



# ASPAYM

COMUNIDAD VALENCIANA

Revista Informativa

Octubre 2020



# ASPAYM

## Comunidad Valenciana

Asociación de personas con lesión medular y otras discapacidades físicas de la CV  
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA - DESDE 1982

REVISTA OCTUBRE 2020

### JUNTA DIRECTIVA

#### REVISTA REDACCIÓN Y MAQUETACIÓN:

**TERESA SARTI**



#### COLABORAN:

PACO FLORENTINO  
JOSÉ VILLAR  
RAFAEL NAVARRO  
JAVIER GUARDIOLA  
TONI MARTÍ  
ALICIA SILVESTRE  
JAIME MONCHOLÍ  
ALONSO ESPARTERO  
ALBA SORIANO  
TERESA NAVARRO



- **PRESIDENTE:** Francisco Florentino.
- **VICEPRESIDENTA:** Yolanda Ruiz.
- **SECRETARIA:** Lara Oltra.
- **TESORERA:** M<sup>a</sup> Jesús Navarro.
- **VOCALES:** Daniel Montesinos.  
Teresa Navarro.  
Javier Guardiola.  
Juan Bautista Benlloch.

#### REVISTA INFORMATIVA DIGITAL

La Revista ASPAYM CV es el órgano de difusión de nuestra asociación y pretende ser un vehículo de información para todos los interesados en los diferentes aspectos de las discapacidades, tanto médicos como de interés general.

Los artículos que se publican son responsabilidad de los firmantes.

Los editores, al aceptar los trabajos, regulan unas normas básicas acordes con la ética de la publicación.

Damos las gracias a todas las personas que han hecho posible la edición y difusión de esta Revista.

C/FRESAS. 10 (BAJO 3 IZQ.) VALENCIA / 963664902

WWW.ASPAYMCV.COM

# ÍNDICE

REVISTA MENSUAL INFORMATIVA ASPAYM CV  
OCTUBRE 2020



**#NOCAMBIES  
#DERUEDAS**

Ojo al móvil: Es una importante fuente de distracciones. Usar solo para emergencias y con el coche parado. Se recomienda activar el "modo coche" en aquellos dispositivos que lo incluyan.

Una campaña promovida por: Con la colaboración de:



I CONCURSO MICRORRELATOS ASPAYM CV	PÁG. 5
ASISTENCIA PERSONAL PARA LAS SOCIAS DE ASPAYM CV	PÁG. 7, 8
ASPAYM CV PONE EN MARCHA LA ESCUELA DE PÁDEL ADAPTADO	PÁG. 11
NO CORRAS, NO BEBAS... NO CAMBIOS DE RUEDAS - CAMPAÑA DE TRÁFICO	PÁG. 14, 15, 16
RAFA NAVARRO, EN EL CAMPEONATO DE ESPAÑA DE MOTO DE AGUA	PÁG. 20, 21
POR AQUÍ NO PUEDO, POR AQUÍ NO PASO	PÁG. 23, 24
TONI MARTÍN, EN EL MUNDIAL IFBB 2020	PÁG. 28, 29
SALIDA CICLOTURISTA EDUCATIVA	PÁG. 32
ALICIA SILVESTRE, BAUTISMO DE BUCEO	PÁG. 35, 36
CLUB DE LECTURA	PÁG. 37

# LOTERÍA NAVIDAD 2020

## NÚMERO 58.422



Si quieres venir a comprarlo personalmente, es mejor que nos llames previamente (963664902, de lunes a viernes de 9:00 a 14:30) y así organizaremos mejor las citas.

Si no puedes venir a comprarlo y prefieres que te lo mandemos por correo postal, ponte en contacto con nosotros ([info@aspaymcv.com](mailto:info@aspaymcv.com) / 963664902) y te indicaremos los pasos a seguir.  
(El precio siguen siendo 22€ cada décimo).

EL PLAZO PARA PARTICIPAR COMIENZA EL 1 DE OCTUBRE  
Y FINALIZA EL 30 DE NOVIEMBRE  
- CONSULTA LAS BASES EN [WWW.ASPAYM.CV](http://WWW.ASPAYM.CV) -

CONCURSO

*Microrelatos*

**I CONCURSO DE MICRORRELATOS  
ASPAYM CV**

PREMIOS EN METÁLICO PARA LOS GANADORES  
PREMIO DEL JURADO Y PREMIO DEL PÚBLICO

**¡¡VE PONIENDO EN MARCHA TU IMAGINACIÓN!!**

A close-up photograph of two hands, one slightly above the other, holding a red fabric heart with a blue stitched border. The hands are positioned as if presenting the heart. The background is a soft, out-of-focus grey. The heart is the central focus, symbolizing care and humanization.

# Humanización

## de la asistencia sanitaria

La comunicación entre el profesional y el paciente ha cambiado mucho en los últimos meses. En Hollister seguimos comprometidos con nuestra misión de hacer la vida más gratificante y digna para las personas que usan nuestros productos y servicios. Ahora más que nunca seguimos trabajando con los profesionales sanitarios para lograr una atención más humanizada en las ULMs y en la asistencia hospitalaria que reciben los lesionados medulares. Cuenta con nosotros, ellos cuentan contigo.

