

# CASTILLA LA MANCHA ACTIVA

Diciembre 2025  
Número 86

EJEMPLAR GRATUITO

## CLM ACTIVA

### Entrevista CLM Activa

Continuamos con la serie de entrevistas, esta vez es turno de Gregorio Tejero, Vocal de Castilla-La Mancha Activa y presidente de la Asociación La Almazara; y Brígida Martín, presidenta de AMÍPORA, dos de las asociaciones con una relación más larga con CLM Activa.

## ACTUALIDAD

### III Gala Oretania Ciudad Real

El Teatro Quijano de Ciudad Real se convirtió en un latido común de arte que habló por todos y donde la inclusión brilló sobre el escenario. Entre palmas, coplas y sueños, Oretania Ciudad Real celebró una cita donde la unión se hizo música, haciendo que cada corazón latiera con fuerza y se elevara al ritmo de cada actuación.

## ASOCIACIONES

### Paseo Real

Las asociaciones ADIFISS, AMFISA y AIDAC disfrutan de los viajes financiados por la Diputación Provincial de Ciudad Real con motivo del 420 aniversario de la obra Don Quijote de La Mancha con excursiones, visitas a almazaras y rutas por parajes naturales.

## PATRONATO

### Proyecto Actívate

Castilla-La Mancha Activa convierte la radio en una herramienta de cambio social, mostrando vidas reales que desafían estereotipos y reclaman una sociedad más justa y humana. Voces diversas y experiencias invisibilizadas se encuentran en Actívate, un proyecto que sitúa a las personas en el centro y reivindica sus derechos más básicos.

## ACTUALIDAD

### Convenio con Globalcaja

En su compromiso con la inclusión social, la Fundación Globalcaja Ciudad Real firma un convenio de colaboración con CLM Activa y el proyecto Danza Inclusiva, mostrando su apoyo a los programas que promueven una sociedad más justa y equitativa.

# Oretania Ciudad Real, anfitrión del Proyecto europeo 'The touch of the art', cita clave para la inclusión y la integración



Esta vez han sido las entidades de Grecia, Suecia, Armenia y Francia, las que se han desplazado hasta Ciudad Real para conocer de cerca y profundizar en el trabajo que Oretania Ciudad Real pone en marcha cada año con sus asociaciones, fomen-

tando y promoviendo la integración, la inclusión y el bienestar mental y socioemocional de los jóvenes, con o sin discapacidad.

Entre el 2 y el 7 de noviembre, diez integrantes: Anastasia Gkouvatzí, Christina Xiarchou, Jessica Hultzen, Ch-

ristina Nilsson, Krina Anagnostopoulou, Constantinos Mpampis, Margarita Lagzyan, Hrach Arzumanyan, Ulysse y Alice Romero, llegaron a tierras manchegas para fortalecer una Red de Arte y Discapacidad a través de la participación.

**Edición**

Castilla-La Mancha ACTIVA  
(CLM ACTIVA)

**Dirección y Redacción**

Equipo CLM Activa

**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  
oretaniagabinete@gmail.com

**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  
926 854 928

**Página web**  
<http://castillalamanchaactiva.es/>

**Correo electrónico**  
[difusionredes@castillalamanchaactiva.es](mailto:difusionredes@castillalamanchaactiva.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.**

o *Nota editorial*

## Hablar lo justo



**José Luis Poyatos /  
VOCAL DE ORETANIA CIUDAD REAL**

No soy discapacitado, tengo una discapacidad, que no es lo mismo. Llamadme discapacitado o minusválido me estás despojando de la identidad de mi persona y antepones o percibes solo mis limitaciones. Estoy seguro de que tú también tienes las tuyas y te aseguro que no hablaré contigo ni de ti anteponiendo los prejuicios o estigmas que te definan como persona. Hace un tiempo leí una noticia que decía algo así como: "diez personas heridas en un incendio, entre ellas tres discapacitados", pero no hablaba de ninguna otra condición. Este es un claro ejemplo de que los tabúes se siguen reflejando en muchos lenguajes.

La discapacidad es una más de nuestras características, pero, por supuesto, no es la piedra angular de nuestro ser. Cada día me convenzo más de que las palabras crean realidades y, por

eso, creo que hay que escogerlas con la sensibilidad y el cuidado con que elegimos las cosas más importantes. Simplemente porque las palabras no son inocuas y pueden hacer que una persona crea algo que no es, puede llegar a ensombrecer o iluminar una situación e incluso puede cambiar el estado de ánimo de quien las escuche. Si fuéramos conscientes de esto, le prestaríamos más atención a nuestra comunicación diaria, sobre todo cuando hablamos de inclusión y diversidad.

Las palabras importan mucho, y utilizarlas con respeto no es solo cuestión de educación sino también de responsabilidad. Este debe ser principio fundamental porque estamos hablando de realidades equitativas, combatiendo estereotipos y promoviendo un cambio real. Vuelvo a poner el ejemplo, cuando decimos "persona con discapacidad" en vez de "discapacitado" estamos diciendo que la discapacidad es una condición y no una identidad absoluta,

con lo cual estamos reconociendo su individualidad, más allá de si existe o no tal o cual circunstancia. Por supuesto, dejemos de lado palabras que generan sensacionalismo, evitemos hablar y oír de que alguien "sufre una enfermedad" o de que "padece una discapacidad" para decir simplemente que la tiene. Mucho más, evitemos hablar de expresiones tan dañinas como "condenad@ a una silla de ruedas", que esconden algo parecido a un castigo que envuelve una condición.

En el momento en el que escribo estas cuatro letras me siento, en mayor o menor medida, comunicador y, por tanto, me creo con la responsabilidad de utilizar un lenguaje que intente poner un grano de arena en la construcción de un mundo más ecuánime. Y a la vez me pregunto qué puedo, qué podemos hacer, para construir un futuro más justo. Siempre que voy paseando en mi silla, pienso en cosas parecidas a esta, y se me ocurren algunas formas individuales, pero también otras muchas estructurales. Cuando pienso o hablo de igualdad me estoy refiriendo a oportunidades para las personas, para todas. Y esto implica que esas estructuras aborden de una vez las barreras y obstáculos que hoy en día todavía están impidiendo que muchas personas accedan a los mismos recursos y coyunturas que el resto.

El lenguaje inclusivo, repito, debe ser un reflejo de los valores de una sociedad comprometida con la diversidad y la inclusión. Adoptar esta idea no significa solo respetar a las personas con discapacidad, sino que también sirve como recordatorio constante de la importancia de aceptar y valorar las diferencias. El lenguaje que usamos tiene el poder de transformar y, estoy seguro, también de romper barreras. Adoptar un enfoque inclusivo no es solo cuestión de formalidad social, es una herramienta para construir un mundo más justo, un mundo donde todos tenemos las mismas oportunidades de ser vistos, escuchados y valorados.

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



**Castilla-La Mancha**

FRAN PETIT

Hubo un tiempo en que la palabra nosotros sonaba cálida. No era una trinchera, sino un refugio. Se hablaba de comunidad, de justicia social, de un país que avanzaba a trompicones, sí, pero hacia adelante. Las heridas del pasado se intentaban cerrar con memoria, no con rencor. Pero, poco a poco, el espejo en el que la sociedad se miraba se fue resquebrajando.

Primeramente fue una grieta, apenas perceptible. Un insulto que se normalizó. Una mentira que corrió más rápido que la verdad. Luego vinieron las redes, los micrófonos furiosos, los discursos fáciles para tiempos difíciles. Y aquel espejo que nos mostraba juntos se hizo añicos.

Hoy, en este país de espejos rotos, cada fragmento refleja un mundo propio: un pequeño territorio donde solo cabe la razón de uno mismo. Quien mira el suyo no ve al vecino, ni al trabajador que madruga, ni a la madre que sostiene un hogar con lo justo. Solo ve su reflejo amplificado por el miedo y la rabia.

Mientras tanto, los verdaderos desafíos la desigualdad, la vivienda inaccesible, la precariedad, los derechos humanos, la educación pública, la sanidad que se agota quedan relegados al fondo del escenario. Son problemas demasiado complejos para el espectáculo. No generan votos rápidos ni titulares virales. Es más rentable señalar culpables que construir soluciones.

Y así han resurgido viejas sombras. Voces que glorifican un pasado oscuro, que se atreven a ondear símbolos que deberían permanecer solo en los libros de historia, no en los balcones. Discursos que hablan de "orden" mientras promueven exclusión, que se visten de patriotismo para encubrir desprecio. Son los herederos del águila que una vez voló sobre el miedo, creyendo que podía apropiarse del cielo.

#### Pero esa águila no volverá a volar

Porque el país que una vez quiso imponer silencio ya no puede tapar la voz de una sociedad despierta, plural, di-

# El país de los espejos rotos

versa y libre. Porque las generaciones que crecieron sin cadenas no permitirán que se las coloquen de nuevo bajo otro nombre. Y porque la historia esa maestra incómoda nos ha enseñado que los símbolos del odio siempre acaban cayendo bajo su propio peso.

Aun así, el peligro no desaparece solo con declararlo. El veneno del enfrentamiento sigue goteando, disfrazado de tertulia, de tuit o de consigna patriótica. Nos empuja a dividirnos entre buenos y malos, entre "los nuestros" y "los otros", hasta que olvidamos quién sufre de verdad: los que están abajo, no a la izquierda ni a la derecha.

Cuando el discurso político se convierte en ring y no en diálogo, el poder deja de ser servicio y se transforma en espectáculo. Y los espectadores, cansados, confusos, dejan de distinguir entre realidad y teatro. Es entonces cuando los buitres se disfrazan de águilas, y la mentira de identidad nacional.

#### Pero hay quienes no se rinden

Hay maestras que enseñan pensamiento crítico en aulas sin recursos. Hay sanitarios que curan sin preguntar a quién votas. Hay voluntarios que acompañan a ancianos olvidados, jóvenes que defienden el planeta, periodistas que aún creen en los hechos, y ciudadanos que, pese a todo, siguen creyendo que el bien común no es una utopía.

Ellos son quienes, pieza a pieza, tratan de recomponer el espejo.

No para que vuelva a ser perfecto ya sabemos que los espejos sin grietas son frágiles, sino para que podamos volver a reconocernos. Para que nadie vuelva a mirarnos desde arriba, desde un símbolo imperial o una nostalgia impostada, y pretenda dictarnos quién merece pertenecer y quién no.

El futuro no puede construirse con los restos del miedo. No se levanta una patria señalando enemigos, sino teniendo manos. No se defiende una ban-



dera excluyendo, sino abrazando la diferencia.

Porque el patriotismo real no consiste en gritar más fuerte, sino en cuidar mejor.

Y cuando ese país, cansado del ruido, se atreve por fin a mirarse en su espejo recompuesto, verá algo nuevo: no un reflejo uniforme, sino un mosaico de rostros distintos, dignos, conscientes. Gente que entendió, al fin, que el ver-

dadero enemigo no está enfrente, sino en la indiferencia.

Entonces, y solo entonces, la sombra del águila quedará inmóvil para siempre, atrapada en el suelo de la historia.

Porque hay vuelos que no deben repetirse.

Y hay pueblos que ya aprendieron a caminar con los pies firmes, sin necesidad de alas prestadas.

**MUNDOABUELO**

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

# Gregorio Tejero, una década al frente de La Almazara: el corazón solidario que impulsa la inclusión en Mora

*Diez años después de su nacimiento, La Almazara sigue creciendo como un espacio de unión y apoyo gracias al impulso incansable de Gregorio Tejero y al espíritu solidario de sus socios.*

**CLM Activa**

Hoy es el turno de hablar con Gregorio Tejero, Goyo, presidente de la Asociación de Familiares y Personas con Discapacidad 'La Almazara', de Mora, y Vocal de la Confederación Castilla-La Mancha Activa. Otra de las asociaciones que mantiene una estrecha y larga relación con CLM Activa.

En una reunión para formar la Junta Directiva de la asociación, el silencio de Gregorio se transformó en una petición unánime a su alrededor, él sería el presidente de La Almazara. Así ha sido los últimos 10 años, y todo hace parecer que, dentro de dos cuando haya una nueva votación, lo será cuatro años más.

Con motivo de la conmemoración del Día Internacional de la Discapacidad el próximo 3 de diciembre, unos días antes, el 29 de noviembre, la Asociación de Familiares y Personas con Discapacidad 'La Almazara' celebra su tradicional Gala de la Discapacidad, una gala que este año viene cargada de ilusión e historia, ya que la entidad celebra su décimo aniversario. Se podrá disfrutar de una noche llena de talento y emoción con las actuaciones de Laura Manzano, Mayte Adrián, Mario Bueno, Juan Jumilla y José Luis Viñas, en el Teatro Municipal de Mora a las 20:30 horas.

