

ALMAN

Talleres

La Asociación de Lupus y Autoinmunes de Castilla-La Mancha (ALMAN) ha comenzado sus talleres de psicología, tanto grupales como individuales en las ciudades de Albacete y Ciudad Real. Estos cursos pretenden ayudar a afrontar la enfermedad del Lupus de la manera más positiva.

ÁLCÁZAR

Esclerosis múltiple

La Sociedad Española de Neurología (SEN) ha premiado durante su 73ª Reunión Anual al Servicio de Neurología de la Gerencia de Atención Integrada de Alcázar de San Juan por un estudio epidemiológico de la esclerosis múltiple.

CIUDAD REAL

Ayudas

El Gobierno de El Gobierno de Castilla-La Mancha ha puesto a disposición de los ayuntamientos de Ciudad Real casi 1,6 millones para la mejora de centros de mayores y discapacidad de titularidad municipal con la finalidad de la puesta en marcha o desarrollo de proyectos e inversiones.

ORETANIA CR

Jornadas

La Federación Provincial de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (ORETANIA CIUDAD REAL) llevó a cabo unas jornadas de sensibilización sobre la accesibilidad universal y la discapacidad. En ellas, se trabajó en una pieza artística con materiales reciclados transmitiendo las inquietudes sobre el tema abordado.

DEPORTES

Esquí inclusivo

La Fundación Jesús Serra y el Centro de Deportes de Invierno Adaptados relanzan la Copa de España inclusiva de esquí alpino. Este invierno, como novedad, la tercera edición de la copa contará con tres pruebas que se celebrarán entre enero y marzo en Baqueira Beret, Formigal y Sierra Nevada.

La I edición del taller de radio de CLM Activa llega a su fin

Esta acción formativa comenzó el 15 de octubre y se ha llevado a cabo en la casa de la ciudad de la capital ciudadrealeña



La 1ª edición del taller de radio de CLM Activa ha llegado a su fin tras tres meses emocionantes de aprendizaje. Uno de los alumnos, Ismael Huertas amenizó este acto de clausura con su violín.

El curso que se ha podido llevar a cabo gracias a la colaboración con la Universidad Popular de Ciudad Real en la Casa de la Ciudad de la capital, ha contado con un total de 9 alumnos y alumnas que han podido participar y conocer

de primera mano todo lo que rodea al apasionante mundo de la radio.

Han aprendido desde cómo utilizar una mesa de mezclas, a locutar diferentes espacios radiofónicos como pueden ser los informativos o programas especializados, pasando por musicales, deportivos o cuñas publicitarias.

Además han trabajado con la última tecnología en equipos y programas de emisión y montaje. El pasado viernes 28 de enero, los alumnos y alumnas se da-

ban cita en la Casa de la Ciudad, para llevar a cabo su último programa que será emitido en directo el próximo día 1 de febrero en las sintonías de CLM Activa Radio.

Las mujeres han sido principalmente las participantes de esta formación. Algunas de ellas, tras esta experiencia, van a realizar colaboraciones en CLM Activa Radio, por lo que en las próximas semanas habrá novedades en la programación de esta emisora.



Fundación "la Caixa"

ENTREVISTA

Paola Carta, voluntaria de Oretania Ciudad Real procedente del programa "Cuerpo Europeo de Solidaridad".

"Hay que cambiar la percepción de la discapacidad, a veces hay barreras por culpa de la falta de conocimiento"

ENTREVISTA

Rocío Ortega López, técnico superiora en integración social y autora de libros inclusivos

"Las labor de las entidades sociales es imprescindible, son las que dan voz a los colectivos y los hacen visibles a la sociedad"

**Edición**

Castilla-La Mancha ACTIVA
(CLM ACTIVA)

Dirección y Redacción

Jesús Rodríguez Martínez

Colaboradores

Eloy Sánchez de la Nieta; José Luis Poyatos, Cirila del Campo y Miguel Ángel Martín-Serrano.

Depósito Legal

CR-150-2018

Redacción y Administración

Polígono Industrial Sepes.
Calle Harineros, parcela 76.
Daimiel. CP: 13250.

**Diseño, Maquetación,
Impresión y Publicidad**

Grupo Oretania
620 429 624
digitales@oretania.es

**Confederación Regional de
Asociaciones de Personas con
Discapacidad Física y/u Orgánicas
de Castilla-La Mancha.**

Polígono Industrial Sepes.
Calle Harineros, parcela 76.
CP: 13250 Daimiel- Ciudad Real

Teléfonos

926 855 450
926 854 847
926 854 928

Página web

<http://castillalamanchaactiva.es/>

Correo electrónico

gabineteprensa@oretaniaciudadreal.es
redaccion@clmactivaradio.es

Nota: La Redacción de 'CLM ACTIVA' no se hace responsable ni está de acuerdo necesariamente con las opiniones de sus colaboradores o con las respuestas que se dan en las entrevistas

Prohibida toda reproducción a efectos del Artículo 32, párrafo segundo, LPI.

○ **Nota editorial**

Problemas de audición

Estrenamos año, pero algunas cosas que quisiéramos haber olvidado continúan. España vuelve a batir récords de incidencia en contagios. La variante ómicron es la gran culpable de este incremento descontrolado de casos. Ante el alarmismo suscitado por este gran número de casos, el Gobierno español decidió hace unas semanas implantar de nuevo la mascarilla obligatoria en la vía pública. Y continua el debate: no sirve cualquier mascarilla.

Las mascarillas siguen siendo, por tanto, un mecanismo para frenar la expansión del coronavirus, pero lo cierto es que, cuando una persona tiene problemas de audición y necesita leer los labios para comunicarse, estos elementos se convierten también en una barrera infranqueable para la comunicación. Pocas personas son conscientes de esto.

El lenguaje de signos es una combinación de movimiento de manos y expresión. Esta última es como la entonación en los oyentes, les informa del estado de ánimo de los que les hablan. Sin ello la comunicación es inviable porque la mascarilla oculta esa expresión y se pierde información, además no todo el mundo sabe leer lengua de signos. Es por todo ello que desde ORETANIA seguimos pidiendo algo más de comprensión por parte de las autoridades en la gestión de esta crisis.

Supongo que disponer de la mas-

carilla completa, segura 100%100, no resulta fácil, modificar los estándares de fabricación en los que se indica de que materiales tienen que estar hechas, con que medidas, que ensayos hay que realizar para garantizar capacidad de filtración y respirabilidad y hasta como tienen que ir etiquetadas, no es tarea sencilla y lo puedo entender. La utilización de un material concreto que permita entrar y salir el aire y que, además, cumpla con el protocolo antibacterias deberá resultar el mayor de los impedimentos.

Desde el inicio de la pandemia se están haciendo intentos para darle solución a esto, primero llegaron las incómodas e inseguras pantallas de plástico, después las surrealistas mascarillas con imágenes, sonrisas o fotos. Después y con el tiempo han proliferado todo tipo de modelos de mascarillas transparentes, la mayoría sin homologar y con pocos visos de salir adelante. Por fin, en el BOE del 12 feb 2021 aparecían los requisitos que tienen que cumplir estas mascarillas: el primero, que tengan un espacio transparente que coincida con los labios de la persona que la lleva, el segundo que sea de visión nítida y, en tercer lugar, que filtren bien para evitar contagios. El gobierno dio unos meses para su fabricación y distribución, pero a día de hoy a más de uno nos da la impresión de seguir siendo objetos de culto que brillan por su ausencia.

Cada vez son mas las personas sordas que se manifiestan para pedir que no se obvian sus necesidades reales. Intentan aclarar a todos aquellos que lo queramos entender que la lectura labial no es una habilidad al alcance de todos, además de seguir muy preocupados por la seguridad sanitaria de estas mascarillas con homologación no demasiado clara.

Insisto, una de las cosas que he aprendido con esta pandemia es que el problema de comunicación de las personas sordas no lo solucionan unas mascarillas transparentes porque la lectura labial no es una habilidad al alcance de todos. Como suele ocurrir, el colectivo de personas sordas es heterogéneo, así como sus necesidades.

Pero tampoco podemos negar la accesibilidad y comunicación a una o varias personas porque las mascarillas transparentes no sirvan para todas las que tienen discapacidad auditiva, por eso es importante seguir insistiendo en conseguir las realmente homologadas. Todo ello sin olvidar que los problemas de las personas sordas durante esta crisis sanitaria no se limitan al uso de las mascarillas, el acceso a la información sigue sin disponer a menudo de transcripción ni de intérpretes en los foros que se necesitan. Digamos que el compromiso social aún no es completo. Una vez que se tome conciencia de esto bastará con la empatía, porque habremos conseguido el compromiso social de vivir en una sociedad igual para todos, de verdad.

www.castillalamancha.es



Castilla-La Mancha



**YA PUEDES
ESCUCHAR NUESTRA
RADIO EN:**

CLMACTIVARADIO.ES

¿A QUÉ ESPERAS?



¿Cuántas veces te has refugiado en el deporte para evitar pensar en temas que te hacen daño o para huir de algún problema en concreto? ¿Te ha ayudado alguna vez a relacionarte con otras personas, a sentirte mejor contigo mismo/a?

Muchos son los testimonios que he escuchado en estos días y con los que me siento identificada, en los que se afirma que el hecho de realizar ejercicio, hace sentir libres a las personas, vivas, con fuerza para afrontar cualquier cosa, da vitalidad y esperanza en momentos complicados y también ayuda a mantener una mejor actitud en general. Y como en la mayoría de las ocasiones, todo esto tiene una explicación.

Está demostrado que la salud mental está relacionada con la salud física, por eso a continuación, vamos a profundizar en las ventajas que tiene la actividad física en relación a la salud en general. Puesto que el sedentarismo y los malos hábitos alimentarios, entre otros factores de riesgo, repercuten de manera negativa en nuestro bienestar, es evidente que el promover la actividad física en la población general es algo necesario.

Diferentes estudios confirman, que el realizar ejercicio físico de manera diaria, genera beneficios a todas las personas, independientemente de su edad

Actividad física y salud

y condición, por lo que sería recomendable propiciar desde la infancia unos buenos hábitos saludables en relación al deporte. Aunque nunca es tarde para empezar a proponérselo...

A nivel físico, se ha demostrado que las personas que practican regularmente ejercicio (tanto hombres como mujeres) previenen de manera significativa enfermedades médicas, como por ejemplo las cardiovasculares, y que en general, su promedio de vida aumenta al igual que la calidad y bienestar de la misma.

Además, ayuda a reducir el efecto del impacto de factores de riesgo, como el tabaquismo, y funciona como factor protector ante posibles alteraciones de la salud como deterioro cognitivo, disfunciones sexuales... (especialmente en adultos mayores).

La mayoría de personas eligen realizar un deporte o cualquier otro tipo de actividad física con el fin de sentirse bien con uno/a mismo/a, reducir malestar y/o ansiedad, distraerse de algún problema, etc. Se sabe que el ejercicio reduce el impacto del estrés en las personas y mejora el estado de ánimo, produciendo un aumento del bienestar ge-



LETICIA RODRIGO
WWW.COMPARTEMENTE.COM

¿Tienes ya suficientes razones para empezar o continuar realizando ejercicio físico?

