



Informa

Nº 6 Junio 2018

Yo Quiero, Yo Puedo, Yo soy Capaz

Persona con
discapacidad
física



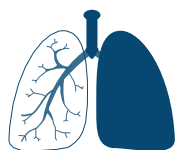
Persona con
discapacidad
orgánica



Persona con
discapacidad
sensorial



Persona con
discapacidad
intelectual



Persona con
discapacidad
mental



LENGUAJE

Y DISCAPACIDAD

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)

Telf. 619 320 323

E-mail: somos.asag@gmail.com

Web: www.asag.hol.es

Facebook: ASAG

Twitter: @ASAG_AG

DEPÓSITO LEGAL: SA 148-2016

CONTENIDO:

PRESENTACIÓN	3
REFLEXIÓN	4
EXPERIENCIAS	5
GENTE DE NUESTRO PUEBLO	6
COMPAÑEROS DE FEDERACIÓN	7
SALUD	8
LIBROTECA	9
QUÉ TENEMOS QUE SABER SOBRE	10
ACTIVIDADES	12
RECUERDA QUE	14
ESPACIOS ACCESIBLES	15

COLABORACIONES:

Charo Gonzalo Gonzalo

Alicia Cala Saro

Mónica Salas

ACCU Cantabria

Clínica del Pie Montiel Bierva

Eutiquio Cabrerizo

Benita Hernández García

DISEÑO

Alicia Cala Saro

IMPRIME

Gráficas Astillero

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



Dedicamos este número a un tema “no menor” como es el uso e importancia, en cuanto al lenguaje se refiere, de las personas con discapacidad.

A lo largo de la historia se nos ha etiquetado de diversas maneras: Anormal, subnormal, retrasado, deforme, deficiente, inválido, inútil, incapaz, lisiado, impedido, tarado, tullido, disminuido, minusválido, deficiente, discapacitado, persona con discapacidad, persona con necesidades especiales, persona con movilidad reducida, persona con diversidad funcional... y no siempre de “forma acertada”. La etiqueta sirve, unas veces, para darte las armas necesarias y otras es un punto a favor para la exclusión y el desapego.

Quizá la palabra más extendida es “minusválido” y tiene un calado muy alto en la sociedad. De ella se extrae el prefijo “minus” que significa menos y el término “válido” que hace referencia a la persona que vale, que tiene condiciones estimables, que es útil, así pues, el término “minusválido” es el menos válido, que disminuye el valor que sufre la persona, con lo cual, es una palabra con connotaciones sociales negativas y supone una depreciación de la persona.

Los avances conseguidos en una serie de ámbitos no han ido acompañados a la misma velocidad que un cambio de lenguaje que ayude a eliminar los prejuicios y conceptos estereotipados referentes al mundo de la discapacidad. Y es que el lenguaje no es sólo una cuestión de forma, sino también de fondo. No se trata sólo de crear o actualizar unas leyes que favorezcan el cambio, además debe ir acompañado de una interiorización y aceptación. En el empeño de ese cambio debemos de estar todos implicados: administraciones públicas, responsables políticos, instituciones académicas, medios de comunicación, sociedad en general, incluidas las mismas personas con discapacidad.

En España el uso de “persona con discapacidad” es obligado en los textos normativos desde el 1 de enero de 2007.

El uso y la intencionalidad que se le dé pueden modificar el significado de muchas palabras. Con el lenguaje se integra o se margina. Es la traducción de nuestra forma de pensar y concebir las

realidades que nos rodean. El lenguaje es una construcción social e histórica que influye en nuestra percepción de la realidad, condiciona nuestro pensamiento y determina nuestra visión del mundo.

Ahora que hemos conseguido actualizar la legislación, actualicemos el lenguaje coloquial y/o habitual.

1. Parte de este texto está sacado de GUÍA DE ESTILO SOBRE DISCAPACIDAD PARA PROFESIONALES DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

El viernes fuimos al cine, a ver la película “Campeones”. Había visto un tráiler de la película y parecía divertida, ¡no nos confundimos!



Desde el primer momento nos sorprendió, consiguió hacernos reflexionar, mantenernos emocionados, sonriendo, hizo que las lágrimas llegasen a nuestros ojos e incluso provocó momentos, de carcajadas, maravillosos.

Así comienza. En la pantalla aparecen dos equipos disputando un partido de baloncesto en los últimos segundos del mismo, el entrenador principal da unas consignas a los jugadores y el segundo entrenador, Marco, le agrade. Tras el partido se emborracha y provoca un accidente de tráfico, incidente que llega a los tribunales y será el detonante de esta comedia cinematográfica.

Marco es un exitoso entrenador de baloncesto, con un carácter fuerte e incontrolable. A esta circunstancia se le unen sus problemas personales; su mujer y él están distanciados, y se ve incapaz de mantener una comunicación fluida con ella. Marco está viviendo en la casa de su madre, la situación le desborda, no sabe cómo afrontarla.