De esta asociación hay que destacar el gran corazón y solidaridad de sus miembros. Como muestra de ello, el reparto de una parte de la recaudación de taquilla de la gala celebrada en 2024 a una asociación de uno de los pueblos valencianos afectados por la Dana el pasado el 29 de octubre. Como agradecimiento, varias personas de la Asociación valenciana acudirán a la X Gala de la Discapacidad de La Almazara.

El 13 de diciembre, será la Junta Directiva de la asociación de Mora, dos concejales del Ayuntamiento y el alcalde de la localidad, los que visiten la sede de la asociación valenciana que pudieron reformar sus instalaciones gracias a la solidaridad de La Almazara.



Durante la X Gala de la Discapacidad, se llevarán a cabo distintas rifas y sorteos para recaudar dinero para las actividades de la asociación toledana, aunque, como destaca Gregorio, su presidente, de momento no lo tienen pensado pero "podemos destinarnos a una asociación que lo necesite". "Mientras podamos, lo haremos. Las asociaciones tenemos que ayudarnos, somos compañeros", señala Gregorio.

Humor, canción y baile, serán los protagonistas de la Gala de la Discapacidad de la asociación. Cantantes y bailarines que han participado en el programa 'A tu vera', de Castilla-La Mancha Media se dan cita cada año

en el evento para hacer de la noche una velada solidaria, inolvidable y divertida. "La gente se divierte y se va contenta", indica Gregorio, que recuerda que apenas quedan entradas a la venta.

## Asociación La Almazara

Constituida en 2015, su misión principal es desarrollar una serie de actividades y servicios con la intención de mejorar la calidad de vida y la integración en la sociedad. Los objetivos, asesorar, informar y orientar a las personas que presentan algún tipo de discapacidad, pertenecientes al municipio de Mora, para mostrarles unas dignas condiciones de vida, trabajo, libertad y de participación social de todas las personas.

Sus principales valores son contribuir a reducir las desigualdades sociales; promover y difundir acciones de interés social que favorezcan la visibilidad del colectivo; favorecer la promoción de las personas con distintas capacidades en todos los sectores, para incrementar su participación social e incentivar el acceso socio-laboral; y apoyar al colectivo en riesgo de exclusión para garantizar el acceso a todos, en las mismas condiciones de justicia y equidad a los servicios y bienes básicos; así como generar en la sociedad una conciencia ciudadana solidaria y equitativa.

# A sus 77 años, Brígida sigue tejiendo comunidad: AMÍPORA, tres décadas de amor y dedicación

***A sus 77 años, Brígida Martín continúa al frente de AMÍPORA, una asociación que lleva tres décadas creando espacios de apoyo, amistad y autonomía para las personas con discapacidad en Porzuna.***

**CLM Activa**

Tiene 77 años y sigue siendo una persona muy activa, "no me puedo quedar quieta" reconoce Brígida. Presidenta de la Asociación de Familiares y Amigos de las Personas con Discapacidad de Porzuna, AMÍPORA, Brígida Martín dirige la asociación con una de las relaciones más longevas con Castilla La Mancha Activa.

La Confederación Regional de Asociaciones de Personas con Discapacidad, CLM Activa, trabaja intensamente con los colectivos más vulnerables y en defensa de los derechos fundamentales de las personas, ejemplo de activismo contra las circunstancias físicas y/o personales que provocan desigualdades sociales garantizando en todo momento la sostenibilidad en los métodos, acciones y procesos empleados.

Entre estos colectivos está AMÍPORA a la que se le presta el Servicio de Psicología para todos sus usuarios en sesiones tanto individuales como colectivas, "estamos muy contentos con CLM Activa, siempre nos prestáis una ayuda impecable", indica Brígida, que destaca la figura de Eloy Sánchez de la Nieta, presidente de la entidad, así como la de sus trabajadoras que realizan visitas periódicas a Porzuna para estar al tanto de las necesidades y demandas de la asociación.

La asociación la componen unos 30 usuarios y usuarias, aproximadamente la mitad, señala Brígida, acuden diariamente a la sede para realizar una de las tareas más habituales, las manualidades. Botellas, molinos, tejas decoradas con la imagen de la patrona la Virgen del Rosario, cajas decoradas para regalos, etc.

Una larga trayectoria la de AMÍPORA que se remonta a hace unos 30 años y que ahora "está funcionando maravillosamente". A pesar de su edad, Brígida aún tiene fuerzas para seguir liderando la asociación. No duda en coger el coche a diario para ir a la sede y compartir tiempo y espacio con el resto de asociadas.

A lo largo del año participan en las actividades del pueblo instalando un



puesto en el mercadillo medieval o participando en el desfile de la Cabalgata de Reyes. De todo el calendario, la decoración de la Cruz de Mayo destaca sobre el resto por el especial cariño y empeño que le ponen desde la asociación.

AMÍPORA se suma al arte, devoción y hospitalidad con la celebración de los Mayos y Cruces, una de las tradiciones más emblemáticas de Castilla-La Mancha y concretamente en la localidad, que este año volvía a deslumbrar con su esencia popular. Las calles, casas y rincones de este municipio ciudadrealeño se convierten en un espectáculo de creatividad, sensibilidad y trabajo colectivo que trasciende generaciones.

En el Día Internacional de la Discapacidad, el 3 de diciembre, también organizan una merienda para todo el que quiera acudir a la sede.

## Asociación Amípora

Esta asociación data su origen desde hace más de un cuarto de siglo. En ella se encuentran asociadas personas de diferentes edades, agrupando a la gran mayoría de personas con discapacidad de la localidad. Si algo se puede destacar, además del coraje y el tesón para mantener la asociación activa es su gran capacidad para hacer todo tipo de manualidades.

En este momento, nos comenta Brígida, su presidenta, está preparando

diferentes tipos de productos que exponen al público en su sede. Unos talleres que ponen en marcha durante las tardes con una doble finalidad, crear un espacio de encuentro donde se genera un ambiente de amistad y de ocio que les permite salir de la rutina diaria; otra de las finalidades es trabajar diferentes destrezas que afianzan la autonomía, refuerzan su autoestima y se potencian los lazos de ayuda mutua.

Con gran orgullo y satisfacción muestran sus trabajos, en los que se puede ver el gran resultado después de horas y horas dedicadas a cada una de las manualidades que realizan. Cada trabajo es una obra maestra.

# Inclusión, diversidad y salud pública: así trabaja la Delegación de Sanidad de Ciudad Real para no dejar a nadie atrás

*Una conversación sobre cómo Ciudad Real impulsa una sanidad más cercana, inclusiva y adaptada a las necesidades de migrantes, personas con discapacidad, pacientes crónicos y diversidad social.*

**CLM Activa**

Continuando con la línea de trabajo que estamos llevando a cabo de Castilla-La Mancha Activa y nuestro Proyecto Actívate en el que damos voz a colectivos como las personas con discapacidad, personas con enfermedades crónicas, personas en situación de vulnerabilidad, personas que forman parte de la diversidad de género y el colectivo LGTBIQ+, y personas migrantes, hoy llega el turno de entrevistar al Delegado de Sanidad en la provincia de Ciudad Real, Francisco José García.

Tras tener la oportunidad de entrevistar a la concejala de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Ciudad Real, Aurora Galisteo; y al Delegado Provincial de Bienestar Social, Eulalio Díaz-Cano; Francisco José García, Graduado en Enfermería, y Doctor 'Cum Laude' en Investigación Sociosanitaria por la UCLM, nos desgrana las competencias de la Delegación Provincial de Sanidad, y cómo se afrontan situaciones como el calendario vacunal para las personas migrantes y la población en general, el acceso a la tarjeta sanitaria, la accesibilidad universal para las personas con discapacidad o las unidades que se enfocan en el cuidado de pacientes con enfermedades crónicas.



## Servicios sanitarios para las personas migrantes

Con una sanidad universal para todos, las personas migrantes tienen acceso a la atención sanitaria independientemente de su situación administrativa. Con un certificado de empadronamiento, se dispensa la tarjeta sanitaria, y en todo caso, desde el servicio de urgencias se atiende a todas las personas.

En Castilla-La Mancha "no nos centramos en políticas que deshumanizan a las personas", destaca Francisco José García.

Como ampliaremos más adelante, el calendario vacunal ha evolucionado desde la vacunación infantil a una vacunación que se prolonga a lo largo de toda la vida. Para garantizar la salud de todas las personas, los migrantes o cualquier niño o niña o adulto que lleguen al país

en algún momento, tienen asegurada su protección a través de calendarios adaptados de vacunación.

## Unidades integrales para personas con enfermedades crónicas

Aunque de momento no existen unidades integrales especializadas en determinadas enfermedades crónicas en las gerencias de Ciudad Real, sí que se lleva a cabo una atención integral de estos pacientes que las sufren. Este tipo de patologías requiere la atención de distintos profesionales especializados en ramas como Reumatología, Cardiología, Nefrología, etc, en enfermedades como pueden ser el lupus, la artritis reumatoide o la fibromialgia.

Por ello, en nuestras gerencias a pesar de que, como decimos, no hay un Plan Integral específico y multidisciplinar,

sí que las distintas unidades trabajan en coordinación para mejorar, ajustar y beneficiar a los pacientes en sus tratamientos. Se evitan así tratamientos duplicados o excluyentes entre sí (el medicamento que puede ir bien para el corazón, puede perjudicar los riñones, por ejemplo).

"Llevamos a cabo un abordaje integral y cercano con las personas", manifiesta Francisco José. Un elemento especialmente interesante en este tema son las llamadas UCAPIS, Unidades de Continuidad Asistencial del Paciente con Intercurrencias. Un modelo de asistencia sanitaria multidisciplinar en Castilla-La Mancha cuyo servicio busca evitar ingresos hospitalarios innecesarios en pacientes crónicos o pluripatológicos que sufren descompensaciones puntuales de su enfermedad, priori-

zando una atención rápida y coordinada.

## Adaptación de servicios para las personas con discapacidad

Desde hace unos años, las Gerencias de Atención Integrada de los hospitales de la provincia de Ciudad Real, vienen concertando y llevando a cabo distintas reuniones con asociaciones de personas con discapacidad o movilidad reducida, o personas con discapacidad visual o auditiva, con el objetivo de conocer de primera mano sus necesidades y reclamaciones para implementar los servicios y que éstos se adecúen a un correcto tratamiento de los pacientes.

Accesibilidad universal como el uso de pictogramas, acompañamiento a las consultas cuando se tiene discapacidad visual o auditiva y las alarmas de soni-

do en las pantallas son insuficientes, son algunas de las medidas que se han implementado y mejorado. "Se trata de adaptar la atención a las necesidades del paciente, nuestro personal ayuda a cualquier persona que lo necesite".

#### Servicio de Atención Integral a personas LGTBI

Actualmente, las cinco provincias de Castilla-La Mancha cuentan con las llamadas SAI-LGTBI, Servicio de Atención Integral en las que se presta un servicio público que atiende de forma integral las realidades y necesidades de este colectivo y avance en la promoción de la defensa de sus derechos y en la lucha contra la discriminación que puedan sufrir, en el ámbito social, rural, cultural, laboral, sanitario, y educativo.

Estas oficinas disponen también de mecanismos de atención online, con los cuales se facilita y se acerca el acceso al servicio a todas las personas del colectivo en cualquier punto de la región castellanomanchega.

#### Competencias de la Delegación de Sanidad

El Servicio de Salud Pública, y Planificación, Ordenación e Inspección Sanitaria, son dos de las grandes áreas de la Delegación de Sanidad. En cuanto al Servicio de Salud Pública se dedica a velar por la salud colectiva de las personas de toda la provincia, y engloba además la sección de Epidemiología, encargada de detectar posibles brotes de enfermedades y hacer el seguimiento de éstas, pillar clave, por ejemplo, en la pandemia de COVID-19. Actuaba como una centralita de datos desde donde se recogían y emitían informes, y era el Departamento desde el que se nutría y asesoraba de información tanto a la Delegación de Sanidad como a la Dirección General de Salud Pública para la toma de decisiones.

La Promoción de la Salud es otro de los servicios que se incluyen como parte de los programas de prevención y educación para la salud. Un ejemplo es el programa de detección precoz de cáncer de mama, etc o sanidad mortuaria, algo "muy importante pero que pasa desapercibido y hay que controlar". En esta rama del servicio la Delegación tiene las competencias para ampliar un cementerio, autorizar un tanatorio, o para trasladar un cuerpo de una persona fallecida a otro lugar de España o fuera del país.

Abrir un grifo en casa y que esa agua sea potable, también depende de la Delegación Sanidad en su sección de Sanidad Ambiental e Higiene de los alimentos, así como la supervisión de los comedores escolares o la carne que consumimos.

Calidad e inspección de farmacias,



análisis de calidad del agua, acercamiento de medicamentos a farmacias cercanas al usuario que los necesite, son otros de los muchos servicios que presta la Delegación de Sanidad, y que a menudo, como destaca Francisco José, pasan desapercibidos.

