

PLATAFORMA



Noviembre de 2009 • N° 70



Entrevista a Miguel
Ángel García Oca

Presidente de PREDIF y recién
nombrado presidente de FIMITIC

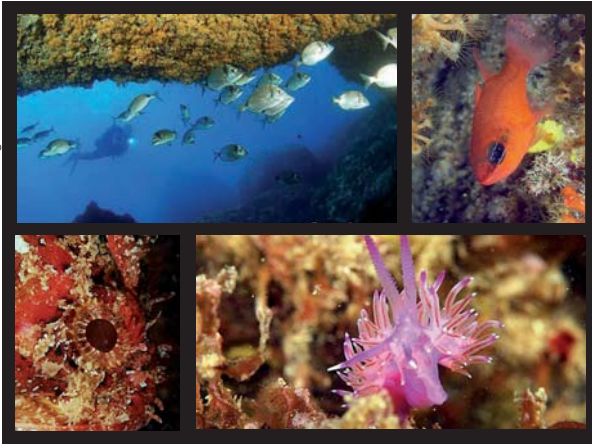
Pág. 10



Surcar el cielo

a los mandos
de un velero adaptado

Prior to take-off:
1. Control surfaces unlocked?
2. Airbrake locked?
3. Trim neutral?
4. Seat belts and harness
5. Altimeter set
6. ...



LA IMAGEN

Javier Gascón, usuario de silla de ruedas de 31 años y vecino de Chilches, consiguió el primer puesto del Campeonato Autonómico de Fotografía Submarina de la Comunidad Valenciana celebrado el pasado 27 de septiembre en Calpe. De esta forma, Gascón no sólo demuestra que las barreras bajo el agua son mínimas y se pueden superar con facilidad sino que, además, se trata de un fotógrafo excepcional. Como él mismo afirma, "aquí no hay barreras arquitectónicas". A la izquierda, sus instantáneas.



plataforma representativa estatal
de discapachados físicos

CONSEJO EDITORIAL: Miguel Ángel García, Yolanda Segovia, Francisco Sardón, Salvador Morales, Mayte Gallego, Xabier Arlaban, Carmen Alonso, Amelia Muñoz.

COORDINACIÓN: José Antonio Martín.

COORDINADOR DE SANIDAD: José Mendoza-Sarmiento.

COORDINADOR DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN:

Valentín Molina.

COORDINADOR JURÍDICO: Oscar Moral.

REDACCIÓN: Iván López

IMPRESIÓN: Gráficas Narón.

ADMINISTRACIÓN Y PUBLICIDAD: Avda. Doctor García

Tapia, 129. Local 5. 28030 Madrid. Tel.: 91 371 52 94

Fax: 91 301 61 20. <http://www.predif.org>

CORREO ELECTRÓNICO: predif@predif.net

PROGRAMA DE VACACIONES: vacaciones@predif.net

ASESORÍA JURÍDICA: asesoriajuridica@predif.net

DEPÓSITO LEGAL: M-13.908 / 1996

REALIZA:



C/ Almansa, 66. 28039 Madrid.

Tel.: 91 545 01 00. Fax: 91 416 79 48

CORREO ELECTRÓNICO: publicaciones@servimedia.es

<http://www.servimedia.es>

DIRECTOR GENERAL: José Manuel González Huesa

DIRECTOR DE PUBLICACIONES: Arturo San Román

REDACTORA JEFE DE PUBLICACIONES: Paz Hernández

COORDINACIÓN: Pedro Fernández

REDACCIÓN: Lucía Carbajo, Cristina Muñoz, Pedro Fernández.

DISEÑO Y MAQUETACIÓN: Óscar Peinado, Serafín García, Teresa Garrido, Amelia Fernández, Emilio Stihl Blanco.

FOTOGRAFÍAS: Jorge Villa Bolaños, Archivo Servimedia y Archivo PREDIF.



Fundación ONCE

para la cooperación e integración social
de personas con discapacidad

Cofinancia PLATAFORMA

Plataforma nº 70

Noviembre de 2009



SUMARIO

LA IMAGEN	2
EDITORIAL	3
CARTAS AL DIRECTOR	
DÓNDE ESTAMOS	4
JURÍDICO, por Óscar Moral	5
REPORTAJE. Vuelo a vela	6
ENTREVISTA. Miguel Ángel García Oca, presidente de PREDIF	10
ACTUALIDAD	12
ENTRE NOSOTROS	16
SANIDAD, por José Mendoza-Sarmiento	18
ACCESIBILIDAD. Fichas técnicas	19
TURISMO PARA TODOS	21
DE VIAJE. PREDIF y los CAMF	23

Nueva legislatura

En PREDIF comenzamos una nueva legislatura. Como cualquier organización democrática, hemos renovado nuestros cargos directivos y hemos dado inicio a un nuevo periodo de 4 años.

En la anterior legislatura se han aprobado y/o ratificado importantes leyes para el conjunto de la población y muy específicamente para las personas con discapacidad. Destacar la aprobación de la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia, de 14 de diciembre de 2006, y más recientemente, por su entrada en vigor, la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de Naciones Unidas, de 13 de diciembre de 2006, ratificada el 23 de noviembre de 2007 (BOE, 21 de abril de 2008).

Ambas disposiciones suponen a nivel normativo avances de incalculables proporciones. Y efectivamente, son incalculables porque parece difícil pensar cuándo y de qué manera podrán desarrollarse y formar parte de nuestras vidas.

Efectivamente, reconocer como hace el artículo 19 de la Convención que los Estados parte adoptarán medidas efectivas y pertinentes para facilitar el pleno goce del derecho de las personas con discapacidad a vivir en la comunidad con libertad de elección supone un avance extraordinario en el plano positivo, en el reconocimiento de los derechos subjetivos. Ahora bien, la plasmación en la vida real y la solución de los problemas con los que se encuentran las personas en su vida cotidiana es otra cosa.

En primer lugar, las distintas administraciones cuentan con recursos escasos, con un nivel de endeudamiento muy alto y con unas condiciones macroeconómicas muy distintas a cuando se aprobaron sendas normativas, ya que el ciclo económico actual es muy distinto al que se daba a finales de 2006. Se vuelve a oír que corren peligro las pensiones, la seguridad social o la sanidad universal, pilares del estado del bienestar que creíamos afianzados y suficientemente desarrollados de forma que se encontraban suficientemente a cubierto de tendencias y ciclos económicos. Los expertos proponen medidas como eliminar la gratuidad en los productos farmacéuticos para mayores y personas con gran invalidez, establecer nuevas cotizaciones sociales o im-

puestos específicos para dotar de mayor financiación al sistema. En definitiva, medidas que no fomentan el aumento del consumo y de la confianza de las empresas y los ciudadanos para que podamos superar la crisis económica en la que estamos inmersos y, aparentemente, pasos atrás en el sistema del bienestar que hemos conocido.



Archivo Servimedica

Para estos próximos 4 años pretendemos encontrar la determinación para hacer propuestas y llevar a cabo acciones que favorezcan la realización de esos buenos deseos que proclaman las nuevas normas, incluidas las revisiones previstas en la "Ley de la Dependencia", paciencia para aguantar los malos momentos y los presupuestos insuficientes, e inteligencia para saber discernir cuando podemos actuar y cuando no.