El movimiento es la medicina para el estado físico, emocional y mental de una persona (Carol Weich)

MUNDOABUELO
CALLE CARDENAL MONESCILLO, LOCAL 2, 13002, CIUDAD REAL

mundoabuelociudadreal@gmail.com
TLF: 926923485

neral en la persona que lo practica. Por supuesto, a nivel científico esto tiene sus causas:

Favorece aumento de los niveles de neurotransmisores cerebrales relacionados con la relajación (sedación) del organismo, como son la noradrenalina, dopamina y serotonina. Al estar presentes de forma incrementada estas sustancias en nuestro organismo es más fácil reducir ansiedad, puesto que nos sentimos más relajados.

El deporte sirve a su vez para darnos de sensación de control sobre nuestro propio cuerpo, puede servirnos como reforzador social cuando se realiza con grupos de iguales y es una forma lúdica de distracción. Como decía al principio, el realizar ejercicio físico de forma continuada ayuda a prevenir numerosas enfermedades y a reducir factores de riesgo asociado.

Además de todos los beneficios comentados en el párrafo anterior, el hacer deporte, está no solo recomendado para la población general, sino que incluso forma parte de programas de intervención a modo de tratamiento en al-

gunas enfermedades bastante comunes como son:

Tratamientos para la depresión, para la obesidad, para el consumo de algunas sustancias, y otras enfermedades médicas como la diabetes. Especialmente, en el caso de pacientes con depresión mayor, se ha demostrado que el ejercicio físico obtiene muy buenos resultados.

Hay que saber también, que en ocasiones el exceso de actividad física conlleva contraindicaciones y desventajas que hay que tener presentes. Estas incluyen, la adicción al ejercicio, las lesiones o el riesgo de fallos cardíacos, incluyendo la muerte súbita.

Para que el deporte forme parte de nuestro estilo de vida, es necesario instaurar un hábito. Una vez instaurado el hábito, el realizar ejercicio físico a diario, formará y se mantendrá a largo plazo en nuestra rutina.

Tener un buen círculo de apoyo social, ayuda a nivel motivacional a generar y mantener el hábito de la realización del ejercicio físico. Además, incrementa los beneficios del mismo, por las razones comentadas en párrafos anteriores.

**280 H+
80 PNL**

NIVEL 1

MOD. II

CURSO GRATUITO

**OPERACIONES BÁSICAS DE
REVESTIMIENTOS LIGEROS Y
TÉCNICOS EN CONSTRUCCIÓN**

CERTIFICADO DE PROFESIONALIDAD MOD. PRESENCIAL EN ALMAGRO (CIUDAD REAL)

**Acceso
sin estudios**

¿TE INTERESA? ¡¡IN-FÓRMATE!!

DURACIÓN 280 H + 80 HR PRÁCTICAS	CERTIFICADO DE PROFESIONALIDAD	MODALIDAD PRESENCIAL
PNL DESEMPLEADOS MÍN/30 H. ACTIVOS MÁX	CCP NIVEL 1	ACCESO PARA PERSONAS SIN ESTUDIOS
COMIENZO PREV. JULIO	FIN PREVISIBLE EN OCTUBRE	PRÁCTICAS TRAS FINALIZAR EL CURSO

+INFO 926 26 00 01

info@cruz99.com

**POL. INDUSTRIAL CERRILLO DEL VILLAR-
C/ MIGUEL SERVET, 2 - ALMAGRO**

CENTRO COLABORADOR

CURSO GRATUITO COFINANCIADO CON POSIBILIDAD DE BECAS Y/O AYUDAS

GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE TRABAJO Y ECONOMÍA SOCIAL

SEPE

Consejería de Economía Empresas y Empleo de la JCCM

Inscripciones empleoyformacion.jccmes o directamente llamando al 926 26 00 01

Servimedia / Madrid

Los trabajadores autónomos con discapacidad igual o superior al 33 por ciento pertenecientes al Régimen Especial de Autónomos de la Seguridad Social aumentaron un 4,1 por ciento en el año 2021, llegando a los 23.889 en total, según datos aportados por la Tesorería General de la Seguridad Social al Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (Cermi), que los solicitó en virtud de los mandatos de la Ley de Transparencia.

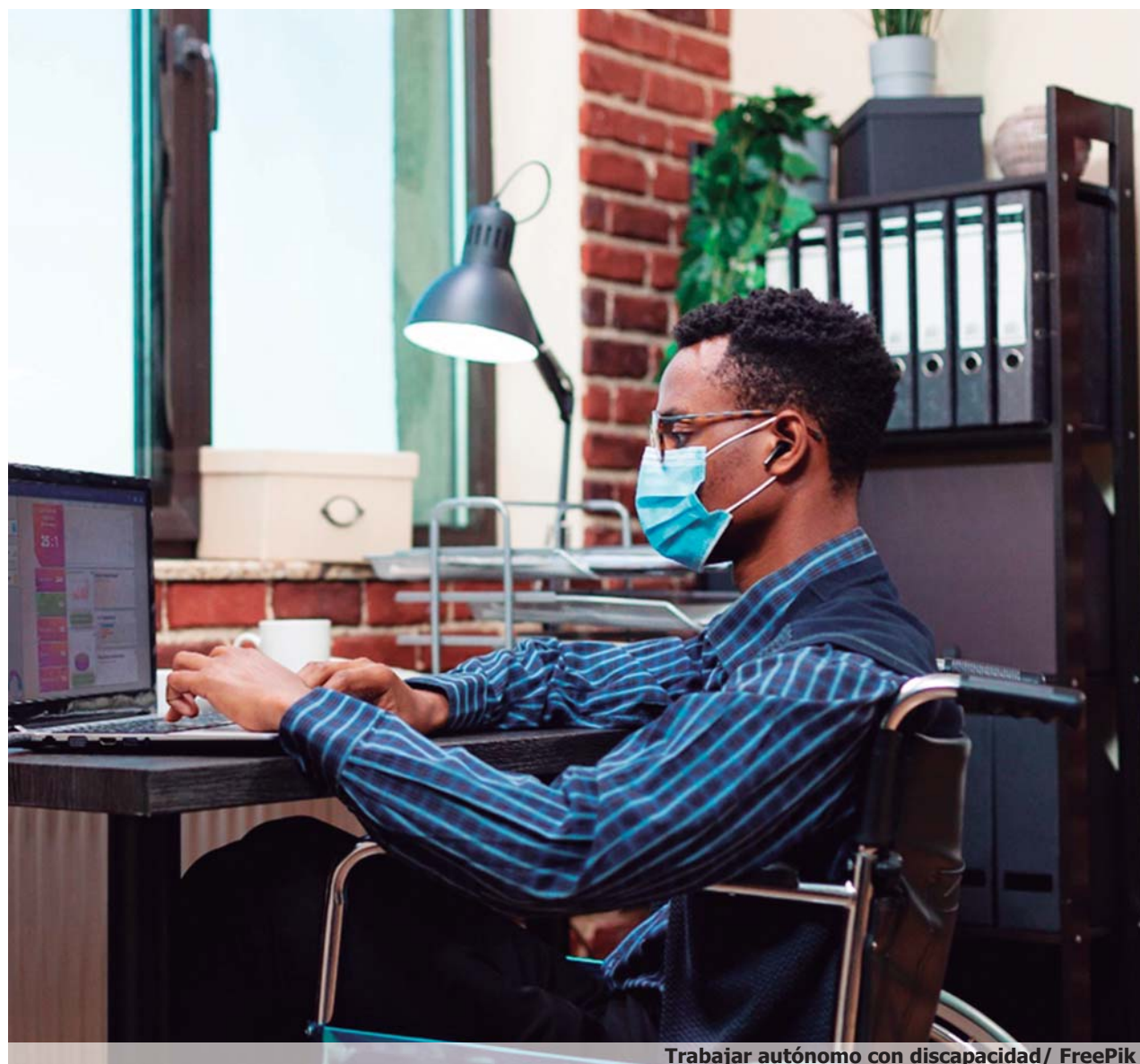
El incremento en 2021 fue de 958 trabajadores con discapacidad. Este aumento producido en el año 2021, contrasta de modo positivo con el producido en el año 2020, en el que el crecimiento fue de apenas 1 por ciento, en concreto, 237 trabajadores más.

De este total de 23.889 trabajadores autónomos con discapacidad alcanzado a fecha de 31 de diciembre de 2021, 8.691 eran mujeres (un 36,3 por ciento del total) y 15.198 eran varones (un 63,6 por ciento), por lo que la diferencia por sexo es muy acusada en detrimento de las mujeres con discapacidad.

A juicio del Cermi, ese alentador incremento de más 4 puntos experimentado en 2021, indica que aun a pesar del negativo impacto de la crisis económica, social y de empleo desatada por la pandemia del coronavirus, el emprendimiento es una vía de inclusión laboral atractiva para las personas con discapacidad.

En esta coyuntura más favorable, el Cermi reclama al Gobierno un "robustecimiento" de los incentivos y bonificaciones a los autónomos con discapacidad, haciéndolo más intenso para las mujeres, que amplíe este camino de acceso al empleo y permita crecimientos mucho más altos en los años próximos.

Aumenta un 4,1% el número de trabajadores autónomos con discapacidad en 2021



Trabajar autónomo con discapacidad / FreePik



CARPINTERO
Desde 1983



JUSTINO MATILLA RINCON
POL. LA PAJARILLA C/LABRADORES N°57
PIEDRABUENA (CIUDAD REAL) 676 31 48 61

**SERVICIO TÉCNICO
E INSTALACIONES
DE PLACAS SOLARES**

639 576 819



Info@electricidadhorta.es
ELECTRICIDADHORTA.ES

Solo el 17, 5% de las personas con discapacidad en edad de trabajar tiene estudios superiores

Servimedia/Madrid

Solo el 17,5% de las personas con discapacidad en edad activa cuenta con estudios superiores, frente al 37,4% del resto de la población, según los datos recogidos por Odismet, el Observatorio sobre Discapacidad y Mercado de Trabajo, de Fundación, provenientes de la actualización más reciente del empleo de las personas con discapacidad publicada por el INE el pasado mes de diciembre.

De acuerdo con la citada fuente, el 21,2% de las personas con discapacidad en edad laboral no supera los estudios primarios, mientras que son las mujeres las que elevan la media de la formación superior de las personas con discapacidad, con un 20,9% de licenciadas, 6,1 puntos más que en el caso de los hombres, algo que también ocurre entre la población sin discapacidad.

En función del tipo de discapacidad, la tasa de acceso a la educación superior es más alta en las personas con discapacidad física (21,8%), seguidas de las discapacidades visual y auditiva (20,3% y 18,2%, respectivamente).

Por otro lado, a medida que aumenta el grado de discapacidad se reduce la proporción de personas con estudios superiores. Por comunidad autónoma, las regiones del noreste como Aragón, La Rioja, Navarra y País Vasco alcanzan un porcentaje de personas con discapacidad con estudios superiores del 19,6%, mientras que Madrid llega al 20,8%, datos muy superiores al 16,9% de media. Las zonas con menor porcentaje de universitarios son centro y Canarias, con un 13,3% y un 13%, respectivamente.

El 4,5% de la población con discapacidad en edad activa, unas 83.000 personas, no cuentan con ninguna formación, según las últimas estadísticas disponibles. Los datos revelan que la tasa de analfabetismo entre las personas con discapacidad es once veces superior que entre personas sin discapacidad (que cuentan con un 0,4% de personas sin formación). Las características de cada tipología de discapacidad evidencian notables diferencias y, así, la tasa de analfabetismo entre personas con discapacidad intelectual se dispara hasta el 22,6%, cinco veces más que la media del colectivo.



