



Informa

Nº 17 mayo 2024

Yo Quiero, Yo Puedo, Yo soy Capaz



PARÁLISIS CEREBRAL

ASOCIACIÓN SOMOS ASTILLERO-GUARNIZO (ASAG)

Registrada en: Gobierno de Cantabria

ICASS de Cantabria

Ayuntamiento de Astillero

Miembro de COCEMFE-CANTABRIA

C/ Industria 86, bajo - interior

39610 - Astillero (Cantabria)

Tel. 619 320 323

E-mail: somos.asag@gmail.com

Web: www.somosasag.wixsite.com/asag

Horario apertura: Lunes de 17:30 a 20:00 y
miércoles de 10:30 a 13:00

Facebook: ASAG

Twitter: @ASAG_AG

Instagram: @asag_yopuedoyosoycapaz

DEPÓSITO LEGAL: SA 148-2016

CONTENIDO:

PRESENTACIÓN	3
COMPAÑEROS DE CAMINO	4-7
EXPERIENCIAS	8-16
HAZTE VOLUNTARIO DE ASAG	9
HAZTE SOCIO DE ASAG	13
CONVENIOS / COLABORACIONES	15
HEMOS LEÍDO EN	17
LO QUE TENEMOS QUE SABER SOBRE ...	18-19
OPINIÓN	20-21
LIBROTECA	22-23
ALGUNAS ACTIVIDADES DEL 2023	24-27

COLABORACIONES:

ASPACE CANTABRIA

Beatriz González

Benita Hernández

Héctor Flórez Herboso

Estrella Gil

Sergio Gutiérrez

Eutiquio Cabrerizo Cabrerizo

DISEÑO

Alicia Cala Saro

IMPRIME

Gráficas Astillero

Las opiniones que aparecen en esta revista son
responsabilidad de cada colaborador.



PRESENTACIÓN

Dedicamos este número a la parálisis cerebral que según la Confederación ASPACE (<https://aspace.org/que-es>) es una discapacidad producida por una lesión en el cerebro, que afecta a la movilidad y a la postura de la persona, limitando su actividad. Esta discapacidad puede ir acompañada de una discapacidad sensorial o intelectual en mayor o menor grado, por eso nos referimos a la parálisis cerebral como una pluridiscapacidad.

La definición científica de la parálisis cerebral describe esta discapacidad como “un grupo de trastornos permanentes del desarrollo del movimiento y de la postura, que causan limitaciones en la actividad y que se atribuyen a alteraciones no progresivas ocurridas en el desarrollo cerebral del feto o de la primera infancia” (A report: the definition and classification of cerebral palsy).

El grado en el que esta discapacidad afecta a cada persona es diferente y viene determinado por la intensidad y el momento concreto en que se produce la lesión. De modo que podemos encontrarnos con personas que conviven con una parálisis cerebral que resulta apenas perceptible, desarrollando una vida totalmente normal, frente a otras que necesitan del apoyo de terceras personas para realizar las tareas más básicas de su vida diaria.

La lesión no cambia, es inmutable. El daño neurológico no aumenta ni disminuye aunque las consecuencias y los síntomas que se vayan manifestando pueden cambiar, mejorar o empeorar. La alteración del sistema neuromotor influye en aspectos físicos como son la postura o el movimiento.

La lesión también puede afectar a otras funciones como la atención, la percepción, la memoria, el lenguaje y el razonamiento. El número de funciones dañadas depende, por un lado, del lugar, tipo, localización, amplitud y disfunción de la lesión neurológica y, por el otro, por el momento en que se produce el daño, es decir, el nivel de maduración del encéfalo.

La parálisis cerebral es una de las causas más frecuentes de discapacidad motórica y la más frecuente en niños. Se estima que entre un 2 y un 2,5 por cada mil nacidos en España tiene parálisis cerebral, es decir, una de cada 500 personas. Dicho de otra forma, en España hay 120.000 personas con parálisis cerebral.

Es muy importante saber que la parálisis cerebral no se puede curar. Estrictamente no es una enfermedad, pues la parálisis cerebral, como tal, no requiere de ningún tratamiento, ni farmacológico ni terapéutico. Sin embargo, los síntomas de esta discapacidad sí que pueden ser tratados, especialmente desde cuatro áreas fundamentales: fisioterapia, logopedia, apoyos educativos y terapia ocupacional.



Así, si la persona recibe una atención adecuada que le ayude a mejorar sus movimientos, estimule su desarrollo intelectual, desarrolle su comunicación y potencie sus habilidades sociales, podrá alcanzar importantes niveles de autonomía y llevar una vida plena.

A través de las diferentes páginas de este número de ASAG INFORMA pretendemos aportar información y conocimiento sobre

este tipo de discapacidad. Como en números anteriores queremos dar voz a la/os protagonistas que son las personas que conviven con parálisis cerebral ya sean ellas, su entorno, sus entidades y/o familias para que, a través de sus vivencias, nos aporten una visión real de su día a día.

Agradecer a todas ellas su generosidad para poder completar esta edición.

COMPAÑEROS DE CAMINO

ASPACE CANTABRIA

Es la entidad cántabra para la Atención Integral de Personas con Parálisis Cerebral, Daño Cerebral y Síndromes de similar etiología y/o evoluciones (en adelante, PCa). ASPACE Cantabria una entidad de iniciativa social, declarada de utilidad pública y sin ánimo de lucro.



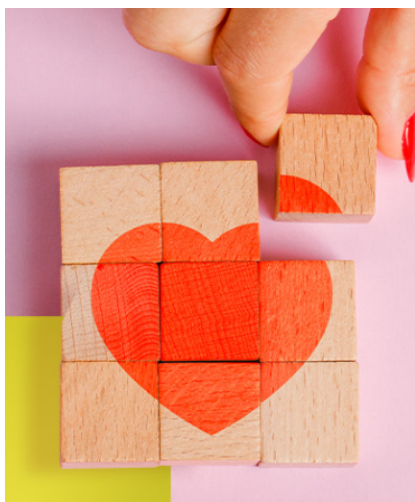
Su masa social está conformada por las propias personas afectadas, por sus familiares y por las y los profesionales que les atienden, además de las personas y/o entidades que forman parte de sus colaboradores. Juntos, forman parte del #MovimientoASPACE.

Miembro fundador de la Confederación Nacional ASPACE (institución que aglutina a 85 entidades con más de 230 centros de atención directa en todo el territorio nacional), formando parte de sus Órganos de Gobierno y Representación en calidad de miembro del Pleno Confederativo. A nivel regional, es miembro constituyente y parte del Comité Ejecutivo de CERMI Cantabria, plataforma nacional de representación y defensa de los ciudadanos y las ciudadanas con discapacidad de Cantabria.

En ASPACE Cantabria trabajan bajo el enfoque social en derechos, el cual implica poner a la persona con parálisis cerebral en el centro y apoyar este ciclo completo, hablando de transformación cultural y social. Responder a esta nueva conciencia precisa de avances en las áreas en las que la inclusión todavía no es efectiva y, sobre todo, siendo capaces de provocar un cambio de paradigma.

A título ilustrativo, la parálisis cerebral es una discapacidad física producida por una lesión en el cerebro que afecta a la movilidad y la postura de la persona limitando su actividad. La lesión que causa parálisis cerebral podría ocurrir antes de nacer, en el momento del parto o, tras el nacimiento, hasta los tres años de edad. El 90% de los casos de parálisis cerebral se producen antes o durante el nacimiento; ya sea por infecciones, malformaciones cerebrales o accidentes cerebrovasculares; entre otras causas. Al tener su origen en una lesión del cerebro, las consecuencias de la parálisis cerebral son múltiples y complejas, por lo que se denomina pluridiscapacidad (según el Instituto Cántabro de Servicios Sociales, ICASS, el 64,8% de las discapacidades tienen su origen principal en causas físicas).

