

# MEMORIA DE ACTIVIDADES 2020



DISCAPACITADOS  
FISICOS DE AVILES Y COMARCA  
1995  
2020  
ifac  
*25 Años Rodando*



Las diferentes consecuencias que acarrea la discapacidad física tanto a nivel personal como social hace necesaria la existencia de un tejido asociativo que responda a las necesidades derivadas de estas consecuencias. DIFAC, con la realización de sus programas, talleres y actividades, busca promocionar la autonomía personal de las personas con discapacidad que integran su colectivo, así como orientar, informar y asesorar a sus familias.

Se intenta facilitar el desarrollo de un óptimo nivel de autonomía personal, mediante un trabajo interdisciplinar en todas las áreas que afectan a la normalización de las condiciones de vida de las personas con discapacidad. De ahí que ofertemos un amplio abanico de talleres, donde nuestros socios puedan trabajar sus capacidades a la par que utilizar los recursos que se les ofrecen para lograr así un mayor grado de independencia y autonomía en relación con su desenvolvimiento.

Nuestra sede social, ubicada en la c/ Sabino Álvarez Gendín, 26, bajo, cedida en uso por el Excmo. Ayuntamiento de Avilés, posee unas instalaciones accesibles y adaptadas, que no solo sirven para nuestros socios sino también para aquella persona o entidad que acuda a ella buscando información, orientación y asesoramiento.

La actual y excepcional situación sanitaria que estamos viviendo nos ha llevado a un confinamiento en nuestros hogares, a un aislamiento social que nos impide relacionarnos con nuestro entorno. Esta situación es grave y afecta emocionalmente a cualquier persona, pero sin duda castiga cruelmente a nuestro colectivo. Un colectivo formado por enfermos crónicos que diariamente necesita de ayuda a domicilio, rehabilitación física y psicológica y un espacio en el que puedan desarrollar sus habilidades sociales. Todo ello se ha visto interrumpido bruscamente por una situación que nos ha desbordado a todos.

Esta **situación actual de confinamiento** ha originado que creemos un proyecto específico para esta situación y adaptemos nuestros talleres y actividades.

La junta directiva, a continuación, hace un desglose de su memoria de actividades, en la que da a conocer los talleres realizados en 2020, estando abiertos a realizar más según las demandas que se nos presenten y los recursos materiales de que dispongamos. Asimismo da las gracias a la masa social, que es quien realmente apoya a la Asociación en cada una de las actividades que realizamos y quien hace que nos esforcemos más por conseguir la plena **INCLUSIÓN**.

## ÍNDICE

Introducción.....	04
25º Aniversario (1995-2020) .....	06
Taller de Inclusión y Autonomía Personal .....	22
Taller de Sensibilización en Centros de Educación .....	36
Talleres de Salud y Rehabilitación Psicológica y Física .....	56
- Atención psicológica .....	61
- Rehabilitación psicológica individual .....	64
- Tutoría individualizada para personas con discapacidad .....	65
- Rehabilitación física en enfermos crónicos .....	67
- Apoyo asociativo “Un espacio para compartir” .....	68
Talleres de Sensibilización, Divulgación y Accesibilidad .....	77
- Accesibilidad .....	77
- Ocio y tiempo libre .....	89
• Actividades culturales y Habilidades Artísticas .....	90
• Coro .....	97
• Actividades deportivas .....	98
• Jornadas de convivencia .....	99
- Día Internacional de las personas con discapacidad .....	100
- Medios de comunicación .....	101

**DIFAC** (Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca) es una entidad sin ánimo de lucro, constituida el 20 de noviembre de 1995 al amparo del derecho reconocido en la Disposición Transitoria Primera, apartado 1 de la Ley orgánica 1/2002, de 22 de marzo, reguladora del Derecho de Asociación, inscrita el 15/01/96 en el Registro de Asociaciones con el n.º 4462, sección 1.ª.

Es una asociación independiente, libre, de interés general, democrática y aconfesional, no gubernamental, con personalidad jurídica propia y con plena capacidad para ser sujeto de derechos y obligaciones.

### **Objetivos:**

- Difundir la problemática de las personas con discapacidad y defender sus derechos.
- Fomentar la unidad entre las personas con discapacidad.
- Promover la participación e inclusión en la sociedad.
- Participar en la eliminación y no creación de barreras, ni físicas ni sociales.

**Domicilio social:** C/ Sabino Álvarez Gendín, 26, bajo, Avilés (Asturias), instalaciones cuyo uso ha sido cedido por el Excmo. Ayuntamiento de Avilés.

### **Horario de atención al público:**

La atención se desarrolló de lunes a viernes, de 8:00 a 15:00 de 16:30 a 19:30 horas. Debido a la situación actual de emergencia sanitaria se facilitó la atención telefónica y en caso de necesitarse presencial siempre con cita previa y siguiendo las indicaciones sanitarias.

**Teléfonos:** 985.551.501/  
984.065.264 / 695.572.822 (teléfono habilitado permanentemente durante el periodo del confinamiento para la atención de urgencias)

**Correo electrónico:**  
difac95@yahoo.es

**Redes sociales:** Página Web ([www.difac.es](http://www.difac.es)), Twitter, Facebook Youtube.

**Ámbito de actuación:** Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias, Illas y donde nos lo han solicitado.

### **Recursos humanos:**

El trabajo del Área de Atención de la oficina de DIFAC es realizado por la junta directiva, la auxiliar administrativa, el equipo multiprofesional de la entidad y el personal voluntario.

- **Junta directiva:** Es la encargada de la dirección, diseño, programación, ejecución de programas, gestiones asociativas y federativas. Se reúne periódicamente para coordinar estos programas y realizar gestiones.

- **Auxiliar administrativa:** Es la encargada de coordinar los diferentes programas realizados, planificando tareas de oficina y contactando con diversos profesionales y organismos para la resolución de consultas, solicitudes de subvenciones, preparación de ayudas, realización de talleres, etc.

- **Equipo multiprofesional:** abogado, arquitecto, asesor fiscal, psicóloga, monitora de ocio y tiempo libre, que se dedican a la prestación de servicios.

- **Voluntariado:** dedicado a apoyo físico y a actividades varias.

### Recursos materiales:

- Equipamiento informático, teléfonos, fotocopiadora, internet, etc.
- Material fungible: papelería, sellos, tinta de impresora, tóner, etc.
- Material divulgativo: dípticos, folletos, material bibliográfico, etc.
- Ayudas técnicas: sillas de ruedas, cojines y colchón antiescaras, bomba eléctrica para inflar ruedas, rampa metálica portátil, etc.

### Recursos financieros:

#### - Inclusión y autonomía personal:

Consejería de Derechos Sociales y Bienestar, Ayuntamientos de Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias e Illas, cuotas asociativas y colaboraciones.

- **Taller de Sensibilización en Centros de Enseñanza:** Asturiana de Zinc, FERTIBERIA, Canal Foto, Ayuntamientos de Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias e Illas y colaboraciones.

- **Taller de Salud y Rehabilitación Psicológica:** Consejería de Sanidad, Obra social La Caixa y aportaciones.

- **Talleres de sensibilización, divulgación, accesibilidad e inclusión social:** Ayuntamientos de Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias e Illas, Caja Rural, cuotas asociativas y colaboraciones.

- **Día Internacional de las Personas con Discapacidad (3 - D):** Caja Rural, Asturiana de Zinc, Poliortos, Clínica dental José Carlos.

**Personal beneficiario:** Las personas asociadas y sus familias, particulares y entidades públicas y/o privadas (que solicitaron nuestros servicios y/o colaboración) y la sociedad en general.

**Alcance temporal:** Los programas, así como el resto de actividades, se basan en actuaciones y presupuestos encuadrados dentro de un año natural.

Su continuidad es de vital importancia para el colectivo que representamos, y ésta está sujeta a los recursos económicos que se obtengan para tal fin.

**Valoración:** La junta directiva, personas asociadas, beneficiarias y personal colaborador están muy satisfechos con el desarrollo de los programas y talleres.

La ejecución de estas actividades proporciona a nuestro colectivo unas prestaciones que ponen a su alcance diferentes medios y recursos sociales.

La suma de estos talleres nos lleva a una promoción de autonomía de las personas con discapacidad física en una comunidad cada vez más competitiva, que ve cómo poco a poco nuestro colectivo va avanzando en su objetivo: **la INCLUSIÓN SOCIAL.**

**DIFAC trabaja en pro del colectivo de personas con discapacidad y sus familias, y en la defensa de sus derechos.**



### 25.º ANIVERSARIO (1995-2020)

**13 de mayo:** En reunión de junta directiva se acordó la celebración del aniversario de la Asociación el 3 de diciembre, coincidiendo con el Día Internacional de las Personas con Discapacidad, en la Escuela de Hostelería San Fernando (Avilés).

La actividad será presentada por el gerente de Cultura del Ayuntamiento de Corvera de Asturias, D. Adolfo Camilo.

Se contará con la actuación del coro de DIFAC y del grupo folclórico Xareu D'Ochobre.

**18 de septiembre:** Ante la actual crisis sanitaria, y desaconsejando Sanidad las reuniones multitudinarias, la junta directiva acuerda no celebrar los actos del 25.º Aniversario.

Se realizará un acto conmemorativo virtual en redes sociales y prensa, elaborando un vídeo para la ocasión.

**20 de noviembre:** Hoy DIFAC (Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca) cumple 25 años de andadura, gracias a la iniciativa de un grupo de amigos con ganas de trabajar para lograr la unidad entre las personas con discapacidad física, reivindicar sus derechos y eliminar las barreras existentes en la comarca de Avilés con el fin de mejorar nuestras condiciones de vida.

Fueron siete los socios fundadores: José Manuel Corrales, Juan Luis Majada, Domingo Martínez, José Manuel Parada, Valeriano Perancho, Julián Valdavidia y Mercedes Vieites, quienes unidos trabajamos hasta el día de hoy, solamente las

circunstancias provocaron que algunos nos abandonaran antes de tiempo, a los que seguiremos recordando con mucho cariño.

A esta primera junta directiva, liderada por Domingo Martínez como presidente, se fueron incorporando otros compañeros: José Antonio Menéndez, Esther Bermejo, Guiomar Gómez, José Luis Menéndez, Patricia Sal, Lucía Martínez, Marcelino Martínez, M.<sup>a</sup> Francisca Hevia, M.<sup>a</sup> Ángeles González, Manuel Cubero, Lucía García y M.<sup>a</sup> José Seoane.

Queremos también recordar a otras personas fundadoras: Juan Alfredo Cueto, Concepción Colero, M.<sup>a</sup> Teresa González, Felicidad Martínez y Amada Peláez, con el apoyo físico que tanto necesitamos.

Estamos integrados en COCEMFE ASTURIAS (Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Asturias) conjuntamente con 26 asociaciones de discapacidad física y orgánica.

En el año 2013, Julián Valdavidia fue nombrado nuevo presidente de DIFAC hasta el día de la fecha, desarrollando la misma línea de trabajo e incorporando nuevos talleres y actividades. Su labor, constancia y saber estar ha hecho que DIFAC siga siendo reconocida y valorada en la comarca.

Nuestra sede social, ubicada en la c/ Sabino Álvarez Gendín, 26, bajo, cedida en uso por el Excmo. Ayuntamiento de Avilés, cuenta con unas instalaciones accesibles y adaptadas, que no solo sirven para nuestros socios sino también para aquella persona o entidad que acuda a ella buscando información y orientación.

### 25 AÑOS DE ACTIVIDADES

Fueron muchas las actividades, programas talleres que realizamos y a lo largo de estos años, destacando los siguientes:

- Taller de Inclusión y Autonomía Personal, atención directa y personalizada a personas con discapacidad y sus familias.

- Taller de Sensibilización en Centros de Educación: charlas-coloquio a Primaria y Secundaria, concursos (relatos, arquitectura y fotografía), charlas-coloquio a los integrantes de los Consejos de Infancia y Adolescencia de Avilés y Castrillón, “Día de Accesibilidad en Castrillón” y jornada “Avilés hacia la Inclusión”.

- Talleres de Salud y Rehabilitación Psicológica y Física.

- Programa EBA (Eliminación de Barreras): Consejos sectoriales de eliminación de barreras en Avilés, Castrillón y Corvera de Asturias, seguimiento virtual de barreras con los Consejos de Infancia y Adolescencia de Avilés y Castrillón, asesoramiento en eliminación de barreras a comunidades vecinales.

- Taller de Habilidades artísticas: teatro, pintura, cerámica.

- Taller de actividades culturales: coro, club de lectura on line y visita a exposiciones.

- Taller de apoyo asociativo, “un espacio para compartir”, creado en la situación de aislamiento originada por la COVID-19 intentando cubrir los talleres presenciales de DIFAC.

- Actividades deportivas: baloncesto y billar en silla de ruedas.

- Jornadas de convivencia: “Proyecto Aunando Esfuerzos”, comida en la calle el “Lunes de Pascua en Avilés” y en el “Día de Corvera de Asturias”.

- Día Internacional de las Personas con Discapacidad.

- “Programa MEJORA” y “Atención a Domicilio”, impartidos por COCEMFE-ASTURIAS.

No queremos dejar pasar este día sin recordar y agradecer a todas las personas y entidades que hicieron posible que en el día de hoy podamos cumplir este 25.º Aniversario: Ayuntamientos de Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias e Illas, “Aunando Esfuerzos”, Asturiana de Zinc, Ada Pérez, Adolfo Camilo, Consejería de Derechos Sociales y Bienestar y Consejería de Sanidad, Cruz Roja de Avilés, Cocemfe Asturias, Club de baloncesto Avilés Sur, Clínica dental José Carlos, CaixaBank, Caja Rural, Cajastur, CCOO, Carlos (Casa Fernando), Canal Foto, Fedema, Flores Berta, Fertiberia, Federico Sáez, FASAD, Grupo scout CAPH (Inés), Gema fotógrafos, Juan Cueto, Julián Rus (Los Telares), La Serrana, Luis Posada, Lucensina Santamaría, Luis Ángel González, María del Mar González, Ortopedias Avilés, Poliortos, Jardon y Garmat, Publicidad Astel, Pacios (José M.ª Guzmán), Rey Pelayo, Ramón Triguero, Ricardo Solís, Rosa M.ª Fernández, Roberto Cuervo, UGT, Esther Valdavida y Xareu D' Ochobre. Pedimos disculpas si alguien se nos ha olvidado, pues son muchos los años y muchas las personas y entidades que nos acompañaron.

Un reconocimiento especial a los profesionales de la “Voz de Avilés-El Comercio”, “La Nueva España”, Cadena COPE y SER Avilés, que a lo largo de estos años han dado “voz” a nuestras reivindicaciones y actividades.

La situación sanitaria actual nos ha impedido celebrar este día como hubiéramos querido, no por ello queremos que quede en el olvido, al

contrario, hemos elaborado un vídeo para la ocasión, que resume las actividades, programas y talleres que realizamos a lo largo de estos 25 años recorridos, “25 años rodando por la Accesibilidad”.

Es mucho lo que DIFAC tiene que agradecer, tanto el apoyo público y privado como el de nuestros socios que día a día nos han animado a seguir en esta lucha incesante de eliminación de barreras físicas y sociales, con un único objetivo: trabajar en pro de nuestro colectivo para conseguir su plena inclusión social.

Recordar también que se hicieron pegatinas, calendarios, bolsas y bolis conmemorativos gracias a la colaboración de los Ayuntamientos de Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias e Illas.

La pandemia no nos ha frenado, al contrario, ha hecho que nos reinventemos para seguir trabajando en nuestra línea y conseguir una ciudad inclusiva para todos.

Por último queremos mandar un mensaje a nuestra sociedad, a estos cuatro ayuntamientos (Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias e Illas) que nos han acompañado en nuestra andadura.

**“Hoy y siempre DIFAC somos todos”**

¡Disfruta de este vídeo conmemorativo de nuestro aniversario!

<https://youtu.be/Y8SvGSP99Mg>





**E**ste año dedicamos este calendario al 25 Aniversario de DIFAC. En él queremos visibilizar a los Ayuntamientos de Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias e Illas, voluntarios, colaboradores, socios y todos los que hicieron posible que a día de hoy DIFAC sea una asociación respetada y valorada.

Trabajamos mucho para conseguir una comarca inclusiva en donde las personas con discapacidad puedan disfrutar de una mejor calidad de vida.

Damos las gracias al profesorado de los centros de enseñanza de la Comarca que nos ayudaron a sensibilizar a los niños y niñas para que el día de mañana sean unos adultos con valores.

Y como no, nuestro agradecimiento a los medios de comunicación que fueron imprescindibles en esta andadura.

Feliz Año Nuevo 2021

JULIÁN VALDAVIDA ANTÓN  
Presidente de DIFAC



**DEPORTE INCLUSIVO**  
Excmo. Ayuntamiento de Avilés

Diciembre 2020							Febrero 2021						
LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	7
7	8	9	10	11	12	13	8	9	10	11	12	13	14
14	15	16	17	18	19	20	15	16	17	18	19	20	21
21	22	23	24	25	26	27	22	23	24	25	26	27	28
28	29	30	31										

Enero 2021						
LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



**MARIVÍ MONTESERÍN  
RODRÍGUEZ**  
Alcaldesa de Avilés

**JUNTOS POR UN AVILÉS AÚN MÁS ACCESIBLE**

Que Avilés y su comarca cuenten con una organización como DIFAC es un motivo de orgullo. Este año en el que la entidad alcanza los 25 años de vida quiero felicitar a todas las personas que forman y han formado parte de DIFAC, por haber hecho posible este cuarto de siglo de actividad: gracias por trabajar sin descanso por las personas con discapacidad.

Avilés ha cambiado mucho en estos 25 años, y uno de los ámbitos en los que esto es más evidente es el de la accesibilidad. Nuestros espacios y edificios públicos cuentan hoy con muchas menos barreras, y eso es gracias no sólo al compromiso de la administración local, sino también al empeño de DIFAC que, junto con otras entidades sociales, ha enarbolado la defensa de los derechos de las personas con discapacidad.

Pero aún queda mucho trabajo por hacer. Desde el Ayuntamiento de Avilés mantenemos un compromiso firme con la accesibilidad universal en todos nuestros espacios públicos y llevamos a cabo con regularidad actuaciones que nos acercan gradualmente a esta meta. Es una cuestión de justicia social, un reto irrenunciable.

Agradezco el trabajo que DIFAC hace por Avilés. Su presencia en numerosos órganos de participación ciudadana –desde la recién creada Mesa del Voluntariado, hasta la Comisión Informativa Especial para la Eliminación de Barreras Arquitectónicas– es fundamental para que el trabajo en este sentido sea consensuado, garantizando que la opinión de las personas con discapacidad va a ser siempre escuchada y tenida en cuenta.

Mi felicitación a DIFAC por su 25 aniversario. Espero que podamos seguir contando con la valiosa aportación de la entidad durante muchos años para seguir avanzando hacia un Avilés más equitativo y accesible.



12.º DÍA DE LA ACCESIBILIDAD  
Ayuntamiento de Castrillón.

Enero 2021							Marzo 2021						
LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
			1	2	3		1	2	3	4	5	6	7
4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31	29	30	31				

Febrero 2021						
LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28



**YASMINA TRIQUERO ESTÉVEZ**

Alcaldesa de Castrillón

Como Alcaldesa de Castrillón, en nombre de todas las personas que habitan en Castrillón, quiero agradecer a Difac la labor realizada en nuestro municipio a lo largo de estos 25 años. Sin duda, el estudio y análisis del territorio desde su perspectiva inclusiva ha mejorado la calidad de vida de quienes tienen diversidad funcional, pero también de la población general en su conjunto. Han desarrollado actividades de sensibilización y formación en el conjunto de la sociedad y, en particular, en la formación de la población infantil y juvenil promoviendo personas concienciadas para hoy y para el mañana. Su análisis crítico nos hace madurar y avanzar en uno de los objetivos de desarrollo sostenible: la inclusión social.

Por ello, desde aquí les agradezco hasta el infinito su compromiso y les animo a seguir trabajando, en un contexto actual, en el que a pesar de las dificultades, es cada vez más necesaria la intervención para que muchas personas con diversidad funcional mantengan el nivel de autonomía funcional similar al que presentaban antes de la pandemia.



Ayuntamiento de Corvera de Asturias

Febrero 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

Abril 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Marzo 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



**NÁN FERNÁNDEZ GARCÍA**  
Alcalde de Corvera

**DIFAC: EL LLAR A LA CONTRA LES BARRERES**

Para quien no conoce el Pantano de TRASONA/TRESONA, este espacio natural condicionado por la mano del hombre, es una de las mayores sorpresas de una Comarca, no precisamente falta de ellas. El Centro de Alto Rendimiento, sinónimo de excelencia deportiva en el ámbito de numerosas disciplinas acuáticas, protagoniza la ribera suroeste del embalse, en una línea de fuga que enseña la exuberancia del paisaje corverano, quinta esencia del rico patrimonio ambiental de la maraña asturiana. Esa foto multiplica información sobre el territorio: paisaje y paisanaje, patrimonio natural, patrimonio rural, patrimonio industrial, excelencia deportiva... No hay disculpa: con la nobleza de esos materiales... tenemos la obligación de construir el mejor futuro. No queda otra.

Y ese futuro se ha visto matizado y mejorado desde su nacimiento por DIFAC, la asociación que ha sido referente en la lucha (coherente, rigurosa, comprometida) contra las barreras arquitectónicas (y mentales, como les gusta repetir a Domingo y a Julián, los dos presidentes que ha conocido esta querida entidad). Gracias a DIFAC hemos mejorado nuestros pueblos, nuestras ciudades, nuestras infraestructuras. Gracias a DIFAC todos somos más ciudadanos... Hace 25 años DIFAC era una suerte de Pepito Grillo que incordaba, generaba mala conciencia, interpelaba... Obligaba. Hoy, ya no son solo un Pepito Grillo: son una pieza fundamental a la hora de construir ciudad. Pertinaz trabajo el desarrollado. Brillante trabajo y extenuante lucha que, no obstante, sigue en marcha. No podemos bajar la guardia... El futuro está en juego.

EL LLAR, el hogar en asturiano, lleva encendiendo desde hace más de veinte años en Corvera la creación cultural, en todas sus formas. Ahora, ampliado, sus estructuras actualizadas para ofrecer, sin barreras, gracias a DIFAC, uno de los espacios de referencia escénica para toda Asturias, reconvierte en barricada contra cualquier tipo de confinamiento mental, quizás los peores que puedan darse. El LLAR y ese fuego redentor que llamamos cultura... (Y ya sabes: contigo... estamos todos) Gracias DIFAC.



Ayuntamiento de Illas

Marzo 2021							Mayo 2021							
LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO	
1	2	3	4	5	6	7							1	2
8	9	10	11	12	13	14	3	4	5	6	7	8	9	
15	16	17	18	19	20	21	10	11	12	13	14	15	16	
22	23	24	25	26	27	28	17	18	19	20	21	22	23	
29	30	31					24	25	26	27	28	29	30	
							31							

Abril 2021						
LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



**ALBERTO TIRADOR MARTÍNEZ**  
Alcalde de Illas

## DIFAC 25 AÑOS ELIMINANDO BARRERAS

25 años es un periodo importante de tiempo para una asociación y un buen momento para hacer balance. Si echamos la vista atrás, en temas de accesibilidad casi todo estaba por hacer y llegó DIFAC, una asociación de personas comprometidas, con una férrea voluntad y un claro objetivo, luchar por los derechos de las personas, desde esos comienzos, siempre se fue avanzando y consiguiendo superar barreras. DIFAC ha sido a lo largo de estos años un activo protagonista en nuestra comarca con una visión crítica pero constructiva.

Aunque no se puede negar el avance, aún queda mucho por hacer, muchas barreras físicas, arquitectónicas y por encima de todas las barreras sociales, que son las que más daño causan en una sociedad, de ahí la importancia de asociaciones como DIFAC, para a través de la presión social conseguir la sensibilización colectiva y la igualdad de derechos y oportunidades.

DIFAC tiene claro su objetivo y no es otro que intentar con sus justas reivindicaciones, facilitar la vida a todas las personas, pues si hablamos de accesibilidad, lo que es bueno para una parte es bueno para el conjunto y esto es tarea de todos y especialmente de las administraciones públicas hacer las ciudades inclusivas y accesibles para todos.

DIFAC no es solo una asociación que defiende a sus asociados y a las personas que representa, es una asociación que reivindica los derechos de las personas con discapacidad y que pone a disposición de estas y de sus familias, un instrumento eficiente para construir un futuro más justo, luchando por los derechos de las personas con discapacidad y exigiendo a las administraciones públicas el cumplimiento de los derechos reconocidos y mentalizando a la sociedad en general sobre la importancia de avanzar juntos, no solo en el reconocimiento de los derechos si no en el objetivo de una sociedad más justa.

Gracias a DIFAC y a todas las personas que trabajan por un mundo más justo.





TALLER DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA  
PSICÓLOGA: Laura Feito

Mayo 2021

						1	2
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							

Julio 2021

						1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11			
12	13	14	15	16	17	18			
19	20	21	22	23	24	25			
26	27	28	29	30	31				

Junio 2021

	1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13	
14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	
28	29	30					

## 25 AÑOS DE ACTIVIDADES

*Comisiones de Barreras*

A iniciativa de DIFAC se constituyeron las comisiones y consejos de barreras en los Ayuntamientos de Avilés, Castrillón y Corvera de Asturias, con el fin de colaborar y asesorar en los proyectos de adaptación urbanística para conseguir una Comarca inclusiva.



La Lechera  
(Corvera de Asturias)



Aparcamiento Carbayedo  
(Avilés)



Señal Salinas  
(Castrillón)



**TALLER DE HABILIDADES ARTÍSTICAS**  
**MONITORES: Manuel Cubero y Ángeles González.**

Junio 2021							Agosto 2021						
LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
1	2	3	4	5	6								1
7	8	9	10	11	12	13	2	3	4	5	6	7	8
14	15	16	17	18	19	20	9	10	11	12	13	14	15
21	22	23	24	25	26	27	16	17	18	19	20	21	22
28	29	30					23	24	25	26	27	28	29
							30	31					

Julio 2021						
LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

**25 AÑOS DE ACTIVIDADES**  
*Ocio y Tiempo Libre*



*Carnaval*

*Excursión*

*Comida en la Calle Avilés*

*Silla anfibia*



DEPORTE ASURIANO  
Comité de Paralímpicos de Avilés

CAMPEONATO DE BILLAR  
BOLA OCHO  
EN SILLA DE RUEDAS

Julio 2021							Septiembre 2021							
DI	MA	MI	JU	VI	SA	DO	DI	MA	MI	JU	VI	SA	DO	
			1	2	3	4				1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	6	7	8	9	10	11	12	
12	13	14	15	16	17	18	13	14	15	16	17	18	19	
19	20	21	22	23	24	25	20	21	22	23	24	25	26	
26	27	28	29	30	31		27	28	29	30				

Agosto 2021						
LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

## 25 AÑOS DE ACTIVIDADES

*IOA, Información, orientación y atención directa y personalizada a las personas con discapacidad y sus familias.*

**TRABAJADORA:** Rocío Martínez  
**ABOGADO:** Ramón Triguero  
**ARQUITECTO:** Federico Sáez  
**PSICÓLOGA:** Laura Feito



Sede social de DIFAC, cedida para su uso por el Excmo. Ayuntamiento de Avilés



ASOCIACIÓN CULTURAL XARÉU D'OCHOBRE

Agosto 2021							Octubre 2021							
LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO	LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO	
						1						1	2	3
2	3	4	5	6	7	8	4	5	6	7	8	9	10	
9	10	11	12	13	14	15	11	12	13	14	15	16	17	
16	17	18	19	20	21	22	18	19	20	21	22	23	24	
23	24	25	26	27	28	29	25	26	27	28	29	30	31	
30	31													

## Septiembre 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

## 25 AÑOS DE ACTIVIDADES

*Actividades culturales*

**"LEER PARA PENSAR"**  
Club de lectura on line



Organiza:   

Club de lectura on line  
"Leer para pensar"



*Día del Libro*



*Visita a exposiciones*



**Concurso de relatos "Discapacidad y Barreras"**



**Concurso "El barrio ideal"**

**Septiembre 2021**

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30

**Noviembre 2021**

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

**Octubre 2021**

					1	2	3
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	



**Concurso de fotografía ENFOCA LA dISCAPACIDAD**

**VII Concurso de fotografía "ENFOCA LA dISCAPACIDAD"**

**FOTOGRAFÍAS PRESENTADAS: 104**

**COLEGIOS PARTICIPANTES:**

**De Avilés:** C.F. Aguilera García Hevia, C.F. Enrique Alonso, C.F. La Carrama, C.F. Marcelo Gago, C.F. Palacio Valdés, C.F. Quirinal, C.F. Sabugo y Colegio San Fernando.

