

# CASTILLA LA MANCHA ACTIVA

Octubre 2022  
Número 52

EJEMPLAR  
GRATUITO

## ORETANIA CR

### Ocio inclusivo

Oretania Ciudad Real anima a las personas con discapacidad a participar en el proyecto de ocio inclusivo impulsado gracias a una financiación proveniente de la JCCM.

## ORETANIA CR

### SIL

El proyecto de inclusión sociolaboral ha conseguido dar empleo a 26 personas con discapacidad en sus primeros cinco meses. Este proyecto que fomenta la inclusión social y laboral de las personas con discapacidad se lleva a cabo gracias a la financiación de la JCCM.

## PATRONATO DE DISCAPACIDAD

### Asociaciones

En nuestra sección especial de noticias de las asociaciones pertenecientes al Patronato Municipal de Personas con Discapacidad (a partir de la pág.14), tendremos noticias organizadas por propio patronato y de Asociaciones.

## ADIFISS

### Taller psicoeducativo

La asociación Adifiss (Asociación de Discapacitados Físicos, Psíquicos y Sensoriales de Daimiel) comenzó el pasado mes de mayo un Taller Psicoeducativo en su sede, gracias a una subvención de la Diputación de Ciudad Real. Gracias a esta subvención se ha podido contratar a la psicóloga Luz María Rincón de la Flor.

## CASTILLA-LA MANCHA

### Subvención discapacidad

El Consejo de Gobierno ha aprobado la resolución por la que se convocan subvenciones a entidades privadas de iniciativa social para el mantenimiento de centros, servicios y desarrollo de programas destinados a la atención de las personas con discapacidad de Castilla-La Mancha para el ejercicio 2023, con un importe de 59,7 millones de euros

# Oretania celebra en el Teatro Quijano una gala benéfica de copla

El próximo 14 de octubre a partir de las 20:30 el Teatro Quijano de Ciudad Real, acogerá una Gala Benéfica titulada "Copla Real" organizada por La Federación Provincial de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (Oretania Ciudad Real).

En este evento los asistentes podrán disfrutar de siete actuaciones a cargo de los cantantes de copla Ana Nagera, ganadora dos veces de A Tu Vera, Germán Ruiz, Juan Vicente Espinosa, Laura García y Alicia, además de una actuación de danza en silla de ruedas a cargo de Javier León, profesor de baile y Maite Segovia. Esta gala, que estará presentada por el reconocido presentador Juan Domínguez y la periodista Yolanda Laguna, contará con una séptima actuación a cargo de la Academia Amanecer procedente de Daimiel (Ciudad Real).

Las entradas ya están a la venta y pueden adquirirse en la sede de Oretania Ciudad Real en la Avenida Rey Santo, nº17, local 2 de Ciudad Real. Estas entradas, cuyo precio será de 8 euros que irán destinados íntegramente a Oretania Ciudad Real, también podrán comprarse dos horas antes de que dé comienzo el evento en la Puerta del Teatro Quijano de Ciudad Real.

Para cualquier duda, pueden ponerse en contacto llamando al siguiente número de teléfono: 621059593.

**GALA BENÉFICA**  
**COPLA REAL**  
**14 OCTUBRE 20:30H**  
Teatro Municipal Quijano  
C. Ciruela, 7, 13001 Ciudad Real

GERMAN RUIZ (COPLA)  
ALICIA (COPLA)  
JUAN VICENTE ESPINOSA (COPLA)  
ANA NAJERA (COPLA)  
LAURA GARCIA (COPLA)  
DANZA INCLUSIVA (JAVI LEÓN Y MAITE SEGOVIA)  
ACADEMIA DE BAILE (AMANECER)

PRESENTA: YOLANDA LAGUNA Y JUAN DOMÍNGUEZ  
**ENTRADAS DISPONIBLES EN NUESTRA SEDE: DONATIVO: 8€**  
**AVENIDA DEL REY SANTO 17 LOCAL 2**  
**• VENTA ANTICIPADA EN LA PUERTA DEL TEATRO**  
**DÍA 14, 2H ANTES DEL EVENTO**  
**CONTACTO TLE. 621 05 95 93**



Fundación "la Caixa"



Ciudad Real  
AYUNTAMIENTO



PATRONATO MUNICIPAL DE  
PERSONAS CON DISCAPACIDAD  
AYUNTAMIENTO DE CIUDAD REAL

**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](mailto:gabineteprensa@oretaniaciudadreal.es)  
[redaccion.clmactiva@gmail.com](mailto:redaccion.clmactiva@gmail.com)

*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.**

o **Nota editorial**

## Fuerza y coraje

La Consejería de Educación ha adaptado por primera vez las pruebas para que las personas con capacidades diferentes puedan realizarlas. Este es el caso de una chica con parálisis cerebral que ha podido presentarse a las pruebas de bachillerato con resultados muy positivos.

La chica ha aprobado los exámenes de mayores de veinte años y se presentará a las pruebas de selectividad. Pruebas en formato test y con preguntas muy cortas, en solitario, en aula adaptada y con ayuda de tecnologías tipo tablets o similares, han sido algunas de las adaptaciones que la Consejería de Educación ha dispuesto para superar las barreras con las que cualquier persona con diversidad funcional se puede encontrar. Conseguir el título de bachillerato ha sido no solo el refuerzo para poder emprender una carrera en la universidad sino también la demostración a ella misma y al mundo entero que no hay barreras si realmente se quiere.

Actualmente, el 15% de las personas con diversidad funcional tiene estudios superiores o universitarios. Este porcentaje es ya tan significativo que alienta a muchas personas a hacerse hueco en el mundo laboral, y

esto, que hasta hace muy poco parecía un sueño, comienza a ser una realidad que cada vez más personas entienden como algo muy a tener en cuenta. Todo ello ha de significar nuevos retos para la diversidad, tanto para el propio alumno como para su entorno, retos que se deben traducir en un concepto que es NORMALIZACIÓN. Mayor presencia en las aulas pero no solo eso, también reclamar una mayor y mejor información, así como formación de los docentes sobre su alumnado con diversidad y reclamar una toma de conciencia real porque aún a día de hoy se percibe el estigma social de ser ciudadano de segunda solo por el hecho de tener alguna discapacidad.

Más empatía por parte de los compañeros y, sobre todo, conciencia en el profesorado de que no todas las discapacidades tienen que notarse a primera vista y que si una persona la tiene reconocida es porque su historial ha pasado por un sinnúmero de evaluaciones por parte de los organismos correspondientes. A esto se suma el reto de la inclusión más allá de los estudios, y esto tiene que ver con la participación: me estoy refiriendo desde la posibilidad de acudir a actividades

de ocio y deporte dentro del campus a la presencia, porque no, en los órganos de gobierno de las universidades. Aunque se ha trabajado mucho para mejorar la accesibilidad en los centros, sobre todo en cuanto a barreras físicas, todavía quedan elementos que dificultan el paso y evolución de las personas con diversidad por las aulas. Desde más y mejores adaptaciones en materiales al tratamiento de evaluaciones, sin olvidar tema becas como apoyo, hasta metodologías y aprendizajes más individualizados.

La tendencia de género también es remarkable. Mientras que en la población en general las alumnas suponen aproximadamente el 60% de los estudiantes, en el caso de las compañeras con discapacidad son algo menos de la mitad. Entre las causas, según mis informaciones, se encuentra un mayor nivel de abandono de las chicas frente a los chicos en la secundaria.

Lorena es solo un ejemplo de fuerza y coraje en Huelva, pero hay muchos más que no quieren saber nada del término OBSTÁCULO si no va acompañado de valentía, impulso y ganas de formar parte. Así que, tengamos presente siempre que más allá de nuestra circunstancia está la actitud con la que nos enfrentamos a ella. Lorena debe ser un espejo en el que nos queremos mirar todos los días.

[www.castillalamancha.es](http://www.castillalamancha.es)



**Castilla-La Mancha**



**CLM  
ACTIVA  
RADIO**

---

**TU RADIO  
MÁS SOCIAL**

---

 @clm\_activa

[www.castillalamanchaactiva.es](http://www.castillalamanchaactiva.es)



**CLM ACTIVA  
RADIO**

## ¿Discapacidad "Invisible" o Negacionismo?

En la actualidad, asociamos inconscientemente sin mostrar un ápice de duda el término de la discapacidad o diversidad funcional a personas con enfermedades físicas o problemáticas que son visibles a simple vista, con esto me refiero por ejemplo que todo aquel que necesite o utilice una ayuda técnica (silla de ruedas, bastón, muletas, etc) son personas que evidentemente sufren algún tipo de diversidad funcional.

Sin embargo, también existen innumerables discapacidades "no visibles", las cuales no son evidentes a simple vista y esto supone un mayor riesgo de exclusión social y discriminación.

Algunas de ellas son:

- Discapacidad Auditiva
- Esclerosis Múltiple
- Condición del Espectro Autista
- Trastornos de Salud Mental

Como he dicho anteriormente, este tipo de discapacidades aumentan el riesgo de exclusión, discriminación e invisibilización en todos los sentidos, lo que supone una lucha incansable sobre su propia condición y los prejuicios, estereotipos, poca consideración, falta de empatía del resto. Todo ello desemboca en un impasse que suscita que las personas que sufren algún tipo de diversidad funcional invisible tengan que justificar de manera reiterada su condición.

Es hora de que todas y todos pongamos un poquito de nuestra parte y nos empecemos a interesar y dar reconocimiento a aquellos temas que necesitan de nuestra participación para poder eliminar barreras y lograr una mayor libertad y autonomía de las personas con diversidad funcional, visible o no visible.



Advertisement for 'MUNDOABUELO' store. The top part shows the store's entrance with the logo. Below are four photos showing various types of mobility aids: a blue wheelchair, a red wheelchair, a purple wheelchair, and a silver walker. At the bottom, the store's address and contact information are provided.

**MUNDOABUELO**  
 CALLE CARDENAL MONESCILLO, LOCAL 2, 13002, CIUDAD REAL  
 mundoabuelociudadreal@gmail.com  
 TLF: 926923485

Advertisement for 'CARPINTERO' carpenter shop. The logo features a saw blade and the text 'Desde 1983'. The background shows a silhouette of evergreen trees against a brown sky. Contact information and address are listed at the bottom.

**CARPINTERO**  
 Desde 1983  
 JUSTINO MATILLA RINCON  
 POL. LA PAJARILLA  
 C/LABRADORES N°57  
 PIEDRABUENA (CIUDAD REAL) 676 31 48 61

# El proyecto de inclusión sociolaboral ha conseguido dar empleo a 26 personas con discapacidad en sus primeros cinco meses

*Este proyecto que fomenta la inclusión social y laboral de las personas con discapacidad se lleva a cabo gracias a la financiación de la JCCM.*

**CLM Activa**

Oretania Ciudad Real, la Federación Provincial de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Ciudad Real, inició el pasado mes de mayo un nuevo proyecto de "Inclusión Socio Laboral" para personas con discapacidad, cuyo objetivo es el de fomentar la capacidad de empleabilidad y de inclusión social y laboral de las personas con discapacidad demandantes de empleo y que está subvencionado por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha (JCCM).