1. MISIÓN, VISIÓN, VALORES Y PROPÓSITO DE ASPACE CANTABRIA.



El objetivo principal de ASPACE Cantabria consiste en proporcionar servicios de atención y apoyo que estén orientados a **mejorar la percepción de calidad de vida de las personas de este colectivo y entornos familiares, atendiendo de manera integral y especializada durante todas sus etapas vitales**. Trabajan mediante proyectos participativos e inclusivos, poniendo siempre en valor los apoyos precisos para que cada Persona pueda lograr una ciudadanía plena.

El compromiso de la entidad se fundamenta en el desarrollo del **“Proyecto de Vida” de las Personas con Parálisis Cerebral, Daño Cerebral y Síndromes afines**, haciendo partícipes a las familias, profesionales, soci@s, voluntari@s y colaborador@s, con el fin de alcanzar su máxima inclusión social y el reconocimiento de sus derechos por parte de toda la sociedad civil, basándose en unos valores clave como: profesionalidad, compromiso, cercanía, solidaridad, innovación, transparencia, lealtad y pasión por lo que hacen cada día.

En definitiva, desde ASpace Cantabria trabajan bajo una metodología de calidad de vida y planificación centrada en la persona fomentando conjuntamente la promoción de la vida independiente, la autonomía personal y la toma de decisiones de las personas con PCa, poniendo en valor que las personas con parálisis cerebral y grandes necesidades de apoyo sólo pueden tener una vida independiente si se les ofrecen los apoyos suficientes, y aquí aún queda camino por andar.

2. PERFIL DE ASpace CANTABRIA.

ASpace Cantabria inició su actividad en octubre de 1981 y la ha venido desarrollando ininterrumpidamente hasta la fecha. Su ámbito de actuación es la Comunidad Autónoma de Cantabria y desarrolla sus servicios de forma global desde el Centro de Atención Integral “Antonio Ruiz Bedia” ubicado en Santander, un espacio de más de 4.500 metros cuadrados que se erige como el principal instrumento de la entidad para dar una respuesta conjunta a las necesidades de apoyo de personas con parálisis cerebral, daño cerebral y síndromes afines de Cantabria.



Dicho Centro de Atención Integral fue diseñado con criterios de accesibilidad universal, reuniendo avanzadas instalaciones y medios, y su objetivo se ha fundamentado en poder ofrecer desde una misma ubicación todo un conjunto de servicios y atenciones que facilitaran la presencia y aprovechamiento de las personas beneficiarias contando de forma unificada con:

- **2 centros de día:** Centro de Día de Santander y Centro de Día y Aprendizaje de Tareas. El primero de ellos se caracteriza por una atención de personas que presentan cuadros graves de pluridiscapacidad y, en consecuencia, con niveles de dependencia extremos y altas necesidades de apoyos. Y el segundo está configurado para la atención de personas que presentan cuadros graves de discapacidad intelectual y/o motora e incluso con niveles de dependencia elevados en algunos casos. Ambos son centros en régimen de media pensión, en concierto con el Instituto Cántabro de Servicios Sociales (ICASS) de la Consejería de Inclusión Social, Juventud, Familias e Igualdad del Gobierno de Cantabria.
- **1 Centro Residencial de Atención Básica**, que tiene como misión la atención de las necesidades de alojamiento, manutención, incluyendo la atención diurna en fines de semana y festivos, de personas afectadas por PCa para los programas de Atención Permanente y programas de Estancias Temporales y Apoyo al Grupo Familiar. Es un centro que igualmente tiene concierto con el Instituto Cántabro de Servicios Sociales (ICASS).
- **Centro de Educación Especial:** tiene como misión la atención de las necesidades de las personas afectadas por PCa en edad escolar, así como prestar apoyo a sus familias. Se trata de un centro educativo en concierto con la Consejería de Educación, Formación Profesional y Universidades del Gobierno de Cantabria.

- **Servicios de prestación**, tales como atención terapéutica sobre diferentes disciplinas, atención temprana, transporte especial adaptado, alimentación y nutrición, acción institucional, ocio, cultura y deporte, asesoramiento jurídico, entre otros.
- **1 piscina terapéutica**, que dispone de un suelo móvil hidráulicamente en desplazamiento vertical que permite adaptar su profundidad a cada requerimiento.
- **2 tanques de hidromasaje** para trabajar igualmente la fisioterapia desde el medio acuático.
- **1 Unidad de Atención Odontológica** en favor del mantenimiento y cuidado de la salud Bucodental de las personas beneficiarias.
- **1 Sala de Estimulación Multisensorial SHX**, que permite crear entornos integrales de estimulación para una intervención terapéutica personalizada, entre otros beneficios que seguimos desarrollando bajo una estrategia de mejora continua.



3. PROYECTOS CLAVE PARA LAS PERSONAS USUARIAS DE ASPACE CANTABRIA.

Cualquier tipo de actividad en relación con la parálisis cerebral precisa de un alto grado de adaptación. También ocurre lo mismo con las actividades deportivas, que en este caso se configuran, muchas de ellas, como específicas para este tipo de discapacidad. Las citadas adaptaciones lo son tanto de diseño como reglamentarias, y también respecto de los elementos materiales utilizados para la práctica de las mismas, lo que obliga a disponer de equipamiento específico para su realización.

Desde ASPACE Cantabria consideran el deporte como un ámbito fundamental para el desarrollo de cualquier persona, con efectos indiscutibles sobre la salud física y mental y generador de oportunidades de relaciones interpersonales y de participación e inclusión social. Disponen del Club Deportivo ASPACE Cantabria, desde el cual practican la **BOCCIA**, considerado deporte paralímpico desde 1984. Deporte que está regido por un reglamento internacional creado y aprobado por la BISFED (Boccia International Sports Federation), similar a la petanca, aunque difiere en algunos aspectos: material, dimensiones del campo y algunas reglas de juego, pudiendo disputarse por equipos, parejas o individualmente.

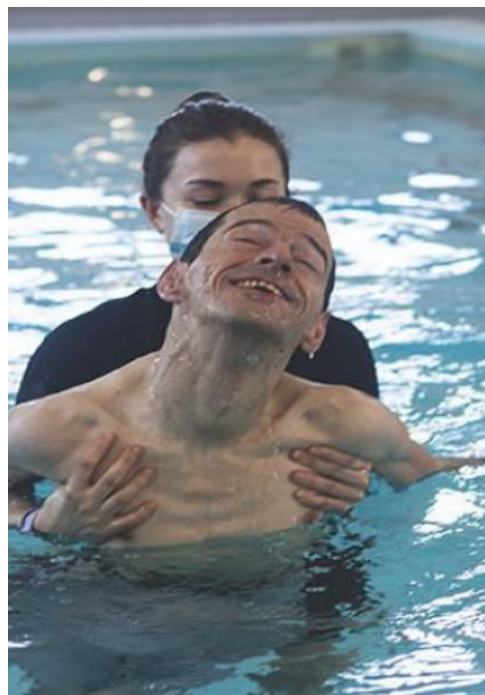


COCEMFE Cantabria

Otro proyecto pionero e innovador que desarrollan desde la entidad es **LADSPACE**, orientado a promover la participación activa y autónoma de las personas en el ámbito de la expresión artística, -en este caso en el de la danza y el baile-, y con independencia de cuales sean sus características personales. Ya alcanza los 10 años de desarrollo y con la vocación de que también participen en el mismo personas sin discapacidad, lo que constituye una experiencia de normalización e inclusión social. Se sustenta en la creación de piezas originales de danza contemporánea que surgen desde el movimiento de las personas con discapacidad, movimiento que, si en otras circunstancias les “catalogaba” como un síndrome, aquí se interpreta como un movimiento natural, mediante el cual los y las intérpretes expresan emociones y crean sensaciones a través de la danza y la música electrónica, que luego representan en distintos eventos culturales.