**De Castiella:** C.F. Maestro José Luis García Rodríguez, C.F. El Vallín y C.F. Manuel Álvarez Iglesias.

**De Goveas de Asturias:** C.F. Las Vegas

**De Illas:** Colegio Rural Agrupado Castiella-Illas (antes de Collezuela).

**EL JURADO ESTÁ FORMADO POR:**

- D. Alfonso Torres (jefe de Recursos Humanos de la fábrica de Fertilizera en Avilés).
- Dra. Carmen Piedrahíta (consejera de Decebras y Servicios Sociales y Participación Ciudadana del Ayuntamiento de Castiella).
- Dra. Celia Arce (consejera de Director Social del Ayuntamiento de Illas).
- D. Domingo Martínez (presidente de Honor de DIFAC).
- D. Federico Sáez (presidente de DIFAC).
- D. José Luis Palacios (en representación de la Consejería de Decebras Sociales y Bienestar).
- D. Julián Valdivia (presidente de DIFAC).
- Dra. Marijal Delgado (pedagoga).
- Dra. Mercedes Vázquez (coordinadora del Concurso).
- Dra. Nuria Delmarco (consejera del Área de Promoción Social del Excmo. Ayuntamiento de Avilés).
- D. Ricardo Salis (fotógrafo).

**Preside D. Julián Valdivia y actúa como Secretaria Dra. Mercedes Vázquez.**



# ifac

*25 Años Rodando*



**COCEMFE**  
Asturias

DIFAC FORMA PARTE DE LA FAMILIA DE  
COCEMFE-ASTURIAS

Octubre 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
			1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Diciembre 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Noviembre 2021

LU	MA	MI	JU	VI	SA	DO
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

Fotos premiadas  
VII Concurso  
de fotografía  
"ENFOCA LA  
disCAPACIDAD"



Escribe lo que te hace feliz con las letras que te da la vida  
*Álvaro Abellán Barrera*



Disminuyendo tu silencio!  
*Diego Álvarez Meriño*



Las barreras de los sentidos  
*Gabriel Pardo González*



Abuela, ¿por dónde salimos?  
*Helena Prats Álvarez*



¡Ecológico y no accesible!  
*Alba Yuste Peque*



Lo difícil es andar en una ciudad discapacitada  
*Iyan Dosal Arango*



Una forma de ayudar es no molestar  
*Tania Ferrero Navarro*



**3 DE DICIEMBRE,  
DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS  
CON DISCAPACIDAD**

*Noviembre 2021*

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

*Enero 2022*

						1	2
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							

*Diciembre 2021*

LU	MA	M	JU	VI	SA	DO
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



**DOMINGO MARTÍNEZ  
SOLA**

*Expresidente y presidente  
de Honor de DIFAC*

### A DIFAC, "MI HIJA ASOCIATIVA"

A "mi hija asociativa" le encomendé una misión: el trabajar sin desmayo en favor de la INCLUSIÓN. Y a fe que lo consiguió; no sin pasar malos momentos por la escasa comprensión.

Fue pionera en Asturias en eliminar barreras, abarcando los concejos de Avilés, Castrillón, Illas y Corvera. Sus colores son sociales, en el verde y amarillo simboliza la esperanza y derrocha el optimismo. En su alma lleva escrito DIFAC POR LA ACCESIBILIDAD, y en el corazón una inclusiva bandera que lucha sin desmayo para eliminar esa excluyente barrera. Barrera, que da igual que sea física o social. Si difícil es la primera, la segunda aún lo es más.

"MI PEQUEÑA", cumplió 25 años y ya se hizo mayor, y siempre, llevando como estandarte el SÍMBOLO DE INCLUSIÓN. Y por ella, toda nuestra Comarca siente gran admiración. Y tanta y tanta gente a quien le ha prestado atención, se siente gratificada por tan hermosa labor. Nació un veinte de noviembre y nos colmó de esperanza, porque es el día Internacional de la INFANCIA.

"PEQUEÑA", gracias por venir al mundo ese día tan especial, y hacerme un padre feliz por tan hermosa misión en tu lucha cotidiana en favor de la INCLUSIÓN.

"Tu Padre Asociativo". ¡EL ALMA QUE TE ABRAZA!

## TALLER DE INCLUSIÓN Y AUTONOMÍA PERSONAL

### Descripción:

Se trata de potenciar las capacidades y recursos para el desarrollo integral de las personas con discapacidad, favoreciendo sus habilidades para diseñar un proyecto de vida propio.

### Necesidades a cubrir:

Facilitar el desarrollo de un óptimo nivel de autonomía personal mediante un trabajo interdisciplinar en todas las áreas que afectan a la normalización de las condiciones de vida de las personas con discapacidad.

### Objetivos:

- Trabajar las capacidades y recursos para el desarrollo integral de las personas con discapacidad, garantizando la posibilidad de que puedan recibir atención en igualdad de condiciones, buscando así la consecución de un mayor grado de independencia y autonomía en relación con su desenvolvimiento personal.

- Estudiar y planificar acciones orientadas a alcanzar el mayor grado de integración familiar y social.

- Coordinar las actividades realizadas por DIFAC con las de los sectores sanitarios, educativos y sociales.

- Favorecer el aumento de las tasas de ocupación de las personas con discapacidad fomentando su participación en actividades culturales, deportivas, ocio y tiempo libre.

### Actuaciones:

- Atención directa y especializada a las personas con discapacidad y sus familias, proporcionando en nuestra sede social un lugar cercano y accesible que incremente su seguridad y confianza.

- Gestión de junta y voluntariado: la junta directiva es la encargada de la dirección, diseño, programación, ejecución de programas y gestiones asociativas y federativas; el voluntariado se dedica a labores de apoyo psicosocial.

- Actividades de sensibilización, rehabilitación, atención psicológica, culturales, ocio, deportivas y lúdicas: a través de éstas se establecen cauces de comunicación con la sociedad en general, que fomentarán la participación social consiguiendo así una comarca integradora y solidaria.

### Localización concreta:

Sede social de la Asociación (c/ Sabino Álvarez Gendín, 26, bajo), cedida en uso por el Excmo. Ayuntamiento de Avilés.

### Temporalización:

De enero a julio, y de septiembre a diciembre.

El mes de agosto, se cierra por vacaciones, hay servicios mínimos para tratar cualquier urgencia que se presente.

### Beneficiarios:

Personas asociadas con discapacidad y sus familias; puntualmente, personas de Avilés y comarca, y entidades que planteen necesidades concretas en este aspecto.

### Entre otras actuaciones, destacamos las siguientes:

**Junta directiva:** Se reúne periódicamente para dirigir, diseñar, programar y ejecutar talleres, realizar gestiones asociativas y federativas, así como coordinar al voluntariado que se dedica a labores de apoyo psicosocial. Debido a la crisis sanitarias algunas fueron celebradas on line.

Reuniones de junta: 12 de febrero, 13 de mayo (on line), 9 de julio, 18 de septiembre, y 21 de diciembre (on line), levantando actas de dichas reuniones.

## AVILÉS

### PARTICIPACIÓN CIUDADANA

DIFAC forma parte del **Consejo de Participación Ciudadana**, órgano de carácter consultivo para las propuestas de actuación de una zona del municipio determinada, donde DIFAC tiene representación en las cuatro zonas de la ciudad.

En la actualidad, son 26 personas a título individual y 73 entidades las que están en los consejos:

Zona 1: 22 asociaciones y 6 personas a título individual.

Zona 2: 16 asociaciones y 6 personas a título individual.

Zona 3: 18 asociaciones y 5 personas a título individual.

Zona 4: 17 asociaciones y 9 personas a título individual.

Entre otros temas, DIFAC aporta una serie de propuestas de actuación en el municipio haciendo hincapié en la necesidad de eliminación de barreras físicas, de transporte y sociales.

**29 de enero:** Asistimos a la reunión del Consejo de Participación Ciudadana Zona 2, en la sala polivalente del Centro Municipal de Asociaciones Álvarez Gendín anexa a DIFAC, con el siguiente orden del día:

1.- Elección de representantes del Consejo de Zona 2:

a) Elección de vicepresidente y vicesecretario/a del Consejo de Zona.

b) Consejo de Ciudad:

- Titular y suplente por parte de las asociaciones de vecinos y vecinas.

- Titular y suplente por el resto de participantes.

c) Designación de representante en Consejos Sectoriales Municipales.

d) Representantes de la Zona que participarán en los grupos de trabajo.

2.- Información sobre el Plan de Voluntariado de Avilés

**9 de marzo:** Asistimos a la reunión de los Consejos de Participación de Zona, en el Centro de Servicios Universitarios de La Ferrería, con el siguiente orden del día:

1. Información del presupuesto municipal, ejercicio 2020

2. Información sobre aportaciones a presupuestos para el ejercicio 2021.

3. Informe y análisis de la realidad de los barrios y propuesta de trabajo para las zonas.

4. Información sobre la Feria Avilesina de Asociaciones (FAVA)

5. Elección de representantes de los Consejos de Zona para Área Sanitaria III y Fundación San Martín.

6. Ruegos y preguntas



### Proceso de aportación a presupuestos municipales 2021

Del 10 al 30 de junio, se recibieron 34 propuestas presentadas

por 12 personas a título individual y 11 asociaciones, a través de [avilesparticipa.org](http://avilesparticipa.org).

Es de destacar el esfuerzo realizado por la comisión ciudadana, formada para el estudio de las propuestas, en la que participan representantes de cada uno de los cuatro consejos de zona, trabajado en su clasificación y valoración inicial junto con el personal técnico municipal.

**29 de junio:** Presentamos como propuesta a los presupuestos municipales la *“Adaptación integral y eliminación de barreras desde ctra. AS 19 con AS 238 (general al polígono industrial del Pepa)”*, argumentando que es necesario hacer un seguimiento de eliminación de barreras existentes: aceras en mal estado con parcheados, rampas no funcionales, aceras estrechas que impiden el paso de una persona usuaria de silla de ruedas o de personas con movilidad reducida, aceras que acaban a la mitad y les sigue un sendero intransitable. Asimismo hacemos constar el abandono de la zona: barandillas oxidadas, maleza...

A continuación, se seguirían los siguientes pasos:

1. Una comisión de trabajo de los Consejos de Participación Ciudadana, junto con personal técnico del Ayuntamiento, que valorara su viabilidad e interés para la ciudad.

2. Se informará sobre el resultado y, en caso afirmativo, se puede presentar y defender la propuesta al Consejo de Participación, donde posteriormente se somete a votación junto con el resto.

3. La comisión de trabajo entregará las propuestas más valoradas al equipo de gobierno municipal.

4. Una vez valoradas, el concejal de Participación y Ciudadanía

presentará ante los Consejos cuáles se incorporarán a los presupuestos, cuáles no y por qué.

**6 de agosto:** En el proceso de aportación a presupuestos municipales 2021, desde la visión ciudadana, habíamos presentado como propuesta la *“Adaptación integral y eliminación de barreras desde ctra. AS 19 con AS 238 (general al polígono industrial del Pepa)”*. Dicha propuesta fue retirada de la fase puesto que la actuación es autonómica.

El Ayuntamiento presentó una propuesta al Plan del Área Central del Principado de Asturias, consistente en la construcción de un puente paralelo para peatones y ciclistas que mejore la movilidad y la seguridad vial.

Aquellas propuestas que sean viables técnicamente se debatirán y priorizarán en los Consejos de cada zona en los meses de septiembre a octubre.

Sólo pasaron a debate y priorización aquellas medidas que obtuvieron calificación de viabilidad técnica, que fueron las siguientes:

**ZONA 1:** El Pozón, La Luz, Llaranes y Villalegre.

- Instalación de área recreativa en Llaranes.

**ZONA 2:** La Magdalena, Miranda, La Carriona y Carbayedo.

- Renovación del pavimento de los caminos del parque de La Magdalena, en la parte superior del parque.

- Rehabilitación del manantial y lavadero de Valparaíso y su entorno (se puede acometer una parte).

**ZONA 3 :** El Arbolón, San Pedro Navarro, Valliniello, Versalles y parte de Avilés centro.

- Construcción de una rampa y barandilla de protección en la explanada de acceso al Complejo Deportivo de Los Canapés.

- Colocación de topes en aparcamientos para que los vehículos no invadan las aceras.

- Arreglo integral del parque de la calle Reconquista, en Versalles.

- Adecuación de las instalaciones del antiguo colegio Fernández Carbayeda.

- Adecuación de la cubierta del local de la Asociación de Amas de Casa de Valliniello.

ZONA 4: Jardín de Cantos, La Maruca, San Cristóbal, El Nodo, Sabugo, El Quirinal y resto de Avilés centro.

- Limpieza y asfaltado de la calle Valdredo, en la parte que es municipal.

### **Ciudad:**

Creación de redes del movimiento asociativo para el voluntariado, introduciendo nuevas tecnologías.

La calificación de viabilidad motivó que, en varias zonas y en el conjunto de la ciudad, solo una propuesta podía ser elevada a los responsables municipales y, por lo tanto, no precisaba priorizarse.

La novedad de esta edición es el uso de un sistema telemático afrontando, por una parte, el reto de disponer la información de una manera clara, comprensible y completa, al no poder realizar las reuniones presenciales donde se aclaran las dudas sobre cada medida propuesta, y, por otra parte, facilitar un sistema fiable que garantizará quiénes emiten voto.

Las propuestas referidas al mantenimiento de la ciudad, bien se consideren sugerencia o queja, así como las que tienen relación directa con el Plan de Movilidad Urbana Sostenible (PMUS) fueron trasladadas directamente a los diferentes servicios y no pasaron a la fase de priorización, al igual que aquellas medidas que no son de competencia municipal.

**23 de octubre:** Se continúa con el "*Proceso de aportación a presupuestos municipales*" en las fases de información y priorización.

**9, 10, 11 y 12 de noviembre:** Utilizando medios telemáticos y de redes se celebró el "**XVII Foro Solidario**".

El objetivo de desarrollo sostenible elegido ha sido "*Salud y Bienestar*", y su contenido giró íntegramente en torno a la pandemia de la COVID-19.

**Día 9,** tras la inauguración, una ponencia a cargo de la directora del departamento de Salud Pública y Medio Ambiente de la OMS y del consejero de Sanidad de Asturias (Dña. María Neira y D. Pablo Fernández).

**Día 10,** ponencia a cargo de López-Acuña, epidemiólogo y exdirector de Acción Sanitaria en crisis de la OMS, de Dña. Ángeles Fdez. que integra la red de apoyo comunitario en Leganés y de Dña. Mar Martínez, jefa de la Unidad de Prevención del HUCA.

**Día 11,** ponencia a cargo del presidente de Medicus Mundi Internacional, de la catedrática de Salud Pública de la Universidad de Oviedo y del director del Centro de Coordinación de alertas y emergencias sanitarias del Ministerio de Sanidad (D. Carlos Mediano, Dña. Adonina Tardón y D. Fernando Simón).

**Día 12,** emisión de la obra de teatro "*Ese virus que no somos*" , dirigida al alumnado de 1.º y 2.º de Bachiller en relación a los objetivos de desarrollo sostenible y, presentada también telemáticamente, la unidad didáctica "SaluDando", elaborada para la ESO, a cargo de la Asociación Los Glayus.

### Oficina del Voluntariado

Espacio creado dentro del servicio de Participación Ciudadana para la participación voluntaria.

#### Objetivos:

- Facilitar información individualizada a todas aquellas personas que deseen hacerse voluntarias, conectándolas con aquellas entidades de la ciudad con proyectos de voluntariado.

- Sensibilizar, difundir y promocionar la acción voluntaria en la ciudad.

Todo ello desde un trabajo en red con el diverso movimiento asociativo y las entidades de voluntariado.

**11 de marzo:** Nos reunimos con la técnica responsable de la mesa del voluntariado, Dña. Mercedes Capa, en la sede de la Asociación. La informamos del funcionamiento de la misma y cómo trabajan sus voluntarios.

En la actualidad, DIFAC dispone de 4 personas voluntarias.

**25 de junio:** Asistimos a la constitución de la **mesa del voluntariado de Avilés**, en el Centro de Estudios Universitarios de La Ferrería, con el siguiente orden del día:

1. Constitución mesa del voluntariado en Avilés.

2. Propuestas:

- Plan de sensibilización, comunicación y captación del voluntariado.

- Contenido de la web municipal de Participación Ciudadana, que contemple mensajes comunes y enlaces a la diversidad de proyectos de voluntariado existentes en la ciudad.

- Actuación formativa colectiva y de intercambios de buenas prácticas.

- Reconocimiento a la labor voluntaria y a la participación ciudadana. Celebración del Día del Voluntariado 2020.

**26 de noviembre:** Participamos, a través de la plataforma digital ZOOM, en un grupo de discusión para un estudio de la Dirección General del Principado de Participación Ciudadana sobre participación social y voluntariado en Asturias.

Impartido por Dña. Candela Guerrero, la idea era juntarse con entidades y personas voluntarias de varias comarcas para hablar de distintos temas: participar en tiempos COVID, diferencias en cómo se participaba antiguamente y cómo se participa ahora, qué cosas fomentan la participación y qué la inhibe, quien se queda fuera, cosas que os preocupen...

El informe con los resultados y las conclusiones será entregado en el mes de diciembre.

**3 de diciembre:** Asistimos al acto con el que se pretende reconocer el esfuerzo realizado por las entidades y personas voluntarias de Avilés durante la pandemia provocada por la COVID-19.



Se trata de un monolito colocado en el parque de Cabruñana, realizado por Dña. Charo Cimas, la misma ceramista autora de las estatuillas que se entregan en la gala del Voluntariado.

**11 de diciembre:** Participamos en la *gala del Reconocimiento a la Labor Voluntaria*, retrasmitada por streaming en redes sociales y también visible desde la web del Ayuntamiento de Avilés.



En el acto, grabado en la Casa Consistorial, participaron la alcaldesa de Avilés, el presidente de Retinosis Pigmentaria y la secretaria de DIFAC (Dña. Mariví Monteserín, D. Andrés Mayor y Dña. Ángeles González). Se puso un vídeo homenaje a las entidades y personas voluntarias de Avilés que explicaban su trabajo durante la pandemia y cómo tuvieron que adaptarse a la nueva situación.



<https://www.youtube.com/watch?v=O3R6xrXLLs&feature=youtu.be>

**15 de diciembre:** Participamos en el *“Encuentro de entidades de voluntariado de Avilés”*, a través de la plataforma Zoom.

**Objetivo:** Intercambiar y conocer buenas prácticas ante la actual situación sanitaria, en la que necesitan adaptar sus actuaciones y ofrecer

soluciones a las personas usuarias y voluntarias para continuar con su labor, además de abordar la captación de voluntariado en el escenario de crisis por la COVID-19.

Se trataron 2 temas:

Tema 1.- Ante la actual situación sanitaria -y ante posibles escenarios futuros similares-, cómo nos estamos adaptando las entidades de voluntariado, qué estamos haciendo para adaptar lo que hacíamos antes, cómo estamos abordando la situación y qué soluciones estamos dando a las personas usuarias y a las personas voluntarias.

Tema 2.- De cara a la necesidad de captación de voluntariado en la actual situación, se planteó qué estamos haciendo y qué podríamos hacer las entidades, cómo incorporar personas al voluntariado que sustituyan a personas de riesgo y cómo captar a personas que previamente son o hayan sido usuarias en nuestras entidades.

**22 de diciembre:** Las conclusiones del encuentro del día 15 de diciembre están disponibles en el enlace:

<https://avilesvoluntariado.org/convocatorias/>

### AUNANDO ESFUERZOS

Proyecto de cohesión social organizado por la Asociación de Vecinos del Polígono de la Magdalena, colaborando DIFAC, Rey Pelayo, centros de día Colores y Cruz de los Ángeles, entidades que, con el fin de poner en contacto a personas y colectivos diversos, promueven la integración y convivencia dentro del barrio y sus alrededores, eliminando todo tipo de barreras o estereotipos personales y sociales.

### Objetivos:

- Potenciar más y mejor las diferentes realidades de las personas que viven en el barrio y facilitar la empatía, comunicación e integración social.
- Eliminar estereotipos sociales.
- Buscar un punto de encuentro entre las asociaciones del barrio y favorecer acciones conjuntas.
- Dar a conocer las actividades de las diferentes asociaciones y fomentar el asociacionismo entre personas que normalmente no participan en las entidades.

### Beneficiarios:

Principalmente, pretende poner en contacto a personas y a colectivos diversos. En el barrio de la Magdalena conviven personas de muy diversa procedencia o situación: etnia gitana, personas inmigrantes que en los últimos años han llegado a nuestra ciudad, junto con personas que ya vivían en el barrio anteriormente, sin olvidar a personas que por su situación física o psíquica presentan alguna discapacidad o movilidad reducida. Este programa consiste en poner en contacto a unos y a otros, implicando a las personas desde muy temprana edad, eliminando todo tipo de barreras o estereotipos personales y sociales

Las reuniones de “Aunando Esfuerzos” se realizan en la sala polivalente anexa a DIFAC.

### Localización territorial:

Municipio de Avilés: cancha polideportiva de la calle Valdés Salas, colegio público Marcelo Gago, Centro de Profesores y Recursos (CPR), colegio público Enrique Alonso, sala polivalente del Centro Municipal de Asociaciones Álvarez Gendín, salones de la parroquia, AVV, Factoría Cultural y espacios naturales en el parque de la Magdalena.

### Se realizaron las siguientes actividades:

**22 de enero:** Reunión con las entidades integrantes del proyecto, con el siguiente orden del día:

- 1- Valorar las actividades realizadas en 2019, en especial el festival de Navidad.
- 2- Buscar objetivos para este 2020.
- 3- Organización de actividades para 2020.
- 4- Próxima reunión.
- 5- Varios.

Se valoraron positivamente las actividades realizadas en 2019, decidiendo continuar en la misma línea. Entre otras, se seguirá con la realización de la “*XI Jornada Deportiva por la Integración*”, las actividades socio-culturales en el colegio público Enrique Alonso y el festival de convivencia. Se acuerda la realización de actos para el “*Día de la Tolerancia*”, quedando pendiente fijar la fecha de celebración.

**30 de junio:** Reunión con las entidades para la reestructuración de la programación del año 2020 debido a la COVID-19.

Debido a la situación actual, se decidió anular la jornada deportiva por la integración, programada para el 25 de junio de 2020, al igual que quedan anuladas las jornadas socioculturales, programadas para el 18 de septiembre, 2 y 16 de octubre de 2020.

Actuando según la situación sanitaria, se realizará en septiembre-octubre una gymkhana, al estilo de la jornada deportiva por la integración, para volver a encontrarnos y dar comienzo al nuevo curso escolar.

De igual modo, queda pendiente decidir si se organiza o no el festival de convivencia de diciembre, en el que damos por finalizado el año 2020.

Dado que es muy difícil organizar actividades en conjunto, se ha decidido realizar una página de Facebook del proyecto de cohesión social Aunando Esfuerzos, donde cada entidad, podrá exponer quiénes son, cómo se esperaba que fuera este año, cómo sobrellevó la cuarentena, qué será lo que más eche de menos del proyecto, etc.

Finalmente, hemos decidido no pedir subvención, puesto que la única actividad programada es realizar una página de Facebook, y eso no conlleva ningún coste.

**16 de septiembre:** Reunión con las entidades para tratar la programación de las actividades del último trimestre de 2020.

Como la situación sanitaria no ha mejorado, se decidió suspender las actividades presenciales pendientes y continuar con el proyecto de cohesión social de forma on line en el facebook de Aunando Esfuerzos.

Actividades previstas:

-Octubre: Cada asociación podrá darse a conocer en la página de facebook.

-Noviembre: Pasapalabra dedicado a la tolerancia.

-Diciembre: Celebración del festival de Navidad.

**16 de noviembre:** Con motivo de la celebración del Día Internacional de la Tolerancia, se publicaron las respuestas del pasapalabra elaborado conjuntamente por las entidades que componen el proyecto "Aunando Esfuerzos".



**18 de diciembre:** Celebramos el "VIII Festival de convivencia", un acto cultural y lúdico, donde participamos los distintos colectivos que componemos este programa aportando cada uno diversas y las más variadas actuaciones visibilizando este proyecto desde distintas perspectivas.



Debido a la actual situación sanitaria, no pudimos realizar el "talent show" de todos los años. En su lugar, se realizó de forma virtual a través de un vídeo elaborado con mucho cariño por las entidades que conforman el proyecto de cohesión social AUNANDO ESFUERZOS.

<https://youtu.be/99ASWxA8418>

Villancicos, por la asociación Rey Pelayo.



“Jerusalema”, por el Centro de día Colores.



“Hogares Navidad”, por la Asociación de Vecinos Polígono de La Magdalena.



Felicitación de Navidad, por el Centro de día La Cruz de los Ángeles.



Los socios de habilidades artísticas se animaron y realizaron en la sede de la Asociación vídeos con monólogos, canciones, tik toks y mensajes navideños.

## Feria de Asociaciones de Avilés (FAVA)

Los **días 4, 11 y 25 de febrero**, asistimos a reuniones preparatorias de la feria de asociaciones de Avilés (FAVA), en la biblioteca de la Factoría Cultural de Avilés. Se trata de un evento que reúne a varias asociaciones de Avilés en la plaza Hermanos Orbón.

La idea es poder difundir las actividades del tejido asociativo a toda la ciudadanía y la intención de mejorar el conocimiento de la gente sobre la labor que realizan las entidades de nuestra ciudad.

Otras actividades:

- Stands de asociaciones.
- Difusión a la ciudadanía.
- Actividades de dinamización y confraternización de las asociaciones

DIFAC formará parte del equipo de dinamización y participará en un stand conjuntamente con la Asociación de Vecinos Polígono de La Magdalena.

**Entre otras actuaciones, destacamos las siguientes:**

**27 de enero:** Asistimos a la jornada destinada a presentar las convocatorias sociales 2020 de La Caixa, en la sede que tienen en la C/ La Muralla (Avilés)

Entidades y organizaciones sin ánimo de lucro de toda la provincia asistimos a esta reunión para conocer las novedades, tramitación y acceso a estas ayudas que servirán para subvencionar proyectos sociales destinados a mejorar la calidad de vida de personas en situación vulnerable.

Al cumplir 20 años desde su puesta en marcha, el Programa de Ayudas a Proyectos de iniciativas sociales de la Obra Social 'la Caixa' presenta seis convocatorias sociales con diferentes ámbitos de actuación, centrados en la promoción de la autonomía personal y la atención al envejecimiento, la discapacidad y la enfermedad; lucha contra la pobreza infantil y la exclusión social; vivienda para la inclusión social; la inserción sociolaboral; interculturalidad y acción social; y acción social en el ámbito rural.

**12 de marzo:**

El Ayuntamiento de Avilés ha colgado en su web las decisiones a tomar en el caso de la COVID-19.

Todos los actos públicos y actividades de los centros municipales de carácter cultural, deportivo y social

quedan suspendidos desde mañana viernes 13 de marzo y durante 14 días (hasta el 26 de marzo). Es la respuesta del Ayuntamiento de Avilés a las recomendaciones aprobadas en la reunión celebrada en Presidencia del Gobierno de Asturias entre el ejecutivo autonómico, la Federación Asturiana de Concejos (FACC) y los ayuntamientos asturianos.

La alcaldesa Mariví Monteserín ha trasladado estas medidas a los portavoces municipales y las dará a conocer entre la ciudadanía a través de un bando municipal, que se publicará en los medios de comunicación y se colocará en todos los equipamientos municipales para conocimiento del público.

**20 de mayo:** Nuestra Asociación consta en la tabla de recursos del Ayuntamiento de Avilés. En dicha tabla se informa de los servicios y recursos existentes.

DIFAC ya ha reanudado la atención presencial, requiriendo cita previa y siguiendo los protocolos y medidas de seguridad establecidas.

**2 de junio:** nos informamos de las aclaraciones de la Seguridad Social en torno al **ingreso mínimo vital**, remitiendo a nuestros socios el enlace a la página de la Seguridad Social donde aclara determinadas cuestiones en relación a la prestación.

<http://www.seg-social.es/wps/portal/wss/internet/FAQ/48581/42b9f3e8-8eea-4106-864e-2b5bdad27269#IMV4>

**3 de junio:** Informamos a los socios del enlace a través del cual pueden acceder a un simulador que ha creado la Seguridad Social para valorar inicialmente si la persona es susceptible de ser beneficiaria del

ingreso mínimo vital y la cuantía que le correspondería.