El cumplimiento de las normas, sobre todo a la luz de la Convención, es el mejor deseo y la mejor propuesta para los próximos 4 años. ■

Prevaricación o atraco (y II)

Un correo informa que una mujer solicitó el reconocimiento de la situación de dependencia en junio de 2007. Un año después se le aprobó su Plan Individual de Atención (PIA), donde se estableció que recibirá una paga económica y se le abonará con efecto retroactivo 5.779,44 euros por los atrasos. Lamentablemente, dos días antes de que se le aprobara el PIA la mujer falleció, circunstancia que la Administración andaluza resuelve con la extinción del PIA, y establece los derechos económicos a partir del 1 de agosto de 2008, es decir, no existen pagos. Esta sentencia viene a decir que mientras la Administración resista y retrase el cumplimiento de los plazos

legales, más se va a ahorrar el erario público. La hija se preocupaba de la higiene de la madre así que creo que se le debe reconocer administrativamente. Si con arreglo a ley procede no pagar, no es menos legal que se abran diligencias para determinar la responsabilidad de que el procedimiento administrativo no se hubiera completado en los plazos legales. Pero, si la mujer hubiera ingresado en una residencia

pagando el coste de la plaza, ¿estaría ajustado a derecho no abonar a la administración la prestación de ese servicio? Porque lo que hacen los familiares es suplir un servicio. En España se han producido manifestaciones demandando prestaciones prometidas por los políticos en los medios de comunicación, pero que no corresponden a la ley y su desarrollo reglamentario. Pero lo que yo tengo claro es que, si en lugar de encomendar la defensa del Sáhara al ejército, se hubiera encomendado a la administración, aun estarían los marroquíes llevando papeles, certificados y fotocopias compulsadas del Rabat a la frontera con el Sáhara. ■

Vicente Valero Sanchís (Valencia)

Si desea contarnos su experiencia en primera persona para que la publiquemos, puede escribirnos una carta a la siguiente dirección:

PREDIF. Avda. Doctor García Tapia, 129. 28030 Madrid o bien remitiéndola por correo electrónico a: predif@predif.net

Dónde estamos

- **PREDIF**
Avda. Doctor García Tapia, 129. Local 5. 28030 Madrid. Tel.: 91 371 52 94; Fax: 91 301 61 20. E-mail: predif@predif.net Web: www.predif.org
- **PREDIF CASTILLA Y LEÓN**
Severo Ochoa, 33. 47130 Simancas (Valladolid) Tel: 983 59 10 44; Fax: 983591101
- **PREDIF GALICIA**
Historiador Vedia, 23, bajo. 15004. A Coruña. Tel: 981 269 433 Tel.: 925 25 53 79; Fax: 925 21 64 58 Web: www.predifgalicia.org
- **ASPAYM**
• **FEDERACIÓN NACIONAL ASPAYM**
Apdo. de Correos 497. 45080 Toledo. Tel.: 925 25 53 79; Fax: 925 21 64 58 E-mail: federacion@aspaym.net
- **ALBACETE**
Centro de Asociaciones Sociosanitarias C/ Dr. Fleming nº 12, 2º 02004 Albacete Tel.: 967 55 89 06; Fax: 967 55 89 00 E-Mail: aspaymalbacete@ono.com
- **ASTURIAS**
Centro de Rehabilitación Hospital Central de Asturias, 3ª planta. Celestino Villamil, s/n. 33006, Oviedo. Tel.: 985 24 42 53; Fax: 985 96 50 24 E-mail: aspaym@aspaym-asturias.org Web: www.aspaym.org
- **CANARIAS**
Avda. Marítima del Sur, s/n. Hospital Insular 5ª planta. Unidad de Lesionados Medulares. 35016. Las Palmas de Gran Canaria. Tel.: 928 44 15 17; Fax: 928 44 15 31 E-mail: aspaymcanarias@hotmail.com Web: www.aspaymcanarias.com
- **CATALUÑA**
Pere Vergés, 1. Edificio Piramidón, 7ª planta. 08020 Barcelona. Tel.: 93 314 00 65; Fax: 93 314 45 00 E-mail: aspaymcat@telefonica.net
- **CUENCA**
Hnos Beceril, 3 bajo. 16004 Cuenca. Telf y Fax 969 23 26 48 E-mail: trabajosocial@aspaymcuenca.org Web: www.aspaymcuenca.org
- **VALENCIA**
Plaza de Salvador Allende, 5 bajo. 46019 Valencia. Tel. y Fax: 96 366 49 02 E-mail: info@aspaymcv.com Web: www.aspaymcv.com
- **CASTILLA Y LEÓN**
Severo Ochoa, 33 47130 Simancas (Valladolid). Tel.: 983 59 10 44; Fax: 983 59 11 01 E-mail: aspaymcy@aspaymcy.org Web: www.aspaymcy.org
- **DELEGACIÓN ÁVILA**
Travesía de la Toledana, 12 05002 Ávila. Tel. y Fax: 920 25 09 28 E-mail: aspaymav@aspaymcy.org
- **DELEGACIÓN LEÓN**
Pablo Iglesias, 6 bajo. 24008 León. Tel.: 987 80 73 90; Fax: 987 80 58 06 E-mail: aspaymle@aspaymcy.org
- **MÁLAGA**
C/ Palma del Río, 19. 2º. Despacho 13. 29004 Málaga. Tel.: 951 16 49 19; Fax: 951 16 49 01 E-mail: aspaymmalaga@gmail.com
- **MURCIA**
Pantano de Camarillas, 13. 30009 Murcia. Tel.: 968 28 61 57; Fax: 968 28 67 55 E-mail: aspaym@forodigital.es
- **GRANADA**
Escritor Miquel Toro, 7, bj 1. 18006 Granada. Tel.: 958 13 07 37 / 958 02 17 29 Fax: 958 16 27 16 E-mail: aspaymgr@infonegocio.com
- **BALEARES**
C/ Platener, 4. Bajo. 07008 Palma de Mallorca. Tel. y fax: 971 77 03 09 E-mail: administracion@aspaymbaleares.org
- **MADRID**
Camino de Valderribas, 115. 28038 Madrid. Tel.: 91 477 22 35/ 669 87 98 47; Fax: 91 478 70 31 E-mail: aspaym_madrid@yahoo.es Web: www.aspaymmadrid.org
- **GALICIA**
C/ Curtis 10, bajo. 15009. A Coruña. Tel.: 981 94 88 17; Fax: 981 92 85 10 E-mail: aspaymgalicia@hotmail.com Web: www.aspaymgalicia.org
- **TOLEDO**
Hospital Nacional de Paraplégicos Finca la Peraleada, s/n. 45007 Toledo. Tel. y Fax: 925 25 31 16. E-mail: aspaym_toledo@hotmail.com
- **COAMIFICOA**
• **FEDERACIÓN DE COORDINADORAS Y ASOCIACIONES DE MINUSVÁLIDOS FÍSICOS DE LAS CC AA DE ESPAÑA**
José Bergamín, 12, local 8. 28030 Madrid. Tel.: 91 301 60 48; Fax: 91 772 64 00 E-mail: coamificoa@coamificoa.com
- **COORDINADORA DE DISMINUIDOS FÍSICOS DE VALENCIA**
Gas Lebón, 5. 46023 Valencia. Tel.: 96 331 08 54. E-mail: codifiva@codifiva.org Web: www.codifiva.org;
- **COORDINADORA DE MINUSVÁLIDOS FÍSICOS DE LA COMUNIDAD DE MADRID**
C/ Canarias, 7. 28045 Madrid. Tel.: 915061740; Fax: 915061741 E-mail: coordinamadrid@hotmail.com
- **COORDINADORA DE MINUSVÁLIDOS FÍSICOS DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS**
Avenida de Galicia, 62, bajo dcho. 1 33212 Gijón (Asturias). Tel.-Fax: 985 32 01 01 E-mail: comifipas@teletelnet.com
- **FEDERACIÓN COORDINADORA DE DISMINUIDOS FÍSICOS DE GUIPUZCOA**
Ondarreta, 5, bajo. 20018 San Sebastián. Tel.: 943 31 67 70; Fax: 943 31 63 79 E-mail: elkartu@elkartu.org
- **COORDINADORA DE MINUSVÁLIDOS FÍSICOS DE CANARIAS**
Eduardo Zamacois, 13 bajo. 38005 Santa Cruz de Tenerife. Tel. y fax: 922 21 59 09 E-mail: cigal@canariastelecom.com
- **COORDINADORA DE DISCAPACITADOS FÍSICOS DE SEGOVIA**
Antonio Machado 6, 3º. 40002 Segovia. Tel.: 669 90 62 58 Fax: 921 46 30 26 E-mail: coordinis.segovia@terra.es
- **ASOCIACIÓN DE MINUSVÁLIDOS DE LA PROVINCIA DE ÁVILA (AMPA)**
Cantarranas, 10. 05379 Muñozancho (Ávila). Tel.: 626 61 60 37 / 920 22 65 09
- **COORDINADORA DE DISMINUIDOS FÍSICOS DE NAVARRA**
Doctor Labayen, 15. 31012 Pamplona. Tel.: 948 36 67 39; Fax: 948 27 25 62 E-mail: info@acodifna.org
- **COORDINADORA DE ASOCIACIONES DE MINUSVÁLIDOS DE GALICIA (CAMILGA)**
C/ Historiador Vedia, 23, bajo. 15004 Ferrol (A Coruña). Tel.: 981 27 73 01 E-mail: ascmferrol@ascmferrol.com
- **ASOCIACIÓN SOCIOCULTURAL DE MINUSVÁLIDOS DE FERROL**
C/ Fernando VI, Bloque 2, Bajos 18-19. 15403 Ferrol (A Coruña) Tel.: 981 35 14 30
- **DFE**
• **DISMINUIDOS FÍSICOS DE ESPAÑA**
C/ José Luis Pomarón, 9. 50008 Zaragoza Tel.: 976 59 59 59; Fax: 976 59 91 26 E-mail: dfe@dfe-org.com Web: www.dfe-org