#### Diez años al frente de la Delegación

Desde el año 2015 cuando Jesús Fernández Sanz asumió el cargo como Consejero de Sanidad del Gobierno de Castilla-La Mancha, y encomendó la Delegación a Francisco José García, la evolución en la Sanidad ha sido notoria y notable. Un claro ejemplo lo tenemos en el calendario vacunal que "ahora es mucho más amplio, no solo para los niños, sino para la población en general. Hemos pasado de un calendario vacunal infantil, a uno que se prolonga a lo largo de la vida".

Como no podía ser de otra manera, la pandemia de COVID-19 marcó un punto de inflexión para la Sanidad de todo el país. "El eje vertebrador de lo que se tenía que hacer estaba en la Consejería de Sanidad, la Dirección General de Salud Pública, y por extensión en la Delegación de Sanidad y Salud Pública", recuerda Francisco José. Esto tuvo una consecuencia clara: la obligación de enfrentarnos a nuevos retos.

#### Plan de Humanización de Asistencia Sanitaria, un antes y un después

Decimos que este Plan marcó un antes y un después en la Sanidad de Castilla-La Mancha porque con su implantación en las Gerencias de Atención Integrada (GAI) se pasó de focalizar la atención en los pacientes, a implicar a todos los agentes sociales que forman parte del sistema: pacientes, familiares, profesionales, trabajadores y empleados, agentes sociales y ciudadanía en su conjunto. Su proceso de elaboración metodológica ha supuesto una gran oportunidad para reflexionar e identificar los retos y oportunidades a los que nos enfrentamos en los próximos años para conseguir unos servicios sanitarios más cercanos, respetuosos y efectivos.

nidad para reducir la ansiedad y aumentar la confianza de todas las personas. A este respecto, Francisco José García destaca la compra de gafas de realidad virtual en las gerencias con las que los niños y niñas con alguna sintomatología especialmente vulnerable pueden enfrentar tratamientos puntuales como vacunas sin miedo y con confianza. La gerencia de Puertollano, a través del Plan de Humanización, fue el primer hospital que adquirió cochecitos en los que trasladar a los más pequeños a los quirófanos, convirtiendo el tratamiento en una aventura. "Son acciones que cuestan poco pero que valen mucho", incide el Delegado.

Un ejemplo de este Plan lo tenemos en la Gerencia Integrada de Manzanares y el Centro de Salud de La Solana donde, desde hace unos años, se ha incorporado un sistema de pictogramas y otros elementos enfocados a la mejora del bienestar de las personas con espectro autista. "Cuando tratamos con personas especialmente vulnerables, lo que tenemos que hacer es anticiparnos e intentar darles las mejores condiciones", señala el Delegado. Otra de las acciones es la creación de un estricto horario de consultas para las personas con problemas de Salud Mental, por ejemplo, para afianzar las rutinas que tan importantes son para estos pacientes. El ob-

jetivo es reducir la ansiedad y aumentar la confianza de todas las personas.

A este respecto, Francisco José García destaca la compra de gafas de realidad virtual en las gerencias con las que los niños y niñas con alguna sintomatología especialmente vulnerable pueden enfrentar tratamientos puntuales como vacunas sin miedo y con confianza. La gerencia de Puertollano, a través del Plan de Humanización, fue el primer hospital que adquirió cochecitos en los que trasladar a los más pequeños a los quirófanos, convirtiendo el tratamiento en una aventura. "Son acciones que cuestan poco pero que valen mucho", incide el Delegado.

#### Mensaje de compromiso

Hemos recuperado, hemos creado y ahora tenemos que mantener los servicios y el nivel de calidad de vida y bienestar de la población, destaca Francisco José. "Tenemos más trabajadores, mejores infraestructuras y unas mejores tecnologías que hemos ido cambiando con el plan de renovación tecnológica. Seguiremos trabajando para dar la mejor atención posible porque la sanidad es importante, pero el eje central son las personas y los pacientes, y para eso trabajamos".

## ORTOPEDIA

Lda. María Castillo Sarmiento

Maria Castillo Sarmiento  
Tel. 92656233-604139333  
C/ Reina Cristina 71  
13610 Campo de Criptana  
Ciudad Real  
farmaciamicastillo@gmail.com



## TU FUTURO LABORAL EMPIEZA AQUÍ

- [www.oretaniaciudadreal.es](http://www.oretaniaciudadreal.es)
- C/ Caleros 96 Polígono Industrial SEPES 13250 Daimiel
- sil.empresas@oretaniaciudadreal.es  
sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es
- +34 691 36 12 43  
+34 673 59 81 14



ORETANIA  
CIUDAD REAL

## ¿QUIERES CONSEGUIR UN EMPLEO?

Desde Oretania Ciudad Real ponemos a tu disposición nuestros Servicios de Inclusión Sociolaboral de forma gratuita. Con ellos podrás acceder a las entrevistas de trabajo que más se adapten a tu perfil.

### Servicio de Intermediación

Facilitamos el contacto entre empresas empleadoras y personas con discapacidad en situación de desempleo.

Si tienes una empresa y estás interesado en contratar personal podemos ayudarte.



### Orientación Laboral

Creamos sesiones de Orientación Laboral con Itinerarios de Inserción personalizado.



# PROYECTO DE INCLUSIÓN SOCIOLABORAL

DIRIGIDO A PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN SITUACIÓN DE DESEMPLEO



## ENCUENTRA TU OPORTUNIDAD LABORAL CON NOSOTROS

Somos una asociación comprometida con la creación de oportunidades laborales inclusivas.

Nuestra misión es fomentar un entorno donde la diversidad sea celebrada y donde cada persona tenga la oportunidad de alcanzar su máximo potencial.

### Contáctanos

- [www.oretaniaciudadreal.es](http://www.oretaniaciudadreal.es)
- C/ Caleros 96 Polígono Industrial SEPES 13250 Daimiel
- sil.empresas@oretaniaciudadreal.es  
sil.usuarios@oretaniaciudadreal.es
- +34 691 36 12 43  
+34 673 59 81 14



Castilla-La Mancha



CLM Activa

Como entidad social a nivel regional, Castilla-La Mancha Activa continúa apoyando y visibilizando los problemas que afectan a los colectivos más vulnerables de la sociedad. En esta ocasión, damos voz al TDA y TDAH, Trastorno de Déficit de Atención, con o sin hiperactividad.

Con la colaboración de AMHIDA Ciudad Real y de la mano de su presidenta, Delfina Fernández y la Secretaria de la asociación, Encarni López-Bermejo, descubrimos los entresijos de este trastorno neurológico y crónico que impacta en todas las áreas de la vida: estudios, amistades, relaciones, trabajo, y hasta cómo te hablas a ti mismo.

Porque a pesar de la creencia generalizada, no, no se trata solo de 'niños nerviosos' o 'personas distraídas'. ¿Sabías que en adultos la hiperactividad puede manifestarse de forma mental, con pensamientos rápidos, consecutivos o incluso caóticos?

El TDAH no desaparece con la edad. Entenderlo es el primer paso para derribar mitos y apoyar a quienes lo viven cada día. Así que hoy, hablamos del TDAH. Sin filtros. Sin etiquetas.

Hablar de TDAH es hablar de empatía, comprensión y apoyo. El Trastorno por Déficit de Atención, con o sin Hiperactividad (TDAH) es un trastorno del neurodesarrollo que afecta la capacidad de una persona para regular la atención, el nivel de actividad y el control de los impulsos.

**¿Cómo se diagnostica?**

El diagnóstico lo realiza un profesional (psicólogo, psiquiatra, neuropediatra...) a través de: evaluación clínica, entrevistas, cuestionarios, y observación del comportamiento. Para ello, la Asociación Manchega de Hiperactividad y Déficit de Atención, AMHIDA CR, dispone de profesionales que trabajan directamente con los usuarios que se desplazan hasta la asociación, y también ofrecen sus servicios a los Centros Educativos que así lo consideran necesario, mediante charlas a los docentes.

A menudo, este trastorno lleva a estigmatizar a la persona que lo sufre. Gracias a José Ramón, psicólogo de la asociación, y Cristina, docente de apoyo escolar, se enseñan una serie de pautas y estrategias que ayudan a la integración e inclusión en todos los ámbitos. Y no solo para los niños y niñas que lo padecen, también a sus padres, madres y familiares para que conozcan el trato que necesitan.

Para ellos, la asociación ha creado un espacio de comprensión, seguridad y ayuda donde se pueden expresar con la libertad de no ser juzgados. Se trata de los Cafés-Tertulias que se organizan periódicamente los viernes de cada mes en su sede.

# TDA y TDAH: desmontando mitos y reivindicando apoyo real desde AMHIDA

*Visibilizar, entender y actuar: la urgencia de atender el TDAH desde la infancia y ofrecer apoyo real a quienes lo viven.*

**Una vida con una mochila muy cargada**

Con el paso de los años y la falta de un diagnóstico claro, la vida puede parecer pedregosa, con continuos obstáculos. Hasta la asociación llegan personas de todas las edades que tal vez con 30 o 40 años son diagnosticadas con TDA o TDAH, es entonces cuando comprenden el porqué de muchos hechos acontecidos a lo largo de toda una vida.

Cada fracaso, cada falta de sociabilización, cada relación amorosa finalizada abruptamente y cada empleo pasado, cobran sentido cuando conoces la raíz de los problemas que te han llevado a ese resultado. Porque una persona con este trastorno que no ha sido diagnosticado a tiempo, carga con una mochila muy pesada de la que solo se libran cuando saben que sufren TDA o TDAH.

**Impacto de la digitalización en personas con TDA/TDAH**

El auge en el crecimiento de los medios digitales que ya se han instalado en las aulas, como las tablets, móviles y portátiles, puede crear una sobreestimulación constante en todas las personas. Las notificaciones, las redes sociales y la multitarea digital pueden distraer con mucha facilidad, interrumpir la concentración y fomentar la búsqueda de estímulos rápidos, reduciendo la tolerancia a tareas largas.

**Manifiesto del Día Nacional del TDAH**

El pasado 27 de octubre, Día Nacional del TDAH, AMHIDA salió a la calle para reivindicar y reclamar una salud mental para todos: "Si no atendemos los primeros síntomas, si no damos la im-

portancia que tiene en sus primeros años a cualquier trastorno del neurodesarrollo, como es el caso del TDAH, nos encontraremos a jóvenes cuya sintomatología se ha agravado a situaciones mucho más graves". Por ello, se pide atención a los pacientes con TDAH en la salud pública de forma temprana y preventiva.

**AMHIDA Ciudad Real**

El germen de esta asociación, ubicada en la calle Infantes, 3, de Ciudad Real, tuvo lugar en 2003, cuando un grupo de tres madres de un mismo Centro Educativo comentaron y vieron la similitud de señales que compartían sus hijos e hijas. Porque cuando existe una demanda, es necesario darle respuesta. Y en este caso, tenemos a AMHIDA, porque cuando entendemos, dejamos de juzgar.

## ADIFISS, AIDAC y AMFISA disfrutan del Proyecto 'Paseo Real' de la Diputación Provincial

*Con el objetivo de acercar la obra de Miguel de Cervantes 'Don Quijote de La Mancha' en el 420 aniversario de su publicación, la Diputación de Ciudad Real ha promovido los viajes culturales y de ocio para las asociaciones de la provincia.*



CLM Activa

La iniciativa se ha llevado a cabo mediante rutas de un día por las localidades y parajes naturales que recorrió el hidalgo en la novela, disfrutando también de la gastronomía típica y más tradicional de nuestra tierra.

Las rutas han acercado a los rincones que inspiraron a Miguel de Cervantes, así como a diferentes bodegas, queserías, almazaras y empresas de gastronomía local permitiendo conocer de primera mano los procesos necesarios para la confección de nuestros mejores vinos, quesos, aceites y otros productos locales.

De esta manera confluye el patrimonio cultural, el gastronómico y el turístico de nuestra provincia a lo largo de cuatro rutas que discurren por algunos de los lugares más emblemáticos recorridos por Don Quijote de la Mancha.

En esta ocasión, han sido dos las asociaciones que ya han participado en esta aventura. ADIFISS, de Daimiel, y AIDAC, de Almodóvar del Campo.

### **ADIFISS: La ilusión de don Quijote**

El pasado 9 de noviembre, la asociación ADIFISS llevó a cabo una completa jornada de convivencia y turismo cultural en la provincia de Ciudad Real. La excursión comenzó por la mañana en Ruidera, donde los participantes disfrutaron de una visita guiada por el entorno natural. Durante el recorrido a pie se

visitó la conocida 'Cascada del Hundimiento', uno de los enclaves más emblemáticos del parque. Posteriormente, ya en autobús, el grupo realizó un recorrido por las distintas lagunas, realizando tres paradas para conocer con más detalle las lagunas Colgada, Lengua y Batana.