<https://ingreso-minimo-vital.seg-social-innova.es/>

DIFAC consta en la tabla de recursos del Ayuntamiento de Avilés. En dicha tabla se informa de los servicios y recursos existentes. Se informa de que la mayoría de ellos han reanudado ya la atención presencial, requiriendo cita previa y siguiendo los protocolos y medidas de seguridad establecidas. Se han reiniciado también los procedimientos administrativos.

**18 de junio:** Asistimos vía zoom al grupo de trabajo de Avilés: Aportaciones al CREA.

El pasado mes de abril, el Ayuntamiento de Avilés hacía público un documento de trabajo bajo el título "*De la hibernación a la reactivación. Crónica de la superación de una crisis*", que pretendía analizar los efectos que tendría en el medio plazo la crisis sanitaria para poder sortearla con inteligencia y eficacia, dado que nos enfrentamos a un nuevo contexto económico y social que exige acciones inmediatas y una nueva planificación a medio y largo plazo. En dicho documento se planteó la creación de un **Consejo por la Reactivación Económica de Avilés (CREA)**: que tendría como objetivo detectar dificultades, necesidades y oportunidades del tejido productivo y del ámbito social. Este consejo estaría formado por los principales agentes sociales y económicos de la ciudad: partidos políticos con representación municipal, sindicatos mayoritarios, FADE, Cámara de Comercio, UCAYC, Cruz Roja y Cáritas. Este consejo elaborará estudios, informes y propuestas en el marco de los intereses económicos y sociales del conjunto de la ciudad, en diferentes

ámbitos relacionados con la reactivación económica y social de la ciudad.

Caritas fue invitada, junto con Cruz Roja, a formar parte de ese consejo. Otras entidades trasladaron su interés por estar también representadas, por lo que Cáritas se comprometió a hacer de transmisor de las diferentes visiones y propuestas.

**11 de septiembre:** Reunión en la sala polivalente del Centro Municipal de Asociaciones Álvarez Gendín anexa a DIFAC, con la coordinadora del Área de Promoción Social (Dña. Carmen Mosegui) para tratar las necesidades de las asociaciones en cuanto al uso de los locales de la C/ Sabino Álvarez Gendín.

**19 de septiembre:** Invitados por la plataforma pro servicios públicos de Avilés y comarca, en colaboración con la I semana de la memoria histórica de Asturias, asistimos a la inauguración de las *II Jornadas de Memoria Democrática "La Represión en Avilés, Lugares de Memoria"*, en la Casa de Cultura de Avilés.

La presentación de la jornada estuvo a cargo de la directora general de Memoria Democrática del Principado de Asturias, Dña. Begoña Serrano Ortega. A continuación se visionó la proyección del vídeo "*Quinta Pedregal, espacio para la Memoria y Defensa de los Derechos Humanos*". Seguidamente hubo la ponencia, "Quinta de Pedregal, Historia y futuro", a cargo de los historiadores Pablo Martínez Corrales y Miguel Ángel Pérez Suarez.

**1 de diciembre:** D. Sabino González y Dña. Pilar del Pozo del Rotary Club Avilés hicieron entrega a DIFAC, representada por su

vicepresidente D. Manuel Cubero, de dos mamparas de protección, dentro de la campaña que se está realizando actualmente.

La Asociación mostró su satisfacción.



### CASTRILLÓN

**17 de enero:** La tesorera asistió a la reunión del Consejo de Infancia y Adolescencia de Castrillón, en el salón de plenos del Ayuntamiento, con el siguiente orden del día:

1.- Presentación de nuevos miembros del Consejo Municipal de la Infancia y la Adolescencia del Ayuntamiento de Castrillón.

2.- Aprobación del acta de la sesión anterior, si procede:

Acta N.º1/2019 de 7 de junio de 2019.

3.- Participación de los grupos de participación infantil.

4.- Participación de representantes de alumnado de los centros educativos.

5.- Presentación al reconocimiento de ciudad amiga de la infancia 2020.

6.-Ruegos y preguntas.

Dña. M.ª Angélica González, presidenta en funciones, resalta el trabajo realizado por el Consejo a lo largo de los 10 años de trayectoria y

por el municipio de Castrillón, reconocido por UNICEF al otorgarle el distintivo de “*Ciudad Amiga de la Infancia*”, que no sería posible sin el compromiso de todos los colectivos. Resalta especialmente a Dña. Montserrat Ruiz, concejala delegada de Juventud, Hacienda y Patrimonio por su labor y entrega, así como a la Sra. Alcaldesa, Dña. Yasmina Triguero.

A continuación se debatieron los puntos del orden del día, destacando la intervención de los grupos infantiles, formados por cotorr@s pequeños, medianos y grandes, quienes expusieron sus demandas.

**5 de abril:** Disfrutamos de “*Conectando Castrillón*”, un pequeño espacio que permitió acercar diferentes partes del municipio a través de la música. Esta iniciativa, que partió del colectivo Bordeando Castrillón, quiere poner en conexión a las zonas rurales y urbanas en un momento en el que la obligación de mantener la distancia social debe unirnos más que nunca.

A través de sus redes sociales, lanzaron un enlace que permitió escuchar la programación musical por internet de forma simultánea desde cualquier rincón del municipio. También pudieron escucharse mensajes de ánimo de las asociaciones vecinales. Para que pudiera llevarse a cabo, pidieron colaboración vecinal decorando ventanas, balcones y terrazas para la ocasión.

**23 de abril:** Desde la Concejalía de Derechos y Servicios Sociales, Salud y Mayores del Ayuntamiento de Castrillón, a través de EPS/Plan sobre drogas nos hicieron llegar diferente información:

- Resumen de medidas frente la COVID-19.
- Conectando Castrillon, el 26 de abril
- Cáncer y COVID-19: AECC

- La actividad continua... fundación mujeres
- Contacto de Servicios Sociales de Castrillón
- Fiesta virtual de la salud, con la incorporación de la AV de la Plata y la Asociación de Amigos del Camino de Santiago.
- Mini encuesta europea on-line sobre drogas: impacto de la COVID-19.

**13 de julio:** El presidente se reunió con Dña. Carmen Piedralba (concejala de Bienestar Social, Sanidad, Consumo y Juventud) para dar a conocer a la Asociación, tratar el tema de las subvenciones, el trabajo con el grupo infantil y juvenil los cotorr@s en ocasión de la celebración del 12.º Día de la Accesibilidad y el funcionamiento del Consejo de Barreras.

**6 de noviembre:** La tesorera asistió a la reunión del Consejo de Infancia y Adolescencia de Castrillón, en el salón de Plenos del Ayuntamiento con el siguiente orden del día:

1.- Presentación de nuevos miembros del Consejo Municipal de la Infancia y la Adolescencia del Ayuntamiento de Castrillón.

2.- Aprobación del acta de la sesión anterior, si procede:

Acta N°1/2020 de 17 de enero de 2020.

3.- Prórroga del 2.º Plan de Infancia.

4.- Participación de representantes de alumnado de los centros educativos.

5.- Intervención de los grupos de Participación Infantil.

6.- Ruegos y preguntas.

Entre otros temas, el Consejo propuso la adhesión a una declaración institucional realizada por UNICEF, en

la que se pone en valor las graves situaciones por las que está atravesando la infancia y la adolescencia como consecuencia de la situación sanitaria que padecemos.

**20 de noviembre:** Celebración del “Día Universal de los Derechos de la Infancia”. Como en los 10 últimos años, Castrillón realiza diferentes actividades para poner en valor estos derechos y visibilizarlos.

**21 de noviembre:** Jornada virtual a la que han respondido 20 municipios. Los diferentes grupos de participación de los consejos municipales contaron cómo fue el año y compartieron sus experiencias de manera virtual.

### CORVERA DE ASTURIAS

**11 de septiembre:** DIFAC asiste en el Día de Corvera, a la entrega del galardón “Corvera ejemplar”, que por primera vez tiene un solo galardonado, que es “la agrupación de voluntarios de Protección Civil de Corvera”.

El acto tuvo lugar en el edificio de “La Lechera” de Cancienes.





### COCEMFE – ASTURIAS



Estamos integrados en COCEMFE ASTURIAS (Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Asturias) conjuntamente con 26 asociaciones de discapacidad física y orgánica.

Asistimos, mediante vídeo conferencia, a las reuniones del consejo social, asamblea, etc.

Hacemos nuestra aportación a la revista “serCapaz” escribiendo artículos en los que damos a conocer las actividades y talleres que realizamos. Los títulos de este año fueron “Taller de apoyo asociativo, Un espacio para compartir”, escrito por nuestra psicóloga Laura Feito; “25 años rodando, 25 años por la Accesibilidad”, escrito por nuestra tesorera Mercedes Vieites; y el poema “Cuando todo esto acabe” escrito por nuestro vicepresidente Manuel Cubero:

#### “CUANDO TODO ESTO ACABE”

Cuando todo esto acabe volveremos a buscarnos romperemos la distancia para correr a abrazarnos.

Cuando esto haya pasado tal vez hayamos aprendido que un mundo mejor es posible si lo defendemos unidos.

Cuando la pesadilla se marche tal vez ese día entendamos quienes son los imprescindibles a los que más necesitamos.

Cuando solo quede el recuerdo de lo que estamos viviendo ojalá que nunca olvidemos a esos, que se están exponiendo.

Cuando ya perdamos este miedo al que hoy tenemos delante tal vez volvamos a entender que somos iguales y semejantes.

Cuando todo esto acabe volveremos a darnos las manos tú, yo, ese y aquel en el fondo, somos humanos

Los programas de los cuales se benefician los socios de DIFAC son los siguientes:

- “Programa MEJORA”, tratamiento de rehabilitación, de fisioterapia y logopedia, dirigido a personas con discapacidad y patologías crónicas.

- “Atención especializada a domicilio”, servicio orientado a mejorar la autonomía personal, contribuir a paliar las limitaciones de las personas con discapacidad y facilitar la reinserción social y laboral, mejorando así su calidad de vida y la de sus familias.

**19 de agosto:** Dentro de la campaña que se ha puesto en marcha a través de la mesa del Tercer Sector en Asturias, con el hashtag

#AsturiasSinRecortes, participamos en una concentración de mensajes en redes sociales.

**3 de septiembre:** Marcha desde la Junta de Gobierno, repartidos entre la plaza de la Escandalera y el Paseo de los Álamos de Oviedo hasta la Consejería de Derechos Sociales, y ahí realizar una concentración y una lectura de un manifiesto contra los recortes.

**28 de septiembre:** el vicepresidente asistió mediante vídeo conferencia a la reunión del Consejo Social, con el siguiente orden del día:

- 1.- Lectura y aprobación, si procede, del acta anterior, de fecha 12 de diciembre de 2019.
- 2.- Convocatoria de asamblea general ordinaria, 14 octubre.
- 3.- Aprobación, si procede, de la memoria de actividades del año 2019.
- 4.- Aprobación, si procede, de las cuentas anuales del año 2019.
- 5.- Aprobación, si procede del presupuesto y del plan de actuación 2020.
- 6.- Admisión de nuevos socios.
- 7.- Propuestas de las asociaciones.
- 8.- Otros asuntos de interés.
- 9.- Ruegos y preguntas.

**8 de octubre:** el vicepresidente asistió mediante vídeo conferencia a la asamblea general, con el siguiente orden del día:

1. Convocatoria de la asamblea.
2. Acta anterior.
3. Memoria de actividades 2019.
4. Plan de actuación 2020.
5. Memoria económica y balance anual 2019.
6. Presupuesto 2020.

**2 de diciembre:** el vicepresidente asistió mediante vídeo conferencia a las reuniones del Consejo Social y Asamblea General Extraordinaria, con el siguiente orden del día:

### Consejo Social

1. Lectura y aprobación, si procede, del acta anterior (adjunta).
2. Proyectos y programas COCEMFE Asturias.
3. Centro de Atención Integral de COCEMFE Asturias.
4. Convocatoria de asamblea general extraordinaria : elección de Comisión Ejecutiva, Comisión Disciplinaria y Órgano de Control Financiero.
5. Propuestas de asociaciones.
6. Otros asuntos de interés.
7. Ruegos y preguntas.

Asamblea general extraordinaria:

Elección de la comisión ejecutiva, comisión disciplinaria y órgano de control financiero.

### TALLER DE SENSIBILIZACIÓN EN CENTROS DE EDUCACIÓN

En esta actividad participan nuestros socios, que dan un testimonio personal de su vida, limitaciones y potencialidades, contando en primera persona sus vivencias y experiencias.

#### Descripción:

Dirigido al alumnado de educación primaria y secundaria, al profesorado y a la comunidad escolar en general, y, a través de estos, a toda la ciudadanía.

Los niños y niñas que constituyen el alumnado de los centros escolares serán personas adultas y tendrán un papel activo en los comportamientos sociales de nuestra comarca,

incluyendo el ejercicio de los derechos de igualdad y de plena integración. De ahí la importancia de poner en marcha actuaciones encaminadas a una formación en valores que sensibilice y haga visible la situación de las personas con discapacidad.

### **Fundamentación:**

Cuando se habla de accesibilidad, se habla de **ROMPER BARRERAS**. Es muy frecuente que se señalen las barreras físicas como las que excluyen a las personas con movilidad reducida en la vida activa de la sociedad, pero los obstáculos son realmente más sociales que físicos, pues el problema radica en quienes no tienen en cuenta lo que significa un simple escalón, no el escalón en sí mismo. Hablamos entonces de barreras sociales, barreras que tienen que ver con las actitudes y los comportamientos ante las personas con algún tipo de limitación en su movilidad, que impiden y obstaculizan su plena integración social. Es por todo esto que una ciudad accesible se construye con actitudes, información y solidaridad, propiciando actuaciones que fomenten la no exclusión: rampas adecuadas, ascensores, ayudas técnicas, etc., de manera que se logren equilibrar los derechos y las oportunidades para todos/as.

### **Objetivos:**

- Concienciar al alumnado y profesorado sobre la realidad de la discapacidad.
- Sensibilizar acerca de las limitaciones y de las barreras existentes, tanto las que se ven como las que no se ven.
- Facilitar el desarrollo de la empatía como destreza importante para una construcción social integradora.

### **Actuaciones:**

#### **Charlas – coloquio**

- Presentación de la actividad por representantes de DIFAC, personas invitadas y entidades patrocinadoras.
- Visionado de un vídeo divulgativo elaborado por la Asociación, presentando imágenes con diferentes tipos de barreras físicas y sociales, a las que diariamente tiene que enfrentarse el colectivo de personas con discapacidad.
- Breve explicación de la diferencia entre **integración e inclusión** de las personas con discapacidad.
- Actividad práctica en la que se pide a los escolares que se pongan en el lugar de una persona con discapacidad, experimentando la limitación que la persona con discapacidad tiene.

#### **Concurso de Fotografía “ENFOCA LA disCAPACIDAD”. Su finalidad:**

- Mostrar la realidad de las personas con discapacidad y que el fotógrafo plasme las situaciones cotidianas y transmita su visión particular de la discapacidad, obteniendo así una imagen de lo que representa la discapacidad para él.
- Sensibilizar a la sociedad a través de la fotografía, mostrando una imagen normalizada e integrada de las personas con discapacidad.

### **Beneficiarios:**

Alumnado de educación primaria y secundaria, profesorado y comunidad escolar en general y, a través de éstos, a toda la ciudadanía.

#### **Jornadas de divulgación y actividades varias:**

Con estas actividades realizamos acciones de sensibilización educativas, culturales, de ocio y

lúdicas, dirigidas a niños y jóvenes. Con ello, pretendemos proporcionar un foro de encuentro y discusión abierto a los jóvenes y a nosotros mismos, quienes nos aportan sus propias experiencias, con el fin de que haya una mayor participación social y poder conseguir así una comarca integradora y solidaria.

### Temporalización:

Se desarrolla a lo largo del año escolar. El Concurso de Fotografía comienza en septiembre, siendo la entrega de premios el 3 de diciembre, coincidiendo con la celebración del Día Internacional de las Personas con Discapacidad.

Este año la crisis sanitaria originada por la COVID -19 nos impidió hacer la entrega de premios como todos los años. Sí se les hizo llegar los premios a los escolares en sus respectivos centros, siguiendo las recomendaciones sanitarias.

### Actuaciones:

**15 de enero:** Presidente, tesorera y arquitecto de DIFAC nos reunimos con Dña. María García, técnica responsable de Juventud, en el edificio Fuero de Avilés para trabajar sobre la celebración del Día de “Avilés hacia la Inclusión” con los integrantes del Consejo de Infancia y Adolescencia de Avilés (CIIA). Se acordó una primer toma de contacto en la sede de la Asociación para conocer a los menores y plantearles el trabajo a realizar.

**23 de enero:** Presidente y tesorera se reunieron en la sede social de DIFAC con la dinamizadora social Dña. Natalia Ovies, del Consejo de Infancia y Adolescencia de Avilés (CIIA), donde se le comentó el interés de trabajar con los estudiantes y la celebración del Día “Avilés hacia la inclusión”.

**20 de febrero:** DIFAC tuvo una primera toma de contacto con los estudiantes del Consejo Municipal de Infancia y Adolescencia (CIIA) en la sede de la asociación en C/ Sabino Álvarez Gendín nº 26 (Avilés). También se contó con la presencia de integrantes del proyecto de voluntariado europeo.



La Junta Directiva conoció a los niños y conjuntamente con su arquitecto, D. Federico Sáez, les explicó la inclusión, planificando la actividad a realizar en el mes de mayo.



Dentro de las actividades previstas, en el mes de mayo, se va a realizar una actividad de sensibilización por el casco histórico de la ciudad, “Avilés hacia la inclusión”, en la cual los niños se pondrán en la piel de las personas con discapacidad sentándose en una silla de ruedas y viviendo en primera persona los problemas que tienen las personas con movilidad reducida al desenvolverse por la ciudad.



La idea fue muy bien recibida por el colectivo juvenil, siempre sensible a las necesidades de una parte de la población que no lo tiene nada fácil, tanto desde el punto de vista de integración laboral como simplemente caminar por las calles.

**27 de mayo:** El grupo de estudiantes del CIIA de Avilés nos enviaron las fichas de estacionamiento reservados que hicieron.

DIFAC aprovechó la ocasión para enviarles un pasapalabra hecho por la Asociación cuya temática era la discapacidad.

**9 y 15 de junio:** Los grupos de primaria y secundaria de la CIIA de Avilés nos enviaron los resultados del pasapalabra. A su vez, se animaron a hacer uno propio para que los conociéramos mejor, y nos invitaron a jugar.



**20 de junio:** Los cotorr@s, integrantes del Consejo de Infancia y Adolescencia de Avilés, nos enviaron las fichas realizadas de estacionamiento reservado, así como el resultado de su pasapalabra.

**14 de septiembre:** Enviamos solicitud de autorización a la Dirección General de Salud Pública del Principado de Asturias para la celebración de la actividad de sensibilización “12.º Día de la Accesibilidad en Castrillón”, con el desarrollo de la actividad a realizar, así como la especificación de todas las medidas sanitarias a tomar.

**22 de septiembre:** la Dirección General de Salud Pública del Principado de Asturias nos respondió favorablemente a la solicitud presentada para la celebración del “12º Día de la Accesibilidad”:

Asunto: 12.º Día de la Accesibilidad

Teniendo en cuenta su solicitud para la celebración del 12º Día de la Accesibilidad, organizada por la Asociación DIFAC conjuntamente con el Ayuntamiento de Castrillón, programada en Piedras Blancas el día 25 de septiembre 2020, de acuerdo con sus especificaciones, el mismo entraría en el ámbito de la *Resolución de 19 de junio de 2020, de la Consejería de Salud*, por la que se establecen medidas urgentes de prevención, contención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19 tras la expiración de la vigencia del estado de alarma, **capítulo XIII**, Condiciones para la celebración de congresos, encuentros, reuniones de negocios, conferencias y actos similares.

Por lo tanto, el citado evento no precisa nuestro informe favorable para su celebración, el cual puede ser llevado a cabo, siempre bajo la normativa y las autorizaciones que le sean de aplicación por otras instancias.

No obstante, debemos recordarles que, en caso de que no puedan cumplirse las medidas

previamente indicadas en el protocolo de la organización, y por una medida de máxima prudencia y seguridad de la población, se desaconseja la realización de las actividades.

Así mismo, le recordamos que:

- la Resolución de 14 de julio de 2020, de la Consejería de Salud, por la que se adoptan medidas urgentes de prevención, contención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19, y que añade algunos elementos a la resolución de 19 de junio de 2020, indica en su Anexo lo siguiente:

1.4. Recomendación de cancelación o aplazamiento de actividades no fundamentales.

Se recomienda cancelar o posponer cualquier actividad que no sea considerada fundamental y que pudiera ser postergable, hasta que mejore la situación epidemiológica."

- la Resolución de 18 agosto de 2020, de la Consejería de Salud, por la que se establecen medidas urgentes en materia de eventos y actividades multitudinarias, necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19, añade:

"4.4. Aforo de reuniones familiares y sociales

Se recomienda a la ciudadanía la limitación de los encuentros sociales fuera del grupo de convivencia estable.

Se recomienda a la ciudadanía que los encuentros sociales se limiten a un máximo de 10 personas"

Estas recomendaciones están supeditadas a la situación epidemiológica que puede ser cambiante y determinar la suspensión de actividades si se incrementa el riesgo de transmisión comunitaria, en el ámbito autonómico o local.

**22 de septiembre:** Enviamos solicitud de autorización a la Dirección General de Salud Pública del Principado de Asturias para la celebración de la actividad de sensibilización *Día "Avilés hacia la Inclusión"*, con el desarrollo de la actividad a realizar, así como la especificación de todas las medidas sanitarias a tomar.

**29 de septiembre:** la Dirección General de Salud Pública del Principado de Asturias nos respondió favorablemente a la solicitud presentada para la celebración *Día "Avilés hacia la Inclusión"*.

### 12º DÍA DE LA ACCESIBILIDAD EN CASTRILLÓN

La celebración se llevó a cabo teniendo en cuenta todas las medidas urgentes de prevención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19, tras la exposición de la vigencia del estado de alarma, siempre cumpliendo las medidas de protocolo de la organización y con medidas de máxima prudencia y seguridad, y supeditado a la situación epidemiológica que puede ser cambiante y determinante en la suspensión de dicha actividad.

Para cumplir con las medidas sanitarias se restringió la actividad a una representación simbólica de niños del Consejo de Infancia y Adolescencia, del Ayuntamiento de Castrillón y de la junta directiva de DIFAC.



El viernes **25 de septiembre** celebramos conjuntamente con el Ayuntamiento de Castrillón el “12.º Día de la Accesibilidad en Castrillón”, contando con la asistencia del grupo de Infancia y Adolescencia I@s cotorr@s, en el centro cultural Valey (Piedras Blancas). Con *la celebración de este día* intentamos hacer visibles las dificultades que encuentran en su vida diaria las personas con discapacidad o las usuarias de sillas de ruedas, de bastones, etc., como consecuencia de los diferentes tipos de barreras que existen, ya sean físicas o sociales.

Asistentes: D. Julián Valdavidia, D. Manuel de la Cruz Cubero, Dña. Mercedes Vieites, (presidente, vicepresidente y tesorera).

La representación institucional estuvo a cargo de Dña. Yasmina Triguero, Dña. Carmen Piedralba y Dña. Carmen Muñoz (alcaldesa, concejala de Bienestar Social, Sanidad,

Consumo y Juventud y arquitecta del Ayuntamiento de Castrillón).

En esta duodécima edición participaron una representación de 11 niños de Primaria y 8 de Secundaria. Se hizo dos franjas horarias diferentes, una para Primaria y otra para Secundaria, dividiendo a su vez a los niños en subgrupos con el objetivo de reducir al máximo el número de personas para seguir las recomendaciones sanitarias establecidas. Horario: De 16:30 a 18:00 horas, Primaria; y de 18:00 a 19:30 horas, Secundaria.

Durante el periodo de confinamiento, los cotorr@s habían trabajado la discapacidad a modo de un pasapalabra creado por DIFAC e hicieron un seguimiento virtual de plazas de estacionamiento reservadas para personas con discapacidad. También diseñaron el logo de la jornada “12.º Día de la Accesibilidad en Castrillón”.

### Actividades para Primaria:

- Presentación en el Centro Cultural Valey (Piedras Blancas-Castrillón).
- Recorrido de sensibilización en silla de ruedas.

Siguiendo las recomendaciones sanitarias, la actividad se cerró al público.

Los niños fueron entrando en la sala y cogieron una libreta elaborada para la ocasión, un libro y un ejemplar de la recopilación de los relatos premiados en el concurso de relatos de DIFAC “15 años rodando”.



La presentación institucional corrió a cargo de la alcaldesa de Castrillón, quien manifestó su satisfacción por la celebración del día debido a las circunstancias sanitarias actuales, ya que para el Ayuntamiento que representaba era una satisfacción poder realizar actividades de ese tipo con los menores de su municipio.



Dña. Carmen Piedralba agradeció a los cotorr@s todo lo que habían trabajado durante la pandemia, siendo un ejemplo para todos.



El presidente de DIFAC lamentó que la crisis sanitaria hubiese impedido que el día se celebrara con la asistencia de los socios y representantes de los grupos municipales y asociativos del municipio. Aún así era importante que pudiese probarse en primera persona lo que era sentarse en una silla de ruedas y ver las limitaciones que hay si la ciudad no estaba bien adaptada. Recalcó que Castrillón es un ejemplo de accesibilidad ya que se ha trabajado mucho en eliminación de barreras.

La tesorera y coordinadora de la actividad agradeció a los niños todo lo que habían trabajado con la Asociación durante la pandemia preguntándoles a qué centros pertenecían, si ya conocían a la Asociación y si tenían algunas barreras en sus colegios.

La arquitecta del Ayuntamiento de Castrillón les puso un power point elaborado por la Asociación, en el que se veía el itinerario que iban a realizar y, a modo de preguntas, los niños decían qué barreras veían. Debido a la lluvia, no pudieron realizar la salida programada, pero sí coger las sillas de ruedas y hacer un pequeño recorrido por la Plaza de Europa.



Se animaron a subir hasta el Ayuntamiento, viendo lo empinada que era la subida, y comprobaron también lo difícil que era andar con un paraguas sentado en silla y cómo se mojaban las manos.



### Actividades para Secundaria:

Las actividades fueron similares a las de Primaria.

- Presentación en el Centro Cultural Valey (Piedras Blancas-Castrillón).

- Recorrido de sensibilización en silla de ruedas.

Los niños fueron entrando en la sala y cogieron una libreta elaborada para la ocasión, un libro y un ejemplar de la recopilación de los relatos premiados en el concurso de relatos de DIFAC "15 años rodando".

La presentación institucional corrió a cargo de la alcaldesa de Castrillón, quien agradeció tanto el poder celebrar ese día como el esfuerzo que ellos realizaron durante el confinamiento.



De igual modo, la concejala de Bienestar Social, Sanidad, Consumo y Juventud les dedicó unas palabras.

La tesorera y coordinadora de la actividad agradeció a los niños todo lo que habían trabajado con la Asociación durante la pandemia y, como son un referente en el uso de las nuevas tecnologías, informó de que habían trabajado vía on line la discapacidad a modo de un juego de pasapalabra creado por DIFAC y que hicieron un

seguimiento virtual de las plazas de estacionamiento reservadas y diseñaron el logotipo para la jornada.

Los niños presentaron un informe de las plazas de estacionamiento que fue llevado al Consejo de Barreras de Castrillón.



La arquitecta del Ayuntamiento de Castrillón les puso un power point elaborado por la Asociación en el que se veía el itinerario que iban a realizar y, a modo de preguntas, los niños decían qué barreras veían.



Los niños hicieron el juego de pasapalabra elaborado por DIFAC a la alcaldesa, la concejala y la arquitecta, pasando todos los asistentes un momento entretenido.

Debido a la lluvia, no pudieron realizar la salida programada, pero sí coger las sillas de ruedas y hacer un pequeño recorrido por detrás del Centro Cultural Valey cruzando el paso de peatones de "Arnaldo" y volviendo al centro cultural.



## AVILÉS HACIA LA INCLUSIÓN

El **jueves 1 de octubre**, celebramos conjuntamente con el Ayuntamiento de Avilés el Día “*Avilés hacia la Inclusión*”, en el Centro de Servicios Universitarios de la Ferrería.



La celebración se llevó a cabo teniendo en cuenta todas las medidas urgentes de prevención y coordinación necesarias para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19, tras la exposición de la vigencia del estado de alarma, siempre cumpliendo las medidas de protocolo de la organización, con medidas de máxima prudencia y seguridad, supeditado a la situación epidemiológica que puede ser cambiante y determinante en la suspensión de dicha actividad.