# UNA ASISTENTE PERSONAL GRACIAS A PREDIF CV

NUEVO SERVICIO PARA LAS SOCIAS DE ASPAYM CV Y XARXA



## ¿Qué es una asistente personal?

Un profesional de la asistencia personal es una persona que realiza o ayuda a realizar las tareas de la vida diaria a otra persona que por su situación de dependencia no puede realizarlas por sí misma o le resulta muy difícil hacerlas, permitiendo así que pueda llevar una vida independiente.

Este profesional no toma las decisiones y es la persona beneficiaria que recibe la asistencia quien en todo momento las toma. La asistente personal puede realizar cualquier tarea dependiendo de la situación que presente la persona a la que presta su servicio.

## Para mujeres con discapacidad y/o dependencia

Desde este mes de octubre y hasta el 31 de diciembre, las socias de ASPAYM CV y de XARXA (las dos entidades que componen PREDIF CV) pueden disponer del servicio de **ASISTENCIA PERSONAL**. Un servicio puesto en marcha para los últimos tres meses de 2020 y que, según la coordinadora del mismo, Alba Soriano, "continuará también en 2021, aunque aún desconocemos en qué medida porque dependerá de las ayudas y financiación que recibamos entonces". Actualmente hay seis Asistentes Personales contratadas que atienden a un total de 14 socias (9 de ASPAYM CV y 3 de XARXA).

Todo ello gracias al proyecto financiado por Fundación ONCE que, este verano, de la mano de PREDIF y a través de PREDIF CV formó a 25 mujeres en riesgo de exclusión social para que se convirtieran en Asistentes Personales. Un proyecto llamado '**La asistencia personal y la inclusión laboral como herramientas de empoderamiento de la mujer**'. Y que se ha convertido en una oportunidad laboral

para estas mujeres, que pueden trabajar como asistentes personales de mujeres con discapacidad y/o dependencia, suponiendo por tanto, una herramienta de **empoderamiento** para ambos colectivos.

El contenido del curso, además, estaba basado en las 50 horas de formación consensuadas en el grupo de trabajo de asistencia personal del CERMI (Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad).

Las nuevas Asistentes Personales han estudiado los fundamentos de Vida Independiente y el Proyecto de Vida, aspectos legales, éticos y también jurídicos de la asistencia personal, la figura de la asistente personal, la interacción social, habilidades sociales y de comunicación, la empatía, la relación profesional y confidencialidad, introducción a productos de apoyo y herramientas para la prevención y Primeros auxilios.

Las tareas que realizan vienen definidas por las diferencias funcionales y por las preferencias que tenga la persona usuaria de asistencia personal pudiéndose estructurar en cuatro tipos:

- Actividades de atención personal.
- Actividades de ayuda a domicilio.
- Actividades de acompañamiento.
- Soporte a actividades dentro y fuera del hogar.

Así como apoyar en actividades que formen parte del proyecto de vida independiente de la persona usuaria.

La profesional de la asistencia personal hace posible que la persona con discapacidad y/o en situación de dependencia sea libre.



MÁS INFORMACIÓN:

[asistenciapersonal@predifcv.org](mailto:asistenciapersonal@predifcv.org)

“ TERESA

*Tener Asistencia Personal para mí significa LIBERTAD, y me ayuda a tener más fuerza para seguir adelante cada día.*

“ ALICIA

*El servicio de Asistencia Personal ha sido fantástico, he tenido la ayuda que necesitaba y estoy eternamente agradecida.*

“ FELI

*La Asistencia Personal me ayuda a tener tranquilidad, me siento más segura al tener ese apoyo y más feliz por tener la casa más arreglada.*

“ LARA

*Gracias a la Asistencia Personal puedo ir a la piscina y ducharme allí, ya que no está totalmente adaptado. Y así puedo seguir haciendo mi ejercicio.*

“ YOLANDA

*Después de muchos meses dependiendo de mi madre, ha supuesto una gran liberación para mí como persona dependiente. Vuelvo a poder estar sola en mi rutina, tengo esas manos prestadas que me permiten vestirme, ducharme, levantarme. De nuevo soy libre!!!!*

# IDOL TOURS

## CON EL TURISMO ACCESIBLE

Por qué contratar los servicios de Idol Tours para gestionar un viaje.

Una agencia de viajes online que permite reservar y gestionar un viaje de forma rápida y eficaz, ahorrando tiempo y dinero y además reservando las diferentes actividades, el transporte, el alojamiento, etc. Que se va a adaptar a tus necesidades y a su vez teniéndolas muy presente como criterio de búsqueda.

Tenemos en cuenta a las personas con algún tipo de discapacidad, cualquiera que esa sea, es más inclusiva, realiza proyectos adaptados a estas personas y así ofreciendo todos los recursos necesarios para poder llevarlos a cabo.

Ahora mismo estamos elaborando y llevando a cabo, junto a Mireia (compañera en practicas con asperger) un proyecto de viajes de solo un día (ida y vuelta en el mismo día) y de también con alojamiento de una noche donde se cumplan todas las medidas de seguridad sanitarias. No dudes en ponerte en contacto para disfrutar de estas grandes escapadas.