Tras la ruta, los asistentes compartieron comida en un merendero de la zona, en un ambiente distendido y de convivencia.

Por la tarde, la excursión continuó en Tomelloso, donde la asociación visitó la Cooperativa Virgen de las Viñas. Allí, los participantes pudieron recorrer el museo de la entidad, conociendo la evolución histórica de la cooperativa, su proceso de elaboración y las variedades de vino que producen. La visita incluyó una pequeña cata de vinos blancos y tintos, acompañada de queso, embutidos y pan con aceite.

Como detalle final, la Cooperativa obsequió a cada usuario con una botella de vino, poniendo el broche final a una jornada enriquecedora y muy bien valorada por todos los asistentes.

### **AIDAC, viaje a Manzanares**

La Asociación para la Integración de Discapacitados de Almodóvar del Campo, AIDAC, tuvo la oportunidad de disfrutar de la ciudad de Manzanares y sus numerosos recursos museísticos. El Museo del Queso Manchego, el Archivo-Museo Sánchez-Mejías y el Museo Manuel



Piña, fueron los escenarios escogidos para adentrarse en las tradiciones y costumbres de la época.

El primer Museo del Queso Manchego en el mundo invita a un original recorrido apoyado en fotografías, audiovisuales y utensilios queseros y ganaderos, que subrayan tanto la importancia histórica de la ganadería en nuestra población como las características y los procesos de elaboración del Queso Manchego, antes y ahora, artesano o industrial.

El Archivo-Museo Sánchez Mejías está dedicado a su figura, al hombre que se esconde tras el mito literario del 'Llanto por Ignacio Sánchez Mejías', que escribiera y le dedicara su amigo Federico García Lorca tras su muerte.

También pasearon por el Paseo del Sistema Solar del Parque Julián Gómez-Cambronero Pacheco, un modelo a escala del Sistema Solar donde se han colocado representaciones físicas del Sol y de los planetas a lo largo de una ruta en el parque.

Para acabar, la visita al Museo Manuel Piña comenzaba con tres piezas que resumen conceptos esenciales para entender la obra de Manuel Piña: las raíces manchegas que tanto le influyeron en colores, tejidos y técnicas; la artesanía y la vanguardia unidas por el diseño; y las aspiraciones de Manuel Piña por unir industria y diseño y dar a conocer internacionalmente la moda española y el made in Spain.

#### **AMFISA: No son gigantes, son molinos**

La Asociación de Discapacitados Físicos y Psíquicos de Almagro, AMFISA, realizó la ruta por las órdenes militares de San Juan y Calatrava. Una oportunidad única para visitar la localidad vecina de Alcázar de San Juan.

Porque no se comprende el nombre de Alcázar de San Juan sin la visita a los restos de su alcazaba árabe, y especialmente al Torreón del Gran Prior. Construido durante el imperio almohade, y ampliado en tiempos de Felipe III, permite hacernos una idea, conjuntamente con los restos de la muralla y el torreón llamado El Cubillo, de la fortaleza musulmana. Su mezquita, reconvertida en iglesia de Santa María la Mayor, constituiría el palacio de una de las órdenes militares claves en la reconquista de esta parte de la península.

Además, disfrutaron y conocieron cómo era la vida de los hidalgos que inspiraron a Cervantes. El Museo del Hidalgo se ubica en una antigua casa solariega del siglo XVI conocida por el nombre de Casa del Rey, y cuenta con la exposición de piezas originales de gran valor, cedidas por importantes museos españoles (Museo del Ejército, Museo Nacional de Artes Decorativas, Museo de Santa Cruz, entre otros).

# **"Gracias a Daño Cerebral CLM me he dado cuenta de que vuelvo a ser útil para todo en mi día a día"**

CLM Activa

Harlar del Daño Cerebral Adquirido es hablar de un cambio súbito de vida, es pasar de estar bien a sufrir secuelas que provocan anomalías en la percepción y en la comunicación, así como alteraciones físicas, cognitivas y emocionales. Dicho en estos términos, tal vez no lleguemos a imaginar que afecta a la memoria a corto plazo, que puedes olvidar tareas tan básicas como atarte los cordones, no recordar cómo leer o escribir, u olvidar la conversación que has mantenido hace cinco minutos.

La historia de Jorge, que hoy ha estado en la Plaza Mayor de Ciudad Real para mostrar su apoyo a Daño Cerebral Castilla-La Mancha, impacta particularmente porque sufrió un ictus con 41 años. Ahora, con 42, reconoce que el DCA fue un "reinicio de vida, traumático y un shock". Tras pasar por el hospital, al llegar a casa con parálisis facial, su hija no le reconoció. "Ahora que estoy con mi hija enseñándola a leer y escribir, para mí es como volver a aprender a hacerlo". Trabajaba en Banca atado a un ordenador y a bases de datos, ahora confiesa que enfrentarse a un ordenador es un problema.

Y es que el Daño Cerebral Adquirido es una lesión repentina en el cerebro que se caracteriza por su aparición brusca y por el conjunto variado de secuelas que presenta según el área del cerebro lesionada y la gravedad del daño. Como muestran las estadísticas, la principal causa de Daño Cerebral Adquirido es, en un 78% de los casos, el ictus; seguida de los traumatismos craneoencefálicos y enfermedades como las anoxias, los tumores cerebrales o las infecciones.

Con motivo del Día Nacional del Daño Adquirido que se celebra este domingo, 26 de octubre, Daño Cerebral Castilla-La Mancha ha salido a la calle para visibilizar su realidad y la de sus familias, reconocer sus derechos y reclamar una atención adecuada a sus necesidades. Frente a una transformación radical de la



vida, reivindican la creación de un código diagnóstico específico de DCA al alta hospitalaria para mejorar el seguimiento y la atención desde el primer momento; así como una Estrategia o Plan Nacional de Atención al DCA que coordine recursos, servicios y apoyos de forma integral.

Consideran necesario también elaborar un censo estatal de personas con DCA que permita conocer las cifras reales que contemplen todas las causas; y el acceso a una atención integral, inclusiva y universal que contemple a las familias y a la diversidad de realidades, como los menores con DCA infantil, las personas con DCA gravemente afectadas o con problemas de salud mental, o las personas en situación de mayor vulnerabilidad.

También demandan la urgencia de contar con más recursos especializados, apoyos técnicos y personales que garanticen la autonomía, la formación específica de profesionales y oportunidades reales de participación social y ocio inclusivo. Especialmente, el reconocimiento para una discapacidad a menudo invisible, que requiere acompañamiento y apoyo continuado.

#### **Asociaciones como espacios de esperanza**

La concejala de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Ciudad Real, Aurora Galisteo, ha sido la encargada de dar lectura al manifiesto de FUNDACE en la Plaza Mayor. Hace 23 años que Agustín sufrió un accidente de moto sin llevar casco, después de estar en coma y necesitar el apoyo de su mujer para caminar en su recuperación, nos cuenta cómo desde hace 15 años colabora en Daño Ce-

bral CLM y también relata algunas de sus secuelas: "hablo mucho, a veces con malos modales y la memoria me falla, lo que hago se me olvida en 5 minutos".

Tanto Agustín como Jorge muestran su agradecimiento a Daño Cerebral CLM. Jorge especialmente destaca que la entidad le ha ayudado a darse cuenta de que "soy útil para todo, y particularmente en mi día a día. Para mí ha sido fundamental porque estoy volviendo a escribir, a ser capaz de hacer cosas con mi mujer, con mi hija. Estar con Daño Cerebral CLM me hace sentir mejor, me siento más tranquilo en mi día a día". Aunque reconoce que "es frustrante, es como si te hubieran borrado todo lo que tenías en la cabeza, hay cosas que las he recuperado y otras que las he perdido".

Aurora Galisteo ha mostrado su apoyo a Daño Cerebral CLM por el trabajo que realizan con sus 230 socios en la provincia de Ciudad Real. "Es un recurso imprescindible ante un diagnóstico duro que están perfectamente coordinados con la Unidad de Ictus del Hospital General Universitario de Ciudad Real". Un gran recurso que acompaña y orienta tanto a las personas que han sufrido el DCA como a sus familiares.

Daño Cerebral CLM dispone de un programa de información y asesoramiento en hospitales, en el caso de Ciudad Real, se puede acceder fácilmente ya que se ubica frente a la Unidad de Ictus del HGUCR, en la quinta planta, para atender y orientar a las personas y familias que se encuentran ingresadas en esos momentos. También llevan a cabo programas de atención y estimulación cognitiva, y tienen servicio de Fisioterapia y Logopedia.

## CLM Activa / Ciudad Real

El pasado 15 de octubre, con motivo de la celebración de la festividad de Santa Teresa, la Asociación Española de Esclerosis Múltiple de Ciudad Real, AEDEM, visitó la localidad de Argamasilla de Calatrava.

En esta conmemoración, la asociación se trasladó al municipio para instalar una mesa informativa con el objetivo de recaudar dinero que se destinarán a los proyectos de fisioterapia y rehabilitación que AEDEM CR lleva a cabo a lo largo del año.

Un día más, salen a la calle a plantear las reivindicaciones y reclamaciones que se repiten cada año, entre las que está el diagnóstico temprano para la gestión efectiva de esta enfermedad, para ralentizar su progresión y la discapacidad que genera, y reivindicar un mayor apoyo y protección social desde el inicio de la enfermedad, con el objetivo de garantizar el mantenimiento de la calidad de vida de las personas con Esclerosis Múltiple.

Identificar la enfermedad en sus etapas iniciales permite a los médicos implementar estrategias de manejo adecuadas, como la terapia farmaco-

# AEDEM Ciudad Real lleva a Malagón su cuestación para promover la fisioterapia y rehabilitación



lógica y la rehabilitación, para ralentizar la progresión de la enfermedad y disminuir las discapacidades asociadas.

Entre los servicios que ofrece la asociación AEDEM Ciudad Real se encuentran la Psicología y la Fisioterapia, dos recursos imprescindibles ya que por ejemplo, la fisioterapia es un componente crucial en el tratamiento de la esclerosis múltiple (EM). Ayuda a mejorar la función motora, reducir el dolor y la fatiga, y mejorar la calidad de vida de las personas afectadas. El objetivo principal es mantener y mejorar las capacidades físicas y funcionales, previniendo el deterioro asociado a la enfermedad.

# Ciudad Accesible reivindica más asistentes personales para garantizar la autonomía y la mejora de la accesibilidad

## CLM Activa / Ciudad Real

La Diputación de Ciudad Real muestra su apoyo a la Asociación 'Ciudad Accesible' que reivindica con motivo del Día Mundial de las Ciudades la necesidad de asistentes personales para garantizar la autonomía y una mejora de la accesibilidad. La portavoz del Equipo de Gobierno, Rocío Zarco, ha remarcado la importancia del compromiso de las instituciones para mejorar la accesibilidad.

La portavoz del Equipo de Gobierno de la Institución provincial, Rocío Zarco, ha colaborado, en nombre de la Diputación de Ciudad Real, con la Asociación "Ciudad Accesible", con motivo del Día Mundial de las Ciudades que se conmemora el 31 de octubre. La entidad tiene como principales objetivos la promoción y la mejora de la accesibilidad en las ciudades, promoviendo el diseño universal

inclusivo y el cumplimiento de la normativa vigente.

Rocío Zarco ha escuchado las demandas de la presidenta de la asociación, Ciri del Campo Solís, y del voluntariado presente en la mesa sobre la necesidad del asistente personal como figura clave para garantizar la autonomía y la igualdad de oportunidades de las personas con diversidad funcional. Además, con esta conmemoración se insiste en la necesidad de construir entornos urbanos más inclusivos, accesibles y sostenibles, donde todas las personas puedan participar plenamente en la vida de la comunidad.

Durante todo el día, "Ciudad Accesible" está llevando a cabo diferentes actividades, como son la disposición de varias mesas informativas en la plaza Mayor y en la plaza de la Constitución, la lectura del manifiesto por una ciudad accesible y una exhibición de danza inclu-



siva con la participación de personas con movilidad reducida.

"Ciudad Accesible" es una entidad sin ánimo de lucro, que cuenta con unos 200 asociados, dedicada a mejorar y defender las condiciones de vida de las personas con diversidad funcional física en la provincia de Ciudad Real. Entre sus

principales objetivos se encuentra la promoción y mejora de la accesibilidad, hacer cumplir la Ley de Accesibilidad de Castilla-La Mancha por parte de instituciones, entidades públicas y privadas y colaborar con acciones para la eliminación de barreras arquitectónicas, entre otros asuntos.

# Oretania Ciudad Real, anfitrión del Proyecto europeo 'The touch of the art', cita clave para la inclusión y la integración

**Grecia, Suecia, Armenia y Francia se unen en Ciudad Real para impulsar, junto a Oretania Ciudad Real, un proyecto que utiliza el arte como motor de integración.**

## CLM Activa / Ciudad Real

Con el arte y la cultura como herramientas transversales de unión entre diferentes países, Oretania Ciudad Real, la Federación de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de la provincia, continúa con su participación en el Proyecto 'The touch of the art'.