Para cumplir con las medidas sanitarias se restringió la actividad a una representación simbólica de niños del Consejo de Infancia y Adolescencia, del Ayuntamiento de Avilés y de la Junta Directiva de DIFAC.

Con “*Avilés hacia la Inclusión*” intentamos hacer visibles las

dificultades que encuentran en su vida diaria las personas con discapacidad o las usuarias de sillas de ruedas, de bastones, etc., como consecuencia de los diferentes tipos de barreras que existen, ya sean físicas o sociales.

En esta primera edición participaron una representación de 13 niños y niñas del Consejo de Infancia y Adolescencia de Avilés (CIIA), quienes el pasado 20 de febrero habían tenido una primera toma de contacto con DIFAC.

Durante el periodo de confinamiento, trabajaron la discapacidad a modo de un pasapalabra creado por DIFAC e hicieron un seguimiento virtual de plazas de estacionamiento reservadas para personas con discapacidad. También diseñaron el logo de la jornada “*Avilés hacia la Inclusión*”.

### Actividades:

- Presentación en el Centro de Servicios Universitarios de la Ferrería.
- Recorrido de sensibilización en silla de ruedas por el casco histórico.

Siguiendo las recomendaciones sanitarias la actividad se cerró al público.

Los niños fueron entrando en la sala y cogieron una libreta elaborada para la ocasión, un libro y un ejemplar de la recopilación de los relatos premiados en el concurso de relatos de DIFAC “15 años rodando”.

La presentación estuvo a cargo de la concejala de Bienestar Social, Doña Nuria Delmiro. A continuación la directora de Disciplina Urbanística, Doña Andrea del Cueto presentó una ponencia muy interesante basada en el casco histórico de la ciudad.



DIFAC hizo un reconocimiento a los menores del gran trabajo realizado durante todo el año con la Asociación, exponiéndoles a continuación un power point, en el que se les marcaba el recorrido a realizar por el casco histórico y los obstáculos e inconvenientes que se les presentarían.



Comprobaron cómo la entrada al Centro Base de Valoración de Avilés no era la más adecuada debido a la rampa estrecha, al poco espacio a la entrada del mismo, y cómo el timbre para llamar estaba demasiado alto para una persona en silla de ruedas.

Al finalizar la presentación, los menores pudieron sentarse en silla de ruedas y comprobar en primera persona lo dificultoso que era moverse por el pavimento de la calle la Ferrería, ya que al desplazarse en silla de ruedas y no ser el suelo regular botaban en la silla y tenían que emplear más fuerza.





Probaron la rampa funcional de la Escuela de Arte.

Los estudiantes fueron al Museo de la Historia Urbana y vieron cómo las piedras que forman el pavimento, al tener mucho relieve, dificultaban el tránsito en silla de ruedas.



Vieron rejillas en las que se atascaba la rueda pequeña de la silla de ruedas.

Pasearon por los alrededores de la iglesia de los Padres.



Recorrieron la calle de La Fruta donde comprobaron que había comercios a los que no se podía acceder a causa de los escalones que

presentaban rampas insalvables, así como algunos comercios con un acceso adecuado.



La conclusión fue que no era fácil estar sentado en sillas de ruedas. Los menores quedaron en hacer una valoración en el Consejo de Infancia y Adolescencia, y la presentarán a la Asociación, que la llevará al Consejo de Barreras de Avilés.



**9 de octubre:** Los integrantes del Consejo Municipal de Infancia y Adolescencia del Ayuntamiento de Avilés (CIIA) nos hicieron llegar el informe que se relata a continuación, que DIFAC presentará en el Consejo de Barreras de Avilés:

Los integrantes del Consejo Municipal de Infancia y Adolescencia del Ayuntamiento de Avilés, llevamos meses desarrollando una línea de trabajo en colaboración y vinculada a la acción que desarrolla DIFAC en el municipio.

- Como punto de arranque, desarrollamos una primera sesión de encuentro que nos permitió el acercamiento entre ambos grupos. El arquitecto de DIFAC dedicó el tiempo de una tarde para compartir con niños, niñas y adolescentes los conocimientos necesarios en relación al concepto de inclusión y al análisis sobre las barreras arquitectónicas. Durante este primer encuentro, niños, niñas y adolescentes pudieron participar con aportaciones y preguntas que invitaban a la reflexión sobre el tema. El objetivo de este primer contacto era la preparación para la celebración de la Jornada "Avilés hacia la Inclusión" que organiza DIFAC cada año.

- Justo en este momento, se estableció el Estado de Alarma ante la situación de crisis sanitaria, lo cual impidió celebrar nuevos encuentros preparativos; también nos obligó a aplazar la jornada. Aún así, el Consejo Municipal de Infancia y Adolescencia continuó trabajando en reuniones virtuales y pudieron diseñar y elaborar el logotipo para la Jornada Inclusiva que se celebraría más adelante.

- Además del diseño y elaboración del logotipo, niños, niñas y adolescentes, desarrollaron un trabajo virtual de análisis de las plazas de estacionamiento para personas con movilidad reducida. De esta manera,

cubrieron las fichas de recogida de datos que nos facilitaron desde DIFAC para después entregarlas y poder dar por cerrado este análisis de la realidad.

- En el mes de octubre, la situación nos permitió celebrar la Jornada "Avilés hacia la Inclusión", en la que el Consejo de Infancia y Adolescencia pudo reunirse con la arquitecta del Ayuntamiento para recibir información de sensibilización sobre ciudades inclusivas que faciliten la movilidad adecuada para todas las personas. Tras este primer punto, niños, niñas y adolescentes salieron a "rodar por las calles" sentados en sillas de ruedas, para desde esa óptica, poder analizar las facilidades o dificultades de movimiento que ofrece la ciudad.

- En este momento nos encontramos trabajando sobre las propuestas en relación a la mejora de la movilidad inclusiva en la ciudad, algunas de las propuestas van en la siguiente línea: mejorar las baldosas de las calles peatonales, ofrecer espacio suficiente para que peatones puedan transitar sin obstáculos, ajustar las rampas a las medidas exigidas, adaptar espacios públicos para que sean accesibles a todas las personas.

- De aquí en adelante, niños, niñas y adolescentes recogen el modelo de ficha diseñado por DIFAC para analizar la movilidad inclusiva en sus centros escolares.

Agradecemos la oportunidad de trabajo en coordinación con DIFAC, además de los espacios de encuentro y aprendizaje que han puesto a nuestra disposición.

## 7º CONCURSO DE FOTOGRAFÍA “ENFOCA LA disCAPACIDAD”

El concurso está dirigido a escolares de 5.º y 6.º de Educación Primaria de los colegios de la comarca (Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias e Illas). Presentamos las bases en los centros de enseñanza e hicimos un seguimiento de las mismas.

Con este concurso queremos dar protagonismo a un sector de la población en muchos aspectos olvidado y apartado del normal desenvolvimiento de la vida cotidiana, en la que todos participan y las personas con discapacidad a menudo no están contempladas como ciudadanos de primera por culpa de las barreras existentes (físicas y sociales).

Una fotografía puede mostrar el pensamiento y la sensibilidad de los niños hacia el mundo de las personas con discapacidad. La importancia, el valor y el respeto con que enfocaran su cámara en el momento que descubran algo que llame su atención y consideren digno de estar en una foto, será el reflejo de que nuestro trabajo ha dado fruto.

En esta edición hemos querido facilitar el acceso a la información elaborando un cartel con el resumen de las bases del mismo. Nos gustaría en nuestro 25.º Aniversario una participación masiva. Los niños y niñas son capaces de enseñarnos lo que nosotros no apreciamos pero ellos con sus ojos sí.



**26 de febrero:** Nos reunimos en nuestra sede social con el director y el responsable de Recursos Humanos de la fábrica de Fertiberia en Avilés (D. Jesús Alberto González y D. Alfonso Toyos), quienes colaborarán con la Asociación en el Concurso de fotografía ENFOCA LA disCAPACIDAD y en la actividad “Avilés hacia la Inclusión”.

**13 de mayo:** En reunión de junta directiva, Mercedes Vieites informa de que las bases de la 7.ª edición ya están preparadas.

Como novedad, se hicieron carteles informativos del concurso, y se solicitará la colaboración de las “antenas juveniles de Avilés” para su divulgación. Se reservaron instalaciones del Complejo Deportivo Avilés para la celebración del mismo. La inauguración de la exposición y la entrega de premios será el 20 de noviembre, coincidiendo con el aniversario de la Asociación.

El periodo de participación fue del 22 de septiembre al 20 de octubre.

La coordinadora del Concurso, Dña. Mercedes Vieites, manifestó su satisfacción por el resultado de esta edición. La participación ha sido masiva y por primera vez llegaron fotografías de Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias e Illas.

Fotografías presentadas: 104

Colegios participantes: De Avilés, los colegios públicos Apolinar García Hevia, Enrique Alonso, La Carriona, Marcelo Gago, Palacio Valdés, Quirinal y Sabugo, y el colegio concertado San Fernando; de Castrillón, los colegios públicos Maestro José Luis García Rodríguez, El Vallin y Manuel Álvarez Iglesias; de Corvera de Asturias, los colegios publicos de Las Vegas y, de Illas, el colegio rural agrupado Castrillón-Illas, aulas de Callezuela.

Debido a la actual crisis sanitaria y ante la imposibilidad de reunirse físicamente en la sede de la Asociación, cada miembro del jurado recibió un archivo con las fotografías participantes, en las que no constaba ni la autoría ni el colegio para así preservar su anonimato. Cada miembro del jurado escogió 7 fotografías puntuándolas del 1 al 7 según su gusto y enviando por correo electrónico a DIFAC esa valoración (el proceso viene detallado en el acta).

**9 de noviembre:** Presidente y coordinadora del concurso se reunieron en la sede de DIFAC para hacer el recuento de las votaciones, levantándose acta.

### Jurado:

- D. Alfonso Toyos (jefe de Recursos Humanos de la fábrica de Fertiberia en Avilés).
- Dña. Carmen Piedralba, concejala de Derechos y Servicios Sociales, Salud y Mayores y Participación Ciudadana del Ayuntamiento de Castrillón.
- Dña. Chelo Areces, concejala de Bienestar Social del Ayuntamiento de Illas.
- D. Domingo Martínez, presidente de honor de DIFAC.
- D. Federico Sáez, arquitecto de DIFAC.
- D. José Luis Palacio, en representación de la Consejería de Derechos Sociales y Bienestar.
- D. Julián Valdavidia, presidente de DIFAC.
- Dña. Marisol Delgado, psicóloga.
- Dña. Mercedes Vieites, coordinadora del concurso.
- Dña. Nuria Delmiro, concejala del Área de Promoción Social del Excmo. Ayuntamiento de Avilés.
- D. Ricardo Solis, fotógrafo.

Presidió D. Julián Valdavidia, presidente de DIFAC, y actuó como secretaria Dña. Mercedes Vieites.

Una vez hecho el recuento, el jurado acuerda conceder los premios de la forma siguiente:

Con el título "*Escribe lo que te hace feliz con las letras que te da la vida*", de Álvaro Abellán Barrera.



Con el título "¿Ecológico y no accesible?!", de Alba Yuste Peique, del colegio San Fernando (Avilés).



Con el título "Abuela, ¿por dónde salimos?", de Helena Prats Álvarez, del colegio San Fernando (Avilés).



Con el título "Disminuyendo tu silencio" de Diego Álvarez Merideño, del colegio San Fernando (Avilés).



Con el título "Las barreras de los sentidos", Gabriel Pardo González, del colegio rural agrupado Castrillón-Illas, aulas de Callezuela.



Con el título "Lo difícil es andar en una ciudad discapacitada" Iyan Dosal Arango, del colegio Manuel Álvarez Iglesias (Castrillón).



Con el título *“Una forma de ayudar es no molestar”* de Tania Ferreiro Navarro, del colegio San Fernando (Avilés).



**24 de noviembre:** Inauguración virtual de la exposición de fotografía. Debido a la actual situación sanitaria no pudimos inaugurar presencialmente nuestra exposición de fotografía con las fotos participantes en la 7.ª edición de nuestro concurso ENFOCA LA disCAPACIDAD. Por ello hemos realizado un vídeo para inaugurar "virtualmente" dicha exposición. Adjuntamos enlace [https://youtu.be/cvOJavVOd\\_U](https://youtu.be/cvOJavVOd_U)

Con esta exposición pretendíamos que se sintiesen importantes y animasen a todo su entorno a visitarla. El público se asombró del bombardeo de imágenes con una visión tan amplia y enriquecedora, que sólo ellos nos pudieron transmitir. Es un mensaje que queremos que llegue a toda la sociedad.



**25 de noviembre:** Presidente y tesorera entregaron los premios a las concejalas y miembros del jurado (Dña. Carmen Piedralba, concejala de Derechos y Servicios Sociales, Salud y Mayores y Participación Ciudadana del Ayuntamiento de Castrillón; Dña. Chelo Areces, concejala de Bienestar Social del Ayuntamiento de Illas; y Dña. Nuria Delmiro, concejala del Área de Promoción Social del Excmo. Ayuntamiento de Avilés), quienes se los harán llegar personalmente a los escolares premiados en sus colegios respectivos.



Con las fotografías premiadas se elaboró un calendario de mesa, colaborando en su financiación los cuatro ayuntamientos.

En el mencionado concurso colaboran los Ayuntamientos de Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias e Illas, Asturiana de Zinc, Fertiberia y Canal Foto.

**27 de noviembre:** Se entregó su premio a Gabriel Pardo González de sexto del colegio rural agrupado Castrillón-Illas, aulas de Callezuela.

El premio fue entregado en su colegio participando la concejala de Bienestar social del ayuntamiento de Illas, la profesora de Gabriel y el presidente de la asociación.



**1 de diciembre:** La coordinadora del concurso entregó el premio a Iyan Dosal Arango, del colegio público Manuel Álvarez Iglesias (Castrillón).

En el acto estuvo presente la concejala de Derechos y Servicios Sociales, Salud y Mayores y Participación Ciudadana del Ayuntamiento de Castrillón, así como la dirección del centro.

Presidente y coordinadora entregaron los premios a los escolares del colegio San Fernando (Avilés).



En el acto estuvo presente la concejala de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de Avilés (Dña. Nuria Delmiro), el presidente y la coordinadora del concurso, así como la dirección del centro.

### TALLER DE SALUD Y REHABILITACIÓN PSICOLÓGICA Y FÍSICA

La actual y excepcional situación sanitaria que estamos viviendo nos ha llevado a un confinamiento en nuestros hogares, a un aislamiento social que nos impidió parte del año relacionarnos con nuestro entorno. Esta situación es grave y afecta emocionalmente a cualquier persona, pero sin duda castiga cruelmente a nuestro colectivo. Un colectivo formado por enfermos crónicos que diariamente necesita de ayuda a domicilio, rehabilitación física y psicológica y un espacio en el que puedan desarrollar sus habilidades sociales. Todo ello se ha visto interrumpido bruscamente por una situación que nos ha desbordado a todos.

La **situación de confinamiento** y posterior **“nueva normalidad”**, marcada por unas restricciones sanitarias con medidas de prevención y control, han originado que creamos un proyecto específico para esta situación: **Taller de apoyo asociativo “Un espacio para compartir”**, y adaptemos nuestros talleres y actividades.

Como siempre, comentamos las diferentes consecuencias que acarrea la discapacidad física, tanto a nivel personal como social, hace necesaria la existencia de un tejido asociativo que

responda a las necesidades derivadas de estas consecuencias. Es por ello por lo que DIFAC, con la realización de sus programas, talleres y actividades busca promocionar la autonomía personal de las personas con discapacidad que integran su colectivo, así como orientar, informar y asesorar a sus familias.

El **objetivo** que perseguimos es intentar facilitar el desarrollo de un óptimo nivel de autonomía personal, mediante un trabajo interdisciplinar en todas las áreas que afectan a la normalización de las condiciones de vida de las personas con discapacidad. De ahí el amplio abanico de talleres donde nuestros socios/as puedan trabajar sus capacidades a la par que utilizar los recursos que se les ofrecen para lograr así un mayor grado de independencia y autonomía. Para ello utilizamos nuestra sede social ubicada en la C/ Sabino Álvarez Gendín n.º 26 bajo, cedida en uso por el Excmo. Ayuntamiento de Avilés, que posee unas instalaciones accesibles y adaptadas, que no solo sirve a nuestros socios sino también a aquella persona o Entidad que acuda a ella buscando información y orientación.

### **Fundamentación:**

El objetivo de este taller es atender las demandas y necesidades psicológicas y físicas de las personas usuarias, así como dotar de recursos y herramientas en el proceso de adaptación físico, psicológico y relacional.

En el **aspecto psicológico**, se busca permanentemente un nivel adecuado de conciliación entre la persona y su entorno que le permita gestionar su vida con mayor autonomía y normalización, fortaleciendo sus aspectos sanos, reforzando su autoestima y promoviendo el

intercambio, las expresiones creativas y la comunicación, ya sea verbal o no.

En el **aspecto físico**, se prevé facilitar a las personas con discapacidad y patología crónica un programa de mantenimiento y recuperación de funciones, fisioterapia y acupuntura, destinado a mejorar su calidad de vida, favoreciendo su autonomía y funcionalidad para el logro de un mayor nivel de autonomía personal, garantizando el disfrute de sus derechos igualándolos al resto de los ciudadanos.

El perfil de cada persona está constituido por puntos fuertes y débiles relacionados con el entorno en el que cada persona se desenvuelve, la capacidad de control emocional, el equilibrio psicológico, la autoestima, las habilidades sociales, el apoyo social percibido, los patrones de personalidad, los estilos de afrontamiento, la mayor o menor vulnerabilidad ante agentes generadores de ansiedad, estrés, etc.

### **Desarrollo del taller**

#### **Recursos humanos:**

El trabajo del área de la atención de la oficina es realizado por la junta directiva y la auxiliar administrativa, el equipo multiprofesional de la entidad y personal voluntario.

- **Junta directiva:** encargada de la dirección y programación del taller.

- **Auxiliar administrativa:** coordina las diferentes actividades, planifica las tareas de oficina, contacta con diferentes profesionales y organismos para la resolución de consultas, y prepara las solicitudes de ayudas, subvenciones y exenciones administrativas, la realización de los talleres, las vacaciones, etc.

- **Psicóloga:** encargada de la ejecución del taller.

- **Voluntariado:** dedicado al apoyo físico y a actividades varias.

- **Monitores de ocio y tiempo libre:** encargados de la ejecución de los talleres, risoterapia, expresión corporal, etc.

### Recursos materiales:

- Equipamiento informático, teléfono, internet, etc.

- Material fungible: papelería, sellos, tinta de impresora...

- Material divulgativo: dípticos, trípticos, folletos, material bibliográfico...

- Ayudas técnicas: sillas de ruedas, cojines, colchón antiescaras y rampa metálica portátil.

### Entre otras actividades, destacamos las siguientes:

**28 de enero:** Socios de DIFAC asistieron a la charla “¿Cómo se afronta el momento final? Cuidados paliativos, donde la persona importa”, impartida por Dña. Rocío García, coordinadora del equipo de atención psicosocial de la Sociedad de Geriatria y Gerontología de Asturias, en la sala polivalente del Centro Municipal de Asociaciones Álvarez Gendín anexa a DIFAC.

La actividad fue abierta al público y se contó con la asistencia de familiares.



La charla realizada en el marco del **Programa para la Atención Integral a Personas con Enfermedades Avanzadas de “la Caixa”** abordó temas relacionados con los cuidados paliativos (a quién, cuándo, cómo), la importancia de la atención a la familia en el proceso, las medidas terapéuticas en últimos días, la necesidad del acompañamiento a pacientes y familias a través del voluntariado y el seguimiento de la elaboración del duelo.



**26 de marzo:** Participamos en la *Feria virtual de la salud, en Castrillón*. Para dicha feria habíamos hecho unas libretas divulgativas con la imagen de la “verdina”. Al no realizarse físicamente la feria, debido a la pandemia, hicimos entrega de las mismas al Ayuntamiento

de Castrillón, quien las repartiría entre la población en el punto informativo que se montará en el mercado semanal en Piedras Blancas.



**1 de abril:** Cruz Roja Avilés nos informó de que seguían trabajando, gestionando junto con Protección Civil, dos recursos de confinamiento para personas sin hogar, uno en Gijón y otro en Oviedo. Colaboraban también con la Consejería de Servicios Sociales, el teléfono 900100285 dirigido a personas mayores, crónicas y sin red de apoyo, donde se les ofrecía un Kit de alimentos, 1 kit de higiene o la recogida de productos farmacéuticos, como respuestas de urgencia a las necesidades básicas creadas por el coronavirus.

Entramos en su página web donde tuvimos acceso a una pantalla que ponía 25 recursos sobre la COVID-19. Si clicabas allí, tendrías opción a informaciones muy interesantes: píldora formativa sobre la COVID-19, curso de primeros auxilios básicos, juegos para niños y jóvenes...

**3 de junio:** Nos sumamos a la campaña de sensibilización del "Día Nacional de donantes de órganos". La actividad se realizó en redes sociales.



**26 de junio:** Seguimos en directo la "I Jornada AsturiasInnova+ 'El mundo tras la COVID-19'", organizada por "El Comercio-La Voz de Avilés", bajo la moderación de D. José María Urbano, director de AsturiasInnova+ y Dña. Cristina Tuero, coordinadora de AsturiasInnova+, además de D. Mario Fernández Fraga y D. Adolfo Fernández, investigadores del CINN-CSIC.

**13 de julio:** Desde la Concejalía de Derechos y Servicios Sociales, Salud y Mayores, a través de EPS/PMD del Ayuntamiento de Castrillón, nos invitaron a resolver nuestras dudas sobre las medidas de seguridad y otras cuestiones relacionadas con la COVID-19, visitando el punto informativo que se montará en el mercado semanal del 15 de julio en Piedras Blancas. En el stand se contará con la participación de Dña. Carmen Piedralba Pérez y D. Laureano López Rivas, concejales del Consistorio con amplia experiencia socio-sanitaria.

Igualmente, con el ánimo de llegar al mayor número de población, sobre todo a los más vulnerables frente

a la COVID-19, nos pidieron colaboración en la difusión de la información, a través de redes sociales, whatsapp, boca a boca..., para que nuestros mayores o personas con patologías puedan acercarse de forma segura al stand para informarse y resolver dudas.

**13 de octubre:** La Dirección General de Salud Pública lanzó la campaña *“Construye tu burbuja social. Genera espacios saludables en tiempos de la COVID-19. Todas cuidamos de todas”*.

Esta campaña surgió porque se venía observando que había brotes vinculados a la COVID-19 relacionados con encuentros con personas cercanas con los que se disminuía las medidas de protección: distancia de seguridad, mascarilla, lavado de manos frecuente...

Nos explicaron lo que era una “burbuja social”, tomando como cifra de referencia el número 6, pensando en formarlo partiendo de aquellas personas importantes para nuestro bienestar emocional con las que se mantienen relaciones cercanas de cercanía física, por ejemplo personas con las que vives. Cada miembro pertenecería solo a una burbuja y se comprometería a respetar las medidas de prevención cuando disfrutase de personas cercanas que no sean parte de su burbuja, haciéndolo siempre en condiciones de seguridad (estando al aire libre siempre que puedan, con la distancia de seguridad de dos metros, usando la mascarilla bien ajustada, con un lavado de manos frecuente, evitando aglomeraciones y espacios mal ventilados, con reuniones cortas, retirando la mascarilla solo en el momento de comer o beber algo...).

Como nuestro colectivo está formado por enfermos crónicos siendo por tanto personas altamente

vulnerables, se explicó a los socios tanto lo que era una “burbuja social” como se formaba teniendo en cuenta además el tomar todas las medidas de protección necesarias.

**16 de octubre:** Participamos en un *“taller de risoterapia”* organizado por la entidad Abierto Asturias, en el polideportivo de la Magdalena, Avilés.

La risoterapia es un tratamiento alternativo **basado en el poder de la risa**, una acción que conlleva numerosos efectos beneficiosos para la salud: estimula el sistema nervioso, y este, como respuesta, libera **endorfinas**, que actúan sobre el sistema inmune y el endocrino, mejorando nuestra calidad de vida y acelerando la recuperación de procesos patológicos.



**9 de noviembre:** Debido a las continuas peticiones y reclamaciones por parte de nuestros socios y también por otras personas que acudían a la Asociación, presentamos una queja ante el consejero de Sanidad, de la cual aún no hemos tenido respuesta, y la cual reflejamos en las líneas siguientes:

### **A/A CONSEJERO DE SANIDAD DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS**

**DIFAC** (Asociación de Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca) con CIF nºG-33478470, domicilio en la calle Sabino Álvarez

Gendín, 26, bajo, Avilés e inscrita en el Registro de Asociaciones con el N°4462, Sección 1ª, en nombre y representación propia y del colectivo cuyos intereses defendemos, le comunica la siguiente

**QUEJA**  
**ÚNICA.- SOBRE EL**  
**FUNCIONAMIENTO DEL CENTRO BASE DE**  
**VALORACIÓN DE PERSONAS CON**  
**DISCAPACIDAD DE AVILÉS.-**

El mal funcionamiento del Centro Base de Avilés desde hace ya bastante tiempo, mucho antes de la pandemia de la COVID-19, es algo que por conocido y por constante, no es ni de recibo ni disculpable. Las demoras en más de 6 meses para atender a quienes solicitaban una valoración de su discapacidad eran la norma habitual, a pesar de las reclamaciones continuas efectuadas. La falta de medios no es una excusa para una Administración que ha de gestionar las solicitudes de discapacidad con agilidad porque afectan a los derechos y al día a día de muchas personas que dependen del reconocimiento de su discapacidad para alcanzar situaciones que para la mayoría de las personas son cotidianas y habituales.

Pues bien, con motivo de la pandemia, lo que era inaceptable se ha convertido en intolerable: se están tramitando las solicitudes de marzo de 2018, atendiendo sólo a seis persona por día y priorizando a enfermos terminales, niños y personas que demanden un empleo... Sencillamente, esto **NO PUEDE SER.**

Ese mal funcionamiento también ha ocurrido con las tarjetas acreditativas de discapacidad que, en más ocasiones de las deseables, vienen incompletas o incorrectas (por ejemplo, no indicando los problemas de movilidad del usuario que es

necesario para adquirir un vehículo con ventajas fiscales).

Tiene, Sr. Consejero, que dotar de más medios al Centro Base de Valoración de Personas con Discapacidad de Avilés porque las demoras afectan duramente a personas, que ya tienen limitaciones, para solicitar ayudas económicas, rehabilitación, etc., a las que no pueden acceder sin el certificado de discapacidad. Y exigir el cuidado máximo en la redacción de la tarjetas acreditativas de discapacidad, para que recojan toda la información necesaria para el usuario.

Avilés, 9 de noviembre de 2020

**27 de noviembre:** Participamos on line en un “*taller de expresión corporal*” organizado por la entidad Abierto Asturias.

Debido a la situación sanitaria optamos por hacerlo “on line”. La experiencia tuvo buena acogida por parte de los participantes que vieron a través de ella el modo de pasar un rato entretenido desde casa haciendo algo de ejercicio físico y compartiendo risas con sus compañeros.

### **TALLER DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA**

La atención psicológica en la Asociación de Discapacitados Físicos de Avilés y comarca (DIFAC) tiene como principal objetivo atender las demandas y necesidades de las personas usuarias, así como dotar de recursos y herramientas en el proceso de adaptación físico, psicológico y relacional.

Este taller va dirigido a mejorar la calidad de vida de estas personas, consolidando una red significativa proveedora de comprensión, amistad y

afecto, y promoviendo la adquisición de habilidades adaptativas que faciliten y favorezcan su relación con el medio y el despliegue de sus potencialidades.

Este año teníamos previsto realizar dos talleres pero debido a la situación sanitaria sólo pudimos ejecutar uno de ellos que si bien lo iniciamos físicamente tuvimos que finalizarlo de forma “on line”. Se trata de **“Ser más autosuficientes para ganar autonomía”**

Este taller está impartido por la psicóloga Dña. Laura Feito.

Para ello, se trabajan diversos aspectos: el impacto emocional de la diversidad funcional, la culpabilidad, las habilidades relacionales, la autoestima, los esquemas cognitivos distorsionados, la utilización de capacidades de las que aún dispone la persona... En definitiva, se trata de incrementar la flexibilidad y la capacidad de adaptación de estas personas promoviendo su estabilidad y su autonomía, así como el logro de mayores niveles de bienestar.

