación y formación en igualdad de oportunidades, especialmente en lo referente a la educación inclusiva.
- Promover la igualdad de las mujeres y niñas con discapacidad física y orgánica.
- Mejorar la coordinación entre el ámbito social y el sanitario.

Desde COCEMFE Asturias, nos alegramos de formar parte activa de este Plan Estratégico a nivel nacional, con las aportaciones de nuestra presidenta, dentro del equipo humano encargado de materializar estos objetivos, para mejorar la vida de las personas con discapacidad física y orgánica y garantizar sus derechos.

ENDOSAMOS TODO

Descontamos directamente el importe de la subvención presentando la prescripción del médico

ORTOPEDIA

mundobabelo
OVIEDO

Manuel del Fresno, 6 - 33012 - Oviedo
985 22 88 00 - WAS - 684 65 38 22

www.ortopediamundoabuelo.es
mundoabuelo.oviedo@gmail.com

N.R.S.: E.4 / 6800



Vivir con... Determinación

Laura Fernández de Arquer, 21 años

¡Escueto y casi diría qué hueco se me queda el título de esta sección! Como hemos mencionado en números anteriores, el título “obliga” y condiciona un complemento, originalmente pensado para circunscribirse a una discapacidad relativa a la persona protagonista. Prefiero pasar el título por alto, porque es superficial y vano. Para pintar el retrato de Laura, me quedaría, sin ninguna duda, con lo que los periodistas llaman... los titulares que nos ha dejado en esta entrevista.

Pero, vamos a imprimir un orden. Primero, ¿Por qué Laura? La pregunta se contesta sola. Laura es el paradigma de “Vivir con”, es decir, cuando se busca una persona protagonista de la sección, en el ámbito de la discapacidad, se busca la singularidad. Una persona que, por su trayectoria o acciones o circunstancias, sea excepcional o extraordinaria. Una personalidad que pueda gozar de la categoría de ejemplo para nuestro colectivo y que, a la vez, sea inspiradora, cuestión de mucho más calado.

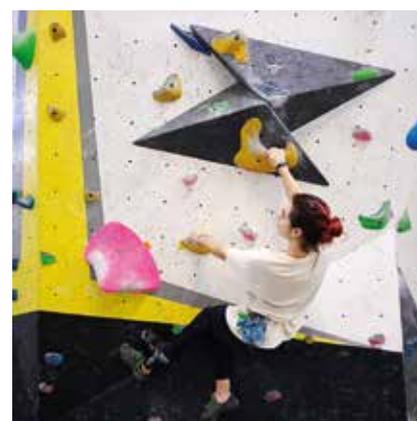
Laura Fernández de Arquer, es todo eso, con 21 años, cursando una Ingeniería Informática de Software y perteneciendo al exclusivo círculo de Deportistas de Alto Rendimiento, en el campo de la discapacidad. En la disciplina de la natación adaptada, Laura tiene un currículum deportivo que haría que cualquier padre o madre, no cupiera en sí mismo de orgullo, pero eso, aunque parezca extraño, es lo que ha pasado a segundo plano en la entrevista.

Esta entrevista, es del tipo, de las que “se hacen solas”, porque solo mencionando la nutrida lista de triunfos, medallas, premios, campeonatos y títulos obtenidos por Laura, llenamos el texto y dejamos boquiabiertos a los lectores. Laura es un gran e incontestable ejemplo de superación en el ámbito de la discapacidad, pero, para saber lo que

“pesan” esos triunfos en su vida, basta con mencionar un par de anécdotas sacadas de la conversación. En este maremágnum de información deportiva, ella nos iba mencionando la denominación exacta y correcta de tal o cual competición que había ganado: **Dos medallas de oro** en el Campeonato de España Universitario, en la categoría de 50 metros libre y 100 metros espalda; **cuatro medallas** en el Campeonato de Asturias, Open Mareastur; **Campeona de la 6ª Jornada de Liga Nacional AXA de Natación Paralímpica** en Cádiz; **Un oro, una plata y dos bronce**s, en el Open Internacional de Natación Adaptada de Castilla y León; **Campeona de Asturias de Natación Inclusiva**...

Pero he aquí la parte interesante de Laura. ¿Qué significan todos esos triunfos deportivos en alguien tan joven?... ¡Nada! Podéis creerlo o no. Laura tiene una estantería y en las copas, guarda dentro las medallas. De hecho, nos comentó que, en una etapa de crisis personal como deportista, le dijo a su entrenadora que ella, nadaba porque le apasionaba la natación y, el hecho de cosechar o no triunfos, era algo anexo e intrascendente. Bien, dicho esto, si yo fuera el padre de Laura, lo que me haría sentirme orgulloso de ella, no son los premios que puedan exponerse en una vitrina.