Las acciones y servicios de este proyecto son los siguientes: orientación socio afectiva laboral, información y asesoramiento sobre normativas legales, incentivos y subvenciones a la contratación, importantes bonificaciones en las cuotas a la seguridad social y deducciones en el impuesto de sociedades, preselección de candidatos idóneos a los diferentes puestos solicitados por las empresas, mediación y apoyo en la selección de personal idóneo para los puestos ofertados, seguimiento en la inserción e incorporación óptima del trabajador en la empresa, información y formación específica para calificaciones profesionales, mediación en el sector empresarial de cara a potenciar la contratación, seguimiento de los itinerarios formativos y de la incorporación óptima de los trabajadores y trabajadoras en las empresas y cooperación con las diferentes entidades con el fin de mejorar las oportunidades y condiciones de empleo de las personas demandantes de empleo.



Carmen Baos y Beatriz Fernández, son las dos técnicas de empleo encargadas de poner en marcha y ejecutar este proyecto, desde las instalaciones permanentes del Polígono Sepes Norte de Daimiel, en la Calle Caleros, parcela 96 y desde las sedes de Oretania CR en los municipios de Ciudad Real, La Solana, Valdepeñas, Manzanares y Alcázar de San Juan.

Se trata de un servicio muy necesario ya que la tasa de paro en las personas con discapacidad y en especial entre los jóvenes que sufren una discapacidad es muy alta. La tasa de paro de los menores de 25 años con discapacidad (58,1%) es la mayor de todos los grupos de edad, representando más del

doble que la general para el resto de las personas con discapacidad (25,2%).

Oretania Ciudad Real se propuso al comienzo de este proyecto los siguientes objetivos: 160 personas atendidas, 70 empresas informadas o contactadas, 50 ofertas gestionadas y 30 inserciones. De esos objetivos, en octubre y tras haber pasado 5 meses, los resultados son los siguientes 123 usuarios atendidos, 57 empresas contactadas y 26 inserciones, de las cuales 16 son hombres y 10 son mujeres. En cuanto al tipo de contrato 20 de ellos tienen un contrato temporal y 6 uno indefinido. Y por último, de esas 26 inserciones, 18 son a tiempo completo y 8 a tiempo parcial.

Si tienes reconocida una discapacidad o incapacidad laboral (IPT) y estás buscando trabajo, no dudes en ponerte en contacto con el Proyecto de Inclusión Laboral de Oretania Ciudad Real. En los teléfonos: 673 598 114 y 691 361 243 o en el correo electrónico: [sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es](mailto:sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es). La documentación necesaria para ser beneficiario de este proyecto es: tarjeta demandante de empleo, fotografía tamaño carnet, fotocopia DNI, fotocopia tarjeta de la Seguridad Social, curriculum vitae, fotocopias de títulos académicos y diplomas de cursos realizados, fotocopia carnet de conducir, vida laboral actualizada, certificado de discapacidad y certificado de incapacidad permanente total.

**INCLUSIÓN SOCIO LABORAL**

691 361 243  
673 598 114

[sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es](mailto:sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es)  
[sil.empresas@oretaniaciudadreal.es](mailto:sil.empresas@oretaniaciudadreal.es)

ORGANIZA FINANCIA

Castilla-La Mancha

# Oretania CR anima a las personas con discapacidad a sumarse y participar en su programa de ocio inclusivo

CLM Activa / CIUDAD REAL

El proyecto de ORETANIA CIUDAD REAL "Desde un lugar de la Mancha: ocio y participación inclusiva" de 2022 sigue trabajando para la mejora de la calidad de vida en el ámbito del ocio de las personas con discapacidad y sus familias. Un proyecto que puede realizarse gracias a la financiación proveniente de la Dirección general de Acción Social y Cooperación de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha (JCCM) y cuyo objetivo principal es mejorar la autonomía personal de las personas, mediante programas culturales, deportivos y de participación en los que se ofrezca la presencia conjunta de la comunidad con y sin discapacidad. El programa se lleva a cabo desde un enfoque humanista, a favor de los derechos humanos, deteniéndose en la necesidad de la socioculturalidad de las personas que tienen más dificultades para encontrarlas y disfrutarlas.

Se trata de un proyecto continuista al de varias ediciones anteriores desde que naciera en 2016, en el que se propone la participación y el disfrute del ocio, tiempo libre y actividades culturales de las personas con discapacidad de la provincia de Ciudad Real, así como en programas culturales de participación en general, donde se favorezca la presencia conjunta de personas con y sin discapacidad. Desde este programa se trabaja en un primer momento en la toma de conciencia y la sensibilización sobre la necesidad de participar en actividades recreativas, de ocio y tiempo libre, haciendo partícipes a las propias personas con discapacidad y empoderando su figura a través de la participación y de la valoración de propuestas y, por otro lado, se trabaja la falta de recursos y alternativas de ocio ofreciendo rutas de ocio y tiempo libre para este colectivo. Este proyecto también busca paliar el importante distanciamiento social y/o aislamiento personal que gran parte de este colectivo está sufriendo durante el confinamiento por su condición sine qua non de grupo de riesgo. Paliar la brecha digital aún existente entre las TIC's y las personas con discapacidad en el mundo rural.



Al inicio del año, se realizan los primeros contactos mediante llamadas telefónicas y visitas presenciales a diferentes asociaciones de la provincia de Ciudad Real, así como la publicidad del programa en redes sociales, página web, periódico e instituciones como Ayuntamientos, Centros de la Mujer, Servicios Sociales y oficinas de Turismo, para llegar al mayor número de personas beneficiarias.

Más tarde se planifica la puesta en marcha de diversas actividades; naturales, culturales, acuáticas y/o encuentros gastronómicos, etnológicos etc, en contacto con teatros, museos, hosteleros, guías y medios de transporte, para que la inclusión sea plena. Éstas se diseñan en función de las necesidades de los usuarios de las dife-

rentes asociaciones y beneficiarios independientes que nos visitan en nuestra sede. Hasta la fecha hemos disfrutado del descanso de un recorrido en spa, visitado patrimonio industrial provincial como el Parque Minero de Almadén, hemos viajado a Madrid y Almagro para divertirnos y aprender en obras de teatro, hemos empatizado con animales en la Granja Orea de Ciudad Real y Faunia, hemos superado nuestros miedos en el Parque Warner, también hemos aprendido a cocinar comida tradicional y ser más independientes con maestros cocineros y hemos bailado mucho en los conciertos de Estopa y la Húngara. Pero nos quedan muchas más en las que disfrutar como la visita a Uclés el próximo 1 de octubre y a Guadalupe,

una semana después, el 8 de octubre. Se plantean más de 20 actividades para este año, con más de 125 beneficiarios, por lo que si quieres disfrutar y viajar con nosotros puedes ponerte en contacto escribiendo un correo a ocio.oretaniacr@gmail.com o ya bien llamando al número de teléfono 674266378, además de estar atento a nuestras publicaciones en nuestras redes sociales.

ORETANIA CIUDAD REAL está deseando que formes parte de este programa, mientras tanto seguiremos trabajando por los derechos de las personas con discapacidad, proporcionándoles alternativas de ocio y alternativas que ayuden a que todos tengamos derecho a disfrutar de nuestro tiempo libre y de nuestro entorno.

# Las personas con discapacidad, entre los colectivos más beneficiados por el teletrabajo

## TodoDisca

El pasado 16 de septiembre se celebró el Día Mundial del Teletrabajo. Esta metodología de trabajo ha provocado un incremento de la productividad y la motivación de las plantillas y ha beneficiado a algunos colectivos, como ocurre con las personas con discapacidad o las personas que viven en zonas rurales. Y es que el teletrabajo ha traído otros beneficios como el fomento de la igualdad y la promoción del talento femenino.

Ahora, el estudio de 'Cigna 360 Well-Being 2022' ha revelado que para el 67% de los trabajadores encuestados es fundamental y muy importante que exista un equilibrio entre el trabajo y la vida personal. Un hecho motivado en parte por lo buenos resultados obtenidos para las empresas y por la demostración de que esta nueva forma de trabajar se puede llevar a cabo de una manera fructífera y positiva. Y en esto tiene mucho que ver el teletrabajo.

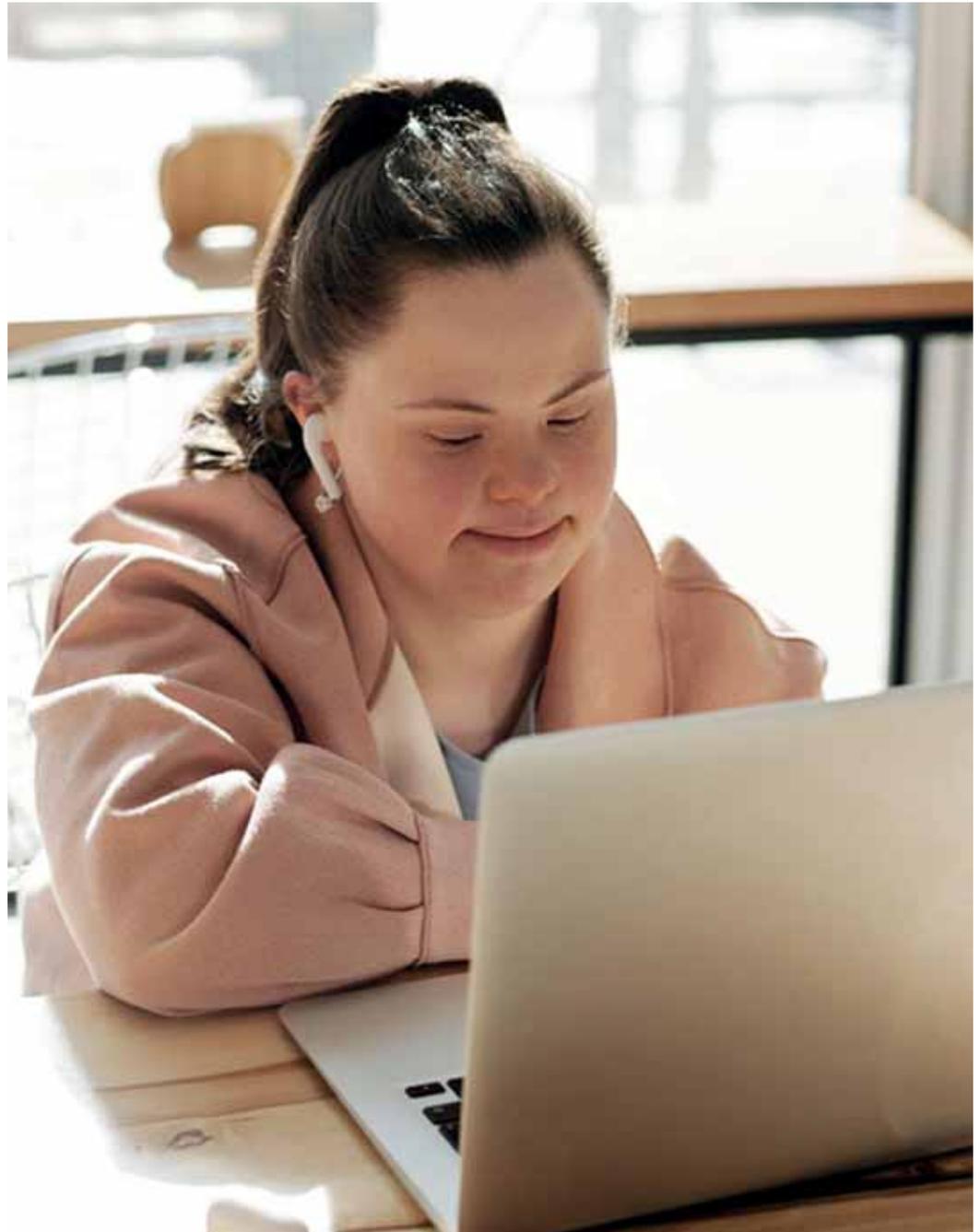
Otro ejemplo es la reducción de la jornada laboral a 4 días a la semana para poder ofrecer al empleado más tiempo de calidad. De esta forma, las empresas son conscientes de la importancia de mantener este equilibrio. Buscar herramientas para mejorar sus planes de salud que ayuden a mejorar el bienestar familiar, mental y emocional de sus plantillas

En el Día Mundial del Teletrabajo, los expertos de Cigna resaltan los grandes beneficios que ha traído este modelo sobre la salud y el bienestar de los trabajadores y las nuevas oportunidades de desarrollo y mejora que ofrece:

- Las empresas que apuestan por el teletrabajo cuentan con más líderes femeninos
- Los empleados consideran que su estilo de vida ha mejorado
- Supone una gran apuesta para conseguir un planeta más sostenible
- Se trata de una oportunidad de desarrollo para las poblaciones rurales
- Las personas con discapacidad se han visto beneficiadas

Las personas con discapacidad, entre los colectivos más beneficiados por el teletrabajo

Según la OCDE, a finales de 2021 en España más del 30% de las personas con discapacidad de encontraban en paro. Sin embargo, con la llegada del te-



letrabajo y las nuevas tecnologías este dato ha podido mejorar año tras año. Esto ha supuesto un gran avance, sobre todo, para las personas con movilidad reducida.

Y es que, de esta manera se evita que tengan que trasladarse hasta los centros

de trabajo al poder desempeñar sus funciones desde casa. Asimismo, gracias a las nuevas tecnologías las personas que padecen ceguera o sordera también han podido encontrar nuevas oportunidades de trabajo y adaptarse al mercado laboral de manera eficiente.

Algunos de los trabajos que más beneficiados se han visto han sido aquellos relacionados con la administración, la gestión de cobros, el diseño de páginas web y la programación, así como las áreas de atención al cliente y la informática.

# Carmen Giménez, atleta paralímpica y víctima de violencia de género, nueva embajadora de la Fundación Adecco

SERVIMEDIA/ Toledo

Atleta paralímpica, campeona de España de atletismo adaptado en las categorías de 800, 1500 y 5000 metros, Carmen Giménez se convierte en nueva embajadora de la Fundación Adecco en su proyecto y misión social “#EmpleoParaTodas las personas”. A través de los #EncuentrosPorLaDiversidad, Carmen y el resto del equipo tienen como objetivo eliminar barreras y estereotipos, generando entornos empresariales más inclusivos, abiertos a la diversidad y a la incorporación de personas con discapacidad. Por medio de su ponencia Andar es solo un verbo, impartirá sesiones dirigidas a empresas, comités de dirección y departamentos implicados en la inclusión laboral de profesionales con discapacidad.

Su testimonio de superación se impone frente a todos los prejuicios que siguen lastrando la plena inclusión de las mujeres víctimas de violencia de género y de las personas con discapacidad en las empresas. “Este mensaje debe calar en todos los estratos de la empresa para acabar con las creencias estereotipadas a las que nos enfrentamos las mujeres víctimas a la hora de optar a un puesto de trabajo”, asegura Carmen Giménez.

No en vano, según el informe Un empleo contra la violencia de la Fundación Adecco, casi tres de cada cuatro (el 74%) de las desempleadas víctimas de violencia de género prefiere no comunicar su situación en las entrevistas de trabajo, ya que temen que informar sobre ello disminuya sus oportunidades.

“Las personas con discapacidad derivada de una lesión producida por un episodio de violencia de género se enfrentan a una doble barrera para acce-



der al mercado laboral, ya que a día de hoy siguen existiendo una gran cantidad de prejuicios que evidencian que queda mucho por hacer para lograr la plena inclusión. Es labor de todos los agentes sociales —empresas, tejido asociativo y sociedad en general— fomentar espacios laborales seguros, evitando cualquier tipo de estigma, ya que el empleo sigue siendo un elemento clave para que las mujeres víctimas de violencia de género puedan salir adelante”- destaca Francisco Mesonero, director general de la Fundación Adecco.

El deporte como tabla de salvación A raíz de un episodio de violencia de

género ocurrido en el año 2010, Carmen Giménez —que entonces tenía 29 años— sufrió una lesión medular. Pero esta no es la única adversidad que ha tenido que afrontar Carmen; su hijo Bruno falleció en un parto prematuro. Un duro golpe que hizo que se iniciara en la práctica del deporte, aliado inesperado que le ayudó en su duelo y a poner en marcha #RunforBruno, una iniciativa que da visibilidad al atletismo adaptado y busca fomentar un deporte y una sociedad más inclusivos.

“Existen muchas similitudes entre el deporte y la empresa. Valores como el esfuerzo y la capacidad de superación

son fundamentales en ambos campos, como también deberían serlo la inclusión y la empatía para lograr entornos más diversos en los que las personas con discapacidad y las mujeres víctimas tengan oportunidad de mostrar su valía”, añade la nueva embajadora de la Fundación Adecco.

Con la incorporación de Carmen, el equipo de la Fundación Adecco cuenta ya con nueve personas referentes para el mundo de la discapacidad: Pablo Pineda, Juan Manuel Montilla “El Langui”, Desirée Vila, Raquel Domínguez, Edu Carrera, David Aguilar “Hand Solo”, María Petit, Avi Mashiah y Javi Martín.

## INCLUSIÓN SOCIO LABORAL

691 361 243  
673 598 114

[sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es](mailto:sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es)  
[sil.empresas@oretaniaciudadreal.es](mailto:sil.empresas@oretaniaciudadreal.es)

ORGANIZA      FINANCIA

Castilla-La Mancha

# El Teatro Quijano de Ciudad Real acogerá el 14 de octubre una gala benéfica organizada por Oretania CR

## CLM Activa

El próximo 14 de octubre a partir de las 20:30 el Teatro Quijano de Ciudad Real, ubicado en la Calle Ciruela nº 7, acogerá una Gala Benéfica organizada por La Federación Provincial de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (Oretania Ciudad Real).

En este evento los asistentes podrán disfrutar de siete actuaciones a cargo de los cantantes de copla Ana Nagera, ganadora dos veces de A Tu Vera, Germán Ruiz, Juan Vicente Espinosa, Laura García y Alicia, además de una actuación de danza en silla de ruedas a cargo de Javier León, profesor de baile y Maite Segovia. Esta gala, que estará presentada por el reconocido presentador Juan Domínguez y la periodista Yolanda Laguna, contará con una séptima actuación a cargo de la Academia Amanecer.

Las entradas ya están a la venta y pueden adquirirse en la sede de Oretania Ciudad Real en la Avenida Rey Santo, nº17, local 2 de Ciudad Real. Estas entradas, cuyo precio será de 8 euros que irán destinados íntegramente a Oretania Ciudad Real, también podrán comprarse dos horas antes de que dé comienzo el evento en la Puerta del Teatro Quijano de Ciudad Real.

Desde Oretania Ciudad Real, os animamos a asistir al evento benéfico y disfrutar de un gran día a ritmo de copla, flamenco y danza. El objetivo principal, además de hacer pasar una noche agradable a los espectadores, es recaudar la máxima aportación para destinarla en su totalidad a esta Asociación que trabaja para ayudar a personas con discapacidad a que siga desarrollando servicios y actividades orientadas a mejorar la calidad de vida, la plena integración en la sociedad y la defensa de los derechos de este colectivo en todos los ámbitos de su vida.

Para cualquier duda, pueden ponerse en contacto llamando al siguiente número de teléfono: 621059593.

**GALA BENÉFICA**  
**COPLA REAL**  
**14 OCTUBRE 20:30H**

Teatro Municipal Quijano  
C. Ciruela, 7, 13001 Ciudad Real

**GERMÁN RUIZ**  
COPLA

**ALICIA**  
COPLA

**JUAN VICENTE ESPINOSA**  
COPLA

**ANA NAJERA**  
COPLA

**LAURA GARCIA**  
COPLA

**DANZA INCLUSIVA**  
JAVI LEÓN Y  
MAITE SEGOVIA

**ACADEMIA DE BAILE**  
AMANECER

PRESENTA: YOLANDA LAGUNA Y JUAN DOMÍNGUEZ  
**ENTRADAS DISPONIBLES EN NUESTRA SEDE: DONATIVO: 8€**  
**AVENIDA DEL REY SANTO 17 LOCAL 2**  
**+ VENTA ANTICIPADA EN LA PUERTA DEL TEATRO**  
**DÍA 14, 2H ANTES DEL EVENTO**  
**CONTACTO TLF. 621 05 95 93**

# Almodóvar del Campo disfrutó de la XII Gala Benéfica de Aidac-Oretania

CLM Activa

El colectivo que da cobertura y defiende los derechos a personas con discapacidad en Almodóvar del Campo, AIDAC-Oretania, se vio arropado solidariamente este pasado 30 de septiembre en el Teatro Municipal con motivo de la celebración de su XIII Gala Benéfica de Copla.

Presentada por Yolanda Laguna y Juan Domínguez, periodistas, se contó con la colaboración desinteresada de la Asociación Cultural Baile Andaluz, Juan Vicente Espinosa Moreno, Alicia Notario Castillo, Carmen Blanco y Germán Ruiz.

Entre el público asistente cabe recalcar la presencia, junto a Irene de Olmo, presidenta de la asociación organizadora, del responsable de la federación provincial Oretania Ciudad Real, Eloy Sánchez de la Nieta y ediles de la Corporación municipal almodovareña.

Así, Lidia Paz quiso destacar "el carácter solidario de nuestro pueblo, en esta ocasión con la gala que felizmente se recupera tras la pandemia, pero hacia personas con discapacidad en el día a día con el urbanismo adaptado que nuestro Ayuntamiento sigue propiciando".

De Olmo y De la Nieta subieron también al final del espectáculo, expresando el presidente provincial palabras de gratitud al público asistente y felicitando al elenco artístico de la noche, invitando a seguir apoyando estas causas e iniciativas por una mejor sociedad.

Desde el mismo escenario, los presentadores pusieron de manifiesto al inicio del evento las bondades de todos los proyectos e intensa actividad que lleva a cabo la Asociación para la Integración de Discapacitados de Almodóvar del Campo, AIDAC-Oretania.

Además, está contribuyendo a la trascendental labor para mejorar la habitabilidad en la población, derribando todo tipo de barreras que en el caso de las arquitectónicas son menos según reconoció al Consistorio el Premio Reina Letizia de Accesibilidad en 2015.

Y más allá de lo físico, esta organización federada a nivel provincial contribuye también a asegurar el derecho de una atención de calidad, e individualizada a toda su masa social; a buscar la igualdad de oportunidades; asesoramiento, promoción e inserción laboral.

Sin olvidar, expusieron Domínguez y Laguna, el disfrute del ocio y del tiem-



**El elenco lo compusieron la Asociación Cultural Baile Andaluz, Juan Vicente Espinosa Moreno, Alicia Notario Castillo, Carmen Blanco y Germán Ruiz.**

po libre por parte del colectivo, fomentando en definitiva entre unas acciones y otras, la autonomía y el bienestar cotidiano de personas con discapacidad o capacidades diferentes, sumando esta gala benéfica a dar la visibilidad que requiere este amplio colectivo de personas.

Así se daría paso a un entretenido e intenso programa a base de baile, música, copla, rumbas o rancheras que daba inicio a las 21,00 horas y se prolongó hasta bien entrada la noche en una convocatoria muy agradable.

Las integrantes de la Asociación Cultural 'Baile Andaluz', bajo la dirección

técnica de María del Pilar Gómez, ofrecieron piezas como 'Niña Giralda', el tango flamenco 'Triana, puente y aparte'.

Germán Ruiz, de Fuente el Fresno, interpretó temas como 'En el último minuto', 'La niña de fuego' y 'La canción del olé', así como un gran homenaje al inolvidable cantaor Rafael Farina con sus clásicas canciones 'Mi Salamanca' y 'Las campanas de Linares'.

Por su parte, Carmen Blanco, artista de la localidad toledana de Mora que padece sordera crónica, tomó el micrófono para deleitar con sus interpretaciones que han llegado incluso el

otro lado del Atlántico en un talento análogo a María Dolores Pradera y Chavela Vargas.

Y, a modo de anfitriona como almodovareña de pro, Alicia Notario, en su caso con discapacidad visual, su portentosa voz dio pie a palos del flamenco como fandangos, colombianas, campanilleros, milongas o alegrías.

Sumando también copla y flamenco por parte de Juan Vicente Espinosa, quien en su labor de pastoreo durante seis décadas fue puliendo el sueño de ser artista como así demostró también en el Teatro Municipal.

**INCLUSIÓN SOCIO LABORAL**

691 361 243  
673 598 114

organiza: [almodovara@institucionandaluz.es](mailto:almodovara@institucionandaluz.es)  
financia: [almodovara@institucionandaluz.es](mailto:almodovara@institucionandaluz.es)

ORGANIZA FINANCIA

Castilla-La Mancha

# Adifiss inicia un Taller Psicoeducativo



## CLM Activa

La asociación Adifiss (Asociación de Discapacitados Físicos, Psíquicos y Sensoriales de Daimiel) comenzó el pasado mes de mayo un Taller Psicoeducativo en su sede. Este se está pudiendo llevar a cabo gracias a una subvención de la Diputación de Ciudad Real.

Gracias a esta subvención se ha podido contratar a una psicóloga, que ya ha participado y trabajado con la asociación en otras ocasiones. Se trata de se trata de Luz María Rincón de la Flor ([www.luzmariarincondelaflores.es](http://www.luzmariarincondelaflores.es)), una profesional que cuenta con una gran experiencia en áreas como la psicología clínica perinatal, infantil, juvenil y adulta

## Curso

Dicho curso se está realizando todos los martes por la tarde en la sede de Adifiss en Daimiel situada en la calle Francisco Pérez Fernández (antiguo Albergue Municipal). En este taller, se trabajan con los socios de esta asociación aspectos como Autoestima, HHSS, Resolución de conflictos y Estimulación Cognitiva de la mano de la psicóloga.

## Subvención

Además gracias a esta subvención la psicóloga también lleva a cabo una primera acogida de las personas interesadas en asociarse, así como apoyo psicológico individualizado y salidas acompañadas de ocio y tiempo libre con los socios. Se trata de una subvención de la que ha podido disfrutar otros años la asociación y que espera seguir recibiendo. Para más información de estas actividades se pueden visitar las redes sociales de Adifiss en Instagram y Facebook o ponerse en contacto con su presidente Carlos Javier de la Flor Gallego a través del email [adifiss@gmail.com](mailto:adifiss@gmail.com)

## XIV Encuentro Oretania de Poetas · San Carlos del Valle

*Coordina:* Luis Díaz-Cacho Campillo

### Poetas:

Alfredo Jesús Sánchez Rodríguez, Antonia Cortés, Antonia Piqueras Jiménez, Diana Rodrigo Ruiz, Eloísa Pardo Castro, Eusebio Loro, Francisco Jesús López Sánchez, Isabel Villalta Villalta, Juan Camacho, Juan José Guardia Polaino, Luis Alberto Lara Contreras, Luis Díaz-Cacho Campillo, Luis Romero de Ávila Prieto, Natividad Cepeda Serrano, Pilar Serrano de Menchén, Santiago Romero de Ávila García-Abadillo y Teresa Sánchez Laguna.

*Prólogo:* Elisabeth Porrero Vozmediano · *Organiza:* Ayuntamiento de San Carlos del Valle y Grupo Oretania · *Colabora:* Alfar Arias, Centro Alfarero La Estación y Ediciones C&G  
*Ilustraciones:* Rosa Leal Arias · *Música:* Agrupación Musical Santa Elena.

**SÁBADO, 29 DE OCTUBRE, A LAS 19,30 HORAS**  
**CENTRO DE LA JUVENTUD (C/ RAMÓN Y CAJAL, 21)**

# Palabras a la muerte



Ayuntamiento de  
San Carlos del Valle



Irenea del Olmo Agudo, presidenta de AI-DAC-Oretania y vicepresidenta de Oretania CR, una mujer valiente que lucha sin tesón por los derechos de las personas con discapacidad. Es un honor para mi poder entrevistarte Irenea, muy buenas.

## ***“Es importante que a las personas con alguna discapacidad se les dé las facilidades para que hagan lo que les gusta y quieren hacer”***

CLM Activa / CIUDAD REAL

**Buenos días, Irenea. ¿Qué tal?**

Hola, muy buenos días. Pues muy bien, gracias.

**Te he hecho una pequeña introducción al principio. No sé si me habré dejado algún dato. Si quieres presentarte tú mejor para quien no te conozca y escuche esta entrevista sepa quién es Irenea.**

Irenea es una persona que llegó aquí a Almodóvar hace 17 años. Yo vine de Cataluña, manchega total. Y entonces, cuando llegué aquí a este pueblo, prácticamente no se podía entrar a ningún sitio como por ejemplo en la casa de cultura, en la iglesia, etc. Había muchos sitios a los que no se podía acceder. Me encontraba atada porque no podía hacer mis cosas.

Casualmente, fui invitada a una reunión de Oretania, conocida entonces como Cocemfe, y fue entonces cuando me di cuenta que tenía que hacer una asociación en Almodóvar para así hacer valer los derechos de acceder a cualquier sitio que todos tenemos. También descubrí la integración de las personas con discapacidad en el mundo laboral.

**Justo iba a preguntarte sobre eso. Has luchado mucho por Almodóvar. De hecho, diría que en Almodóvar del Campo eres una mujer bastante conocida que, como tú has dicho, has peleado para que haya accesibilidad en sitios como la iglesia o las calles. Tal y como me decías hace unos meses en un artículo que hicimos para el periódico también en el centro de salud, un lugar bastante concurrido por las personas.**

En un principio, daba por hecho que en el centro médico habría servicios para una persona que fuera en silla de ruedas, con andador, personas que van con niños en el carrito... Y me di cuenta de que no porque una trabajadora, una de las veces que fui, me dijo que sabía a lo que yo me dedicaba y que en ese centro no hay un servicio grande para que puedan entrar personas con camilla, silla de ruedas, personas con carritos de bebé.

No me lo podía creer. También me dijo que había ido una persona en silla de rue-



das, la cual tenía que ir al servicio, y se tuvo que marchar porque no había un servicio accesible.

Le pedí que me enseñara los servicios y vi que, efectivamente, eran para entrar una persona andando y salir. Entrar con una silla era imposible.

Entonces, pedí hablar con el coordinador del centro médico y le expuse la cuestión de cómo era posible que en un centro médico no hubiera un servicio accesible para que todo el mundo pudiera ir a hacer sus necesidades. Me dijo que lo hablaría pero que no había mucho dinero para hacerlo.

En vistas de que no me dio demasiadas soluciones, fui al Ayuntamiento, pedí cita con el alcalde y cuando me recibió, me dijo que era competencia de

la Seguridad Social, no del Ayuntamiento, pero que él intentaría hablar con ellos.

Un día, una amiga y miembro de la asociación me llamó y me dijo que estaban haciendo un servicio grande y ampliando el ancho de la rampa de la puerta trasera (lugar por donde sacaban a los enfermos en las camillas). No pude contener las lágrimas, no me lo podía creer, porque no habían pasado unos días ni unos meses. Tuvieron que pasar unos años.

Cuando me enteré, fui a agradecerle al alcalde y me dijo que lo había hecho porque yo había ido y porque realmente era necesario pese a que el centro médico era competencia de la Seguridad Social y no del Ayuntamiento.

Fue una gran alegría y satisfacción haber conseguido que haya un servicio grande al cual se puede acceder incluso con una camilla y una rampa lo suficientemente ancha para poder subir y bajar toda aquella persona que lo necesite.

También he conseguido que hagan algunos rebajes en las calles y varias obras en pro de la accesibilidad.

Remarcar que el Ayuntamiento de Almodóvar está muy concienciado con el tema de la accesibilidad porque se han dado cuenta de que era realmente necesario un arreglo. Aunque, recordar a la competencia del Ayuntamiento que le corresponda, que aún hay algunos pasos de cebra que sería necesario que arreglaran rebajando el bordillo de estos.

**Acerca de eso también quería preguntarte. Tal y como has dicho, muchas aceras no están adaptadas para personas en silla de ruedas.**

Cuando hacen cosas nuevas, hay cosas que se pasan por alto. Y es por eso que le doy un tirón de orejas al arquitecto porque tengo fotos de aceras que han hecho nuevas y que no han hecho rebaje en los pasos de cebrase a haber avisado a la persona que le correspondía.

Un caso concreto es la Calle Real, bajando desde la iglesia que hay a mano derecha, donde arreglaron la acera pero hay un bordillo de unos 20 cm. Por lo tanto, si alguien con silla quiere pasar de la calle a esa acera no puede hacerlo.

Me gustaría decirles a los políticos que estoy agradecida con que hoy en día se pueda entrar a casi todas partes en el pueblo pero todavía existen muchas calles que necesitan arreglo para que no tengamos que las personas que vamos en silla de ruedas no tengamos que rodear para poder entrar a un sitio, alargando el recorrido por el hecho de que no es un sitio accesible.

También añadir que hace años fui a hablar personalmente con el arquitecto, no sé si seguirá el/la misma, y le sugerí que cogiera una silla de ruedas y recorriera el pueblo para que se diera cuenta de las barreras que todavía existen en las calles.

**Tal y como dices, hace falta que muchos políticos/as y arquitectos/as se pongan en la piel de las personas con discapacidad.**

También sería bueno que tuvieran a una persona en silla de ruedas a la que le pidieran que les acompañara en un recorrido por el pueblo, que unos días miraran unas calles y otros días otras y que fueran anotando y arreglando las barreras que se van encontrando.

Hay muchas personas que vamos en sillas de ruedas o con andador, personas con carritos, etc. Incluso hay personas que me han parado y me han dicho que en momentos concretos han tenido un familiar en silla de ruedas al cual han tenido que ayudar y es, en esos momentos cuando se han dado cuenta de la verdadera falta que hace la eliminación de barreras.

Es así como se crea conciencia. Sería conveniente que la persona responsable de hacer los arreglos recorra el pueblo en una silla de ruedas o acompañado por una persona en una.

Además, me gustaría decirle a la Policía Local que no cierren los ojos cuando pasen por un paso de cebrase y vean que hay un coche aparcado en el medio de este porque las personas que van en silla tienen que rodear o, como yo he hecho en algunas ocasiones, llamarles para que retiren el coche.

Otra cosa a denunciar es que algunas personas dejan las bicicletas en las aceras impidiendo el paso no solo a las personas en silla de ruedas, también a las personas con discapacidad visual, a quienes no solo les dificulta el paso si no que también les ponen en peligro de caída.

También sería conveniente que los todos los pusieran lo suficientemente altos para que una persona con discapacidad visual no se golpee con ellos al pasar por debajo.

Hay algunos bares que ponen las mesas de las terrazas en zonas que dificultan el paso. De hecho, una persona invidente que reside en este pueblo ya me ha dicho más de una vez que, a causa de la colocación de las mesas, no puede pasar por algunas zonas.

En resumen, estoy agradecida porque hay muchas cosas que han arreglado. En las últimas modificaciones/renovaciones han hecho cosas mal pero también cosas bien.

**El 14 de Octubre, podremos disfrutar en Ciudad Real de una gala benéfica organizada por Oretania CR titulada "Coplal Real" donde los asistentes podrán disfrutar de varias actuaciones de copla y baile. La artífice de este evento eres tú, cuéntanos cómo ha sido todo el proceso de organización**

Yo aquí en la organización de Almodóvar del Campo, para conseguir y reunir dinero, ideamos hace ya 3 años hacer una gala benéfica en el Teatro Municipal, pero se me ocurrió también hacer una gala en el teatro Quijano de Ciudad Real para ganar dinero y llegar a más gente. En Oretania Cr dependemos de subvenciones, no somos una empresa, sino una ONG, pedimos para hacer cosas por las personas con discapacidad, tenemos también la residencia Vicente Aranda en Daimiel que tiene sus gastos, aunque también está subvencionada, además tenemos un periódico gratuito pero el cuál necesita dinero para editarlo, maquetarlo e imprimirlo... Por ello, pedimos e invitamos a la gente que venga a esta gala el día 14 de octubre, cuya entrada son 8 euros pero es un donativo que va dirigido íntegramente a Oretania CR. Los artistas también actuarán por voluntad propia sin recibir nada a cambio, solo por ayudar a la federación y desde aquí quiero agradecerse, al igual que a los concejales y al Ayuntamiento de Ciudad Real porque desde el momento que se lo pedimos no pusieron ninguna pega y accedieron a cedernos el sitio.

**Irenea, este evento se lleva celebrando ya varios años en Almodóvar del Campo, pero será la primera vez que se celebre en Ciudad**

**Real, ¿qué supone para ti y para la entidad poder celebrar esta gala en la capital?**

A mi me gustaría la primera que fuera la primera de muchas galas en Ciudad Real de Oretania CR, porque igualmente en Almodóvar nos cede el Ayuntamiento el teatro, nos cedió el técnico de sonido, la entregas, nos hacen los carteles, es decir, estamos muy agradecidos con todos. Ojalá los próximos años Oretania CR pueda seguir celebrando esta gala y que la gente vaya porque cada año van a ser artistas diferentes.

**Este año como novedad, la gala contará con una actuación de danza inclusiva por parte de Javi Ledón y Maite Segovia. Es importante que en eventos como estos, también haya hueco para el arte inclusivo ¿no?**

Este año va a haber una actuación que nunca hemos hecho, una actuación en silla de rueda con un profesor de baile y otra chica que pertenece a una de las asociaciones de Oretania. Yo les doy las gracias a todos, particularmente yo nunca lo había visto, pero me lo enseñaron y me emocioné mucho. Va a ser la primera actuación y luego tras ellos vendrá el flamenco y la copla.

**Normal que te emociones Irenea, es una actuación muy bonita y que todo el mundo debería ver, les invitamos a que lo veáis asistiendo a esta gala del próximo 14 de octubre. Les damos las gracias una vez más tanto a Javi León y Maite León como al resto de artistas.**

Sí, y tampoco quiero olvidarme de darle las gracias a los presentadores, Yolanda Laguna y Juan Domínguez, un presentador bastante conocido en nuestra provincia. Por tanto contaremos con presentadores de lujo.

**Concienciar y visibilizar de que las personas con discapacidad también son capaces de realizar actividades como estas es uno de los objetivos de esta actuación ¿no?**

Es super importante, hay personas que de la noche a la mañana tienen un accidente o les pasa algo con su salud y su vida cambia radicalmente. A ellos hay que darle mucha importancia al igual que a los que tienen una discapacidad desde que nacen. Es importante que se les dé las facilidades para que hagan lo que les gusta y quieren hacer.

Yo pido una vez más que el próximo 14 de octubre a las 20:30 vayan a la gala, porque es muy bonito y emotivo ver actuaciones como las de la danza inclusiva, ver a gente haciendo lo que les gusta aunque se enfrenten a muchas barreras para poder hacerlo. La entrada puede comprarse en la sede de Oretania CR en Ciudad Real en la Avenida Rey Santo 17 o en taquilla dos horas antes de comenzar el evento.

**Por último, para terminar ¿que supone Oretania CR para ti?**

Para mí que Eloy Sánchez de la Nieta, presidente de Oretania CR, me llamara y me propusiera ser vicepresidente de la Federación fue todo un lujo, les doy las gracias a toda la directiva de Oretania por confiar en mí, es un lujo.

**El lujo es poder tenerte a ti en la entidad Irenea y agradecerte tu disposición y la lucha diario que tienes por mejorar la vida de las personas con discapacidad.**

Las ciudades en las que vivimos no estaban preparadas para las sillas de ruedas, carritos, tacatás... Por ello, creo que debería haber una persona en cada ciudad que luchara para mejorar la accesibilidad en las ciudades. Desde aquí les animo a hacerlo.

**SERVICIO TÉCNICO  
E INSTALACIONES  
DE PLACAS SOLARES**

639 576 819



Info@electricidadhorta.es  
**ELECTRICIDADHORTA.ES**

# Cuando adaptarse es la única opción

*Inmaculada Terriza Reguillos, terapeuta ocupacional de la Asociación de Daño Cerebral Sobrevenido de Castilla-La Mancha (ADACE CLM) en Alcázar de San Juan y Ciudad Real.*

CLM Activa / Ciudad Real

Tras un daño cerebral sobrevenido es muy difícil determinar qué afectación tendrá la persona que lo padece. Las alteraciones y secuelas dependerán de factores como el tipo de lesión, la localización de la misma, así como de características personales, edad, nivel cultural y/o capacidades previas. Además, repercutirán en la realización de las actividades diarias disminuyendo, muy probablemente, su calidad de vida y la de sus familias.

Desde la Terapia Ocupacional buscamos mantener las funciones conservadas e incluso mejorarlas, alcanzando, si es posible, la máxima capacidad física, funcional y social para una adecuada reintegración en el entorno social, familiar y laboral del afectado, a través de actividades individualizadas significativas encaminadas a conseguir los objetivos propuestos, adaptándolas a la persona si fuera necesario.

**Antonio, usuario de ADACE CLM en Alcázar de San Juan, es un caso claro de cambio de vida radical y de un esfuerzo "titánico" por adaptarse a la nueva situación, tanto de él como de su familia.** Licenciado en Marketing y gestión empresarial, ocupaba un cargo de máxima responsabilidad como adjunto al director general de Gestión en una empresa de gran relevancia. Su trabajo le obligaba a pasar largas temporadas fuera de casa viajando por varias localidades de España e incluso fuera de nuestras fronteras.

Contaba un amplio abanico de aficiones como pintura, escritura, ópera, natación, motociclismo, la naturaleza, montar en bicicleta, viajar, meditar...etc. Pero un día su vida se truncó y un traumatismo craneoencefálico con contusiones frontales hizo que tuviera que cambiar de rumbo, afectando también a la vida de su pareja e hija.

En una de nuestras sesiones, pregunté a Antonio una serie de cuestiones relacionadas con su nueva situación:

- T.O: ¿En qué ha cambiado tu vida tras el daño cerebral?

- Antonio: En muchos aspectos. Ahora paso más tiempo en casa con la familia, antes siempre estaba viajando. Echo mucho de menos el viajar, el no poder hacer las cosas que más me gustan, vivir independiente, la aventura.

**Lo que más me cuesta de todo es relacionarme con las personas, al**

**principio me mostraba muy agresivo, ahora lo controlo más, aun así, siempre estoy a la defensiva y en un estado de alerta constante. Me cuesta mucho expresar las emociones, mi familia me dice que me he vuelto muy distante, tengo que pensar para mostrar afecto, antes era súper cariñoso. A veces no entiendo las bromas y los dobles sentidos.** Otro punto a resaltar es que se me olvidan las cosas, por ejemplo, cuando quiero coger algo del frigorífico y al llegar a la cocina no recuerdo a lo que iba.

A veces no identifico las caras de algunas personas, sobre todo las que he conocido recientemente. En ocasiones, me enfrente a la gente como cuando se cuela alguien en el supermercado, "soy incapaz de sujetarme". Lo de los ruidos es horrible, me agitan mucho y me producen espasmos. Antes de la lesión siempre estaba trabajando, era muy activo, con la mente siempre ocupada y muy vital. Me describía como un hombre del renacimiento porque me gustaba ser transgresor y vivir nuevas experiencias "el hombre que dice que no puede hacerlo, será sorprendido por algo que sí sea capaz", así era yo.

- T.O: ¿Cómo te está ayudando ADACE CLM en tu recuperación?

- Antonio: Estoy súper agradecido, para mi familia sois muy importantes. **Es saber que alguien te entiende. Aquí no me siento juzgado, es el sitio en donde mejor puedo expresarme. Me habéis dado muy buenos consejos, pautas para el día a día muy importantes.** Me hacéis ver que las cosas que me pasan son las cosas que me tienen que pasar cuando se tiene un DCS. Antes tenía miedo, ahora sé que, si tengo algún problema, estáis ahí. Me habéis ayudado a aceptar mi nueva situación y a vivir de otra manera.

- T.O: ¿En qué cosas has mejorado desde que iniciaste tu tratamiento?

- Antonio: He aprendido a convivir con el dolor. Ahora camino y no me caigo, mantengo mejor el equilibrio. Puedo pensar y hablar con más claridad, porque era como estar un poco perdido. **Me he acostumbrado a vivir en la niebla y no lo veo tan negro como al principio. Fijarme en los detalles, puedo distinguir que llevas pendientes!, antes no miraba a los ojos cuando quería dirigirme a alguien, aunque quería ver, mi mente no me dejaba,**



**era como que la vida no iba conmigo.**

He empezado a leer un libro, antes no lo entendía, luego no me acuerdo bien, pero al menos me distrae. No podía ni ver la televisión, eso sí, tengo que estar muy concentrado y acabo agotado. ¡A lo mejor algún día puedo ir al teatro o a la ópera! En la actualidad, sé establecer períodos de descanso, ya sé cuándo me va a venir "el bajón" y paro, así puedo recuperarme antes. Hago más tareas en casa como por ejemplo preparar una ensalada o colocar la basura en los cubos del reciclado.

- T.O ¿Qué cosas te gustaría hacer que actualmente no haces o no con la frecuencia que te gustaría?

-Antonio: Escribir y pintar cuadros principalmente.

Con Antonio se elaboró un plan de tratamiento individual destinado a mejorar y compensar los déficits susceptibles, así como el establecimiento de pautas y la búsqueda de actividades principalmente relacionadas con el mundo del arte. Además, se procura controlar la ira mediante recomendaciones a la familia como por ejemplo el anticipo de situa-

ciones nuevas o cambiantes. Durante el tratamiento del usuario, se utilizan imágenes que le facilitan la comprensión, se refuerzan las rutinas y se hace hincapié en hacer sólo una tarea cada vez, estableciendo períodos de descanso.

Para facilitar la adaptación a la vida diaria en el domicilio, se proporcionaron productos de apoyo cognitivos como etiquetas de señalización (por ejemplo para conocer lo que hay dentro de un armario), la utilización de un calendario, el uso de etiquetas de señalización de acción ("bajar la basura", "apagar la cocina"), un horario adaptado de actividades para lograr la independencia en el entorno habitual, secuenciación de actividades para aumentar la iniciativa y el recuerdo espontáneo del orden de los pasos de actividades de la vida diaria, el empleo de agenda/cuaderno, establecer alarmas en el móvil, listas de verificación...

Todo ello con el objetivo de ayudar tanto a Antonio como a su entorno familiar a adaptarse y afrontar lo mejor posible la nueva situación y, como reza el lema de ADACE CLM, trabajar porque una vida salvada sea vivida con dignidad

# Aedem Ciudad Real presenta su nueva junta directiva



## **CLM Activa / Ciudad Real**

El pasado 5 de septiembre, Aedem CR, La Asociación Española de Esclerosis Múltiple de Ciudad Real realizó una Asamblea Extraordinaria en la cual se votó una nueva Junta Directiva. Tras ello, se dictaminó que el nuevo equipo estaría compuesto por:

Presidenta/ Nieves Martin-Serrano  
Vicepresidenta/ Nuria Santos  
Secretaria/ Yolanda Rodrigo

Tesorero/ Pablo García  
Vocales/ José Luis Poyatos y Daniel Fernández  
Delegados de pueblos:  
Daimiel/ Laura González  
Malagón/ Marcelino Lopez-Lucendo  
Puertollano/ Yolanda Laguna  
Argamasilla de Calatrava/ Vicente Arias  
Alcázar de San Juan/ Carmen Carneros.

Una asociación que cuenta con más de 300 socios y una incertidumbre enorme ya que los socios no sabían que iba a ocurrir con la asociación, aunque meses anteriores nuestra compañera Nieves Martin-Serrano lanzaba una noticia de calma a sus compañeros de que la asociación no iba a permitir cerrarla, ya que es una enfermedad crónica desmielinizante y que requiere de unos profesionales como, fisioterapeutas, psicólogos, etc.

## **Aedemcr**

También dar las gracias a todos los socios por confiar en la nueva Junta Directiva.

Aedemcr es una delegación provincial de la Asociación Española de Esclerosis Múltiple (AEDEM), entidad sin ánimo de lucro, que congrega a pacientes con esclerosis múltiple, sus familiares y personas sensibilizadas con la problemática de esta compleja afección.

# INCLUSIÓN SOCIO Laboral

691 361 243  
673 598 114

 [sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es](mailto:sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es)  
[sil.empresas@oretaniaciudadreal.es](mailto:sil.empresas@oretaniaciudadreal.es)



ORGANIZA  FINANCIA   
Castilla-La Mancha

# Fibroreal organiza una obra de teatro y un taller sobre la ansiedad en Ciudad Real

CLM Activa / Ciudad Real

Fibroreal, la Asociación de enfermos y familiares de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica de Ciudad Real, organizará los próximos días 21 y 22 de octubre dos actos que tienen la ansiedad como tema central. El primero de ellos, es una obra de teatro titulada "La ansiedad no mata, pero fatiga" protagonizada por Patri Psicóloga, una de las psicólogas más influyentes de España, y que ha sido galardonada con el Premio del Colegio Oficial de Psicólogos de Andalucía Oriental a la mejor divulgadora en redes sociales, y Rafa Blanca, un cómico y actor zaragozano que ha salido en pantalla con series como «Centro Médico» o «La que se avecina». El dúo se une en esta ocasión con el fin claro de enseñar disfrutando.

Esta obra de teatro podrá disfrutarse el viernes 21 de octubre a partir de las 20 horas en el Teatro Quijano de Ciudad Real, situado en la C/ Ciruela Nº 7. La duración de esta será de 80 minutos y el precio de la entrada será de 13 euros en anfiteatro y 16 del patio de butacas.

Tras el éxito cosechado por su anterior producción, "10 Maneras de cargarte tu relación de pareja", obra que disfrutaron en un año 12.000 espectadores, Patri Psicóloga y Rafa Blanca se unen en un nuevo montaje con el fin claro de enseñar disfrutando. La risa es un gran catalizador de la felicidad, y esto lo sabe muy bien esta pareja tan creativa.

"La ansiedad no mata, pero fatiga" Es una manera de trasladar algo que nos preocupa y nos atañe a todos como la salud mental y tratarlo de manera divertida, desenfadada para que la gente pueda comprender mucho mejor lo que le ocurre. Tratando de crear ambientes cotidianos que nos pasan en algún momento de la vida. Entre ellos están nuestros hábitos de comida, saber lidiar con las tareas de casa o agobios con ver la familia política. "En cada escena se dan consejos y situaciones en las que el público se verá identificado "esto me ha pasado a mí". Toda la función dará consejos".

## Taller sobre ansiedad

Por otro lado, el sábado 22 de octubre tendrá lugar en la casa de la Ciudad

de Ciudad Real, situada en C/ Valle de Alcadia, un taller presencial bajo el nombre "Aprende a relacionarte con tu Ansiedad", organizado también por la asociación Fibroreal y en la que colaboran la Concejalía de Bienestar Social y la Concejalía de Participación Ciudadana de Ciudad Real. Este será impartido por la propia Patricia Ramírez (Patri Psicóloga).

Toda persona que esté interesada en inscribirse puede hacerlo llamando al teléfono 645022444 o ya bien contactando a través del correo electrónico Fibroreal@gmail.com.

Este curso se desarrollará de 10 a 13 horas y constará de 50 plazas a com-

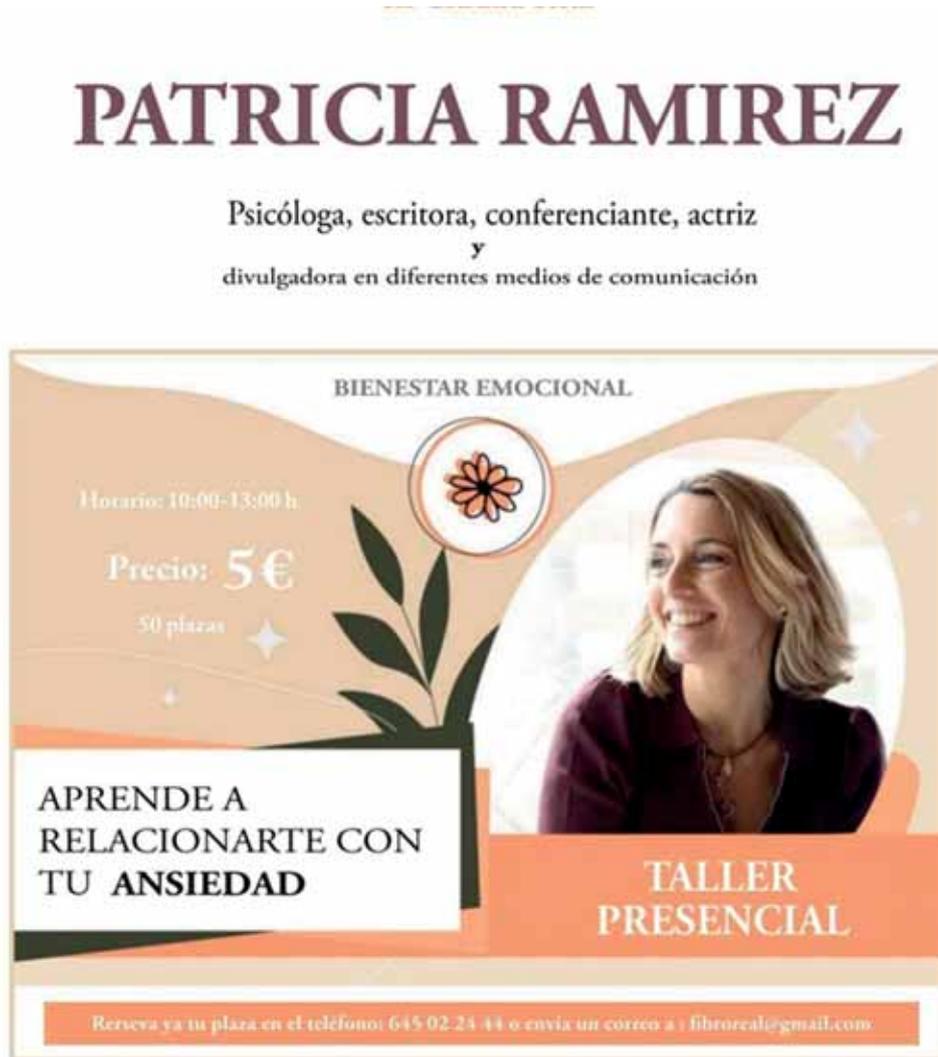
pletar. El precio de inscripción será de 5 euros que irán destinados a la propia asociación de Fibroreal.

Patri Ramírez nos enseñará a través de este taller como afrontar y gestionar la ansiedad, entender cuál es la sintomatología y aceptar que uno siente esa emoción, no luchar contra ella, sino aceptarla. Es muy importante tener hábitos de vida saludables que ayudan a regular nuestros neurotransmisores. No le podemos robar horas al sueño.

Cuando llegan emociones como la ansiedad y la tristeza, lo que hacemos es tratar de evitarlo a toda costa, porque no es normal. Si es normal sentir

cualquier emoción y lo que hay que hacer es aceptarla. El taller proporcionará las herramientas necesarias para ello, para los procesos de la adversidad también.

El taller nos educará en el autocuidado, aprendiendo a compaginarlo con el cuidado de otras personas. Nos ayudará a encontrar un propósito, un para qué. Tiene que haber un sentido detrás. Reconocer el sentido por el que tú haces algo va a ayudar a que tú te mantengas más constante. Y que, en lugar de un propósito, igual se convierte en un estilo de vida, porque has encontrado para qué.



**PATRICIA RAMIREZ**

Psicóloga, escritora, conferenciante, actriz  
y  
divulgadora en diferentes medios de comunicación

BIENESTAR EMOCIONAL

Horario: 10:00-13:00 h

Precio: 5€  
50 plazas

APRENDE A  
RELACIONARTE CON  
TU ANSIEDAD

TALLER  
PRESENCIAL

Reserva ya tu plaza en el teléfono: 645 02 24 44 o envía un correo a: fibroreal@gmail.com

# Los enfermos y enfermas con Encefalomiелitis Miálgica/Síndrome de Fatiga Crónica y/o Sensibilidad Química Múltiple son INVISIBLES.



Fotografía de Concurso de Fotografía de la asociación SFC-SQM CLM 2021.

## Milagros Sánchez Fernández

Visibilizar ambas enfermedades no es sólo contar en qué consisten sus síntomas y cuáles son las numerosas limitaciones y dificultades que conlleva padecer enfermedades infradiagnosticadas y huérfanas de tratamiento.

Hacer visibles a estos enfermos, enfermas y familias es hablar de INDIFFERENCIA. Indiferencia que en este caso tiene principio pero que no tiene fin.

La indiferencia siempre busca una excusa y estas dos enfermedades se lo han puesto fácil. La indiferencia busca que la enfermedad duela un poco más si cabe y que el mundo se derrumbe cada día más y más ante personas que no comprenden la razón de su aislamiento y soledad.

La indiferencia ante el sufrimiento ajeno es la peor enfermedad que puede afectar al ser humano y endurece sin piedad los corazones. Esto todavía no lo saben quiénes se muestran indiferentes con sus comentarios y actos. Quiénes así se comportan y se jactan de saber lo que dicen, no saben nada en realidad. La cotidianidad de las familias enfermas es vivida en cada casa y sólo ellas saben la pena sentida ante el desinterés e insensibilidad mostrada cuando se asoman al mundo.

Pero es que la indiferencia no sólo es cosa de personas que no acompañan y huyen y que no arropan porque dudan del otro. La indiferencia también la practican las instituciones y entidades que deben velar por el bienestar y salud de los individuos y que tanto

presumen en sus discursos y actos de estar trabajando por un Estado más social, más tolerante y más integrador.

La indiferencia no perdona cuando se trata de dos enfermedades que cuesta pronunciar y que todavía no han encontrado el camino al reconocimiento social y a su tratamiento. Estas personas enfermas están prisioneras en su propio padecimiento y sienten el rechazo de políticos, ciudadanos e instituciones que miran para otro lado para no dar pasos hacia el cambio.

La Encefalomiелitis Miálgica/Síndrome de Fatiga Crónica y Sensibilidad Química Múltiple no necesita ni quiere compasión y pena. No necesita discursos políticos vacíos de realidad pero llenos de promesas que nunca llegarán. No se necesitan excusas sino

hechos y no buscan protagonismo sino investigación en tratamientos que puedan algún día mejorar la calidad de vida de tantas y tantas personas.

La dejadez, la incomprensión y el abandono implacable que sufren estos enfermos y enfermas debe cambiar ya. Los corazones individuales e institucionales deben comprender que la realidad de muchas personas no se ve pero existe y que todos podemos estar algún día enfermos y se necesita el calor y la compañía de los demás.

Como asociación, animamos a políticos, profesionales, instituciones públicas y privadas y personas con las que compartimos vida y realidad a ser cada día un poco más humildes y empáticos hacia la enfermedad y hacia la discapacidad orgánica que no se ve pero se sufre.

# El Consejo de Gobierno aprueba un gasto de 59,7 millones de euros para la atención a personas con discapacidad de la región

JCCM/ Toledo

El Consejo de Gobierno ha aprobado la resolución por la que se convocan subvenciones a entidades privadas de iniciativa social para el mantenimiento de centros, servicios y desarrollo de programas destinados a la atención de las personas con discapacidad de Castilla-La Mancha para el ejercicio 2023, con un importe de 59.797.096 euros.

Tal y como ha informado la consejera de Bienestar Social, Bárbara García Torijano, tras la reunión semanal del Consejo de Gobierno, "se trata de una de las convocatorias más significativas de todo el Gobierno regional por su importante dotación presupuestaria, que alcanza casi los 60 millones de euros".

Esta convocatoria "ha tenido un incremento de 3,7 millones de incrementos sobre la convocatoria de 2022, que, a su vez, ya había crecido 3,6 millones respecto a 2021", ha explicado la titular regional de Bienestar Social, quien ha asegurado que desde el Gobierno regional "se ha apostado fuertemente por ella, habiendo incrementado su dotación económica en casi 20 millones de euros en estas dos legislaturas, un 48 por ciento más que en 2015", cuando se presupuestaban 40,3 millones de euros, frente a los casi 60 de la actual.

Esta convocatoria "viene con fuerza", ha aseverado, no sólo por su incremento presupuestario, sino por el adelanto de su publicación, "siendo la primera vez que se saca en el mes de septiembre para que pueda ser resuelta en el año en vigor", aunque el año pasado ya se adelantó dos meses con respecto a años anteriores, ha especificado.

## Apoyo y compromiso con el Tercer Sector de la Discapacidad

Todo ello "demuestra que el Gobierno de Emiliano García-Page apoya fuertemente al movimiento asociativo de la Discapacidad, estando al lado del Tercer Sector", ha manifestado la titular de Bienestar Social, recalcando la "alegría" que supone para el Gobierno regional y para la Consejería de Bienestar Social la publicación de esta convocatoria con la que generar una "más que necesaria



estabilidad en el sector después de esos años en los que sufrieron tanto" y, asimismo, "ampliar en nuevas plazas en los recursos para los que existe demanda por parte de las familias de personas con discapacidad".

## Más de 11.000 familias atendidas y 161 entidades beneficiarias

García Torijano ha indicado que la convocatoria de subvenciones va dirigida a entidades privadas, de iniciativa social, del ámbito de la discapacidad, habiéndose beneficiado de la misma en el ejercicio 2022 un total de 161 entidades de toda Castilla-La Mancha.

"Son entidades que realizan su trabajo en el ámbito de la atención especializada y que atienden a más de 11.000 familias con personas con discapacidad en Castilla-La Mancha". En la convocatoria 2022 se financiaron 289 programas dirigidos a la atención de las personas con discapacidad y sus familias en Castilla-La Mancha, de ellos 158 tenían carácter regional y 131 tenían carácter provincial.

Con estas ayudas las entidades privadas han podido financiar los gastos de personal y mantenimiento de 99 cursos de día con un total de 3.345 plazas; 124 centros de carácter residencial con más de 1.400 plazas y 51 centros de Atención Temprana y desarrollo infantil que atienden a casi 6.400 familias con hijos con dificultades en su desarrollo.

## Novedades de la convocatoria y procedimiento de solicitudes

La consejera ha entrado en detalle sobre la convocatoria de subvenciones para 2023 que, si bien no presenta cambios en su contenido con respecto al año anterior, sí recoge, sin embargo, una modificación en su orden de bases para incorporar los criterios de incentiación y medidas de apoyo a solicitantes de ayudas en zonas escasamente pobladas o en riesgo de despoblación, siguiendo con el impulso a la Ley de Medidas frente a la Despoblación "en la que se vuelca el Ejecutivo de García-Page desde sus diferentes áreas de gobierno,

también desde el ámbito de la atención a la discapacidad".

Las subvenciones ampararán gastos desde 1 de enero hasta el 31 de diciembre del año 2023, mientras que el importe máximo individualizado por cada programa no excederá de 3.000.000 euros en el caso de expedientes de carácter regional, y de 150.000 euros en el caso de expedientes de carácter provincial, ha detallado García Torijano.

La solicitud deberá presentarse vía telemática mediante formulario en la sede electrónica de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha [www.jccm.es](http://www.jccm.es)

Es, en definitiva, "una convocatoria muy importante, que da respuesta a muchas familias y al trabajo conjunto entre la Administración regional y el Tercer Sector y que, sin duda, con el incremento presupuestario y el adelanto en su publicación, va a garantizar la estabilidad a las familias y a las entidades que necesitan y se merecen", ha concluido la consejera.



**CLM Activa**

A través del programa 'Juntos somos capaces' desarrollarán las prácticas de un curso de atención al público en la Ciudad 'Deportiva Virgen de la Cabeza', en el Centro de Mayores del Lucero y en el Centro de Servicios Sociales.

Fomentar la integración socio-laboral de personas con discapacidad es el objetivo del programa 'Juntos somos capaces', que ha comenzado a materializarse este jueves fruto del convenio suscrito entre el Ayuntamiento de Valdepeñas, la Asociación de Familiares y Amigos de Personas con Discapacidad (AFAD) y la Fundación Mapfre.

De este modo el consistorio renueva su compromiso con la asociación AFAD para mantener su convenio de colaboración de prácticas y la Fundación Mapfre continúa por tercer año con el programa 'Juntos somos capaces'. Una iniciativa que beca a 8 jóvenes de la localidad con discapacidad intelectual, que han realizado un curso de atención al público, para realizar prácticas no laborales en dependencias municipales.

La concejala de Servicios Sociales, María del Mar Marqués, manifestaba

## Jóvenes con discapacidad de Valdepeñas comienzan a realizar sus prácticas de formación en Dependencias municipales

que esta experiencia "será muy positiva no solo para ellos sino también para todos los que vamos a estar a su alrededor, que vamos a poder disfrutar de su trabajo y profesionalidad, ayudándolos para ver que son como los demás somos, cada uno con nuestras capacidades".

Las prácticas las realizarán durante dos meses en diferentes instalaciones municipales. Dos de los alumnos en la Ciudad Deportiva 'Virgen de la Cabeza', tres personas en el Centro Municipal de Mayores del Lucero

y otros tres en el Centro de Servicios Sociales, todos ellos con apoyo de un trabajador de AFAD así como de los trabajadores municipales de los diferentes servicios.

La presidenta de la Asociación de Familiares y Amigos de Personas con Discapacidad (AFAD), Lorenza Abellán, afirmaba que "para ellos esto es una oportunidad muy grande, la autoestima se la eleva, en estas situaciones podemos ver que tienen otras capacidades y nos las pueden demostrar a todos".

### **Juntos somos capaces**

El programa 'Juntos somos capaces' de Fundación Mapfre lleva más de 12 años de trayectoria para conseguir la integración socio-laboral y la normalización de las personas con discapacidad intelectual y/o trastorno de salud mental. Dicha iniciativa ha hecho posible que a nivel nacional más de 6.000 empresas e instituciones que colaboran activamente con el programa, facilitando la inserción laboral de más de 5.200 personas.

Cristina Díaz realizó su formación musical en Canto Moderno y Jazz en la Escuela de Música Creativa, y estudió Claqué y Teatro Musical en la Escuela Bohemian Bocanegra Rhapsody, ambas en Madrid, y en la actualidad se está formando en Saxo Tenor. En 2015 inició el proyecto Alma de Jazz, una propuesta novedosa dentro del mundo del Jazz en el que seleccionó un repertorio con los estándares de Jazz más conocidos por el público en general adaptándoles la letra al

español, respetando el significado de la letra original en inglés.

En su faceta de compositora, ha compuesto varios temas dentro del género del Jazz, así como también hace guiños a otros estilos afines como el Blues o la Bossa-nova, y siendo fiel a su sello de identidad, todo en español. Hasta la fecha ha presentado su repertorio de Jazz en español por varios teatros, salas y festivales en diferentes ciudades españolas como Madrid, Bilbao,

Oviedo o Zamora, así como también se ha presentado en el panorama internacional representando a España en el Festival Music Parshow celebrado en Moscú (Rusia), obteniendo unas excelentes críticas.

A todo esto, se le une la faceta de bailarina, presentando sus coreografías de claqué en algunos de los temas por lo que hace que el repertorio se convierta en un espectáculo único y diferente, consiguiendo acercar el Jazz al público en general.

## ***“Desde la administración pública deberían hacer más campañas de sensibilización, educación y civismo”***

Francisco Javier Petit Rodríguez

**¿Si hay algo de los que estamos intrigados es como se originó el proyecto Alma de Jazz y si pensabas cuando comenzantes que iba a llegar tan lejos?**

Pues la verdad es que no porque como bien has comentado en 2015 me vino la idea de buscar Jazz en español ya que todo el Jazz que se escucha es en inglés y empecé a buscar por internet pero no encontré a nadie con todo su repertorio de jazz en español hay se me encendió un poco la bombilla empezando hacer los estándares de jazz mas conocidos ya que quería hacer un jazz que se acercara más al público en general y empecé a versionar las propias canciones respetando siempre la letra original sin cambiar nada como hacían otros compañeros del sector siendo así como se generó este proyecto.

**Además de cantante eres y creo que pocos saben que eres psicóloga ¿Cómo se compaginan ambos trabajos? ¿O te dedicas al mundo musical plenamente?**

Yo estudié y trabajé como psicóloga hasta el año 2014, que fue cuando por mi enfermedad degenerativa se agravó perdiendo la vista por completo por lo que tuve que dejar de ejercer muy a mi pesar, y ahí fue cuando di el paso de dedicarme a lo que hago y más me gusta la música, bailar y el jazz.

**Es sabido que debido a una enfermedad degenerativa fuiste perdiendo la vista gradualmente ¿Cuándo fuiste consciente que podías llegar a quedarte ciega y como se prepara uno personalmente para este revés?**

Bueno empecé a perder la vista con 10 años, pero en ese momento tenía una capacidad visual que me permitía un poco más o menos manejarme en la vida, pero a partir del año 2013-2014



Cristina Díaz

prácticamente la perdí de una forma más acelerada y fue muy complicado tener una pérdida de visión tan brusca de la que me costó adaptarme a la nueva situación, teniendo que tirar también de ayuda psicológica. Pero de todo se sale, a todo te adaptas y solo queda salir hacia delante con la mejor aptitud teniendo los recursos necesarios para poder afrontarlos.

**¿Siendo una persona con discapacidad visual has tenido o encontrado algún impedimento a lo largo de tu carrera profesional y artística?**

Impedimento como tal no, porque siempre cuando trabajaba como psicóloga, trabajaba en el ámbito de la discapacidad, ya que por mis circunstancias personales estaba muy sensible hacia ese tema. En ámbito musical tampoco ya que siempre te ayudan facilitandote lo que necesites, como subir o bajar del escenario, colocar bien un micrófono etc., cosas que a mí como artista me pueden poner un poco más nerviosa, pero en general no encontrado ningún impedimento.

**¿Crees conscientemente que la sociedad está totalmente preparada para normalizar estas situaciones y que todas las barreras y muros tanto en ciudades tienen las infraestructuras necesarias para hacer la vida más fácil a personas con discapacidad visual u otro tipo de discapacidad?**

La verdad que en este caso queda mucho por mejorar, ya que está un poco en la educación de la sociedad, y te pongo un ejemplo muy claro, yo que vivo en Madrid pues tengo muchas complicaciones a la hora de caminar por la calle debido al problema que causan los patinetes eléctricos, las terrazas de los bares... En definitiva, muchos obstáculos por las aceras que debes sortear como buenamente puedes. La gente no es consciente que se puede chocar con alguno de los ejemplos que te he comentado, tengas una discapacidad visual u otro tipo, así como una persona mayor. En Madrid siempre tienes que ir alerta porque nunca sabes lo que te puedes encontrar, pero en contraprestación a esto, sí te encuentras gente amable que te ayuda. Por todo ello, pienso que desde la administración pública deberían hacer más campañas de sensibilización y educación como de civismo que se va perdiendo.

**En tu introducción creo recordar haber dicho que también utilizas el claqué en tus espectáculos y coreografías ¿Es tan difícil como uno lo puede observar desde lejos?**



Cristina Díaz

A mí de siempre me ha gustado el claqué, desde pequeña, viendo películas dedicadas a este estilo por lo que era algo que quería hacer en la vida, bueno difícil todo es relativo lo que tienes que hacer es tener el ritmo y mucho sentido rítmico ya que tienes que hacer una percusión con los pies con los zapatos que tienen unas láminas de metal para cuando choques con ellos hagas la percusión que requieres teniendo un buen oído y sentido rítmico aparte de coordinación claro pero bueno difícil o no al fin al cabo es como cualquier otro baile.

**¿Se siente un poco de miedo escénico antes de actuar ante miles de personas en algún teatro o festival o tienes alguna pauta o ejercicio antes de salir que te hace salir totalmente relajada al escenario?**

Totalmente relajada nunca se sale al escenario y también sería contraproducente porque siempre tienes que tener un punto de tensión ya que estas haciendo una actividad que requiere concentración y quieres hacerlo bien ya que tienes a un público que está muy expectante de escucharte entonces relajada del todo nunca se sale al escenario y mas con miedo porque el miedo paraliza por todo ello salgo lo más concentrada posible.

**¿Háblanos un poco de tu disco Luna Azul, un disco que por otra parte puedes escuchar en YouTube, Spotify y otras Plataformas Digitales?**

Mi disco Luna Azul salió en 2017 es de producción propia ya que yo quería participar en festivales de Jazz y empecé a componer porque en algunos festivales era un requisito tener un disco publicado por lo que compuse 10 temas sobre todo de jazz, blues y bossa-nova.

Otra cosa que tuve que hacer fue buscar una banda ya que cuando comencé en 2015 Alma de Jazz fue en formato dúo me acompañaba y me sigue acompañando Carolina Loureiro al piano, al contrabajo Luis Miguel Francesh y en la batería y percusión Jorge Fadrique con colaboraciones especiales de Daniel Juárez en el saxo tenor y Gladton Galliza a la guitarra.

**¿Eras consciente al principio del gran impacto que tendría el disco y que llegaría a tanta gente?**

Pues la verdad, es que no, porque al principio era para abrirme un poco puertas para participar en festivales pero no fui realmente consciente que tendría tal impacto y sinceramente es muy gratificante que a la gente le gustara tanto pidiéndome por

redes sociales, emails cuando voy hacer otro .. etc, también al ser canciones propias y gracias a las nuevas tecnologías podemos llegar a todos los rincones del mundo y eso es algo muy especial.

**¿Qué mensaje le darías a la juventud tanto a la que tenga algún tipo de discapacidad o no para que tomen un poco más en serio la vida?**

Pues yo siempre digo que en esta vida hay que tener un poco claro lo que se quiere, porque todo el mundo tiene un talento y hay que potenciarlo como encontrarlo aceptando nuestros puntos fuertes y nuestros puntos débiles pero cualquier persona tenga la edad que tenga puede lograrlo.

**Muchas gracias Cristina por hacernos un pequeño huequito en tu apretada agenda para atendernos y hacer que amemos más el Jazz, para que te admiremos más como persona y por demostrar una y otra vez que con humildad, pasión, trabajo y esfuerzo todo o casi todo se consigue en esta vida?**

Muchas Gracias a vosotros y espero y deseo estar y poder charlar con vosotros todas las veces que queráis.

# La Selección Española de Bádminton consigue cinco medallas en el Internacional de Uganda



## CLM Activa

Con dos medallas de oro, dos de plata y una de bronce regresó la delegación paralímpica española del Torneo Internacional de Bádminton de Uganda, la competición de nivel 3 que se celebró en Kampala hasta el 18 de septiembre. Su participación fue posible gracias al apoyo del Equipo de Promesas Paralímpicas de Bádminton, una iniciativa conjunta del Comité Paralímpico

de Español y la Federación nacional de este deporte.

El granadino de 17 años Iván Segura concluyó su participación con dos metales, un oro y una plata, que se suman al bronce en dobles que conquistó el pasado mes de mayo en el Internacional de Bahrein. En la prueba individual de la clase SH6 (jugadores de talla baja) se proclamó campeón tras imponerse en dos sets a sus tres rivales indios Gokul Das Areeparamb (21-9 y 21-12), Akash

Sethu (21-8 y 21-14) y Balasubramanian Rajkumar (21-15 y 21-19). Con este último deportista formó pareja en dobles y juntos se hicieron con la plata.

También logró dos medallas en Uganda el onubense Paco Motero, quien ya sumó un bronce en Irlanda hace dos meses. En dobles mixtos WH1-WH2 ganó el oro formando pareja con la egipcia Shaimaa Samy. Primero vencieron a los ugandeses Kevin Mubiru y Flavia Basuuta (21-4 y 21-5) y des-

pués a los indios Kumar y Ammu Mohan (21-14 y 21-18), a los que volvieron a derrotar en semifinales (21-15 y 21-15). Su rival en la final fue otra dupla india formada por Neeraj Kumar y Shabana Shabana, que perdieron por un claro 21-5 y 21-11.

En individual WH1 (deportistas en silla de ruedas con mayor afectación) Motero superó al marfileño Djenon Emmanuel Djah (21-6 y 21-6) y al local Samuel Waiswa (21-8 y 21-10),

CLM ACTIVA

TU RADIO

MÁS SOCIAL

¿A QUÉ ESPERAS PARA ESCUCHARNOS?

@clm\_activa

CLMACTIVARADIO.ES



pero en semifinales no pudo con el indio Shashank Kumar (17-21 y 13-21), así que se llevó un bronce.

La quinta medalla española y primera para ella fue la conseguida por Cristina Sánchez en la competición individual de la clase SU5 (jugadores con discapacidad en los brazos). La granadina lideró su grupo con victorias sobre la ugandesa Ritah Asiimwe (21-17 y 21-15) y la centroafricana Ketsia Iman Kolika (21-8 y 21-12). En semifinales derrotó a la local Sumini Mutesi (21-16 y 21-17), pero en la final cayó ante la india Vaishali Nilesh (15-21 y 17-21).

En cuanto al resto de la delegación nacional, el gijonés Pablo Serrano alcanzó los cuartos de final en SU5, aunque se vio superado por el singapurense Wei Ming Tay, primer cabeza de serie, por un doble 14-21. Y en clase SL3 para deportistas con discapacidad en las piernas, el toledano Jaime Polo

cayó en la ronda de octavos en su debut internacional.

Los jugadores continúan así su preparación para el Campeonato del Mundo, que tendrá lugar en Tokio el próximo mes de noviembre. Además de intentar luchar por las medallas, el objetivo será sumar la mayor cantidad posible de puntos en el ranking clasificatorio de los Juegos Paralímpicos de París 2024.

#### Concluye la 11ª edición del Campeonato Nacional de Fútbol 7 Inclusivo en Albacete

El 11º Campeonato Nacional de Fútbol 7 Inclusivo ha llegado a su fin. El torneo se ha celebrado en el Complejo Deportivo 'Carlos Belmonte', entre los días 22 y 25 de septiembre con una gran participación.

Esta modalidad deportiva reúne en el terreno de juego a equipos formados por jugadores con y sin discapacidad in-

telectual, contribuyendo así a la apuesta de FECAM para que esta competición se convierta en referente de la normalización mediante el deporte.

Este año han participado 33 equipos procedentes de 19 delegaciones, llegadas de seis comunidades autónomas, en total, han sido 353 los jugadores que han participado en esta competición.

El Campeonato Nacional de Fútbol 7 Inclusivo que se celebra todos los años en Albacete y que cumple su undécima edición fue presentado en la Casa Perona de la capital manchega, con la presencia de numerosos representantes políticos, encabezados por la viceconsejera de Cultura y Deportes de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, Ana Muñoz.

El evento está organizado por Fecam (Federación de Deportes para Personas con Discapacidad Intelectual de Castilla-La Mancha, cuyo presidente, Jesús Ruiz, relató que la participación en este

torneo, que se desarrolló desde el jueves 22 hasta el domingo 25 de septiembre en los campos anexos del Estadio Municipal Carlos Belmonte, será de 33 equipos, procedentes de seis comunidades autónomas, con un total de 350 deportistas, con y sin discapacidad, ya que este torneo reúne en el terreno de juego a equipos formados por jugadores con y sin discapacidad intelectual.

La selección de Castilla y León revalidó el título de campeona de España de Fútbol 7 inclusivo. El combinado castellano leonés logró en Albacete el cuarto título de la disciplina en once años y se confirma como el gran dominador de este deporte.

El equipo de la Federación de Deporte Adaptado de Castilla y León (Fedeacyl) revalidó el entorchado logrado en 2021, tras derrotar en la final a Realidad Toledo (2-1), en un encuentro que se decidió en los minutos finales.



## #TUMEJORDEFENSA

### EN CLM ACTIVA RADIO

 [www.castillalalamanchaactiva.es](http://www.castillalalamanchaactiva.es)

 @clm\_activa





# UN PASEO REAL



Rincones de la provincia  
de Ciudad Real