Partiendo del objetivo de promover la autonomía personal de las personas con PCa también desarrollan la **HIDROTERAPIA**, ya que las técnicas de hidroterapia están especialmente indicadas en el trabajo con las personas que presentan las secuelas de origen neuromotor más significativas en PCa, siendo esta circunstancia ampliamente reconocida en la fisioterapia, influyendo principalmente sobre la dimensión del bienestar físico de la calidad de vida.

Las características propias del agua permiten implementar técnicas fisioterapéuticas que no es posible realizar “en seco” (fuera del agua), aprovechando la flotabilidad, la resistencia dinámica del agua o la presión hidrostática. Los tratamientos de hidroterapia, en definitiva, son un medio facilitador que permiten a las personas con PCa mejorar su percepción de calidad de vida de forma primaria en la dimensión bienestar físico, pero por las características sociales inherentes al medio acuático, de forma secundaria, impactan en el bienestar emocional, las relaciones interpersonales, el desarrollo personal y la inclusión social.



Y continuando con la meta de promocionar la autonomía personal de las personas con PCa a través de acciones dirigidas a la modificación de los factores ambientales, trabajan la selección y adaptación de las **TECNOLOGÍAS DE APOYO**, mediante el entrenamiento y la formación, tanto de la persona usuaria como de su entorno social. Una tecnología de apoyo actúa como factor ambiental, mejorando el desempeño en una función corporal, en una actividad o en la participación de la persona, siempre y cuando esté bien orientada, por lo que este proyecto trata de resolver aquellas situaciones de personas con PCa que no tienen acceso eficaz a tecnologías de apoyo, bien por falta de oportunidad de acceso, por falta de especificidad de estas o por carencias económicas.

ASPACE Cantabria quiere conocerte y están contigo en todas las etapas de tu vida.



Avda. Cardenal Herrera Oria, 102
39011, Santander
Teléfono: 942338893
www.aspacecantabria.org

Distintos pero capaces

1. ¿Cómo es el día a día de una persona joven con una discapacidad?

Pues me levanto a las 8 de la mañana, me ducho, me visto y me voy a desayunar en la residencia de ASPACE Cantabria. Desde las 9:30 hasta las 17:30h de la tarde hago actividades en el Centro de Día y Aprendizaje de Tareas de ASPACE (el CAT).

Después, a las 17:30h de la tarde, vuelvo a la residencia y me tomo un café, más tarde coloco mi ropa limpia en el armario y miro lo que necesito comprar para ir al supermercado.

2. ¿Qué es lo que más te gusta hacer en tu tiempo libre?

Me gusta quedar para ir a tomar un café con mis hermanos, cuñadas y sobrinos. También me gustan las redes sociales como Facebook. Además, soy voluntaria desde hace muchos años de una federación llamada Cocemfe Cantabria de niños y jóvenes junto a sus profesores. Junto con mis compañeros ponemos a los niños cinco minutos en una silla de ruedas para que vean las barreras arquitectónicas y las barreras mentales.

Me gusta también escuchar música como Camela, Los Chichos, Junco, etc. Me gusta pintar mandalas, paisajes, escribir poesías, ver las reflexiones de mi Facebook, jugar a juegos como Candy Crush.

Me gusta salir, ir a conciertos, ir a las playas, ver la mar, a veces rutas con unos voluntarios, disfrutando de una joelette, con el grupo de Arrastrasillas, que nos suben a las montañas con unas sillas especiales.

3. ¿Cuáles son las barreras que encuentras en los sitios a los que acudes?

Vivo en Santander (Cantabria) y la ciudad ha mejorado mucho pero falta por hacer mucho más.

4. ¿Cómo consigues superarlas? ¿Con qué ayudas cuentas?

En la Federación de Cocemfe-Cantabria hay una persona, ingeniera de caminos, que nos está ayudando a las personas con discapacidad a hacer rastreos por la ciudad o municipio; hacer fotos a una acera estrecha en la que no cabemos con nuestras sillas, a un paso de peatón sin rebaje... ¿cómo podemos subir a la acera? ¡imposible!.

Gracias a esas personas que sacan fotos y miden los bordillos altos, hacen un escrito y se lo mandan al ayuntamiento para que lo arreglen y tengamos una ciudad accesible para todo el mundo y no solamente para personas con discapacidad, sino también a las personas mayores, a los carritos de bebés, etc...



5. ¿Cómo de importante ha sido la presencia de ASPACE Cantabria en tu vida?

Llevo casi tres años y valoro ASPACE Cantabria porque gracias a ellos tengo un techo para vivir, porque miro alrededor y hay personas en peores situaciones, que viven en la calle con un cartel, que no tienen trabajo y tienen hijos o que necesitan comida. Soy feliz.

7. ¿Qué es lo más difícil de vivir con discapacidad?

El duelo de mi madre. Fue muy duro aceptar que ya no vuelvas a ver a tu madre nunca más. Pero también que te rechacen las personas que quieres o que en el cole se rían de las dificultades que tienes, por ejemplo, que te hagan burla como a mí. Pero no todo es malo también hay muchas cosas buenas.

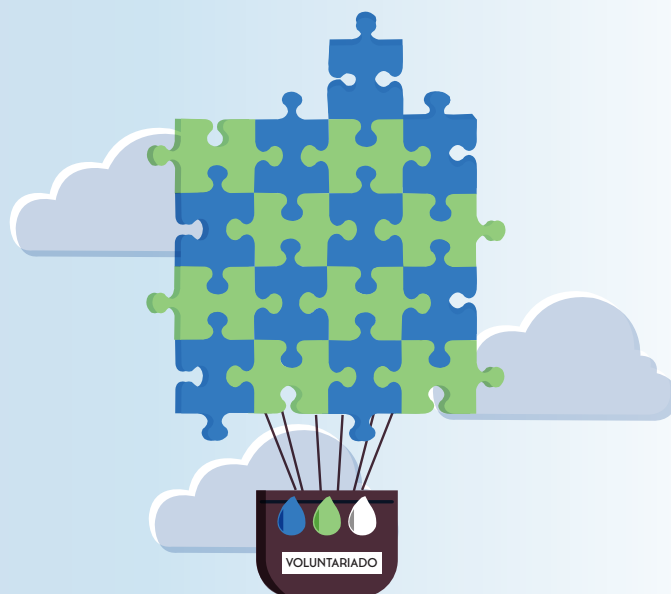
8. ¿Qué crees que aún falta para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad?

Por supuesto hay que hacer más residencias para las personas a las que les ha pasado como a mí y que haya plazas para que las familias estén tranquilas, para cuando ellos falten sus hijos estén en buenas condiciones y en un mundo accesible, aunque sobre todo, más empatía.

Beatriz González

ÚNETE AL PLAN DE VOLUNTARIADO DE ASAG

“La fuerza no viene de una capacidad física. Viene de una voluntad indomable.” (Ghandi)



www.somosasag.wixsite.com/asag

Antes de continuar con este texto quiero subrayar que “soy más de comedia que de drama”, con esto quiero puntualizar que, tú lector, tienes delante un texto que no pretende ser un relato lacrimógeno, ni mucho menos, pero tampoco pretende ser un relato disfrazado de otras cosas.