NECESARIO ACREDITAR EL GRADO DE DISCAPACIDAD IGUAL O SUPERIOR AL 65 POR CIENTO

Jubilación anticipada de trabajadores/as con discapacidad grave (II)

El anterior artículo de esta sección lo dedicamos a la jubilación anticipada de trabajadores/as con discapacidad grave. Señalamos que la regulación normativa de esta materia se encontraba en el Real Decreto del año 2003, donde se establecen coeficientes reductores de la edad de jubilación en favor de los trabajadores que acreditan un grado importante de minusvalía; así los trabajadores/as por cuenta ajena con un grado de discapacidad igual o superior al 65 por ciento podrán adelantar su edad de acceso a la pensión de jubilación. Los **aspectos más significativos**, que especificábamos, eran los siguientes:

- * Es necesario acreditar un grado de discapacidad igual o superior al 65% mientras se trabaje
- * La acreditación de la discapacidad se realiza mediante la aportación de los certificados emitidos por el IMSERSO o por el órgano de la comunidad autónoma competente en la materia. No obstante, se admiten los medios de prueba de la discapacidad que considere suficientes a los efectos de esta situación.
- * La reducción de la edad ordinaria de jubilación, establecida en 65 años, se efectuará así:
 - Con un grado de discapacidad igual o superior al 65 por ciento, por cada cuatro años trabajados se reduce la edad de jubilación en un año, que, además, se computa como cotizado.
 - Con un grado de discapacidad igual o superior al 65 por ciento y la necesidad del concurso de otra persona para la realización de los actos esenciales de la vida ordinaria, por cada dos años trabajados se reduce la edad de jubilación en un año, que también se computa como cotizado.
- El tiempo en que se reduce la edad de jubilación sirve para acumularse a los años cotizados y para determinar el porcentaje aplicable a la base reguladora de la pensión de jubilación en función del tiempo cotizado, pero nunca para acreditar el período mínimo de carencia necesaria para ge-



nerar derecho a esta pensión, que actualmente es de 15 años.

- La pensión resultante del cálculo anterior debe estar comprendida entre el tope máximo de pensiones públicas y la cuantía mínima establecida según el caso. Si la pensión resultante es superior a la máxima se reduce hasta ese importe y si es inferior a la mínima correspondiente se complementa hasta alcanzarla. En todo caso hay que considerar que el cobro de la pensión es incompatible con el trabajo.

Queremos completar la información que no apareció en el artículo anterior y pedimos disculpas, por ello, en la medida que haya podido inducir a error: el artículo 26 apartado 4 in fine, de la Ley 20/2007, de 11 de julio, del Estatuto del Trabajador Autónomo, señala que lo regulado y recogido anteriormente para los trabajadores por cuenta ajena con discapacidad en materia de jubilación anticipada es de aplicación también a los trabajadores autónomos con discapacidad. ■

Óscar Moral Ortega
Asesor Jurídico de PREDIF

*Texto, en gran parte, tomado de la guía explicativa del CERMI (asesoría jurídica) enero 2004



Volar más allá de la discapacidad física

Desde el año 2000, PREDIF, con la colaboración de la Fundación Vodafone España, Fundación ONCE, la Sociedad para la Enseñanzas Aeronáuticas Civiles (SENASA) y la Dirección General de Aviación Civil, ofrece la posibilidad de experimentar la sensación de volar sin motor a más de mil metros de altura para personas con discapacidad física y movilidad reducida.

Belén Molina, Luis Germán Almirante y Elisabeth Helimeyer son tres personas con movilidad reducida con un sueño cumplido en común: surcar los cielos en un avión sin motor, sólo empujado por la fuerza del viento y por sus conocimientos.

Los tres tienen claro que su discapacidad física no supone una desventaja ni dificultad a la hora de pilotar este tipo de planeadores gracias al convenio suscrito en el año 2000 por el que la Dirección General de Aviación Civil, la Sociedad para las Enseñanzas Aeronáuticas Civiles (SENASA), la Fundación Vodafone y PREDIF sellaron su colaboración para adaptar un planeador, así como los precios de los vuelos de divulgación, los cursos para la iniciación y los cursos para la obtención del título de piloto de vuelo a vela en el centro que SENASA tiene en el →





→ kilómetro 64,200 de la Carretera Nacional IV, en la localidad de Ocaña (Toledo).

Las adaptaciones concretas para que las personas con movilidad reducida pudieran volar en este tipo de planeadores o veleros se hicieron posibles, gracias también al mencionado convenio, en un planeado con matrícula EC-BUO cuyos pedales han sido sustituidos por una palanca, cercana al aerofreno, que hace de timón de dirección y que se puede manejar con las manos.

ADAPTACIONES TÉCNICAS

La técnica de mantener elevado un planeador sin contar con un motor de propulsión se aprende en las clases teóricas que los instructores de la base toledana de SENASA dan al interesado. Estos aviones, pueden sobrevolar la tierra entre 1.000 y 3.000 metros de altura según la época del año y las condiciones meteorológicas, y a una velocidad aproximada de 90 kilómetros por hora. Estas condiciones son, según Iñaki Ullbarri, uno de los instructores de la escuela de vuelo de SENASA en Ocaña

“En el aire, todos somos iguales. No te acuerdas de que no puedes mover las piernas y eres libre”

“exactamente las mismas que para una persona sin discapacidad”.

Además del apoyo de estas instituciones y de PRE-DIF, esta actividad lúdica accesible cuenta con el apoyo de la Asociación “Sillas Voladoras”, promovida por un grupo de personas con una afición en común: los deportes aéreos. Según su presidenta y vocal de la Junta Directiva de ASPAYM-Madrid, Elisabeth Helimeyer, “el vuelo a vela es, sin duda, mucho más que una actividad lúdica, es 100 por 100 terapéutica”.

“En el aire, –continúa esta traductora jubilada que dedica hoy su tiempo a este deporte y a la accesibilidad y difusión del mismo–, todos somos iguales, sentimos una inmensa sensación de libertad y no te acuerdas de que no puedes mover las piernas”. A esta opinión también se suma Ullbarri, quien defiende que este tipo de ocio “ayuda a la persona a abrirse y a ver



que el mundo no se ha terminado una vez que se pierde la movilidad: hay cosas para las que no hacen falta las piernas, como lo es el vuelo con planeador”.

Las personas con discapacidad física “todavía tienen que volar acompañadas por un instructor –explica Ulibarri–, ya que aunque el Gobierno permite desde 2008 que las personas con discapacidad física puedan obtener una licencia de vuelo, aún no pueden pasar la revisión médica a la que deben someterse, así que aunque tengan los conocimientos y la práctica necesaria, todavía no se les reconoce el derecho a volar sin supervisión”.

LICENCIA PARA PILOTAR

Esto es algo por lo que PREDIF lucha desde el año 2000, ya que muchas personas, como Belén Molina y Luis Germán Almirante llevan más de tres años practicando este deporte y están a la espera de conseguir la licencia de vuelo para, como dice Belén, “ser completamente autónoma” y poder volar sin acompañante.

“Estar sólo acompañada por el ruido del viento que hace tu planeador al avanzar” es, para Belén Molina, una mujer de 53 años que se dedica a promover el deporte integrado entre personas con discapacidad y sin ella, una de las gratificaciones de este deporte, además de “la sensación de libertad que te hace sentir como un pájaro”.

