



Informa

Nº 20 diciembre 2025

Yo Quiero, Yo Puedo, Yo soy Capaz



ACCESIBILIDAD UNIVERSAL

Espacios

Armonía entre los seres humanos en la sociedad.

Objetos

Simboliza la inclusión para las personas de todos los niveles en todas partes.

Comunicación

Representa la esperanza y la igualdad de acceso para todos.

Servicios

El símbolo es neutro e imparcial.

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.com

Horario apertura: Lunes de 17:30 a 20:00

y miércoles y viernes de 10:30 a 13:00

Facebook: ASAG

Twitter: @ASAG_AG

Instagram: @asag_yopuedoyosoycapaz

DEPÓSITO LEGAL: SA 148-2016

CONTENIDO:

PRESENTACIÓN	3
EXPERIENCIAS	4-10
COMPAÑEROS DE CAMINO	11
OBSERVATORIO ACCESIBILIDAD	12-13
LO QUE TENEMOS QUE SABER SOBRE ...	14-15
HEMOS LEÍDO EN	16-17
PROGRAMA DE ACTIVIDADES	18-23
LIBROTECA	24-25
VOCABULARIO ACCESIBILIDAD	26-27

COLABORACIONES:

Eutiquio Cabrerizo Cabrerizo

Benita Hernández

Bárbara Fernández y Carmen

Alicia

Mikel Martínez Romano

Jesús

COCEMFE Cantabria



LA ACCESIBILIDAD UNIVERSAL ROMPE BARRERAS

DISEÑO

Alicia Cala Saro

IMPRIME

Gráficas Astillero

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

PRESENTACIÓN

Accesibilidad Universal

Según la Ley General de los derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social (LGD), se establece la siguiente definición de accesibilidad universal:

«Es la condición que deben cumplir los entornos, procesos, bienes, productos y servicios, así como los objetos, instrumentos, herramientas y dispositivos, para ser comprensibles, utilizables y practicables por todas las personas en condiciones de seguridad y comodidad y de la forma más autónoma y natural posible. Presupone la de «diseño universal o diseño para todas las personas» y se entiende sin perjuicio de los ajustes razonables que deban adoptarse.»

Cadena de accesibilidad

01 Facilita a las personas desarrollar una vida en igualdad de condiciones

02 Implica maniobrabilidad y usabilidad de forma continua



La accesibilidad no es algo que dependa de buenas voluntades, se trata de un derecho de todas las personas, la vulneración de este derecho puede afectar a aspectos fundamentales como la autonomía, la confidencialidad o la seguridad.

La accesibilidad universal está relacionada con la participación en la vida social lo que implica que no es una exigencia que se proyecte sobre cualquier bien, producto o servicio sino solo con aquellos que pueden relacionarse con dicha participación.

D eambulación	¿Puedo moverme libremente, de forma continua?
A prehensión	¿Es cómodo de usar, coger, manipular...?
L ocalización	¿Dónde estoy?
Co municación	¿Hay suficientes recursos disponibles?
	<input checked="" type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>
	<input checked="" type="checkbox"/>
	<input checked="" type="checkbox"/>

Normalización Española UNE 170001 Accesibilidad Universal. (Recomendaciones, no obligado cumplimiento)

En un país donde presumimos de avances en tecnología, conectividad y cobertura educativa, la accesibilidad sigue existiendo en un rincón oscuro que muchas veces se ignora.

La falta de accesibilidad vulnera nuestros derechos más elementales, condiciona el acceso de las personas a la educación, el empleo, a la participación social y la vida cultural, limitando su autonomía y calidad de vida. También afecta negativamente la au-

toestima y la salud mental de quienes la padecen, creando barreras que dificultan la integración y fomentan la discriminación y la exclusión. En definitiva, contribuye al aislamiento y soledad.

En ASAG estamos obsesionados con la ACCESIBILIDAD, por eso presentamos este monográfico dedicado a la misma, porque queremos aportar nuestro granito de arena a conseguir un mundo más accesible para todos, aunque no tengan discapacidad.

A través de los testimonios de quienes escriben nos daremos cuenta de la necesidad de crear espacios accesibles. Agradecer a todas las personas colaboradoras su dedicación para enriquecer este trabajo.

La accesibilidad en personas con ceguera

El concepto de accesibilidad es uno de los paraísos pintados con el brillo maravilloso de las cosas inalcanzables con los que las personas con alguna discapacidad soñamos cuando dormimos y enfrían nuestra existencia al despertar.

La accesibilidad es un concepto holístico que abarca todos los aspectos de la vida diaria, y es tan diferente como lo son las formas que pueden adoptar las posibilidades de interactuar los individuos. Cada uno tenemos la nuestra y, muy probablemente, sean muy pocos los que no tengan ninguna. A pesar de ello, integración y accesibilidad son de esas cosas que la mayoría cree que afecta solo a otros y que, por consiguiente, debe tenerse en cuenta solo de forma secundaria, o no tenerse en cuenta en absoluto.

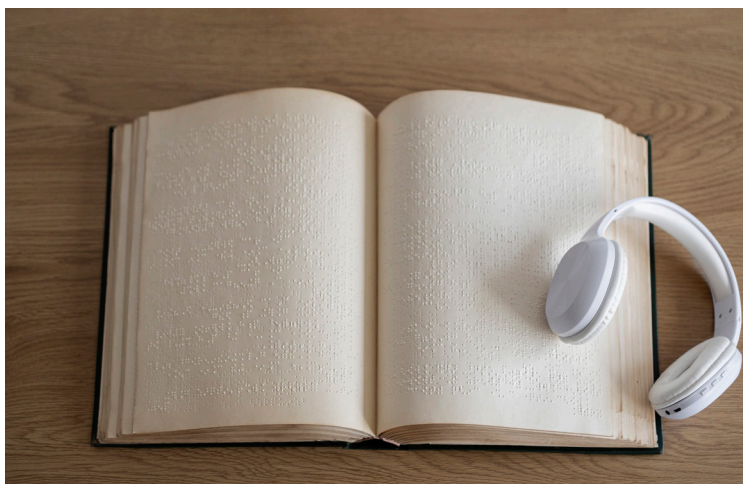


Foto de Freepik

Ello nos obliga a tratar sobre la accesibilidad de manera parcelada limitándonos a las características que nos afectan más personalmente, entre otras razones porque también pueden ser sobre las que más podemos aportar y conocemos por experiencia propia.

Yo empecé desde niño en un colegio internado para ciegos y me acostumbré desde el principio a aprender procedimientos especiales para realizar las tareas más sencillas, como leer y escribir en braille, o hacer las operaciones matemáticas empleando una caja de aritmética con los números en tipos de plomo. En clase de dibujo utilizábamos un tablero al que se había incorporado un paño de terciopelo para que las líneas se marcasen en bajorrelieve y la clase de solfeo era una tortura porque teníamos que leer las notas con la mano izquierda a la vez que medíamos el tiempo del metrónomo con la derecha. Cuando volvía a casa, de vacaciones, mis hermanos utilizaban plumas y pinturas de colores y ni ellos podían entender lo que yo escribía ni mucho menos yo ojear sus cuadernos llenos de dibujos hechos por ellos.

El concepto de accesibilidad no estaba en nuestras cabezas entonces, pero sí vivíamos tal vez sin ser conscientes de ello el desconcierto de que no pudiésemos hacer las cosas de un mismo modo, lo que nos situaba al margen de los que veían.

En los años ochenta se relanzó con fuerza la idea: Las personas con alguna discapacidad no debían ser excluidas de la sociedad y se les debería de dotar de las herramientas necesarias para que fueran integrándose en ella en la medida en que la sociedad pudiera ir asumiéndolo. Es decir, solo en las condiciones que no desequilibraran el orden asentado ni pudieran representar un riesgo de competitividad real para los otros.