Todo ello enmarcado en la potenciación de las siguientes áreas:

- **Información**, acerca de los ajustes propios de la diversidad funcional.
- **Autonomía**, al promover un espacio propio personal, físico y emocional.
- **Relaciones sociales**, favoreciendo el establecimiento de una red de apoyo social eficaz.
- **Autoestima**, para recuperar el sentimiento de valía y competencia.
- **Manejo emocional**, que permita una adecuada modulación de sus sentimientos.

Todo ello dirigido, en definitiva, a mejorar la calidad de vida de estas personas y sus familias, mejorando el

estado de ánimo, favoreciendo la asimilación y la adaptación, reduciendo la ansiedad y potenciando una adecuada integración e inclusión social.

**Contenidos abordados en el aula:**

- Análisis de las consecuencias de la diversidad funcional.
- Estrategias útiles ante los sentimientos de culpa, frustración o vergüenza.
- Construcción de expectativas realistas y eficaces.
- Fortalecimiento de la percepción de sí mismos/as.
- Afrontamiento de los miedos.
- Autorrefuerzo de sus capacidades.

**Actividades lúdicas realizadas:**

Contribuyen a generar en el grupo un buen ambiente y un sentimiento de pertenencia tan importante para la propia identidad personal, la seguridad en sí mismos/as y la autoestima.

Estas actividades han estado abiertas a la participación de sus familiares y otras personas interesadas y han sido actividades de todo tipo: visitas a diferentes centros e instituciones públicas y privadas, participación en eventos sociales del entorno, práctica de diferentes actividades deportivas, teatrales, exposiciones culturales, etc.

**Grado de consecución de los objetivos generales:**

Todos ellos se han trabajado a través de los diferentes contenidos abordados en las sesiones. También se les explica la importancia de continuar practicando los aprendizajes adquiridos, para una mayor y más eficaz consolidación de lo aprendido.

### **Personas beneficiarias:**

Las personas asociadas y sus familias. Puntualmente se realizan actividades abiertas a toda la ciudadanía

### **Participantes: número, asistencia, participación, implicación e interés.**

El número de personas que ha participado en el grupo ha sido considerable.

La asistencia ha sido estable durante todo el trimestre, oscilando entre los 19 y los 21 participantes.

Destacar una importante implicación e interés en cuanto a los contenidos abordados y las actividades realizadas.

### **Metodología empleada (trabajo individual, grupos, trabajos prácticos, etc.).**

Se trabajó en todo momento haciendo uso de una metodología activa, fomentando un clima de participación, análisis y debate constructivos, tanto de forma individual como en pequeños subgrupos y en gran grupo.

Así mismo se utilizaron dinámicas de diferente índole que permitieron un mayor grado de conocimiento y confianza entre los participantes.

La situación de pandemia actual hizo que se finalizara el taller de forma on line en la que no pudieron participar todos los integrantes debido en parte al desconocimiento de las nuevas tecnologías. Este desconocimiento se fue subsanando a lo largo del año debido al apoyo técnico informático del taller "Un espacio para compartir".

### **Alcance temporal:**

Las sesiones del grupo se basan en actuaciones y presupuestos

encuadrados en un año natural, con una frecuencia semanal.

Su continuidad es de vital importancia para el colectivo que DIFAC representa, y esta continuidad está sujeta a los recursos económicos que se obtengan para tal fin.

### **Entre otras actividades, destacamos las siguientes:**

#### **"Ser más autosuficientes para ganar autonomía"**

Una de las cosas que más anhelamos desde que somos niños es ganar autonomía y ser más independientes. Según vamos creciendo y madurando, vamos adquiriendo competencias y habilidades que nos conducen a esta meta. Cada persona afronta situaciones nuevas en las que va desarrollando diferentes habilidades con las que aprende a desenvolverse y esto, a su vez, nos lleva a ser más autónomos.

En el caso de las personas con discapacidad, en ocasiones supone afrontar alguna dificultad añadida, pero esto no significa que no cuenten con herramientas y estrategias para llevar a cabo este proceso.

#### **Objetivo:**

Conocer, aplicar y desarrollar todas esas competencias que nos harán ser más autosuficientes y por lo tanto, más autónomos.

**14 de enero:** Inicio del taller de Atención Psicológica, con el tema "*Ser más autosuficientes para ganar autonomía*", impartido por la psicóloga de la asociación Dña. Laura Feito, en la sala polivalente del Centro Municipal de Asociaciones Álvarez Gendín.

El taller, de una hora y media de duración cada martes, se realizó de enero a marzo, exceptuando festivos.

En tiempo de confinamiento se trabajó en parte on line y en parte telefónicamente.

### **Evaluación de la psicóloga:**

Comenzamos este taller con el objetivo de adquirir nuevas competencias para lograr ser más autosuficientes, algo clave para desarrollar nuestro día a día de una manera lo más funcional posible.

En las primeras sesiones de este taller, todos los integrantes expusieron la gran importancia de contar con estrategias y herramientas que nos permitan ser resolutivos ante cualquier circunstancia que suponga enfrentarnos a algún problema o situación imprevista. De este modo, evitaremos tener que depender de otras personas para solventar o superar estas situaciones.

Con el transcurso de los días, todos nos fuimos dando cuenta de dos aspectos importantes. El primero, y quizá más importante, es que todas las personas han desarrollado muchas estrategias para adaptarse a su nueva situación. Algunas de ellas, por necesidad al ir encontrándose con episodios que anteriormente no suponían un problema, y otras para reinventarse y tener una vida igual o más plena que antes de tener una discapacidad.

El segundo aspecto, tras muchas conversaciones y exposiciones de los hábitos de cada uno de los integrantes, nos llevó a la conclusión de qué hay ámbitos en los que no somos más autosuficientes, no porque no tengamos la capacidad o posibilidad de desarrollar nuevas habilidades o estrategias, sino porque estamos acomodados sabiendo que tenemos personas u otro tipo de soporte que nos

facilitan o nos resuelven esas situaciones que a priori pueden suponer un problema para nosotros.

Para lograr ser más autosuficientes de lo que ya somos y por lo tanto ganar y desarrollar nuevas habilidades y estrategias es necesario salir de nuestra zona de confort. En este punto, qué aún no hemos desarrollado, nos hemos quedado en el taller, que esperamos poder reanudar cuando volvamos a las clases presenciales.

### **Evaluación de los participantes:**

Se destaca el elevado grado de implicación, interés y participación de todas las personas beneficiarias, tanto en las tareas a realizar como en los aspectos organizativos, mostrando verbalmente su satisfacción por los aspectos prácticos de los contenidos abordados, cuyo aprendizaje ha dado como resultado unos niveles más elevados de bienestar y de adaptación vital.

### **TALLER DE REHABILITACIÓN PSICOLÓGICA INDIVIDUAL**

Las sesiones del grupo se realizan de forma semanal a lo largo de todo el año, excepto en los meses de verano y en la etapa de confinamiento. Sí es verdad que la psicóloga actuó telefónicamente de forma directa con los usuarios que lo demandaron, ya que la crisis sanitaria hizo que subiera la demanda de consultas telefónicas.

El tratamiento psicológico de la discapacidad, se justifica porque el impacto que tiene sobre la persona y su entorno social, puede contribuir a su agravamiento e incapacitar aún más a quien lo padece.

Dado el factor de cronicidad, estas personas deben realizar ajustes continuos en sus hábitos y en su estilo de vida, lo cual implica cambios, no sólo a nivel físico, sino también psicológicos y sociales para hacer frente a la nueva situación. Esta adaptación depende de una multiplicidad de factores y de la interrelación entre los aspectos sociodemográficos, género, nivel educativo y social, y aspectos psicológicos, como el apoyo social percibido, los autoesquemas, los patrones de personalidad, las habilidades sociales, y, por supuesto, los estilos de afrontamiento.

El Servicio de Rehabilitación Psicológica Individual (RASI) va encaminado a la identificación de los factores psicosociales, que se sabe son determinantes en la adaptación a problemas de salud crónicos de las personas con discapacidad y sus familias: personalidad, recursos cognitivos, estado emocional, respuestas del ambiente social, familiar y laboral, niveles de actividad de la persona, así como las estrategias de afrontamiento que se utilizan para hacer frente a la situación.

**Número de personas participantes:** 36

**Duración:** Una hora y media todos los martes de mes de enero a marzo, exceptuando festivos. En tiempo de confinamiento se trabajó en parte on line y en parte telefónicamente.

### **TUTORIA INDIVIDUALIZADA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD**

#### **Presentación**

El tratamiento psicológico de la discapacidad, se justifica porque el

impacto que tiene sobre la persona y su entorno social, puede contribuir a su agravamiento e incapacitar aún más a quien lo padece.

Dado el factor de cronicidad, estas personas deben realizar ajustes continuos en sus hábitos y en su estilo de vida, lo cual implica cambios, no sólo a nivel físico, sino también psicológicos y sociales para hacer frente a la nueva situación.

El proyecto piloto de **“Tutoría individualizada para personas con discapacidad”** surgió hace dos años por la necesidad puntual de “cubrir” esos cambios antes mencionados. Con él identificamos esos factores psicosociales, que se sabe son determinantes en la adaptación a problemas de salud crónicos de las personas con discapacidad y sus familias e intentar solucionarlos. Esto contribuyó eficazmente a mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por enfermedades crónicas y de sus familiares, así como su autonomía personal y su máxima integración en el entorno social.

#### **Fundamentación**

Desgraciadamente el número de personas con discapacidad aumenta cada año debido a enfermedades, accidentes, y también como no debido al envejecimiento de las personas. Es por tanto que siempre hay un número de personas que “aterrizan” en el mundo de la discapacidad desconocedores absolutos de esta situación y de lo que ello implica. Esto afecta también a la familia y amigos ya que se hace más dependiente y es algo que no todo el mundo asume.

Con este servicio se trata de potenciar las capacidades y recursos para el desarrollo integral de las personas con discapacidad,

favoreciendo sus habilidades para diseñar un proyecto de vida propio.

### **Beneficiarios:**

Socios y personas con discapacidad que acuden a la asociación demandando este servicio.

### **Objetivos:**

- Trabajar las capacidades físicas y psicomotrices de los beneficiarios a esta tutoría, buscando así un mayor grado de independencia y autonomía en su desenvolvimiento personal.

- Conseguir un mayor grado de integración familiar y social.

- Fomentar su participación en actividades culturales, deportivas, de ocio y tiempo libre.

### **Esperamos obtener:**

- Mejora en el estado emocional.

- Aumento de la autoestima.

- Aumento de los niveles de actividad de la persona

- Mejora en las estrategias de afrontamiento que se utilizan para hacer frente a la situación.

- Respuestas positivas del ambiente social, familiar y laboral

- Mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad.

### **Metodología empleada (trabajo individual, grupal, trabajos teóricos, prácticos, etc.):**

La psicóloga, una persona de la junta directiva y un voluntario trabajarán paralelamente para tratar al beneficiario de forma individualizada e intentar integrarlo en las actividades de la Asociación y de su propio entorno.

La psicóloga actuará de forma individual con cada usuario, potenciando su autoestima y apoyándolo en todo lo que precise, que cambiará dependiendo de las necesidades de cada persona

(relaciones familiares, laborales, agorafobia, etc.).

La junta directiva realizará la tutoría según la necesidad de cada persona basándose en su propia experiencia en cuanto a la discapacidad y su desenvolvimiento (transferencia a coche, cama, baño, etc. habilidades necesarias en el hogar, cocina, aseo, etc., acompañamiento a talleres de la Asociación a demanda de la persona, eventos sociales del entorno y actividades varias).

El voluntario será una persona sin discapacidad física, y cubrirá las necesidades del usuario y de la persona de la junta directiva (apoyo físico en movilidad, acompañamiento, ir de compras, etc.)

### **Calendario de trabajo:**

Las actuaciones se realizaron de forma puntual a lo largo del año.

### **Localización concreta:**

Sede social de la Asociación, C/ Sabino Álvarez Gendín 26-bajo, cedida en uso por el Excmo. Ayuntamiento de Avilés; domicilio del socio, cafeterías, teatros, centros de salud, deportivos, etc. según la necesidad del momento.

### **Valoración cualitativa de las necesidades cubiertas por la actividad sobre la población destinataria:**

Las personas beneficiadas manifestaron que la ayuda recibida alivió en gran parte sus problemas personales, demandando a la asociación la continuidad del programa.

### **Valoración cualitativa de necesidades detectadas no cubiertas sobre la población destinataria y objetivos 2021:**

Debido a la escasez de recursos, sólo pudieron beneficiarse 5 usuarios, que seleccionamos priorizando sus necesidades específicas.

En el año 2021 trataremos de conseguir más recursos.

### **PROYECTO DE REHABILITACIÓN FÍSICA EN LAS ENFERMEDADES CRÓNICAS.**

Proyecto que contribuye eficazmente a mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por enfermedades crónicas y de sus familiares, así como su autonomía personal y su máxima integración en el entorno social.

#### **Fundamentación:**

Las enfermedades crónicas han adquirido gran importancia en atención primaria debido al incremento de su prevalencia y las dificultades observadas en su control. La prevalencia de los individuos con enfermedades crónicas está aumentando por el incremento de la edad de la población y la supervivencia de los enfermos.

La dificultad para el control de las enfermedades crónicas tiene 3 problemas:

1. Los pacientes pueden estar largos períodos sin que nadie se preocupe por sus condiciones.

2. El sistema sanitario está preparado para la atención reactiva de problemas agudos, reagudizaciones y complicaciones, no para la atención proactiva de los enfermos crónicos.

3. El control de las enfermedades crónicas requiere grandes cambios en el comportamiento de los pacientes, los sanitarios y la organización del sistema.

El cuidado de estas enfermedades requiere una solución multidimensional para un problema complejo, lo cual no es rápido ni fácil. De ahí la necesidad de un tratamiento de rehabilitación, fisioterapia y acupuntura, dirigido a personas con discapacidad con patologías crónicas.

La demanda de servicios de rehabilitación por parte de nuestros socios es continua debido a que no pueden optar a ellos por la Seguridad Social y privadamente es un coste que no pueden asumir. Es por tanto un objetivo de este proyecto ampliar las prestaciones y los recursos de los servicios de rehabilitación, para que puedan beneficiar a un mayor nº de procesos patológicos.

#### **Objetivo:**

Facilitar a las personas con discapacidad y patología crónica un programa de mantenimiento y recuperación de funciones, fisioterapia y acupuntura, destinado a mejorar su calidad de vida, favoreciendo su autonomía y funcionalidad para el logro de un mayor nivel de autonomía personal, garantizando el disfrute de sus derechos igualándolos al resto de los ciudadanos.

#### **Beneficiarios:**

Personas asociadas con discapacidad que demandaron necesidades específicas al respecto.

#### **Actuaciones:**

Se centraron en las necesidades específicas del paciente. Se elabora un plan individualizado de cuidados basado en la evidencia científica, realizándose un seguimiento de su evolución.

El tratamiento rehabilitador estará adaptado a las necesidades y capacidades de cada paciente,

teniendo como objetivo tratar su discapacidad para conseguir la máxima capacidad funcional posible en cada caso, facilitando la autonomía personal y la integración en el entorno. Es un proceso limitado en el tiempo.

El ámbito adecuado de atención estará basado en la situación de estabilidad o inestabilidad clínica, el grado de discapacidad, las necesidades de cuidados y el apoyo familiar del que disponga el paciente.

### **Valoración cualitativa de las necesidades cubiertas por la actividad sobre la población destinataria:**

Las personas beneficiadas están muy satisfechas tanto del programa MEJORA como de las otras actividades que les planteamos en este servicio.

### **Valoración cualitativa de necesidades detectadas no cubiertas sobre la población destinataria y objetivos 2021:**

El servicio de logopeda y fisioterapia fue cubierto por el programa MEJORA de COCEMFE-ASTURIAS al no poder cubrir nosotros este servicio.

En el año 2021 trataremos de conseguir más recursos.

### **TALLER DE APOYO ASOCIATIVO, UN ESPACIO PARA COMPARTIR**

#### **Descripción**

Este proyecto surgió por la necesidad puntual de “cubrir” la demanda asociativa en esta situación excepcional de aislamiento originada por la COVID-19. DIFAC ha creado un taller en el que los socios pueden participar vía on line “conviviendo”, trabajando aspectos psicológicos,

físicos y relacionales y haciendo así estos días de encierro más amenos y entretenidos, dotándoles de recursos y herramientas en el proceso de adaptación físico, psicológico y relacional.

En el **aspecto psicológico**, se trabajaron los factores estresantes que producía el confinamiento y el encierro (miedo a la infección; la frustración y el aburrimiento, sobreinformación, ..).

En el **aspecto físico**, se trabajó la nutrición, la creación de hábitos saludables y el ejercicio.

En el **aspecto relacional**, se trabajaron las habilidades sociales (cómo ser una persona asertiva, cómo conocerse a sí mismo para así conocer a los demás) y las habilidades para hacer frente al estrés (cómo enfrentarse a una situación, qué medios hay que poner para solucionarla,..).

Todos ellos fueron dirigidos a mejorar la calidad de vida, consolidando una red significativa proveedora de comprensión, amistad y afecto, y promoviendo la adquisición de habilidades adaptativas que faciliten y favorezcan nuestra relación con el medio y el despliegue de nuestras potencialidades.

La junta directiva fue la encargada de dirigir, diseñar, programar y conjuntamente con la psicóloga ejecutar el proyecto.

#### **Objetivos:**

- Atender las demandas y necesidades psicológicas y físicas de las personas usuarias, dotándoles de recursos y herramientas en el proceso de adaptación físico, psicológico y relacional.

- Mitigar la ansiedad producida por el estrés que les causa el confinamiento.

- Aprender a conocerse a sí mismos y a superar situaciones complicadas.

- Hacer que no se sientan tan solos en una situación tan excepcional como esta.

- Trabajar las capacidades físicas y psicomotrices de los beneficiarios, buscando así que el deterioro producido por la suspensión de la rehabilitación no sea tan acusado.

- Conseguir paliar el aburrimiento producido por el aislamiento social.

- Fomentar vía online su participación en actividades culturales y de ocio.

### **Actuaciones:**

- Apoyo asistencial: La Asociación hará de intermediaria entre los Servicios Sociales, Cruz Roja y la Policía Nacional de las necesidades de los socios, contactando telefónicamente con los más "vulnerables", y canalizándolas a los organismos pertinentes.

- Atención directa y especializada de abogado.

- Cobertura técnica informática, con asistencia a domicilio a socios con movilidad reducida. Telefónicamente resolvió dudas de telefonía móvil o informática, así como la posibilidad de acceso remoto al ordenador para resolver problemas de configuración, instalación o pequeñas reparaciones.

- Atención psicológica, a nivel individual y grupal. Elaboración de un diario y seguimiento del mismo por parte de la psicóloga.

- Habilidades y relaciones sociales: Creación de un grupo de WhatsApp coordinado por la auxiliar administrativa con el apoyo de la psicóloga, donde se realizarán las actividades y propuestas, abriendo una ventana al diálogo y a las relaciones personales.

- Actividades relacionadas con la salud (nutrición, ejercicio físico y relajación) con asesoramiento personalizado.

- Actividades relacionadas con la cultura y ocio, concursos de fotografía, manualidades, cocina, juegos de lógica matemática, vídeos de sensibilización...

### **Beneficiarios:**

Personas asociadas que, por esta situación de aislamiento, y debido a su estado psicológico o físico, requieren de una mayor atención. Si bien en un principio se apuntaron más personas éstas fueron dándose de baja por diferentes motivos, quedando el grupo final en 32 personas (22 mujeres y 10 hombres).

Este taller está colgado en la página web de la asociación para que cualquier persona que acceda a ella pueda informarse y realizar gran parte de las actividades. Asimismo parte de las actividades realizadas se divulgaron por redes sociales, siendo difícil computar el alcance de las personas alcanzadas. El facebook de la asociación llega a 527 personas.

### **Calendario de trabajo**

Las actuaciones se realizaron de forma diaria mientras duró el periodo de confinamiento. Tras finalizar el mismo, la psicóloga hizo un seguimiento de la evolución de los casos que lo requirieron.

El grupo sigue activo en la realidad usándose como medio relacional.

**Entre otras actividades, destacamos las siguientes:**

### **Atención psicológica:**

Nuestra psicóloga Laura Feito nos propuso organizar un **diario individual**, para posteriormente

compartirlo y trabajarlo con el grupo para que mientras durase el confinamiento reflexionásemos sobre todas las cuestiones que se nos plantean.



Si te interesa verlo

<http://www.difac.es/fotos/file/MI%20DIARIO%201.pdf>

Se trató de una oportunidad de conocernos mejor, plantearnos cosas que en circunstancias normales no lo haríamos y ver qué cosas valorábamos y eran importantes para nosotros y que no valorábamos. Estos días marcarían un antes y un después a nivel positivo, si somos capaces de reconducir conductas y hábitos.

No todos participamos, pero la experiencia colectiva fue muy fructífera y el compartirlo nos ayudó a conocernos.

### En el aspecto relacional:

-Nos hicimos fotos y nos presentamos para así conocernos.



-Hicimos acertijos para ejercitar la mente y prevenir el Alzheimer.

- Creamos un pasapalabra sobre la discapacidad que compartimos con los integrantes de los Consejos de Infancia y Adolescencia de Avilés y Castrillón; ellos a su vez nos enviaron uno para resolver. Fue divertido realizar una actividad intergeneracional.



<http://www.difac.es/fotos/file/Sabes%20las%20definiciones.pdf>

<http://www.difac.es/fotos/file/Sabes%20las%20definiciones%20respuestas.pdf>

-Realizamos diferentes problemas de lógica y juegos de memoria.

-Nos entretuvimos con un juego de COCEMFE- ASTURIAS “¿Cuánto sabes de accesibilidad?”.

-Pudimos disfrutar de espectáculos on line, humor, revistas. Vimos películas y las comentamos.

-Escuchamos música que nos levantó el ánimo, compartimos canciones y escuchamos a nuestro coro.

-D. Alberto Vior, delegado de Participación Ciudadana de Avilés y policía nacional, nos indicó unas pautas para hacer frente a la expansión de la COVID-19

### ¡Policía Nacional con nuestros mayores!



Para hacer frente a la expansión de la COVID-19 el Gobierno de España ha decretado el Estado de Alarma. Durante este período, **RECUERDE:**

-NO ABRA la puerta ni deje entrar en su domicilio a:

✓ Personas que manifiesten pertenecer a empresas de suministros del hogar, si usted NO los ha solicitado.

✓ Quienes digan ser técnicos, médicos, enfermeros o servicios sanitarios, que acuden a realizarle la prueba del coronavirus o a desinfectar el domicilio.

✓ Distribuidores de mascarillas y guantes que afirmen representar a la Administración.

✓ Aquellos que manifiesten ser repartidores de alimentos de una gran superficie.

-DESCONFÍE de aquellas personas que le ofrecen remedios milagrosos.

-NO PROPORCIONE datos personales ni datos bancarios a través del teléfono a desconocidos.

SI NOS NECESITA, LLAME AL 091

### Salud

**Relajación:** Dña. Inmaculada Alonso, formadora en terapias alternativas, colaboró con la Asociación hablándonos de la relajación y cómo dedicándole unos minutos al día aportaríamos a nuestro organismo una mejor salud física, mental y emocional.

Nos hizo un audio personalizado y nos enseñó ejercicios de relación para practicarlos desde casa.

A lo largo de los días pudimos comprobar como la **relajación** contribuía a eliminar las tensiones musculares y emocionales, aportando un estado de tranquilidad y serenidad, necesarias para nuestro bienestar durante el confinamiento.



### Alimentación y hábitos saludables:

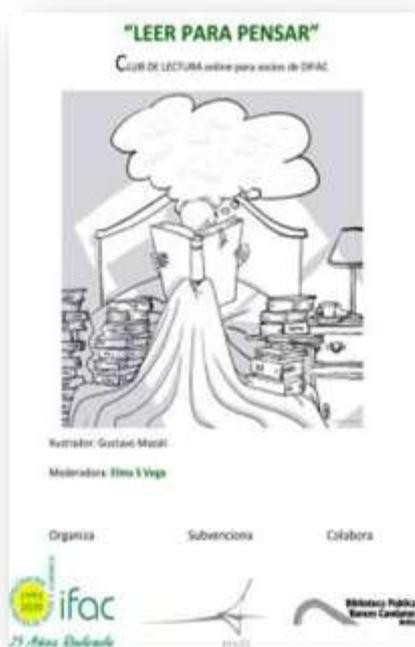
Promovimos la adquisición de hábitos saludables a través de unos conocimientos básicos sobre la

influencia de la alimentación y el ejercicio físico en la salud. Pretende concienciar y educar sobre los beneficios que aporta el consumo consciente de alimentos saludables y en su defecto de los graves problemas que se derivan del abuso de determinados alimentos y el sedentarismo.



## Cultura y ocio

-Creamos el club de lectura on line **“Leer para pensar”**. La iniciativa nació a propuesta de la Asociación en tiempo de confinamiento, pero con la intención de sumarla a sus actividades habituales.



El club estaba moderado por la escritora avilesina y socia de DIFAC, Elma S. Vega y contaba con la colaboración de la biblioteca pública municipal Bances Candamo de Avilés.

El club se gestionó a través de la red social Facebook. Solo podían participar en él los lectores que previamente fueran invitados a unirse al grupo de Facebook «Leer para pensar».

El funcionamiento era sencillo. Cada cierto tiempo la moderadora propuso la lectura de un relato. Una vez fuera leído todos, se comenzaría a comentarlo tras lanzar unas preguntas. Las normas del club permiten escribir comentarios y publicar documentos, enlaces, vídeos, etc. siempre y cuando el tema sea la lectura.

El objetivo del Club de lectura **“Leer para pensar”** es que DIFAC tenga un espacio propio y privado dedicado a la lectura. **Una lectura que nos haga pensar, razonar, intercambiar inquietudes y conocimientos. En definitiva, crecer como personas.**

-Compartimos manualidades, trucos de limpieza, cómo ordenar armarios, cajones, doblar ropa...



-Organizamos varios concursos de fotografía, el primero de bollos de

pascua o postres típicos de estas fechas, comida creativa, saludable..



-Hicimos un concurso de fotografía: “¿Qué ves desde tu ventana?”



**Actividad física**

Facilitamos a nuestros socios una serie de recomendaciones básicas de actividad física que si bien no cubrieron todas sus necesidades les permitieron mantenerse en óptimas condiciones y sobrellevar de la mejor manera posible los días de confinamiento. Se les ofreció vídeos con propuestas de actividad física para todos los niveles, ejercicios de calentamiento y estiramiento, baile adaptado para silla de ruedas, juego de la oca, y actividades del Servicio de Deportes de la Universidad de Oviedo que proponía una serie de ejercicios físicos para realizar en casa con propuestas de actividad física para todos los niveles.



**Valoración:** El pasado mes de marzo, debido al estado de alarma, nos vimos obligados a suspender todos los talleres impartidos en la Asociación, entre ellos el de asistencia psicológica que estábamos impartiendo todos los martes desde el mes de enero.

Desde la Asociación se promovió la creación de un grupo de WhatsApp con el objetivo de tener un espacio telemático en el que los socios pudiesen mantener ese contacto que habitualmente era de manera presencial.

Ante esta situación tan inusual, todos los integrantes del grupo valoraron muy positivamente la creación del mismo, ya que suponía mantener ese contacto tan importante y tan valorado por los socios. y aún más si cabe en circunstancias de este tipo.

Desde el punto de vista psicológico, tuvimos la oportunidad de ver cómo ese grupo se convertía desde el primer día en un gran punto de apoyo para todas las personas que lo forman. El hecho de que, desde primera hora de la mañana, uno a uno iba dando los buenos días, ya significa tener a otras muchas personas en una situación similar a la tuya deseando compartir sus inquietudes, emociones, estrategias... con el propósito de conseguir llevar esa situación de la mejor forma posible. Tener ese grupo de membresía es sumamente importante para sentirnos identificados y encontrar el apoyo necesario para superar situaciones adversas.

A través del diario que ideamos para que cada persona lo trabajase durante el confinamiento, tuvimos la oportunidad de ver los diferentes estados por los que iban pasando todos los integrantes del grupo. Muchos de ellos coincidían en las sensaciones de vulnerabilidad que les provocaba esta situación y la ansiedad provocada por la incertidumbre de no

saber cómo se iba a seguir viviendo esta situación y como nos iba a afectar a nosotros mismos y a nuestro entorno.