Mi andadura comenzó hace años, más de los que a veces me parece tener y, junto a ella, mi relación con la discapacidad como consecuencia de una mala praxis médica; venía de “nalgas” y no se le realizó a mi madre una cesárea ni otro tipo maniobra necesaria para evitar una anoxia (insuficiencia de oxígeno en el cerebro), lo que provocó un daño cerebral por asfixia. Por lo tanto, toda mi vida ha sido así, conviviendo con parálisis cerebral, no sufriendo con parálisis cerebral.

Dentro de los diferentes tipos de parálisis cerebral que existen, en mi caso, es parálisis cerebral espástica motora, afecta y dificulta para controlar la musculatura y la postura. Es un trastorno motor caracterizado por un aumento del tono muscular (hipertonía) que cursa con contracciones permanentes de los músculos afectando los dos brazos y las dos piernas, dando lugar a importantes limitaciones en la calidad de vida y autonomía de las personas.

Existe confusión cuando se habla de parálisis cerebral, creyendo que esta afecta, en todos los casos, al sistema cognitivo. Muy a menudo, tanto a nivel profesional como social, me he encontrado con “pequeños silencios” al explicar que “lo mío es parálisis cerebral”, para finalmente decirme “pero tú entiendes y razones”. Claro, y otra persona con mi misma patología seguramente también razona y entiende, lo que sucede es que, en algunos casos, tiene dificultades para comunicarse de manera convencional. Por lo tanto, es muy importante tener esto en cuenta. No todas las personas con parálisis cerebral tienen afectado el sistema cognitivo.



Imagen de Freepik

parálisis cerebral, familias, amigos, instituciones públicas y privadas seguimos reclamando servicios y apoyos individualizados para poder llevar una vida digna.

Amo por encima de todo la libertad y la autodeterminación de las personas, incluidas las personas con discapacidad, asumiendo los riesgos que ello conlleva. La falta de libertad de movimiento que me ocasiona mi discapacidad, pues cada vez tengo más limitaciones físicas, la procuro suplir con mis otras libertades: de decisión, de pensamiento, de expresión..., entre otras.

La resiliencia ha estado presente a lo largo de mi vida; al principio inconscientemente, en la actualidad con más serenidad aceptando el paso del tiempo y sus consecuencias. Pero aceptar no significa conformarse con lo que llega, por eso las personas con

Porque como dice Manuel Aguilar Hendrickson: “Las personas seguimos un recorrido no lineal a lo largo de nuestra vida y nos encontramos en momentos en los que tenemos que hacer frente a dificultades y problemas diversos. Responder a estas dificultades requiere, antes incluso que los recursos que las pueden reducir, de una capacidad de gestión de nuestro proceso: debemos ser capaces de identificar y priorizar problemas, de encontrar las respuestas a cada uno de ellos cómo y cuándo utilizarlas.”

Para terminar, algunas reflexiones personales:

1º. Si ser mujer cuesta, ser mujer con pluridiscapacidad por parálisis cerebral cuesta más. A pesar de ello siempre he procurado tener una vida “normal”; no conozco otra forma de vivir: mis vivencias, mis actividades, mis relaciones...etc. forman parte de lo cotidiano y a esto yo lo llamo “normal”. Porque no quiero que mi discapacidad me defina, aunque soy muy consciente que me condiciona. Tener una vida digna ha sido, y es, mi prioridad.

2º. La discapacidad, no es más fácil o más difícil si se produce en el nacimiento o, por el contrario, es sobrevenida (si te viene de repente por accidente, por ejemplo). NO. Esto es una “jodienda” te pase cuando te pase, pero..., no queda otra que adaptarse a lo que te toca.

3º. Vivir con algún tipo de discapacidad no tiene por qué estar vinculado al sufrimiento, la opresión, la marginación y a asumir que otr@s decidan por nosotr@s. Las personas con discapacidad somos ciudadan@s como el resto: trabajamos, estudiamos, creamos nuestra propia familia, colaboramos en la sociedad,...etc. Queremos estar, y estamos, presentes participando de ese espacio común que es nuestra comunidad. Solamente necesitamos algunos apoyos para ello.

Benita Hernández

**“Mi discapacidad
no me define,
aunque soy
muy consciente
que me condiciona”**

ACTIVIDADES DE CONCIENCIACIÓN EN LOS COLEGIOS



**Aprendemos jugando y,
creamos empatía
y compromiso
entre iguales.**



Me llamo Héctor, tengo parálisis cerebral desde que nací. 34 años han pasado ya de ese día. En todo este tiempo, he ido descubriendo que NO HACE FALTA ANDAR PARA AVANZAR EN LA VIDA. Ese es el gran reto de todas las personas que tenemos que ir en una silla de ruedas, creer y hacer porque esa frase se haga realidad en nosotros mismos. Esto es una enseñanza que nos la tiene que ir enseñando nuestro entorno más cercano porque creen en nosotros, sobre todo durante los primeros años de vida.

Yo empecé a ir al colegio con nueve años porque mis padres, Antonio y Mariví, dieron más importancia a mi rehabilitación, pero también intentaron que tuviese un desarrollo completo, de manera que me enseñaron a leer, sumar, restar, hasta hacer divisiones. Porque, aparte de empezar el colegio con nueve años, durante primaria y secundaria, solo iba dos días a la semana a clase.

Todas las tardes nos metíamos mi padre y yo en mi habitación a repasar todo esto, lo machacábamos porque me costaba aprenderlo, no solo cuando era niño, también de adolescente. Ahora, que me dedico a publicar cuentos infantiles, tiene que ser un orgullo y una satisfacción cuando me acompañan a presentar mis cuentos o a las ferias de libros. Mi primer cuento se llama “Laika me lleva sobre ruedas”, esta primavera saldrá con la editorial Agoeiro. “Aventuras de amistad y rock & roll”, mi segundo cuento.

También se sienten orgullosos cuando me llevan con amigas y amigos para hacer algún plan, o si me tienen que llevar a algún sitio porque he quedado con una chica por una aplicación para conocerla. Cuando antes me intentaban convencer para llevarme al centro de nuestro pueblo, donde se juntaban los adolescentes yo no quería ir por timidez y por miedo al rechazo, prefería quedarme en mi barrio con niños de cuatro o cinco años menos.

“Cuando tienes un hijo o hija, lo normal es ayudarlo a que se desarrolle al máximo y que sea un individuo feliz”

fantil implica mucho esfuerzo físico, pero no tiene por qué causar sufrimiento, y esto hace que sea muy fácil juzgar cosas de la vida de estas en este sentido.

Tengo la grandísima suerte de que siempre me han dejado toda la libertad que he ido consiguiendo. Como las dos veces que me fui a vivir fuera de casa: la primera vez fue a Murcia, allí estuve cuatro meses con tres amigas, Noe, Valle y Marina. La otra vez viví durante un año con mi amigo Ginés, en Bilbao.



Por otro lado, había otros retos que yo los hacía encantado, ellos también, aunque seguramente no les resultaba fácil. Dejarme ir solo con mi triciclo por el barrio sabiendo que de vez en cuando me caía en medio de la carretera o en la cuneta tenía que ser complicado. Ya no solo por si me pasase algo, también por la cosa de ser criticados. “Menudos padres tienen que ser esos que dejan al hijo solo en estas condiciones.” Nunca nos dijeron nada de esto, pero el temor a ser juzgados en mayor o en menor medida, existía.

Lo que pasa es que pocas personas son conscientes de que la parálisis cerebral in-

Es complicado dar libertad a un hijo que es tan dependiente, pero cuando se tiene un hijo o hija, y lo amas, lo normal es ayudarlo a que se desarrolle al máximo y que intente ser un individuo feliz. A mi padre le cuesta bastante más esta parte, es más protector: siempre se está preocupando si voy todos los días al baño, por mi alimentación, si bebo suficiente agua, los días que tengo resaca ni os cuento, dejamos el depósito de agua de mi pueblo en reserva para que depure mi cuerpo.

Mi ama es bastante menos protectora en este sentido y es más exigente. Digamos que ella siempre ha hecho de policía malo. Cosa que me ha venido bien en mi educación, porque, gracias a que me dejaba trabajar mi frustración y mis deseos, ahora de adulto, me puedo afrontar mejor a la realidad que me está tocando vivir.

Se han compenetrado bien como padres, como padres de tres hijos. Sin duda he dejado muchas cosas en el tintero, pero os invito a que me sigáis por mis redes sociales, que seguramente vaya haciendo publicaciones contando más cosas de mi familia y de mi vida, sobre todo ahora, para promocionar “Aventuras de amistad y rock & roll”.



Héctor Flórez Herboso

HAZTE SOCIO DE ASAG

Nuestro objetivo es ser un referente en Astillero - Guarnizo en el ámbito de la diversidad, creando y desarrollando debates y espacios de participación colectiva, para que nuestro municipio sea lo más universal posible ¿te apuntas?

Si quieres hacerte socio de ASAG, por solo 12 euros al año, nos ayudas a poder seguir organizando todas esas actividades y a mantener la asociación. Solo tienes que contactar con nosotros y rellenar una ficha cuyo modelo adjuntamos. Anímate y ven a conocernos.

¡¡Te esperamos!!

Apellidos y nombre / razón social		Nº socio		N.I.F.	
Dirección				Fecha nacimiento	
Localidad		C. P.		Provincia	
Discapacidad		Teléfono móvil		Teléfono fijo	
SI ☐ NO ☐					
Tipo de socio		Fecha de alta		Fecha de baja	
Numerario ☐ Colaborador ☐ Socio ☐					

www.somosasag.wixsite.com/asag

Soy mujer, tengo 45 años y parálisis cerebral. Acudir a mi médico de cabecera por cualquier motivo es como jugar a la ruleta rusa con solo tres respuestas:

Es cosa de la edad

Es cosa de la premenopausia

Es cosa de sobrepeso o falta de movilidad

Y es que una persona adulta con parálisis cerebral infantil desconcierta a la mayoría de los facultativos médicos. Aun cuando no hay cura ni prevención para esta discapacidad y siguen naciendo niños y niñas con parálisis cerebral (infantil). Perdón por ponerlo entre paréntesis, pero es que os juro que cuando cumplí dieciocho años no me curé de repente.

No existe ni un protocolo específico ni unidad de crónicos para nuestro perfil en el ámbito sanitario público. Así que vamos haciendo lo que buenamente podemos sin un criterio médico detrás para mantener la movilidad que tenemos. La vida misma es degenerativa, pero, a pesar de que siempre han nacido niños con esta patología, ningún médico sabe decirte cómo va a evolucionar tu cuerpo ¿por qué? porque no hay estudios sobre ello.

Cuando tenía 30 años decidí ser madre. Afortunadamente, mi médica de cabecera conocía mi situación familiar estable y me recetó el ácido fólico sin preguntar demasiado. Pero la enfermera que me confirmó el embarazo no me conocía tan bien y tuvo el tacto de un mandril a la hora de darme la noticia. ¿Por qué en la sanidad pública encontramos ambos extremos? En la semana treinta y seis de embarazo, el ginecólogo me comenta que se van a reunir para decidir cómo plantear mi parto, hasta entonces ¿no tenían ni idea?

No hay una educación hacia el paciente con diversidad funcional. Siempre se dirigen a nuestros acompañantes o se extrañan por qué vamos solas a una cita médica. Si un profesional de la sanidad no ha normalizado eso ¿qué podemos esperar de la sociedad?



Imagen de Freepik

Afortunadamente, no tuve que escuchar ninguna “regañina” de mi ginecólogo de la seguridad social, como sí tuve que hacerlo con uno privado “tener un hijo es algo más que parirlo”. Sí, señor, ya lo sé. Hace 15 años que lo sé.

Ahora ya he criado a mi hijo, casi. Ahora mi cuerpo me pide que le escuche, que le atienda, que le cuide... Busco apoyo profesional para ello y, simplemente, no existe. No existe en el ámbito público. No hay ninguna unidad de crónicos (que es lo que somos) que nos atienda. Es muy difícil encontrar un profesional fisioterapeuta, aun

pagando, que entienda de parálisis cerebral y de la espasticidad que a veces conlleva.

La parálisis cerebral es todo un espectro. Dependiendo de la zona del cerebro afectada, la persona tendrá más o menos afectada la movilidad, la espasticidad, el nivel intelectual o el habla. El nivel intelectual raramente está afectado pero la pronunciación sí y esto genera alguna confusión. Que una persona no pronuncie correctamente no quiere decir que tenga un problema cognitivo. Desgraciadamente, ambas cosas se consideran inseparables demasiadas veces.



He hablado de la atención ginecológica, algo muy importante en cualquier mujer, tenga o no experiencias sexuales. Y es algo que a veces se pasa por alto en mujeres con discapacidad. Ya que se las infantiliza. Las revisiones periódicas son imprescindibles para controlar una buena salud a pesar de no encontrar ninguna camilla hidráulica, en el área de ginecología, que nos haga más fácil la exploración médica, esto es vital como lo es el control de tensión y de peso. ¿Control de peso? Eso es bastante difícil cuando no encuentras ninguna báscula adaptada para personas con movilidad reducida en los centros médicos.



Imagen de Freepik

Seguimos luchando, seguimos encontrando barreras como mujeres con discapacidad incluso en el ámbito sanitario. Realmente, la sanidad pública ignora por completo nuestro perfil.

Estrella Gil García
<https://maternidad-adaptada.blogspot.com>

CONVENIOS / COLABORACIONES

Este 2024, desde ASAG, hemos firmado un acuerdo de colaboración con el Centro de Psicología Rebeca Suárez, en el que nuestros socios podrán recibir, si lo necesitan, un servicio de psicología externo con un precio de 50€ por sesión. El Centro de Psicología Rebeca Suárez se encuentra situado en la calle Emilio Pino 6 - 4b, Santander.

Asimismo firmamos otro acuerdo de colaboración con el despacho de abogados Lagunilla & Abogados S.L.P., en el que nuestros socios podrán recibir, si lo necesitan, un servicio de mediación, negociación y asistencia jurídica con un 20% de descuento en los honorarios en una intervención de asistencia jurídica y un 20% de descuento / sesión en una intervención de mediación, negociación o consulta jurídica extrajudicial. Dicho despacho se encuentra situado en la calle Emilia Pardo Bazán nº4, 1º izda., Santander.



Psicoterapia individual,
de pareja y familiar

C/ Emilio Pino 6 - 4b (Santander).
Teléfono: 722 598 175
www.rebecasuarezpisologa.com



**Lagunilla &
Abogados**

C/ Emilia Pardo Bazán 4 - 1º izda (Santander).
Teléfono: 942 36 07 07
www.lagunilla-abogados.com

Mi nombre es Sergio Gutiérrez. Tengo 53 años y tengo parálisis cerebral.

Hace dos años me dio un ictus y estuve bastante mal. Sin embargo, ahora mismo me encuentro muy bien y sigo mejorando día tras día.

Día a día de persona con discapacidad

Con mucha ayuda desde por la mañana, que me la proporcionan mis padres, hasta llegar al transporte, que me lleva a ASPACE todos los días y donde paso gran parte del día.