Chico joven leyendo un libro braille/ FreePik

Por último, con respecto a la evolución, con datos sobre el conjunto de la población con discapacidad en edad activa, que se recogen en 'El empleo de las personas con discapacidad' del INE, entre 2008 y 2020 se aprecia una mejora progresiva del nivel educativo de la población, aunque la brecha con la población sin discapacidad no se reduce significativamente,

JÓVENES CON DISCAPACIDAD

El 37,7% de los jóvenes con discapacidad se encuentran en situación de riesgo de pobreza o exclusión social en España, según los datos recogidos por Odismet. Esta misma fuente refleja que en España se registran 107.600 jóvenes con discapacidad, el 5,6% del colectivo, con una tasa de prevalencia del 2,5% en el caso de los jóvenes de 16 a 24 años y, entre ellos, el 68,7% son hombres.

Los datos de la actualización más reciente del empleo de las personas con discapacidad publicada por el INE entre las personas con discapacidad de entre 16 y 24 años revelan que

curso estudios un 56% frente al 71,5% del resto de la población.

El nivel formativo de los jóvenes con discapacidad es inferior comparado con las personas de 16 a 24 años sin discapacidad. Mientras que, entre estos últimos, apenas se registra analfabetismo, en el colectivo representan más del 10,7%. Lo mismo ocurre en el extremo opuesto, dado que un 3,4% de jóvenes con discapacidad tienen estudios superiores, mientras que en sus homólogos sin discapacidad el porcentaje es del 13,8% y el 32,5% de los jóvenes con discapacidad no supera los estudios primarios.

ODISMET

Odismet, el Observatorio sobre Discapacidad y Mercado de Trabajo, de Fundación ONCE (<http://www.odismet.es/>), se conforma como referente para la difusión de información sobre personas con discapacidad y su relación con el empleo. Se nutre de las más prestigiosas fuentes de análisis y aporta fiabilidad y actualización constante de la información.

Opera sobre casi cien indicadores que permiten el desarrollo de consultas a medida adaptadas a las necesidades de los usuarios. Clasifica y segmenta la información procurando una óptima gestión del conocimiento y desarrolla análisis evolutivos que facilitan la comprensión y el comportamiento de los indicadores analizados.

Asimismo, Odismet genera comparativas que permiten identificar y evidenciar situaciones desventajosas o discriminatorias y garantiza la accesibilidad a la información a través de descargas en distintos formatos, haciendo uso de distintas herramientas y ofreciendo flexibilidad y ajuste para todos los públicos interesados, porque generar el mayor impacto posible es un objetivo prioritario del observatorio.

Odismet se enmarca en los programas operativos de Inclusión Social y de la Economía Social (Poises) y de Empleo Juvenil (POEJ), que está desarrollando Fundación ONCE a través de Inserta, con la cofinanciación del Fondo Social Europeo y la Iniciativa de Empleo Juvenil, para incrementar la formación y el empleo de las personas con discapacidad.

CaixaBank publica su programa de ayudas sociales de 2022 destinado a personas con discapacidad

Tododisca/Madrid

Es uno de los seis ámbitos en los que la entidad financiera destina esta iniciativa, cuyas fechas de solicitud dependen de las regiones.

CaixaBank publica sus convocatorias sociales por territorio para el año 2022, donde se incluyen a las personas que cuentan con algún tipo de discapacidad.

La intención de la entidad financiera apela al sentimiento de «hacerlo juntos para hacerlo realidad», con un eslogan que busca unir a las personas y apoyarlas en su proyección.

La Caixa, que es una fundación bancaria, propietaria de CaixaBank y sus filiales, explica cómo a través de este programa de ayudas a proyectos de iniciativas sociales, la colaboración es total.

Presentación por comunidades

Todo gira en torno a la inclusión social, la promoción de la de la igualdad de oportunidades y la mejora de la calidad de vida de estas personas.

Explica La Caixa que este lanzamiento de ayudas complementa otras líneas de actuación desarrolladas en su plan estratégico «y va en línea con los objetivos de desarrollo sostenible contemplados en la agenda de Naciones Unidas».

El programa de ayudas a proyectos de iniciativas sociales de la Fundación La Caixa organiza esta convocatoria por comunidades autónomas y ciudades, por lo que se pueden presentar proyectos de diferentes ámbitos de actuación en una misma convocatoria.

La Caixa fija que los proyectos de acción social en el ámbito rural y cooperación internacional, y se mantienen las convocatorias de alcance estatal.

Igualmente, la mencionada fundación bancaria, propietaria de CaixaBank y sus

filiales subraya que se podrán presentar entidades y delegaciones con convenio vigente en el año 2021.

Ámbitos y apertura de convocatorias

Entre los ámbitos de actuación, se incluyen seis para esta nueva convocatoria de ayudas sociales.

Por un lado, las personas mayores y otros retos derivados del envejecimiento. En segundo lugar, las personas con discapacidad o algún tipo de trastorno mental.

Prosigue la idea de humanizar la salud desde esta entidad financiera, que tiene como cuarto ámbito la lucha contra la pobreza y la exclusión social. Otro de los focos de actuación será la inserción sociolaboral de las personas, y la sexta y última, la interculturalidad y la acción social.

En cuanto al calendario, las comunidades difieren en el orden de la apertura de las convocatorias. En orden alfabético y siempre en 2022, Andalucía abrirá la suya el 31 de mayo.

Aragón hará lo propio el 1 de marzo, y Canarias el 3 de mayo. Se podrán enviar solicitudes en Cantabria a partir del 1 de marzo, en Castilla-La Mancha y Castilla y León, el 6 de septiembre.

Habrà que esperar hasta el 4 de octubre para apuntarse en Cataluña. La Comunidad de Madrid arrancará el 1 de febrero, y la Comunidad Foral de Navarra, el 6 de septiembre.

Toda la Comunidad Valenciana lo hará el 29 de marzo, y Extremadura, el 3 de mayo. Galicia el 1 de marzo, igual que Ceuta y Melilla; y las Islas Baleares, el 6 de septiembre.

La Rioja el 3 de mayo, el País Vasco el 1 de marzo y el Principado de Asturias, el 29 de marzo, misma fecha que Murcia.



La sede de CaixaBank en Barcelona



Toda la información sobre discapacidad en:

www.oretaniaciudadreal.es



Laberintos y ratones, una lectura obligatoria y necesaria para la sociedad

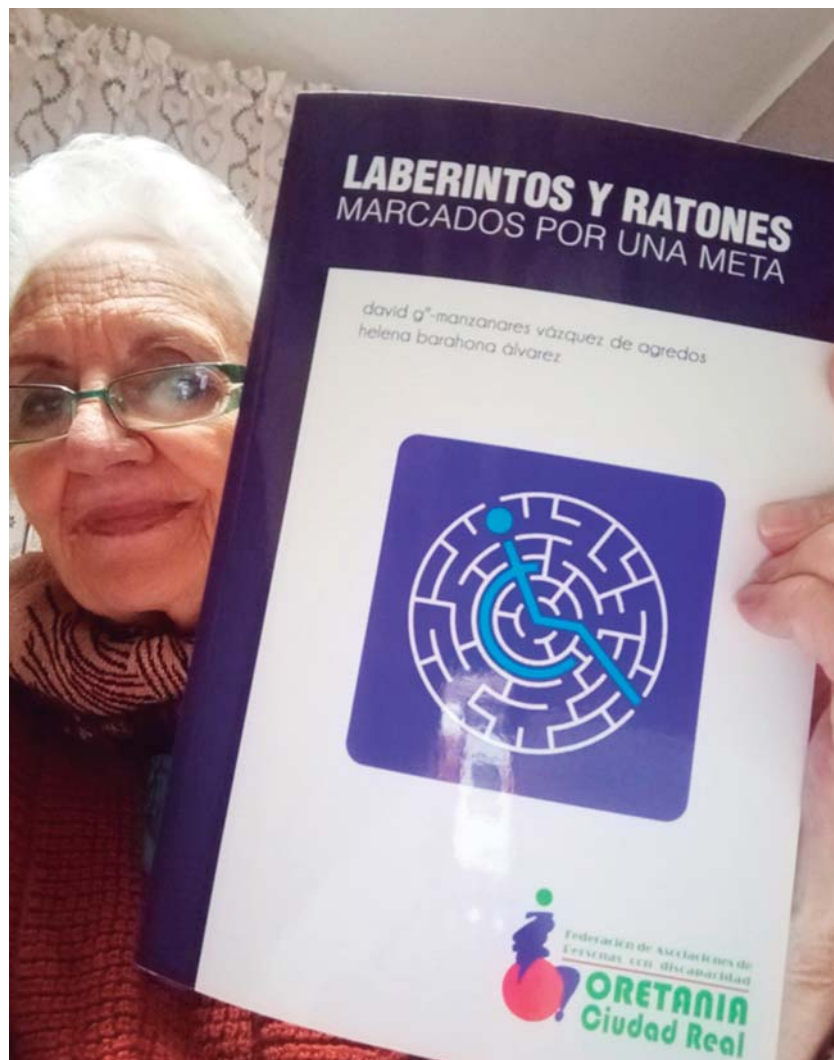
La vicepresidenta de Oretania Ciudad Real ha querido expresar su opinión acerca del libro escrito por David G^a Manzanares y Helena Barahona y editado por Oretania CR.

Irenea del Olmo Agudo / Ciudad Real

Una vez más, y aunque ya fuese presentado en sociedad el pasado 16 de diciembre, me complace una vez más recordarles, la importancia del estudio, sí el estudio de un magnífico libro, que habla de una problemática real, pero también olvidada. Estoy hablando de Laberintos y Ratones marcados por una meta, una obra de David García Manzanares y Helena Barahona Álvarez.

Cuando leí el título al principio me chocó, pero de inmediato me di cuenta que era el más apropiado al tema que se trataba, y ni mucho menos lejos de una realidad que los que de verdad, nos sentimos atrapados en esos laberintos, sufrimos con obstáculos y barreras en nuestro día a día (aceras estrechas, toldos de escaparates muy bajos, pasos de cebra sin rebajes a pie de calle, edificios públicos con escaleras, bicicletas en aceras, conductores que dejan los coches en paso de peatones...). Si escribo esto, es porque yo misma y muchas personas con diferentes discapacidades, nos vemos atrapadas en ese laberinto de irregularidades cada vez que salimos a la calle,

Este libro es una joya en el que se habla de lo que no se debe hacer, y de lo que sí.



Este libro es una joya en el que se habla de lo que no se debe hacer, y de lo que sí

El escritor es arquitecto, él bien sabe que cuando se tiene que diseñar por ejemplo una acera, es necesaria que la haga accesible, para que quien las use, ya sea una persona en silla de ruedas, con muletas, invidente, o que vaya caminando, pueda hacer uso de ella con normalidad y bajarse de ella.

Todo esto lo comento por experiencia propia, lo que comento lo puedo demostrar. Los arquitectos deberían darles un cursillo a los que diseñan verdaderamente estas infraestructuras.