Ulibarri asegura que una docena de personas con discapacidad física practica este deporte de forma usual, pero esperan que el número vaya en aumento. Según Elisabeth Helimeyer, “nuestro objetivo sigue siendo darnos a conocer a más personas con discapacidad motora”. “Después de conseguir el reto de obtener la licencia de vuelo –continúa Helimeyer–, seguiremos defendiendo los derechos de los aficionados a los deportes aeronáuticos que no se conforman sólo con la accesibilidad del vuelo sin motor”. ■



Miguel Ángel García Oca

Presidente de PREDIF

“Mi nombramiento como presidente de FIMITIC es un premio al trabajo de PREDIF”

Tras cuatro años en su junta directiva ha sido elegido por unanimidad presidente de FIMITIC (Federación Internacional de Personas con Discapacidad Física). Ahora, su objetivo es trasladar al resto de Europa la capacidad de asociar de PREDIF, así como la gestión de la Federación Nacional.

¿Qué significa ser nuevo presidente de FIMITIC?

Una responsabilidad añadida. Pero en este caso se premia al trabajo de la asociación, no a mí. Cuando eres presidente de una confederación de asociaciones y votan para un cargo de este tipo, no es tanto la persona como el reflejo que tiene lo que hace tu asociación nacional.

¿Qué puedes aportar a FIMITIC?

El modelo que hace PREDIF a nivel nacional. Valoran nuestra capacidad de asociar, que en nuestra gestión de la Federación incorporemos los valores positivos o excelentes de cada una de las asociaciones. En FIMITIC hay asociaciones de discapacidad física de todo tipo. Lo que vamos a tratar es que, por ejemplo, si la de Eslovenia tiene experiencia en la integración laboral de las personas con discapacidad, incorporar ese modelo. O si PREDIF tiene un modelo de excelencia en accesibilidad y en turismo para todos, pues intentar trasladarlo a FIMITIC.

¿Y además de la accesibilidad y el turismo?

Eso es lo que más se ve, pero es verdad que PREDIF, a través de sus asociaciones, tiene una larga trayectoria en la rehabilitación, y este modelo les interesa mucho a los países de Europa del Este.

¿Cuál es la situación de los europeos con problemas de movilidad reducida?

No es la misma la situación de una persona en silla de ruedas que vive en un país que en otro dentro de Europa. Incluso lo mismo sucede en España. Es decir, los derechos de este colectivo y la accesibilidad depende mucho de donde viva cada uno. Pero a nivel general, sí que podríamos ver la calidad de vida de es-

tas personas si tomamos como referencia la renta per cápita de cada país.

¿En qué se quiere centrar el trabajo de FIMITIC?

En los derechos de las personas con grave discapacidad física; que se aplique la Convención de la ONU de forma real en Europa; que en esta crisis no exista una reducción de derechos ni se vaya hacia atrás en el empleo; y tratar de mostrar y convencer a todos los países que todo lo que se haga en una sociedad más abierta para todos -accesibilidad- mejora a la sociedad y, a la larga, la economía.

¿Y qué objetivos os marcáis en PREDIF?

Que la sociedad no margine a este colectivo; apoyar a las asociaciones miembros en rehabilitación, formación y accesibilidad; incorporar mejoras en la legislación española y que la Ley de Dependencia de verdad sea una ley de autonomía personal, que no lo es; e incorporar el concepto de la autonomía personal y la mejora del empoderamiento.

¿Qué problema tiene la Ley de Dependencia?

Hay contradicciones en el articulado de la ley. La Ley es una buena norma a nivel estatal, pero no es la ley de las personas con gran discapacidad física

¿Qué novedad destacaría de la reunión de la junta directiva del EDF en Estocolmo el 16 de septiembre?

En estos momentos en Europa, y encabezado por la presidencia sueca, se está intentando tirar hacia abajo los derechos de las personas con discapacidad. Esperemos que con la presidencia española sea todo lo contrario. ■

Pedro Fernández



Jornada sobre el Patrimonio accesible en Ibiza

Con motivo del Día de la Solidaridad de las Ciudades Patrimonio Mundial y del décimo aniversario de la inclusión de Ibiza dentro de la lista del Patrimonio Mundial, el Ayuntamiento de la ciudad organizó el pasado 8 de septiembre la mesa redonda "Patrimonio Accesible, Patrimonio para Todos". El evento contó con Elena Ortega, directora técnica de PREDIF, quien recordó que la

accesibilidad "no es sólo adaptar la vía para la silla de ruedas", y señaló la importancia de la información ya que "muchos hoteles tienen el símbolo de accesibles pero después para que entre una silla de ruedas se ven obligados a quitar las puertas". Por otro lado, el Ayuntamiento de Ibiza organizó una serie de actividades para dar a conocer el patrimonio natural, como una navegación en kayak.

La discapacidad pide que se implemente el SAAD con la Convención de la ONU

El sector de la discapacidad, articulado en torno al CERMI, pidió a mediados de octubre que se implemente el Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD) con los mandatos de la Convención de la ONU sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, en vigor desde mayo de 2008. Expertos en discapacidad de ámbitos como la sanidad, la justicia o la filosofía, así como el movimiento social de la discapacidad, han coincidido en remarcar la necesidad de revisar la legislación española con el fin de adaptarla a lo dispuesto en este Tratado Internacional que establece un derecho subjetivo y es un mecanismo vinculante.



Esta petición se realizó en esta jornada organizada por el CERMI en la que, entre otras personalidades, intervino Miguel Ángel García Oca, presidente de PREDIF, quien habló sobre la autonomía personal y la vida independiente en los desarrollos normativos del SAAD, haciendo hincapié en la figura del asistente personal, reconocida en la Convención de la ONU.

Ávila presenta dos puntos de información turística en su muralla

Con motivo del día de la Solidaridad de las Ciudades Patrimonio de la Humanidad, bajo el lema "Patrimonio accesible, patrimonio para todos", el Ayuntamiento de Ávila presentó el pasado 8 de septiembre en el tramo accesible de la Muralla dos nuevos puntos de información turística, para lo que ha contado con la colaboración de la Fundación ONCE y de Vodafone España. El alcalde de la capital abulense, Miguel Angel García Nieto, resaltó que estas novedades se han concretado "con la constante colaboración de las personas con discapacidad, porque a quienes necesitan este tipo de ayudas, lo único que hacemos es concederles lo que se les debe".



El Cluster de Turismo presenta sus estrategias

La Comunidad de Madrid, a través del gerente del Instituto Madrileño de Desarrollo (IMADE), Aurelio García de Sola, presentó en septiembre las líneas estratégicas del Cluster de Turismo a las 35 empresas e instituciones que se han sumado como socios en sus primeros nueve meses de vida, entre las que se encuentra PREDIF. El Cluster de Turismo se constituyó con el objetivo de promover nuevas oportunidades de negocio entre sus socios, impulsar la colaboración entre las empresas del Cluster y de éstas con la Administración, y promover la innovación y el desarrollo tecnológico. Entre los proyectos destaca Madrid Centro Médico, una iniciativa ya en marcha, que pretende posicionar Madrid como lugar de referencia en turismo de salud, sacando partido de la capacidad excedentaria en el sector privado.

BREVES

Vidisa entrega 3.000 manos libres a PREDIF

Vidisa, empresa mayorista en productos electrónicos dentro de la tecnología de las telecomunicaciones, ha donado a PREDIF 3.000 manos libres para el coche para que las personas que pertenecen a esta asociación puedan utilizar el teléfono móvil en su vehículo de una forma sencilla y sin ser necesaria ninguna instalación.

Elecciones en ASPAYM Toledo

El pasado 23 de septiembre se celebraron las elecciones para designar la nueva junta directiva de ASPAYM Toledo. Durante los próximos años José Ramón del Pino, será el presidente, y Alberto de Pinto, vicepresidente.

Jornadas de ASPAYM Murcia

ASPAYM Murcia celebró en octubre las XI Jornadas de Enfoque Multidisciplinar del Lesionado Medular, para formar a futuros profesionales de la rama sanitaria y de los servicios sociales en la atención al lesionado medular. Entre otros temas, trataron el tema de las personas con lesión medular en los distintos entornos de la vida cotidiana, así como de las necesidades en el medio rural de estas personas y sus familias, como la ponencia de José Antonio Martín, gerente de PREDIF.

Curso sobre turismo accesible

Elena Ortega, directora técnica de PREDIF, participó los pasados 29 y 30 septiembre en la localidad gallega de Muros en el curso "Certificaciones de Calidad en Turismo" con la ponencia "Turismo para todos: un nuevo enfoque integral".