¿Qué es lo que más te gusta hacer?

Estoy en el equipo de Boccia de ASPACE Cantabria, porque la Boccia me apasiona.

¿Cuáles son las barreras que encuentras en tu día a día?

Principalmente son arquitectónicas, pero también las hay en la sociedad.

¿Cómo las superas? ¿Qué ayuda tienes?

Con la ayuda y el apoyo de mi familia, de mis compañeros y compañeras y de los y las profesionales de ASPACE lo conseguiré, pero todavía me queda mucho trabajo por delante.

¿Cómo de importante ha sido ASPACE Cantabria para ti?



Yo ya conocía ASPACE, porque de pequeño estuve en ASPACE Guipuzkoa, y pasado un largo tiempo volví a ASPACE Cantabria. Así que ha sido muy importante y sigue siéndolo cada día de mi vida.

¿Qué es lo más difícil de vivir con discapacidad?

Las barreras arquitectónicas y sociales.



HEMOS LEÍDO EN...

Cómo explicarte el mundo Cris

Las manos de mi hijo
no empuñarán banderas
ni fusiles, ni moldearán el barro,
ni escribirán sonetos.
Pero las manos de mi hijo nunca harán daño.
Sus manos, sus dedos largos son torpes cuando agarran,
pero acarician tanto,
te buscan y te cercan con tanto ahínco,
que ese cerco es un canto.



Tu risa me hace libre,
me pone alas.
Soledades me quita,
cárcel me arranca.
Boca que vuela,
corazón que en tus labios
relampaguea.
Es tu risa la espada
más victoriosa,
vencedor de las flores
y las alondras.
Rival del sol.
Porvenir de mis huesos
y de mi amor.

**“A todos los que no tienen la oportunidad
de que su voz se escuche.
A tanta gente a la que le debo tanto.
A todos los tuyos, Cris.
A tí, hijo”.**

Andrés Aberasturi

Poemas a su hijo, con parálisis cerebral.

LO QUE TENEMOS QUE SABER SOBRE...

Tipos de parálisis cerebral

La parálisis cerebral se caracteriza por dificultar la transmisión de los mensajes enviados por el cerebro a los músculos. Atendiendo a este hecho, Eric Denhoff realizó la siguiente clasificación **atendiendo al tono y la postura de la persona**:

• PARÁLISIS CEREBRAL ESPÁSTICA

Espasticidad significa rigidez; las personas que tienen esta clase de parálisis cerebral encuentran dificultad para controlar algunos o todos sus músculos, que tienden a estirarse y debilitarse, y que a menudo son los que sostienen sus brazos, sus piernas o su cabeza.

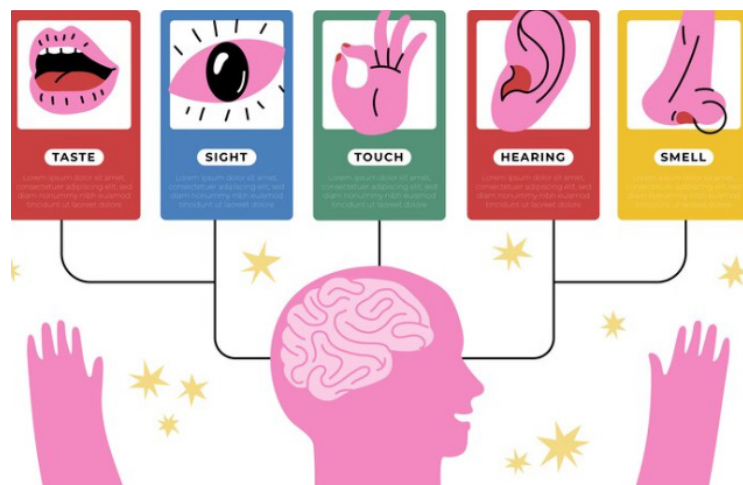


Imagen de Freepik

La parálisis cerebral espástica se produce normalmente cuando las células nerviosas de la capa externa del cerebro o corteza no funcionan correctamente.

• PARÁLISIS CEREBRAL DISQUINÉTICA O ATETOIDE

Se caracteriza, principalmente, por movimientos lentos, involuntarios (que se agravan con la fatiga y las emociones y se atenúan en reposo, desapareciendo con el sueño) y descoordinados, que dificultan la actividad voluntaria.

“La parálisis cerebral se caracteriza por dificultar la transmisión de los mensajes enviados por el cerebro a los músculos”

Es común que las personas que tengan este tipo de parálisis cerebral tengan unos músculos que cambian rápidamente de flojos a tensos. Sus brazos y sus piernas se mueven de una manera descontrolada, y puede ser difícil entenderles debido a que tienen dificultad para controlar su lengua, su respiración y las cuerdas vocales.

La parálisis cerebral atetoide es el resultado de que la parte central del cerebro no funcione adecuadamente.

• PARÁLISIS CEREBRAL ATÁXICA

Las personas con parálisis cerebral atáxica tienen dificultades para controlar el equilibrio debido a una lesión en el cerebelo. Según el alcance de la lesión, estas personas pueden llegar a caminar, aunque lo harán de manera inestable.

• PARÁLISIS CEREBRAL MIXTA

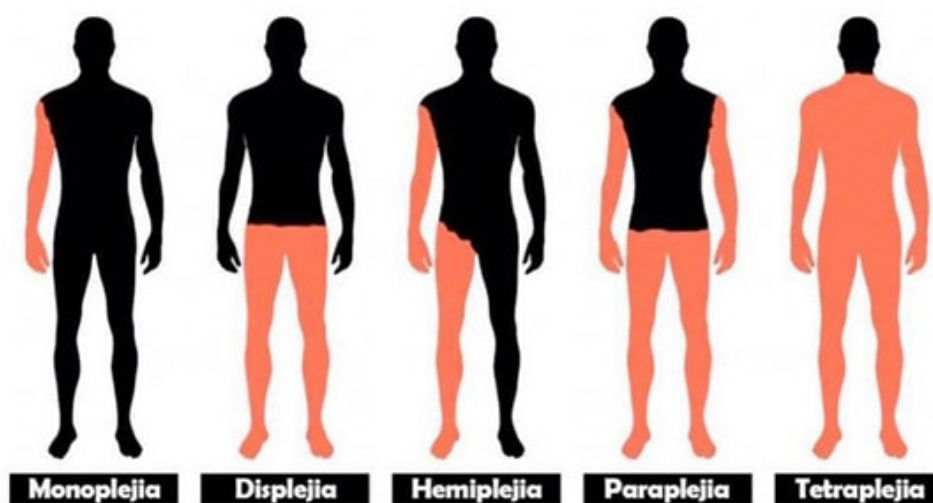
La parálisis cerebral mixta se produce cuando el cerebro presenta lesiones en varias de sus estructuras, por lo que, en general, no se manifestarán las características de los diferentes tipos en sus formas puras, sino que existirán combinaciones.

También podemos diferenciar la parálisis cerebral **en función de la parte del cuerpo que se encuentra afectada**, teniendo así una clasificación por criterios topográficos:

- **HEMIPLEJIA:** Se produce cuando la discapacidad se presenta únicamente en la mitad izquierda o derecha del cuerpo.
- **PARAPLEJIA:** Afectación sobre todo de miembros inferiores.
- **TETRAPLEJIA:** Están afectados los dos brazos y las dos piernas.
- **DISPLEJIA:** Afecta a las dos piernas, estando los brazos nada o ligeramente afectados.
- **MONOPLEJIA:** Únicamente está afectado un miembro del cuerpo.



Imagen de Freepik



Por último, **en función de la severidad con la que se manifiesta** la parálisis cerebral:

- Parálisis cerebral **LEVE:** Se produce cuando la persona no está limitada en las actividades de la vida diaria, aunque presenta alguna alteración física.
- Parálisis cerebral **MODERADA:** El individuo tiene dificultades para realizar actividades diarias y necesita medios de asistencia o apoyos.
- Parálisis cerebral **SEVERA:** La persona requiere de apoyos para todas las actividades.

¹<https://aspace.org/tipos-de-paralisis-cerebral>

La importancia del lenguaje inclusivo

Con el trabajo intenso y constante de muchas organizaciones de personas con discapacidad, el 18 de enero, el Congreso de los Diputados aprobó ¡¡¡por fin!! la reforma del artículo 49 de la Constitución para sustituir el término “disminuidos” por la expresión personas con discapacidad.

¿Por qué es importantes esto? Porque el lenguaje no sólo define, sino que, también construye la realidad. El lenguaje utilizado cotidianamente, con aparente inocencia, perpetúa la ideología y los valores dominantes en la sociedad. Las palabras dan forma al pensamiento.



Imagen de Freepik

Nos construimos y construimos el mundo que habitamos a través de las conversaciones que mantene-mos, del lenguaje y de las palabras que empleamos, por eso es esencial comprender que el cambio de términos va más allá de una cuestión lingüística; implica un cambio de perspectiva y actitud. Adoptar un lenguaje inclusivo y respetuoso es un paso crucial hacia una sociedad más equitativa y comprensiva.

El uso de un lenguaje digno y respetuoso con la discapacidad no es un tema baladí, al menos para mí. Hasta hace muy poco (concretamente hasta 1986) la palabra “subnormal” formaba parte de un término con el que se designaba médica, jurídica y sociológicamente a las personas con discapacidad.

Orden de 13 de mayo de 1986, de desarrollo del Real Decreto 348/1986, de 10 de febrero, por el que se sustituyen los términos subnormalidad y subnormal, contenidos en las disposiciones reglamentarias vigentes.	
Publicado en:	«BOE» núm. 138, de 10 de junio de 1986, páginas 20918 a 20918 (1 pág.)
Sección:	I. Disposiciones generales
Departamento:	Ministerio de Trabajo y Seguridad Social
Referencia:	BOE-A-1986-14955
Permalink ELI:	https://www.boe.es/eli/es/o/1986/05/13/(4)

“El problema del subnormal es un problema fundamentalmente médico y sociológico. La Medicina ha de brindarle la curación o la atenuación de sus incapacidades. La sociedad ha de ofrecerle la posibilidad de estas atenciones médicas y, satisfechas éstas en la forma que fuere posible, acoger al subnormal como miembro especial de la comunidad, procurar-le unas condiciones de vida dignas y un trato especial, adecuado a las necesidades que hubiesen sido fijadas por la Medicina”. (Juan Antonio Sardina-Páramo (Santiago de Compostela))

JUAN ANTONIO SARDINA-PÁRAMO (Santiago de Compostela)

LOS DERECHOS DEL SUBNORMAL

Problemas fundamentales del estatuto jurídico del subnormal
en el derecho español

Esto es solo un ejemplo de que la discriminación y la discapacidad han recorrido unidas un largo trayecto histórico, no solo en la práctica del lenguaje, también a nivel legislativo, social, cultural, etc. de las personas con discapacidad, además de medidas de carácter eugenésico en su contra, llegando incluso a su eliminación, pero esto (el carácter eugenésico) merece otra página.

“El lenguaje no sólo define, sino que, también construye la realidad. Las palabras dan forma al pensamiento”

La utilización errónea y desacertada del lenguaje sobre la discapacidad utilizada por la administración facilita que estos términos incorrectos se trasladen a la calle, perjudicando a las personas con discapacidad.

No hay que olvidar que, actualmente a nivel legislativo, la terminología ha evolucionado a la par que se ha ido avanzando en lograr derechos y atenciones para las personas con discapacidad; lo cierto es que, tanto en los medios de comunicación como en el lenguaje cotidiano, queda mucho por hacer. Llegados a este punto, algunas observaciones para tener en cuenta en este tema:

- Las personas no son “discapacitadas”, tienen una discapacidad
- Ni inválido, ni minusválido. Personas con discapacidad
- Ni superhombres, ni supermujeres. Ni héroes, ni villanos
- Ni personas con diferentes capacidades
- Ni personas con capacidades especiales



Imagen de Freepik



Imagen de Freepik

Evitar expresiones con alta carga negativa, como ‘personas que sufren discapacidad’, ‘personas que padecen discapacidad’, ‘víctima de discapacidad’, ‘postrado en una silla de ruedas’, ‘condenada a estar en la cama’, etc.

La Constitución ha necesitado 46 años para nombrar a las personas con discapacidad con un lenguaje digno y respetuoso. Como sociedad hagamos un esfuerzo para conseguirlo en menos tiempo.

Benita Hernández

No creas lo que tus ojos te dicen

La literatura relacionada con personajes afectados de alguna discapacidad es sorprendentemente amplísima, casi podríamos decir que inagotable, y en concreto la de protagonistas afectados de parálisis cerebral no es la menor de todas. Basta con hacer una búsqueda por internet para darnos cuenta de que el interés hacia la discapacidad se encuentra ya en los primeros libros de la antigüedad en las diferentes culturas, y lo mismo ocurre en las demás manifestaciones artísticas de la humanidad, como la pintura, la escultura, la música y el cine.

En esta ocasión he querido escoger dos novelas que me han parecido especialmente significativas: “Con mi pie izquierdo”, de Cristy Brown y “No creas lo que tus ojos dicen”, de Javier Martín Betanzos. Aunque los dos están escritos en primera persona, su enfoque no es exactamente el mismo ni tampoco pueden extraerse de la lectura de las dos novelas las mismas conclusiones, al menos desde mi punto de vista. Voy a intentar explicarlo.

“Con mi pie izquierdo”, de Cristy Brown, es la autobiografía de su autor, y refleja con fuerza de autenticidad la experiencia de vida de quien escribe y la de su familia.



Nació en Dublín en 1933, afectado por una parálisis cerebral, siendo el décimo hijo de un matrimonio de extracción humilde y profunda conciencia familiar. Los médicos pronosticaron que si sobrevivía no pasaría de tener una existencia meramente vegetativa, pero la convicción de su madre en las facultades mentales de su hijo le permitieron volcarse en él desde edad temprana estimulando su desarrollo intelectual y afectivo. Cuando tenía 7 años recogió con su pie izquierdo una tiza que su hermana había tirado al suelo, y aquel episodio iba a ser el punto de partida de una larga carrera de superación que nos recuerda un episodio similar protagonizado por Helen Keller, activista y conferenciante con sordoceguera estadounidense.

En el caso que nos ocupa su asombrosa fuerza de voluntad y el apoyo incondicional de su familia le permitieron llegar a convertirse en un estimable pintor y un escritor famoso, autor de dos novelas y tres libros de poemas. Murió en 1981 con el reconocimiento de sus lectores y la

valoración de la crítica como uno de los grandes escritores de la literatura irlandesa.

Datos bibliográficos:

- Autor: Javier Martín Betanzos
- Editorial: Letras de Autor
- Año de edición: 2018
- ISBN: 9788417326012

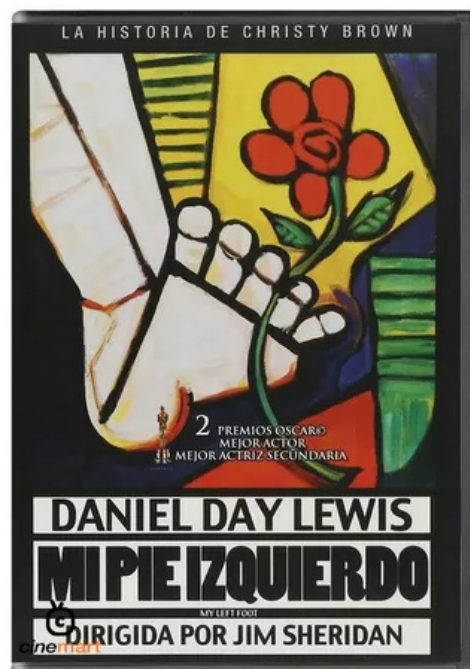
“Con mi pie izquierdo” es una novela entrañable repleta de esperanza y de coraje, representando una lección de vida y de generosidad. Fue llevada al cine con gran éxito mundial, obteniendo dos Óscar en 1990.

El segundo de los libros al que quiero referirme es la novela “No creas lo que tus ojos te dicen” de Javier Martín Betanzos. El autor estudió Filosofía y Ciencias de la Educación, Psicología y Psicopedagogía. Se doctoró con una tesis sobre “Las necesidades de los alumnos con parálisis cerebral y su respuesta educativa”. “No creas lo que tus ojos te dicen” es una recreación literaria inspirada en su experiencia profesional, que está plasmada con gran empatía hacia los personajes que dan forma al argumento de la novela.

Lucas Dancauce es un adolescente con parálisis cerebral que se esfuerza por encontrar su lugar en el mundo, enfrentándose a una sociedad intolerante que actúa de forma insolidaria estableciendo unos procesos de integración social que no siempre responden a la realidad de las situaciones cotidianas. La obra aborda los temas directamente, tratando los problemas de la exclusión social y el tabú de la sexualidad o la actividad laboral, por citar sólo alguno de ellos.

Martín Betanzos nos ofrece una novela de fácil lectura y bien construida, que a la vez es una magnífica herramienta para difundir las necesidades y las capacidades de las personas con parálisis cerebral, manteniendo bien un difícil equilibrio para presentar a los personajes liberados de prejuicios sociales y de exageradas expectativas que no siempre tienen por qué darse, debido a que, como en la mayoría de las discapacidades, éstas pueden presentarse dentro de un espectro muy amplio de disfuncionalidades.

Como decía al principio, estamos ante dos obras literarias muy diferentes en sí mismas, podemos decir que vinculadas exclusivamente por el tema que tratan, pero precisamente por esta circunstancia la lectura de las dos puede contribuir de manera complementaria a un mayor conocimiento de esta discapacidad, no precisamente la mejor conocida de todas.



“Dos obras literarias muy diferentes pero cuya lectura conjunta puede contribuir de manera complementaria a un mayor conocimiento de la discapacidad”

Eutiquio Cabrerizo Cabrerizo

Datos bibliográficos:

- Autor: Javier Martín Betanzos
- Editorial: Letras de Autor
- Año de edición: 2018
- ISBN: 9788417326012

ALGUNAS DE LAS ACTIVIDADES DEL 2023

Actividades propias

1. Préstamos de material básico de movilidad:

Como asociación que apuesta y defiende el tema de la autonomía personal hemos puesto en marcha, en el año 2019, un servicio gratuito de préstamo de material ortoprotésico de movilidad: sillas de ruedas, andadores y muletas. Esta actividad tiene como objetivo principal la movilidad a todas las personas (socios y no socios) que por cualquier circunstancia sobrevenida (caídas, operaciones, roturas, inmovilización forzosa transitoria, etcétera) lo precisen por un periodo corto de tiempo mientras se soluciona esa circunstancia.



Durante el año 2023 hemos realizado alrededor de cuarenta servicios. Las únicas condiciones que ponemos es la firma de un documento con sus datos personales y el compromiso de: cuidar el mismo dándole el uso adecuado, no prestar a terceros y devolverlo en las mismas condiciones que se entregó y en el tiempo ajustado.

Si lo necesitas ¡¡solicítalo!!

2. Semana de la Discapacidad: Cada año el 3 de diciembre se celebra el Día Internacional de la Discapacidad y este 2023 organizamos nuestra 2ª semana de la discapacidad con diferentes actividades.

El 28 de diciembre contamos con la colaboración de Soledad Tena Cordera, asesora de Desarrollo Personal y especialista en personas con enfermedades crónicas y/o discapacidad, ejerciendo Coaching y PNL desde 2011. En esta charla-taller la ponente impartió técnicas para ayudar a las personas a descubrir su potencial y encontrar el camino hacia una vida más plena, así como a explorar estrategias y herramientas prácticas para aquellos que desean mantener un equilibrio saludable entre cuidar a los demás y cuidarse a sí mismos.



El 29 de diciembre, dentro de la Semana de la Discapacidad, contamos con la colaboración de José Carlos de Pablo Varona que nos habló de la Ley 8/2021, de 2 de junio, (por la que se reforma la legislación civil y procesal para el apoyo a las personas con discapacidad en el ejercicio de su capacidad jurídica), con la finalidad de poder realizar ajustes en el procedimiento judicial cuando intervenga una persona con discapacidad. Esta ley pretende promover y garantizar la mayor autonomía posible de la persona con discapacidad. Esto supone determinar la necesidad o necesidades concretas de la persona en cada momento, de manera que los apoyos que se puedan ofrecer deben ser revisados periódicamente. Durante su intervención el ponente dio respuesta a varias cuestiones, entre ellas:

- ¿Cuáles son las principales novedades de la ley?
- ¿Qué es una medida de apoyo?
- ¿A quién se puede proporcionar una medida de apoyo?
- ¿Qué medidas de apoyo existen o se pueden utilizar?
- ¿Qué es la guarda de hecho?



El 1 de diciembre contamos con una charla-taller impartida por Isabel Muriedas especialista en comunicación estratégica, de género y sexualidad.

En esta ocasión con una ponencia titulada "Como decir que no: recursos ante los abusos sexuales para personas con discapacidad". En la misma se dieron respuestas, entre otras, a las siguientes cuestiones:

- ¿Qué se entiende por violencia de género?
- Delitos contra la intimidad y libertades sexuales
- Amenazas y coacciones
- El consentimiento
- Tipos de comunicación asertiva
- ¿Qué hacer después de una agresión sexual?

El 2 de diciembre contamos con la colaboración de Cruz de Celis que organizó una jornada de juegos inclusivos a través del taller “Yo también quiero jugar”. A lo largo de la tarde del sábado, en el Centro Cívico de Boo de Guarnizo, grandes y pequeños pudieron compartir y aprender juntos acerca de la discapacidad: manualidades, lengua de signos, abecedario en braille, juegos de agudizar los sentidos, entre otros.



El 3 de diciembre organizamos un festival de música y baile en el pabellón de La Cantábrica, contando con la colaboración del grupo musical Vento Tempo y de la Escuela de Baile Ruth Santos. Ambos ofrecieron a los presentes un espectáculo derrochando arte y demostrando que arte y discapacidad pueden y deben ir de la mano, fomentando así la inclusión.



A lo largo de toda la semana, desde el 27 de noviembre hasta el 3 de diciembre, hubo una exposición en el hall del ayuntamiento con 6 roll ups dedicados a diferentes temas relacionados con la discapacidad.





ASAG

Patrocinan:



GOBIERNO
de
CANTABRIA

icass

Instituto Cántabro de Servicios Sociales



Ayuntamiento de Astillero

Colabora:



Obra Social "la Caixa"

No me tires. Difúndeme