Esta vez han sido las entidades de Grecia, Suecia, Armenia y Francia, las que se han desplazado hasta Ciudad Real para conocer de cerca y profundizar en el trabajo que Oretania Ciudad Real pone en marcha cada año con sus asociaciones, fomentando y promoviendo la integración, la inclusión y el bienestar mental y socioemocional de los jóvenes, con o sin discapacidad.

Entre el 2 y el 7 de noviembre, diez integrantes: Anastasia Gkouvazi, Christina Xiarchou, Jessica Hultzen, Christina Nilsson, Krina Anagnostopoulou, Constantinos Mpimpis, Margarita Lagzyan, Hrach Arzumanyan, Ulysse y Alice Romero, llegaron a tierras manchegas para fortalecer una Red de Arte y Discapacidad a través de la participación.

Pudieron estimular sus sentidos a través del taller de aromaterapia y visitar una exposición de fotografías en la que se mostraba la inclusión como protagonista de la expresión artística. Una interacción que se trasladó al martes, día 4, con su visita a las instalaciones de la Asociación Coraje, de Malagón. En este escenario, se fomentó la interacción con los usuarios del Centro Ocupacional que dieron rienda suelta a su creatividad con una exhibición de graffitis.

En ella, los participantes del proyecto europeo compartieron espacio con los usuarios completando la pintura del ventanal de la asociación y decorando totebags con la ayuda del artista. Una mañana que se prolongó hasta llegar a Daimiel y la visita del Centro Integral de Discapacitados Físicos 'Vicente Aranda'. En esta residencia, dirigida por Oretania Ciudad Real, aprendieron a jugar a la 'bocchia' junto a los usuarios que se dieron cita



en el patio en una soleada mañana de noviembre.

Gachas, migas, asadillo, pisto o tortilla, fueron algunos de los platos más tradicionales que disfrutaron griegos, suecos, armenios y franceses, y de los que quedaron prendados en una semana en la que el ocio, la cultura, la gastronomía y el deporte se convirtieron en pilares claves de la promoción de la inclusión y la integración.

## Proyecto 'The touch of the art'

Gestionado por la entidad griega 'Society in Progress', se enmarca dentro de la iniciativa Erasmus + (KA153-YOU). Este proyecto que se desarrolla en varios países, convierte el teatro y otras formas de arte interconectadas como herramientas para promover la inclusión y

el fortalecimiento de jóvenes con y sin discapacidad.

El objetivo central de 'The Touch of the Art' es aprovechar el poder transformador del teatro y otras expresiones artísticas como la música, la danza o la pintura, para mejorar el bienestar mental y socioemocional de la juventud. La incorporación de Oretania Ciudad Real a esta iniciativa reafirma su compromiso con la inclusión social y el desarrollo pleno de las personas con discapacidad en la provincia.

La participación activa de Oretania Ciudad Real permitirá avanzar y aprender en aspectos como:

- Facilitar que los jóvenes con discapacidad expresen y comuniquen sus vivencias, contribuyendo a romper barreras, cuestionar estigmas y generar cambios sociales.

- Usar el teatro como vehículo para despertar la sensibilidad social y cultural.

- Sensibilizar a la ciudadanía sobre el valor creativo y artístico de las personas con discapacidad, más allá de cualquier estereotipo.

A largo plazo, el programa aspira a crear una Red por el Arte y la Discapacidad, una plataforma estable que impulse estos objetivos y favorezca avances reales en las actitudes sociales, las

La visión a largo plazo del programa es la creación de una Red por el Arte y la Discapacidad, una plataforma que trabajará de manera sostenida para alcanzar los objetivos planteados y generar un impacto positivo en las actitudes sociales, las políticas culturales y el marco legal relacionado con la discapacidad.

# Donde la pasión se hizo música y la inclusión, destino: así brilló la III Gala de Oretania Ciudad Real

*El Teatro Quijano se convirtió en un latido común de arte que habló por todos y la inclusión brilló sobre el escenario. Entre palmas, coplas y sueños, Oretania Ciudad Real celebró una cita donde la unión se hizo música.*

CLM Activa

La III Gala Benéfica de Oretania Ciudad Real consiguió despertar el alma de los artistas y del público, haciendo que cada corazón latiera con fuerza y se elevara al ritmo de cada actuación.

El duende, el arte y el amor por el flamenco se hicieron presentes en forma de palmas, taconeos y pura pasión sobre el escenario, en una jornada de celebración que también sirvió para reivindicar y promover la igualdad de oportunidades, la integración, la inclusión y la visibilidad de todas las personas.

También de solidaridad de cada uno de los espectadores que llenaron el Teatro Quijano y aplaudieron en un acto benéfico y de apoyo a Oretania Ciudad Real, la Federación de Asociaciones de Personas con Discapacidad, que trabaja incansablemente por la igualdad, la inclusión en el mercado laboral y un ocio y una cultura accesibles para todas las personas.

La velada de copla, flamenco y emoción unió cultura y compromiso. Son ya tres los años en los que se ha llevado a cabo esta Gala Benéfica con la colaboración del Ayuntamiento de Ciudad Real y el Patronato Municipal de Personas con Discapacidad.

Las primeras en debutar fueron las alumnas de la Escuela de Flamenco 'Carmen Macareno' que derrocharon pasión sobre las tablas del Teatro Quijano de Ciudad Real en una noche llena de compás, emoción y duende.

Bajo la dirección de Carmen Macareno, cantaora y bailaora de raza, esta Escuela convierte el flamenco en una experiencia que se vive con el alma. Fuerza, tradición y alegría de nuestro arte más puro.

Con la Zarzamora como primera canción del espectáculo, la voz de Carmen Macareno resonó e hizo vibrar hasta el último de los rincones del Teatro Quijano.

La figura incansable y manchega de Carmen entregó su corazón al escenario y su alma a cada compás. Artista, maestra y soñadora, trabaja por mantener viva la pasión por el cante y el baile en las nuevas generaciones.



Un sueño que comenzó en la edad más tierna y temprana de esta artista que la ha llevado a lo más alto del panorama internacional. No dudó en bajar al patio de butacas para revolucionar al público con su voz que coreó la canción con una de las grandes de la copla.

'Se acabó', de María Jiménez puso el broche de oro a una actuación que hizo vibrar las tablas al son de los aplausos.

El Quijano acogió la actuación de danza inclusiva de la Academia de Baile 'Amanecer' dirigida por Teresa Sánchez de la Nieta que refleja que la discapacidad no tiene límites cuando se baila con el alma. No hay barreras que puedan frenar la ilusión de unos bailarines y bailarinas que lo dieron todo en el escenario.

Este grupo fue el más destacado de la noche por sus limitaciones a la hora de bailar. A esta dificultad se sumó la inclinación del escenario hacia el patio de butacas del Teatro, un hándicap que les hizo adaptar las coreografías rápidamente en la prueba de ensayo ya que perdían el control de movimiento de las sillas.

A esto se suma que se trata de un grupo que se incluye en el Proyecto de Danza Inclusiva y que sus componentes proceden de distintas localidades, esto hace aún más complejo llevar a cabo los ensayos ya que requieren de un transporte adaptado para acudir al centro de baile.

Aun así, el 'Jailhouse Rock' de Elvis Presley puso el acento atrevido, descarrilado y gamberro del grupo para estrenar la primera de sus actuaciones de la noche.

La emoción y el talento de Germán Ruiz trajo sus más profundas raíces manchegas al Teatro Quijano. Un artista entregado a su público, que no solo interpreta sino que crea emociones. Su voz, su fuerza y su manera de sentir la música hacen que cada una de sus actuaciones se conviertan en una experiencia que se vive desde dentro.

Llegado expresamente desde La Carolina para participar en la Gala de Oretania Ciudad Real, Germán no podía faltar como referente del folclore y de la copla capaz de encender el teatro con una sola nota.

Un año más ha vuelto a compartir escenario con el excepcional elenco de artistas que actúan altruistamente a beneficio de Oretania Ciudad Real en una iniciativa cultural que ya se ha consolidado en el calendario lúdico de la provincia.

Un acto, esta tercera Gala Benéfica, que impulsa, promociona y ayuda a las personas con discapacidad haciendo de ellas uno de los motores de la igualdad en la sociedad en un día de visibilidad, de levantar la mirada para concienciar en la igualdad de oportunidades, la integración y la inclusión. Porque la discapacidad no nos define sino que acentúa nuestras capacidades.

El del Fuente el Fresno revolucionó al público al son de las palmas y el ritmo de sus canciones.

Y tras la celebración de la vida con Germán Ruiz llegó la hora de Laura García que con más de 15 años de trayectoria, fusiona copla, flamenco y pop creando un estilo propio lleno de emoción y autenticidad.

Si reciente álbum, 'Pureza', es un reflejo de esa búsqueda de honestidad ar-

tística con canciones que narran historias de amor, resiliencia y verdad interior.

Una oda a La Mancha que hizo corear al público un 'Viva Ciudad Real' con pasión y entrega.

El cantaor, Quintín Zamora, con su voz llena de verdad, regalaba al público un recorrido por la copla y el flamenco más sentidos, acompañado por la maestría, el talento y el compás de la guitarra de Jesús Peñalver.

Juntos forman un dúo único capaz de transformar cada interpretación en una historia que se siente y se comparte. Su complicidad en el escenario es pura magia creando una conexión que traspasa el alma y deja huella.

El llanto apasionado de la guitarra de Peñalver se une al alma que es la voz de Zamora, un alma que nace en lo más profundo de su ser en unos fandangos que nacieron para traspasar los límites de los quejíos.

Con ellos sobre las tablas, la música se convierte en un puente entre el arte, la inclusión y la esperanza.

Joaquín Ángel, guitarrista de enorme talento, no necesita palabras, se expresa con emoción y vibra con delicadeza mientras respira flamenco en cada nota. Con una trayectoria brillante y un estilo propio inculcado por su padre, convierte cada acorde en pura magia.

Ya nos avisaba antes de la Gala que no venía con un repertorio definido, que su guitarra, como él, sienten, y del corazón y la pasión nacería la música del alma.

Si algo se respiraba en la celebración de la III Gala Benéfica de Oretania Ciudad Real fue un compañerismo y una amistad compartida entre todos los artistas. Carmen Macareno bailó al son de Germán Ruiz, una actuación improvisada que llegó a los corazones de los asistentes. Laura García no dudó en sumarse a la guitarra de Joaquín Ángel con la interpretación de temas de su disco 'Purera' viajando por el mundo hasta llevarnos de Ciudad Real a Cuba.

## Agradecimientos al público, autoridades y trabajadores

Desde Oretania Ciudad Real queremos mostrar nuestro más sincero agradecimiento al público asistente que no dudó en vivir un día de celebración, de unión entre solidaridad y arte, y de inclusión.

También nuestras más sinceras gracias a las autoridades que asistieron al evento: del Ayuntamiento de Ciudad Real, el alcalde, Francisco Cañizares, y la concejala de Acción Social y Responsable del Patronato Municipal de Personas con Discapacidad, Aurora Galisteo, y la representante del Grupo Ciudadanos, Eva Masías, y del Grupo Socialista, Dionilo Sánchez y Sara Martínez; de la Excmo. Diputación Provincial, la Vicepresidenta 6º del Área de Atención a



las Personas, Encarnación Medina, y la Vicepresidenta 5ª, Patricia Saldaña; las diputadas provinciales del Grupo Socialista de la Diputación, Noelia Serrano y Begoña Martín; y de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha, el Delegado de Educación y Cultura del Gobierno regional, José Caro.

A Irene del Olmo, vicepresidenta de Oretania Ciudad Real, máxima responsable y organizadora de la gestión de la Gala Benéfica y de los artistas seleccionados, que un año más, ha vuelto a realizar un trabajo imprescindible para la entidad.

A los trabajadores del Teatro Quijano que nos facilitaron todo lo necesario

para que la Gala fuera un éxito.

No nos olvidamos de los trabajadores y el personal de Oretania Ciudad Real ya que, sin ellos, esta Gala no podría salir adelante.

Y también a los medios de comunicación presentes que nos ayudaron a dar difusión al evento.

# La Fundación Globalcaja Ciudad Real apuesta por la inclusión a través de la Danza Inclusiva con CLM Activa

CLM Activa / CIUDAD REAL

Con el objetivo de promover la inclusión social de personas con y sin discapacidad a través de la danza, la Fundación Globalcaja Ciudad Real y Castilla La Mancha Activa han firmado un convenio de colaboración con el que se pretende no solo mejorar las habilidades físicas y artísticas de los participantes, sino también cambiar las percepciones sociales sobre la discapacidad, fomentando una sociedad más inclusiva y equitativa.