Oviedo se prepara para el VIII Congreso Nacional de ASPAYM

Del 18 al 20 de noviembre se celebrará en Oviedo el 8º Congreso Nacional ASPAYM, promovido por la Federación Nacional de ASPAYM y ASPAYM Principado de Asturias, coincidiendo con el 25 aniversario de esta última asociación. Bajo el lema "I+D+I en el abordaje integral de la lesión medular", este evento pretende destacar las contribuciones, los avances y los desarrollos que facilitan la vida de las personas con grandes discapacidades físicas.

Por eso, entre sus objetivos está informar y sensibilizar sobre este colectivo y el conocimiento de su situación; fomentar la investigación, el progreso y la innovación en el abordaje integral de la lesión medular; difundir

conceptos y buenas prácticas referentes a estas personas; contribuir a la mejora de las actitudes públicas hacia este colectivo, y difundir el conocimiento y aplicación de la accesibilidad y consolidar el paradigma del diseño para todos. En el evento, que tendrá lugar en el Palacio de Congresos Auditorio Príncipe Felipe de Oviedo, participarán, entre otros, Alberto de Pinto, presidente de la Federación Nacional de ASPAYM, María del Carmen Alonso, presidenta de ASPAYM Principado de Asturias, Miguel Ángel García Oca, presidente de PREDIF, y José Antonio Martín, director gerente de la Federación Nacional de ASPAYM.

Para más información:
www.aspaym-asturias.org



Nueva sede de ASPAYM Canarias

Roberto Ramírez, gerente del Instituto de Atención Social y Sociosanitaria del Cabildo Insular de Gran Canaria, María Carmen Vargas, concejala del Área de Servicios Sociales, Educación, Turismo y Deportes del Ayuntamiento de Las Palmas, y Ana Rodríguez, presidenta de ASPAYM Canarias, entre otros, inauguraron el pasado mes de octubre su nueva sede en Las Palmas de Gran Canaria.

Miguel Ángel García Oca, nuevo presidente de FIMITIC

Miguel Ángel García Oca, presidente de PREDIF, fue elegido nuevo presidente de la Federación Internacional de Personas con Discapacidad Física (FIMITIC) tras obtener el cien por cien de los votos en votación secreta a finales del pasado mes de septiembre. La elección se realizó en el marco de la asamblea bianual de FIMITIC y del Congreso Internacional "Ejemplos de buenas prácticas y medidas innovadoras para mantener el empleo de trabajadores con discapacidad durante la presente crisis económica" que la entidad ha celebrado en Topolsica (Eslovenia). García Oca, que compaginará este nuevo cargo con el de presidente de PREDIF, destaca que, entre sus objetivos, están "fomentar la difusión de la Convención de las Naciones Unidas y promover la firma del protocolo por los estados de las organizaciones que integran el FIMITIC". Asimismo, García Oca promoverá "la adopción de medidas efectivas para que cada persona pueda tomar sus propias decisiones, impulsando así la vida autónoma



Miguel Ángel García Oca

de las personas con discapacidad", y respaldará acciones "encaminadas a lograr unas condiciones de efectiva igualdad entre personas con y sin discapacidad".

El Hospital de Paraplégicos pide colaboración para un estudio sobre disfunción eréctil

El Servicio de Urología del Hospital Nacional de Paraplégicos de Toledo está realizando estudios neuroandrológico y vascular para desarrollar un proyecto cuyo objetivo es el diagnóstico y tratamiento de la disfunción eréctil, y la valoración de su repercusión en

la calidad de vida.

Para ello, desde el centro han pedido la colaboración de todas las personas que deseen participar, siempre y cuando reúnan unos ciertos

cráterios. Para más información: **Servicio de Urología, 3º planta. Hospital Nacional de Paraplégicos. Finca La Peraleda, s/n. Toledo. Tel. 925 24 77 51**



Curso de conducción para personas con discapacidad

Los pasados 20 y 21 de octubre la Federación Nacional de ASPAYM, con la colaboración de IM Guidosimplex, Fiat Autonomy y la Fundación del Hospital Nacional de Paraplégicos, organizó en Toledo el primer Curso de Conducción en Condiciones Adversas, para personas con y sin discapacidad. Los alumnos de este curso, que contó con la colaboración del Ayuntamiento de Toledo y la Casa de Extremadura, tuvieron como profesor a Albert Llovera, primer piloto con discapacidad que participa en el Campeonato del Mundo. Estas jornadas, dentro de las actividades de ASPAYM para la prevención de accidentes y promoción de la seguridad vial, concienciaron sobre la necesidad de una conducción segura y de respetar las normas de seguridad vial.

Madrid para todos

El Área de Gobierno de Economía y Empleo del Ayuntamiento de Madrid, con la colaboración de PREDIF y de la Asociación Empresarial Hotelera de Madrid (AEHM), ha elaborado la Guía de Turismo Accesible de Madrid, que ha contado con la colaboración de Caja Madrid, que pretende dar a conocer la accesibilidad de los distintos atractivos turísticos de la capital.

El trabajo informa sobre los lugares y recorridos más adaptados incluyendo la red de transporte, los servicios turísticos del Ayuntamiento, los hoteles, la cultura, la gastronomía y las compras.

El objetivo es que las personas con discapacidad cuenten con una herramienta informativa minuciosa con respecto a los niveles de accesibilidad de la infraestructura turística madrileña, proponiendo cuatro tipos de itinerarios diferentes. Las propuestas que ofrece el Ayuntamiento madrileño en la tercera edición de la guía



A la izquierda, la página www.esmadrid.com. A la derecha, la guía de turismo.



son los recorridos Museo Reina Sofía-Puerta del Sol-Plaza de Colón, Palacio Real-Puerta del Sol, Plaza España-Gran Vía-Preciados y Plaza Mayor-Huertas-Paseo del Prado.

En cada itinerario analizan aspectos importantes para cualquier turista como la accesibilidad en museos, teatros, restaurantes, aparcamientos, estaciones de metro y establecimientos comerciales, además de 117 hoteles de entre una y cinco estrellas. Con toda esta información las personas con discapacidad podrán disfrutar más del entorno madrileño y saber a dónde poder dirigirse sin encontrar-

se ninguna barrera arquitectónica.

El Patronato de Turismo de Madrid ha editado la guía en formato papel y electrónico. Este segundo se puede consultar en la web www.esmadrid.com. La web se completa con información de otras actividades promovidas para personas con discapacidad, como visitas guiadas adaptadas, noticias de actualidad y reportajes de interés para personas con discapacidad física.

Para más información:
Tel. 91 480 20 40.

E-mail:
turismoaccesible@munimadrid.es

PREDIF imparte y coordina un seminario para promover la accesibilidad global en Burgos

En colaboración con el Ayuntamiento de Burgos y la Asociación de Escoliosis de Castilla y León (ADECYL), PREDIF im-

partió y coordinó el "Seminario de accesibilidad universal: municipios para todos" para promover la accesibilidad global en Burgos, los pasados 17 y 18 de septiembre. A la inauguración asistieron la concejala de la Gerencia Municipal de Servicios Sociales de Burgos, María José Abajo; la responsable de Relaciones Institucionales de Vodafone España, Aurora Pérez; y la directo-

ra técnica de PREDIF, Elena Ortega. Se trata de una iniciativa del Real Patronato sobre Discapacidad, copatrocinada por Vodafone España, que pretende contribuir al incremento de la accesibilidad física y sensorial en los municipios, considerando los entornos urbanísticos, la aportación de las TIC a la accesibilidad y el trato adecuado al ciudadano con necesidades especiales.

PREDIF Asturias



Nace PREDIF Asturias

Recientemente se ha constituido PREDIF Asturias que asumirá las tareas de difusión, representación, coordinación y asesoramiento técnico de las entidades y asociaciones representantes del colectivo de personas con discapacidad física gravemente afectadas. Las entidades fundadoras son ASPAYM Asturias, la Coordinadora de Minusválidos Físicos de Asturias (COMIFIPAS), la Asociación de Personas con Discapacidad Física (COSA NUEVA), la As-

ciación por la Integración de la Mujer Discapacitada (AIMD), la Asociación de Discapacitados de Asturias (ADAS) y la Asociación de Discapacitados Asturias Solidaridad. Además, ha quedado compuesta la Junta Directiva, en la que destacan José Javier Rubio, presidente, Carmen Alonso, vicepresidenta, Patricia Fernández, secretaria de Organización, Aladino Pandiella, secretario de Finanzas, e Iván Porras, secretario de Formación y Empleo.

ASPAYM Málaga

Málaga ya tiene su asociación

Para dar respuesta a la alta demanda de las personas con lesión medular que residen en la ciudad de Málaga se acaba de crear ASPAYM Málaga. La junta directiva de la asociación queda configurada de la siguiente ma-



nera: Abdelhamid Benali, presidente, Melania Rojas, vicepresidenta, Inmaculada Barroso, secretaria, Francisco González, tesorero, y Andrés Jiménez, vocal.

ASPAYM Cuenca



ASPAYM Cuenca inaugura un nuevo centro

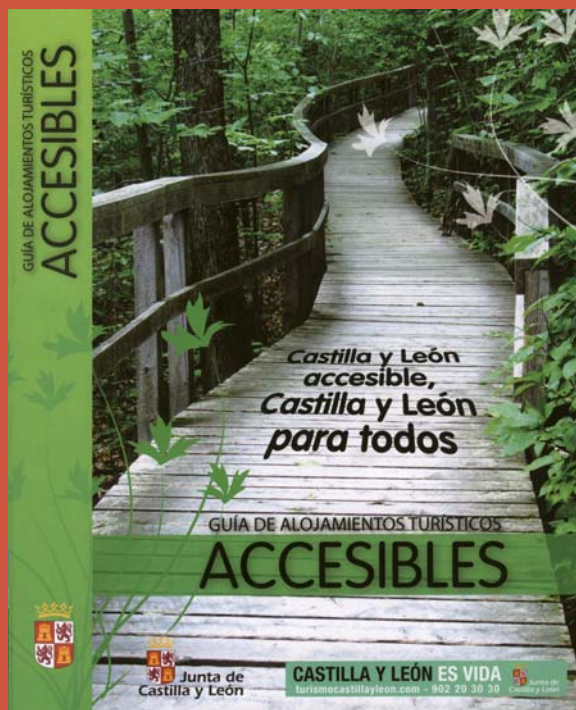
Ángel Tomás Godoy, delegado en Cuenca de la Consejería de Salud y Bienestar Social de Castilla-La Mancha, y José Luis Mota, presidente de ASPAYM Cuenca, inauguraron en julio el nuevo Centro de Actividades Rehabilitadoras y Terapéuticas para personas con discapacidad de la asociación. Este centro permitirá ofrecer a las personas que sufren enfermedades neurológicas un tratamiento rehabilitador adaptado a sus necesidades, que permita lograr la máxima integración de las personas con discapacidad.

Presentan la “Guía de alojamientos turísticos accesibles” de Castilla y León

En septiembre la consejera de Cultura y Turismo de la Junta de Castilla y León, María José Salgueiro, presentó en Ávila la primera “Guía de alojamientos turísticos accesibles” de la comunidad autónoma. El trabajo, elaborado por un equipo de técnicos especializados en turismo y accesibilidad de la propia Consejería, PREDIF y ASPAYM Castilla y León, selecciona y aporta información detallada sobre 149 alojamientos turísticos accesibles para personas con discapacidad física y sensorial, de diferentes categorías, tipologías y localización geográfica. Esta guía permitirá que cada personas pueda escoger el que más se adapte a sus necesidades. Del mismo modo, se incluyen diferentes puntos de interés turísticos de cada provincia, para que estas personas tengan información de aquellos lugares que son accesibles y representativos de la zona.

Durante la presentación, Miguel Ángel García Oca, presidente de PREDIF, señaló que los derechos de las personas con discapacidad “no se conquistan, sino que se tienen, tal y como dice la Convención de la ONU”.

Por su parte, Salgueiro destacó que este libro “era una necesidad que teníamos en Castilla y



El trabajo, elaborado por PREDIF, la Consejería de Castilla y León y ASPAYM de la comunidad, ofrece información detallada de 149 alojamientos.



Miguel Ángel García Oca, presidente de PREDIF, María José Salgueiro, consejera de Cultura y Turismo de la Junta de Castilla y León, y Francisco José Sardón, presidente de ASPAYM Castilla y León.

León”, ya que “el avance en materia de accesibilidad es una oportunidad turística que ayuda a construir una sociedad más justa”.

En total se han editado 15.000 ejemplares de la Guía en papel impreso, 900 en formato digital y también estará disponible en la página web de turismo de la Junta de Castilla y León (www.turismocastillayleon.com). Su distribución se hará entre los empresarios turísticos de la Comunidad y a las distintas asociaciones de personas con discapacidad.



Diálogos de Pepe y Manolo (16)

Hablando de investigar en lesiones medulares

Otros puntos esenciales de la cuestión. Primera parte.

Manolo: Con el título de hoy me despistas. ¿De qué va?

Pepe: En nuestras conversaciones hemos hablado bastante de investigación. Tú, como oyente atento, creo que ya distingues entre investigación básica (laboratorio) y aplicada (clínica). Hace poco hablamos del décimo "cumpleaños" de las células madre. Hoy me quiero referir a dos cuestiones de la clínica que me parecen importantes, y de las que últimamente se habla poco, o, por lo menos, yo no me he enterado.

Manolo: Habla pues y dí de que se trata.

Pepe: Del foco de fractura en la lesión medular traumática y de la vascularización de la médula espinal.

Manolo: Miedo me das cuando te pones tan técnico. Explícate.

Pepe: Cuando se produce una fractura vertebral y se aplasta, secciona y se destruye un trozo de médula, allí pasan muchas cosas. Distinguimos los especialistas entre lesión primaria (la que se produce en el momento) y lesión secundaria, que aparece en horas o en pocos días después. Efectivamente, después del daño inicial, hay muchos cambios bioquímicos y celulares que aumentan notoriamente el daño. Los investigadores de todo el mundo han estudiado y siguen estudiando estos fenómenos del daño secundario. Tratan de encontrar sustancias y métodos que frenen o eviten este daño secundario, que además impide posiblemente las hasta ahora escasas posibilidades de regeneración neuronal y axonal.

Manolo: Creo que voy entendiendo. Se trataría de encontrar sustancias que llegando al foco de la lesión, impidan el daño secundario y, supongo yo, que también produzcan o promuevan la regeneración medular.

Pepe: Efectivamente. Hay que decir también, o al menos yo quiero decirlo, que tiene su importancia el papel de la vascularización medular. La lesión y destrucción de las delicadas arterias y venas que nutren las neuronas y demás componentes de la médula, produce la muerte de estos por falta del oxígeno de la sangre. En el proceso de reparación de la lesión hay que tener en cuenta que, si no se regeneran también arterias y venas, las neuronas y demás

estructuras medulares nuevas morirán por falta de sangre. Eso pasa también con cualquier herida o lesión de otras partes del cuerpo.

Manolo: Precisamente, yo te quería preguntar que se hace, por ejemplo en las úlceras y otras heridas.

Pepe: Limpiar quirúrgicamente los elementos muertos (sin dañar más, claro) que impedirían la regeneración de la piel, músculo, etc.

Manolo: Dime cómo impiden la regeneración de lo que nos interesa.

Pepe: Porque producen sustancias tóxicas y perjudiciales para las células que se están regenerando. Algo muy parecido ocurre en la médula espinal con lo que te hablaba antes del daño secundario.

Manolo: Pero si se hace en general en todas las lesiones y heridas, no entiendo por qué no se puede hacer en la médula. Ya sé que, tanto la médula espinal como el tubo donde se aloja son muy pequeños, pero ahora sé que existe microscopios para la cirugía del ojo y del oído.

Pepe: Muchachote, has dado con el quid de donde quería llegar hoy. Pero, como nuestro tiempo y espacio son limitados, habrá que dejarlo para una próxima ocasión.

Manolo: Esto de hoy parece un culebrón de esos de la tele, donde al final de cada capítulo te dejan la intriga para el siguiente. Por lo menos dime de qué va a ir la cosa.

Pepe: En nuestra próxima conversación intentaremos hablar de: 1) abordaje quirúrgico de la médula y 2) microcirugía endoscópica medular.

Manolo: Pues ahí queda eso, y a esperar. Hoy tienes que reconocer que, aunque sea interesante lo que me has contado, ha sido un poco rollo y me temo que así será lo siguiente. Espero a ver qué tal...