“Soy quien soy gracias a mi discapacidad” y “Mi discapacidad es una fortaleza”

Pero, volviendo a los titulares que nos ha dejado. Es una pena no encajarlos en el título de la sección, porque, no creo recordar que nadie, nunca, en mis casi tres décadas de relación con el colectivo de la discapacidad, haya dicho algo tan sincero y tan bonito acerca de su discapacidad y es necesario transcribirlo tal cual. Sí que es cierto, que me he encontrado con personas con una fuerza y una superación que trascienden a sus circunstancias físicas personales, pero estas personas suelen decir... “he llegado hasta aquí o he conseguido esto... a pesar de mi discapacidad”. Laura me ha dicho que: “Soy quien soy gracias a mi discapacidad” y “Mi discapacidad es una fortaleza”.

En fin, ¡Cuan gratificante es, a estas alturas de la vida, recibir lecciones de una persona a la que casi le triplicas la edad! Me descubro ante la reflexión de que, su construcción personal, se debe en gran medida, a su discapacidad. Me parece un argumento, de tal nivel de aceptación personal y madurez, que no parece encajar fácilmente en la mentalidad en una joven de 21 años.

Dije que pasaría un poco por alto los triunfos deportivos de Laura, porque no eran lo más relevante de este retrato... pero, ¡Cómo no mencionar que ha ganado el Descenso del Sella Adaptado, (Categoría Open Femenino) de esta presente edición, junto con su hermana Abril! Estoy obligado a darle la importancia que ella quiere restarle porque, no debemos olvidar que es nadadora... ¡No es palista!

Toda su vida gira en torno al reto personal y a la superación. Patinaje en línea, bicicleta y ¡puenting! Lloró delante

del instructor, cuando estaba atada al arnés y asomada al vacío. Dudó durante diez largos minutos, en que su madre y el propio instructor, le decían que no era necesario que se tirase. Pero ella se tiró. Porque, al igual que hace, cuando está nadando, no compite contra otra persona, está compitiendo contra ella misma... y ganando.

Las imágenes deportivas que acompañan al artículo, nos las ha proporcionado Laura. Hacerle un retrato, sin embargo, me parecía algo imprescindible. Me tengo por buen fotógrafo y especialista en personas. Captar la belleza exterior de alguien es relativamente sencillo y la tecnología ayuda mucho. Sin embargo, plasmar la serenidad y determinación de una mirada, ya es otra cosa. Espero que el retrato esté a la altura.

Para concluir, me preocupa que esta entrevista y esta descripción literaria de Laura, sea tomada como el ejemplo de lo inalcanzable, de la vida laureada de una joven con discapacidad. No, por favor, que no sea entendida de ese modo. Laura está orgullosa de su discapacidad y exhibe su prótesis con el mismo orgullo, antes la escondía y ahora está tuneada. Que se vea, porque es parte de ella y ha sido pieza clave de su construcción como persona. Muchas veces, en este foro, se habla de calidad de vida y de la parte terapéutica que nos acerca a un estado mejor. Lo tenéis delante, la vida de Laura es terapia personal, aceptación y superación mental a través del deporte. Las medallas no importan. Como ella misma nos decía, cuando nadado por una calle de la piscina, no pienso en mis rivales, porque mi rival soy yo y lucho conmigo misma.

CEE DE COCEMFE ASTURIAS

GRUPO INICIATIVAS

GRUPO INICIATIVAS DE COMUNICACIÓN INTEGRAL, S.L.

Pero, ¿Qué regalo estás buscando?

REGALO PUBLICITARIO PERSONALIZADO, ARTÍCULOS PROMOCIONALES Y DETALLES CORPORATIVOS PARA PUBLICITAR TU EMPRESA.

Llámanos nuestra mejor oferta te espera **985 392 290** y visita nuestro catálogo de productos en www.grupoiniciativas.com

APOYO Y CUIDADOS

ATENCIÓN ESPECIALIZADA EN EL DOMICILIO

La ayuda domiciliar es calidad de vida

¡CONSÚLTANOS, SOMOS EXPERTOS!

T. 985 391 633 - info@apoyoycuidados.com - www.apoyoycuidados.com

DIRECTORIO DE COCEMFE ASTURIAS Y SUS ASOCIACIONES FEDERADAS



Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad - FRATER
 Centro Social Las Campas. C/ Quirós, s/n. 33012 Oviedo
 Tj 635 537 384
 aboullosa2005@hotmail.com



Asoc. de Espondilíticos Asturianos - ADEAPA
 Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias
 Avda. Roma, 4 bajo. Despacho N° 8. 33011 Oviedo
 Tj 649 20 68 27 - espondioastur@gmail.com - www.adeapa.com



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



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



Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca - DIFAC
 C/ Sabino Álvarez Gendín, 26 bajo. 33402 Avilés
 Tj 985 551 501 / 984 065 264
 difac95@yahoo.es - www.difac.es



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



Asoc. Asturiana de Esclerosis Múltiple - AADEM
 C/ Amsterdam, 14 bajo. 33011 Oviedo
 Tj 985 288 039
 aadem@aadem.org - www.aadem.org



Asoc. COREA HUNTINGTON de Asturias
 C/ La Concordia, 3. 33402 Avilés
 (Centro Cívico Cultural Los Canapés)
 Tj 653 815 753 - acoreahas@yahoo.es



Asoc. Asturiana contra la Fibrosis Quística - FQ
 Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias
 Avda. de Roma, 4 bajo. Despacho N° 7. 33011 Oviedo
 Tj 985 964 592 - fq@fqasturias.org - www.fqasturias.org



Asociación Asturiana de ATAXIAS "COVADONGA"
 C/ Covadonga, 22. 2º. 33201 Gijón
 Tj 985 097 152
 feramado@telecable.es



Asoc. de Hemofilia de Asturias - AHEMAS
 Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias
 Avda. Roma, 4 bajo. Despacho N° 1. 33011 Oviedo
 Tj 658 607 947 - asturiashemofilia@gmail.com



Asoc. de Afectados por Miastenia Gravis - ADAMG
 Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias
 Avda. Roma, 4 bajo. Despacho N° 1. 33011 Oviedo
 Tj 617 650 871 - asociacion@miastenia.es



Asociación PARKINSON ASTURIAS
 C/ Amsterdam, 7 bajo. 33011 Oviedo. Tj 985 237 531
 aparkas@parkinsonasturias.org / aparkas@hotmail.com
 www.parkinsonasturias.org



Asoc. Chiari y Siringomielia del Principado de Asturias - ChySPA
 Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias
 Avda. Roma, 4. Despacho N° 2. 33011 Oviedo. Tj 628 537 931 / 638 177 690
 https://chyspa.org - chiariasturias@hotmail.com



Asoc. para la Lucha contra las Enfermedades Renales ALCER ASTURIAS. Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias
 Avda. Roma, 4 bajo. Despachos N° 5 y 6. 33011 Oviedo
 Tj 985 256 250 - alcerasturias@gmail.com



Asociación Equitación Positiva
 Instalaciones del Centro Ecuestre El Asturcón
 C/ El Molinón, s/n - Villaperez. 33194 Oviedo. Tj 985 912 284
 contacto@equitacionpositiva.es - www.equitacionpositiva.es



Asoc. de Esclerosis Lateral Amiotrófica - ELA PRINCIPADO
 Equip. Soc. del Natahoyo. Avda. Moreda, 11. 2ª Planta. 33212 Gijón
 Tj 985 163 311
 elaprimado@telecable.es - www.ela-principado.es



Asociación Síndrome de Noonan - NOONAN ASTURIAS
 Tj 691 949 696
 noonanasturias@gmail.com
 www.noonanasturias.com



Asoc. de Enfermos de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica del Principado de Asturias - AENFIPA
 C/ Jerónimo Ibrán, 2. 1ªA. 33001 Oviedo
 Tj 687 469 175
 asociacionaenfipa@gmail.com - www.fibromialgia-asturias.org



Asoc. de Familias de Niños con Cáncer del Principado de Asturias "Galbán"
 C/ Méjico, esquina Chile, 12 Bajo 33011 Oviedo
 Tj 984 08 74 10 / 652 567 139
 asgalban@gmail.com - www.asociaciongalban.org



Asociación Lúpica de Asturias - ALAS
 C/ Instituto, 17. 2º A. 33201 Gijón
 Tj 985 172 500
 administracion@lupusasturias.org - www.lupusasturias.org



Asoc. Ictus de Asturias y otras Lesiones Cerebrales Adquiridas - ASICAS
 C/ Covadonga, 40. Infiesto 33530
 Tj 623 041 219 - info@asicas.org - www.asicas.org



Asoc. Prámaro por la Integración de los Discapacitados - PRÁMARO
 Casa de Cultura. C/ Cerro de la Muralla, s/n. 33820 Grado
 Tj 985 750 841 / 657 138 199
 asociacionpramaro@gmail.com



Asoc. Asturiana de Neurofibromatosis - ASNEFI
 Hotel de Asociaciones de COCEMFE Asturias
 Avda. de Roma, 4 Bajo. Despacho N° 1. 33011 Oviedo
 Tj 605 357 665 - asnefi@yahoo.es



Asoc. para la Promoción del Turismo Adaptado Asturiano - APTAA
 Barrio de Cimadevilla, 184. 33314 Quintes - Villaviciosa
 Tj 609 439 768 / 673 898 090
 aptaa@asturiasadaptada.org - www.asturiasadaptada.org



COCEMFE
 Asturias

C/ Dr. Avelino González, 5, bajo, 33211 Gijón
 Tj 985 39 68 55 - federacion@cocemfeasturias.es
 www.cocemfeasturias.es



Te facilitamos el acceso al mercado laboral a través de programas que mejoran tu empleabilidad



PIDE TU CITA

@empleogijon



Agencia Local de Promoción Económica y Empleo del Ayuntamiento de Gijón/Xixón

 Calle Avelino González Mallada 27, 33204 Gijón/Xixón



Empleo



Formación



Orientación Laboral



Promoción Empresarial



Desarrollo



Innovación

telecable

Llega **leeeeeejooooooooooooos**

Llegamos con internet de alta velocidad
a más hogares asturianos que nunca.



Sujeto a disponibilidad geográfica