Gracias a dios, desde hace ya mucho tiempo, hay personas que se preocupan por nosotros. Las cosas han cambiado mucho, tengo que decir, en honor a la verdad, que somos escuchados, y atendidos por los representantes de los ayuntamientos. Aunque no podemos relajarnos, aún hay mucho por hacer, no debemos bajar la guardia, la enfermedad no para, y debemos intentar salir de ese "laberinto", abriendo esas puertas para que podamos escapar los ratones que por uno u otro motivo, estamos atrapados.

**¿TIENES AYUDAS
TÉCNICAS EN CASA
QUE YA NO
UTILIZAS?**

RECICLA, REGALA, RE-SUMA



**DONA AYUDAS TÉCNICAS,
DONA ILUSIÓN.**

Si tienes ayudas técnicas y no las utilizas, puedes donarlas a Oretania CR, otra persona puede necesitarlas.

Mañana podrías necesitarlas tú.

¿NOS AYUDAS?



926 85 49 28

administración@oretaniaciudadreal.es

**RECICLA
REGALA
RE-SUMA**

Recicla tu mirada: La campaña de Oretania Ciudad Real en busca de la sensibilización de la accesibilidad universal y la discapacidad

CLM Activa / CIUDAD REAL

Desde hace 30 años Oretania lucha día a día por la inclusión de las personas con discapacidad y por la sensibilización a la comunidad sobre las necesidades del colectivo. Entre otras áreas, trabaja en el área de comunicación y sensibilización, en el cual desarrolla campañas de concienciación para promover la empatía y la comprensión de la necesidad de construir una comunidad accesible e inclusiva.

En esta ocasión, la entidad provincial ha llevado a cabo unas jornadas de sensibilización sobre la accesibilidad universal y la discapacidad, visionado de videos que tratan sobre la discapacidad, juegos para ponernos en el lugar del otro, compartir ideas en grupos heterogéneos. Además, de manera transversal se ha trabajado en una pieza artística con materiales reciclados transmitiendo las inquietudes sobre el tema abordado. Las obras quedaran como exposición para que las personas que la visiten reflexionen sobre la discapacidad.

El objetivo principal de este proyecto, financiado por el Patronato Municipal de Personas con Discapacidad de Ciudad Real, ha sido el de crear conciencia sobre la situación de las personas con discapacidad y sus necesidades a través de la difusión de publicaciones analógicas y digitales de la actualidad y las necesidades del colectivo y del mundo asociativo que apoya la inclusión en Ciudad Real.

Con respecto a los objetivos específicos del proyecto, han sido tales como visibilizar los temas que repercuten a las personas con discapacidad, siendo escaparate para que el propio colectivo los conozca y avive la conciencia de comunidad en general; analizar las necesidades del colectivo y exponerlas públicamente en colaboración con la red de asociaciones de Ciudad Real; así como concienciar a la ciudadanía en general de que la participación social de las personas con discapacidad beneficia a todos enriqueciendo nuestra sociedad y actualizar las visiones sobre la discapacidad modificando actitudes negativas, de carácter

peyorativo y prejuicios que impiden la inclusión.

Las actividades culturales y de sensibilización juegan un papel fundamental en el desarrollo de la vida de cualquier persona independientemente de la procedencia, cultura, sexo, edad o discapacidad. Por ello, gracias al desarrollo de la actividad, se ha promovido la participación de grupos heterogéneos, de personas con y sin discapacidad en actividades de sensibilización y ha concienciado sobre la necesidad de cambiar nuestra mirada hacia el otro, fomentando que hayan adquirido habilidades sociales para conocer a las personas sin prejuicios.

También ha avivado la motivación a los participantes a encontrar posibilidades de expresión mediante el acontecer cultural y artístico, adquiriendo a su vez habilidades artísticas que les han permitido encontrar un medio apropiado para el desarrollo de su sensibilidad y capacidad intelectual. Además, se ha despertado el interés, ingenio, habilidad y laboriosidad por el trabajo creativo y el trabajo en equipo.

En resumen, con las jornadas "Recicla tu mirada" se ha cuestionado la libertad individual en base de la investigación artística, como personas creadoras de un mundo que se deja regir por quienes están en condiciones de imponer su poder social afianzado en; la violencia del dinero, de las armas, de las fronteras, de los muros, donde limitan y niegan nuestros derechos, donde la felicidad está en venta, donde se fomenta el odio hacia los extraños, en donde la gente no reconoce la vida propia en el cuerpo del otro, donde se acostumbra al desconocimiento, al maltrato, la violación, al robo y la muerte. Por consiguiente, el proyecto ha buscado las respuestas con alternativas multidisciplinares en la vida más cercana, humana, de este modo recordará los derechos universales, para que permanezcan las caricias, el afecto, las miradas, los sueños, los recuerdos y los deseos, por esas razones la propuesta construye el significado de la accesibilidad universal mediante la interacción de propuestas recicladas.



CLM Activa / CIUDAD REAL

Del 10 al 12 de enero, Oretania CR acogió en Ciudad Real a los socios del proyecto STS, procedentes de las asociaciones SDSC-Sport Diagnostic Center Sabac- de Serbia, y de SHS- Social Hackers Academy- de Grecia.

Los objetivos de este Proyecto Erasmus+ KA que consiste en analizar, compartir y promover experiencias y buenas prácticas en el campo de la Ciberseguridad y la seguridad informática en las organizaciones que trabajan en el marco social y juvenil, son permitir que las organizaciones sociales y juveniles mejoren sus capacidades en el marco tecnológico, fortalecer la cooperación entre organizaciones para establecer intercambios de buenas prácticas y empoderar a las organizaciones juveniles y sociales para fomentar una mentalidad emprendedora y habilidades del sistema de calidad.

La agenda de la reunión transnacional consistió en una primera reunión grupal con los socios el día de la llegada, donde se discutió sobre los avances del proyecto.

La visita continuó al día siguiente con la charla del especialista Manuel Fernández, Asesor de Seguridad Informática, Perito informático y Formador Ocupacional. En esta, Manuel nos dio algunas nociones básicas sobre la ciberseguridad, sobre los problemas más comunes en Ciberseguridad, así como sobre algunas soluciones, herramientas y metodología de trabajo útiles para estar seguros.

También nos reunimos de manera virtual con diversas asociaciones juveniles y del tercer sector de la región -CLMAActiva, Aspas, EndoReal, Un paso Adelante, Ciudad Accesible y Mille Cunti- para conocer las acciones y percepciones de la Ciberseguridad en sus entidades. Además, hicimos un intercambio de buenas prácticas en la materia.

Los socios y compañeros, además, visitaron las instalaciones de Oretania CR, donde se observaron también buenas prácticas de sostenibilidad en el tercer sector.

Por último, la reunión transnacional finalizó con una jornada de reuniones entre los socios para el resumen de las sesiones y el avance del proyecto.

STS: Ciberseguridad en el Tercer Sector



**CASTILLA LA MANCHA
ACTIVA**

Búscanos en la web:

www.castillalamanchaactiva.es



“Las labor de las entidades sociales es impredecible, son las que dan voz a los colectivos y los hacen visibles a la sociedad”

Rocío Ortega López, nació el 24 de septiembre de 1980 en Madrid con malformaciones congénitas, labio leporino con fisura palatina, pie zambo, sindactilias en manos y pie. Graduada en Integración Social, lleva 20 años ejerciendo como integradora social en varias ONG's. Actualmente trabaja en proyectos de intervención familiar y atención a mujeres víctimas de violencia de género. Rocío adquirió su afición a la lectura a los 14, a consecuencia de la hospitalización y la recuperación de un accidente de tráfico.



Rocío Ortega López

CLM Activa / CIUDAD REAL

Antes de todo, me gustaría darte la enhorabuena por la presentación de este tercer libro ya en tu haber, cuéntanos en que consiste el nueva obra titulada El sombrero de Lux?

“El sombrero de Lux” cuenta en primera persona la historia de una niña que, cuando era bebé le diagnostican leucemia y como relata el proceso de su enfermedad, sus sentimientos, sus miedos e incertidumbres, la relación con sus compañeros del colegio, hasta su cura.

¿De dónde surge la idea de este libro?

Por desgracia el cáncer es una enfermedad que he vivido muy de cerca. Este cuento lo escribí en memoria de una prima mía que murió con 19 años de un tipo de cáncer. Y lo publiqué en memoria de mi padre que falleció en 2020 también a consecuencia de esta enfermedad.

Este libro es muy especial para ti, ya que está basado, si no me equivoco, en una experiencia familiar ¿no?

Sí, como he dicho anteriormente, mi prima Gema falleció por esta enfermedad. Estuve muy presente con ella en todo el proceso y me marcó muchísimo. Había perdido a mi abuela unos años antes también por un cáncer de estómago y en sus historias y vivencias me inspiré para escribirlo.

¿A qué se debe su nombre?

Los tratamientos contra el cáncer, la quimioterapia en concreto, son agresivos y en la mayoría de las ocasiones los pacientes pierden el pelo. A mi prima el perder el pelo le significó mucho a nivel emocional y utilizaba sombreros para cubrirse la cabeza. Por ese motivo se hace alusión al sombrero y tiene relevancia en todo el relato. El nombre de Lux simplemente me gustó y me pareció que quedaba bien combinado con el sombrero.

¿Qué acogida está teniendo este ejemplar por parte del público?

El libro salió a la venta a finales de octubre de 2021 y en un mes se vendieron la mitad de los ejemplares de la tirada. Se ha realizado una tirada de 200 ejemplares. A partir de ahí ha bajado un poco la venta, y es una pena porque del importe del libro (9.95€) 2€ son donados a AFANION, entidad que trabaja para mejorar la vida de los niños, niñas y adolescentes que sufren esta enfermedad y de sus familias.

Comprendo que con la situación actual en la que nos encontramos, el tema puede parecer triste y el público ahora lo que necesita es evadirse de la tristeza. Pero no es así, es un libro que lanza un mensaje de esperanza y optimismo y que pretende que quien lo lea sea capaz de empatizar con las personas que padecen esta enfermedad y con sus familiares.

Por ese motivo animaría a todo el mundo a que se hiciera con un ejemplar.

¿Cuál ha sido la opinión o comentario que más ilusión te ha hecho o que más te ha marcado?

Pues lo que más ilusión me ha hecho es el comentario de mi vecina Nerea, una niña que sufrió cáncer hace unos años y que ha conseguido superar la enfermedad. Me dijo que le había gustado mucho. Su mamá, Anabel, me contó que se había sentido muy identificada en las escenas que relata el cuento.

Esa es la finalidad principal, hacer llegar al público esos sentimientos y emociones, que no siempre son tristes ya que, como en el caso de mi vecina, por fortuna muchos de los guerreros ganan la batalla.

¿Qué diferencia a este libro respecto a los otros dos “Pepita Carapato” y “Kalila quiere aprender a volar”?

La principal diferencia es que este es un cuento corto. Y el formato es más cercano al estilo de los cuentos infantiles,



Rocío Ortega López

Pero sigue la misma línea de sensibilización que los anteriores.

Además, este tiene carácter benéfico ya que parte del importe del libro va destinado a colaborar, como he dicho anteriormente, con AFANION. Y por este motivo es un libro que me gustaría que tuviera mucha repercusión.

Para quién no haya leído la anterior entrevista, cuéntenos en qué consisten y que se basan esos dos libros anteriores.

El tipo de literatura que yo escribo es infantil de carácter social y tiene siempre la finalidad de sensibilizar a los niños y las niñas más pequeños sobre la diversidad de compañeros y compañeras que se pueden encontrar en su día a día.