El proyecto se denomina 'Danza Inclusiva' y se desarrolla en la provincia de Ciudad Real. Se basa en el disfrute del tiempo libre y el ocio como derecho fundamental recogido en la Declaración de Derechos Humanos de la ONU con la danza como herramienta terapéutica y social poderosa para construir comunidad, mejorar la autoestima y celebrar la diversidad.

Esta actividad permite compartir experiencias con otras personas lo que favorece la inclusión y la participación de personas y/o grupos en situación de vulnerabilidad social por sus especiales circunstancias con otras personas. Este proyecto se alinea con los objetivos de la entidad ya que busca fomentar la inclusión social y mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad a través de actividades culturales y recreativas, además de poseer un carácter innovador y lúdico.



## Taller de danza

El taller de danza inclusiva, que se realiza con una periodicidad semanal, tiene como resultado final una actuación que se llevará a cabo con motivo de la celebración del Día Internacional de las Personas con Discapacidad, el 3 de diciembre, donde se pondrá en valor el trabajo realizado, las capacidades de los participantes y las posibilidades artísticas que ofrece la danza inclusiva.

## Compromiso

En su compromiso con la inclusión social, la Fundación Globalcaja Ciudad Real, muestra su apoyo a los programas que promueven una sociedad más justa y equitativa.

Ha quedado demostrado que, a través de la danza, se ponen de manifiesto las capacidades y la diversidad de todos los individuos, y se promueve un mensaje de inclusión y empoderamiento.

## CASTILLA-LA MANCHA ACTIVA

Es una Organización no Gubernamental, sin ánimo de lucro, conformada por entidades representativas de personas con discapacidad, comprometida con la defensa de este colectivo y de forma transversal e inclusiva con aquellos colectivos más desfavorecidos, con la reducción de las desigualdades sociales, la mejora del bienestar de las personas que más lo necesitan y la preservación y respeto al medio que nos rodea.

Prosvida  
"Personas con cáncer de próstata, familiares y amigos"  
"VISUALIZANDO EL CÁNCER DE PRÓSTATA"

"Cuidarse también es un acto de amor por quienes te esperan cada día"

La prueba de **PSA** ayuda a detectar el cáncer de próstata **INFORMATE**

¿A qué estás esperando?

**Cáncer de próstata**  
11 de junio de 2026

En 2024 se diagnosticaron 34.683 nuevos casos de este tumor en España, y 6.070 hombres fallecieron por esta causa.

En 2025 serán más

Detectado a tiempo es curable en más del 90%

# DINAMIZACIÓN ASOCIATIVA

**Nuestro objetivo principal es optimizar recursos, fomentar la cooperación entre asociaciones y garantizar que las personas con discapacidad reciban mayor atención y oportunidades, contribuyendo así a su inclusión social y mejora de calidad de vida.**

Información y asesoramiento a entidades y personas con discapacidad

Apoyo técnico en la gestión de cada una de las asociaciones

Apoyo en la búsqueda de financiación y justificación de la misma, en su caso

Formación para responsables de las asociaciones y planificación de campañas



@clm\_activa

CLM  
ACTIVA

castillalamanchaactiva.es



Sala 403, Hotel Cumbria. Ciudad Real



621 059 593

# El GDR Alto Guadiana Mancha reconoce el trabajo de Oretania Ciudad Real en su 25º aniversario

**CLM Activa**

El Grupo de Desarrollo Rural Alto Guadiana Mancha (GDR AGM) ha celebrado este jueves en el Espacio Fisac de Daimiel el acto conmemorativo de su 25 aniversario, una cita en la que se ha reivindicado como un motor de transformación para construir futuro y hacer comarca desde la cooperación, el trabajo compartido y la escucha activa de las entidades públicas y privadas de las 15 localidades que integran la Asociación.

Un acto de celebración de 25 años de esfuerzo y compromiso con el desarrollo rural y el territorio que ha reunido a más de 150 personas entre autoridades, promotores, representantes de asociaciones, empresas y vecinos de los 15 municipios que integran la comarca: Alhambra, Arenas de San Juan, Argamasilla de Alba, Carrizosa, Daimiel, La Solana, Las Labores, Llanos del Caudillo, Manzanares, Membrilla, Puerto Lápice, Ruidera, San Carlos del Valle, Villarrubia de los Ojos y Villarta de San Juan.

## Un cuarto de siglo de desarrollo rural compartido

El alcalde de Daimiel, Leopoldo Sierra Gallardo, ha sido el encargado de abrir el acto con un discurso en el que ha destacado la cooperación: "Alto Guadiana Mancha ha sabido dar sentido a esta palabra; durante estos 25 años ha tenido la visión de que como comarca podemos crecer y aprovechar mejor nuestras fortalezas ya que juntos somos capaces de alcanzar metas y lograr las oportunidades que transforman nuestra tierra".

En este sentido, ha destacado que Alto Guadiana Mancha ha sido y es una herramienta que contribuye al crecimiento económico, que se ha demostrado eficaz contra la despoblación y un ejemplo de buena gestión. "Sigamos mirando al futuro de la misma forma y que este aniversario sirva para renovar nuestro compromiso con la certeza de que cuando sumamos esfuerzos multiplicamos oportunidades", ha finalizado.

Tras su intervención, se ha proyectado el **vídeo conmemorativo del 25 aniversario**, en el que se repasan los hitos más destacados de la trayectoria del GDR, y posteriormente ha tomado la palabra el presidente de la Diputación Provincial de Ciudad Real, **Miguel Ángel Valverde Menchero**, que se ha



presentado como un fiel defensor del desarrollo rural y ha subrayado que los Grupos de Desarrollo Rural (GDR) han sido "pioneros y esenciales" en el desarrollo de la provincia, recordando que llevan casi tres décadas trabajando en sostenibilidad y objetivos desde la planificación territorial mucho antes de la Agenda 2021 o la Agenda 2030. Ha destacado que su labor ha sido fundamental para impulsar el progreso en los municipios más pequeños y para promover un desarrollo equilibrado en el conjunto del territorio.

Valverde ha puesto como ejemplo al Grupo de Desarrollo Rural Alto Guadiana Mancha, que ha gestionado más de 35 millones de euros en 25 años, con inversiones que han mejorado la calidad de vida de los vecinos. Ha señalado que su mayor acierto ha sido implicar a la sociedad en la toma de decisiones, contando con asociaciones y entidades de los ámbitos económico, social, cultural y educativo para construir programas comunes y alcanzar objetivos compartidos.

Posteriormente, ha intervenido el presidente del Grupo, **Pedro Antonio Palomo Mata**, que ha subrayado que hace 25 años representantes de ayuntamientos de distintos signos políticos decidieron unir fuerzas para impulsar el desarrollo de su territorio "con personalidad propia, 15 municipios que forman La Mancha del Quijote en una comarca que se extiende entre los parques de Las Ta-

blas y Las Lagunas entre los que discurre buena parte de nuestra identidad natural y cultural", ha señalado.

## Reconocimientos a promotores, municipios y personas destacadas

Uno de los momentos más emotivos de la noche ha sido la entrega de reconocimientos a proyectos y personas que simbolizan el espíritu del desarrollo rural en la comarca. Así se han distinguido iniciativas en los ámbitos público y privado, así como a los cinco presidentes que han liderado la Asociación desde su fundación.

## Los galardones se concedieron a:

### Ámbito público:

- Vivienda Tutelada de Alhambra (Ayuntamiento de Alhambra).
- Rehabilitación del Molino Sansón Carrasco (Ayuntamiento de Puerto Lápice).

### Ámbito privado:

- Centro de Logopedia de La Solana – Cristobalina Almarcha Márquez (Mujeres que transforman).
- Hospedería Santa Elena – Yolanda Gámez, San Carlos del Valle (Impulso al turismo rural).

### • Quesería Magatena S.L. – Antonio

- Moreno Chocano López Astilleros, Daimiel (Sabores de la tierra).

### • Carnicería El Álamo, Villarta de San Juan (Tradición y cercanía).

- Agrícola José Juan Francisco S.L., Llanos del Caudillo (Valor de origen).

### • Taller de Mecánica y Electricidad del

Automóvil – Vicente Serrano Gallego, Carrizosa (Talento joven del territorio).

- Centro Integral de Discapacitados Físicos Vicente Aranda – Oretania, Daimiel y Asociación Alhambra Tierra Roja – Francisco Gómez (Identidad territorial y cohesión social).

También se ha rendido homenaje a los presidentes del GDR a lo largo de estos 25 años, concretamente a José Manuel Díaz-Salazar Martín de Almagro, Diego García-Abadillo Guerrero, Eugenio Eliche Muñoz, Pedro Ángel Jiménez Carrerón y Pedro Antonio Palomo Mata, por su liderazgo y compromiso con la Asociación.

Además, se ha realizado un reconocimiento sorpresa a dos personas muy vinculadas al GDR desde sus inicios: Pilar Serrano Sánchez, de Los Académicos de la Argamasilla, y Cristóbal Jiménez Serrano, de ASAJA Argamasilla de Alba, quienes han recibido un ramo de flores como muestra de agradecimiento por su trayectoria y colaboración con la entidad.

Del mismo modo, la Junta Directiva de la Asociación ha tenido un detalle con los profesionales del equipo técnico en reconocimiento a su constante esfuerzo y dedicación diaria para hacer posible cada convocatoria, cada proyecto, cada iniciativa a lo largo de todos estos años: Agustín Alonso, gerente; Cruces Nuñez de Arenas, técnico de Desarrollo Rural; Paqui Fernández, administrativa; y Alfonso Nieto, responsable administrativo financiero.

# ‘Actívate’, el proyecto de CLM Activa que convierte la radio en un altavoz real para la inclusión en Castilla-La Mancha

**Castilla-La Mancha Activa convierte la radio en una herramienta de cambio social, mostrando vidas reales que desafían estereotipos y reclaman una sociedad más justa y humana. Voces diversas y experiencias invisibilizadas se encuentran en Actívate, un proyecto que sitúa a las personas en el centro y reivindica sus derechos más básicos.**

## CLM Activa

Desde que comenzara el año 2025, en Castilla La Mancha Activa hemos venido realizando una serie de entrevistas a personas y agentes de la acción social, además de autoridades municipales, provinciales y regionales. Todas ellas estrechamente ligadas y vinculadas a los colectivos de la discapacidad, las personas con enfermedades crónicas, personas que están en situación vulnerable, personas integradas en el colectivo LGTBIQ+ y personas migrantes.

Impulsado por Castilla-La Mancha Activa y financiado por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha con fondos del IRPF, el Proyecto Actívate ha consolidado a lo largo de sus entrevistas un espacio radiofónico que trasciende el formato tradicional para convertirse en un altavoz real de inclusión.

Cada conversación ha revelado matices esenciales sobre la vida de quienes conviven con barreras físicas, sociales o administrativas que rara vez encuentran eco en los medios convencionales. Desde CLM Activa Radio, Actívate se ha propuesto y ha cumplido su objetivo central: situar en el centro a las personas, no a sus circunstancias, y permitir que colectivos históricamente invisibilizados definan su propia historia.

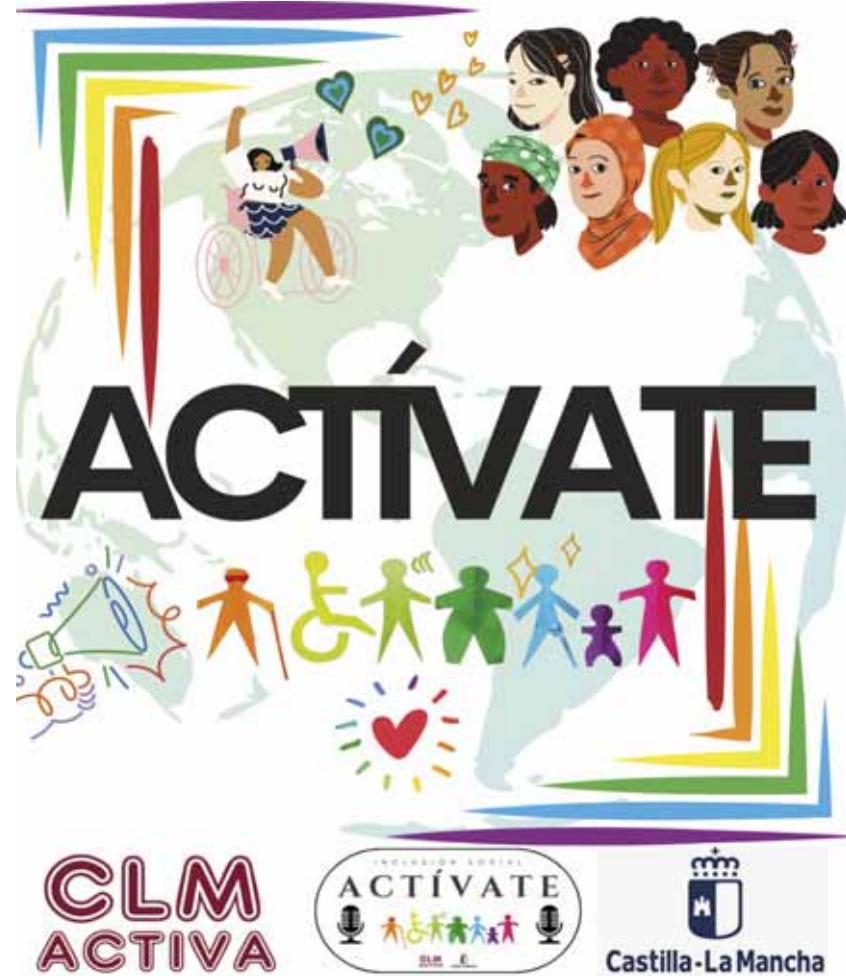
En el ámbito de la discapacidad, destaca la reivindicación de una participación real en las actividades de la vida diaria y una accesibilidad universal que favorezca a todas las personas porque la dificultad de movilidad perjudica a todos y una movilidad adaptada beneficia al conjunto de la población. La discapacidad deja de verse como tal para pasar a un segundo plano y un nuevo renacer. Aceptar y adaptarse a las nuevas circunstancias de cada uno es una característica transversal en todas las personas entrevistadas. La práctica de deporte como un pilar fun-

damental en sus vidas, ha sido uno de los elementos y herramientas que nuestras personas participantes han compartido con nosotros.