En el caso de los ciegos sufrimos la influencia del prejuicio de “más vale una imagen que mil palabras” asumiendo, como cierto, un funcionamiento psicológico que nadie ha demostrado suficientemente que sea objetivo con rigor científico. Lo que esconde son razones económicas y del menor esfuerzo para tender a dejar las cosas como están porque, pretender que fuesen de otra manera, resultaría muchísimo más caro y exigirían la contratación de creadores de alta cualificación, de los que no se dispone en número suficiente, para dedicar su tiempo a un aspecto que afecta solo a unos pocos.

El camino de la accesibilidad para la educación y la cultura de los ciegos está empedrado de situaciones singulares. Nuestro sistema de escritura lo inventó un joven ciego, de trece años, que asistía a un centro donde les enseñaban con letras visuales de enorme tamaño hechas en relieve. A finales del siglo XIX un médico suizo inventó una máquina para que su hija ciega pudiera escribir pulsando teclas en lugar de hacerlo con lápiz y, ya entrado el siglo XX, un ingeniero francés que tenía un amigo que no veía inventó una calculadora de palancas para que los ciegos pudieran realizar cálculos que les serían imposibles de otro modo.

Un bastión importante fue aprovechar la posibilidad de grabar la voz de profesionales leyendo libros para el uso de ciegos, abriéndose bibliotecas sonoras que funcionaban en concepto de préstamo para sus lectores.

En el último tercio del siglo empezaron a popularizarse diversos artículos dotados de síntesis de voz que ponían a nuestro alcance muchos recursos básicos impensables hasta ese momento: calculadoras electrónicas; relojes parlantes; básculas de cocina y baño; termómetros; gafas y lupas extraordinariamente optimizadas, y un largo etcétera que haría demasiado larga la lista si quisiéramos completarla.

Por fin, la irrupción de la informática en todas las casas ha derrumbado barreras que antes se consideraban casi infranqueables, como el manejo de procesadores de texto, navegación por internet, lectura de revistas y periódicos digitales, incluso la apertura de blogs y perfiles virtuales en los que también nosotros publicamos creaciones personales y podemos acceder a lo que hacen otros usuarios.

A pesar del largo camino recorrido hasta aquí y de los numerosos avances logrados, todavía son muchas las parcelas oscuras en las que encontramos dificultades para acceder por nosotros mismos. Quedan fuera las páginas web dinámicas, las galerías de fotos, juegos electrónicos, pintura, dibujos y gráficos. Otro sector es el de algunas actividades cotidianas, como la conducción de vehículos, el manejo de electrodomésticos, la visita a exposiciones y museos, etc. Suelen ser, consideradas en conjunto, facetas para las que se estima que es imprescindible el uso de la vista y se entiende equivocadamente como normal la imposibilidad de que los ciegos no puedan acceder a ellas. Es exactamente lo mismo que pensaría un hombre medieval si llegase a su conocimiento que aspirábamos a poder escribir, leer un libro o tener estudios universitarios, creería que se trataba de una utopía de todo punto irrealizable a la que, sin ver, deberíamos renunciar resignados.

El concepto de accesibilidad es excesivamente amplio y, tal vez, convendría complementarlo con la idea de usabilidad, que tiene un sentido más práctico y cotidiano. La usabilidad hace referencia a todos aquellos objetos y aparatajes que, sin llegar a reunir las condiciones técnicas para ser evaluados accesibles, permiten ser

manejados por personas ciegas valiéndose de algún tipo de adaptación personal o de alguna habilidad singular adquirida con la práctica o el ingenio.

En el siglo XXI los responsables políticos y los dirigentes de las

grandes empresas tecnológicas no pueden seguir ofreciendo soluciones parciales al derecho a la accesibilidad universal. La sociedad necesita la aportación de todos sus miembros, para conseguir un auténtico estado de bienestar, dotando a quienes lo necesiten de los medios más eficaces para contribuir, con su diversidad funcional, a sostener un mundo mejor en el que convivamos todos, liberados de nichos de dependencia evitable, en condiciones de igualdad real.

“La falta de una accesibilidad más completa impide la verdadera integración de las personas con ceguera”

A mí me encanta hacer turismo conociendo a fondo los lugares que visito. Pero... planificar un viaje, cualquier viaje, para una persona con problemas de movilidad (PMR) es arduo complicado y supone, además de mucho esfuerzo, un gran cabreo.

Primero buscamos un sitio donde queremos ir que tenga "alguna accesibilidad", porque las personas con discapacidad, para poder conocer los lugares más emblemáticos y turísticos, todavía no tenemos derecho a improvisar y meternos en cualquier lugar. Nos informamos en las páginas webs de los ayuntamientos del lugar a visitar, llamamos a la oficina de turismo para confirmar y/o ampliar información y, en muchos casos, no hay respuesta o ésta no es completa.

Segundo el transporte. En avión es el medio de transporte más rápido y que tiene buen servicio en tierra, pero... te destrozan la silla eléctrica por el maltrato que se le da al ser tratada como equipaje. Es usual llegar a tu destino y encontrar la silla rota. En tren solo hay una plaza accesible por convoy (plaza H) que la sacas con mucha antelación o está ocupada casi siempre. En bus, no todos tienen accesibilidad, hay compañías que, avisando con tiempo, te preparan la adaptación. Finalmente decides viajar en tu propio coche, aunque sean muchos kilómetros.

Cuando estamos en carretera, como todos, queremos parar a descansar, estirar las piernas, tomar algo, hay que buscar una estación de servicio que tenga sanitarios adaptados. Normalmente las encontramos en las franquicias nuevas, pero la comida deja mucho que desear.

Hotel con habitación adaptada, con zonas comunes accesibles, etc., no encuentras ninguno de menos de 4*. Llamas con anterioridad para confirmar la información, reservas esa habitación y, cuando llegas, te encuentras con sorpresas como que la cama está muy alta, el aseo no tiene silla de ducha, etc.



Benita Hernández

“La falta de accesibilidad vulnera nuestros derechos de elegir dónde y con quién viajar”

Y finalmente llegamos a nuestro destino, ¿qué visitar? Comienzas por pedir información en la oficina de turismo del lugar, coges tu mapa y preguntas, con silla de ruedas qué lugares son accesibles, pocos, muy pocos, la verdad. Los monumentos históricos casi ninguno. Lo cierto es que le hemos dado más derechos a las piedras (protección del patrimonio) que a las personas.

Conclusión: ¡¡Se nos quitan las ganas de viajar!! La falta de accesibilidad vulnera, entre otros, los derechos de libertad hasta para elegir dónde y con quién deseas pasar tus vacaciones.



Hola somos Carmen y Bárbara, dos chicas de Santander que utilizamos silla de ruedas, a motor, para desplazarnos:

Somos amigas y vamos a un centro de día de Amica. Nos gusta mucho la música pero sobre todo ir a conciertos. A veces vamos juntas y otras separadas. Vamos a contaros algunas experiencias que nos han pasado cuando acudimos, como todo el mundo, a este tipo de ocio.

Lo primero que siempre necesitamos ayuda para sacar las entradas por internet porque las páginas web son difíciles de manejar y nos da miedo equivocarnos. Es más fácil cuando sacamos entradas en las taquillas como en el Palacio de Festivales. Casi siempre nos tienen que sacar las entradas nuestros familiares.



Lo pasamos bien juntas pero también nos ocurren algunas incidencias que pueden fastidiarnos los planes. Podríamos utilizar el transporte público, porque hay autobuses con rampas, pero, a veces no funcionan o están ocupadas las plazas. Cuando hemos ido a los conciertos de la Magdalena al final necesitamos que nos lleven nuestros familiares, en coches particulares, porque las rampas de los buses no han funcionado o están muy llenos y necesitamos sitios amplios para ir las dos.

Casi siempre acabamos yendo acompañadas de nuestros familiares o algún amigo en coche particular que nos ayude para evitar contratiempos.