Disfruta de un magnifico paseo por el rio Júcar, un paseo en kayak, rutas en quad eléctrico y mucho mas



**INCREIBLES  
OFERTAS PARA  
ESCAPADAS DE UN  
DIA**

**DISFRUTA DEL  
PUENTE DE LA  
CONSTITUCION AL  
MEJOR PRECIO**

**SIGUENOS EN LAS  
REDES PARA  
CONSEGUIR  
GRANDES  
DESCUENTOS Y  
OFERTAS**

## **BONO VIAJE CV**

**IDOL TOURS** es una de las pocas Agencias de Viajes adheridas al programa de Turismo para beneficiarse de la subvención del 70% de descuento (hasta un importe de 600€). De forma exclusiva y excepcional queremos ayudarte a aclarar las dudas que tengas, así como informarte del procedimiento a seguir para su solicitud.

### ¿Cómo funciona el Bono Viaje CV?

- El cliente podrá beneficiarse de este programa realizando una o varias reservas en **alojamientos turísticos adheridos al programa**.
- La estancia debe ser de al menos **2 noches** dentro de los tres periodos posibles.
- La estancia habrá de producirse dentro de estos tres periodos establecidos:
  - Entre el 20 de octubre y el 31 de diciembre de 2020.
  - Entre el 1 de enero y el 24 de marzo de 2021.
  - Entre el 13 de octubre y el 31 de diciembre de 2021.
- Una misma persona, puede beneficiarse de este programa **1 vez en cada periodo**.
- Las reservas se deben efectuar **a través de una agencia de viajes valenciana**.
- El **solicitante debe ser mayor de edad y residir en la Comunidad Valenciana**.

Los clientes deben darse de alta en el programa y obtendrán un código promocional con el que podrán registrar su reserva para tener acceso al descuento. Este registro de la reserva debe realizarlo en un plazo máximo de una semana ya que el código caduca a los 7 días.

Se precisa de firma digital para darse de alta, así como para la tramitación de solicitudes y seguimiento. Si el cliente no dispone de ella, tú, como empresa adherida, puedes solicitarlo en su representación siempre que el usuario te otorgue autorización expresa.

### - Aspectos importantes a conocer.

- El cliente debe saber que el importe de la subvención es un incremento patrimonial que tributará en el Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas.
- El importe de la ayuda concedida será deducido a la persona beneficiaria en la factura correspondiente a los servicios objeto de la misma, por los establecimientos de alojamiento turístico y agencias de viaje. Una vez prestado el servicio y presentada la justificación correspondiente conforme a lo señalado en el artículo 12, las ayudas serán abonadas a los establecimientos de alojamiento turístico y agencias de viaje.
- El plazo para resolver y notificar la resolución será de tres meses desde la entrada de la solicitud en Turisme Comunitat Valenciana. Transcurrido este plazo sin que se haya dictado y notificado resolución expresa, la solicitud podrá entenderse desestimada (se puede recurrir en el plazo de un mes).
- Este bono permite la divulgación y comercialización online.
- Se podrán incluir en la factura los servicios prestados directamente por el alojamiento, en el que se podrán incluir:
  - Manutención (máximo hasta media pensión).
  - Otros servicios prestados con medios propios del establecimiento como servicios de salud y bienestar, deportivos, excursiones, actividades de animación o aparcamiento.



**ALEJANDRO YEPES YERA**

**TEL: 647 025 614**

**EMAIL: [INFO@IDOL-TOURS.COM](mailto:INFO@IDOL-TOURS.COM)**

**[www.idol-tours.com](http://www.idol-tours.com)**

**SIGUENOS EN REDES**



# ASPAYM CV PONE EN MARCHA LA ESCUELA DE PÁDEL ADAPTADO

**Formalizamos el acuerdo con el C.D. Pádel en Silla Valencia y las clases de iniciación comenzarán en noviembre**

## Cedemos dos sillas a la escuela

Durante la I JORNADA DE PÁDEL INCLUSIVO celebrada el pasado mes de noviembre, tanto ORTOPRONO como ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO donaron a ASPAYM CV dos sillas de ruedas deportivas. Y nuestra asociación las cede al club Pádel en Silla Valencia para la nueva escuela de pádel.



*Paco Florentino, presidente de ASPAYM CV y José Villar, presidente de Pádel en Silla Valencia, han formalizado el Convenio en la sede de nuestra asociación*

Todos los socios y socias de ASPAYM CV que estén interesados en iniciarse en el pádel, podéis hacerlo a partir de este mes de noviembre. Las clases serán en '7 PÁDEL' (Vara de Quart) a partir de las 11:00 h., con un profesor que ya cuenta con experiencia en el pádel en silla. También contará con la colaboración de José Villar, Presidente de Pádel en silla Valencia. Será necesario llevar mascarilla para estar dentro de las instalaciones de '7 PÁDEL' (no es obligatoria para entrenar), así como hacer uso del gel hidroalcohólico que allí habrá y se tomará la temperatura a cada persona antes de empezar las clases. Las sillas se desinfectarán después de cada uso. Si estás interesado/a contacta con José Villar (619 90 85 88).

# rodem

Ortopedia y Movilidad

## Servicio de asistencia y protección RACC Scoot+:



- Máxima protección estés donde estés con **RACC SCOOT+**, se trata de **un servicio de protección y asistencia** para usuarios de vehículos de movilidad personal como sillas de ruedas, scooters y handbikes.
- Por la compra de un vehículo de movilidad personal tienes este servicio **GRATIS durante un año**. Este servicio incluye: **Asistencia Personal, Responsabilidad Civil, Asistencia Sanitaria Urgente, Médico de Guardia 24h y Asistencia Jurídica**. ¡Toda la información en [www.rodem.es](http://www.rodem.es)!