Pepe: Trataré de que no sea muy pesado... Hasta donde sea capaz. ■

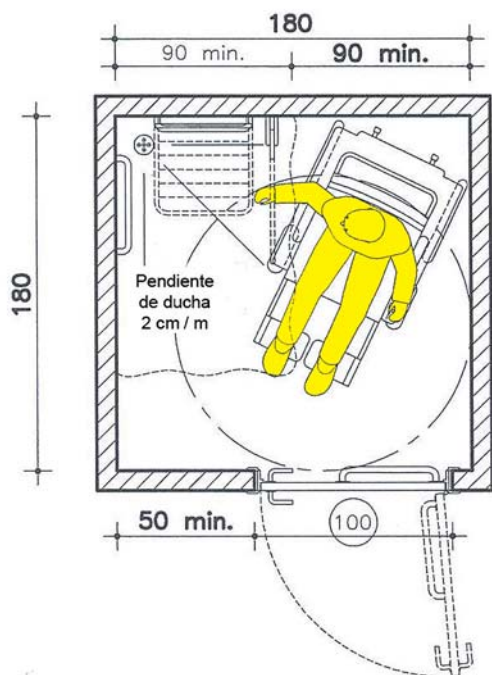
Por **José Mendoza-Sarmiento**, vocal de la junta directiva de ASPAYM Toledo y ex jefe del Departamento de Rehabilitación del Hospital Nacional de Parapléjicos de Toledo.

¿Cómo hacer...? Una ducha accesible

Para las personas de movilidad reducida es preferible que el cuarto de baño tenga **una ducha en lugar de una bañera**, en la que es más difícil entrar y salir.

LA DUCHA

- El **suelo** de la ducha debe estar **nivelado con el resto del pavimento del cuarto de baño** para facilitar la aproximación con la silla de ruedas. En su perímetro no existirán bordes hundidos o salientes.
- Los planos inclinados que se formen para facilitar el desagüe no superarán el **2%** de inclinación. Además el suelo de la ducha debe ser **antideslizante**.
- El espacio ocupado por la ducha tendrá al menos **90 cm** de ancho x **120 cm** de fondo. Si el recinto es de uso exclusivo de la ducha será de **180 cm x 180 cm** para facilitar las maniobras con la silla de ruedas.



Vista en planta de ducha accesible

- En este último caso la puerta del recinto debe abrir hacia fuera o ser corredera y tener un ancho de paso de al menos **80 cm**. Se abrirá con una manilla para facilitar su apertura y cierre a personas con difi-



cultades de manipulación. El cerrojo no requerirá el giro de la muñeca, será fácil de usar y podrá abrirse desde fuera para poder auxiliar a la persona en caso de caída.

- Frente a la ducha – preferiblemente frente a la pared en la que está colocada la grifería – debe existir un área libre de obstáculos de **80 cm** de ancho y **120 cm** de fondo, en el que pueda colocarse la persona en silla de ruedas.

SILLA Y ASIENTO

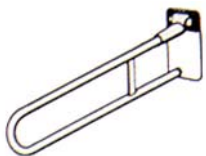
- Algunas personas de movilidad reducida no pueden ponerse de pie o tienen dificultades de equilibrio y necesitan ducharse sentados, por ello **se debe contar siempre con un taburete, con una silla de ducha o con un asiento de ducha fijo a la pared**. Todos pueden adquirirse en las tiendas de ortopedia.
- **La silla de ducha** es una silla de ruedas de plástico y es importante que ésta tenga reposabrazos desmontables para facilitar la transferencia desde la cama o desde la silla de ruedas.
- Hay distintos tipos de **asientos de ducha**, si bien se recomienda la instalación de asientos con patas. Éstos son más seguros porque el peso de la persona se reparte entre la pared y el suelo. También es útil que el asiento sea abatible, para que pueda recogerse cuando la ducha sea utilizada por personas sin movilidad reducida.



→ • El asiento abatible debe tener un ancho y fondo mínimos de **45 cm** e instalarse a una altura entre **45 y 50 cm**, que es la altura media del asiento de la silla de ruedas. El grifo y la alcachofa deben ser fáciles de coger desde el asiento. Para ello, se fijará en la pared lateral a la de la grifería, a una distancia de **25 cm**.

BARRAS DE APOYO

- En la misma pared del grifo debe existir una barra de apoyo fija que sirve para hacer la transferencia desde la silla de ruedas al asiento. Esta será horizontal y se instalará junto al asiento a una altura entre **70 y 75 cm**. También existirá una barra fija vertical que servirá para regular la altura de la alcachofa, su borde inferior se colocará a una altura entre **120 y 140 cm**.
- Al otro lado del asiento -lado de acercamiento con la silla de ruedas- se colocará una barra de apoyo abatible, estará a la misma altura de la barra fija y a una distancia de **75 cm** de ésta.



Barra de apoyo abatible

GRIFO

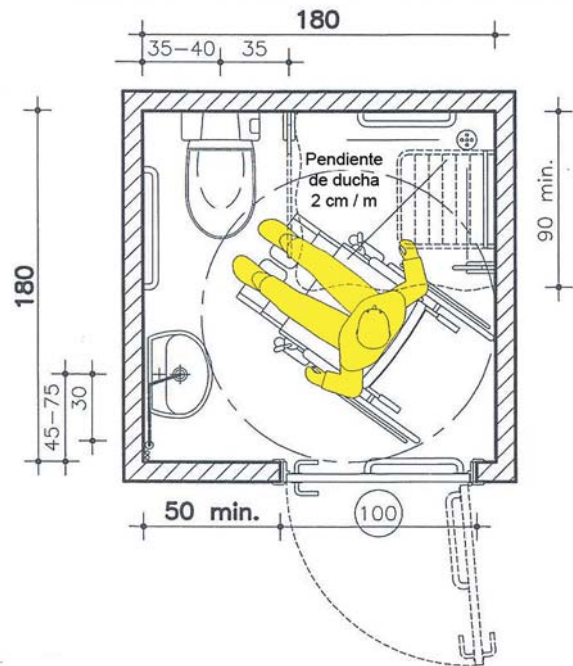
- El grifo será monomando y se instalará entre la barra fija horizontal y la barra vertical a una altura entre **90 y 100 cm**. Es conveniente que se instale un modelo que permita graduar la temperatura.

MAMPARA

- Es preferible que la ducha tenga una cortina en lugar de una mampara para facilitar la introducción en la misma a personas de movilidad reducida. En caso de instalar una mampara será preferiblemente plegable y sin carril en el suelo, porque éste dificulta el acercamiento con la silla de ruedas.

ACCESORIOS

- La jabonera, el toallero y todos los accesorios que dan servicio a la ducha se instalarán a una altura de entre **70 y 120 cm** y cercanos al alcance de la mano desde el asiento. ■



Vista en planta de cuarto de baño accesible

RESUMEN

DUCHA	
Ancho de paso de puerta	80 cm
Dimensiones del recinto	180 x 180 cm
Ancho y fondo de la ducha	90 y 120 cm
Ancho y fondo del espacio de acercamiento	80 y 120 cm
ASIENTO DE DUCHA	
Ancho y fondo mínimos	45 y 45 cm
Altura del asiento	45 - 50 cm
Distancia entre el asiento y pared de la grifería	25 cm
BARRAS DE APOYO	
Altura de barras de apoyo horizontales (fija y abatible)	70 - 75 cm
Distancia entre barras horizontales	Max 75 cm
Altura del borde inferior de la barra vertical	120 - 140 cm
OTROS ACCESORIOS	
Altura de grifo monomando	90 - 100 cm
Altura de accesorios	70 - 120 cm
Cortina o mampara plegable	



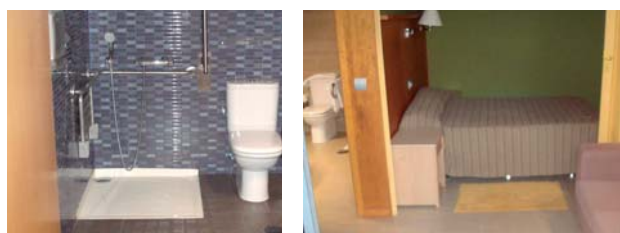
Para más información:
accesibilidad@predif.net



Centro de Turismo Rural Fuentes Blancas

Situado en el Parque Natural de las Hoces de Vegacervera, camino de los Picos de Europa, este centro de turismo alberga 21 cabañas de diferentes tamaños con capacidad de hasta para cuatro personas. El edificio principal tiene un aseo adaptado y de las cabañas hay sólo una adaptada a personas con movilidad reducida, la número 1. En el resto de las cabañas el dormitorio está en la planta superior al que no se puede acceder salvo por unas escaleras. La cabaña adaptada presenta un hueco de puerta de acceso suficiente para pasar en silla de ruedas con una apertura con llave a una altura de 125 cm; y la cama es de matrimonio, está a una altura de 55 cm y se accede a la misma por el lado derecho con un espacio superior a 1 metro.