Nos encanta bailar en los conciertos, está muy bien el espacio que dejan en los de la Magdalena porque es más amplio que otros. Una vez nos pasó, en los conciertos de verano, que el coche no podía bajar hasta abajo porque estaba la calle cortada y tuvimos que ir solas por una bajada hasta la entrada. Cuando acabó el concierto tuvimos que ir también solas hasta donde nos vienen a buscar nuestros familiares.

En otra ocasión en una sala de conciertos, en Santander, había escaleras y nos tuvieron que ayudar a entrar entre varias personas en volandas, luego entre otras tantas, bajarnos las sillas y, además, no pudimos ver bien al cantante porque era una sala que no era accesible.

En Bilbao, una vez, fuimos juntas a un teatro y fue muy accesible.

Otro día en la Magdalena después de un concierto, entre dos personas, me tuvieron que ayudar a salir por un altillo porque no se veía, aunque por lo general está bien y es bastante accesible... hasta el día que llueve y se embarra.

He visto también conciertos gratuitos, en los Ayuntamientos de Camargo y Torrelavega, allí colocaron una rampa de acceso a una tarima desde donde se veía bien.

Yo soy Carmen y esta es mi experiencia: Fui a ver un concierto a la Virgen del Mar no había buen acceso con transporte público, mi madre y yo tuvimos que subir andando en silla durante mucho rato y no está muy accesible. Nos costó acceder a la zona de los conciertos con silla de ruedas. Una vez que llegamos, con todas las complicaciones, había rampa y plataforma para verlo, así que, ni tan mal.

En el Palacio de Deportes de Santander he visto muy bien los conciertos.

Nos gustaría que, quien prepara los conciertos, pusiera los lugares accesibles algo más cerca del escenario para poder verlo mejor teniendo en cuenta a todas las personas y poniéndose en nuestro lugar, nosotras tenemos movilidad reducida pero otras personas con otras discapacidades también tienen otras dificultades.

Ni teletransporte, ni transporte público

Poder tener autonomía es algo básico para las personas con discapacidad y más aún para las personas con movilidad reducida. Por eso es fundamental que cualquier tipo de transporte público sea accesible. No es que sea fundamental, es que es un derecho. Y en pleno siglo XXI, en España, esto sigue sin ser así a pesar de que la ley establece que debe ser inclusivo para todos.

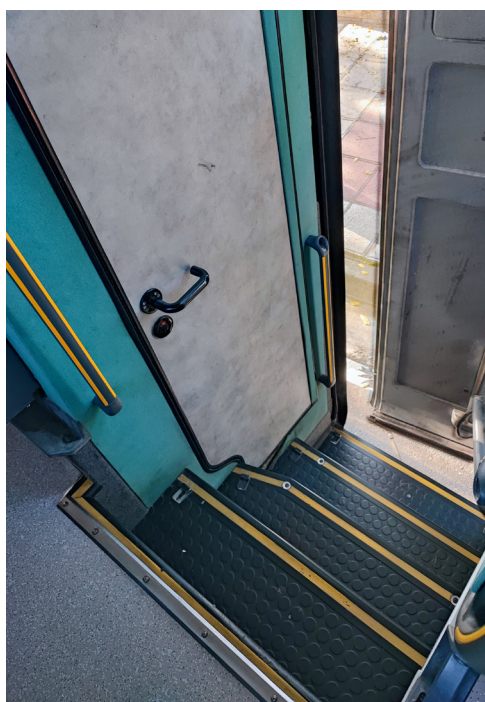
Soy usuaria habitual tanto de tren como de autobús y cada día me encuentro algo que me dificulta acceder a ellos, ya sea por cuestiones físicas o simplemente la falta de empatía del conductor o de algún viajero. Y lo peor es que te sientes mal al tener que pedir que te faciliten poder viajar en condiciones en ese medio de transporte. Mi experiencia es bastante nefasta y por mucho que reclamas hacen oídos sordos.

Para viajar en los trenes, especialmente en los de Renfe, llegas a una estación con escaleras para acceder a los andenes con ascensores diminutos, accesos exteriores de gravilla o con socavones... Si hablamos del propio tren, puertas de accesibilidad inhabilitadas sin explicación alguna, una mini rampa que queda distante del andén, un único asiento PMR que en la mayoría de los casos está ocupado por usuarios incapaces de cederte el sitio... o con bicicletas y sillas de niños que bloquean las puertas. Incluso más de una vez en la zona de accesibilidad, me he encontrado con charcos de agua formados por el goteo del aire acondicionado del techo, poniendo en riesgo nuestra propia integridad física.



Hace dos años tuve la oportunidad, a través de CERMI y de COCEMFE, de participar en un foro organizado por Renfe, supuestamente para escuchar a los usuarios, en mi caso, como persona con discapacidad y con movilidad reducida. Expuse situaciones reales, di posibles soluciones, cosas que deben cambiarse... Y me encontré con miradas esquivas y oídos sordos. Hoy en día nada de aquello se ha arreglado e incluso algunas cosas están peor.

Si hablo del autobús, más de lo mismo. Los últimos modelos están más preparados para facilitarnos el acceso, aunque falta mucho mantenimiento, especialmente de las rampas. Y si no es la rampa, es el conductor y su mala forma de actuar. La cosa es que acceder muchas veces es muy difícil o imposible. Y una vez dentro te toca lidiar con la gente, porque sí, hay personas que se creen que los asientos PMR son "porque somos unos enchufados", además, les parece divertido arrancar las pegatinas de señalización. Mejor no hablemos de los conductores que aparkan en las paradas del autobús, teniendo que parar en mitad de la carretera y lejos de la acera.



Falta de información, señalización inadecuada, máquinas expendedoras de billetes no accesibles, etc. Las estaciones y apeaderos pueden llegar a ser un auténtico caos para muchas personas.

Incluso en los taxis encuentras dificultades ya que, muchos, no están preparados para atender las necesidades requeridas.

Cada vez la sociedad está más concienciada, pero hay que pasar a la acción y no dejarlo todo en intenciones y palabras. El transporte es un servicio público y nuestra Constitución dice muy claro que se debe facilitar la participación ciudadana en la sociedad. Ya va siendo hora de cumplirlo.

Alicia

Mi experiencia sobre la accesibilidad

Hace un año aproximadamente “terminaron” las obras en el portal de mi vivienda para convertirlo en accesible. Mi vivienda está en la urbanización Nuevo Parque en Peñacastillo (Santander), anteriormente para acceder al portal tenía que subir 10 escalones y para llegar al ascensor había cuatro escalones más. Yo tengo una enfermedad neuromuscular (distrofia muscular tipo Becker) que me produce debilidad muscular, además es crónica y degenerativa. Con el tiempo se convirtió en un problema y adquirí una movilidad reducida. A veces, cuando tenía una caída o cualquier problema de salud, me dejaba sin mucha fuerza muscular y no podía salir de casa.

Conseguimos que la comunidad de vecinos aprobase la reforma del portal y fue una gran alegría. Sin embargo, durante la reforma (la cual se alargó más de lo esperado) el ascensor estuvo sin funcionar entre enero y marzo de 2024, lo que me supuso tres meses sin poder salir de casa. Para mí no fue fácil, supuso una total interrupción de mi vida, pero no me quedó más remedio que “apechugar”. Por desgracia, con el tiempo me enteré de que me gané un mes más en casa debido a desacuerdos entre junta vecinal, la empresa del ascensor y la que reformaba el portal. Resultó que, palabras textuales, “el ascensor fue secuestrado temporalmente” ya que la junta (desaparecida la gestora de fincas) no contestaba ni pagaba a la empresa de los ascensores. Una situación lamentable, de la que yo fui una víctima colateral.