## Servicio Oficial:



RODEM ORTOTEC S.L.  
C/ San Juan de Dios, 3  
46011 Valencia

☎ 96 110 00 74  
✉ info@rodem.es



## ¿Cómo mejorar nuestra movilidad?

Para los usuarios de silla de ruedas **los sistemas eléctricos, de propulsión o ayuda, así como distintos accesorios nos ofrecen una mayor autonomía**, aumentan las posibilidades de relacionarnos, así como llevar una vida mucho más saludable y menos dependiente del coche privado o del escaso transporte público adaptado disponible. **El reto se presenta cuando queremos salir de forma autónoma a la calle, el entorno se presenta como un limitante de nuestra movilidad.**



Por esto, en la mayoría de casos, **acudimos a grandes superficies donde por lo general no tenemos que preocuparnos por la accesibilidad y al mismo tiempo tenemos todos los servicios en un mismo lugar.** Esta forma se ha visto fuertemente perjudicada **durante la reciente pandemia, donde es aconsejable evitar sitios cerrados y masificados.** Como solución se está fomentando **el uso del comercio de barrio y así evitar desplazamientos y aglomeraciones.** Y aquí es donde aparecen varias dificultades para las personas con movilidad reducida, como es el **desplazarnos de un comercio a otro, llevar nuestra compra, salvar obstáculos (por falta de accesibilidad).** Todo esto dosificando nuestra energía y la incertidumbre que nos acompaña en nuestros desplazamientos.

### Accesorios para sillas manuales que facilitan nuestro movimiento y mejoran nuestra seguridad

Tanto **la tercera rueda FreeWheel como el Lomo 360**, son sistemas que nos permiten desplazarnos con 3 ruedas, reducen la resistencia de rodadura y hace que nos cansemos menos en cada golpe de rueda que demos.



Muchos **componentes de nuestra silla pueden ayudarnos a ir más seguros y al mismo tiempo mejoran la efectividad de cada impulso que demos: Horquillas con amortiguación, Ruedas todo terreno, Sistema de suspensión en ruedas motrices y Rueda antivuelco.**



**Cuando queremos cubrir distancias más largas, llevar más peso o el relieve de nuestro entorno no está de nuestra parte, un asistente eléctrico puede ser la solución.**



Puedes entrar en nuestro blog para ver el artículo completo en:  
<https://rodem.es/blog/como-mejorar-nuestra-movilidad/>

POR PRIMERA VEZ, LA LA XIII EDICIÓN DE LA CAMPAÑA SE DESARROLLA DE MANERA *ON LINE* A CAUSA DEL CORONAVIRUS

# NO CORRAS, NO BEBAS... NO CAMBIES DE RUEDAS



## #NOCAMBIOS #DERUEDAS

Una campaña promovida por:



Con la colaboración de:



Desde hace 13 años, ASPAYM colabora estrechamente en las Campañas de Control de la Dirección General de Tráfico del Ministerio del Interior bajo el lema “No corras, no bebas... No cambies de ruedas”. ASPAYM desarrolla esta Campaña con la participación 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.

**Este año, sin embargo, esa tradicional manera de llevar a cabo la campaña ha sido sustituida por las nuevas tecnologías y las redes sociales. Representantes de las diferentes delegaciones de ASPAYM han contribuido, con su testimonio, a dar visibilidad a esta campaña y a los factores que reducen los accidentes de tráfico.**

En el caso de ASPAYM CV ha sido nuestro Presidente, **Paco Florentino**, el que ha dado su testimonio en primera persona, ya que él mismo es lesionado medular a causa de un accidente de tráfico. Su participación se ha basado en la importancia de que los vehículos

estén en buen estado, lleven todos los elementos reglamentarios en condiciones y hayan pasado sus correspondientes revisiones (*ver vídeo en página siguiente*).

Las lesiones medulares de origen traumático (accidentes de tráfico, zambullidas...) se siguen dando con mayor incidencia en jóvenes varones. Entre los jóvenes menores de 20 años, el 35,8 % el origen de la lesión medular se produce por accidente de tráfico. Las paraplejías y tetraplejías son el tipo de lesiones que tienen, en mayor proporción, su origen en accidentes traumáticos, sobre todo accidentes de tráfico (55,50%). En estos momentos, en nuestro país, se estima una prevalencia de lesionados medulares de 38.000 personas, de los cuales 38,50% son tetraplégicos (14.630 personas) y el 61,50% parapléjicos (23.370 personas). Por tanto, ASPAYMA tiene el compromiso de fomentar acciones que ayuden a prevenir los accidentes de tráfico reduciendo el número de víctimas y de lesionados medulares por esta causa, en su colaboración con los distintos organismos y entidades.

# TESTIMONIO



HAZ CLICK  
PARA VER EL  
VÍDEO

#NOCAMBIESDERUEDAS

**PACO  
FLORENTINO**

PRESIDENTE DE ASPAYM  
COMUNIDAD VALENCIANA



# #NOCAMBIOS #DERUEDAS



Si se conduce de noche, es recomendable ir bien descansado, la franja horaria de 3 a 6 es especialmente peligrosa, ya que suele aparecer la combinación fatiga-sueño.