Algo vital, y que además fue el propósito inicial de la creación de este grupo, fue ver cómo tras compartir esas inseguridades, emociones y situaciones, entre todos íbamos diseñando un plan de actuación para enfrentarnos al confinamiento y a la nueva normalidad que se iba acercando. El hecho de que se expusieran abiertamente los miedos, emociones, altibajos que íbamos teniendo a lo largo de las semanas servía, además de para tener un grupo con el cual nos identificamos, una fuente de posibles alternativas, estrategias y formas de actuar para volver poco a poco a nuestro nuevo día a día.

### **Conclusiones:**

Podemos decir que este grupo ha sido nuestro gran compañero de viaje, en el cual nos hemos podido apoyar para ir superando todas las nuevas experiencias que nos ha tocado vivir durante estos últimos meses, un compañero que nos ha mostrado nuestras fortalezas, las ha reforzado y nos ha guiado para desarrollar otras nuevas.

## **OTROS TEMAS RELACIONADOS CON LA SALUD**

### **HOSPITAL UNIVERSITARIO SAN AGUSTIN DE AVILÉS (HUSA)**

**4 de marzo:** Presidente y tesorera se reunieron con el gerente del Hospital Universitario San Agustín de Avilés (HUSA) y la directora de Atención Sanitaria y Salud Pública de Avilés y Comarca (D. Ricardo de Dios y Dña. Tania Cedeño) para tratar temas de gran interés para el colectivo

de enfermos crónicos que compone la asociación.

Entre otros temas se trataron:

- Necesidad de adaptación de habitaciones para usuarios de silla de ruedas.

- Demanda de una grúa para diálisis, por necesidades específicas de socios usuarios del servicio.

- Necesidad de pintar más plazas de estacionamiento reservadas en la zona de Rehabilitación.

- Problema de estacionamiento en la zona de Consultas Externas, frecuentemente ocupado por vehículos.

- Demanda de visita a los centros de Atención Primaria para hacer un seguimiento de barreras.

Los profesionales sanitarios habían hecho un seguimiento de los centros de atención primaria y estaban al tanto de algunas de las cuestiones planteadas por la Asociación, solicitándole a esta que priorizase centros de atención primaria a visitar. Asimismo tomaron nota de las solicitudes de DIFAC.

**26 de junio:** Tras la reunión mantenida el 4 de marzo con Gerencia del Hospital Universitario San Agustín de Avilés (HUSA), y debido a la crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19, retomamos los temas comentados con gerencia solicitándole una reunión para tratar los mismos.

Se le demandó, además, la necesidad de adaptar el paso de peatones frente a Urgencias, ya que tiene una canaleta en la que se mete la rueda pequeña de la silla de ruedas.

**6 de octubre:** Nos reunimos con el gerente del Hospital Universitario San Agustín de Avilés, en la sala de juntas de gerencia.

Se trataron los temas planteados en el mes de marzo y otros nuevos debido a la situación originada por la actual crisis sanitaria, en especial modo el funcionamiento de los centros de atención primaria.

Entre otros temas:

- Necesidad de arreglar la canaleta que da acceso a Urgencias. Se atascan las ruedas pequeñas de las sillas de ruedas.

- El protocolo de acceso a los centros de atención primaria es insostenible de cara al invierno, al tener que hacer cola en la calle.

- Las consultas de atención primaria son mayoritariamente telefónicas y los diagnósticos de igual modo, nuestros socios son mayores y no saben explicarse muy bien.

- Analíticas de control: Desde el confinamiento no se hacen analíticas de control a crónicos.

- ¿Cómo se va a hacer en la campaña de vacunación de la gripe?.

El gerente tomó nota del arreglo de la canaleta de acceso a Urgencias.

Respecto al funcionamiento de los centros de Atención Primaria, comentó que se habilitarán espacios en los centros de salud para que no se hagan colas en la calle. Sobre las consultas telefónicas dijo que se realizaban de ese modo por una mejor operatividad. Sobre la vacunación de la gripe se hará una campaña para sensibilizar a la población que comenzaría el 13 de octubre, facilitándonos copia del cartel para su divulgación.

### BLOG DE EXPERIENCIAS EN SALUD DESDE CASTRILLÓN

Desde la Concejalía de Derechos y Servicios Sociales, Salud y

Mayores del Ayuntamiento de Castrillón, a través de Educación para la salud, nos hacen llegar semanalmente información variada relacionada con la salud para que informemos de ello a nuestros socios, ofertándonos la posibilidad de participar en algunas de sus actividades.

Entre otras actuaciones, nos informaron de: [#AstuiaSaludlocal](#), un grupo de planes municipales sobre drogas y promoción de la salud de Asturias. Trabajan desde sus respectivos ayuntamientos para fomentar estilos de vida y entornos saludables en sus concejos, a través de acciones coordinadas con la Consejería de Salud, que realizan en colaboración con los centros escolares, las asociaciones, los centros de salud y otros grupos de nuestras respectivas comunidades,

**31 de mayo:** Con ocasión de la celebración del “Día Mundial sin tabaco” nos informaron del diseño de un blog, en colaboración con otros planes municipales sobre drogas de Asturias, que pretendía dar información sobre el tabaco y sus diferentes formas de consumo, dirigida fundamentalmente a la población joven.

**1 de junio:** Nos envían un vídeo corto sobre el proceso del abandono tabáquico en colaboración con la unidad de tabaco de la comarca de Avilés, dentro del programa PÍLDORAS PARTICIPATIVAS. Así mismo, nos informan de que han colaborado con otros planes [#AsturiaSaludlocal](#) en una campaña dirigida a jóvenes [#quenotevendanhumos](#) un blog donde podemos encontrar información sobre COVID y tabaco, efectos, mitos, adolescencia y recursos.

**15 de julio:** Nos informan de la puesta en marcha de actividades dirigidas a adolescentes, con el objetivo de que, en un entorno seguro, vuelvan a realizar otras actividades que provoquen y motiven experiencias que les saque del aislamiento social que en algunos casos ha provocado la pandemia, contando siempre con un entorno seguro, divertido y muy participativo que garantice su derecho a la salud y al ocio y tiempo libre.

### **Valoración general:**

Este taller de salud, compuesto por varios talleres específicos, se creó con el objetivo de ofrecer una herramienta más para que los socios puedan exponer las necesidades y las dificultades que se encuentran las personas con discapacidad física en su día a día en el terreno emocional, cognitivo, conductual y físico. Y nosotros, por nuestra parte, cumplimos con el papel de identificar, canalizar y gestionar estas emociones, pensamientos y comportamientos.

Con este taller hemos conseguido crear un espacio donde los socios se alimentan desde diferentes vertientes para salir más fortalecidos.

Por un lado, exponen su situación personal con el propósito de recibir el asesoramiento necesario para normalizar su vida. Por otro, si los socios o familiares desean recibir una asistencia psicológica para tratar algún aspecto de manera individual y más personalizado, también cuentan con esta posibilidad. Y, por último, y no menos importante, también supone un lugar de encuentro a través del cual se establecen relaciones y vínculos personales entre ellos, lo que lleva a formar una red más amplia de apoyo fuera de su entorno más próximo, como

puede ser el ambiente familiar o terapéutico.

La junta directiva de DIFAC, personas asociadas, beneficiarias y personal colaborador expresan un alto grado de satisfacción con el desarrollo y los resultados de los programas y talleres. Su ejecución proporciona a nuestro colectivo unas prestaciones que ponen a su alcance diferentes medios y recursos sociales.

### TALLER DE SENSIBILIZACIÓN, DIVULGACIÓN Y ACCESIBILIDAD

#### Necesidad social:

Las diferentes consecuencias de la crisis económica en el conjunto de la población tienen su impacto más acusado en los colectivos y personas más vulnerables, motivo por el que requieren una atención en distintos niveles de proximidad, siendo así que DIFAC, por su perfil asociativo, constituye un ofertante en proximidad de prestación de servicios y realización de actividades adecuadas para el colectivo que representa, tales como aceptación psicosocial, asesoramiento en materia de accesibilidad al entorno, actividades didácticas, formación, apoyo mutuo, ocio, etc. como mecanismo para procurar la inclusión en el medio físico y social que rodea a la persona con movilidad reducida.

#### Objetivos:

- Estimular la recuperación personal y social de las personas con discapacidad como método para su plena inclusión social mediante medidas de apoyo a su autonomía personal.

- Promoción de la accesibilidad en el medio físico, transporte, comunicación, etc., que permitan

alcanzar una forma autónoma de vivir en igualdad de oportunidades.

- Realización del seguimiento acerca del cumplimiento de la legislación actual en los aspectos de la Accesibilidad Universal, de la Ley 5/95, de 6 de abril, de promoción de la accesibilidad y supresión de barreras del Principado de Asturias y su posterior Reglamento de 22 de mayo de 2003.

- Promover la participación de la ciudadanía en el voluntariado a través del propio colectivo de soci@s de DIFAC y colaboradores mediante la puesta en común de las actividades realizadas e intercambio de experiencias con otros colectivos afines en objetivos.

- Promoción de los aspectos de inclusión en todos los ámbitos de sociabilidad.

- Fomento de actividades comunes de ocio como medio para la adquisición de habilidades que permitan su autonomía y confianza.

### ACCESIBILIDAD-EBA

La vigencia de los motivos que en 1995 dieron origen a DIFAC continúan aún vigentes en la actualidad, aunque se muestren o perciban de manera diferente. Resulta incuestionable que el avance experimentado ha sido grande, de hecho la discapacidad ha cobrado una interpretación diferente, se ha abandonado la terminología de corto alcance, se cuenta con legislación específica, pero aún así la eliminación de barreras físicas, sociales, culturales y administrativas no ha acabado, sino que es hoy, precisamente, cuando al contar con todos estos medios resulta más necesario que nunca lograr su aplicación de la debida manera.

**La mejor barrera eliminada es la no creada.**

La comarca de Avilés ha experimentado un gran avance en sensibilización social e inclusión de las personas con discapacidad, que continua de manera constante, para lo que DIFAC continuará procurando actuaciones conjuntas con las administraciones autonómica, locales, tejido asociativo, agrupaciones de comerciantes, hosteleros y hoteleros, en aspectos de educación ciudadana en centros escolares, etc.

### **Actuaciones varias:**

#### **Comisiones de barreras.**

DIFAC participa en las comisiones de barreras de los ayuntamientos, realizando entre otras las siguientes actuaciones:

- Información y asesoramiento técnico y jurídico.
- Tramitación de ayudas para la supresión de barreras, promocionando la accesibilidad en los diferentes sitios: edificios, viviendas, transporte, lugares de trabajo y ocio, etc.
- Colaboración en la toma de decisiones en aspectos de accesibilidad en la comarca de Avilés mediante las comisiones de eliminación de barreras.
- Actualización y divulgación de las nuevas medidas promulgadas en materia de accesibilidad en los ámbitos de urbanismo, vivienda, transporte, comunicaciones, etc.
- Actuaciones de permanente reivindicación de los derechos de las personas con movilidad reducida así como la puesta en conocimiento de la administración correspondiente de aquellas deficiencias observadas.

#### **Seguimientos puntuales de accesibilidad.**

Se realizan seguimientos puntuales de accesibilidad en los concejos de Avilés, Castrillón y Corvera de Asturias, así como en edificios de

comunidades de propietarios vecinales, particulares, que nos lo han solicitado, dando asesoramiento, etc.

### **Entre otras actuaciones, destacamos las siguientes:**

#### **Comisiones de barreras.**

DIFAC participa en las comisiones de barreras de los ayuntamientos, realizando entre otras las siguientes actuaciones:

- Información y asesoramiento técnico y jurídico.
- Tramitación de ayudas para la supresión de barreras, promocionando la accesibilidad en las diferentes sitios: edificios, viviendas, transporte, lugares de trabajo, ocio, etc.
- Colaboración en la toma de decisiones en aspectos de accesibilidad en la comarca de Avilés mediante las comisiones de eliminación de barreras.
- Actualización y divulgación de las nuevas medidas promulgadas en materia de accesibilidad en los ámbitos de urbanismo, vivienda, transporte, comunicaciones, etc.
- Actuaciones de permanente reivindicación de los derechos de las personas con movilidad reducida así como la puesta en conocimiento a la administración correspondiente de aquellas deficiencias observadas.

### **AVILÉS**

**16 de octubre:** Reunión de la Comisión Informativa Especial para la eliminación de barreras arquitectónicas, en el transporte y a la comunicación con el siguiente orden del día:

- 1.- Lectura y aprobación, si procede, del acta de la sesión anterior que se adjunta, celebrada el día 28 de octubre de 2019.

2.-Informe sobre actuaciones de mejora de la accesibilidad ejecutadas en el municipio.

3.- Información sobre ordenanzas municipales (terrazas, hostelería y accesibilidad)

4.- Ruegos y preguntas.

Entre otras propuestas DIFAC trató las siguientes:

-La conveniencia de que la reunión del Consejo fuera cuatrimestral para tratar los temas con más agilidad.

-Resaltó la importancia de que la instalación de esas terrazas esté a nivel de la acera para que las personas con movilidad reducida puedan acceder libremente.

-No dar de paso la apertura de locales sin contemplar la accesibilidad.

-La necesidad de vigilar el funcionamiento de las rampas de los autobuses, tenemos quejas de socios usuarios de silla de ruedas por su mal funcionamiento.

-La adaptación progresiva de las marquesinas.

-Que haya un mayor control policial en el uso de las tarjetas reservadas de estacionamiento y la conveniencia de revisar las plazas ya que no todas cumplen las medidas reglamentarias.

-El mal funcionamiento del Centro Base de Valoración. Hay un retraso de 24 meses en la atención de usuarios. Es vital el certificado de discapacidad a la hora de solicitar trabajo, ayudas económicas, rehabilitación, etc.

-La importancia de que haya personal encargado del seguimiento de las obras en ejecución para comprobar la funcionalidad de las mismas.

-Resaltó la necesidad de adaptar, según la nueva normativa, pasos peatonales en diferentes partes del municipio, así como arreglar algunos deteriorados por su uso.

-DIFAC hizo entrega de la valoración del CIIA de Avilés a la jornada realizada con la Asociación "Avilés hacia la Inclusión". Respecto a este tema, la Asociación quiso agradecer la sensibilidad de la arquitecta con nuestro colectivo, que participó activamente en el desarrollo de la jornada así como el trabajo realizado por los escolares. No pudimos celebrarlo como quisimos ya que la actual situación sanitaria no nos lo permitió pero pudimos trabajar en la concienciación a los niños de lo que suponen las barreras físicas y sociales. Se entregaron además las fichas de seguimiento de plazas de estacionamiento reservadas realizadas por los menores durante la pandemia.

### CASTRILLÓN

**21 de septiembre:** La tesorera asistió a la reunión del Consejo Municipal para la promoción de la accesibilidad y la supresión de barreras, con el siguiente orden del día:

1.- Constitución del Consejo Municipal para promoción de la accesibilidad y la supresión de barreras.

2.- Asuntos varios.

3.- Ruegos y preguntas.

Entre otras propuestas, DIFAC planteó lo siguiente:

- Necesidad de reunirse tres veces al año, para no atrasar mucho los temas.

- La existencia de una partida económica específica para eliminación de barreras.

- Celebración del 12.º Día de la Accesibilidad.

Se está pendiente de la aprobación de Sanidad, a quien se le ha enviado una solicitud de celebración conjuntamente con el proyecto en el

que se especifican todas las medidas sanitarias a tomar. En el caso de que la resolución fuese positiva, la presentación estaría a cargo de la alcaldesa, participando además la concejala y arquitecta municipal.

- Propuestas para eliminación de barreras en Castrillón:

### **Piedras Blancas**

Pasos de peatones

- Avda. de Eysines frente a "Arnaldo", hay que adaptarlo a la normativa.

- La rotonda de la gasolinera de Piedras Blancas tiene unos pasos con bordillo.

- Plazas de estacionamiento, C/ Rey Pelayo frente al Alimerka, con un árbol en medio; y en el centro de salud hay una farola en medio de la plaza que impide abrir la puerta.

### **Salinas**

Pasos de peatones:

- Frente al balneario, hay dos pasos que no están adaptados.

- En la zona del Espartal, al finalizar la C/ Pablo Laloux, el paso que cruza todo el parking en dirección a la playa, donde se hace la feria de surf.

## **CORVERA DE ASTURIAS**

**29 de enero:** Presidente y vicepresidente asistieron a la reunión de la comisión informativa de accesibilidad, con el siguiente orden del día:

1.º- Lectura y aprobación, si procede, del borrador del acta de la sesión anterior.

2.º- Propuesta de nueva señalización de dos plazas para personas con discapacidad en Plaza de

La Libertad (Centro Social de Las Vegas)

3º.- Ruegos y preguntas.

Entre otras propuestas, DIFAC planteó lo siguiente:

-Pintar la plaza reservada en la C/ La Estebanina, frente al bar Navia.

- Continuar con la reparación de la acera del colegio de Los Campos, que sube a los aparcamientos.

- Dar continuación a la acera de la fuente de la Consolación, donde está la marquesina del autobús

- Revisar las obras hechas en la cuesta de Los Campos, ya que se dejó el pedestal de una farola que se quitó y hay baches en un paso de peatones.

**10 de junio:** Presidente y Vicepresidente asisten a la reunión de la Comisión Informativa de Accesibilidad en el salón de actos del centro sociocultural de Las Vegas, con el siguiente orden del día:

1º.- Lectura y aprobación, si procede, del borrador del acta de la sesión anterior.

2º.- Ruegos y preguntas.

Entre otras propuestas DIFAC planteó:

### **Temas prioritarios:**

- En la Avda. Principado donde Valle Cuervo, ya se había hablado anteriormente, la acera está mal, tiene una rampa demasiado pendiente.

- En la Avda. Principado 20, el piso está en mal estado. Nº. 24, farola en mitad del paso de peatones.

- En Las Vegas, adaptar paso de peatones de la calle Armando Palacio Valdés frente tienda de ropa donde los taxis.

- Rebajar la acera en la carretera general, en la entrada para el Ayto., dirección a Cancienes.

- Solicitar al Principado que siga el paseo desde la fuente de la Consolación hasta la marquesina que está frente el Ayuntamiento.

- Ir adaptando los pasos que están ya presupuestados, como los de la calle Asturias, en Las Vegas

### **Temas nuevos:**

#### **Pasos peatonales:**

1.º/ Calle Horacio Fernández Iguanzo

2.º/ Asociación de Parkinson

3.º/ Calle M.ª Josefa Canellada

¿Qué se va a hacer en Toso Muñiz?

- Senda peatonal desde la pista de skate hasta el Llar (se había quedado de hablar con el concejal de Obras).

### **Temas pendientes:**

- Calle el Roble: en donde está el semáforo a la salida de la Avda. Principado y la guardería de 0 a 3 años hay que adaptarla porque tiene mucho desnivel. En esta zona del Bosquín todos los pasos tienen demasiado desnivel.

- Cancienes: adaptar acera para acceder al cuartel de la guardia civil.

- Avda. Principado: donde está el semáforo frente al nuevo centro de salud, hay que adaptarla porque tiene mucha pendiente y va a ser un paso de mucho tránsito. E igualmente en donde está el semáforo próximo a la calle de Mercadona.

### **Plazas de estacionamiento**

- Cambiar la plaza que hay en la calle la Ñora, al principio de la calle, frente a la óptica, pues la que hay está en el centro y es muy reducida.

## **Actuaciones varias en eliminación de barreras:**

### **AVILÉS**

**22 de mayo:** COCEMFE-ASTURIAS contactó con nosotros para informarnos de las gestiones que estaban realizando con un centro educativo en nuestro ámbito de actuación, el IES de La Magdalena.

Dicho centro educativo solicitó reiteradamente la eliminación de barreras, haciendo hincapié en la necesidad de un ascensor que no consiguen que les instalen. Debido a este motivo no pudieron matricular a un alumno con espina bífida.

DIFAC es consciente de la existencia de esas barreras, ya que realizó una actividad de sensibilización en ese centro y fue consciente de las barreras que presentaba.

Se ofreció a asesorar en lo que se necesitase y a colaborar en las gestiones a realizar.

**1 de julio:** Recibimos notificación del concejal de Movilidad, Sostenibilidad, Mantenimiento y Diseño Urbano, Pelayo García, de que habían reclamado el tema de los pasos de peatones de la C/ Gutiérrez Herrero.

**27 de julio:** El concejal de Movilidad, Sostenibilidad, Mantenimiento y Diseño Urbano contactó con la Asociación para recordar que teníamos tiempo hasta el 31 de julio para presentar nuestras alegaciones sobre la modificación de la ordenanza de terrazas, con el objetivo de adaptarla a la nueva normativa de accesibilidad.

Para ello, han elaborado un formulario con varias preguntas, que podemos aportar al expediente a través de la sede electrónica, una vez cubierto.

**29 de julio:** Hicimos una aportación al borrador de la ordenanza de terrazas del Ayuntamiento de Avilés.

### Anexo 1.

#### Formulario de consultas: ordenanza de terrazas de hostelería de Avilés.

1/. ¿Cuál es su opinión sobre la necesidad de redactar una nueva ordenanza para el Ayuntamiento de Avilés?

R. Estamos de acuerdo siempre y cuando el itinerario sea accesible y no impida el paso a personas en silla de ruedas, scooter, personas con bastones, etc.

2/. Teniendo en cuenta la obligación legal de la existencia de un Itinerario Peatonal Accesible (IPA) adosado a fachada, ¿qué sistemas opcionales consideraría incluir para que no se pierda la vida urbana que dan las terrazas a las ciudades?

R. Que no haya obstáculos en el itinerario peatonal que impidan el paso.

3/. ¿Considera oportuna la posibilidad de suprimir plazas de aparcamiento, que no sean de plazas adaptadas para movilidad reducida ni de carga y descarga, para que los locales de hostelería puedan disponer de terraza en aquellas calles en que la acera no cuente con ancho suficiente?

R. Sí, estamos de acuerdo, siempre y cuando se respete la Ordenanza de no ponerlas en plazas reservadas para personas con discapacidad y carga y descarga.

4/. ¿Considera que con estas medidas queda garantizada la circulación de personas con movilidad reducida en las calles del municipio?

R. Sí, pero cumpliendo la Ordenanza.

5/. Dada la complejidad de la normativa, ¿qué información y asesoramiento técnico personalizado consideraría necesario como apoyo en la tramitación de licencias para instalación de terrazas?

R. Que toda persona que solicite la instalación de la terraza tiene que acatarse a la normativa de la Ordenanza; de no ser así que no se de la licencia.

6/. Indique sugerencias.

R. Toda terraza que esté puesta en plaza de estacionamiento debe de estar a nivel de acera o que no tenga ninguna barrera.

Respecto a la iluminación de las terrazas, aquellas que la contemplan, nunca ha de dejarse que los cables pasen por el itinerario.

#### Demandas de eliminación de barreras a grupos municipales de Avilés

Viendo el interés de los grupos municipales en la eliminación de barreras en el municipio de Avilés, DIFAC se reunió con ellos para tratar algunas de las necesidades más apremiantes para su colectivo.

Entre otras trató las siguientes:

-Necesidad de convocar la reunión de Consejo de Barreras cada cuatro meses para no demorar las actuaciones en eliminación de barreras.

-Creación de una oficina local de accesibilidad, como herramienta de información, control y seguimiento de las licencias y obras hasta su finalización.

-La existencia de una persona encargada de hacer seguimientos puntuales por el municipio de Avilés para detectar problemas puntuales: baldosas, rejillas sueltas, rotas o falta de las mismas; aceras y pasos peatonales en mal estado; mobiliario urbano, etc. que impida el tránsito de silla de ruedas. DIFAC acompañaría a esa persona para hacer un seguimiento de las barreras y priorizar las actuaciones a seguir. **No se puede dar permiso de apertura si no cumple la normativa vigente**

-Compromiso de dotación en el presupuesto municipal de una partida destinada exclusivamente para la eliminación de barreras-

**-Tarjetas de estacionamiento reservadas para personas con discapacidad:** Debe de hacerse un mayor control policial y proceder a la correspondiente sanción en caso de uso indebido si no dispone de la tarjeta que lo autoriza. Cuando un vehículo esté estacionado y acreditado con la tarjeta, esta debe de estar visible para que la policía pueda comprobar la caducidad de la misma. En las no renovadas o falsificadas suele estar escondida la fecha de caducidad.

**-Plazas de estacionamiento:** A la hora de señalizarse verticalmente una plaza, la señal ha de colocarse al principio o al final de la plaza, para que no impida la apertura de la puerta a la hora de arrimar la silla de ruedas. También hay que tener cuidado a la hora de señalizar una nueva y que no haya farolas, árboles etc.

**-Transporte adaptado:** Es necesario vigilar el funcionamiento de las plataformas de los autobuses, pues tenemos quejas de socios usuarios de silla de ruedas por el mal funcionamiento de las mismas. En otras ocasiones, son los conductores quienes ponen dificultades. Deben seguir las mismas líneas de antes de la pandemia. Habría que adaptar las marquesinas poco a poco.

Es necesario ampliar la flota de taxis adaptados

**-Centro Base de Valoración:** Hay un retraso de 24 meses en la atención de usuarios. Es vital el certificado de discapacidad a la hora de solicitar trabajo, ayudas económicas, rehabilitación, etc.

La Asociación también demandó la necesidad de actuaciones prioritarias en eliminación de **barreras**

**arquitectónicas y urbanísticas:**

**-¿En qué situación está la instalación del ascensor del Ayuntamiento?**

**-Aceras y pasos peatonales:**

En la acera dirección Luanco para acceder a la senda peatonal, hay un tramo de acera cortada, baldosas sueltas y desniveles laterales peligrosos.

En la mediana de C/ Marqués de Suanzes, el paso peatonal regulado por semáforos próximo al Puente Azud se reformó y no quedó a cota cero.

Los pasos peatonales en la calle de Llano Ponte (frente al CMAE), los de C/ Gutiérrez Herrero, C/ Rey Silo y los de la zona del parque de bomberos están intransitables.

En la zona de la rotonda de Los Canapés, salida de la variante, dirección a Villalegre y a Avilés, y el que cruza la C/ Sta. Apolonia están en muy mal estado. La acera desde estos pasos dirección a Villalegre está mal debido a las raíces de los árboles. El paso de la C/ El Carmen hay que adaptarlo entero.

C/ José Cueto, frente a la explanada de la exposición.

C/ José Cueto, frente a Liberbank.

C/ Camino de Heros, subiendo por el margen izquierdo al llegar al paso de peatones para acceder al hospital San Agustín está en muy mal estado. El paso que está frente a Urgencias tiene una gran canaleta donde se mete la rueda pequeña de la silla.

Avda. de Lugo, bajando del colegio Santo Ángel, según sales a la derecha hacia Avilés el paso de peatones tiene una gran canaleta.

**Parque de Ferrera:**

Hay entradas al parque que no son funcionales, son la de la Avenida de Cervantes y la de la C/ Rivero.

Parte de los itinerarios están mal debido a las raíces de los árboles.

### **Parque de Versalles:**

Parte de los itinerarios están mal debido a las raíces de los árboles y a la cantidad de baches que hay.

### **Parque del Muelle:**

Situación. Estamos pendientes de que nos enseñen los planos solicitados.

### **Casa de Cultura:**

Solicitamos puertas automáticas por la entrada principal y la del parque.

En DIFAC consideramos que la mejor forma de “ver” una barrera es poniéndose en el lugar de una persona usuaria de silla de ruedas. Por tanto, propone una jornada en la que los representantes políticos que lo deseen puedan sentarse en una silla de ruedas y conocer de primera mano nuestras necesidades.

**10 de septiembre:** Presidente y vicepresidente se reúnen con el grupo municipal VOX.



**10 de septiembre:** Presidente y vicepresidente se reúnen con el grupo municipal PP.



**15 de septiembre:** Presidente y vicepresidente se reúnen con el grupo municipal Ciudadanos Avilés.



**16 de septiembre:** Presidente y vicepresidente se reúnen con el grupo municipal Cambia Avilés.



**1 de octubre:** Celebramos conjuntamente con el Ayuntamiento de Avilés el Día “Avilés hacia la Inclusión”,

en el Centro de Servicios Universitarios de la Ferrería. Contamos con la participación del grupo de adolescentes del Consejo de Infancia y Adolescencia de Avilés.

**20 de octubre:** El grupo municipal VOX contactó con nosotros porque querían llevar al pleno municipal el tema de las marquesinas. Solicitó nuestra colaboración para que hiciésemos un seguimiento de las que más urgían cambiarse o adaptarse en Avilés.