Foto de Freepik

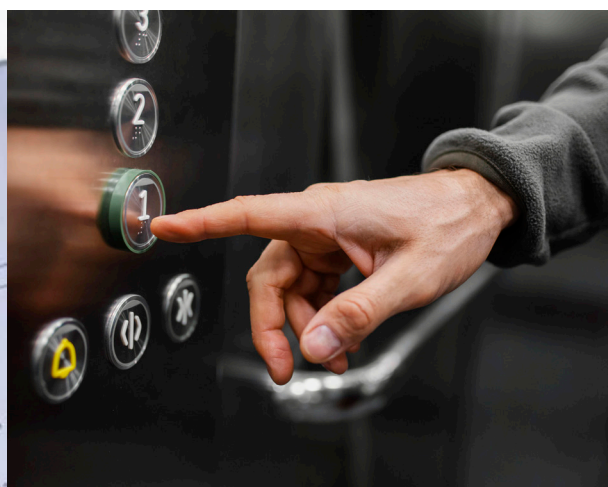


Foto de Freepik

Hoy en día el portal es totalmente accesible, la legislación obliga a ello en caso de que un vecino o vecina con movilidad reducida solicite la adecuación del portal. Con este testimonio quiero mostrar la importancia de una auténtica accesibilidad a la vivienda, muchas personas nos hemos visto encarceladas en nuestras casas, lo cual constituye una auténtica vulneración de nuestras libertades.

Que nuestros edificios sean accesibles es algo que nos beneficia a todos, aunque algunos hemos nacido con una discapacidad, nadie está exento de sufrir un accidente, una enfermedad discapacitante o el natural paso del tiempo. Es vital alcanzar una accesibilidad universal.

Mikel Martínez Romano

La accesibilidad en el Racing

Soy Jesús, socio 1.565 carné plata de preferencia oeste y, además, un pequeño accionista.

Mi afición, por nuestro querido y viejo Racing (1913), comenzó cuando tenía siete u ocho años, en el Hospital Santa Clotilde de Santander, donde los Hermanos de San Juan de Dios vendían las almohadillas del club y cada quince días nos llevaban a ver al Racing en los antiguos campos, para nosotros era una fiesta por ser nuestra única salida, veíamos los partidos detrás de la portería tribuna de gol. Al dejar Santa Clotilde seguí acudiendo con mi padre al estadio y después con un amigo. Actualmente voy con cuatro amigos del pueblo que me recogen en mi casa de Santander y me llevan al campo. Y seguiré acudiendo a ver a mi equipo hasta que la salud y la accesibilidad me lo permitan que, dicho sea de paso, la accesibilidad en Preferencia Oeste es bastante mala pues yo, tengo que subir nueve escaleras hasta la grada y otras cinco hasta mi localidad, apoyado en mis muletas y en una barra, para bajar, por seguridad, me ayuda Ángel un amigo de grada, y como yo digo, mi ángel de la guarda... en fin es lo que hay. Por el Racing merece la pena el esfuerzo.

En su día leí en un libro: "El Racing una pasión inexplicable", o un sentimiento añadiría yo, donde nos alegramos con sus triunfos y nos enfadamos cuando perdemos y... espero seguir haciéndolo. He de confesar que cuando ganamos estoy más contento durante la semana.

Hace tiempo me decía un excompañero que los lunes, según me veía la cara, ya sabía si habíamos ganado o perdido, además muchas veces, el Racing, es una buena excusa para quedar con la familia, amigos etc. y celebraciones varias.



No puedo olvidar esos buenos momentos como los ascensos, el día que conocí a Quique Setién, mi único ídolo futbolista, con quien tuve la suerte de poder compartir algunas comidas y charlas con escolares a los que se les caía la baba igual que a mí, para qué negarlo o los días que ganamos 5.0.al Barça y 2.4.al Madrid en Primera División. ¡Qué tiempos aquellos! Como la clasificación para la UEFA con el gol de Colsa en París.

Y...cómo olvidarme de los fracasos como los varios descensos hasta llegar a 2ªB, al borde de la desaparición, por la mala gestión y con el presidente en la cárcel.

Mencionar, también, a dos buenos entrenadores que han hecho al Racing más grande: Nando Yosú y Manolo Preciados...

Para finalizar mi testimonio y, como también hay que destacar lo bueno, ya me olvidaba, han quitado el escalón del baño de Preferencia Oeste y el de la tienda del Racing.

Saludos y aúpa Racing

P.D.: Me encanta llevar cosas de mi Racing...

Jesús

COMPAÑEROS DE CAMINO

COCEMFE Cantabriaⁱ

ASAG forma parte del tejido asociativo de nuestra comunidad a través de la Federación Cántabra de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (Cocemfe Cantabria). En esta ocasión, y con motivo de 35º aniversario, queremos reconocer y divulgar la labor que desarrolla esta entidad.

QUIÉNES SON:

La Federación Cántabra de Personas con Discapacidad Física y Orgánica, es una entidad no lucrativa declarada de utilidad pública por el Ministerio del Interior que **aglutina a 19 entidades**, para trabajar por la mejora de las condiciones de vida de las personas desde la autonomía, impulsando la visibilidad de sus capacidades y valores. Nos constituimos el 24 de abril de 1990, actualmente representamos, a través de nuestras asociaciones a más de 3.000 personas.

Propósito: Trabajar con las personas y su movimiento asociativo para avanzar hacia la transformación de una sociedad inclusiva y comprometida con la autonomía, la diversidad y los derechos humanos.



COCEMFE
Cantabria

Visión: Queremos participar en un proyecto transformador, para el desarrollo integral de las personas con discapacidad, a través de la eficiencia en la gestión de los recursos y su capacidad de promover cambios sociales.

Valores:

- Proactividad - Igualdad - Positivismo - Gestión participativa - Flexibilidad - Excelencia

Pertenencia a redes:



Trabajo colaborativo:



APEMEV. Asociación Profesional de Expertos y Monitores en Educación Vial de Cantabria.
<http://educacionvialcantabria.blogspot.com/>



Escuela Universitaria de Fisioterapia Gimbernat
<https://www.eug.es/>



Ministerio del Interior. Secretaría General de Instituciones Penitenciarias
www.interior.gob.es

ⁱ <https://www.cocemfecantabria.org>

COCEMFE CANTABRIA
Avda. Cardenal Herrera Oria, 63 interior
39011 - (Santander) - Teléfono: 942 32 38 56
www.cocemfecantabria.org

El Observatorio de Accesibilidad es un grupo de trabajo de la Federación de COCEMFE formado por profesionales y personas voluntarias con discapacidad, muchas de ellas con movilidad reducida y con perfiles diferentes.

A través de las personas voluntarias tienen la posibilidad de unir el conocimiento, la formación y la experiencia de un equipo multidisciplinar de profesionales técnicos competentes en la materia, con lo que es el gran valor añadido que supone el poder contar con el conocimiento y la experiencia, en primera persona, de los hombres y mujeres con discapacidad y movilidad reducida que se enfrentan en su día a día a las diferentes barreras existentes en los entornos. En el Observatorio trabajan para identificar las barreras y para su eliminación, uniendo rigor técnico y experiencia personal, aportando el conocimiento de las personas voluntarias que va más allá de la normativa.

Una característica clave y fundamental de la accesibilidad es su TRASVERSALIDAD y por ello trabajan en muchos ámbitos (transporte, ocio y cultura, edificación, espacio público urbanizado, deporte, etc.). Para el Observatorio de Accesibilidad es importante trasladar cosas como la importancia del: entorno, transporte, poder acceder a la vivienda, etc., por ello, centran su trabajo en la sensibilización, puesto que una sociedad concienciada de la importancia que tiene la accesibilidad para que las personas con discapacidad puedan vivir su vida con la mayor autonomía posible, beneficia la calidad de vida de todas.

Durante las jornadas de formación/sensibilización que imparten desde el Observatorio, a diferentes públicos, explican el concepto de la CADENA DE ACCESIBILIDAD que es, “el conjunto de elementos que, durante el proceso de la interacción del usuario con el entorno, permiten el desarrollo de las actividades previstas en él” dado que, si falla un eslabón de dicha cadena perdemos la capacidad de realizar cualquier actividad.