Una campaña promovida por:



Con la colaboración de:



# #NOCAMBIOS #DERUEDAS



Excesos de velocidad, cualquier accidente en el que te veas envuelto va a tener unas consecuencias mucho más graves que si tu velocidad hubiera sido moderada.

Una campaña promovida por:



Con la colaboración de:



# #NOCAMBIOS #DERUEDAS



El consumo de alcohol y drogas constituye un destacado factor de riesgo, no sólo en la producción de accidentes de tráfico, sino también en las lesiones asociadas al mismo.

Una campaña promovida por:



Con la colaboración de:



# #NOCAMBIOS #DERUEDAS



Cuida tu coche y él cuidará de ti. Los frenos, la dirección, el alumbrado, los neumáticos... de cada elemento depende tu vida y revisarlos depende de ti.

Una campaña promovida por:



Con la colaboración de:



# #NOCAMBIOS #DERUEDAS



Un viaje seguro comienza con un simple gesto, ponerse el cinturón. Revisa los anclajes con periodicidad para controlar el mantenimiento de los mismos.

Una campaña promovida por:



Con la colaboración de:



# #NOCAMBIOS #DERUEDAS



Ojo al móvil: Es una importante fuente de distracciones. Usar solo para emergencias y con el coche parado. Se recomienda activar el "modo coche" en aquellos dispositivos que lo incluyan.

Una campaña promovida por:



Con la colaboración de:



**PM**

Patricia March

**ABOGADOS****ESPECIALIDADES**

Accidentes de tráfico

Derecho Sanitario

Derecho laboral y de la Seguridad Social

Accidentes de trabajo

Responsabilidad civil en general

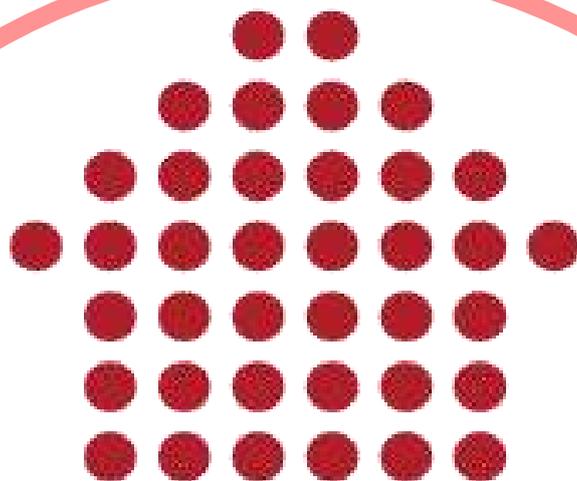
- Visita gratuita y asesoramiento gratuito continuado a los socios/as de ASPAYM CV.
- Defensa integral de los grandes lesionados.
- Especialista en tramitar y revisar prestaciones de invalidez y discapacidad.
- Abogados especialistas en conseguir la máxima indemnización.

La misión de **PATRICIA MARCH ABOGADOS** es ayudar a los lesionados a obtener la mejor indemnización y pensión posible por las lesiones, secuelas, invalidez derivado por el accidente ya sea de tráfico, laboral o de cualquier índole.

El despacho profesional que represento, se compromete a ofrecer sus servicios con gran sensibilidad ante las consecuencias derivadas de un accidente o enfermedad, con la calidad, comunicación personal directa y continua desde la experiencia de mas de 18 años en la atención integral del lesionado medular y grandes discapacitados tanto desde el punto de vista profesional como personal.

[pmarch@aaat.es](mailto:pmarch@aaat.es) / 663 83 55 27

# JIMÉNEZ & MARCH S.L.P



ADMINISTRACIÓN  
DE FINCAS Y  
ABOGADOS

CALLE POETA FERNÁNDEZ HEREDIA, 1 (BAJO)

VALENCIA - 46009

TELÉFONO: 96 332 19 14

CORREO ELECTRÓNICO:

[administracion@jimenez-march.es](mailto:administracion@jimenez-march.es)

Wellspect®  
A REAL DIFFERENCE

# MÁS TIEMPO PARA LA VIDA

**En Wellspect nos esforzamos apasionadamente por mejorar la vida de las personas.** Ofrecemos soluciones inteligentes para el control de la vejiga y el intestino, soluciones seguras para el cuerpo y para el medio ambiente. Nuestros productos apoyan las funciones naturales del cuerpo, sin medicación, proporcionando la independencia y la confianza que todos necesitamos para explorar la vida que queremos vivir, en los lugares donde queremos vivirla. Con más de 30 años de experiencia, Wellspect se dedica a hacer una diferencia real ahora y para las generaciones venideras. Wellspect. A real difference.

[wellspect.es](http://wellspect.es)

# "HACE DOS AÑOS DEJÉ DE ANDAR PERO EMPECÉ A VOLAR"



## RAFA NAVARRO

*Participante en el Campeonato de España de Moto de Agua 2020  
Clasificado en la posición décimo séptima*

"Aquí no importa la discapacidad". Con esta contundente frase resume Rafael Navarro, socio de ASPAYM CV, su paso por el Campeonato de España de Moto de Agua.