La película narra en clave de comedia una realidad, la de las personas con discapacidad, sus sueños, sus deseos, su forma de comportarse, los abusos laborales a los que son sometidas y que es una realidad laboral aún más complicada que las de las personas sin discapacidad.

Marco es un tipo que va de vuelta de todo. La jueza le ha impuesto como condena realizar “trabajos para la comunidad”, como es entrenador de baloncesto, entrenará a un equipo, de personas con discapacidad, que iba a participar en un campeonato y que no ha podido hacerlo al quedarse sin entrenador. Él asume el mandato de la jueza como si se tratase de una terrible condena.

A lo largo de la película se van desgranando las peripecias y las historias de vida de cada uno de los intérpretes, sus miedos, sus ilusiones, sus fortalezas y debilidades y, cómo entre todos terminan formando un auténtico equipo, capitaneado por un entrenador que inicialmente quería escapar de su condena y que acaba siendo el “alma mater”.

Marco logra hacer de este grupo de chicos y chicas un equipo con posibilidades, buscando las características de cada uno y fomentándolas. De este modo llegan a la final. En ella, los dos equipos están muy igualados, y finalmente pierden. Aquí está una de las lecturas de la película... TODOS lo celebran juntos, ganadores, perdedores, sus familias, es una gran celebración para todos haber llegado hasta ese momento, haber logrado venir desde Madrid hasta las Islas Canarias a jugar un partido y disfrutar de estar todos juntos...

La verdad es que me gustó mucho la película, no vi personas con discapacidad, solo vi ACTORES.



Charo Gonzalo Gonzalo

Como persona con discapacidad, es muy probable que mi visión de la película “Campeones”, tenga tintes y sentimientos diferentes al de otra persona que no tenga discapacidad.

Antes que nada quiero destacar de la historia, una pregunta que en un momento dado aparece en la misma. “¿Y quién es normal?”. El significado de normal, nadie lo sabe a ciencia cierta, porque ninguna persona es igual a otra, por lo tanto todos tenemos algo anormal dentro de nosotros.

Ya centrándome en la película, debo reconocer que la primera parte no me gustó en todo su contexto. Y es que aunque la idea de los guionistas fuera transmitir una realidad de los diferentes comportamientos, gestos, tics, formas de hablar o expresarse, incluso un “posible” físico de una persona con discapacidad intelectual, le dan un primer plano que resulta morboso y denigrante. Es bien sabido que en la tele se deben exagerar las cosas, pero éstas a ojos de quien no tiene empatía, se convierten en burla.

A medida que transcurre la historia, sí que me voy identificando con la idea que más probablemente quieran transmitir. Vemos a un grupo de chavales capaces de trabajar; capaces de tener pareja; capaces de practicar deporte; capaces de utilizar transporte público; capaces de vivir autónomamente, y capaces de sentir. Todo ello, en su conjunto, da un vuelco a los prejuicios que Marco, el entrenador que es obligado a hacer trabajos para la comunidad, tiene sobre las personas con discapacidad intelectual. Al principio los llama “subnormales” y termina recibiendo una lección de esfuerzo, trabajo, compañerismo y superación, donde podemos ver que con o sin discapacidad, todos tenemos miedos y necesitamos ayuda para superarlos.

En diferentes situaciones, vemos cómo la gente reacciona a través de sus propios prejuicios,

señalando y manifestando su disconformidad a que estas personas con discapacidad intelectual, interactúen en su mundo. Sí, sí... en su “mundo”, como si fueran un peligro para la sociedad. No tienen derecho a subir a un autobús, porque dan malas enseñanzas a los niños. No tienen derecho a que se les hable con respeto en su trabajo, ni que se les considere la labor que hacen, porque son tontos y porque son inferiores al resto de trabajadores. No tienen derecho a practicar un deporte, porque necesitan más tiempo y más tacto para asimilar las reglas del mismo.

Finalmente se demuestra, que sí son capaces de hacer todas esas cosas. Lo que hace falta, es confiar en las posibilidades que tiene una persona con discapacidad; en darle su espacio, su tiempo y su autonomía; dejar los prejuicios a un lado, abrir los ojos y descubrir qué podemos ofrecer. Porque como dicen al final de la película, “sólo queremos que nos traten como a personas”.

El film termina con esos mismos chavales, con discapacidad, dando un ejemplo de que para ser feliz no hay que estar por encima del resto, y que no se trata de competir contra los demás, sino contra ti mismo, para superarte ante las adversidades. Ganar o perder, no importa, pero sí sentirse incluido en la sociedad, poder disfrutar de lo que cada uno quiera hacer. Los límites los marcamos nosotros mismos y las derrotas serán la oportunidad de volver a intentarlo.

“Campeones” removerá en algunos lástima y en otros empatía. Espero que tenga mayor presencia la segunda, porque tampoco queremos ser “pobrecitos”, “una desgracia” o “una mala suerte”.

Total, muchas risas, alguna que otra lágrima y esperanza porque las cosas terminen cambiando en esta sociedad. Ese es el resumen de sensaciones que me dejó la película.



1. P: ¿Cómo, cuándo y por qué se creó la Asociación?

R: Se crea hará unos veinte años aproximadamente porque, una serie de mujeres aficionadas a manualidades se juntan, creando el curso de manualidades que a día de hoy sigue fun-



cionando, para así poder, gracias a la subvención, hacer actividades y facilitar el coste de dicho curso.

2. P: ¿Cuántas personas forman más la Asociación?

R: Actualmente hemos sufrido una reducción de socias y la verdad, necesitamos ser más, muchas son mayores y a la hora de poder hacer actividades es bastante complicado.

3. P: ¿Qué requisitos (si los hay) se necesitan para entrar en la Asociación?

R: Simplemente como en cualquier asociación pagar la cuota de socios y tener ganas de hacer actividades y colaborar.

4. P: ¿Qué actividades lleváis a cabo?

R: Actualmente colaboramos con la Semana Cultural organizando el Concurso de Tortillas; preparamos junto a Isabel Soba, que es la responsable, el Belén Viviente de Boo; organizamos actividades para niños como el día Fin de Verano con concurso de dibujo y actividades de juegos; charlas educativas o culturales, y hacemos el Día de Halloween (que las dos ediciones anteriores había más de doscientas personas en el centro cultural disfrutando de la fiesta, con la participación de un grupo de animación) en fin todo lo que se nos ocurre para fomentar la cultura y el hermanamiento de vecinos. Queremos, actualmente, añadir

una preciosa exposición de fotografías de higiene mental de la Fundación Acorde; también queremos traer un día a Ángel Cobo, con los animales que tiene para que los niños sepan más sobre la naturaleza y la protección de las especies; estamos en espera de una charla sobre Violencia de Género y, en fin, varias cositas por ahí pendientes de hacer.

5. P: ¿Cómo os organizáis para cumplir con todas las actividades que tenéis? ¿a qué le dais prioridad?

R: Hasta ahora tenía más prioridad para nosotras las exposiciones del curso de manualidades, pero al reducirse el número de socias (alumnas), hemos dejado de hacerlas, es mucho el montaje y muchas horas por las tardes en la exposición; al reducirse las alumnas, hay menos trabajos a enseñar y este año se decidió eliminarla.

Organizarnos es fácil porque muchas cosas es rodar sobre lo rodado, de un año para otro, entonces ya sabemos cómo va y el resto que pueda ser nuevo pues, como presidenta, he de decir que tengo unas compañeras que, a pesar de dificultades a veces físicas o familiares, se desviven por hacer las actividades que tenemos y eso es fantástico.

6. P: ¿Participáis con otras asociaciones del municipio?

R: Participamos con las del barrio, tanto la de Vecinos como la de Mayores y con todas las que nos soliciten colaboración, no tenemos problema; por ejemplo la cabalgata la hacemos con la de El Pilar y la de Bellavista desde hace años.

7. P: ¿Qué supone para ti a nivel personal dirigir esta Asociación?

R: Orgullo, mucho orgullo, en este barrio de Boo siempre hemos estado muy unidos y siempre hemos defendido lo nuestro; creo que gracias a que actualmente somos Asociación de Vecinos, Asociación de Mujeres, Asociación de Mayores y Peña de Bolos, hemos conseguido

que cuatro entidades cambien mucho la forma de mirar a este barrio; hace años éramos el barrio temido y ahora somos un barrio que crece cada día más, un barrio que, cuando traen actividades para niños desde el ayuntamiento, se juntan hasta noventa con sus padres a participar de esa actividad, como el día de Fin de Verano, y un barrio donde nos dicen siempre que es fantástico hacer actividades por la participación y el comportamiento que tenemos y eso, siendo un barrio del municipio, nos hace sentir orgullosos.

De mis compañeras no puedo sentirme más orgullosa y es un honor para mí estar a su lado, cogí la presidencia de rebote para que no se perdiese la Asociación, en un momento en el que se rendían la mayor parte de ellas, pero necesitamos más mujeres, más ideas, más participación, más actividades y, eso sólo se consigue con nuevas socias.

8. P: Añade y cuéntanos lo que creas necesario para completar esta entrevista y para que os conozcamos más.

R: Invito a todo el mundo a visitar nuestro Belén Viviente o nuestro Concurso de Tortillas (se hacen en directo ochenta tortillas en la carpa de las fiestas y llevan premio cinco de cada diez) o, simplemente, a participar en la Asociación.

Aprovecho para dar las gracias al ayuntamiento por fomentar muchísimo más la cultura en este barrio, traer muchísimos talleres y actividades para todo tipo de gente, tanto niños como mayores y apoyar cualquier iniciativa que tenemos.



Mónica Salas

Forma parte de la Confederación de Asociaciones de Enfermos de Crohn y Colitis Ulcerosa, ACCU ESPAÑA. En Cantabria nacimos en el año 2005, con el tiempo nos dimos cuenta que no estábamos tan solos en la tarea y unos enfermos se sumaron a otros, y con



esta buena acogida, empezamos a reunirnos y a contar nuestras experiencias, inquietudes y dudas. De esta manera, el grupo fue creciendo y consolidándose hasta hoy, que llevamos más de diez años juntos.

En España somos más de 7.000 asociados, repartidos en 33 grupos provinciales o autonómicos. ACCU España también es miembro fundador de la "European Federation of Crohn's and Ulcerative Colitis Association" (EFCCA), y forma parte activa asistiendo a sus reuniones de trabajo a nivel europeo y es también miembro fundador de la "Asociación de Personas con Enfermedades Crónicas Inflammatorias Inmunomediadas" (UNIMID).

La misión de ACCU Cantabria es contribuir a la mejora de la calidad de vida de las personas afectadas por la Enfermedad Inflammatoria Intestinal (EII), así como la de sus familiares.

Padecer una Enfermedad Inflammatoria Intestinal (EII), a veces, puede afectar varios aspectos de la vida, además de tener sus síntomas físicos, puede que surjan reacciones de miedo, negatividad, inseguridad o resentimiento frente al diagnóstico.

Estas reacciones son normales y con el tiempo se pueden entender y aceptar.

Es muy útil poder hablar con alguien de tus sentimientos y de tus dudas. Es importante hablar con la familia y los amigos y hacerles partícipes de lo que te ocurre, esto les permitirá entenderte y darte el mejor apoyo que puedan. Pero, también piensa que hay muchas personas con estas enfermedades que se enfrentan a problemas similares a los tuyos todos los días. Hablar con ellas puede ayudarte, porque entenderán por lo que estás pasando. Algunos estarán mejor que tú, otros peor; algunos han superado algo para lo cual tú necesitas ayuda y otros necesitan tu ayuda para superar algo a lo que están haciendo frente.

¿Qué es la Enfermedad Inflammatoria Intestinal EII?

La denominación Enfermedad Inflammatoria Intestinal, que se abrevia frecuentemente como EII, se emplea para referirse a un conjunto de enfermedades que afectan predominantemente al intestino, y que se caracterizan por una inflamación crónica a este nivel. Agrupa varias enfermedades, principalmente la Enfermedad de Crohn y la Colitis Ulcerosa. Además, algunas personas en las que no está claro si padecen una u otra, se las diagnostica de Colitis no clasificada o indeterminada.

En estas enfermedades la causa de los síntomas

es la inflamación de parte del tubo digestivo. Las características y localización de la inflamación varían dependiendo de la enfermedad de que se trate. Tanto las características como la localización también difieren de una persona a otra, pero en menor medida que la variación existente entre las dos enfermedades.

Tanto la Enfermedad de Crohn, la Colitis Ulcerosa, como la Colitis no clasificada son enfermedades crónicas. Estas enfermedades cursan con períodos de estabilidad sin inflamación (remisión) que alternan con períodos de actividad (brote), mientras que otros pacientes presentan inflamación crónica que precisa de tratamientos con fármacos antiinflamatorios para poder alcanzar una remisión completa.

La gravedad de los síntomas también varía considerablemente de unas personas a otras: algunas sólo experimentan síntomas leves, mientras que otras, tienen síntomas graves e incapacitantes. En algunos casos los síntomas se experimentan de forma gradual, mientras que en otros, aparecen de forma repentina. Alrededor de la mitad de los pacientes tienen síntomas leves y la otra mitad sufren brotes frecuentemente. La medicina aún no ha descubierto ni la causa ni la cura, pero hay disponibles numerosos medicamentos que permiten controlar los síntomas.



ACCU Cantabria
Avda. Cardenal Herrera Oria, 63, interior
Teléfonos: 655 182 953 - 717 700 730

EL CUIDADO DE LOS PIES EN PERSONAS AFECTADAS POR DISCAPACIDAD

Pretendemos con este breve artículo dar unas pautas básicas de carácter preventivo a todas aquellas personas que están afectadas por discapacidad, principalmente motriz, cuya manifestación más evidente es la dificultad para ejecutar movimientos. Dificultad que puede ser desde una ligera o moderada incapacidad hasta una imposibilidad total para realizar movimientos. Independientemente del origen o causa del proceso, edad de aparición, nivel de afectación, estructuras anatómicas afectadas etc., es esencial comprender que los pies, unidad anatómica y funcional del aparato locomotor, aunque puedan estar afectados por el déficit motor, no por ello dejan de ser estructuras vitales y vivas dentro del conjunto que forma nuestro organismo y por ello merecedores de nuestra atención y cuidado.

1.- Revisión diaria de los pies: Revise sus pies, la parte de arriba y la de abajo, los tobillos, los talones, las zonas entre los dedos, todos los días, por rutina, observe si hay rojeces, cambios en el color, rozaduras, pequeñas heridas, dolor o quemazón, etc. La exploración es importante, hay que tener en cuenta que en muchos casos los pies permanecen inmóviles durante largos períodos de tiempo, especialmente en los casos de personas encamadas, esta inmovilidad del pie supone, generalmente, una “zona de presión” en el pie, que comienza a comprometer el correcto flujo vascular y consiguiente isquemia de la zona apoyada desencadenándose una alteración de los tejidos, cuya evolución sin los cuidados adecuados puede acabar en la problemática úlcera de presión.

Informar a la mayor brevedad al personal sanitario si hay alguna anomalía.

2.- Higiene de los pies: Es muy importante, al menos una vez al día, lavarse los pies con agua tibia y jabón

de pH neutro. Enjuague bien sus pies y séquelos con cuidado, sin frotar, en especial las zonas interdigitales (entre los dedos). La humedad entre los dedos es un caldo de cultivo para gérmenes y hongos.

Mantenga sus pies hidratados, especialmente si la piel de sus pies es seca. Aplique una buena crema hidratante, todos los días, evitando la aplicación de la crema entre los dedos. Si es posible simultanee la aplicación de la crema con masaje suave de todo el pie en sentido ascendente desde la punta del pie hacia el tobillo. Esto favorecerá especialmente la circulación sanguínea y el drenaje linfático de su pie.

3.- Atención de las uñas: Aspecto clave en el cuidado de sus pies. Mantenga las uñas correctamente cortadas. El corte debe seguir la curvatura de la punta de los dedos.



Calle Industria nº 16, bajo
EL ASTILLERO (Cantabria)
Teléfono cita previa: 636 52 11 18

Evite cortar en demasía, especialmente los picos laterales del borde de la uña, cuestión que puede condicionar la aparición de la problemática “uña incarnada”. Vigile la aparición de fisuras, roturas, bordes rotos, etc. en sus uñas, puede ser reflejo de una infección micótica (por hongos) que puede y debe ser tratada, sin demora adecuadamente.

4.- Durezas en los pies: Si en algún momento aparecen durezas, callos o lesiones similares, Procure no utilizar “remedios caseros” para quitar

estas lesiones, la aplicación de estos productos o recursos de forma indiscriminada pueden afectar y dañar de forma importante a zonas de piel adyacentes que están sanas o, en otros casos, enmascarar lesiones que requieren un tratamiento profesional. Evite ser tratado por persona no cualificada y/o que utilice materiales o instrumental NO estéril. Puede estar asumiendo un grave riesgo para su salud.

5.- Cuidados generales. Evite en lo posible que los pies se queden fríos. Protéjalos con calcetines. Cambiarse los calcetines con frecuencia. Importante usar tejidos naturales que no sean origen de alergias y que permitan una buena transpiración del pie por ejemplo tejido de algodón. Evitar fibras o tejidos artificiales. Atención a bandas de goma o elásticos que comprimen y dificultan la correcta circulación sanguínea. Priorice la comodidad a la estética. Utilice el calzado más adecuado a sus necesidades, con hormas y conformación adecuadas a las condiciones anatómicas y biomecánicas que su pie requiere. En el mercado existe calzado adaptado a pacientes con pie diabético, dedos en garra, martillo, hallux valgus (juanetes) etc. No use calzado fabricado con materiales plásticos, gomas, forros interiores de materiales desconocidos o tratados con productos químicos agresivos. Use calzado que le mantenga sus pies secos y con una correcta transpiración

Por último, ante cualquier duda acudir para su atención siempre a personal cualificado Médico, Podólogo, ATS.

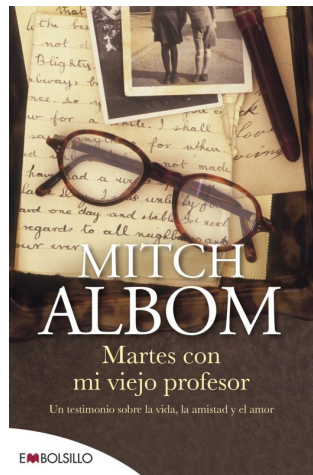
- Quiropodias: Corte y fresado uñas, eliminación de callos y durezas (helomas, hiperqueratosis), etc.
- Onicomicosis (hongos en las uñas).
- Virus del papiloma en pies (verrugas plantares).
- Atención y cuidado del pie del paciente diabético.
- Atención, tratamiento y seguimiento de heridas, úlceras, etc. en los pies.
- Tratamiento de la uña incarnada.
- Estudio de la pisada. Biomecánica funcional. Estática y Dinámica.
- Plantillas específicamente diseñadas y elaboradas para cada paciente. (Cada pie es único.)
- Dolor en la planta de los pies, fascitis plantar, talalgias, etc.
- Ortesis de silicona.
- Atención a domicilio, etc. etc.

MARTES CON MI VIEJO PROFESOR

- Escrito por el último alumno de un catedrático enfermo de ELA -

Todos recordamos algún profesor especialmente nefasto, o que a nosotros nos perjudicó de forma personal al descalificar injustamente nuestro rendimiento escolar, consiguiendo desmotivarnos hacia su asignatura hasta aborrecerla para siempre. Sin embargo, también conservamos todo el recuerdo entrañable de un profesor o profesora que supo entendernos mejor que nadie, valorando nuestras aptitudes y orientándonos en la vida en esos momentos de incertidumbres existenciales en los que nos desconcierta lo que vamos a hacer de nuestra vida y si merece la pena hacer esfuerzos.

Pues bien, de esto trata el libro que quiero sugerir hoy para su lectura. *Martes con mi viejo profesor*, de Mitch Albom, es la última lección dada por un profesor de universidad llamado Morrie Schwartz, a su alumno preferido, supuestamente el novelista que comparte con los lectores su experiencia, a quien no había vuelto a ver desde los años juveniles en que le había tenido de profesor de Sociología.



Quince años atrás, cuando el autor terminó sus estudios universitarios, el profesor que mejor había sabido entenderle, le felicitó por sus resultados académicos transmitiéndole sus deseos de que continuaran en contacto en adelante, pero tuvieron que pasar muchos años hasta que las circunstancias volvieron a juntarlos. Mitch Albom enfocó su vida profesional hacia el periodismo deportivo y la dirección de tertulias radiofónicas, y un buen día tuvo que entrevistar a Morrie Schwartz, su viejo profesor, que padecía esclerosis lateral amiotrófica (ELA). A partir de ese primer reencuentro, deciden reanudar su amistad celebrando reuniones todos los martes mientras que la enfermedad se lo permitiera, en un ambiente de máxima empatía y comprensión.

Durante esas visitas, intercambian ideas, hablan sobre los temas más diversos, como las cosas que son importantes y las que no lo son en absoluto: la familia, el perdón, la vejez, la muerte, el amor...

Martes con mi viejo profesor, lo leímos hace algunos meses en el taller de animación a la lectura en el que participo desde el año 2000, y ya desde las primeras páginas me pareció que tenía entre las manos un libro que no iba a dejarme indiferente y que, muy al contrario, pronto empezaría a recomendar a todas mis amistades y aficionados a la lectura de libros

que dejan huella en quien los lee. Mientras escribo estas líneas escucho por la radio que ha fallecido a los 76 años el insigne físico Stephen Hawking, que ha sabido acercar la ciencia inescrutable del espacio sideral a todo el mundo, a quien le detectaron la enfermedad del protagonista de la novela cuando tenía 20, y considero que la obtención de unos resultados excepcionales por parte de alguien con unas características ajenas al canon de normalidad social, contribuye a desbaratar los prejuicios sociales

y produce un efecto positivo que beneficia a todas las personas que tienen condiciones similares. Homero, siendo ciego; Cervantes, teniendo inutilizado un brazo; Frida Kahlo, afectada de poliomielitis infantil; Beethoven, capaz de seguir componiendo música a pesar de su sordera, y Albert Einstein, con el síndrome de asperger igual que Isaac Newton, son sin duda ejemplos de capacidades extraordinarias de personas con discapacidad que contaron con los medios necesarios y consiguieron metas al alcance de pocos seres humanos.

Morrie Schwartz recibe con serenidad la noticia de la enfermedad que contrae al final de su vida laboral y decide, aprovechar el tiempo que le quede de vida a impartir la lección de su vida, mostrarle a su alumno más sensible su verdad sobre la vida, la muerte y el amor, que quiere compartir con sus lectores el legado de su profesor preferido, como una experiencia única que revela la profunda sabiduría de una persona que ha dedicado toda su vida a dar a los demás lo mejor de sí mismo, sus conocimientos más valiosos y su honestidad hasta las últimas consecuencias. El relato es un libro lleno de pasión, ironía y nobleza, transmite optimismo y ganas de vivir.

El libro se ha traducido a más de quince idiomas y se han vendido millones de ejemplares. El que yo he manejado es de la editorial Maeva, se publicó en su primera edición en el año 1998, y tiene 215 páginas.

Datos bibliográficos:

- Autor: Mitch Albom.
- Título: *Martes con mi viejo profesor*.
- Editorial: MAEVA.
- Año de publicación: 1997.
- Página web del escritor:
www.mitcalbom.com

A lo largo de la historia comprobamos como hemos evolucionado en todo. En temas de discapacidad, como no puede ser de otra manera, por supuesto, también. Sin embargo, y muy a nuestro pesar, en el tema del lenguaje seguimos utilizando expresiones que para nada corroboran esa evolución. Hay quien opina que “esto” no es relevante, que guardemos energías para lo verdaderamente importante.

Las palabras, la terminología que utilizamos cotidianamente, son construcciones abstractas que se nutren de prácticas y significados que cada sociedad va construyendo e incorporando en el lenguaje compartido por ese colectivo social.

El lenguaje manifiesta el pensamiento y también lo crea, expresa deseos de cambio en la visión, a veces errónea, en las personas a las que se les etiqueta. Forma parte de nuestra evolución social y comunicativa. Nos identifica con nuestra manera de ver y sentir. El lenguaje no sólo ayuda a derribar barreras mentales, es dinámico y se mantiene vivo, es una herramienta para la toma de conciencia y el cambio de pensamiento.

Desde nuestra posición de actores implicados, queremos que sea descriptivo de la realidad, y que huya de valoraciones apocalípticas que relacionan casi de modo inevitable la discapacidad y la renuncia a la plenitud de la vida.

No se trata, por nuestra parte, de distorsionar la realidad, todo lo contrario, queremos desde nuestras aportaciones contribuir a tener una percepción adecuada a cómo vivimos y sentimos nuestro día a día de una manera generalizada.

LENGUAJE SOBRE DISCAPACIDAD UTILIZADO HISTÓRICAMENTE EN LA LEGISLACIÓN ESPAÑOLA

1. En el año 1910 se les denomina como anormales en el Real Decreto para la Creación del Patronato Nacional de Sordomundos, Ciegos y Anormales.
2. Los enfermos mentales eran conocidos y denominados como enfermos psiquiátricos. Como por ejemplo está el Decreto de Asistencia a Enfermos Psiquiátricos del año 1931.
3. Más tarde se da paso a los términos de subnormal, en la Orden para el Texto Refundido de la Legislación sobre Asistencia a los Subnormales en la Seguridad Social, del año 1970.
4. A partir de la promulgación de la Constitución de 1978, en nuestra legislación se emplean indistintamente los términos minusvalía y discapacidad.
5. La Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia y en la nueva clasificación de la Organización Mundial de la Salud, “Clasificación Internacional de Funcionamiento de la Discapacidad y de la Salud” (CIF-2001), se realizan las siguientes actuaciones terminológicas:



1. *Todas las referencias hechas en la redacción original de este real decreto al término “minusvalía” quedan sustituidas por el término “discapacidad”.*
2. *Todas las referencias hechas en la redacción original de este real decreto a los términos “minusválidos” y “personas con minusvalía” quedan sustituidas por el término “personas con discapacidad”.*

Algunas cosas a tener en cuenta:

- **No utilizar términos y actitudes de sobreprotección.**
- **Evitar el uso de un lenguaje infantilizado.**
- **Ser ecuanímes y mostrar con naturalidad los éxitos y las dificultades de las personas con discapacidad. Las personas con discapacidad no son heroínas, ni pretenden serlo, las veinticuatro horas del día.**
- **No etiquetar de manera genérica a los grupos, hay que poner el énfasis en la persona.**
- **Hay que erradicar el uso coloquial de otras terminologías como: minusvalía, minusválido/a (menos válido), discapacitado/a, retrasado/a, especial, incapaz (califica a la persona), etc.**

6. En el Real Decreto 1.856/2009, de 4 de diciembre, se realiza una adecuación terminológica y conceptual, sustituyendo el término “minusvalía” por el de “Personas con Discapacidad”.
7. “Discapacidad”, “Personas con Discapacidad” es también el término elegido por la Asamblea General de la ONU en el Primer Tratado Internacional de los Derechos de las Personas con Discapacidad, aprobado en 2006. El 3 de mayo de 2008 entró en vigor en España. La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad es un tratado internacional que protege los derechos de las personas con discapacidad.
8. Ley de Cantabria 2/2007, de 24 de febrero, de Medidas Fiscales y Administrativas. La Ley aprovecha para eliminar el término minusvalía y modifica la redacción de las medidas incorporando el término discapacidad.



ACTIVIDADES

Como cada año al llegar estas fechas hemos celebrado, el 21 de abril, nuestra Asamblea General Ordinaria 2018 en la que hemos estado acompañados de autoridades municipales, compañeros de otras asociaciones, amigos y socios.

En dicha Asamblea hemos presentado y aprobado lo siguiente:

1. Memoria de Actividades de 2017.
2. Informe económico 2017.
3. Plan de Actividades de 2018.
4. Presupuesto para el 2018.
5. Hemos dado varias informaciones, así como, contestado a preguntas de los asistentes.

Finalmente hemos disfrutado de unos minutos de encuentro para compartir e intercambiar impresiones, información y unos aperitivos.


LA PRESIDENTA DEL PARLAMENTO DE CANTABRIA
DOLORES GOROSTIAGA SAIZ
tiene el honor de invitarle al
**36 ANIVERSARIO DEL ESTATUTO DE AUTONOMÍA
PARA CANTABRIA**

DÍA: 1 de febrero de 2018.
HORA: 19:00 horas.
LUGAR: Pabellón central del Parlamento.
C/ Alta, 31-33. Santander.
CONFIRMACIONES: Teléfono: 942 24 10 63
Email: protocolo@parlamento-cantabria.es

PROGRAMA CULTURAL
GRUPO JUEVES DE BOLEROS

- Viajera
- Perfidia
- Mirando al mar
- Tómame o déjame
- Si nos dejan
- Mi casita de papel
- Día
- La última noche

Himno de Cantabria

Acudimos al
Parlamento



Asamblea
COCEMFE Cantabria



Asamblea ASAG



Asamblea
CERMI - Cantabria 2018



IV Plan Estratégico
2018-2021 (COCEMFE)



Curso de Formación
de Entidades



Jornadas
"Cuidado Responsable"