En cuanto a las enfermedades crónicas hemos detectado el patrón de la resiliencia. Todas las personas afectadas por una enfermedad crónica en la que el dolor es constante, continuo y agravante, se han adaptado a esta circunstancia con saber estar, transformación y adaptación. Artritis reumatoide, Lupus o Esclerosis Múltiple han convertido a las personas que las sufren en un verdadero ejemplo de resiliencia. Aprender a convivir con un dolor que no puede marcar tu vida. Aprendimos que la vida es injusta y que la capacidad de aceptar y adaptarse se erige en el principio fundamental para avanzar.

Las personas del colectivo LGTBIQ+ reclaman igualdad real y siguen demostrando con sus testimonios que aún nos queda mucho por conseguir si queremos conseguir una equidad de oportunidades. Porque como algunas de ellas destacan, el sexilio sigue existiendo y vivir en una comunidad rural, a veces pone más difícil demostrarlo y comportarte como realmente te sientes. No olvidemos que el amor no tiene género y que el amor es la base para avanzar y definir quiénes somos.

Las personas migrantes han jugado un papel muy importante durante estos meses. Muchos han conocido qué es la xenofobia y la han experimentado en distintas ciudades de España. Tras su llegada, el comportamiento de determinadas personas les hizo darse cuenta del color de su piel, de su acento y de las diferencias que “aparentemente” tenemos todos y cada uno de nosotros. ¿Conseguir los papeles? Más difícil que conseguir un diente de dinosauro, comentaba uno de las personas entrevistadas. Plazos insufi-



**Impulsado por Castilla-La Mancha Activa y financiado por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha con fondos del IRPF, el Proyecto Actívate ha consolidado a lo largo de sus entrevistas un espacio radiofónico que trasciende el formato tradicional para convertirse en un altavoz real de inclusión.**

tes y trámites burocráticos complejos son algunas de las dificultades que se encuentran.

En conjunto, las entrevistas del Proyecto Actívate han cumplido una función clave: romper estereotipos. Lo han

hecho mostrando vidas reales, no diagnósticos; voces con nombre y apellido, no categorías; personas que, desde su diversidad, reivindican algo tan sencillo como ser vistas, escuchadas y respetadas.

# 25 de noviembre: un día para recordar, visibilizar y actuar

*Cada 25 de noviembre, conmemoramos el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer. Cada 25 de noviembre volvemos a recordar que la violencia contra la mujer no es un hecho aislado, sino una realidad que atraviesa nuestras sociedades. Cada cifra que leemos, cada historia que escuchamos, cada voz que perdemos, representa vidas truncadas, sueños interrumpidos y derechos vulnerados.*



## CLM Activa

Cada día, las mujeres sufren agresiones físicas, sexuales, psicológicas o económicas simplemente por la condición de ser mujer. Cada acción violenta es la expresión de un sistema desigual que perpetúa estereotipos, roles de género rígidos y discriminación laboral, social y cultural. La desigualdad no se mide solo en cifras: se ve en los techos de cristal, en los salarios más bajos, en la violencia en casa, en la falta de representación en espacios de poder y en la constante amenaza de sufrir agresiones por ser quienes son.

Y ahora piensa, una mujer que tiene discapacidad ya sufre una discriminación doble: por ser mujer y por tener una discapacidad. Vamos a seguir, una mujer que tiene discapacidad y que vive en una comunidad rural: ésta ya sufre una triple discriminación. Vamos más allá, una mujer que tiene discapacidad, vive en una comunidad rural, y que su orientación sexo-afectiva corresponda al colectivo LGTBIQ+: aquí nos plantamos con

una discriminación cuádruple. Y podemos seguir y seguir, no complicando las circunstancias y situaciones que puede atravesar una mujer, sino reflejando un sufrimiento que puede pasar desapercibido, más intenso y menos visible.

No podemos permanecer en silencio. La violencia de género no distingue edad, condición social, educación ni lugar de residencia. Es urgente que la sociedad, las instituciones y cada uno de nosotros trabajemos juntos para erradicar todas las formas de violencia contra las mujeres, desde la psicológica y económica hasta la física y sexual.

Cuando apenas queda un mes para terminar el año 2025, ya son 38 las mujeres asesinadas oficialmente por la violencia machista, una cifra que asciende hasta las 1.261 mujeres, según los datos del Ministerio de Igualdad. La cotidianidad, la inmediatez, la interminable sucesión de noticias, han hecho que algunas personas se vuelvan insensibles a la información. Las cifras se van sucediendo y van aumentando y nosotros seguimos ciegos ante la injusticia.

Es hora de decir basta. Basta de silencio, basta de impunidad, basta de miedo, basta de justificar una situación que es insoportable. Basta de juzgar, basta de perpetrar estereotipos que promueven una desigualdad más que evidente. Basta de no respetar, basta de no valorar, basta de hacer daño a quien menos lo merece.

Porque ya es tiempo de llamar a la acción, educar en igualdad, escuchar sin juzgar, apoyar a las víctimas y garantizar su seguridad. Es imprescindible una formación con perspectiva de género, es una responsabilidad de todos. Porque ya no basta con la denuncia, necesitamos políticas efectivas, recursos suficientes y una cultura de respeto y equidad que atraviese hogares, escuelas y lugares de trabajo.

La discriminación y la violencia de género están interrelacionadas. Los prejuicios y estereotipos de género alimentan la violencia, mientras que la violencia refuerza la desigualdad. Por eso, erradicar la violencia contra la mujer requiere no solo proteger a las víctimas,

sino transformar las estructuras que permiten que estas desigualdades existan: leyes más efectivas, educación en igualdad, espacios seguros y una cultura que respete y valore a las mujeres.

Cada mujer tiene derecho a vivir libre de miedo, a decidir sobre su vida, su cuerpo y su futuro. Cada sociedad tiene la obligación de escuchar, proteger y garantizar esos derechos. La lucha contra la violencia y la discriminación de género no es un acto de feminismo aislado: es una lucha por justicia, por igualdad y por humanidad.

Hoy, y cada día, decimos basta. Basta de silencio, basta de impunidad, basta de miedo. Porque ninguna mujer debería vivir con miedo, y ninguna debería perder la vida a manos de quienes dicen amarla.

Porque ninguna mujer debe ser víctima de violencia, ni discriminación, ni invisibilización. La igualdad no es un privilegio, es un derecho, y cada acción que demos hoy, cada voz que levantemos, contribuye a un mañana más justo para todas.

# Aprobados 500 millones de euros para financiar la atención a las personas con ELA y reforzar el sistema de la Dependencia

*A través de esta partida económica y de la propia norma, este sistema se adapta a las especificidades de las personas con esclerosis lateral amiotrófica u otras enfermedades de alta complejidad y curso irreversible, a la vez que se garantiza la financiación necesaria para ello.*

CLM Activa / CIUDAD REAL

El Consejo de Ministros aprobaba un decreto ley presentado por Pablo Bustinduy y elaborado desde el Ministerio que dirige, Derechos Sociales, que supondrá la movilización de 500 millones de euros para el desarrollo integral de la Ley ELA (Ley 3/2024) y para reforzar el Sistema de Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD).

A través de esta partida económica y de la propia norma, este sistema se adapta a las especificidades de las personas con esclerosis lateral amiotrófica u otras enfermedades de alta complejidad y curso irreversible, a la vez que se garantiza la financiación necesaria para ello. Y se da cumplimiento al desarrollo normativo de la Ley ELA, en tiempo y forma según lo que marca el propio texto legislativo, esto es, antes de cumplirse un año de la publicación de esta ley en el BOE. De esta forma, este decreto ley introduce cambios en el SAAD para ofrecer a las personas con ELA la cobertura que necesitan.

Además de la movilización de los 500 millones de euros, se incorpora un nuevo grado de dependencia extrema, el Grado III+, para garantizar la protección a las personas con enfermedades neurológicas que requieren cuidados de alta complejidad. De esta forma, se ofrecerá una atención personalizada a aquellas personas que estén diagnosticadas con ELA y otras enfermedades complejas e irreversibles que estén en fase avanzada, incluyendo la atención 24 horas, una de las principales reivindicaciones de estas personas y sus familias.

De forma específica, las personas con ELA y otras enfermedades neurológicas graves en fase avanzada tendrán garantizada esa atención 24 horas, creando el derecho a una prestación de hasta 10.000 euros por paciente (9.860 €), que estará financiada en un 50% por el Gobierno de España, teniendo que ser complementada el 50% restante por el



gobierno de la Comunidad Autónoma en la que resida el paciente. Con esta prestación, se ofrecerá la ayuda que requieren estas personas para cuestiones tan básicas como respirar o comer, siendo apoyos imprescindibles sin los cuales habría un riesgo de muerte.

Estos casi 10.000 euros garantizados para cada paciente en fase avanzada se han calculado teniendo en cuenta que estos cuidados requieren cinco profesionales por persona. De esta forma, y a nivel anual, para cada paciente se garantiza una inversión salarial de 118.423 euros en 14 pagas. En base a ello, y ajustando esta cifra a los 12 meses del año en los que las personas beneficiarias percibirán las prestaciones, se garantiza que la aportación por paciente será de hasta 9.868,60 euros al mes, de los cuales, la mitad la asumirá la Administración Ge-

neral del Estado, es decir, 4.930 euros al mes.

“La Ley ELA y su despliegue demuestran que en la política se pueden llegar a consensos que mejoran la vida de miles de personas afectadas, y que nos hacen mejores como país”, declaraba Pablo Bustinduy el pasado martes en rueda de prensa desde Moncloa, donde presentó ante los medios los detalles de este decreto ley. El ministro ha querido así reivindicar que “la política no es solo un enfrentamiento infructuoso” y ha asegurado que esta normativa “honra” a nuestro Estado social y a la labor de los poderes públicos para “garantizar el mayor bienestar posible a toda la ciudadanía, sean cuales sean sus características de partida, y en condiciones de igualdad”.

El ministro Bustinduy ha reivindicado también que con este decreto ley “avan-

zamos en el cambio del modelo de cuidados que venimos impulsando desde Derechos Sociales hacia un sistema más personalizado y cercano, que responda a las necesidades de cada persona”, como ocurre con la atención 24 horas que recibirán las personas con enfermedades complejas e irreversibles en fase avanzada. Así, con estos 500 millones de euros y este desarrollo normativo, “el Sistema de Autonomía y Atención a la Dependencia será capaz de adaptarse a la realidad social de las personas, y no al revés”, ha recalcado, poniendo en valor que se va a garantizar “una atención cercana y comunitaria, que cuide a las personas en función de sus necesidades y deseos y que ofrezca condiciones dignas a las personas que proveen esos cuidados”.

# La discapacidad multiplica el riesgo de acoso escolar: hasta cuatro veces más casos según estudios recientes

CLM Activa

En un estudio realizado por el Ministerio de Sanidad, Políticas Sociales e Igualdad en 2011, se llegaba a la conclusión de que los menores que tienen alguna discapacidad sufren mayores tasas de maltrato, un 23,08%, frente a los menores que no presentan ninguna, un 3,87%. Entre este tipo de maltrato se incluyen el acoso y el ciberacoso escolar.

Estas formas de violencia se caracterizan por la intencionalidad por parte del agresor o agresora, la repetición en el tiempo y el desequilibrio de poder en el ámbito físico, psicológico o social. El acoso y el ciberacoso son, en este sentido, comportamientos repetitivos de hostigamiento, intimidación y exclusión social de la víctima, que implican diversas formas de violencia física, psicológica y/o verbal, dentro del contexto educativo.