Hace cuatro años empezó a conducir motos de agua, como una afición que a día de hoy se ha convertido en algo más. Prueba de ello es que este 2020 ha competido a nivel nacional en el Campeonato de España, logrando una décimo séptima posición de un total de 22 puestos. El accidente que sufrió hace dos años y que le provocó una lesión medular D8 no ha sido obstáculo para seguir practicando y perfeccionando esta disciplina, sino todo lo contrario. "La verdad es que he sido muy autónomo desde que salí del hospital y he seguido practicando deporte siempre. Además, gracias al apoyo de NÁUTICA JET SKY que me animaron a seguir conduciendo la moto de agua, decidí aceptar el reto, dar el salto y comenzar a competir. El Campeonato de España de este año ha sido el primero, pero también participaré en el Campeonato de 2021".

De las cinco etapas del Campeonato nacional (Bayona, Gijón, Cádiz, Mazarrón y Málaga (ésta última suspendida a causa de la COVID)) Rafa ha participado en tres. "A la primera no llegué bastante preparado y empecé a competir en Gijón. Allí el mar estaba muy mal, se me abrieron las manos y no podía controlar la moto. Me quedé enganchado por los pies, pero pude volver a subirme a la moto yo solo, terminé las dos vueltas que me quedaban y acabé la etapa. Me llevé la ovación del público", nos cuenta Rafa con todo detalle.

Además del reconocimiento de los espectadores, Rafa Navarro recibió también el 'Premio al Deporte sin barreras GP2-Promo' por parte de la organización y el resto de pilotos.



*¿Y cómo vuela Rafael Navarro con la moto de agua sobre el mar?*

Rafa nos contó que, en un primer momento y en las primeras carreras, iba a atado al asiento de la moto. Pero ya en la etapa de Mazarrón ha conseguido instalarse un nuevo modelo con respaldo, más seguro y cómodo que le permite estar más estable sobre el mar. En cada carrera, es necesario llevar casco, gafas, chaleco, espaldera, guantes, ropa deportiva y rodilleras. Y Rafa agradece el esfuerzo de ELSA RACING, su equipo de ayudantes y colaboradores que le asisten en las carreras y se preocupan de él y del vehículo en todo momento.

"En cada carrera son dos mangas de 25 minutos, yo necesito que me suban a la moto y contar con su asistencia en caso de algún accidente o contratiempo. Ahora con la COVID, todo el equipo lleva mascarillas y cumplimos con la seguridad en las carpas".

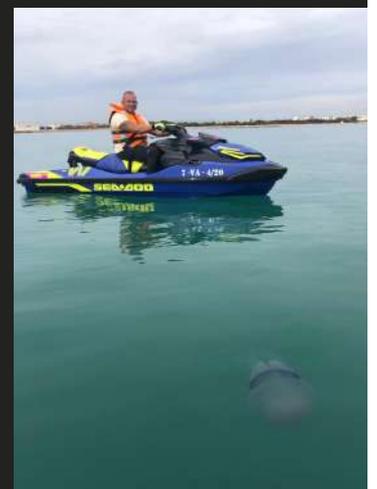
Y, ahora, una vez ha probado la competición, Rafael Navarro tiene la mente puesta en el Campeonato de España de 2021,

*"La moto de agua es el vehículo más difícil de conducir porque el agua no es plana nunca. Y lleva mucha potencia"*

que empezará el próximo 5 de abril y para el que ya se está preparando. "Es imprescindible entrenar varios días a la semana con la moto y aumentar el trabajo de resistencia en el gimnasio".

Pero Rafa también contará con una moto de agua nueva para el próximo año. "Una moto que quede más falcada al agua, que me coja antes la velocidad y no me deje atrás, con un asiento de carbono nuevo con mis puntos de presión hecho a mi medida". "Y poder conseguir algún patrocinador para competir sería muy importante".

Rafa, que cuenta con una licencia federativa de la Federación española de Motonáutica y con un carnet de navegación, anima todo el mundo a probar a conducir una moto de agua. "Navegar entre delfines y medusas es increíble".



**ORTOPRONO**  
ORTOPEDIA TÉCNICA

# MEJORA LA TRANSFERENCIA

## Cuida de ti y de los tuyos

**15%**  
descuento  
**GRÚAS**  
y arnés estándar  
gratis

Promoción válida hasta 30-11-2020



Promoción válida hasta 30-11-2020

Te ofrecemos:

- Asesoramiento personalizado
- Demostración de uso
- Financiación a medida

### CENTROS ORTOPRONO EN LA COMUNIDAD VALENCIANA

#### ALICANTE

Alicante El Corte Inglés Maisonnave  
Benidorm Avda. Los Limones, 1  
Denia Paseo del Saladar, 1C

#### CASTELLÓN

Castellón C/ San Luis, 19

#### VALENCIA

Aldaia C/ Doctor Fleming, 7  
Alzira C/ Méndez Núñez, 1  
Pto.Sagunto Avda. Camp Morvedre, 153  
Requena Avda. Arrabal, 58  
Xàtiva C/ Académico Maravall, 7

Valencia **C/ Félix Pizcueta, 10 (Central)**  
El Corte Inglés Av. de Francia  
C/ Pintor Vilar, 1