**21 de octubre:** Realizamos un seguimiento por las marquesinas que la asociación valoraba como prioritarias a la hora de su arreglo. Conjuntamente con el informe realizado por el arquitecto de DIFAC (D. Federico Sáez), en el que recopiló información sobre las paradas y marquesinas más inclusivas, la asociación le envió una selección de las más prioritarias a adaptar correctamente.

**30 de noviembre:** DIFAC realizó un informe de las barreras detectadas en la **zona del NODO. (Avda. de Lugo dirección Avilés).**



Frente grúas SUVAL, En el margen derecho no hay acera, hay que pasar entre los camiones.





Pasada las grúas la acera no presenta rebaje, hay que ir por la carretera. Toda la acera está igual.



Pasada la gasolinera dirección Salinas la acera, no está rebajada, zona de la parada del autobús

## TRANSPORTE PÚBLICO

**11 de agosto:** Nos reunimos con asociaciones vecinales y sociales de la comarca para tratar el tema de los autobuses, líneas, horarios, frecuencia y funcionamiento, en el Centro Municipal de Asociaciones de La Luz. Desde el inicio de la pandemia se han reducido los horarios, y el funcionamiento de las plataformas es en algunos casos deficiente. Por todo ello nos sumamos a los dos actos reivindicativos:

-La manifestación del jueves 20 de agosto a las 12:00 h desde la estación de autobuses de Avilés hasta el Ayuntamiento de Avilés.

-La concentración del viernes 21 de agosto de 11:00 h a 13:00 h frente al Ayuntamiento de Avilés.

El lema, *“Un transporte público de calidad para todos y todas”*.

**20 de agosto:** Participamos en la manifestación por “Un transporte público de calidad”, que mire por el bienestar de las personas.



**21 de agosto:** Participamos en la concentración frente al Ayuntamiento de Avilés.

**7 de octubre:** Participamos en la manifestación “Por un transporte público de calidad”.



**9 de noviembre:** Ante las innumerables quejas emitidas por nuestros socios, remitimos un escrito a la CTEA que transcribimos a continuación:

**A/A CTEA**

**DIFAC** (Asociación de Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca) con CIF nºG-33478470, domicilio en la calle Sabino Álvarez Gendín, 26, bajo, Avilés e inscrita en el Registro de Asociaciones con el Nº4462, Sección 1ª, en nombre y representación propia y del colectivo cuyos intereses defendemos, le comunica la siguiente

**QUEJA ÚNICA.- MAL FUNCIONAMIENTO DE LAS PLATAFORMAS DE LOS AUTOBUSES.**

Son ya incontables las quejas que recibimos continuamente de nuestros asociados por el mal funcionamiento de dichas plataformas de los autobuses para las personas con dificultades de movilidad, especialmente, usuarios de sillas de ruedas.

Las plataformas elevadoras o no funcionan o lo hacen mal y, precisamente por ello, los usuarios se ven obligados a ir con mucha antelación a la parada del autobús

(incluso con más de una hora de adelanto) para poder asegurar que llegaran a tiempo a sus destinos.

A eso se suma la insensible actitud de algunos conductores hacia nuestro colectivo cuando justamente deberían destacar por lo contrario, dadas nuestras más que evidentes dificultades.

Por todo ello, exigimos que pongan solución inmediata a estas quejas y aseguren la calidad y funcionamiento del servicio para las personas con dificultades de movilidad.

Asimismo enviamos copia del escrito al Concejal de Movilidad, Sostenibilidad, Mantenimiento y Diseño Urbano quien había manifestado en la reunión del Consejo de Barreras que apoyaría a la asociación, remitiendo a su vez copia del escrito a la CTEA para hacer más fuerza.

**10 de noviembre:** El concejal de Movilidad, Sostenibilidad, Mantenimiento y Diseño Urbano Ayuntamiento de Avilés, D. Pelayo García, nos informa del traslado de nuestra reclamación al Consorcio de Transportes de Asturias.

**13 de noviembre:** Presidente y vicepresidente se reunieron con el concejal de Movilidad y el técnico municipal, D. Pelayo y D. Basilio, para valorar la realización de unas rampas en Versalles, que presentaban excesiva pendiente. Se buscó una solución alternativa.

**11 de diciembre:** Ante las continuas averías de los autobuses y las demandas constantes de nuestros socios, contactamos nuevamente con la CTEA para manifestarles que a día de hoy la situación seguía igual. Concretamente, una de nuestras socias

había tenido problemas con el funcionamiento de los autobuses: número 2919 parada Ramón y Cajal en Avilés, 6:15 h no entra la rampa porque se dobla al subir; número 3154 parada de Las Meanas, 12:05 h, el conductor le dijo que no funcionaba la rampa de primeras; número 2605, la rampa queda a medias de abrir.

Informamos de la situación al Ayuntamiento de Avilés.

**21 de diciembre:** Nuevamente nuestra socia nos informó de la avería de las rampas de los autobuses.

### **TRANSPORTE ADAPTADO Cruz Roja, Asamblea Comarcal de Avilés**

Gracias a la colaboración de la Asamblea Comarcal de Cruz Roja Avilés, la junta directiva y socios de DIFAC se beneficiaron del transporte adaptado.

Miembros de la junta directiva usaron puntualmente este servicio para la realización de actividades asociativas y federativas.

**Los usuarios participantes destacaron la profesionalidad del servicio y la amabilidad y cercanía de los voluntarios.**

### **CASTRILLÓN**

**4 de febrero:** Presidente y vicepresidente se reunieron con el grupo municipal los Verdes de Castrillón para hacer un seguimiento de barreras por calles de Piedras Blancas. Se observaron varios establecimientos por la C/ Rey Pelayo y C/ Castillo de Gauzón que presentaban barreras de acceso.

**14 de mayo:** A petición del coordinador de Salvamento de Castrillón, D. Ignacio Flórez, se le facilitó el esquema y medidas técnicas de un prototipo de caseta de baños para una que querían poner en verano en la playa de Sta. M.<sup>a</sup> del Mar.

**25 de septiembre:** Celebramos conjuntamente con el Ayuntamiento de Castrillón el “12.º Día de la Accesibilidad en Castrillón”, contando con la asistencia del grupo de Infancia y Adolescencia I@s cotorr@s, en el centro cultural Valey (Piedras Blancas).

## CORVERA DE ASTURIAS

**25 de febrero:** El presidente visitó conjuntamente con la concejala y la técnica del Ayto. de Corvera de Asturias, Dña. Iris Álvarez y Dña. Eva Bernárdez, las barreras existentes en el entorno del apeadero de Los Campos de RENFE. Se vieron pasos de peatones que estaban mal, que se presentarían para eliminación de barreras.

Recibimos por mail las fotos de las mejoras de las que habíamos hablado. Cada foto está numerada y coincide con la numeración que aparece en la tabla que habíamos recibido el 22 de mayo.

**22 de mayo:** La arquitecta técnica municipal, Dña. Eva Bernárdez, nos envió presupuesto de las actuaciones previstas.

nº foto	mejoras accesibilidad	importe
1	M Josefa Canellada	1.937,80 €
2	M Josefa Canellada	1.388,30 €
3	Horacio Fernández Inguanzo	2.676,30 €
4	Asociación parkinson	6.490,00 €
5	M Josefa Canellada	2.641,90 €
6	Horacio Fernández Inguanzo	2.926,50 €
7	M Josefa Canellada	3.863,70 €
20	Toso Muñiz	960,00 €
<b>total presupuesto</b>		<b>22.884,50 €</b>
IVA		4.805,75 €
<b>total presupuesto base licitación</b>		<b>27.690,25 €</b>

además, se prevé hacer ésta con otra partida presupuestaria:

10	Horacio Fernández Inguanzo	2.607,50 €
----	----------------------------	------------

## OTIL (OCIO Y TIEMPO LIBRE)

Las actividades culturales para personas con discapacidad son escasas y temporales. En la mayoría de los recintos dedicados a la difusión de la cultura no existen programas específicos para cubrir sus necesidades. Al pensar en discapacidad, muchos lugares sólo se remiten al acceso por medio de rampas y elevadores, sin contar con programas diseñados para integrar a este público al goce y disfrute de las diferentes disciplinas artísticas.

Con las actividades culturales y de ocio pretendemos poner al alcance de las personas con discapacidad actividades normalizadas, dotándolas de las habilidades necesarias para que puedan llegar a realizarlas de forma más autónoma.

La participación conjunta, en un contexto en el que se incluyen a personas con y sin discapacidad, aporta resultados beneficiosos como la mejora de la autoestima o incremento de la aceptación social.

### 1 Actividades culturales y Habilidades artísticas.

DIFAC plantea crear, fomentar y promover proyectos para que las personas con discapacidad se integren en el quehacer artístico en todos los géneros: música, danza, teatro, cine, literatura, pintura, escultura, etc.

Para DIFAC la cultura es el alma de una sociedad, cuyos conocimientos y valores sociales suelen plasmarse a través de las diferentes expresiones artísticas. El arte, por tanto, es un método de interacción e intercambio de ideas y conocimientos, así como un ejercicio de creatividad y, en muchos casos, también un ejercicio manual y motor.

Con las **Habilidades Artísticas**, enfocamos nuestras actividades hacia lecturas teatralizadas, números musicales y de baile, participación en los carnavales, etc. Se trata de hacer aflorar nuestro talento, y entretener a otras personas con nuestro mejor quehacer. La necesidad de hacer ver a la sociedad, que hacemos las mismas cosas que los demás, de manera distinta, nos ha llevado a crear este nuevo taller, que abarca distintas disciplinas.

#### Objetivos:

- Poner al alcance de las personas con discapacidad actividades normalizadas, dotándolas de las habilidades necesarias para que puedan llegar a realizarlas de forma más autónoma.

- Lograr la inclusión de todas las personas, independientemente de su diversidad funcional, en la cultura local.

- Facilitar el desarrollo de la empatía como destreza importante para una construcción social integradora.

- Desarrollar actividades artísticas que favorezcan la movilidad de los dedos con diferentes materiales y en diferentes ámbitos (mural, objetos, papel, máscaras...).

- Realización de tareas en grupo., potenciando la autoestima y la autovaloración personal.

- Mostrar de una forma más pública y abierta nuestras capacidades.

- Mejorar la rehabilitación neuromuscular y la psicomotricidad en aspectos manipulativos y propiciar un ambiente lúdico y de encuentro para los participantes, donde poder compartir una experiencia gratificante y motivadora.

El taller es impartido por la secretaria, Dña. Ángeles González, y el vicepresidente, D. Manuel Cubero.

#### Entre otras actividades destacamos las siguientes:

**10 de enero:** Realizamos una visita guiada a la mina de ARNAO (Castrillón), para comprobar la accesibilidad de la misma y planificar una excursión para los integrantes del grupo de atención psicológica.



La mina de Arnao fue la primer mina bajo el mar de Europa y la primera de carbón de España. En Arnao se documentan las primeras noticias sobre el trabajo femenino del carbón, el orden de una identidad de género.



**16 de enero:** Asistimos a la exposición de fotografía “*Suspiros en la naturaleza*”, en la sala de arte del Centro Sociocultural de Las Vegas (Corvera de Asturias).

La exposición mostraba un viaje a través de los ojos de fotógrafos como Alex Badia, Azucena Rosellón o Miguel López... sensibilidad, buen gusto, virtuosismo técnico... y pura naturaleza.

**7 de febrero:**

Asistimos a la representación teatral “*¿Que paso con Adán y Eva?*”, presentada por AVERNO, en el teatro Llar de Las Vegas (Corvera de Asturias).

**Los días 30 y 31 de enero así como 7 y 14 de febrero:** Los socios participantes del grupo de habilidades artísticas prepararon los disfraces de Carnaval, en la sede social de DIFAC. Aprovecharon también para ensayar y grabar la canción escrita por la secretaria de DIFAC “Bella Ciao”, que escenificarían en el desfile.

**“Bella Ciao”**

Esta mañana, me he levantado  
Oh bella ciao, bella ciao, bella ciao,  
ciao, ciao

Esta mañana, me he levantado  
Y la tristeza me invadió.

Nos discriminan, ponen barreras  
Oh bella ciao, bella ciao, bella ciao,  
ciao, ciao

Nos discriminan, ponen barreras  
Y ya no queremos más

Lo que queremos, son los derechos  
Oh bella ciao, bella ciao, bella ciao,  
ciao, ciao

Lo que queremos, son los derechos  
Que les dan a los demás

Pon una rampa, quita un bordillo  
Oh bella ciao, bella ciao, bella ciao,  
ciao, ciao

Pon una rampa, quita un bordillo  
Permítenos elegir

Cambia tú forma, de pensamiento  
Oh bella ciao, bella ciao, bella ciao,  
ciao, ciao

Cambia tú forma, de pensamiento  
Pues tú eres igual que yo

No más barreras, arquitectónicas  
Oh bella ciao, bella ciao, bella ciao,  
ciao, ciao

No más barreras arquitectónicas  
Exigimos la igualdad

No más barreras, en nuestras calles  
Exigimos la igualdad

**25 de febrero:** Participamos en el “*XXXIX Gran Desfile de Antroxos, Moxigangues y Carrozas*”. Con el nombre “La banda de los difaquinós”, desfilamos por la calle José Cueto, plaza de La Merced, calle y plaza Pedro Menéndez, calles La Muralla y La Cámara hasta llegar a la plaza de España.



**27 de febrero:** Asistimos a la representación de la obra de teatro en asturiano *"Sardines"*, de Rosi Martínez, por el grupo de teatro de adultos del Ayuntamiento de Corvera de Asturias, en el Centro Cultural de Trasona.

### **29 de febrero:**

Socios de DIFAC participaron en un *"taller de invernaderos"*, en la Factoría Cultural de Avilés



**22 de abril:** Coincidiendo con la celebración del Día del Libro, DIFAC quiso dejar constancia en su 25 Aniversario del primer relato premiado en el concurso "Discapacidad y barreras".

Este concurso, celebrado en 1996, fue dirigido a escolares de 5.º y 6.º de Educación Primaria de los 30 colegios de la comarca de Avilés.

**8 de mayo:** Socios de DIFAC participaron en una nueva propuesta cultural del Ayuntamiento de Corvera de Asturias, *"Videofolixa del libro 2020"*, en el canal de youtube *"Territoriu Corvera"*.

Al no poder celebrarse el *"Día del Libro"* físicamente debido a la situación del confinamiento producida por la pandemia se celebró conjuntamente con el *"Día de les lletres asturianes"* virtualmente. Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=b9Q3u6VNp0E...>

La secretaria de DIFAC leyó dos poemas de autoría propia.



Domingo Martínez, presidente de honor de DIFAC, leyó un escrito relacionado con el “Día del Libro”.

Los socios Lucas, Nuria y Víctor recitaron el poema “*Cuando todo esto acabe*”, escrito por nuestro vicepresidente.



La socia Carmen Rodríguez leyó un fragmento del poema “*No te detengas*” de Walt Whitman

La socia Carmen Abella interpretó la canción “*Seguiremos*” de Macaco en lengua de signos.



El socio David Peláez recitó “*Canción para una lágrima*” del poeta Rafael Amor.

La socia Cristina Salas nos leyó unos párrafos de “*El alquimista*” de Paulo Coelho.



**22 de mayo:** Inauguramos nuestro club de lectura en línea “Leer para pensar”. La iniciativa nació a propuesta de la Asociación en tiempo de confinamiento, pero con la intención de sumarla a nuestras actividades habituales. Forma parte del taller de apoyo asociativo “Un espacio para compartir”.



El club está moderado por la escritora avilesina, y socia de DIFAC, Elma S. Vega y cuenta con la colaboración de la biblioteca pública municipal Bances Candamo de Avilés.

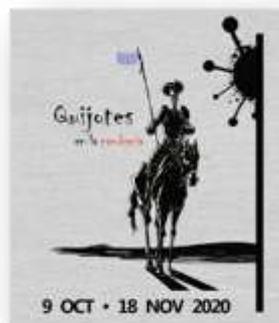
El club se gestiona a través de la red social Facebook. Solo podrán participar en él los lectores que previamente hayan sido invitados a unirse al grupo de Facebook «Leer para pensar».

El funcionamiento del club es sencillo. Cada cierto tiempo la

moderadora propondrá la lectura de un relato. Una vez lo hayan leído todos, empezaremos a comentarlo tras lanzar unas preguntas. Las normas del club permiten escribir comentarios y publicar documentos, enlaces, vídeos, etc. siempre y cuando el tema sea la lectura.

El objetivo del Club de lectura “Leer para pensar” es que DIFAC tenga un espacio propio y privado dedicado a la lectura. Una lectura que nos haga pensar, razonar, intercambiar inquietudes y conocimientos. En definitiva, crecer como personas.

**9 de octubre:** Asistimos a la inauguración de las “Quintas Jornadas cervantinas”, organizadas por el Ayuntamiento de Avilés y el Instituto Quevedo de las Artes del Humor, en el palacio de Valdecarzana (Avilés).



Con el título de "Quijotes en la pandemia", fueron inauguradas por la alcaldesa y la concejala de Cultura (Dña. Mariví Monteserín y Dña. Yolanda Alonso).

Se trata de una producción realizada expresamente para las Jornadas, comisariada por D. Juan García, secretario de la entidad, con la dirección técnica y gráfica de D. Ricardo Fernández, en representación del Área de Cultura.

La exposición presenta 34 obras de 30 firmas diferentes, la gran mayoría

autores españoles con presencia estable en medios repartidos por toda la geografía nacional, como *ABC*, *Diario de Jaén*, *Diario de Sevilla*, *Diario Sur*, *El Adelantado de Segovia*, *El Correo*, *El Mundo*, *El País*, los digitales *eldiario.es* y *EIPlural.com*, *La Vanguardia*, *Levante*, *Norte de Castilla*, *Noticias Tarragona*, *Nueva Tribuna*, *Público* o *TV3*, entre otros. Y también de otros países, como el italiano Mauro Biani (*La Republica*) o el venezolano Edo Ilustrado, de Miami.

**10 de octubre:** DIFAC asiste a la recreación teatralizada del alistamiento organizada por la Asociación Pedro Menendez de Avilés.

La recreación al aire libre en la plaza de Camposagrado, tuvo un gran éxito con un lleno total.



**26 y 27 de noviembre:**  
El albergue municipal de Avilés contactó con DIFAC para contarnos

una idea de cara a unas Navidades atípicas. La idea era montar un nacimiento gigante como símbolo de la Navidad y a su vez como un pueblo que trabaja, que construye, que no se rinde, donde todo está construido por acogidos, trabajadores y colaboradores del albergue a partir de cartones y plastilina....

Divididos en grupos y en diferentes días, y, con la idea de aportar nuestro granito de arena, los componentes de Habilidades Artísticas acudieron a la sede social de DIFAC para sumarse a este proyecto.



Siempre siguiendo las recomendaciones sanitarias nuestros socios hicieron unas simpáticas figuritas de ovejas de plastilina.

**3 de diciembre:** Aprovechando la celebración del Día Internacional de las Personas con Discapacidad algunos componentes del taller de Habilidades fueron al albergue de transeúntes de Avilés a llevar las figuritas hechas a modo de colaboración.



**18 de diciembre:** Asistimos a la “V Exposición Internacional de Arte Postal”, patrocinada por el Ayuntamiento de Avilés y en colaboración con CORREOS, en el palacio de Valdecarzana.

Bajo el lema «tierra», estará expuesta hasta el 15 de enero. Esta muestra consolida a la ciudad asturiana como la referente del Mail Art en la península, habida cuenta de las 500 obras recibidas, superando ediciones anteriores.

Por otro lado, y como novedad en esta edición, dicha colaboración se materializa con la emisión de un sello oficial dedicado al arte postal, surgido de la elección de una obra de entre la totalidad de las recibidas, y que Filatelia CORREOS pondrá en circulación en la próxima edición en 2021, dando con ello un importante espaldarazo al arte por correo.

**23 de diciembre:** De cara a las fiestas navideñas realizamos un taller de coronas de Navidad.



### ASOCIACIÓN CULTURAL LA SERRANA

**10 de febrero:** Asistimos a la celebración del segundo acto de los programados en conmemoración del “Veinticinco aniversario del centro de empresas La Curtidora”, con la comparecencia del director gerente de Tecnología y análisis de materiales, S.L., D. José Antonio Martínez Álvarez.

**13 de febrero:** Con ocasión del primer centenario del nacimiento del escritor Miguel Delibes, el grupo ornitológico Mavea y la Asociación Cultural La Serrana le dedicaron su tradicional ciclo de conferencias, que bajo el epígrafe de CIENCIA Y NATURALEZA organizan el primer mes de cada año.

Comenzó con la conferencia impartida por la catedrática de Literatura Española y codirectora de la "Cátedra Miguel Delibes", Dña. María Pilar Celma Valero con el título "*La narrativa de Miguel Delibes y su compromiso ético y estético*".

**17 de febrero:** Asistimos a la conferencia "*El antroxu y les mascaraes de invierno*" por el escritor, etnógrafo e ilustrador Alberto Álvarez Peña, quien habló de las tradiciones en nuestra comunidad autónoma.

**2 de marzo:** Asistimos a la conferencia "*Tiempos modernos*", impartida por Dña. Ana Álvarez de La Foz, formadora y dinamizadora para una ciudadanía digital responsable.

**9 de marzo:** La Asociación Cultural la Serrana nos informa del próximo ciclo de conferencias que da comienzo este lunes 9 y continuará durante los días 16, 23 y 30 del presente mes

**21 de diciembre:** Asistimos presencialmente a la presentación de "*Juana de Castilla*", la última novela de M.<sup>a</sup> Teresa Álvarez. La introducción estuvo a cargo de Joaquín de la Buelga.

### **3 Coro:**

Con la vocación de compartir la música con diferentes colectivos sociales.

Nació a finales del año 2011 con la clara vocación de compartir la música con diferentes personas de diversos colectivos sociales, especialmente aquéllos más vulnerables y aislados por factores de soledad y/o características personales.

Está compuesto por socios y dirigido por el también socio D. David Peláez.

Desde su nacimiento ha ido creciendo y sus canciones han sonado en muchos espacios de nuestro municipio. Ha llenado de canciones centros de mayores, centros culturales y asociaciones de vecinos, siempre intentando avivar alegrías, ilusiones y esperanzas y usando la música como vehículo para acercar a las personas.

Este año si bien pudo reunirse y ensayar, como habitualmente lo hacía, no pudo realizar ninguna de las actuaciones programadas debido a la situación sanitaria actual.

Si queremos dejar constancia de lo que significa para el director el coro y la labor que realiza; de igual modo lo que para el presidente de honor. He aquí unas transcripciones literales:



"Corría el año 2011, siendo Presidente Domingo Martínez Sola, cuando la socia A. Quintanilla apuntó la idea de reunir a un puñado de cantores", entre los que me incluía, para realizar una actividad que más tarde daría lugar al nacimiento de este CORO.

La compañera Quintanilla abandonaría pronto el proyecto por lo que se me eligió a mí para coordinar a este grupo de socias/os ansiosos de cantar.

Esto me brindó la posibilidad de buscar la "armonía", musical y humana, de un grupo que con el tiempo, y con mucha ilusión y esfuerzo, fue tomando forma; y de descubrir lo difícil que resulta encontrar esa "armonía" pero que me hizo sentirme a gusto y, a veces, hasta feliz por poder servir a esta CAUSA con toda humildad y orgullo.

Hoy puedo decir que el balance ha sido muy positivo con todos los claroscuros que implica estar al frente de un colectivo tan heterogéneo, pero que al mismo tiempo te enriquecen social y humanamente hasta el punto de llegar a "conocerme" un poco más.

Y mientras estos tiempos difíciles y feos pasan...

¡¡¡¡¡CANTEMOS!!!!

Director del Coro  
(David Peláez)



"Como miembro del CORO de DIFAC, tengo la satisfacción de haber contribuido musical y socialmente, a inolvidables instantes de alegría, ilusión, esperanza, recuerdos, vida..., de colectivos vulnerables. Personas que, por circunstancias de la vida viven aisladas social e individualmente.

Conseguir que de estas personas brotasen dulces, nostálgicas y

agradecidas sonrisas, ha sido muy gratificante. Me siento afortunado al recibir de sus cálidos y entrañables aplausos, mucho, mucho más de lo que he podido aportar.

Como máximo responsable de la Asociación en los momentos del nacimiento del CORO en 2011, expreso mi gratitud a David, por su aportación y lealtad.

Apostar por la música, es apostar por la vida..."

Presidente de honor de DIFAC  
(Domingo Martínez)

#### 4 Actividades deportivas:

Para DIFAC el deporte es un medio apropiado para conseguir valores de desarrollo personal y social: afán de superación, integración, tolerancia, responsabilidad...

No solo se obtienen beneficios físicos (mejora y mantiene la condición física y la coordinación, previenen las enfermedades por falta de movilidad y favorecen la seguridad y la flexibilidad de la persona con discapacidad en su vida diaria), sino también psicológicos, personales (cuidando y trabajando valores como la autoestima, el reto, la valía personal, el afán de superación, sentirse útiles...) y sociales.

El deporte es un buen medio para conseguir valores de desarrollo personal y social: integración, tolerancia, perseverancia, trabajo en equipo,...

#### Beneficios:

**Físico.** Mejora y mantiene la condición física y la coordinación, previene las enfermedades por falta de movilidad y favorece la seguridad y flexibilidad de la persona con discapacidad en su vida diaria.

### Psicológico-personal.

Cuidando y trabajando valores y aspectos personales tan importantes como la autoestima, la superación, la independencia, el afán de superación, la responsabilidad, la autodisciplina, la perseverancia, en definitiva, sentirse útiles...

**Social.** A través del deporte y la actividad física se fomentan aspectos fundamentales para el desarrollo social de la persona con discapacidad: habilidades sociales, tolerancia, empatía, motivación, trabajo en equipo,...

### Actuaciones:

Este año no pudimos celebrar nuestro tradicional campeonato de billar bola ocho en silla de ruedas debido a las restricciones sanitarias que nos impedían reunirnos como cada año. Esperamos y deseamos poder celebrarlo en 2021.

Lo que sí realizamos fue deporte a nivel individual y en pequeños grupos burbuja, senderismo, combinándolo con el uso de aparatos para mayores en los parques.

En los meses de verano pudimos disfrutar de la natación y como cada año acudimos a la playa de Salinas (Castrillón), donde además de la silla anfibia disponemos de baño adaptado.

**22 de julio:** Inauguramos la temporada de baños en la playa de Salinas (Castrillón).

Socios de DIFAC acompañados por la concejala de Derechos Sociales, el concejal de Interior y el jefe de Salvamento de Castrillón, pudieron disfrutar de un tiempo de ocio con la silla anfibia.



La playa de Salinas dispone de una silla anfibia situada en el baño adaptado que hay al lado del club náutico también dispone de una silla para personas con movilidad reducida que se puede usar por la arena.



Solo has de acercarte a los socorristas en horario de doce a siete para pedirles la silla anfibia, en caso de que tengan tiempo libre te pueden acompañar y te dan un paseo por la arena, te meten en el agua, y si no la ponen a tu disposición para que tú puedas bañarte.

### JORNADAS DE CONVIVENCIA

Su fin es el de fomentar la inclusión social y ofrecer la oportunidad para que los familiares y amigos participen en las actividades.

### 10 de diciembre:

DIFAC asistió a los actos celebrados con ocasión del Día Internacional de las Personas con Discapacidad, organizados por la Asociación "Llanera sin barreras".



### 3 DE DICIEMBRE DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Durante todo el año, nos preparamos para este día: un día de convivencia donde se hace balance del trabajo realizado. Cada año lo celebramos en un municipio de nuestro ámbito de actuación: Avilés, Castrillón, Corvera de Asturias e Illas.

#### Objetivos:

- Hacer visible al colectivo de discapacidad.
- Incluir a dicho colectivo entre el resto de la ciudadanía, para su uso y disfrute del entorno en igualdad de condiciones, con actividades lúdico-culturales que tienen gran eco en la comarca de Avilés y con proyección en el resto del Principado.
- Divulgar las capacidades del colectivo en el ámbito social.
- Dar a conocer las necesidades psico-sociales existentes.
- Que los medios de comunicación divulguen dichas actividades.

Este año ha sido diferente, debido a la crisis sanitaria existente derivada por la pandemia que nos atenaza. No hemos podido celebrarlo físicamente como habríamos querido, coincidiendo sobre todo con la celebración de nuestro 25.º Aniversario. Por ello hemos elaborado un vídeo en donde recopilamos parte de los momentos vividos y disfrutados durante estos 25 años y así lo queremos transmitir.

Podéis verlo en el siguiente enlace <https://youtu.be/dNICykvQNGM>.