"Las aventuras de Pepita Carapato y el club del arenero" son diez cuentos cortos dirigidos a niños y niñas a partir de seis años y aborda temas como la discapacidad visual y auditiva, la hiperactividad, la inmigración, el "niño malo" de la clase, el Alzheimer en abuelos, enfermedades raras (miastenia gravis), alimentación saludable y prevención de la obesidad infantil o el cuidado del medio ambiente.

"Kalila quiere aprender a volar" es una pequeña novela dirigida a niños y niñas a partir de ocho años y trata de los diferentes tipos de familias que se pueden dar hoy en día. Kalila es una niña adoptada en una familia homoparental y tiene dos hermanos que están en casa en acogimiento familiar. Esta historia narra el proceso del acogimiento familiar a través de la historia de Kalila y su relación con un patito herido que encuentra.

¿En qué crees que puede ayudar a la sociedad la lectura de "El sombrero de Lux"?

En la mayoría de las ocasiones, el desconocimiento, hace que nuestra forma de actuar pueda ofender o herir a otras personas. Esto lo se porque yo soy una persona con diversidad funcional que he sufrido mucho por comentarios desafortunados, miradas incómodas, etc. Y he sufrido rechazo social en muchas ocasiones en el colegio.

Creo que la lectura tanto de este cuento como de todos aquellos que tratan temas de respeto, tolerancia, integración, etc., son herramientas muy necesarias para los más pequeños y para sus padres y madres a fin de conseguir una integración real de todas las personas que sufren cualquier tipo de enfermedad o diversidad funcional. Pero también en aquellos casos en los que, como en el caso de la inmigración o en el de las familias homoparentales, se presenta un choque en cuanto a nuestra cultura y/o costumbres.

Además de su lectura obligatoria, es un libro con fines solidarios ¿no?

Sí, como ya he comentado anteriormente, 2€ de cada ejemplar van destinados a ayudar a AFANION en la gran labor que desempeñan con los niños, niñas y adolescentes que sufren cáncer y con sus familiares.

¿Qué opinas de la labor de las asociaciones u organizaciones como Afanion u Oretania CR?

Creo que la labor que realizan las ONG's en el ámbito de lo social es imprescindible. Entidades como AFANION u Oretania hacen un trabajo de visibilización y sensibilización importantísimo y esto repercute tanto directa como indirectamente en todas las personas con diversidad funcional.

Las entidades son las que dan voz a los colectivos y los hacen "visibles" a la sociedad. Y gracias a esta visibilización se adquieren derechos sociales que mejoran la calidad de vida de las personas.

Decía la Madre Teresa de Calcuta: "A veces sentimos que lo que hacemos es tan solo una gota en el mar, pero el mar sería menos si le faltara esa gota". Creo que esta frase define muy bien el trabajo de las entidades sociales y, más humildemente el que intento llevar yo a cabo con cada nuevo libro que escribo.

¿Dónde se puede adquirir este libro?

Los libros se pueden adquirir en la librería HERSO de Albacete.

Si no sois de Albacete a través de her-so.com, la página web de la librería, también se pueden adquirir.

Y si queréis saber más de mí podéis seguirme a través de @rocio240980 en Instagram y MIL IDEAS, MIL Palabras en Facebook.

Hace unos meses nos adelantaste este tercer libro y que trataría sobre cáncer infantil, ¿podrías adelantarnos si habrá una cuarta obra?

En esta ocasión no está la cosa tan clara, tengo varias ideas en mente a la espera de ver por cual se deciden las "musas" que continúe. Además, me estoy planteando también el poder sacar un libro para mayores. Pero por el momento son sólo planes.



Rocío Ortega López

Los alumnos y alumnas han culminado con un programa especial que se emitirá el 1 de febrero



CLM Activa / Ciudad Real

Toca a su fin el taller de radio de CLM Activa Radio, organizado con la colaboración de la Universidad Popular de Ciudad Real. El viernes 28 se daban cita los alumnos y alumnas de esta propuesta, para llevar a cabo su último programa. Durante tres meses han asistido a formación teórica y práctica en los estudios de la casa de la ciudad, en la capital manchega. Han aprendido desde cómo utilizar una mesa de mezclas, a locutar diferentes espacios radiofónicos. Además han trabajado con la última tecnología en equipos y programas de emisión y montaje. Han sido semanas de aprendizaje, en un curso que cada vez es más demandado.

Las mujeres han sido principalmente las participantes de esta formación. Algunas de ellas, tras esta experiencia, van a realizar colaboraciones en CLM Activa Radio, por lo que en las próximas semanas habrá novedades en la programación de esta emisora.

Cultura, consumo o programas para niños, serán las próximas propuestas, para una parrilla radiofónica que lleva funcionando desde octubre de 2019.

Las sensaciones entre las alumnas y alumnos son muy variadas, pero coinciden en valorar la fuerza que tiene la radio para comunicar. Victoria asegura que "participar en un medio como este, te implica aún más en el mensaje que quieres transmitir a la sociedad". Por su parte Pilar cree que esta experiencia "le ha ayudado a comprender más el trabajo de los compañeros que hacen radio".

El programa que se ha grabado se va a emitir el próximo martes 1 de febrero a la una del mediodía. La voz la han puesto las participantes de este curso y la música ha sonado gracias al violín de Ismael Huertas.

CLM Activa clausura la I edición del curso de radio



COLABORA:



EXCMO. AYTO. DE
ALMODÓVAR DEL CAMPO

PRESENTACIÓN DEL LIBRO:
12 DE MARZO DE 2022
A LAS 18:00 HORAS EN EL
TEATRO MUNICIPAL
DE ALMODÓVAR DEL CAMPO

LABERINTOS Y RATONES MARCADOS POR UNA META



AUTORES:
David G° Manzanares Vázquez de Agredos
Helena Barahona Álvarez



El virus Epstein Barr es identificado como causa principal de la esclerosis múltiple

CLM Activa / CIUDAD REAL

El resultado de este estudio abre la puerta a la investigación de una vacuna. Si se confirma que dicho virus es el iniciador de la enfermedad, aunque no la única causa, encontrar una vacuna podría conseguir que, aunque se contacte con el virus, no se produjera la enfermedad, pudiendo reducir o eliminar la esclerosis múltiple.

Tras las últimas noticias aparecidas en prensa, la Dra. Celia Oreja-Guevara, Presidenta del Consejo Médico Asesor de AEDEM-COCEMFE, nos informa sobre el estudio que señala al virus de Epstein Barr como causa principal de la esclerosis múltiple.

Según expresa la doctora, el artículo publicado en prensa es una noticia muy importante, porque "confirma algo que nosotros ya sabíamos, que era que el virus de Epstein-Barr podía ser el iniciador de la esclerosis múltiple."

Este estudio es importante porque se ha llevado a cabo sobre una muestra grande de personas, concretamente 10 millones de militares norteamericanos, usando pruebas de sangre de millones de personas y durante más de 20 años.

Informar que la mayoría de la población, alrededor del 95%, tiene contactos con el

virus de Epstein Barr. Por eso, cuando se hace a la población general la prueba del Epstein Barr muchas personas salen positivas a los anticuerpos de este virus, sin que ello signifique que ese 95% hayan pasado la llamada 'enfermedad del beso'. El artículo dice que se ha mirado a todos aquellos pacientes que han desarrollado esclerosis múltiple desde que comenzaron como militares en activo y de estos 10 de millones de militares han salido 801 casos de esclerosis múltiple. Los han seguido a través de muestras de su sangre y han visto que todos ellos eran positivos a los anticuerpos del virus Epstein Barr. Esto no quiere decir que el 95% de la población positiva a los anticuerpos de este virus, tengan esclerosis múltiple o la vayan a desarrollar, sino que el virus del Epstein Barr es el iniciador de la enfermedad junto con otros factores como los genéticos y ambientales.

Sin duda, el artículo es importante porque confirma lo que ya sabíamos o sospechábamos, porque se hace con muchos millones de personas y porque lo que hace es abrir la puerta a la investigación de una vacuna. Si se confirma que el virus de Epstein-Barr es el iniciador de la enfermedad, aunque no la única causa, encontrar una vacuna po-

dría conseguir que, aunque se contacte con el virus, no se produjera la enfermedad, pudiendo reducir o eliminar la esclerosis múltiple.

En resumen, no todo aquel que tiene el anticuerpo del virus de Epstein Barr (más del 95% de la población) o haya tenido la 'enfermedad del beso' tiene una esclerosis múltiple, simplemente va a tener una probabilidad mayor a desarrollarla, y que hay que tener en cuenta que existen otros factores. Por tanto, el virus de Epstein Barr, que en ocasiones queda acantonado, puede ser el iniciador, haciendo que en algún momento comience el fenómeno inflamatorio propio de la esclerosis múltiple, sin que se sepa cuando ni porqué, pues existen otros factores genéticos y medioambientales que también influyen. Y lo más importante de este estudio es que abre la puerta a una posible vacuna contra el Epstein-Barr que podría evitar que se produjera la enfermedad y en consecuencia, disminuyera el desarrollo de la esclerosis múltiple o incluso, su existencia.

Artículo realizado por la Dra. Celia Oreja-Guevara, Presidenta del CMA de AEDEM-COCEMFE y Jefe de Sección del Servicio de Neurología. CSUR Esclerosis Múltiple

Comienzan los talleres de Psicología de Albacete y Ciudad Real en ALMAN

La Diputación Provincial de Albacete posibilita que ALMAN reanude sus talleres de psicología



Un año más y gracias a las subvenciones de la Diputación Provincial de Albacete y Ciudad Real, la Asociación de Lupus y Autoinmunes de Castilla-La Mancha (ALMAN) ha comenzado sus talleres de psicología, tanto grupales como individuales, en este nuevo año.

Estos talleres acercan a los enfermos a la enfermedad silenciosa e invisible que padecen y pretenden que puedan afrontar sus conse-

cuencias de una forma positiva. La mejor manera posible de hacer frente al Lupus es visibilizando sus efectos y que la sociedad sea capaz de reconocer los efectos que produce en las personas que lo padecen.

Unos talleres que son fundamentales para que los enfermos afronten esta enfermedad de una manera lo más adecuada posible y puedan tener una calidad de vida aceptable.

Oretania da comienzo este mes al Certificado de Profesionalidad de Actividades Administrativas en la Relación con el Cliente

CLM Activa / CIUDAD REAL

La formación es la mejor manera de adquirir nuevas competencias que actualicen el currículum y faciliten la búsqueda de empleo. Una de esas oportunidades llega a través de los certificados de profesionalidad impartidos por el Grupo AKD junto a Oretania CR.

Grupo AKD y Oretania Ciudad Real se complacen en informarles del comienzo de la campaña de difusión social del Certificado de Profesionalidad de Actividades Administrativas en la Relación con el cliente de OretaniaCR. Este certificado cofinanciado por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, el Gobierno de España y el Ministerio de Educación y Formación Profesional, está dirigido a prioritariamente a desempleados con mínimo la ESO (Nivel 2), que comenzará el próximo día 15 de febrero. Esta actividad que tendrá una duración de 690 horas + 150 en prácticas de empresas, será presencial y se impartirá en la sede de Oretania en Daimiel (Travesía de las Tercias, 4, 13250).