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

902 30 50 70 - 96 353 03 09

COMUNIDAD VALENCIANA - COMUNIDAD DE MADRID  
CASTILLA LA MANCHA - ARAGÓN - ANDALUCÍA





CAMPAÑA DE CONCIENCIACIÓN SOBRE LAS BARRERAS EN ESPACIOS PÚBLICOS

# POR AQUÍ NO PUEDO, POR AQUÍ NO PASO

Impulsada por la Federación Nacional ASPAYM con la colaboración de la Dirección General de Tráfico y con la participación de las diferentes delegaciones de ASPAYM repartidas por toda España



La campaña 'Por aquí no puedo, por aquí no paso' impulsada por la Federación Nacional ASPAYM en colaboración con la Dirección General de Tráfico, responde a una necesidad manifiesta y actual, de visibilizar las acciones en los espacios públicos compartidos haciendo un llamamiento a la sociedad sobre la importancia de adoptar comportamientos cívicos, seguros y responsables con los demás para la convivencia. Desde ASPAYM CV hemos colaborado y participado en esta iniciativa. Miembros de nuestra asociación han recorrido diferentes calles y zonas de Valencia para poner de manifiesto (como veis en las imágenes) que las barreras en espacios públicos siguen existiendo y es obligación de todos eliminarlas.

La campaña pretende:

- Potenciar un conocimiento cívico, responsable y seguro de los usuarios de las vías.

- Proteger a los usuarios más vulnerables: personas con discapacidad.
- Potenciar una movilidad segura.
- Promover y concienciar sobre espacios seguros de movilidad para peatones.
- Mejorar el conocimiento sobre la accidentalidad de los peatones y su movilidad.
- Garantizar el reparto del espacio público entre los sistemas de desplazamiento.
- Corresponsabilizar a los agentes públicos y promover su participación en el diseño y gestión del espacio público.

La novedad de la Campaña radica en la necesidad actual que requiere de una respuesta y concienciación por parte de la sociedad, así como de la participación directa de las personas beneficiarias y/o implicadas haciendo un llamamiento a la corresponsabilidad de todos los agentes implicados.



# SERLIANA



## VIVIENDAS ADAPTADAS

Asesoramiento completo  
Nos ocupamos de todo lo necesario para tu vivienda, desde el proyecto a todos los trabajos necesarios para que tu hogar quede totalmente adaptado



## TURISMO INCLUSIVO

Apartamentos adaptados para que disfrutes de tu estancia en Valencia



comunidad valenciana

Con el código **ASPAYM** disfrutarás de un **10% dto.** en nuestros apartamentos.





**La evolución  
de un  
compromiso**

Desde Coloplast queremos transmitirte que somos una compañía con un fuerte compromiso: con los usuarios de nuestros productos, con los profesionales sanitarios y contigo.

Un compromiso por ofrecer las mejores soluciones a quienes necesitan de un cateterismo intermitente, para que su día a día sea más fácil a pesar de sus circunstancias.

En **Coloplast** tenemos un fuerte compromiso con la innovación.

Por eso, y aunque contamos con un amplio portfolio de productos en el **área de Continencia**, seguimos desarrollando nuevas y mejores soluciones para todas aquellas personas que necesiten un cateterismo intermitente y **muy pronto volveremos a sorprenderos.**

Por eso te presentamos

# La evolución de un compromiso

Con esta campaña pretendemos reforzar la estrecha relación que mantenemos tanto con los usuarios como con los profesionales sanitarios y darles las gracias ya que ellos también forman parte de este compromiso por mejorar las vidas de los productos del **área de Continencia de Coloplast.**

# Un valenciano en el Campeonato del Mundo IFBB 2020

**TONI MARTÍ, NATURAL DE RAFELBUNYOL Y SOCIO DE ASPAYM CV, COMPETIRÁ EL PRÓXIMO 5 DE NOVIEMBRE EN EL MUNDIAL DE FISIOCULTURISMO Y FITNESS**

Cuando entrevistamos a Toni 'Cacho' Martí en noviembre del año pasado, acababa de proclamarse Campeón de España. Ahora, un año después, ha logrado también el Campeonato de Europa IFBB (International Federation of Bodybuilding and Fitness) y se prepara para participar en el Campeonato del Mundo. Este evento se celebrará el próximo 5 de noviembre (hasta el día 8) en la localidad catalana de Santa Susanna (estaba



previsto que se disputara en China, pero la organización decidió cambiar la ubicación a causa de la COVID).

Toni Martí será el único integrante de la expedición española que participará en silla de ruedas, a la espera de saber si habrá otros participantes de la misma categoría de otros países. Él acudirá con su entrenador, que además es profesional, Sento Olombrada. "La preparación para este torneo ha sido más dura y con más sacrificio que las anteriores, sobre todo en el tema de la comida. Entreno seis días a la semana siempre en gimnasio y con un trabajo específico para mí", explica Toni.

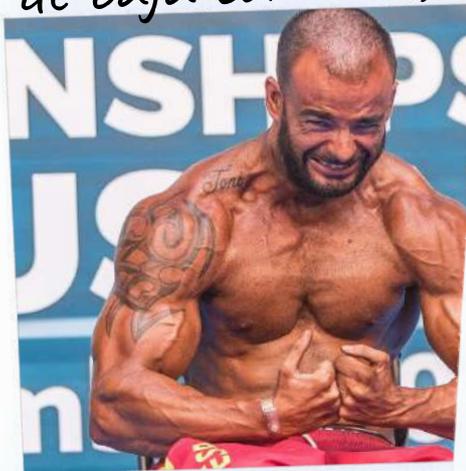
Para el Campeonato del Mundo, las medidas anti-COVID implican que Toni Martí tendrá que desinfectar la silla de ruedas antes de subir al escenario. Sólo entonces se podrá quitar la mascarilla, que es obligatoria para los participantes, entrenadores, público y jurado el resto del tiempo.