Según un informe de la Agencia de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea (FRA, 2015) tener una discapacidad se convierte en un factor de riesgo para sufrir acoso y/o ciberacoso, así como para ser victimizado/a. Por ello, la Fundación ONCE y el Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI) han llevado a cabo un estudio en el que se mide tanto cuantitativa como cualitativamente las posibles variables que influyen en una mayor probabilidad de sufrir el acoso y ciberacoso en los niños y niñas con discapacidad.

El estudio de investigación se ha realizado recabando la opinión de tres tipos de perfiles: alumnado (y ex-alumnado) con discapacidad víctima de acoso, profesionales del ámbito educativo o expertos/as en acoso escolar y familiares (padres/madres) del alumnado con discapacidad.

Respecto a la **prevalecia**, el primer ciclo de Educación Secundaria y el segundo de Educación Primaria son los cursos en los que se registra una mayor proporción de acoso y/o ciberacoso entre el alumnado con discapacidad. La prevalencia del acoso en 1<sup>a</sup> y 2<sup>a</sup> de la ESO está en torno al 40% de los casos, mientras que la de 5<sup>º</sup> y 6<sup>º</sup> de Primaria se sitúan alrededor del 37% de los casos.

En relación a los **tipos de acoso** que sufre el alumnado con discapacidad, las burlas, el aislamiento y el rechazo se co-



rresponden con las modalidades de violencia escolar más frecuentes (8 de cada 10 casos). El alumnado víctima de ciberacoso lo ha sido, sobre todo, por recibir comentarios desagradables a través de WhatsApp (18,8%) y Facebook (10,3%).

La primera nota que caracteriza al ciberacoso es que no existe descanso. Se puede producir las 24 horas al día los 7 días de la semana. La conectividad permanente y el uso de dispositivos móviles permiten a los acosadores acceder a la víctima desde cualquier lugar y a cualquier hora, provocando una invasión de su espacio personal, incluso en el propio hogar, según el Defensor del Menor de Andalucía en 2016.

El acoso y ciberacoso escolar son fuente de depresión, baja autoestima, estrés postraumático, ideación suicida, así como de temores o preocupaciones que interfieren en la actividad normal y se convierten en ansiedad paralizante. La victimización escolar aumenta el riesgo de sufrir trastornos emocionales

y problemas de salud mental.

Algunas de las recomendaciones que se hacen en este estudio son el desarrollo de **protocolos** de prevención, detección e intervención sobre el acoso y/o ciberacoso escolar **que incorporen las necesidades específicas del alumnado con discapacidad**, favoreciendo la accesibilidad de este alumnado a los mecanismos de información, orientación, prevención e intervención contra estas formas de violencia escolar; o avanzar hacia una educación inclusiva real que favorezca el desarrollo de currículos que promuevan la educación en la diversidad, más allá de los conocimientos de tipo académico.

A este respecto, hemos conocido recientemente una metodología que nos parece muy acertada y que podría presentarse como un auténtico método para evitar el bullying en la etapa escolar: en 2025, las principales universidades de Corea del Sur han rechazado la incorporación de 45 estudiantes que contaban con excelentes notas de

ingreso por haber realizado bullying en edad escolar.

La medida forma parte de una política de tolerancia cero al bullying que está marcando un antes y un después en el sistema educativo surcoreano. Según medios locales, esta decisión busca enviar un mensaje claro a la sociedad: la excelencia académica no puede estar por encima de la integridad personal. Para el Gobierno y el sistema educativo, el respeto y la convivencia son ahora factores decisivos en la formación universitaria.

En España, se reclama la creación de una base de datos estatal de casos de acoso que serviría para tener estadísticas reales y conocer patrones. De la misma manera, se pide la existencia de protocolos claros y obligatorios en todos los centros, además de una supervisión independiente con una figura externa de inspección educativa especializada; y una formación específica a los docentes del Centro, así como incrementar el número de orientadores escolares y psicólogos.

# El Hospital Nacional de Parapléjicos seguirá siendo un referente internacional en la lesión medular gracias a una donación de 11,24 millones de euros

**CLM Activa**

El Gobierno de Castilla-La Mancha y la Fundación Amancio Ortega firmaron este pasado lunes un acuerdo de colaboración para financiar una decena de proyectos del Hospital Nacional de Parapléjicos de Toledo, centro nacional de referencia para el tratamiento de lesiones medulares complejas.

A través del mismo, la Fundación Amancio Ortega aportará 11,24 millones de euros en diversos proyectos que permitirán al Hospital Nacional de Parapléjicos liderar innovaciones y establecer estándares en tratamientos avanzados para impulsar el futuro de la medicina, la innovación científica y el bienestar de las personas con lesiones medulares.

Hoy, el consejero de Sanidad, Jesús Fernández Sanz, y la directora gerente del Hospital Nacional de Parapléjicos, Mónica Alcobendas, han querido dar a conocer los proyectos que la Fundación Amancio Ortega va a financiar.

Jesús Fernández Sanz se ha mostrado agradecido a la Fundación, destacando que ya en 2017, con la firma del primer convenio con el Gobierno de Castilla-La Mancha, se adquirió tecnología para el diagnóstico y tratamiento de enfermedades oncológicas por importe de 14,9 millones de euros, tales como mamógrafos con tomosíntesis y aceleradores lineales.

Ahora, la nueva donación va destinada al emblemático Hospital Nacional de Parapléjicos, centro de vanguardia en el ámbito de la atención integral a personas con lesiones medulares, reconocido a nivel nacional por su dedicación especializada y su enfoque innovador. En sus más de 50 años de trayectoria, el centro ha incorporado numerosos avances científicos y tecnológicos para adaptarse a las necesidades cambiantes de sus pacientes, hecho que ha llevado al Hospital a ser el principal referente en la atención a lesionados medulares complejos en España.



Por su parte, la directora gerente del Hospital Nacional de Parapléjicos, Mónica Alcobendas, ha explicado los proyectos a los que se destinará la donación de la Fundación Amancio Ortega. Entre ellos destaca el Quirófano Integrado de Alta Tecnología, que se acometerá con una estimación de 3,7 millones de euros. "Este quirófano de alta tecnología combinará las funcionalidades de un quirófano convencional con tecnologías avanzadas de diagnóstico por imagen y sistemas digitales, permitiendo la realización de procedimientos quirúrgicos mínimamente invasivos y convencionales en un mismo espacio", ha destacado.

También se procederá a la renovación de sistemas e instalaciones actuales. En ese sentido, se renovarán sistemas de comunicación paciente-enfermera de última generación, se procederá a la renovación de la Unidad de Biomecánica y a mejoras tecnológicas del Servicio de Radiodiagnóstico.

Otro de los proyectos se refiere a la adquisición de Sistemas robóticos de alta precisión, que están diseñados para la rehabilitación del hombro, codo y muñeca y permiten una combinación de movimientos activos, asistidos y pasivos.

También se adquirirá un exoesqueleto portátil para la mano, liviano y diseñado para pacientes con movilidad limitada en los dedos. Está indicado especialmente para pacientes con tetraplejia incompleta o leve que conservan algo de función motora.

Otro de los proyectos se refiere a la dotación de sistemas de tratamiento de Medicina física y Rehabilitación. Esta propuesta surge de la necesidad de continuar avanzando en la atención de los pacientes, incorporando tecnología que permita realizar procedimientos con mayor precisión, seguridad y eficacia, especialmente en casos complejos de espasticidad y dolor neuropático de origen central o periférico.

Alcobendas ha destacado, asimismo, el proyecto referente a la Formación, Capacitación y Entrenamiento Clínico avanzado mediante simulación. "Este proyecto servirá para la creación de una Sala de Simulación Clínica, convencidos de que supondrá un salto cualitativo en la formación de nuestros profesionales y alumnos, y, sobre todo, en la calidad de vida de nuestros pacientes".

Otro proyecto es la renovación de equipos de la Unidad de Investigación. La investigación en lesión medular con modelos animales permite replicar el tipo de lesión que sufren las personas. Pero, además, se pueden replicar los métodos de tratamiento para rehabilitación y las pruebas de comportamiento motor y sensorial para estudiar la evolución de la respuesta a los tratamientos experimentales que se proponen en los proyectos de investigación.

Un proyecto más es la piscina exterior. Actualmente el Hospital dispone de una piscina interior donde se llevan a cabo, en jornada de mañana, trata-

mientos terapéuticos de rehabilitación y, en jornada de tarde, actividades relacionadas con la natación. La necesidad actual es instalar en el exterior del hospital, en unos terrenos recuperados recientemente, una piscina climatizada. "Esta piscina exterior podría ser un espacio lúdico-deportivo para pacientes y familiares, en los turnos de tarde, fines de semana y festivos, dentro del marco de humanización de la asistencia y el afán de este hospital por intentar hacer más gratas sus estancias, acercando, en la medida de lo posible, la normalidad, dentro del drama que supone una hospitalización por haber sufrido una lesión medular", ha asegurado Alcobendas.

Otro proyecto se refiere a la rehabilitación de la mano tetrapléjica con estimulación asociativa. Este se enfoca en desarrollar y evaluar un programa de rehabilitación intensivo y personalizado, destinado a mejorar la función de la mano en pacientes tetrapléjicos mediante herramientas de estimulación cerebral asociada y sincronizada a estimulación periférica.

También habrá un proyecto destinado a la incorporación de equipos de última generación a la Unidad de Investigación y habrá otro proyecto de colaboración con el Hospital Universitario de Toledo para el desarrollo de proyectos alineados con la construcción y acreditación de la sala blanca para terapias personalizadas.

★ CASTILLALAMANCHAACTIVA.ES ★

# **CLM ACTIVA RADIO PROGRAMACIÓN**

## **LUNES**

- 10:00 Productividad en Equilibrio
- 12:30 Juventud Activa Saharaui
- 13:00 Lit And Big
- 17:00 Naturalmente Pod
- 18:30 Daytoday
- 19:00 Peppys Podcast
- 20:00 Aquellas Chicas del INEM
- 21:00 Real Hache
- 22:00 El Raccon del joc

## **MARTES**

- 10:00 La Curva 08
- 12:30 Reflexiones de LIBERALMA
- 15:45 Al lllo y a lo mío
- 17:00 A altas horas
- 18:45 Daytoday
- 19:00 Atrévete a pensar
- 20:00 Sinrazón aparente
- 21:00 Noticias positivas
- 22:00 No anónimos

## **MIÉRCOLES**

- 10:45 La Barandilla
- 12:00 El Piscinazo
- 13:00 Te Cedo mi Asiento
- 16:00 Revolución del Placer
- 17:00 Entiende tu Salud
- 17:30 Nos tienen contentas
- 18:30 Daytoday
- 19:00 Mujeres con Historia
- 20:00 TecnoAp21
- 23:00 A micro descubierto

## **JUEVES**

- 09:30 EGB FM
- 11:00 Hablando Claro
- 12:30 Retrocedemos en el tiempo
- 15:00 Diverses y sexuales
- 16:30 Nuestro Recreo
- 17:00 Lo que me faltaba por ver
- 18:30 Daytoday
- 19:00 Escrito y dirigido
- 20:00 Tu rutina saludable
- 22:00 Retrocedemos en el tiempo
- 23:00 Sexo y lo que surja

## **VIERNES**

- 10:00 Radio cine
- 11:00 Desarrolla-te ALMAN
- 12:30 Hablando Claro
- 13:00 La Curva 08
- 15:00 APROI
- 15:30 El Escondite del Rock
- 17:00 Si rompe que rompa
- 18:30 Daytoday
- 19:00 Es Otro Nivel
- 20:00 La Furgo
- 22:00 No Anónimos
- 22:30 Turno de noche

## **SÁBADO**

- 9:00 Noticias Positivas
- 10:00 Mujeres con Historia
- 11:00 Stereo Hits
- 13:00 Radio Cine
- 13:30 Marsodeto
- 14:00 Revolución del Placer
- 15:30 Reflexionesde LIBERALMA
- 16:00 La Barandilla
- 16:30 Desarrolla-te ALMAN
- 17:45 Webbertainment
- 20:00 Essential deLuxe
- 00:00 La Hora Urbana

## **DOMINGO**

- 00:00 La Hora Urbana
- 09:00 Noticias Positivas
- 10:30 Lit And Big
- 11:00 EGB FM
- 12:00 La Hora Urbana
- 13:00 Entiende tu salud
- 15:00 Los Hijos Malditos
- 17:30 Nuestro Recreo
- 19:00 Esto es Rock!
- 20:30 El Escondite del Rock
- 22:30 Turno de Noche

# **DICIEMBRE 2025**

**CLM  
ACTIVA**

 @CLM\_ACTIVA  
 @CLMACTIVA  
 @CLMACTIVA