La formación contará con un 17 plazas y se desarrollará de lunes a jueves en un horario de 9:00 a 14:00. El proceso de selección se hará de 3 veces en 3 fechas diferentes, dejando seleccionado en cada fecha al menos el 30% de los alumnos, dando prioridad a las personas con discapacidad. La primera presentación/selección del curso se realizó el pasado 27 de enero. La segunda presentación del curso/selección será el próximo 3 de febrero a las 11:00 por enlace zoom, al igual que la tercera, que se realizará también por zoom el próximo día 10 de febrero a la misma hora.

El curso tiene como objetivo principal realizar las operaciones de recepción y apoyo a la gestión administrativa derivada de las relaciones con el público o cliente, interno o externo, con calidad de servicio, dentro de su ámbito de actuación y responsabilidad, utilizando los medios informáticos y telemáticos, y aplicando los procedimientos internos y la normativa vigente.

Certificado de Profesionalidad Gratuito En Daimiel (C.REAL)

Actividades Administrativas En la Relación con el Cliente

EN FEBRERO / MOD. PRESENCIAL DE LUNES A JUEVES EN ORETANIA CR







NIVEL 2

Ocupaciones y puestos de trabajo relacionados:

- 4412.1057 Recepcionistas-telefonistas en oficinas, en general.
- 4423.1013 Operadores de central telefónica.
- 4121.1056 Empleados administrativos de los servicios de almacenamiento y recepción.
- 4412.1048 Recepcionistas en establecimientos distintos de oficinas, en general.
- 4412.1011 Azafates o auxiliares de información.
- 4301.1029 Operadores-grabadores de datos en ordenador.
- 4300.1019 Empleados administrativos con tareas de atención al público no clasificados bajo otros epígrafes.
- Auxiliar de apoyo administrativo a la gestión de compra y/o venta.
- Auxiliar administrativo comercial.
- Auxiliar de control e información.

- Dirigido: Prioritariamente a desempleados con mínimo la ESO (NIVEL2)
- Becas: Transporte, Discapacidad y posibilidad de otras ayudas
- Duración: 690 h + 150 prácticas en empresas
- Proceso de selección: Eneros/febrero
 - Se dará prioridad a personas con discapacidad
- Modalidad curso: Presencial
- Comienzo Previsible: 15 de Febrero
- Días: De Lunes a Jueves
- Horario: De 9:00 a 14:00 h
- Entidad: Oretania CR
- Dirección Aula FPE: C/Travesía de las Tercias nº 4
- (Edificio Centro social/Mujer)
- DAIMIEL / CIUDAD REAL

INSCRIPCIÓN DIRECTA
empleoyformacion.jccm.es en el apartado de Ciudadanía/Formación.

INFORMACIÓN / INSCRIPCIÓN ASISTIDA
 926 85 49 28 / 926 26 00 01

ENTIDAD DE FORMACIÓN: ORETANIA CR
COFINANCIA: JCCM/GOBIERNO DE ESPAÑA/
 Ministerio de Educación y Formación Profesional

FPTD/2021/013/2091

+INFO
926260001






Capacitamos para Trabajar

El Gobierno de Castilla-La Mancha pone a disposición de los ayuntamientos de Ciudad Real 1,6 millones de euros para la mejora de centros de mayores y discapacidad de titularidad municipal

JCCM/Ciudad Real

La delegada de la Junta, Carmen Olmedo ha dado que a conocer que 42 municipios de la provincia de Ciudad Real han concurrido a la línea destinada a recursos asistenciales para mayores de titularidad municipal con la presentación de 48 solicitudes por un importe cercano a 1,4 millones de euros. A ella, se une una segunda línea dirigida a Centros de Atención a Personas con Discapacidad de titularidad municipal y en las que los ayuntamientos de la provincia de Ciudad Real han solicitado la ejecución de proyectos por valor de más de 186.000 euros.

El Gobierno de El Gobierno de Castilla-La Mancha ha puesto a disposición de los ayuntamientos de Ciudad Real casi 1,6 millones para la mejora de centros de mayores y discapacidad de titularidad municipal con la finalidad de la puesta en marcha o desarrollo de proyectos e inversiones que contribuyan a la reforma y modernización de los centros y recursos destinados a la atención de estos colectivos", mostrando así "el firme compromiso del Gobierno de Emiliano García-Page con los colectivos más vulnerables".

Para la representante del Gobierno regional en la provincia, la concesión de estas subvenciones es un exponente de la estrecha colaboración que el Ejecutivo del presidente García-Page mantiene con entidades locales y diputaciones para mantener "una de las redes públicas más importantes de nuestro país de centros y recursos destinados a apoyo residencial, integración sociolaboral, apoyo a la autonomía personal y atención temprana".

A este respecto, Olmedo, que ha estado acompañada por la delegada provincial de la Consejería de Bienestar Social, Manuela González-Horcajo, ha reiterado la prioridad que supone para Gobierno castellano-manchego la atención



Carmen Olmedo visitando Centro de Atención a Personas con Discapacidad Intelectual "Rogelio Sánchez Ruiz" de Campo de Criptana

y la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad y de sus familias como se pone de manifiesto con esta línea de ayudas en sus dos modalidades.

En este sentido la delegada de la Junta ha dado que a conocer que 42 municipios de la provincia de Ciudad Real han concurrido a la línea destinada a recursos asistenciales para mayores de titularidad municipal con la presentación de 48 solicitudes por un importe cercano a 1,4 millones de euros.

A ella, se une una segunda línea dirigida a Centros de Atención a Personas con Discapacidad de titularidad municipal y en las que los ayuntamientos de la provincia de Ciudad Real han solicitado la ejecución de proyectos por valor de más de 186.000 euros.

Uno de estos recursos que han solicitado el apoyo del Ejecutivo regional ha sido el Centro de Atención a Personas

con Discapacidad Intelectual "Rogelio Sánchez Ruiz" de Campo de Criptana que va a mejorar sus instalaciones y los servicios que presta a las personas con discapacidad y a sus familias gracias a las subvenciones aprobadas por el Gobierno de Castilla-La Mancha para tres proyectos valorados en 59.000 euros de los que un 70 por ciento estaría financiado por el Ejecutivo regional.

La delegada de la Junta de Comunidades en Ciudad Real, Carmen Teresa Olmedo, ha explicado que estas ayudas van a permitir equipar un aula de informática en el centro ocupacional, renovar los baños y diverso mobiliario de la vivienda tutelada y adquirir una furgoneta adaptada para personas con movilidad reducida usuarias del centro de día, actuaciones de las que se van a beneficiar en principio más de setenta usuarios de estos recursos asistenciales.

Asimismo, la delegada de la Junta ha dado conocer que desde el año 2021 y a través de la entidad Aspana, se ha puesto en marcha en Campo de Criptana, un nuevo servicio de capacitación, con una financiación de 37.500 euros subvencionados por el gobierno regional, que beneficiará a 15 usuarios y que "permitirá el acceso al mercado laboral para personas con discapacidad". De esta manera Campo de Criptana se une a los nuevos modelos de integración puestos en marcha por el Ejecutivo de Emiliano García-Page.

Por último, Olmedo ha recordado que "nuestra comunidad autónoma fue la primera de España en ponerlo por escrito en mayo de 2018, cuando las Cortes aprobaron la Ley de Protección y Apoyo Garantizado a las Personas con Discapacidad gracias al empeño y expreso deseo personal del presidente García-Page".

CLM Activa / CIUDAD REAL

En el trabajo se han analizado la incidencia y prevalencia de esta enfermedad en el Área de Salud, así como diversos parámetros en más de 250 pacientes atendidos. Parámetros como la distribución por edad y sexo, las características observables de esta patología y el grado de discapacidad que produce.

Alberto Velayos, principal autor de esta investigación, ha obtenido una beca que le permitirá publicar su trabajo en una revista científica de alto impacto.

La Sociedad Española de Neurología (SEN) ha premiado durante su 73ª Reunión Anual al Servicio de Neurología de la Gerencia de Atención Integrada de Alcázar de San Juan por un estudio epidemiológico de la esclerosis múltiple.

Este trabajo de investigación ha sido elaborado por el médico residente, Alberto Velayos, y los doctores Marta Pacheco, Gloria Ortega, Ángela Domingo y Enrique Botía, todos ellos pertenecientes al Servicio de Neurología de la Gerencia de Alcázar de San Juan.

Durante el certamen científico de la SEN se han entregado diez becas en diferentes áreas de la Neurología obteniendo Alberto Velayos la suya en la categoría de Enfermedades Desmielinizantes.

La beca consiste en la formación del autor a través de una asesoría personalizada que permita, entre otras cosas, publicar esta investigación en una revista científica de alto impacto.

El trabajo, que lleva por título 'Estudio epidemiológico de la esclerosis múltiple en un área de salud rural', es un estudio observacional en el que se describe el perfil de los pacientes con esclerosis múltiple en el Área Integrada de Alcázar de San Juan, ahondando en los factores asociados a esta enfermedad.

En dicho estudio se han analizado la incidencia y prevalencia de esta patología en más de 250 pacientes de esta Área de Salud; la distribución por edad y sexo; el fenotipo clínico (características observables) de la enfermedad; y el grado de discapacidad que produce.

Alberto Velayos ha destacado, como principales conclusiones de la investigación, que "el perfil clínico de nuestros pacientes es similar al de otras series publicadas en España, si bien tanto la incidencia como la prevalencia parecen algo superiores a los reportados hasta el momento en nuestro país".

En concreto, la cifra de prevalencia de la esclerosis múltiple en el Área de

La Sociedad Española de Neurología premia a la Gerencia de Alcázar de San Juan por un estudio epidemiológico de la esclerosis múltiple

73ª Reunión Anual de la Sociedad Española de Neurología (SEN)

Salud de Alcázar de San Juan es de 137 casos por cada 100.000 personas. Asimismo, el trabajo de investigación ha determinado que esta enfermedad afecta a 2,13 mujeres por cada hombre y que el predominio por rango de

edad se encuentra en personas entre los 40 y 50 años.

"La oportunidad que nos brinda esta beca y el reconocimiento al trabajo nos anima a continuar profundizando en las causas y efectos de

esta enfermedad para seguir con la búsqueda de mejores tratamientos, lo que repercutirá positivamente en la calidad de vida de nuestros pacientes", ha explicado Alberto Velayos.



Asprona abre su centro de día para personas con discapacidad en Albacete con 24 plazas

CLM Activa/Albacete

Asprona inauguró el pasado miércoles 19 de enero en Albacete su nuevo centro de día de atención a personas con discapacidad intelectual, que rinde homenaje al torero albaceteño Dámaso González y que cuenta con 24 plazas, de las que 18 han sido financiadas por el Gobierno de Castilla-La Mancha.

El centro cuenta con un equipo de nueve profesionales, que prestan un servicio personalizado e individual de terapia ocupacional y fisioterapia a personas con discapacidad intelectual grave, con el objetivo de conseguir una mayor autonomía y autodeterminación, mejorando así su calidad de vida.

La consejera de Bienestar Social, Bárbara García Torijano, presidió el acto de inauguración, junto a la presidenta de Asprona, Amalia Serna, y el alcalde de Albacete, Emilio Sáez Cruz. También asistieron el delegado de la Junta en Albacete, Pedro Antonio Ruiz Santos; el director general de Discapacidad, Javier Pérez; y la delegada provincial de Bienestar Social, Antonia Coloma.