En cuanto al cuarto de baño, tiene una puerta de 77 cm con espacio de maniobra suficiente en el interior, una altura del lavabo a 80 cm y el inodoro a 40 cm con un área de acercamiento correcta y con barras de apoyo fija y abatible. El plato de ducha está enrasado con el recinto, tiene unas dimensiones de 80 x 80 cm y espacio libre frontal de 165 cm. Dispone de un asiento de ducha abatible fijo a la pared a



42 cm de altura y unas dimensiones de 40 cm de ancho por 37 cm de fondo.

El establecimiento no dispone de plazas reservadas para personas de movilidad reducida.

Para más información:

Ctra. León - Collanzo s/n - 24836 Vegacervera.

Tel. 987 591 493

Web: www.fuentesblancas.com

Casa de Montaña Alto Curueño, “Casa de Lugueros”

Complejo situado al norte de la provincia de León en la Reserva Regional de Caza de



Mompodre (Picos de Europa), zona declarada Reserva de la Biosfera en el 2005. El parking no dispone de plazas reservadas para personas de movilidad reducida y el mostrador del vestíbulo no es accesible. Sí lo son el salón social, comedor y aseos comunes.

Existen 10 cabañas adaptadas, dos familiares (tres habitaciones) dos adaptadas en la planta baja



y otra arriba a la que se accede con escaleras.

La habitación adaptada es completamente accesible: espacio en la puerta suficiente, altura de la cama y el lavabo correctas, grifo monomando, el acceso y el espacio de acercamiento al inodoro suficiente, ducha con silla móvil, cocina americana con itinerario accesible y todos los electrodomésticos situados a una altura correcta. Una persona de atención al cliente conoce la lengua de signos.

Para más información:

Crtra. LE-321 - km. 36 - 24843

Lugueros (Valdelugueros)

Tel.: 660 934 106.

Web: www.casadelugueros.com



Vía verde de **Laciana**

Vestigios mineros al oeste de León

Enmarcada entre las localidades leonesas de Villablino y Caboalles de Arriba, la Vía Verde de Laciana recorre en poco más de siete kilómetros los vestigios mineros del Espacio Natural Alto Sil y un fascinante paisaje declarado Reserva de la Biosfera.

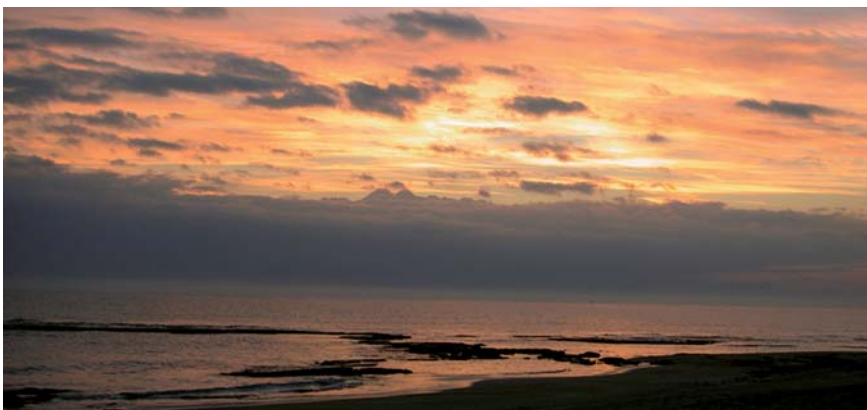
La ruta comienza en la rotonda del km. 61 de la carretera de Ponferrada a Villager de Laciana tomando la dirección a San Miguel de Laciana. En el lado izquierdo hay un aparcamiento donde se sitúa un convoy de vagonetas mineras y un panel informativo de la Vía Verde del Espacio Natural del Alto Sil. A partir de ahí, la Vía Verde de Laciana se extiende ascendentemente entre paisajes montañosos. A la derecha, una alargada franja de verdes prados separa la vía del continuo urbano crecido en torno a la carretera que va de Villablino a Villager de Laciana; y a la izquierda, el espacio abierto que ocupa el embalse de las Rozas se abre a la garganta labrada por el río Sil en su camino a Ponferrada. A la altura del km 1,1 la plataforma se acopla en un alto talud vertical y, poco después, la vía aparece colgada sobre el río de Caboalles. Tras pasar el río, hay una inmensa pared de mampostería que sujeta el talud montañoso y el hórreo plantado bajo la pasarela que cruza la vía antes de entrar en Villager de Laciana. Al paso por esta localidad, la vía se empareja



a la carretera y avanza entre las afueras del casco urbano y el polígono. En el km 2 varios paneles informan sobre la cuenca carbonífera de Villablino y un convoy de vagonetas mineras recuerda al que antaño recorría el ramal secundario. Pasado Villager, el camino se aleja de la carretera y se extiende por pastos parcelados hasta reencontrarse con el río Caboalles, donde la pendiente se incrementa y en la silueta montañosa de la izquierda se abre la reguera la Oxa, depresión que deja al descubierto el nevado pico de El Miro de Tejedo. Después, entre arboledas, el camino alcanza el cargadero del Grupo Bolsada (km 3,2). A partir de aquí, el río deja su lugar a parcelados pastos y en el talud derecho se suceden una serie de tolvas hasta el cargadero La Escondida. Después, hasta el km 4, la vía se prolonga por un camino asfaltado y el último tramo de la ruta se desarrolla entre las aguas del río Caboalles y su sotobosque. La Vía Verde termina en el cruce con el camino que sube a Caboalles de Arriba. ■

Cristina Muñoz





PREDIF y los CAMF

Este año ha sido para nosotros un gran honor compartir las vacaciones con diferentes CAMF de España, concretamente Pozoblanco, Guadalajara y Madrid. Los CAMF son centros de ámbito estatal destinados a la atención integral, en régimen de internado y media pensión, de aquellas personas con discapacidad física que careciendo de posibilidades razonables de recuperación profesional a consecuencia de la gravedad de su discapacidad, encuentran serias dificultades para conseguir una integración laboral y para ser atendidos en sus necesidades básicas de las actividades de la vida diaria en régimen familiar o domiciliario.

Estamos obligados a mencio-

nar de una manera muy especial a los trabajadores sociales de los distintos centros que, gracias a su ayuda, dedicación y trabajo, han hecho posible el sueño de los internos de compartir un tiempo de ocio y experiencias de viaje con otras personas.

Contaros que los tres CAMF que han participado con los viajes de PREDIF han sido:

● **CAMF de Pozoblanco:**

Viajaron **22 usuarios** a Benidorm, en Alicante, y realizaron excursiones a Terra Natura, en Benidorm, El Huerto del Cura, en Elche, y el Oceanografic de Valencia.

● **CAMF de Guadalajara:**

Viajaron **13 usuarios** a Llagostera, en Gerona. Hay que destacar

la visita a las playas adaptadas de la Costa de Gerona.

● **CAMF de Madrid:**

Viajaron **16 usuarios** a Almuñécar, en Granada, realizando excursiones para conocer Granada, Marbella, Mijas y Nerja donde vieron "La Dorada", el barco de Chanquete.

La organización de estos viajes nos ha supuesto un mayor esfuerzo debido, como siempre, a la falta de oferta turística adaptada a las necesidades de las personas con discapacidad, pero estamos encantados con el resultado que ha superado con creces las expectativas y nos ha reportado grandes satisfacciones. ■

Iván López



Hay otra forma de vivir

Vodafone mejora tu manera de comunicarte

Con Auro podrás solicitar asistencia estés donde estés
con sólo pulsar un botón.

Infórmate en www.vodafone.es/vodafoneparatodos

Es tu momento. Es Vodafone.

Auro desde
0€



vodafone