## **MEDIOS DE COMUNICACIÓN**

### **“Difac organiza un taller de atención psicológica” “La Voz de Avilés”**

14 de enero

La Asociación de Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca (Difac) programa desde hoy en su sede social el taller "Atención Psicológica para ganar autonomía" que imparte la psicóloga Laura Feito. La actividad, gratuita, se desarrollará de 18.00 a 19.30 horas. El objetivo de la iniciativa es que las personas con discapacidad cuenten con herramientas y estrategias para llevar a cabo el proceso de ganar autonomía, saber desenvolverse para ser más autosuficientes y por lo tanto, más autónomos en la vida diaria.

### **“No hay trucos, la autoestima solo se mejora trabajándola” “La Voz de Avilés”**

15 de enero

La corverana imparte en la sede de Difac un taller para mejorar la autonomía emocional de quienes padecen discapacidades físicas Laura Feito Pérez. Psicóloga



Para la mayoría de las personas, sufrir una discapacidad física marca un antes y un después tanto en las relaciones con terceros como con ellas mismas. Y, a menudo, más allá de las evidentes secuelas físicas, la autoestima es la gran damnificada de ese proceso. Revertir ese daño es la tarea que se ha marcado la psicóloga Laura Feito Pérez (Molleda, 1988), quien, desde ayer y durante todos los martes del próximo trimestre, de 18 a 19.30 horas, imparte el taller 'Ser más autosuficiente para ganar autonomía' a una veintena de miembros de la asociación Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca (Difac).

-¿Es la autoestima una víctima más de la discapacidad física?

-Es algo que, según he notado, muchas personas que se han visto en esa situación tienen menos fortalecido. Por eso son importantes estos talleres. Se trata de concienciar a la gente de que tener una discapacidad limita, sí, pero mucho menos de lo que el propio afectado cree. En el momento en que se potencia la autoestima se fomenta la autonomía.

-¿Cómo es posible lograrlo?

-Trabajando. En esto no hay trucos, ni varitas mágicas que valgan. Hay que esforzarse día a día, dar pequeños pasos para hacer cosas que, hasta ese momento, se creían imposibles en solitario, dada la nueva realidad física de la persona.

-De ahí su importancia.

-Exacto. Este taller trata, precisamente, de potenciar la autonomía emocional porque, cuando somos independientes, cuando nos atrevemos a dar pasos y a afrontar situaciones que, por nuevas, nos generan ansiedad o estrés, es cuando verdaderamente le estamos plantando cara a la discapacidad. Es entonces cuando aumenta nuestra autoestima y nuestro concepto de nosotros mismos. Y no hay nada malo en esa ansiedad, cualquier persona la siente ante lo desconocido. Solo hay que dar pasos para afrontarla.

-¿Y los participantes están predispuestos a ello?

-Sí, aunque hay algunos temores. Por ejemplo, hay personas que tiene miedo a enfrentarse a la realidad cuando sus familiares no estén, cuando se queden sin ese apoyo. Somos nosotros, o nuestro entorno, los que, a menudo, nos limitamos.

-¿Qué papel juega ese entorno en todo el proceso?

-El entorno es fundamental. Sobre todo, para bien, aunque hay algunas situaciones especiales. No es fácil decir a los seres queridos que, a partir de ahora, se quiere hacer algo en solitario. Las familias tienden a la sobreprotección.

-¿Son usuales situaciones críticas?

-Hay casos de seres queridos que han dejado aparcadas cosas para cuidar de la persona discapacitada, y puede generarse un sentimiento de ingratitud o rechazo. Y, a la vez, en el discapacitado puede nacer un sentimiento de culpabilidad por ese supuesto rechazo. Es crucial enseñar a que decir que no se desea ayuda no tiene por qué ser algo malo.

-¿Son los más jóvenes o los veteranos quienes responden mejor?

-Más que una cuestión de edad, se trata de la actitud previa a la discapacidad. A menudo, quienes tenían una vida activa antes la siguen manteniendo. Hay un chico que hasta se ha lanzado a hacer zumba, pese a ir en silla de ruedas.

### **“Ejercicio mental para superar barreras” “Nueva España”**

15 de enero

**La Asociación de Discapacitados Físicos pone en marcha un taller sobre autonomía: "Se puede hacer más de lo que se cree"**



### **“Charla en la sede de DIFAC”** **“La Voz de Avilés”**

28 de enero



### **“DIFAC inicia una campaña de sensibilización sobre la discapacidad”** **“La Voz de Avilés”**

20 de febrero

La asociación Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca (Difac) celebrará este año su 25 aniversario y dentro de las actividades previstas pondrá en marcha en mayo una campaña de sensibilización con integrantes del Consejo Municipal de Infancia y Adolescencia, que se denominará 'Avilés hacia la inclusión'.

La asociación tendrá una primera toma de contacto con los estudiantes hoy jueves, a partir de las cinco de la tarde, en su sede de la calle de Sabino Álvarez Gendín. La junta directiva conocerá a los niños y conjuntamente con su arquitecto, Federico Sáez, les explicará la inclusión y se planificará la actividad a realizar en el próximo mes de mayo.

Difac también pondrá en marcha otras iniciativas a lo largo de 2020 para celebrar sus 'bodas de plata' en la ciudad.

21 de febrero:

<https://www.elcomercio.es/.../difac-sensibiliza-ninos...>

### **“Difac celebra sus 25 años con relatos sobre la discapacidad”** **“Nueva España”**

23 de abril

Coincidiendo con la celebración del Día del Libro, la Asociación de Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca (Difac) ha querido dejar constancia también de la celebración de su 25.º aniversario dando a conocer el primer relato premiado en el concurso "Discapacidad y barreras". Este certamen fue celebrado en 1996 y participaron escolares de quinto y sexto cursos de Primaria de los 30 colegios de la comarca avilesina. Actualmente su autor David Pérez Rodríguez escribe obras de teatro. La obra está colgada en las redes sociales de la asociación para que las personas que la lean puedan participar con sus comentarios.

### “El Ayuntamiento tendrá ascensor para acceder a la segunda planta” “La Voz de Avilés”

24 de mayo

Se instalará en el ala izquierda del edificio afectando a las escaleras y los aseos, y tendrá un presupuesto de casi 121.000 euros



La Casa Consistorial tendrá ascensor y eliminará así una de las barreras arquitectónicas más importantes que impiden el acceso fluido a la segunda planta del Ayuntamiento en la que se encuentran los despachos de los concejales, Alcaldía, el salón de recepciones y el de plenos, es decir, las estancias en las que se realizan todos los actos públicos y se celebran, por ejemplo, la bodas civiles.

El Ayuntamiento acaba de iniciar la contratación de la instalación de este equipo basándose en el proyecto diseñado por el arquitecto municipal Julio Redondo y que obliga a reordenar las escaleras del área izquierda del edificio histórico y los baños situados también en esta zona. El presupuesto de construcción es de 120.956 euros y una vez adjudicada la obra estará finalizada en ochenta días, según se recoge en las bases que rigen la contratación publicadas esta semana

Aunque a finales del pasado siglo se instaló una plataforma elevadora en las escaleras del ala derecha del edificio y algunos años más adelante otra en el ala izquierda, eso no ha conseguido eliminar sus barreras dada la complejidad de uso, de ahí que se estudiase distintas soluciones para ubicar el ascensor a lo largo de estos años. Finalmente se ha optado por intervenir en las tres plantas ubicadas en el ala izquierda de la Casa Consistorial con acceso desde el vestíbulo principal de entrada. Es decir, desde el bajo, la primera planta en la que se ubica Secretaría y la segunda.

La obra se desarrollará concretamente en el espacio que actualmente ocupa la escalera de acceso a la planta primera y los aseos de la planta segunda, que serán reordenados. Además, esa obra también servirá para crear un nuevo aseo habilitado para personas con movilidad reducida.

En la memoria de la obra ya se aclara que no se va a intervenir sobre elementos originales del edificio histórico, sino sobre zonas que se han ido adecuando para dar respuesta a las necesidades para prestar servicios administrativos en el inmueble y que se sitúan en el ala izquierda.

«Dadas las condiciones del edificio sobre el que se actúa, los criterios de intervención obedecen a los objetivos de mínimo impacto y mayor respeto a las características materiales y tipologías del inmueble. El proyecto mejora sensiblemente las características funcionales y de

accesibilidad, emplazando el aparato elevador en una crujía que no afecta a ningún elemento relevante de interés histórico-artístico. El ascensor dará servicio sin afectar prácticamente a la configuración arquitectónica original», se indica en el proyecto de obra hecho público.

### **“Los jóvenes analizan los aparcamientos para discapacitados”** **“La Voz de Avilés”**

25 de mayo

<https://www.elcomercio.es/.../jovenes-analizan...>

### **“DIFAC inaugura hoy la temporada de baño”** **“La Voz de Avilés”**

22 de julio

La asociación de discapacitados físicos DIFAC inaugurará hoy, a las 13 horas, en la playa de Salinas la temporada de baños. Como cada año, socios de la entidad, usuarios de sillas de ruedas, usarán la silla anfibia o anfibuggy, que durante todo el verano está disponible para todas las personas con movilidad reducida que quieran utilizarla en la zona del balneario de este arenal, donde además hay un baño adaptado.

### **“Salinas sigue rompiendo barreras”** **“La Voz de Avilés”**

23 de julio

Los socios de Difac iniciaron ayer la temporada de baño en este arenal gracias a las sillas anfibas que les permiten entrar en el mar



Los socios de Difac inauguraron la temporada acompañados de Carmen Piedralba y Javier González.

La temporada de baño se inició ayer en la playa de Salinas para los socios de la asociación de Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca (Difac), que se acercaron hasta el arenal para probar la silla anfibia. Un equipo que durante toda la

época estival estará a disposición de todos los usuarios de sillas de ruedas que acudan a esta playa y lo soliciten.

El primer baño de la temporada se lo dio José Manuel Canteli, un vecino de Piedras Blancas que llevaba dos años sin meterse en el mar y salió encantado después de un baño que le supo sobre todo a «libertad». Acompañado de familiares y amigos, y ayudado por uno de los socorristas de Salinas, José Manuel pudo disfrutar de las olas en un día en el que el agua «estaba estupenda». Según explicó al dejar la silla anfibia. Lo mejor de la experiencia fue «la sensación que producen las olas cuando rompen y sentir en la piel el salitre del agua». Una actividad que recomienda a cualquier usuario ya que, además «de dar una sensación de libertad, ayuda a la lesión».

Los socios de Difac que acudieron ayer a la inauguración de la temporada de baños coincidían en destacar la importancia de este servicio que ofrece la playa de Salinas y que es poco utilizado, debido a la falta de promoción y al desconocimiento por parte de muchos usuarios de su existencia. «Está poco difundido y además hace falta darle un poco más de visibilidad para que la gente se anime», señalaban ayer varios socios, entre ellos el presidente de la entidad, Julián Valdivia, que también se mostró muy satisfecho con las reformas realizadas el año pasado en el baño adaptado de este arenal, que actualmente permite que cualquier usuario de silla de ruedas pueda hacer uso de este espacio de forma autónoma e independiente.

La concejala de Servicios Sociales, Carmen Piedralba, que acudió junto al concejal de Interior, Javier González, tomaron nota sobre la necesidad de una mayor información.

### **“Los discapacitados denuncian obstáculos para viajar en autobús”**

**“La Voz de Avilés”**

30 de julio

Los usuarios con movilidad reducida critican los continuos fallos de las plataformas y la falta de accesibilidad de las paradas



Viajar en autobús se ha convertido en una misión casi imposible para los usuarios de sillas de ruedas de la comarca que a diario tienen que lidiar con las trabas y problemas que se les presentan, especialmente debido a la falta de accesibilidad de las paradas y a las continuas averías que sufren las plataformas de las que disponen los coches de la compañía del Tranvía Eléctrico.

Muchos han desistido y han dejado de utilizar este tipo de transporte, otros, sin embargo, tienen que seguir utilizándolo a diario, pero frustrados por los inconvenientes que se les plantean. Es el caso de Carmen Abella, que lleva años viajando en autobús a diario y para la que ya son normales situaciones como tener que esperar a otro autobús porque el que pasa a su hora tiene la rampa estropeada, no poder bajarse en su parada porque la plataforma no funciona y tener que esperar a que el conductor deje viajeros en otro lugar, o incluso ver como el vehículo la deja en la parada, alegando el conductor que «no va a pelear con la gente que hay en la plaza reservada para minusválidos».

Pero Carmen, una joven deportista y con una silla manual, a veces puede hacer frente a estos problemas subiendo por la puerta delantera, con el peligro que ello conlleva. Más difícil es la situación de usuarios de sillas más pesadas y con menos movilidad como Lucas Morán, que todos los días sufre algún percance, y espera un mínimo de media hora hasta que pasa el siguiente coche.

### **Difac urge que las terrazas de hostelería cumplan la normativa de accesibilidad** **“La Voz de Avilés”**

12 de agosto

**La entidad presenta varias sugerencias como la creación de rampas o plataformas en los espacios que ocupen plazas de aparcamiento**

El borrador de la nueva ordenanza de terrazas ha recibido varias aportaciones de particulares y entidades vinculadas como la Ucayc, la asociación Es Retina o Difac, que han buscado añadir sus puntos de vista al texto que irá a aprobación inicial del Pleno.

Mientras la Ucayc apostaba por un estudio individualizado y flexibilidad de manera que algunas terrazas puedan mantenerse pegadas a las fachadas, desde Difac reclaman lo contrario. En su escrito urgen que las terrazas cumplan con la normativa vigente a nivel estatal en materia de accesibilidad. «Queremos que no se creen más barreras y se respete la distancia con las fachadas, que está fijada en 1,8 metros», explicaba ayer su presidente, Julián Valdavidá.

Esa es solo una de sus aportaciones, que también piden al gobierno local que no haga a las personas de movilidad reducida circular con sus sillas de ruedas por «las calles adoquinadas, lo suyo sería crear los itinerarios en las aceras». Bajo su lema de que la mejor barrera arquitectónica eliminada es la no creada, reclaman también que en aquellas zonas en las que las terrazas deban ocupar plazas de aparcamiento «se eleven hasta el nivel del bordillo mediante plataformas o se creen rampas adecuadas a las sillas de ruedas, pero no por la zona exterior sino desde la acera, que no tengamos que salir a la carretera para acceder a las mesas», apunta Valdavidá.

Por otro lado, en esta misma línea sugieren que se tenga en cuenta en la normativa aquellos casos en los que los hosteleros quieran llevar luz a las terrazas separadas del edificio, «deberían hacerlo a dos metros del suelo a través de sistemas que permitan llevar el cableado por el aire, nunca por el suelo porque las sillas de ruedas no pasan por encima de cables», recalcó el presidente de Difac, que hizo hincapié en que «nosotros tenemos muy claro que estamos a favor de las terrazas, pero siempre que no se creen barreras donde ahora no las hay. Todos deberían cumplir la normativa y para eso el Ayuntamiento debería informarles cuando piden las licencias sobre toda la legislación en materia de accesibilidad».

Tras recibir los cinco formularios y aportaciones, los servicios técnicos ya han comenzado a analizar las sugerencias presentadas. «Se ha cumplido el objetivo de la

consulta pública previa, recabando la opinión de la hostelería y de algunas de las organizaciones más representativas que potencialmente se verán afectadas por la futura ordenanza», señaló ayer el concejal de Movilidad, Pelayo García.

Una vez evaluadas todas las propuestas, y siempre y cuando se considere procedente en función de las aportaciones formuladas, se modificará la redacción del Borrador de la Ordenanza con el fin de iniciar los trámites previstos en el Reglamento Orgánico Municipal para llevarla al Pleno y que se debata su aprobación inicial.

### **"Queremos un transporte de calidad y defender a las personas", claman en Avilés**

20 de agosto

**Los asistentes a la manifestación piden un aumento de frecuencias para evitar aglomeraciones**



"Queremos un transporte de calidad, que recuperen las frecuencias y defender a las personas", remarca Manuel Miranda, presidente vecinal de La Luz y uno de los impulsores de la manifestación para reclamar una mejora del transporte público comarcal. Unas doscientas personas participaron en la movilización en la que hubo diversas peticiones como la adaptabilidad de los autobuses para personas con movilidad reducida así como la recuperación de las frecuencias y horarios, todo para evitar aglomeraciones y no "eternizar" las esperas de los usuarios en las marquesinas. "Los vecinos de la periferia son los más sufren este problema y tenemos que apoyar su lógica reclamación", señaló Mino Nieto, presidente vecinal del Carbayedo. "No puede ser que el Ayuntamiento se comporte como una empresa y lo que diga Alsa va a misa", comentaron varios dirigentes vecinales. "Y siempre pagamos los de siempre", añadió Pedro Majada, presidente vecinal de La Magdalena.

La movilización contó con la participación de los trabajadores de Alsa y del comité de esa empresa además del colectivo de pensionistas, entre otros. La manifestación partió de la estación de autobuses y finalizó en El Parche, algo más de una hora después. .

### **Manifestación de las entidades vecinales de la comarca por el transporte público**

**"La Voz de Avilés"**

20 de agosto

Las asociaciones vecinales y sociales de la comarca, junto a trabajadores del transporte público urbano e interurbano han convocado para hoy un nuevo acto reivindicativo para reclamar mejoras en los servicios. Se llevará a cabo una

manifestación, que partirá de la rotonda de la estación de autobuses a las 12 horas y llegará a la plaza de España frente al Ayuntamiento de Avilés.

Reclaman la apertura de las taquillas así como la recuperación de las frecuencias de autobús perdidas durante el estado de alarma. A esto se sumará mañana viernes una concentración de 11 a 13 horas frente al Consistorio.

### **“Difac pide una oficina de accesibilidad en el Ayuntamiento de Avilés”**

#### **“La Voz de Avilés”**

11 de septiembre

Los miembros de la asociación de Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca (DIFAC) se reunieron ayer con representantes de los grupos municipales del Partido Popular y también de Vox, para trasladarles una serie de peticiones de las que ya han informado en la comisión de eliminación de barreras del Ayuntamiento pero a las que no se les ha puesto solución, como son la falta de mantenimiento en varios pasos de peatones de la ciudad, los continuos problemas con las rampas de acceso a los autobuses y la necesidad de crear una oficina de accesibilidad dentro del Consistorio.

Según explicó el presidente de Difac, Juan Valdavida, al término del encuentro con los populares, la principal petición de la asociación es la creación de una oficina de accesibilidad dentro del Ayuntamiento, en la que un celador haga un seguimiento de los elementos de la ciudad que precisan mantenimiento. Un trabajo para el que desde la asociación también ofrecen su colaboración aportando información sobre las zonas que están en peor estado. Precisamente, otra de sus reivindicaciones tiene que ver con la necesidad de arreglar varios pasos de peatones de la ciudad que «están llenos de baches y tienen mal el piso». Las zonas que más problemas presenten respecto a esto son la calle Gutiérrez Herrero, la glorieta de Los Canapés y la entrada a la calle del Carmen desde este punto.

Además, existen otros problemas como la falta de control con las tarjetas de aparcamiento o los lugares en los que se colocan las señales de plaza habilitada.

### **Cambia Avilés y Ciudadanos reclaman la reunión de la comisión de barreras**

#### **“La Voz de Avilés”**

17 de septiembre

La asociación de Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca se ha reunido esta semana con Ciudadanos y con Cambia Avilés. Ambos partidos asumen las reclamaciones de la entidad y muestran su preocupación por las barreas arquitectónicas existentes por lo que pedirán la convocatoria de la comisión municipal existente para abordar esta cuestión, que hace un año que no se reúne.

Ciudadanos se reunió el martes con Difac y en la comisión de Urbanismo celebrada ese día ya reclamó al equipo de gobierno esa reunión, que se podría convocar en octubre. Mientras que Cambia Avilés lo hizo ayer y también pedirá esa convocatoria en el Pleno de mañana viernes, a la vez que planteará que en los presupuestos municipales se recoja una partida específica para la eliminación de barreras en la ciudad.

Es una de las cuestiones que ha planteado Difac a ambas organizaciones, además pide que se cree un servicio de inspección que detecte las deficiencias que dificultan la movilidad de las personas con alguna discapacidad.

Tanto Cambia Avilés como Ciudadanos hacen suyas estas peticiones y señalan las deficiencias que afectan a muchos puntos de la ciudad y que dificultan el día a día de las personas con discapacidad.

Por su parte, Ciudadanos también mostró su preocupación por la falta de taxis adaptados en el municipio, «lo que les obliga en ocasiones a reservar un servicio para ir al médico por ejemplo con una semana de antelación». El PP preguntará directamente en el Pleno por este problema y si se está estudiando alguna solución. Además, se interesará por el momento de tramitación en que se encuentra la instalación del ascensor en el Ayuntamiento, concurso que quedó desierto inicialmente.

### **“Castrillón celebra el Día de la Accesibilidad”** **“La Voz de Avilés”**

26 de septiembre



La asociación de discapacitados físicos de Avilés y comarca, Difac, celebró ayer la XII edición del día de la accesibilidad en el centro cultural Valey de Piedras Blancas. El colectivo organizó varias actividades y contó con la colaboración de niños y adolescentes de Castrillón.

### **Contra viento y marea y a pesar del COVID 19.** **“Nueva España”**

26 de septiembre

La infancia y la adolescencia de Castrillón comprometida con su municipio, trabajando codo con codo con Difac y con el Ayuntamiento para que el municipio sea accesible.

Al igual que el año pasado el grupo de participación trasladará a la Comisión de Barreras del Ayuntamiento de Castrillón sus sugerencias sobre lo vivido en esta jornada.

<https://www.lne.es/.../difac-pide.../2687637.html>

### **“Los adolescentes descubren los retos de la ciudad sobre una silla de ruedas”** **“La Voz de Avilés”**

2 de octubre



### **“El paso de peatones del puente Azud se adecuará para hacerlo accesible”** **“Nueva España”**

2 de octubre

El paso de peatones del puente Azud se adaptará para facilitar el tránsito de las personas con movilidad reducida. Es una de las actuaciones que se acometerán en Avilés en materia de accesibilidad y que se suman a las medidas que se van incorporando en los proyectos de obra nueva, que incluyen ya criterios de accesibilidad. En lo que va de año se han adaptado pasos de peatones en El Carbayedo, en la calle Amistad, Luis Bayón y Valdés Salas. También se han reformado los de la calle Fruela con Amistad y los de Fernando Morán con José Cueto. Además, se han ejecutado rebajes en las plazas de movilidad reducida de la plaza Donantes de Sangre y se han habilitado dos nuevas plazas de movilidad reducida en La Paz. "Entre las actuaciones ejecutadas se encuentran todas las demandas trasladadas en la comisión de barreras", señaló el edil Pelayo García.

### “Tres líneas comarcales de autobús recuperan el martes sus frecuencias” “La Voz de Avilés”

8 de octubre

El Consorcio de Transportes restaura los servicios urbanos que circulaban en la comarca antes de la pandemia en la línea 1, la 4 y la 6



<https://www.elcomercio.es/.../tres-lineas-comarcales...>

### “Las asociaciones de Avilés reclaman tarimas para elevar las terrazas y hacerlas accesibles” “La Voz de Avilés”

17 de octubre:

La comisión para la eliminación de barreras arquitectónicas revisó las actuaciones del último año, con una inversión de 50.000 euros



<https://www.elcomercio.es/aviles/asociaciones-reclaman-tarimas-20201017005240-ntvo.html>

“25 años sin dejar de rodar”  
“Nueva España”

27 de octubre



Artículo publicado en La Nueva España, dentro de la sección "Píldoras de salud", el de 2020.

“Difac inaugura su exposición de fotos”  
“La Voz de Avilés”

25 de noviembre

Publicación sobre la entrega de premios del concurso de fotografía de DIFAC "ENFOCA LA disCAPACIDAD".

<https://www.elcomercio.es/.../difac-inaugura-exposicion...>

“25º Aniversario de DIFAC”  
“La Voz de Avilés” y “Nueva España”

25 de noviembre

Reseñas de la celebración de nuestro Aniversario.





**“Difac entrega los premios del concurso de fotografía ENFOCA LA disCAPACIDAD”**

**“La Voz de Avilés” y “Nueva España”**

26 de noviembre

Reseñas de entrega de premios del concurso de fotografía "ENFOCA LA disCAPACIDAD" a escolares de Avilés y Castrillón.



Con la entrega de estos premios se culmina la totalidad de los mismos, ya que la semana anterior se entregó el de Gabriel Pardo (Illas).

<https://www.elcomercio.es/.../difac-entrega-premios...>

Cuando mejore la situación sanitaria se expondrá la exposición de Avilés en la Factoría Cultural de Avilés.

<https://www.lne.es/.../difac-premia-escolares-mejores...>

### “Entrega de mamparas contra el coronavirus” “La Voz de Avilés”

3 de diciembre



<https://www.elcomercio.es/.../entrega-mamparas...>

“3-D, Día Internacional de las Personas con Discapacidad”  
 “La Voz de Avilés”

3 de diciembre

EL COMERCIO

AVILÉS 9

# 400.000 bombillas brillan esta Navidad

El encendido oficial tendrá lugar mañana a las siete de la tarde de forma simultánea en las calles del centro y los barrios

A.L. JARBINA

Avilés. Que esta Navidad sea la más cálida en muchos años no le pone en duda. Todavía no está ni el árbol y con quien vamos a poder pasar las fiestas, pero el interior de Avilés estará decorado con miles de bombillas y iluminadas para la ocasión como nunca la tradición. En total serán 400.000 bombillas las que darán luz a las calles y plazas de la ciudad, una inversión que ha alcanzado los 90.000 euros y que ha hecho posible el Ayuntamiento en colaboración con los comercios y la fondería de Avilés, a través de la Unay.

Además de las luces que recorren las calles, en el centro de la plaza de España se ha instalado

un año más un enorme árbol luminoso y transmitido de 22 metros de alto.

Y a partir de cuando se podrá ver todos estos luces especiales? El encendido oficial tendrá lugar mañana viernes a las siete de la tarde en un acto que se desarrollará en el edificio de recepciones del Ayuntamiento y que será retransmitido en directo a través de las redes sociales municipales.

El acto culminará con un concierto a cargo del abenizado del Jubón Orfeo. Consta con la presencia de la alcaldesa de Avilés, María Montenegro, y de la concejala de Cultura, Virginia Álvarez. Y será presentado por la periodista avilésina Paloma Fernández Llera.

Un día más tarde, el sábado, se encenderá una de las grandes novedades de este año, una gran caja de regalo luminosa instalada en la plaza de Álvarez Areabál. Se trata de un árbol de seis por seis metros iluminado por más de 8.000 bombillas led que cambian de color formando intrincadas figuras geométricas y que acompañan unas melodías navideñas a las horas punta.

### La Exposición

En La Exposición, volverá a instalarse el recinto de 'Navidó', que si las restricciones lo permiten

La concejala de Festejos ha confirmado que está garantizada la presencia de los Reyes Magos, pero se descarta la cabalgata

### El Atrio tiene el Belén más histórico

También ha llegado la Navidad al centro comercial El Atrio, donde se ha instalado un enorme Belén realizado con elementos de Playmobil que concentra en pocos metros diferentes etapas históricas.

El árbol transitable ya está instalado en la plaza de España. MARRÍA

se podrá ir arriba el viernes 18 de diciembre. Un arco luminoso cubrirá la entrada junto un árbol de diez metros. También

se celebrará la Feria de Artesanía de Avilés, que alcanzará su XXX edición. La concejala de Festejos ha con-

firmado que esta Navidad la presencia de los Reyes Magos en Avilés de ningún modo, aunque se descarta la cabalgata.

## 3-D

Día Internacional de las Personas con Discapacidad

3 de diciembre de 2020

ifac  
25 Años Redondo  
25 años por la Accesibilidad

Ante la imposibilidad de hacerlo físicamente hemos elaborado un vídeo. Podrás verlo a partir del 3 de diciembre en: [www.ifac.es](http://www.ifac.es)

Colaboran:

- Ayuntamiento de Castro Urdiales
- Ayuntamiento de San Sebastián
- Unidad Española de Personas con Discapacidad Física de REAF
- postobal
- Fertiberria
- Olea Social 'La Caba'
- LA VOZ DE AVILÉS



DISCAPACITADOS FÍSICOS DE AVILÉS Y COMARCA

AVILÉS, CASTRILLÓN, CORVERA DE ASTURIAS E ILLAS

C/Sabino Álvarez Gendín, nº 26 - bajo

33402 - Avilés (Asturias)

Tfnos.: 985.551.501/984.065.264/ 695.572.822

Correo electrónico: [difac95@yahoo.es](mailto:difac95@yahoo.es)

Página web: [www.difac.es](http://www.difac.es)

Redes sociales:

