

<https://www.predif-asturias.org/>

ÍNDICE

CERMI ASTURIAS	1
PREDIF ESTATAL	1
PREDIF ASTURIAS - Información relevante.....	2
PROGRAMA DE ORIENTACIÓN Y ASESORAMIENTO PARA LA AUTONOMÍA PERSONAL EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA.....	3
PROGRAMA DE PISOS AUTÓNOMOS	4
SERVICIO INTEGRAL DE ASISTENCIA PERSONAL SIAP - PREDIF Asturias.....	5
PROGRAMA DE REHABILITACIÓN FUNCIONAL EN EL MEDIO RURAL	6
PROMOCIÓN DE LA ACCESIBILIDAD UNIVERSAL Y EL DISEÑO PARA TODOS EN EL ÁMBITO TURÍSTICO	7
INFORMACIÓN FACILITADA POR LAS ENTIDADES DE PREDIF ASTURIAS	8

PREDIF ESTATAL

PREDIF ES UNA ENTIDAD SIN ÁNIMO DE LUCRO DE ÁMBITO ESTATAL, DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA, QUE REPRESENTA Y PROMUEVE ACCIONES A FAVOR DE CASI 100.000 PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA.

Noticias de interés:

La asistencia personal se consolida como oportunidad laboral para mujeres en riesgo de exclusión social

[» La asistencia personal se consolida como oportunidad laboral para mujeres en riesgo de exclusión social- IMPULSA IGUALDAD](#)

IMPULSA IGUALDAD e IMPULSA IGUALDAD Castilla y León ofrecen por sexto año consecutivo formación gratuita en asistencia personal a mujeres en riesgo de exclusión social con el fin de que puedan trabajar como asistentes personales. Este curso forma parte del proyecto 'Empoderamiento, prevención y detección de la violencia de género en las mujeres con discapacidad: la triple mirada de la asistencia personal'

IMPULSA IGUALDAD reclama mayor apoyo público para la adquisición de material ortoprotésico

[» Impulsa Igualdad reclama mayor apoyo público para la adquisición de material ortoprotésico-IMPULSA IGUALDAD](#)

Con motivo del **Día Internacional de la Silla de ruedas** (01 de marzo) desde Impulsa Igualdad se manifiesta la importancia de garantizar la obtención de esta herramienta a todas las personas que la necesiten para garantizar su autonomía. En el mundo aproximadamente **100 millones** de personas precisan una silla de ruedas, pero tan solo entre el 5 y el 15% de la población tienen acceso a una de éstas.

Otras noticias aquí:

[Noticias - IMPULSA IGUALDAD](#)

CERMI ASTURIAS

El **CERMI-Asturias** es exclusivamente una entidad de acción política de carácter representativo, que no sustituye ni anula la labor propia de las entidades asociadas, no llevando a cabo, por tanto, actividades de prestación o gestión de servicios y programas con incidencia directa entre las personas con discapacidad.

EL **OBJETIVO** PRINCIPAL DEL CERMI ASTURIAS ES ELEVAR EL GRADO DE INTEGRACIÓN SOCIAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN EL PRINCIPADO DE ASTURIAS. LA FEDERACIÓN PREDIF ASTURIAS ES MIEMBRO DEL CERMI ASTURIAS.

El CERMI-Asturias traslada ante los Poderes Públicos, los distintos agentes y operadores y la sociedad, mediante propuestas articuladas y contrastadas técnicamente, las necesidades y demandas del colectivo de la discapacidad, asumiendo su representación, convirtiéndose en interlocutor y referente del sector, para promover la plenitud de derechos, la no discriminación, la igualdad de oportunidades, y en general, la mejora de las condiciones de vida de los ciudadanos españoles con discapacidad y de sus familias.

Dentro del CERMI Asturias, hay varios grupos/comisiones técnicas: accesibilidad, sanidad, empleo, educación y de servicios sociales, constituidas por representantes y técnicos de las distintas entidades.

Página web CERMI Asturias:

<http://www.cermiasturias.org/>

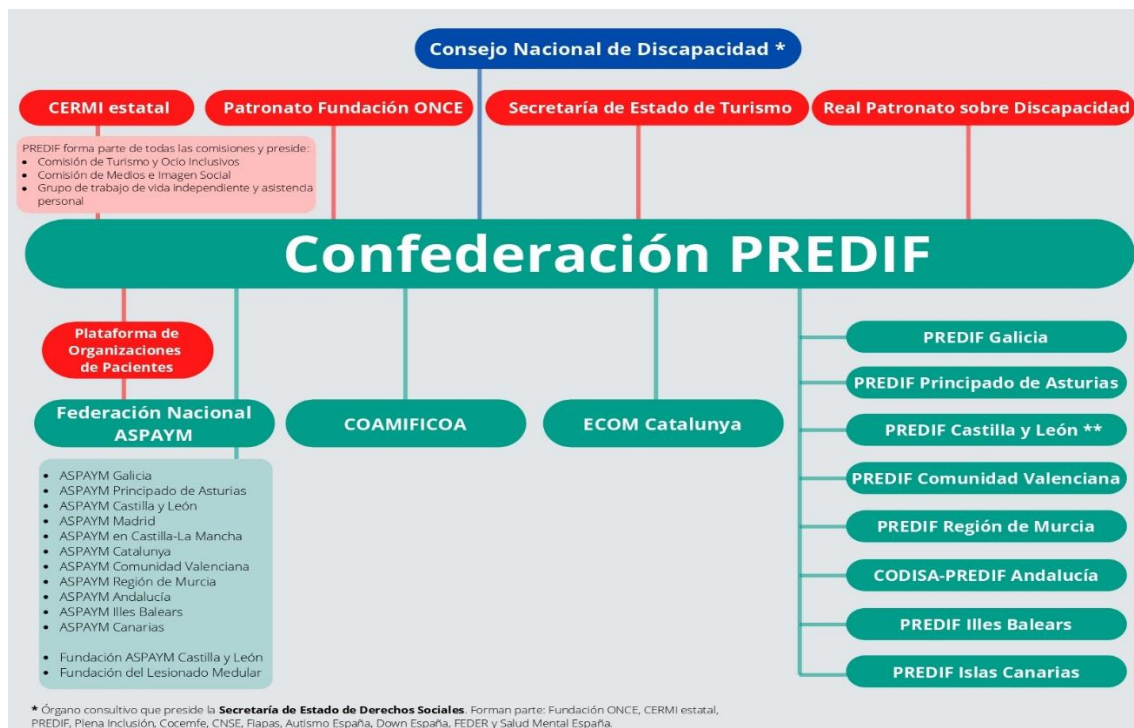
PREDIF ASTURIAS - Información relevante

La Federación PREDIF Asturias es una entidad sin ánimo de lucro, declarada de Utilidad Pública a fecha 13 de diciembre de 2022 y de ámbito de actuación autonómico, que representa a más de 1.300 personas con Discapacidad Física en el Principado de Asturias, y realiza programas a favor del colectivo de personas con discapacidad gravemente afectadas, de forma directa e indirecta, promoviendo acciones en beneficio de todo el colectivo.

Cuenta con una experiencia, a través de su Confederación Estatal PREDIF y de sus Asociaciones miembros, de más de 30 años de trabajo en el colectivo de personas con discapacidad.

La Federación PREDIF Asturias es integrante del CERMI Asturias.

PREDIF Asturias con fecha 10 de enero del 2023, recibe por resolución expresa la confirmación de estar inscrita en el Registro de Entidades de Voluntariado del Principado de Asturias con el número 154.



PROGRAMA DE ORIENTACIÓN Y ASESORAMIENTO PARA LA AUTONOMÍA PERSONAL EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA

PREDIF Asturias está formada por varias entidades, y la función principal dentro de este programa está dirigida a, mantener en contacto permanente a todas las entidades miembros de PREDIF Asturias por medio de llamadas telefónicas (**Inés Pellico Alonso- Trabajadora Social – 684 62 91 01**), o por medio de correo electrónico (trabajosocial@predif-asturias.org), informando, asesorando y orientando en temáticas variadas: subvenciones y su tramitación, eventos, actividades culturales, de ocio y tiempo libre y todas aquellas consultas y orientaciones que las entidades nos hagan llegar relativas a la discapacidad física y/o pluridiscapacidad, empleando así una metodología de trabajo en red de tal forma que exista una coordinación entre todas ellas.

Además, desde este programa se lleva a cabo la preparación de toda la documentación necesaria para presentar proyectos/programas de la entidad ante convocatorias de subvenciones y también se elabora su correspondiente justificación. Incluyendo también la elaboración de documentación relativa a la entidad de PREDIF Asturias.

Se suben noticias a la web de PREDIF ASTURIAS. <https://www.predif-asturias.org/>

Información trasladada a lo largo de estos meses:

- Se envía información a las entidades miembro para invitarles a participar en una actividad de SPA organizada por PREDIF Asturias
- Se envía información a las entidades miembro para invitarles a participar en una actividad de SKI Adaptado organizada por PREDIF Asturias
- Se les reenvía un correo con información para participar en el LAB de Impulsa Igualdad, un espacio donde se compartirán proyectos innovadores
- Se les envía información sobre la disponibilidad de las tarifas subvencionadas en el Servicio Integral de Asistencia Personal para todos los socios/as de las entidades miembro de PREDIF Asturias
- Se les solicita a las entidades miembro el número actual de socios de cada entidad
- Se les envía información sobre el viaje del IMSERSO, se les envía un cuestionario de elección del destino y, información general para inscribirse al mismo

Otras actuaciones:

- Se elabora el documento de renovación anual de la inscripción en el registro de entidades ciudadanas del Ayuntamiento de Oviedo.
- Se participa en la reunión de la Comisión de Gestión de Documentación y se elabora la inscripción en el registro de entidades del voluntariado de FAVIDA.
- Se acude a la reunión convocada por el Ayuntamiento de Oviedo para hablar sobre la convocatoria plurianual.

PROGRAMA DE PISOS AUTÓNOMOS

PREDIF ASTURIAS CONTINÚA CON EL PROYECTO DE PISOS AUTÓNOMOS FACILITANDO EL ACCESO A VIVIENDAS ACCESIBLES A PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Gracias a la colaboración percibida por parte de la **Fundación Once y de la Consejería de Derechos Sociales y Bienestar**, continuamos con el Proyecto de Pisos Autónomos, el cual dio comienzo el 01 de septiembre de 2023.

Este proyecto constituye un objetivo novedoso ya que no existe un proyecto similar en el Principado de Asturias. A través de este, pretendemos apoyar a las personas con discapacidad física en su proceso de emancipación y consecución de su proyecto de vida independiente, proporcionándoles para ello, una asistencia personal que conlleve a la plena independencia, empoderamiento y autonomía. De esta forma, pretendemos conseguir que las personas con discapacidad que siempre han vivido en su entorno familiar y que quieren experimentar vivir de una forma independiente con apoyos, puedan acceder a una vivienda autónoma compartida.

Todavía disponemos de **2 plazas** en el piso por lo que queremos dar la oportunidad de acceder al piso accesible y compartido por personas con discapacidad en el Centro Intergeneracional de OVIDA, sito en la Calle Lena nº5, Oviedo, a una persona más.

Entre los requisitos para ser **beneficiario** de este proyecto se encuentran:

1. Tener el certificado de discapacidad y/o dependencia o estar en trámite
2. Tener una edad comprendida entre 18 y 65 años
3. Ubicación del piso en Oviedo, por lo que el beneficiario residiría en esta localidad
4. Tener capacidad de desenvolvimiento personal y social y de toma de decisiones, siendo importante tener un grado de autonomía que favorezca esta integración

En el piso se contará con el apoyo del servicio de Asistencia Personal **GRATUITO hasta el 31 de diciembre del 2024**, que se organizará en función de las necesidades de los convivientes y del propio piso.

Durante el periodo de convivencia, desde PREDIF ASTURIAS, se realizará una labor de apoyo y asesoramiento, durante la convivencia y para la solicitud de la prestación económica de asistencia personal, a través del sistema de dependencia.

Las personas interesadas en inscribirse en este proyecto pueden hacerlo **contactando con la Trabajadora Social (Inés), en el 671 521 561, en horario de 9 a 14 horas, de lunes a viernes.**



SERVICIO INTEGRAL DE ASISTENCIA PERSONAL SIAP - PREDIF Asturias

¡PREDIF Asturias, continúa con el servicio de Asistencia Personal y tenemos disponibles de tarifas subvencionadas!

El Servicio de Asistencia Personal (SIAP): está vinculado a la prestación económica de asistencia personal, según la Ley 39/2.006 de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia. Este servicio tiene como objetivo esencial el posibilitar, a través de la Asistencia Personal, que la persona con discapacidad y/o en situación de dependencia pueda llevar una vida independiente y autónoma, mediante la cobertura de todas aquellas acciones que la persona, por sus características no pueda realizar por ella misma, fomentando y promoviendo de esta forma su autonomía personal y su autodeterminación, por tanto, facilitando su permanencia en el entorno habitual.

- **¿Cómo se puede acceder al servicio?** Disponemos de diversas vías de acceso; si tienes reconocido el grado de dependencia puedes hacerlo a través de la Prestación Económica de Asistencia Personal o, si todavía no tienes un grado de dependencia reconocido o tienes otra prestación/servicio asignado en tu PIA, puedes hacerlo de forma privada/subvencionada.
- **¿Qué requisitos debes cumplir?** Tener discapacidad y/o dependencia.
- **¿En qué tareas te puede ayudar un Asistente Personal?** Tareas del hogar, tareas personales, tareas de conducción, de acompañamiento, de apoyo en gestiones y de participación social.



Tenemos disponible en nuestra página web, un video sobre asistencia personal que explica muy bien en qué consiste este servicio. Podéis verlo en el link que aparece a continuación:

[PREDIF ASTURIAS - Servicio de Asistencia Personal \(predif-asturias.org\)](https://predif-asturias.org)

Os seguimos animando a que, si conocéis socios/a de nuestras asociaciones que necesiten este servicio, contactéis con la coordinadora, Inés Pellico Alonso, a través del teléfono 671 521 561 para ampliar información

PROGRAMA DE REHABILITACIÓN FUNCIONAL EN EL MEDIO RURAL

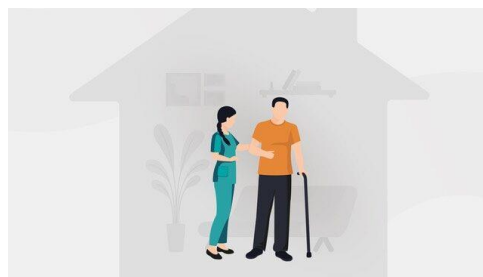
La población rural encontrará gracias a PREDIF un servicio profesional de **FISIOTERAPIA A DOMICILIO** y a precios competitivos para mejorar su calidad de vida.

De cara al 2024 hemos incluido nuevas zonas para dar respuesta a la demanda de rehabilitación domiciliaria en las zonas **Carreño, Gozón, Corvera de Asturias, Llanera, Villaviciosa, Gijón, Ribera de arriba, Morcin, Riosa y Mieres.**

El fisioterapeuta se desplaza hasta el domicilio con los elementos necesarios y realizará semanalmente la terapia con una duración de 50-60 minutos, realizando siempre una valoración previa para adaptar el tratamiento más indicado, dada la necesidad urgente de estos pacientes.

El tratamiento se centrará en:

- Terapia Manual personalizada
- Electroterapia
- Ejercicios de Mecanoterapia y/o entrenamientos personales.



La fisioterapia en el Medio Rural Asturiano, **tiene como objetivos:**

- Favorecer la mejora de la **calidad de la vida** en el entorno rural de las personas con discapacidad física, pruridiscapacidad y personas mayores para un envejecimiento activo y saludable de núcleos rurales, frenando o retrasando la evolución de patologías crónicas y **previniendo futuras situaciones de dependencia**, previniendo complicaciones, y mejorando su autonomía personal y calidad de vida.
- Evitar en la medida de lo posible, o **retrasar en el tiempo, una intervención quirúrgica** (prótesis, operaciones de columna, problemas circulatorios, etc.)

Beneficiarios/as

Este proyecto está destinado a Personas con Discapacidad igual o superior al 33% o bien, que tengan reconocida una incapacidad permanente en el grado de total, absoluta o gran invalidez, según el artículo 4.2 del Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, que considera a las mismas personas afectadas con un grado igual o superior al 33% de discapacidad; por otra parte también podrían recibirla personas que presentan diferentes tipos de lesiones.

Tarifas y documentación a adjuntar

FISIOTERAPIA A DOMICILIO**16€/ sesión.** (precio subvencionado)

Fisioterapia no subvencionada37€/sesión.

- Informes médicos recientes.
- Acreditación de socio/a entidades de PREDIF.
- Fotocopia del certificado de discapacidad. (Subvencionadas).
- N^o Cuenta bancaria (sesiones de fisioterapia)

INFORMACIÓN FACILITADA POR LAS ENTIDADES DE PREDIF ASTURIAS

ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON LESIÓN MEDULAR Y OTRAS DISCAPACIDADES FÍSICAS ASPAYM PRINCIPADO DE ASTURIAS.

Avda. Roma, 8- Bajo
33011, Oviedo
Tfno: 985 244 253
Email: aspaym@aspaym-asturias.es

Si necesitáis poneros en contacto con la Asociación, podéis hacerlo a través del Tfno.: 985 244 253 - Email: aspaym@aspaym-asturias.es. Horario de 09:00 a 14:00 h de lunes a viernes. Cita previa: Nerea Suarez Sanjurjo – Trabajadora Social. Avda. Roma, 8 – bajo (Oviedo)
Tfn: 985 244 253 (extension 1) - 671 521 968; email: areasocial@aspaym-asturias.es

La comunicación a través de las nuevas tecnologías es un reto y un presente para todas las entidades, por ello disponemos de nuestra web actualizada a la cual se accede de manera práctica y sencilla.

<https://www.aspaym-asturias.es/>

ASPAYM renueva los servicios a sus socios y socias en este 2024, contando con el apoyo de diversos financiadores tanto públicos como privados. AREA SOCIAL:

1. Servicio de Información, orientación y asesoramiento:

Este servicio coordinado por la Trabajadora Social, funciona bajo cita previa para atención presencial los MARTES Y JUEVES. También se atiende por teléfono y se mantiene contacto y comunicaciones por wasap, a través del cual se envía información periódicamente, así como por email.

- Información, orientación y asesoramiento social a socios/as y familiares sobre derechos, servicios y prestaciones sociales existentes, ayuda en la complementación de solicitudes y en la presentación y redacción de escritos, resolución de dudas en los trámites (dependencia, discapacidad, u otras prestaciones sociales).
- Valoración de la situación social tanto personal como familiar, con intervenciones sociofamiliares para mejorar la calidad de vida y la de la familia si se precisa.
- Ofrecer información sobre los programas, servicios y actividades que lleva a cabo ASPAYM Asturias, a socios/as y a cualquier persona que lo demande.
- Detección, Estudio, valoración y/o diagnóstico de las necesidades y problemas sociales y derivación o contacto con otros recursos o entidades si se precisa para resolver la situación planteada.

2. Actualización de expedientes y datos:

Desde el Área social, se continúa trabajando en la actualización de datos de contacto y expedientes de los socios y socias de ASPAYM Principado de Asturias, contando también para ello con los compañeros y compañeras del área de formación.



- **Email:** expedientessocios@aspaym-asturias.es
- **Teléfono Consultas y cita previa:** 671 521 968



3. Atención Integral al Lesionado Medular- Tutorías:

La lesión medular, además del traumatismo, conlleva un cambio psicológico y social muy importante tanto en el individuo que la sufre como en las personas con las que más estrechamente se relaciona (amigos, familia, pareja...).

El cambio en su capacidad física obliga a la persona a aprender a vivir con nuevas limitaciones y circunstancias personales, por lo que es necesario que adapte su entorno (vivienda, familia, amigos, trabajo,...) a su nuevo estado físico y psicológico, al tiempo que su entorno deberá adaptarse a esa persona.

Esta necesidad también la encontramos en lesionados/ as medulares que, sin ser nóveles y por diferentes circunstancias, no han desarrollado al máximo su capacidad de adaptación al entorno.

Con la Tutoría se pretende asesorar a los recientes lesionados/as medulares en una serie de actividades cotidianas, su conocimiento se considera imprescindible para mejorar su calidad de vida: o Cuidado y prevención de escaras. o Reeducación urinaria e intestinal. o Sexualidad. o Dominio de la silla de ruedas, utilización del transporte público, entrar y sacar la silla del coche y transferencias de todo tipo (cama, inodoro, sillas, sofás...) o Adaptaciones de los accesos a la vivienda familiar. o Adaptaciones dentro de la vivienda o Participación en actividades de ocio y tiempo libre y deporte recreativo. o Relaciones con el entorno de la persona: familia, amigos, pareja, etc.

- **Teléfono consultas y cita previa:** 985 244 253 / 671 521 968 areasocial@aspaym-asturias.es (Nerea Suarez Sanjurjo – Trabajadora Social).



4. Campañas de sensibilización:

Cambio de actitudes y conductas hacia las personas con discapacidad.

Dentro de este se programan distintas actividades en Centros Educativos y en colaboración con la DGT (Campaña sensibilización sobre accidentes de tráfico).



Actividades:

1. Campaña “Discapacidad y Seguridad Vial”:

Es una campaña cuyo objetivo es la prevención de la lesión medular y la discapacidad por accidentes de tráfico. “Discapacidad y Seguridad Vial” incluye la realización de una jornada de sensibilización dirigida a los alumnos/as de educación primaria, con el fin de concienciarles de las consecuencias que tienen las actitudes no responsables en seguridad vial. Al mismo tiempo, esta jornada permitirá dar a conocer las barreras y dificultades de movilidad que encuentran en su día a día las personas con discapacidad como consecuencia de un accidente de tráfico, demostrando al tiempo las múltiples capacidades y los valores en positivo de estas personas.

Contacto personas/centros interesados en la actividad: 985 244 253 / 671 521 968. Trabajadora social.

2. Campaña “No corras, no bebas...no cambies de ruedas”:

ASPAYM desarrolla esta Campaña con la participación activa de voluntarios, personas que, con una lesión medular víctimas de un accidente de tráfico, acompañan a los agentes encargados de realizar los controles de alcoholemia. En este momento el voluntario de ASPAYM se acerca al vehículo retenido trasladándole el mensaje común de la campaña y demostrando al mismo tiempo, con su presencia, las consecuencias y secuelas irreversibles de los actos imprudentes y entregando a los conductores de los vehículos retenidos un folleto que recoge las consideraciones y recomendaciones para evitar los accidentes de tráfico y sus consecuencias.



Contacto: 985 244 253 / 671 521 968. Trabajadora social

5. Programa de Vacaciones y ocio inclusivo de ASPAYM Principado de Asturias:

La Declaración de los Derechos Humanos de la O.N.U., en su artículo 34 dice: “El ocio es un derecho humano básico, que favorece el desarrollo de las personas y del que nadie debiera ser privado por razones de discapacidad,”.

El ocio incrementa la calidad de vida, mejorando la satisfacción, la socialización, el estado físico y emocional, contribuyendo a una vida saludable. Es por ello que nuestra entidad promueve actividades para todos y todas de las que poder disfrutar independientemente de sus condiciones personales.

Está previsto la realización de una Jornada de SKI Adaptado en la estación de Fuentes de Invierno para el día 10 de marzo e incluye comida.



JORNADA DE SKI ADAPTADO
10/03/24
Fecha límite de inscripción **8 de marzo** necesario ropa de invierno y guantes.
INSCRIPCIÓN **686 774 174**
COMIDA EN : RESTAURANTE CUEVAS

PROGRAMA
2 horas de ski adaptado con monitor especializado, forfaits y comida.
No hace falta haberlo hecho antes, te ayudamos a probar con toda la seguridad, ganas de disfrutar de un gran DIA de DEPORTE y NIEVE
6 PLAZAS
Orden riguroso de inscripción, plazas limitadas
Posibilidad de desplazamiento a Fuentes de Invierno desde Oviedo.



FELECHOSA
20 de abril
JORNADA DE SPA

SESION DE SPA
DE 11:00 A 13:00

COMIDA
14:30
En las inmediaciones

INFORMACION E INSCRIPCIONES:
686 77 41 74

Está prevista la realización de una Jornada de SPA en Felechosa para el día 20 de abril, que incluye comida.

ASOCIACIÓN DE DISCAPACITADOS FÍSICOS COSA NUEVA

Dirección: Plaza de Los Donantes de Sangre, 1
33401 Avilés – Asturias
Tfno: 609 43 97 68
Web: www.cosanuesa.com
Facebook: <http://facebook.com/cosanuesa>
Twitter: [@cosanuesa](https://twitter.com/cosanuesa)
Linkedin: [Cosa Nueva Asociación](https://www.linkedin.com/company/cosa-nuesa)
Instagram: [cosanuesa](https://www.instagram.com/cosanuesa)

Campañas de Prevención y Sensibilización “Ponte en Su Lugar”.

Damos inicio este mes de marzo a la Campaña 2024 en colegios, IES, y CIFP del deporte que ya se tenían concertados en distintos municipios asturianos, intentando llegar a un mayor número de alumnos y centros, donde se mantiene la misma estructura y composición de las materias impartidas en años anteriores.

Más de dos décadas de la Campaña, que acerca a los más jóvenes la realidad de las personas con algún tipo de limitación, a través de charlas de prevención, sensibilización y talleres de deporte adaptado en el Principado de Asturias.

Todo ello no podría llevarse a cabo sin el patrocinio de la Consejería de Derechos Sociales y Bienestar del Principado de Asturias, la Fundación Municipal de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Gijón y Club Deportivo Cosa Nueva, este último quien cede todo el material deportivo adaptado.



Laboral:

- Mediante bolsa de empleo, se tratará de incorporar nuevos trabajadores y dar cobertura a las necesidades de inserción laboral de personas con discapacidad en empresas públicas o privadas, facilitando los medios y ayudas necesarias.
- Se dará mayor cobertura, apoyo y promoción laboral desde Fecepas a todos los Centros Especiales de Empleo, Asociaciones, Autónomos y empresas públicas o privadas que lo solicitaron, creando y desarrollando programas que incidieron en la contratación laboral y colaborando con las administraciones públicas y el sector empresarial asturiano.

Deporte y Ocio: Club Deportivo Cosa Nueva

En la labor de captación de nuevos deportistas, creación de nuevas disciplinas deportivas, escuelas deportivas para jóvenes con discapacidad, nuevos torneos y trofeos de deporte

adaptado, difusión y divulgación de todas las acciones deportivas a desarrollar durante el año 2024 dentro del Principado de Asturias.

ASOCIACIÓN DE DISCAPACITADOS FÍSICOS LLANERA SIN BARRERAS

C/Carbayu 3.

33424 Posada de Llanera

Tfno: 619 30 13 44

Email: llanerasinbarreras@gmail.com

- **Miembros de Llanera sin Barreras participaron en la “Caminata Solidaria” a favor de Cáritas de Posada de Llanera.** El objetivo solidario de la caminata, a parte de la recaudación económica, no es otro más que ser conscientes de una realidad y del trabajo realizado.



- **Llanera sin Barreras organiza un nuevo taller novedoso de MEDITACIÓN CREATIVA basado en el método ZENTANGLE.** Está orientado a todas las edades y condiciones, con una técnica muy sencilla y fácil de aprender, (no es necesario saber dibujar), para que cualquiera pueda disfrutar de los beneficios que son muchos: Relaja, reduce el estrés, desarrolla la creatividad, aumenta la concentración, aumenta la retención mental etc.



- **Con el nuevo año damos comienzo en Llanera sin Barreras a un ciclo más de talleres. Los talleres previstos para los siguientes meses son:**
 - Taller de Fisioterapia impartido por las profesionales de SERPHYS, Servicios de Fisioterapia, Marta y Aroa.
 - Taller de Logopeda, impartido Carmen y Sandra del centro especializado Más que Hablar.
 - Taller de Ajedrez, impartido por Hector, de la federación de ajedrez.

- Talleres de Psicología, a cargo de la profesional Graciela Angood Paredes.
- Taller de Meditación Creativa, impartido por la profesora titulada Noelia Uria Alvarez.



- [Llanera sin Barreras estuvo en el jurado del Antroxu en Llanera](#), representado por Ana Valle, quien tuvo gran dificultad en su veredicto debido a la calidad, originalidad y creatividad de muchos de los disfraces. Acto seguido tuvo lugar la procesión de la sardina, amenizado por Charanga "El Alboroto" de Villabona-ASTURIAS, y de **plañideras** miembros de Llanera sin Barreras y nuestros amigos de Asociación De Vecinos San Juan De Ables.



- [Llanera sin Barreras a través del ayuntamiento reivindica a la Consejería de Salud del Principado la necesidad de mejorar la accesibilidad al Centro de Salud de Posada,](#) concretamente en lo que concierne a la carretera y la acera.



- [Gran éxito de participación en la VI Edición de la carrera solidaria "CORRE CON GALBAN".](#) [Llanera sin Barreras](#) no quiso faltar a esta cita solidaria, aportando nuestro granito de arena para la ayuda en la investigación y sensibilización de los niños con cáncer.



- [Llanera sin Barreras acudió al C.P. de Lugo de Llanera para las jornadas de "Intercambio de saberes"](#) consiste en dar a conocer al alumnado los juegos tradicionales y el deporte que existía antes, para compartir conocimientos con la infancia de antes y de la actual.



ASOCIACIÓN ALIENTA

Tfno: 676 801 798

Email: asociacionalienta@gmail.com

Alienta es una Asociación de Familias con niños y niñas con discapacidad y/o necesidades educativas especiales del Oriente de Asturias.

En su Facebook actualizan puntualmente todas sus actividades.

¿QUÉ SERVICIOS PUEDES ENCONTRAR EN ALIENTA?

- ✓ **Grupos de Apoyo Familiar:** en la actualidad existen tres grupos de apoyo psicosocial específico; el grupo de familias con niños/as con Trastorno del Espectro Autista, grupo de familias con niños/as con Altas Capacidades y el grupo de familias con niños/as con Trastornos del Lenguaje. Estos grupos son espacios seguros de conocimiento, expresión emocional, de compartir experiencias y detectar necesidades, para elaborar proyectos posteriores. Si ninguno de estos grupos te representa, pero quieres conocer a alguna familia en vuestra misma situación, pone en contacto con nosotros y te informaremos.
- ✓ **Talleres:** a través de las reuniones periódicas y de los grupos de apoyo, surgen necesidades que las familias quieren abordar por parte de un profesional, por ejemplo, talleres de gestión emocional, talleres de primeros auxilios, talleres de relajación o mindfulness, talleres de Habilidades Sociales para los más pequeños/as, etc.
- ✓ **Escuela de Padres y Madres:** esta escuela surge ante la necesidad de compartir un espacio de apoyo, gestión emocional y resolución de conflictos, a través de herramientas educativas y profesionales. Las familias plantean sus conflictos o dificultades y profesionales ofrecen herramientas ajustadas a sus necesidades.
- ✓ **Actividades de Ocio y Tiempo Libre:** estas actividades se desarrollan en periodos no lectivos como fin de semana o vacaciones de Semana Santa, verano y Navidad. Se trata de jornadas generalmente matutinas, donde niños/as y jóvenes realizan tareas y actividades de enriquecimiento, a la vez que participan en un espacio donde conocen a otras personas y participan activamente.
- ✓ **Actividades de conciliación familiar:** este tipo de actividades se desarrollan en periodos no lectivos, Semana Santa, verano, Navidad, para ofrecer a las familias un espacio y tiempo, de respiro y conciliación familiar, a la vez que sus hijos/as disfrutan de un espacio de ocio y participación seguro.
- ✓ **Asesoramiento legal y atención especializada:** si tienes algún tipo de duda sobre trámites administrativos o legales (solicitud de ayudas, de certificados, etc) contamos con este servicio de información. También te asesoramos a ti y tu familia sobre la red de profesionales de la zona según vuestras necesidades o recursos públicos y privados disponibles.

ASOCIACIÓN PARA EL DESARROLLO DEL TRANSPORTE ADAPTADO EN ASTURIAS

Paseo de la Infancia, 7- entlo D Ofic.
33207 Gijón Asturias
Tfno: 985 170 805 Fax: 985 171 043
Email: administracion@vercam.com

ASOCIACIÓN ASPERGER DE ASTURIAS

C/Villafría 9, bloque B, bajo,
33008, Oviedo
Tlfno: 984 08 75 32
Email: coordinacion@aspergerasturias.org

Desde la Asociación Asperger Asturias ofrecen información sobre **cómo pueden ayudar a las personas con Síndrome de Asperger/TEA y sus familias.**

Su principal objetivo es poner a disposición de todas aquellas personas que necesiten nuestro asesoramiento profesional, además de **apoyar, divulgar, formar profesionales y preparar programas especiales que sirvan de ayuda en el tratamiento del SEA/TEA.**

ASOCIACIÓN PARA LA ELIMINACIÓN DE BARRERAS ARQUITECTÓNICAS DE PRAVIA

C/ Pico cueto, n 1, Bajo
33120, Pravia, Asturias
Tlfno: 658 06 65 44
Email: agustinadiazweible@gmail.com

La asociación para la eliminación de barreras arquitectónicas surge de la necesidad detectada por los vecinos de Pravia con movilidad reducida y sus familiares del acondicionamiento de las calles, aceras, pasos de cebra y accesos deteriorados por le paso del tiempo. Reivindican al Ayuntamiento la importancia de la accesibilidad universal.

Proyecto de la Colegiata de Pravia

Desde la Asociación para la eliminación de barreras arquitectónicas de Pravia estamos en contacto con el Ayuntamiento de Pravia, gestionando con el Arzobispado y con un arqueólogo para gestionar una obra de modificación del empedrado público de la colegiata de Pravia, que debido a su antigüedad (fue construida en el siglo XVIII) no cumple con los requisitos de accesibilidad y supone una barrera arquitectónica para las personas con movilidad reducida.

El día 08 de marzo nos hemos reunido en Pravia con Carolina, diputada de la junta general del Principado de Asturias para que traslade a la Junta General el mal estado de la villa de Pravia, como por ejemplo la estación del tren y los accesos a la misma.

Ampliación de la Asociación al Concejo de Salas

El día 20 de abril ampliaremos la Asociación, haremos un acto en Salas en el que presentaremos al nuevo coordinador de la zona.

Próximo boletín: mayo 2024.