En este sentido, desde el Gobierno regional, la consejera de Bienestar Social, Bárbara García Torijano, ha reiterado el compromiso de la Junta con la asociación, destacando la partida de más de 6,2 millones de euros destinados para este 2022, así como la creación de nuevos recursos, como el equipo de atención temprana que se instalará entre la zona de Munera y Campo de Montiel.

"No solo nos quedamos con esa financiación, que cada año va aumentando y que permite modernizar y mejorar los centros, sino que trabajamos también generando nuevos recursos, como el nuevo equipo de atención temprana que ya anunció el presidente García-Page, que será clave para empezar a trabajar con los niños desde edades tempranas en ese ámbito de la discapacidad, para poder fortalecer sus necesidades y reducir las limitaciones", ha señalado.

García Torijano también anunció el refuerzo de los servicios de valo-



ración de personas con discapacidad, con dos nuevos equipos en Toledo y uno en Albacete, con el objetivo de reducir hasta los seis meses las listas de espera, que actualmente se encuentran en año y medio.

Equipo que en Albacete estará formado por un médico, un trabajador social, un psicólogo, un terapeuta y personal administrativo de apoyo, que se unirán sobre febrero o marzo a los tres equipos con los que ya cuenta la provincia.

"Toledo es la provincia con más lista de espera, seguida de Albacete y, aunque no son datos muy escandalosos, considerábamos importante reducir esta lista de espera, que anda por el año y medio, y queremos que se quede en seis meses, que es el tiempo que se tarda en valorar a las personas", ha explicado la consejera durante la inauguración.

"El hecho de que hayan podido convenir estas plazas va a hacer

posible que estas personas, que salen de la etapa educativa y tienen dificultades, puedan ganar autonomía, además de facilitar la conciliación de la vida familiar", ha señalado el alcalde de la capital Emilio Sáez.

Agradecimiento que hizo extensivo la presidenta de la asociación, Amalia Serna, que ha destacado la importancia de este centro, único en la provincia con estas características.

Unas características entre las que destacó el uso del sistema aumentativo y alternativo, "que permite que estas personas con discapacidad intelectual se puedan comunicar en compensación a ese déficit de comunicación verbal, gracias a las nuevas tecnologías".

Tanto Serna como Sáez quisieron concluir destacando la figura del torero Dámaso González, que da nombre al centro, por su compromiso en vida con Asprona y con las personas con discapacidad.

"Quiero manifestar la importancia que tiene para la ciudad de Albacete la figura de Dámaso González, porque siempre será eterno para esta capital. Es una figura que, si era grande en el toreo, lo era más aún en su corazón, lo demostró durante muchos años apoyando a colectivos y por ello estará siempre presente", señaló el primer edil, que reiteró el compromiso del Ayuntamiento de dedicar una calle o avenida de la ciudad a su persona.

Un gesto que emocionó a la mujer del torero, Felisa Tarruella, que ha agradecido a toda la sociedad albaceteña los gestos de cariño hacia su marido.

"Me siento muy orgullosa y muy arropada por todo el mundo, es un orgullo para mí y para mis hijos poder haber inaugurado este centro, porque si algo protegía y quería Dámaso era a a estos colectivos, por eso ha pasado a ser un torero grandioso y una persona maravillosa", concluyó.

Libro Blanco de la discapacidad

CLM Activa / Toledo

El Movimiento Por la Discapacidad quiere dar visibilidad y reconocimiento a las personas con diversidad funcional con el fin de dar a conocer los problemas e inquietudes de las personas que tienen esta condición, mediante la creación de un Libro Blanco escrito por personas que sufren discapacidad, condición que nos afecta a la hora de interactuar y participar en la sociedad.

Libro Blanco es un documento o guía que tiene por objeto explicar, o mejor, enseñar a ciertos grupos estrechamente relacionados con el tema del que trate el libro a enfocar y comprender aquellas cuestiones relacionadas con el asunto a tratar e incluso resolver aquellos problemas que se planteen. Es un libro con autoridad que tiene por objeto ayudar a los lectores a comprender, resolver o afrontar un tema o problema, en nuestro caso, el objetivo es llegar a conseguir una INCLUSIÓN REAL Y EFECTIVA DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN TODOS LOS ÁMBITOS DE LA SOCIEDAD.

Ya han sido escritos varios Libros Blancos referente a la Discapacidad, "Libro Blanco I+D+I al servicio de las personas con discapacidad y las personas mayores", "Libro Blanco sobre la discapacidad en Euskadi" "Libro Blanco sobre acceso e inclusión en el empleo público de las personas con discapacidad" todos ellos son muy válidos, pero estos libros tratan sobre aspectos concretos de la discapacidad, tratando por ello el tema sobre la discapacidad de manera parcial sin abordar su problemática en su totalidad, además estos Libros Blancos han sido escritos por Entidades y Organismos que dicen representar a las personas con discapacidad, pero la realidad es que desconocen con profundidad nuestras necesidades, inquietudes...

Las personas con discapacidad estamos cansadas de que otros hablen y opinen por nosotros, estamos cansados de que se nos condicione por nuestras discapacidades y NO se nos valore por nuestras CAPACIDADES, pues las personas que tenemos diversidad funcional SOMOS TAN VÁLIDOS como cualquier persona sin discapacidad. Las personas que pertenecemos a este sector, queremos, necesitamos, tener voz y presencia en la sociedad, en la política, en la vida. Somos nosotros los más apropiados para exponer de manera rigurosa y fehaciente nuestra realidad, necesidades, inquietudes anhelos... Nosotros somos capaces de dar a conocer nuestra calidad de vida, y que la sociedad conozca realmente nuestros problemas reales es



preciso que los políticos dejen de preocuparse por nosotros tan solo para hacerse la foto es fundamental que los sindicatos dejen de mirar para otro lado, es decisivo que en los medios de comunicación aparezcamos con más frecuencia, pues solamente el día 3 de diciembre hablan de nosotros.

Es preciso que no olvidemos que la INCLUSIÓN debe abarcar TODAS las etapas de la vida, comenzando desde las primeras etapas del aprendizaje con el fin de crear una buena base para que la sociedad en general y el individuo en particular acepte como algo normal a las personas que sufren de algún tipo de discapacidad. También es importante que tengamos en cuenta que el abandono escolar, según señala el informe Olivenza publicado en el año 2018, los alumnos con discapacidad tienen una tasa de abandono escolar del 43,2%, estos alumnos tienen las mismas necesidades a las de los otros niños que no tienen discapacidad, por ello deben de recibir una educación inclusiva e individualizada no discriminatoria, una educación dentro de la diversidad que respete el ritmo personal de cada alumno y sus capacidades personales.

Continuando con la etapa laboral, los trabajadores con discapacidad tienen marcado una ruta de trabajo que empieza en los Centros Especiales de Empleo y termina su edad laboral en los mismos centros, salvo muy pocas y honrosas excepciones. Los Centros Especiales de Empleo, surgieron hace más de 30 años cuando estaba en vigor la Ley LISMI, aparecen por la necesidad de fomentar el acceso al mercado de trabajo de las personas con discapacidad, pero la realidad actual es bien distinta, estos centros se han convertido en empresas productivas en las que unos pocos (los directivos) se lucran mediante las subvenciones por contratar a personas con diversidad funcional, por las ayudas que reciben del Estado como pagar el 50% del SMI, la cuota de la SS es gratis, etc y por supuesto, del trabajo de los tra-

bajadore con discapacidad que están realizando su labor profesional, por suerte, no todos los Centros Especiales de Empleo actúan así.

Respecto a la salud, derecho universal fundamental para todos que adquiere una especial connotación al tratarse de personas con discapacidad. Todos, pero especialmente las personas con diversidad funcional necesitamos ser tratados por profesionales y debemos recibir un trato personalizado con un seguimiento riguroso a través de un equipo multidisciplinario y especializado que llevará un seguimiento estricto de los programas de salud que deben de tener unas normas elementales de prescripción de fármacos.

De igual manera, las personas ancianas con discapacidad necesitan ser escuchados y tenidos en cuenta, son un colectivo escondido que no sale en ninguna campaña solidaria, que no aparecen en ningún sitio, simplemente, no existen, es preciso que tengamos en cuenta la relación existente entre discapacidad y edad, con el envejecimiento se incrementa el número de personas discapacitadas y, con ello, también la dependencia.

Por todo lo expuesto, es necesario que se nos escuche, es preciso que la sociedad conozca de primera mano cómo las personas con discapacidad sufrimos diversos tipos de disforia o violencia, rechazo y discriminación siendo los niños y niñas, la mujeres con discapacidad intelectual, las personas con discapacidad sensorial, etc., los que están más propensos a sufrir algún tipo de violencia, en especial abuso físico, psicológico y sexual e incluso financiero, sin olvidar las negligencias médicas y, hasta ahora, este tipo de agresiones quedaban impunes por no dar credibilidad al relato de las víctimas por el mero hecho de sufrir discapacidad.

El ritmo de vida que impone la sociedad actual es rápido y vertiginoso, creándose por ello la falsa creencia de que las personas con discapacidad no somos capaces de seguir ese ritmo impuesto por

la sociedad; sin embargo, esto o es cierto, las personas con diversidad funcional estamos acostumbrados y acostumbradas a lidiar diariamente con nuestras limitaciones personales, lo que nos hace luchadores por encontrar nuestro lugar en el mundo, somos personas íntegras cargadas de aptitudes seguras.

El Movimiento Por la Discapacidad propone escribir un Libro Blanco que es un documento que, de manera detallada expone un determinado tema como es en este caso, la discapacidad, con el fin de que los lectores obtengan una información relevante y veraz para que pueda aclarar la situación que vivimos, las dudas que se puedan generar, así como resolver los problemas y dificultades que vivimos las personas con discapacidad.

Este libro blanco, SI estará escrito por personas que por diversas causas han llegado al mundo de la discapacidad, por trabajadores que tratan diariamente con personas con diversidad funcional, por las familias de las personas con discapacidad con el fin de dar a conocer a la sociedad, a los políticos, a los sindicatos, a estas entidades que dicen representarnos que, sinceramente, yo no siento que me representen por ese tipo de entidades cuando tienen como directivo de uno de esos grandes organismos que realiza una entrevista y habla de su hija con TEA diciendo que desde que nació su hija le ha enseñado muchas cosas pero que sabe que su pequeña no hará nunca nada importante, este señor y por ende, este organizaciones ¿realmente pretenden representarme a mí y a muchos como yo, que están convencidos, y por ello se piensan y publican que NUNCA podremos hacer nada importante?

Por todo ello, es necesario que todas las personas con discapacidad participen haciéndonos llegar sus relatos, sus experiencias, sus ideas, sus escritos, propuestas a la dirección de correo electrónico movimientoparaladiscapacidad@gmail.com, este Libro Blanco no será un libro de un solo autor, es de TODOS aquellos que de algún modo u otro estén implicados con la discapacidad.

Desde el Movimiento por la Discapacidad esperamos vuestros relatos sobre las experiencias vividas en todos los ámbitos de la vida: escolar, laboral, social, sanitario o cualquier otro que consideréis oportuno.

Con la ayuda de todos, este proyecto será posible, animaos y enviadnos vuestros escritos al correo antes mencionado movimientoparaladiscapacidad@gmail.com

“Hay que cambiar la percepción de la discapacidad, a veces hay barreras por culpa de la falta de conocimiento”

Paola Carta, es una joven de 27 años, estudiante de INEF y natural de Oristano, una pequeña ciudad de Cerdeña, aunque actualmente vive en Cagliari. Es una amante de la naturaleza, los animales y el deporte, en es-

pecial del fútbol sala, donde juega para un equipo de la segunda división italiana femenina. Además, Paola ha realizado varios trabajos en diferentes sectores, pero en relación a lo que ha estudiado cabe destacar que tra-

bajó en una escuela de fútbol para niños, actividades deportivas de verano siempre con niños y también fue voluntaria en una asociación de deporte para personas con discapacidad.

CLM Activa / CIUDAD REAL

¿Por qué decidiste venir a España a realizar estas prácticas de voluntariado?

En verdad no he decidido de realizar las prácticas en España, buscaba una asociación donde hacer prácticas fuera de Italia y buscando asociaciones que hacen deporte con discapacitados encontré Oretania, hablé con Cristina (responsable de proyectos europeos) y decidí de realizar esta experiencia.

El pasado 15 de diciembre diste por finalizadas tus prácticas en Oretania, ¿Cómo valoras tu experiencia de voluntariado? ¿Te gustaría repetir en un futuro?

Me ha gustado un montón mi experiencia en Oretania, creo que he aprendido mucho en particular a nivel humano, también he podido incrementar mis conocimientos en el sector del deporte adaptado, viviendo todo en primera persona, aprendiendo de día a día y de cada persona que he encontrado. Además, he tenido la oportunidad de mejorar mi capacidad de trabajar en grupo y también de autonomía y de planificación de actividades.

¿Qué diferencias has encontrado respecto a tu país?

España es el país que más se parece a Italia. Los dos somos muy amigables y cordiales. He tenido la suerte de poder vivir en dos regiones de España (Galicia y Castilla la Mancha) y de viajar a otras (Castilla y León, Catalunya, Extremadura, Andalucía, Murcia y Valencia) y he notado que hay muchas diferencias entre ellas, así como en Italia hay diferencias entre las regiones.

Los primeros días me costó adaptarme un poco al horario de la comida que en Italia es un poco más temprano y también los demás horarios de trabajo, cena... son un poco diferentes.

En el contexto de la accesibilidad no encuentro muchas diferencias, los dos tenemos que mejorar mucho, todavía he podido constatar que en Italia hay mas posibilidad de trabajo para las personas con discapacidad.



Paola Carta

¿Qué estudios o carrera cursaste? ¿Querías dedicarte a ello desde pequeña?

Aun soy estudiante de INEF. He decidido dedicarme a este porque amo el deporte desde siempre. Me encanta saber como funciona el cuerpo en todos sus movimientos y también creo que el deporte en todos los niveles es un excelente método para estar bien físicamente y mentalmente.

¿Cuánto tiempo llevas aprendiendo el español? ¿Cuántos idiomas hablas además del español y el tuyo natal?

He empezado a aprender español este verano porque viví dos meses en Galicia, antes de esto nunca lo había estudiado, pero en el 2019 cuando hice un viaje de Erasmus en Polonia compartí un piso con tres españoles (una manchega, un andaluz y un gallego) y durante por tres meses los escuchaba hablar español casi todos los días. Además del español hablo por cierto el italiano, el sardo (el idioma de Cerdeña), el inglés, el gallego y estoy aprendiendo el polaco.

A parte de tus estudios también has sido voluntaria en otras asociaciones, cuéntanos tu experiencia en ellas.

Estuve dos meses de prácticas en La Coruña este verano en una aso-

ciación que trabajaba con personas con discapacidad. Cuando llegué, durante una semana más o menos, realizamos una pequeña formación por la mañana y por la tarde, efectuando rutas por la ciudad con los usuarios de la asociación. Me llevo mucho de la experiencia en La Coruña, sobre todo lo que viví con ellos en los viajes. Tuve mucha suerte de poder compartir todo con ello, a parte de los problemas que pueden ocurrir hasta las risas, los juegos, descubrir nuevos lugares, etc.

Por otro lado, hace unos años fui voluntaria en una asociación de mi ciudad, donde nos hacíamos deporte y ocio junto a personas con diversas discapacidades. Allí iba a jugar con ellos al fútbol y a los bolos un par de veces a la semana.

A nivel de accesibilidad, ¿cómo evaluaría su ciudad y su país? ¿Aún quedan mejoras por hacer?

Siempre pienso en positivo, entonces creo y diría que estamos en proceso. Han hecho en los últimos años muchas mejoras, en el centro de la ciudad todo es accesible, aun falta toda la periferia, los pueblos de alrededor y muchas cosas, pero en todas las estructuras públicas de todos los pueblos y las ciudades las instalaciones son totalmente accesibles. He

hablado mucho de este tema en España y lo bueno que hay en Italia es que hay más posibilidad de trabajo. Estoy segura de que todo va a mejorar en los próximos años.

¿Por qué nos diría que la inclusión de personas con discapacidad es importante?

Es importante porque todos somos iguales y no deberían existir diferencias, pero todo el mundo sabe que aun no es así, hay barreras físicas y mentales que no permiten esto. Hasta que exista esto no habrá una inclusión completa. Hay que cambiar la percepción de la discapacidad y a veces creo que hay barreras por culpa de la falta de conocimiento.

¿Cómo se ha vivido la pandemia en tu país?

En Italia la pandemia ha sido bastante brutal, al menos yo viviendo en una isla he sido he tenido algo más de fortuna. Durante la pandemia ayudaba a la comunidad trayendo las compras a quien por miedo no quería salir de casa. El miedo de los primeros días surgía debido a lo que la gente leía en los periódicos y veía en las noticias, el desastre que se estaba ocasionando por la pandemia en el norte de mi país donde murieron muchísimas personas.

Has participado en varias actividades y excursiones inclusivas con Oretania, cuéntanos tu experiencia en todas ellas. ¿Tienes alguna que te gustara más o que recomendarías?

He participado en varias actividades. Los lunes tenía un taller de deporte con los usuarios de Adifiss en Daimiel, donde hacíamos varios juegos y deportes adaptados como baloncesto, fútbol o bolos. El martes iba a Malagón para hacer un taller de arte y el viernes tenía la clase de baile inclusivo, en silla de ruedas. La que más me ha gustado ha sido el baile inclusivo, ha sido una actividad totalmente nueva para mí, no pensaba que era posible bailar así en una silla de ruedas. Me ha enseñado que las barreras a veces las ponemos donde no existen. Recomendaría a todo el mundo probar el baile inclusivo o al menos verlo algún día.

¿En qué crees que ha podido beneficiarte tu colaboración con Oretania Ciudad Real?

Me ha beneficiado en varios sentidos. En primer lugar, porque he conocido personas excepcionales que nunca me olvidaré, cada uno me ha enseñado mucho, sobre todo a nivel humano. He podido aplicar mi conocimiento del deporte en actividades que he planificado en autonomía o en grupo cada semana, esto también ha mejorado mi capacidad organizativa. Además esta colaboración me ha dado la oportunidad de aprender un nuevo idioma y una nueva cultura.

¿Qué opina de Oretania Ciudad Real?

Admiro mucho todo lo que hace Oretania Ciudad Real para promover la inclusión y eliminar barreras en todos los aspectos de la vida de las personas con discapacidad y lo hace en un contexto laboral sereno y confortable para todos. También me gusta el hecho de que es una asociación que trabaja a nivel internacional con la cooperación de voluntarios europeos.

¿Qué mensaje lanzaría al colectivo? ¿Cómo les incitaría al ocio inclusivo en tiempos de pandemia?

Es importante que la ocupación del tiempo libre de las personas con discapacidad sea orientada al desarrollo social, motor y cognitivo. Por ello, es importante que quien trabaja en este sector siga promoviendo actividades que se relacionen con la vida diaria. En tiempos de pandemia, con todas las precauciones, es importante seguir haciendo actividades de ocio porque sin estas se van a perder también las conexiones sociales.



Paola Carta

CLM ACTIVA App

CLM Activa



Radio online

¿A qué esperas para descargarla?

01:00:00



-30:10



Vuelve la Copa de España inclusiva de esquí alpino

El campeonato está coorganizado por la Real Federación Española de Deportes de Invierno (RFEDI), la Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física (FEDDF) y la Federación Española de Personas con Parálisis Cerebral y Daño Cerebral Adquirido (FEDPC).

JCCM / Toledo

La Fundación Jesús Serra y el Centro de Deportes de Invierno Adaptados relanzan la Copa de España inclusiva de esquí alpino. Este invierno, como novedad, la tercera edición de la copa contará con tres pruebas que se celebrarán entre enero y marzo en Baqueira Beret, Formigal y Sierra Nevada.

La Fundación Jesús Serra, de Grupo Catalana Occidente, y el Centro de Deportes de Invierno Adaptados (CDIA) han presentado el nuevo circuito de la Copa Fundación Jesús Serra – Copa de España inclusiva de esquí alpino, que este año celebra su tercera edición en tres estaciones de esquí españolas.

La competición dio su pistoletazo de salida en Baqueira Beret el pasado 29 de enero, aunque además se celebrará en Formigal el 26 y 27 de febrero y en Sierra Nevada el 26 y 27 de marzo.

El formato del torneo permite que en la misma competición y trazado participen deportistas con y sin discapacidad, alcanzando una inclusión real en los deportes de invierno. Las tres Copas de España se disputarán en las categorías U10, U12 y Master en deportistas sin discapacidad y en las modalidades de pie y silla en deportistas con discapacidad.

En las tres estaciones de esquí, se disputarán las mismas especialidades: Slalom Gigante y Slalom, y se adaptará el recorrido y la normativa según cada categoría. Las pruebas son puntuables para los circuitos de Copa de España de Esquí adaptado, Copa de España inclusiva FEDDF-FEDPC-RFEDI, Copa de España de Masters RFEDI.

El director general de la Fundación Jesús Serra, Ignacio Gallardo-Bravo, apuntó que "para la entidad esta competición representa un firme paso adelante en la consecución de los objetivos de inclusión social que promovemos, en este caso mediante el deporte. Uno de los ejes vertebradores de nuestra actuación es preservar el principio de igualdad de oportunidades y este circuito es el fiel reflejo de ello".

Por su parte, el director del Centro de Deportes de Invierno Adaptados (CDIA), Andrés Gómez, destacó "la labor que realizamos junto a la fundación de Grupo Catalana Occidente para impulsar los de-

portes de invierno entre todas las personas con y sin discapacidad, en una competición que contribuye a su normalización, ya sea física, intelectual o sensorial".

El campeonato está coorganizado por la Real Federación Española de Deportes de Invierno (RFEDI), la Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física (FEDDF) y la Federación Española de Personas con Parálisis Cerebral y Daño Cerebral Adquirido (FEDPC).

Publicidad



16 Febrero
Oretania Ciudad Real
presenta oficialmente su corto

EL PARAGUAS

Dirigido por Christopher Sánchez
Protagonizado por Alberto López

En el Festival MANZANAREC
Casa de la Cultura de Manzanares
C. Mayorazgo, 4 Manzanares

producciones
aeterna

ORETANIA CIUDAD REAL

UN PASO REAL



Rincones de la provincia
de Ciudad Real