Día Internacional
de la Discapacidad



Jornadas C.E.I.P
José Ramón Sánchez

Plan de Actividades 2018

APERTURA DE LA SEDE: lunes y miércoles

REUNIONES BIMENSUALES J. DIRECTIVA

ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA

REVISTA SEMESTRAL

ELABORAR UN DÍPTICO SOBRE: "Buenas prácticas en el lenguaje de personas con discapacidad"

JORNADAS DE CONCIENCIACIÓN:

- En los coles
- En centros cívicos
- Otros

PARTICIPACIÓN EN NUESTRA COMUNIDAD:

- Peña San Tiburcio
- Mesa de Comercio
- Ayuntamiento
- Otros

CHARLAS:

- Taller de autoestima
- Jornada de mediación
- Derechos de los viajeros con discapacidad en líneas aéreas (OMIC Astillero)

TRABAJO EN RED:

- Cuidado Responsable/ SCS
- Consejo/ COCEMFE-CANTABRIA
- Educando en la Igualdad/ COCEMFE-CANTABRIA
- Observatorio de Accesibilidad/ COCEMFE-CANTABRIA
- Comisión de Sexualidad/ COCEMFE-CANTABRIA
- Proyecto Mujer y Discapacidad/Cermi
- Otros



Jornada deporte
adaptado en Torrelavega



Festival solidario



Aula de
Sexualidad



Corremos con
Melaku



Concentración
COCEMFE



Simulacro de
rescate



RECUERDA QUE...



Persona que "tiene"

Persona con discapacidad

"Participación"

Persona en situación de dependencia

Persona con discapacidad mental, persona con enfermedad mental

"Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia"

Alumnado con necesidades educativas especiales

Usuari@ de silla de ruedas "que va en silla de ruedas", persona con discapacidad física

Persona de talla baja o con acondroplasia, persona con discapacidad física

Persona con discapacidad física

Persona con discapacidad sensorial

Persona con discapacidad sensorial

Persona con discapacidad intelectual

Persona con autismo, persona con discapacidad mental

Persona con discapacidad mental, persona con esquizofrenia ó depresión

Persona que "sufre", "padece", "está afectad@"

"Minusválid@", "impedid@", "disminuid@", "inútil", "incapacitad@"

"Integración", "normalización", "inclusión"

"Dependiente"

"Enferm@ mental", "trastornad@", "perturbad@" "psicópata", "demente", "loc@"

"Ley de Dependencia"

Alumn@ especial, alumn@ con problemas educativos

Postrad@ en una silla de ruedas

"Enan@"

"Paralític@ cerebral"

Sord@ y sordomud@

Invidente, mundo de tinieblas

"Deficiente", "retrasad@ mental", "subnormal"

"Autista"

Esquizofrénic@, depresiv@, maníac@, anoréxic@, psicótic@ ...

ESPACIOS ACCESIBLES

El día 7 de setiembre del 2016, junto con la colaboración del Ayuntamiento de Astillero, presentamos la campaña que lleva por título “UN MUNICIPIO PARA TODOS”. Con el fin de seguir ampliando y dando a conocer dicha campaña, este año queremos ir más allá. Para ello estamos elaborando una GUÍA DE ESTABLECIMIENTOS ACCESIBLES con el lema: “Comprometidos con la accesibilidad” queremos dar a conocer y reconocer vuestro compromiso con la accesibilidad. Iremos publicando en sucesivos números los establecimientos que nos autoricen para ello.



AUJE IMAGEN

C/ Francisco Díaz Pimienta, 9, bajo

Actividad: Fotografía e imagen

Accesibilidad: Acceso directo

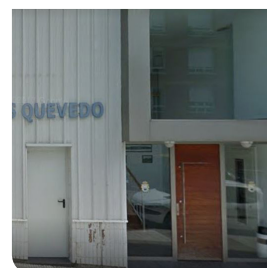


ÓPTICA ASTILLERO

Avda. España, 13

Actividad: Productos salud visual

Accesibilidad: Rampa manual



CENTRO CÍVICO

- Torres Quevedo

C/ Torres Quevedo

Actividad: Centro cultural

Accesibilidad: Elevador



BAR LOREN

C/ Francisco Díaz Pimienta

Actividad: Hostelería

Accesibilidad: Acceso directo



BAR LA PLAYUCA

C/ Augusto G. Linares, 1

Actividad: Hostelería

Accesibilidad: Rampa manual



BAR YUGO

C/ Boo, 35, bajo

Actividad: Hostelería

Accesibilidad:

- Acceso directo y baño



BAR SIGLO XX

C/ Industria, 58

Actividad: Hostelería

Accesibilidad: Rampa manual



FARMACIA DE LA PLAZA

C/ Gral F. Díaz Pimienta, 11

Actividad:

- Dispensación medicamentos

Accesibilidad: Acceso directo



PELUQUERÍA MARES

C/ F. Díaz Pimienta, 10

Actividad: Peluquería

Accesibilidad:

- Rampa manual



ASAG

Patrocinan:



Ayuntamiento de Astillero

Colabora:



Obra Social "la Caixa"

No me tires. Difúndeme