Atención/información ofrecida desde el Observatorio.

Desde el Observatorio ofrecen un servicio de asesoramiento en accesibilidad a todas las personas, tengan o no tengan discapacidad, a las entidades, empresas y, además, ofrecen su asesoramiento y colaboración a las administraciones públicas.

De todas las consultas que llegan al Observatorio una parte importante, del orden del 20% o superior, tiene que ver con la vivienda: las barreras arquitectónicas en las comunidades de vecinos, consultas sobre la Ley de Propiedad Horizontal (LPH), el procedimiento a seguir en la comunidad llevando a cabo todos los pasos para que no lo puedan echar atrás por defecto de forma y se dilate en el tiempo, las ayudas disponibles... ya sean estas consultas por parte de particulares o de comunidades de vecinos.



Programa Accesibles.

En el año 2022 crearon el Programa Accesibles cuyo objetivo es concienciar en particular a las administraciones y, en general, a la ciudadanía sobre la importancia de la accesibilidad de los entornos que posibilita a las personas vivir con autonomía y que nos beneficia a todos.

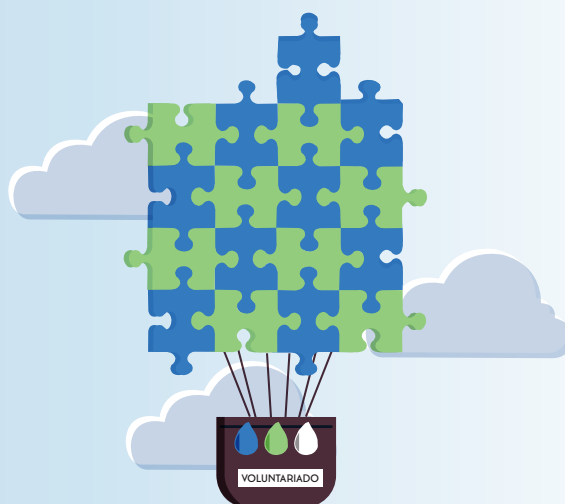
A través del Programa Accesibles, los participantes del Observatorio de Accesibilidad se reúnen en el ámbito local con miembros de la corporación municipal y con personal técnico, incluida la policía local, con el objetivo de entablar un diálogo en el que se aborden diferentes aspectos relacionados con la accesibilidad como: las necesidades que plantean los vecinos y vecinas, los problemas que se encuentran en los consistorios a la hora de abordar la eliminación de las barreras, las distintas competencias, buenas prácticas llevadas a cabo...



Avda. Cardenal Herrera Oria, 63 interior
39011 - (Santander) - Teléfono: 942 32 38 56
www.cocemfecantabria.org

ÚNETE AL PLAN DE VOLUNTARIADO DE ASAG

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



www.somosasag.com

Plazas de aparcamiento PMR

Marco legal.

El Real Decreto 1056/2014, de 12 de diciembre, regula las condiciones básicas para la emisión y uso de la tarjeta de estacionamiento para personas con discapacidad y movilidad reducida en España. Su objetivo es garantizar la igualdad en todo el territorio nacional, respetando las competencias autonómicas y municipales y establecer un marco jurídico uniforme.

El decreto busca garantizar la accesibilidad y la igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad, promoviendo su autonomía y participación social.

¿Quiénes pueden usar estos aparcamientos para personas con movilidad reducida?

Para poder hacer uso, de las plazas de aparcamiento, es imprescindible contar con la tarjeta de aparcamiento para personas con movilidad reducida. Esta tarjeta se concede mediante un permiso municipal o autonómico, por lo tanto, debes solicitarla en tu ayuntamiento y/o comunidad.

Es imprescindible cumplir dos requisitos para obtener la tarjeta de aparcamiento:

- Que presenten movilidad reducida, conforme al anexo II del Real Decreto 1971/1999, de 23 de diciembre, de procedimiento para reconocimiento, declaración y calificación del grado de discapacidad, dictaminada por los equipos multiprofesionales de calificación y reconocimiento del grado de discapacidad.
- Que muestren en el mejor ojo una agudeza visual, igual o inferior al 0,1 con corrección, o un campo visual reducido a 10 grados o menos, dictaminada por los equipos multiprofesionales de calificación y reconocimiento del grado de discapacidad.

Algunas consideraciones:

- La tarjeta de estacionamiento expedida a favor y en beneficio de una persona a título particular para su utilización, en los vehículos que use para sus desplazamientos, será personal e intransferible y utilizada únicamente cuando la persona titular conduzca un vehículo o sea transportada en él.
- Los núcleos urbanos deben disponer de un mínimo de una plaza reservada por cada 40 plazas.

Derechos de los titulares y limitaciones de uso:

Los titulares de la tarjeta de estacionamiento tendrán los siguientes derechos en todo el territorio nacional siempre y cuando exhiban de forma visible la tarjeta en el interior del vehículo:

- Estacionamiento en las zonas de aparcamiento de tiempo limitado, durante el tiempo necesario, sin perjuicio de lo previsto en la disposición transitoria tercera.
- Reserva de plaza de aparcamiento, previa la oportuna solicitud a la administración correspondiente y justificación de la necesidad de acuerdo con las condiciones que establezcan las administraciones autonómica o local, en lugar próximo al domicilio o puesto de trabajo. La plaza deberá señalizarse con el símbolo internacional de accesibilidad.



- c) Estacionamiento en los lugares habilitados para las personas con discapacidad.
- d) Parada o estacionamiento en las zonas reservadas para carga y descarga, en los términos establecidos por la administración local, siempre que no se ocasionen perjuicios a los peatones o al tráfico.
- e) Parada en cualquier lugar de la vía, por motivos justificados y por el tiempo indispensable, siempre que no se ocasionen perjuicios a los peatones o al tráfico y de acuerdo con las instrucciones de los agentes de la autoridad.
- f) Acceso a vías, áreas o espacios urbanos con circulación restringida a residentes siempre que el destino se encuentre en el interior de esa zona.

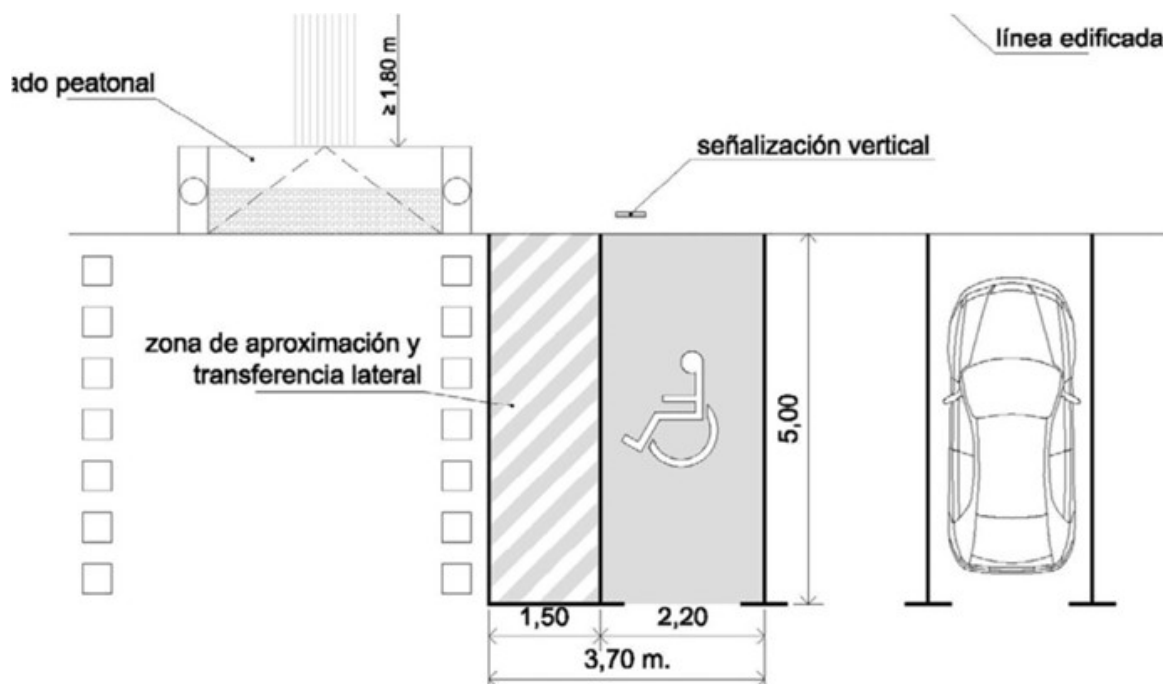
Obligaciones de los titulares:

- a) La correcta utilización de ésta, conforme a las condiciones de uso previstas en el artículo 6.
- b) Colocar la tarjeta de estacionamiento en el salpicadero del vehículo o adherirla al parabrisas delantero por el interior, siempre con el documento original, de forma que resulte claramente visible y legible desde el exterior.
- c) Identificarse cuando así se lo requiera un agente de la autoridad, acreditando su identidad.
- d) Colaborar con los agentes de la autoridad para evitar, en el mayor grado posible, los problemas de tráfico que pudieran ocasionar al ejercitar los derechos que les confiere la utilización de la tarjeta de estacionamiento.
- e) Devolver la tarjeta de estacionamiento caducada en el momento de la renovación o al término de su vigencia.

El incumplimiento de estas obligaciones podrá dar lugar a la cancelación de la tarjeta de estacionamiento o a su retirada temporal, sin perjuicio de las sanciones previstas por el ordenamiento jurídico.

Asimismo, la utilización fraudulenta de la tarjeta de estacionamiento, tanto por personas físicas como por personas jurídicas, dará lugar a su cancelación, sin perjuicio de las sanciones previstas por el ordenamiento jurídico.

Las características que deben cumplir las plazas de aparcamiento reservadas para los vehículos de las personas con discapacidad vienen determinadas por la Orden VIV/561/20109 por la que se desarrolla el documento técnico de condiciones básicas de accesibilidad y no discriminación para el acceso y utilización de los espacios públicos



Luippi explica los problemas de reservar habitaciones accesibles en los hotelesⁱ

Luippi, un joven influencer con discapacidad, muestra los problemas que suele encontrar a la hora de reservar habitaciones accesibles en los hoteles. En este sentido, pone el foco en «falsos hoteles adaptados, plataformas de reserva que los apoyan y los grandes problemas que esto conlleva».

Este joven con lesión medular utiliza una silla de ruedas para desplazarse. Desde hace varios años sube contenido a sus redes sociales para luchar por un mundo más equitativo ante tantas barreras que encuentran el día a día las personas con discapacidad.

Respecto a este tipo de situaciones, este joven onubense con discapacidad confiesa que «si no fuera por algunas barreras creadas por el humano ni me acordaba que tengo lesión medular. Una vez que salimos por la puerta de nuestro hogar nos encontramos con innumerables obstáculos que resolver».



Este hecho que expone Luippi hace referencia al día a día que afrontan millones de personas con movilidad reducida. Aunque en los últimos años se está avanzando, de manera considerable, en accesibilidad e inclusión, aún quedan muchos aspectos por mejorar.

En este sentido, Luippi comenta que en España hay algunos hoteles que cuidan hasta el más mínimo detalle para la inclusión y comodidad de las personas con movilidad reducida. Incluso, en España hay algunos hoteles con adaptaciones específicas para personas con autismo, como el Hotel Port Azafata de Valencia.

Aunque este joven andaluz indica que hay hoteles muy cuidadosos, la realidad es que la mayoría siguen contando con barreras u obstáculos que dificultan la estancia de las personas con discapacidad y las personas con movilidad reducida.

Específicamente, pone el foco en las plataformas de reservas que «no ayudan para nada a diferenciarlos, ya que todos los alojamientos se pueden marcar como accesibles sin previamente revisar si eso es así o no».

“Falsos hoteles adaptados, plataformas que los apoyan y los grandes problemas que esto conlleva”

Ante esta situación, Luppi expone la siguiente reflexión: «¿De qué sirve que tenga ascensor si luego no me puedo mover bien por la habitación o no puedo salir a la terraza porque tiene un escalón?».

Luippi asegura que aunque llames antes al hotel para conocer las condiciones de accesibilidad, «casi siempre nos encontramos con sorpresitas». Por ejemplo, afirma que en ocasiones no ha podido ir al baño porque no cabe por la puerta con su silla de ruedas.

Finalmente, lamenta que «pasamos de vivir a sobrevivir», y concluye que «ojalá algún día no nos sea tan complicado reservar hotel. Si pone que está adaptado, que sea de verdad y en todas las áreas».



¹ https://www.tododisca.com/luippi-explica-problemas-reservar-habitaciones-accesibles-hoteles/?fbclid=IwY2xjawNPBDtleHRuA2FibQlxMABicmlkET-FxWHo1Z3I0SnloemJqVDhRAR5GCatYOEhdzdkBRFNwwo3jkw0UaKu4qEiNqomVUqJhJdZ2PyC9nx7oh4lsA_aem_dNootbN1iQHSjunUYL_NTA

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	Correo electrónico
SÍ <input type="checkbox"/>	NO <input type="checkbox"/>		
Tipo de socio		Fecha de alta	Fecha de baja
Numerario <input type="checkbox"/>	Colaborador <input type="checkbox"/>	Socio <input type="checkbox"/>	

www.somosasag.wixsite.com/asag

PROGRAMA DE ACTIVIDADES 2025

Programa de ocio

Desde ASAG organizamos, por segundo año, nuestro programa de Ocio Juvenil dirigido a jóvenes de la asociación de entre dieciséis y dieciocho años.

Con una duración de diez semanas, repartidas en un domingo cada quince días, los participantes llevarán a cabo actividades que voten entre todos ellos, incluyéndose actividades deportivas, visita al Centro Botín, cine o, una gymkana, entre otras.

Con este programa buscamos que los participantes se desarrollen personalmente, tengan una participación activa en actividades de ocio, afiancen la confianza en sí mismos e interactúen entre los miembros del grupo, así como que desarrollen capacidades de cooperación, habilidades sociales y autonomía.



Actividades propias

El 3 de mayo de 2025, celebramos nuestras asambleas general ordinaria y la asamblea general extraordinaria, a las que estaban invitados socios y simpatizantes. Este año procedimos a elegir nueva junta directiva e hicimos una modificación en nuestro estatuto, todo ello aprobado por unanimidad de los presentes.

Otra de las votaciones que se llevó a cabo fue la del aumento de dos horas y media en la apertura del local, que ahora será de siete horas y media semanales.



Formación

Taller de disfagia. En el mes de julio organizamos un taller de disfagia en Boo de Guarnizo con la colaboración del Centro Cívico de Boo y del Ayuntamiento de Astillero.

Impartido por Valeria Rodríguez (nutricionista) en la parte teórica y por Almudena Ordóñez (técnica de cocina) en la parte práctica.

Aprendimos: cómo sospechar de una posible disfagia, a qué especialistas debemos acudir, cuáles son las diferentes texturas para sólidos y líquidos, qué nutrientes no deben faltar nunca en las comidas y sus medidas, cómo presentar un plato de comida o cómo convertir alimentos prohibidos en alimentos adaptados a las necesidades de cada persona.



Curso “Mi Salud@SCS”. Durante el mes de abril desde ASAG organizamos, en El Almacén de las Artes, la formación sobre “Mi Salud@SCS”, en el que, los alumnos, aprendieron a manejar el certificado digital, la cl@ve y la app de SCS. La formación tuvo una duración total de diez horas repartidas en cuatro jornadas.

Trabajo en red

Presentación del libro “El dolor de la violencia”. El 2 de mayo estuvimos acompañando a la Asociación Tolerancia 0 al Bullying Cantabria en la presentación del libro “El dolor de la violencia”, escrito por Lourdes Verdeja, en una jornada marcada por frases como “la indiferencia es el mayor aliado de la violencia” o “romper el silencio enciende el cambio”.



“Accesibles” de COCEMFE Cantabria. Estuvimos acompañando a COCEMFE Cantabria con su programa “Accesibles”, para reunirnos con representantes municipales del Ayuntamiento de Puentes Viegos (6 de mayo) y del Ayuntamiento de Astillero (22 de agosto) para presentar el proyecto con propuestas para mejorar la accesibilidad de dichos municipios en un ambiente constructivo y colaborativo.



Jornada “Hacia una vivienda sin barreras”. El 29 de abril, COCEMFE Cantabria, a través de su Observatorio de la Accesibilidad, nos invitó a participar en su ponencia como parte de la jornada que organizaron sobre la vivienda “Hacia una vivienda sin barreras”. Nuestra presidenta y nuestra secretaria, estuvieron presentes en dos de las mesas hablando de su experiencia personal en el ámbito de la vivienda y de su trabajo como voluntarias en el Observatorio de la Accesibilidad de COCEMFE Cantabria.



“Accesibles”, playas inclusivas, de COCEMFE Cantabria. Participamos en los vídeos de la campaña que COCEMFE Cantabria, a través de su Observatorio de Accesibilidad, ha realizado sobre diferentes playas accesibles de la región. ASAG estuvo en las playas de El Sable y La Arena, las dos en Isla, mostrando todos los servicios accesibles que tienen para personas con discapacidad.



Ruta solidaria Guarnizo-Sarón a favor del ELA. El 19 de julio acompañamos en la ruta solidaria, a favor del ELA, a nuestros compañeros de camino de CanELA, organizada por el Ayuntamiento de Santa María de Cayón, con la colaboración de la Asociación CanELA, los Arrastrasillas y el Club de Senderismo Cayón.



Encuentro ciudadano, salud y fisioterapia. Santander 2025. El Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Cantabria nos invitó el 27 de septiembre a participar en, un encuentro ciudadano sobre salud y fisioterapia, con una mesa informativa y a jugar con nuestro trivial sobre discapacidad.



Festival Náutico Inclusivo celebrado en Astillero. El 5 de julio se llevó a cabo el Tercer Festival Náutico Inclusivo de Astillero y ASAG estuvo presente con una mesa informativa a lo largo de toda la jornada. El evento, organizado por Cantabria Multisport, la Asociación Living Cantabria y con la colaboración del Ayuntamiento de Astillero, incluyó una competición internacional de paracanoa.

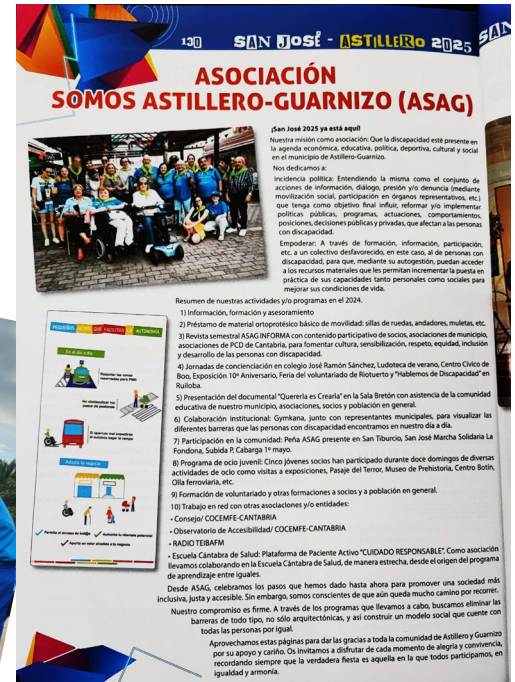


Día Mundial Contra el Dolor. El 17 de octubre colaboramos con la Escuela Cántabra de Salud y el SCS en una mesa instalada en el Centro de Salud de Astillero, para informar y llevar a cabo una encuesta del “Semáforo del dolor” entre la población del municipio.



Participación en la comunidad

Fiestas de San José 2025. El 16 de marzo, otro año más, estuvimos presentes en el concurso de peñas de olla ferroviaria en las fiestas de San José de Astillero. Además participamos en la revista que el Ayuntamiento de Astillero edita con motivo de dichas fiestas.



Colaboración Institucional

Feria de Oportunidades Culturales, Deportivas y Sociales. El 30 de agosto, el Ayuntamiento de Astillero organizó la I Feria de Oportunidades Culturales, Deportivas y Sociales. A lo largo de la mañana hubo varias actividades realizadas por diferentes asociaciones.



Feria del Voluntariado de Riotuerto. El 25 de octubre ASAG estuvo en la II Feria del Voluntariado de Riotuerto, informando y visibilizando la discapacidad a través de nuestro trivial "¿Qué sabes sobre la discapacidad?", dando a conocer nuestra asociación y nuestro trabajo.



Participación en la comunidad

Fiestas de San Tiburcio. El fin de semana del 5 al 7 de septiembre se celebró en Astillero las Fiestas de San Tiburcio y, como cada año, desde ASAG estuvimos participando en las actividades organizadas para las peñas.



Nos divertimos jugando a los bolos el viernes 5 de septiembre, donde lo importante es participar y relacionarse con el resto de los participantes. Además, el domingo 7 de septiembre estuvimos en el concurso de olla ferroviaria.



Lary, el tesón de una sirena

La accesibilidad es el mecanismo que nos permite transformar una barrera en una excavadora para derribarla.

Los muchos años de lectura me han enseñado que los libros vienen a nosotros cuando ellos quieren que les leamos. De nada sirve que nos adentremos en una librería o una biblioteca buscándolos porque si ellos no quieren nunca les encontraremos. Dicho de otro modo, cuando nos empeñamos en leer alguno a destiempo lo más normal es que pase por nosotros como agua en una cesta o que terminemos cansados de pasar páginas sin que nos diga nada y acabemos dejándolo.

El día que me topé con “Lary, el tesón de una sirena”, escrito por una autora que no conocía, Lary León Molina, tuve la intuición que me miraba desde sus grandes ojos tan abiertos y que estaba deseando descubrirme un secreto, guardado para pocos, que debería poner en funcionamiento de inmediato.

Un problema no es un argumento para justificar que no hagamos algo. Es un reto para ponernos en marcha y no parar hasta conseguir superarlo.

“Lary, el tesón de una sirena”, podríamos decir que es un “libro testimonio” en el caso de que solo fuera eso, si el objetivo a la hora de escribirlo no estuviese puesto mucho más lejos. La autora se presenta a sí misma como afectada por una disfunción congénita determinante, pero su enfoque es el de alguien que es consciente de sus limitaciones y que, desde el primer momento, desarrolla una fuerza de voluntad extrema para superar adversidades y enfrentarse a ellas con una actitud de resistencia insobornable y de progreso permanente.

El título despierta la idea de perseverancia, utilizando la metáfora de la sirena como ese ser mitológico con capacidades diferentes de las humanas que utiliza con dignidad, sin avergonzarse de ellas, por constituir una parte de su naturaleza.

El planteamiento parte de la biografía de la autora, lo que hace que el lector se identifique emocionalmente viviendo el relato casi como una experiencia propia.

A medida que va avanzando la narración Lary León va intercalando reflexiones existenciales acerca de lo que entiende la sociedad, como normal y lo que entiende como diferente, sobre el lastre de los atavismos heredados que entorpecen una actitud más constructiva en la aceptación de la diversidad funcional de todos los miembros que integran la sociedad. La autora expone sus propias diferencias como algo real a partir de lo que puede trabajarse para ganar grados de autonomía personal y ponerlos en provecho propio y de todos.

“Nació con una pierna y sin brazos, pero fue motivo para superar obstáculos y no abandonar hasta conseguirlos”



La obra está redactada en primera persona, con un lenguaje de fácil lectura, salpimentado con frases luminosas de tono coloquial, lleno de expresiones ingeniosas y toques de humor inteligente que maneja para reducir la tensión de algunos episodios difíciles.

No se ajusta con rigor a los cánones de la novela en el sentido más tradicional del término, pero, aunque sus frecuentes reflexiones y comentarios críticos pudieran hacernos pensar que trata un aspecto especialmente arduo de la discapacidad, la obra va dirigida a todos los públicos, incluso a lectores de corta edad, que pueden comprender el mensaje perfectamente con la orientación de sus profesores o sus familiares cercanos.

Lary León Molina, estudió en la universidad Nebrija de Madrid; en 1995 se licenció en Ciencias de la Comunicación y Periodismo; trabajó en la Cadena Cope; en la Cadena Ser de Benidorm, y pronto empezó a colaborar en la televisión comarcal Canal 55. En 1998 se incorporó en Madrid en Antena 3 y realizó trabajos de doblaje en documentales y dibujos animados. Desde el año 2007 forma parte de la Fundación Antena 3 y es la directora del canal de televisión Fan 3 diseñado, especialmente, para niños hospitalizados.



Lary León nació con una sola pierna y sin brazos, pero esa diferencia fue, desde el primer momento, un motivo para superar obstáculos y plantearse objetivos que no abandona hasta conseguirlos y afrontar otros nuevos.

Creo que sus propias palabras expresan perfectamente su amor a la vida y su afán para disfrutar de ella: “Antes de conocer el significado de la palabra encarnación, yo sabía que había sido una sirena. Crecí con esa fantasía que yo misma ideé, quizá por darle una explicación a la forma de mi cuerpo, porque desde que me bañé por primera vez en el mar con tan solo seis meses, vi que el agua era el origen de mi existencia. Era mi secreto y cuando me zambullía bajo las olas me veía a mí misma como una plácida sirena. Me sentía feliz”.

En Lary, el tesón de una sirena la autora convierte su experiencia personal en un desafío ilusionante, una exhibición de fortaleza ante las adversidades y un canto de reconocimiento y gratitud por la vida, afanándose por la conquista de nuevos retos para ella y para todos los que, como ella, puedan enriquecerse con su experiencia.

La obra es una invitación a mirar la vida con valentía, transformando la diversidad funcional en un motor de crecimiento del que pueden beneficiarse otros.

“Lary, el tesón de una sirena” nos muestra la infinidad de caras que puede adoptar la accesibilidad dependiendo de las capacidades de cada una de las personas y conforme a sus circunstancias individuales. Nadie es absolutamente autosuficiente para todo y nadie es tan dependiente que no pueda aportar algo a los demás y ser reconocido por ello. Todos tenemos herramientas para transformar una barrera de apariencia insuperable en una excavadora para derribarla y seguir hasta la siguiente meta volante.

Datos bibliográficos:

- Autora: Lary León
- Editorial: Plataforma Testimonio
- Año de edición: 2012
- ISBN: 978 - 84 - 15115 - 94 - 6

Eutiquio Cabrerizo Cabrerizo

VOCABULARIO DE ACCESIBILIDAD

DISEÑO UNIVERSAL

La Convención entiende “el diseño de productos, entornos, programas y servicios que puedan utilizar todas las personas, en la mayor medida posible, sin necesidad de adaptación ni diseño especializado” (artículo 2). Ahora bien, la comprensión extensa de la accesibilidad exige ampliar también el significado del diseño universal, subrayando la condición de la universalidad. Así, el diseño universal no se proyecta solo sobre productos, entornos, programas y servicios, sino también sobre derechos. Los derechos deben poder ser ejercidos por todos y todas, siendo este un requisito de la accesibilidad. En este sentido, la accesibilidad universal se logra haciendo productos, entornos, programas, servicios y derechos utilizables y ejercibles por todos y todas.

MEDIDAS DE ACCESIBILIDAD

Son las que tienden a corregir situaciones en las que el diseño universal no se ha satisfecho de manera justificada, esto es, porque no era posible. La medida de accesibilidad está dirigida a convertir el producto, entorno, programa, servicio y/o derechos en utilizable o ejercible.

AJUSTES RAZONABLES

Son las modificaciones y adaptaciones necesarias y adecuadas del ambiente físico, social y actitudinal a las necesidades específicas de las personas con discapacidad que no impongan una carga desproporcionada o indebida, cuando se requieran en un caso particular de manera eficaz y práctica, para facilitar la accesibilidad y la participación y para garantizar a las personas con discapacidad el goce o ejercicio, en igualdad de condiciones con las demás, de todos los derechos.

ACCIÓN POSITIVA

Conjunto de medidas que tienen el objetivo de evitar o compensar las desventajas de las personas con discapacidad para que disfruten de sus derechos y participen en la sociedad.

AUDIO DESCRIPCIÓN

Es un sistema que complementa el contenido visual de materiales audiovisuales con descripciones sonoras complementarias, buscando proporcionar información sobre situación espacial, gestos, actitudes, paisajes, vestuario, entre otros.

SISTEMAS AUMENTATIVOS Y ALTERNATIVOS DE COMUNICACIÓN

Son estrategias y herramientas que no dependen del lenguaje hablado y que buscan aumentar (aumentativos) o compensar (alternativos) las dificultades de comunicación de personas con discapacidad. Estos sistemas permiten expresar pensamientos, necesidades y deseos a través de diversos medios como gestos, símbolos, dibujos (pictogramas), escritura o recursos tecnológicos y son cruciales para mejorar la interacción social, la autonomía y el bienestar de las personas que los utilizan.

LENGUA DE SIGNOS

Es la lengua que utilizan las personas con discapacidad auditiva y algunas personas sordociegas. Está basada en signos y gestos.

LECTURA FÁCIL

Es el sistema de redacción de textos, diseño y maquetación que hace accesible la información a las personas con dificultades de comprensión lectora.

AUXILIARES DE MOVILIDAD

Persona, instrumento o animal con entrenamiento adecuado que permite o facilita el desplazamiento de las personas con discapacidad.

MEDIADOR COMUNICATIVO

Es un profesional que apoya a personas con dificultades en la comunicación, el lenguaje y el habla para facilitar su interacción con el entorno, fomentando su autonomía y participación social. Utiliza diversas estrategias y herramientas, como la lengua de signos, sistemas alternativos y aumentativos, para derribar barreras y asegurar la comprensión. A diferencia de un intérprete, el mediador adaptará la comunicación y podrá ofrecer apoyo y consejo, no solo traducción.

Diseño Universal

	Principio 1 Uso equitativo	El diseño es útil y vendible a personas con diversas capacidades
	Principio 2 Uso flexible	El diseño se acomoda a un amplio rango de preferencias y habilidades individuales
	Principio 3 Uso simple e intuitivo	El uso del diseño es fácil de entender, sin importar la experiencia, conocimientos, habilidades del lenguaje o nivel de concentración del usuario
	Principio 4 Información perceptible	El diseño transmite la información necesaria de forma efectiva al usuario, sin importar las condiciones del ambiente o las capacidades sensoriales del usuario
	Principio 5 Tolerancia al error	El diseño minimiza riesgos y consecuencias adversas de acciones involuntarias o accidentales
	Principio 6 Mínimo esfuerzo físico	El diseño puede ser usado cómoda y eficientemente minimizando la fatiga
	Principio 7 Adecuado tamaño de aproximación y uso	Proporciona un tamaño y espacio adecuado para el acercamiento, alcance, manipulación y uso, independientemente del tamaño corporal, postura o movilidad del usuario



ASAG

Patrocinan:



GOBIERNO
de
CANTABRIA

icass

Instituto Cántabro de Servicios Sociales



Ayuntamiento de Astillero

Con la colaboración de:



Fundación "la Caixa"



No me tires. Difúndeme