“

*Lo mejor de todo esto está siendo vivir la experiencia, competir en diferentes niveles y lograr tanto reconocimiento”*

*Doble biceps, espalda, expansión dorsal, perfil de caja torácica, más musculado...*

*Fotos cedidas por: Alonso Espartero*



# KALDEVI



WWW.KALDEVI.ES

**CUIDAMOS DE TI: SERVICIO A DOMICILIO GRATUITO PARA CUALQUIER PEDIDO EN NUESTRAS ORTOPEDIAS**

HASTA EL 31 DE DICIEMBRE DE 2020

## NUEVOS HORARIOS



**DE LUNES A VIERNES  
DE 9:00 A 14:00  
Y DE 16:00 A 19:00 H**

**KALDEVI VALENCIA**  
C/ ALMÁCERA, 5  
VALENCIA  
+ 34 963 77 58 93  
 610 20 68 07  
INFO@KALDEVI.ES

**DE LUNES A VIERNES  
DE 10:00 A 14:00  
Y DE 17:00 A 19:00 H**

**KALDEVI ATB BURJASSOT**  
PLAZA CONCORDIA, 11  
BURJASSOT  
+ 34 963 90 47 48  
 672 62 35 09  
ATB@KALDEVI.ES

SÍGUENOS EN REDES





# SALIDA CICLOTURISTA EDUCATIVA Y FORMATIVA



IES Jordi de Sant Jordi



*Organizada por 2º TASOCT  
(tarde) del IES Jordi de Sant Jordi,  
con la colaboración del Club 3  
Rodes-ASPAYM CV y ASPAYM CV*

La actividad, realizada el pasado 23 de Octubre, comenzó en el Hotel las Arenas siguiendo por toda Portsaplaya y haciendo el camino de retorno por la Vía Churra pasando por Meliana, Almàssera y Alboraya hasta finalizar en el punto de partida dos horas después, recorriendo un total de 22 km.

El objetivo de nuestra asociación y nuestro CLUB 3 RODES era transmitir el cicloturismo adaptado a los estudiantes y futuros profesionales, así como la discapacidad y la inclusión gracias al deporte. Favoreciendo la cultura y la actividad física, la participación activa en la naturaleza a través de esta actividad sociocultural y fomentando la cultura valenciana de la zona.

El hilo conductor de la actividad se centró en la cultura y la tradición valenciana, visitando y conociendo los enclaves culturales más característicos de l'horta nord de Valencia. Dichos enclaves son:

- Hotel las Arenas
- Ermita del Miracle dels Peixets
- Museo de la Horchata

En cuanto a la vegetación disfrutamos de huertas, naranjos, arrozales y los ecosistemas de las dunas de las playa, pasando por el barranco de Carraixet (Alboraya). Y con poblaciones, como Meliana, Almàssera, Alboraya y el barrio de Roca.

Cabe destacar que todas las personas que participaron en la actividad, cumplieron en todo momento con las medidas de seguridad establecidas por las autoridades sanitarias.



# Palau

ORTOPEDIA TÉCNICA

## Revoluciona el campo de la sedestación



■ **Ortopedia Palau** pone en manos de sus clientes un nuevo producto revolucionario.

Se trata de un **moderno y revolucionario** sistema de Cojines de Aire para uso diario y **fabricados por la empresa española OKM**. El sistema se presenta en tres versiones diferentes: uno estático y dos dinámicos.

**Cojín Nubolo Cell** permite regular las presiones de cada una de las cuatro zonas de forma personalizada para prevenir las úlceras por presión.

**Cojín Nubolo Pro** cuyo modelo ofrece una consola que produce un efecto masaje y previene la aparición de úlceras por presión.

**Cojín Nubolo Med** en el que se aumentan las zonas corporales de cuatro a ocho siendo totalmente personalizable. Este modelo está indicado para personas con alto riesgo de sufrir úlceras por presión.

El sistema ofrece la ventaja de poder reparar cualquier tipo de pinchazo en cuestión de segundos.

**Ortopedia Palau mantiene su apuesta** por las nuevas tecnologías y avances en el sector ortopédico a fin de mejorar el bienestar de sus clientes.

**Estamos a tú disposición**

[www.ortopediapalau.com](http://www.ortopediapalau.com)

ESPECIALISTAS EN MOVILIDAD Y SEDESTACIÓN



# Palau

ORTOPEDIA TÉCNICA

*Te Esperamos*

en nuestros centros especializados de Servicio Técnico Sanitario ubicados en...



**Ortopedia Palau  
Burjasot**

D. c/ Beniferri nº4  
46100 Burjassot (VLC)

T. 96 390 22 47  
M. 607 268 272



**Ortopedia Palau  
Valencia**

D. c/ Álvaro de Bazán, 23  
46010 (VLC)

T. 96 070 14 15  
M. 607 268 272



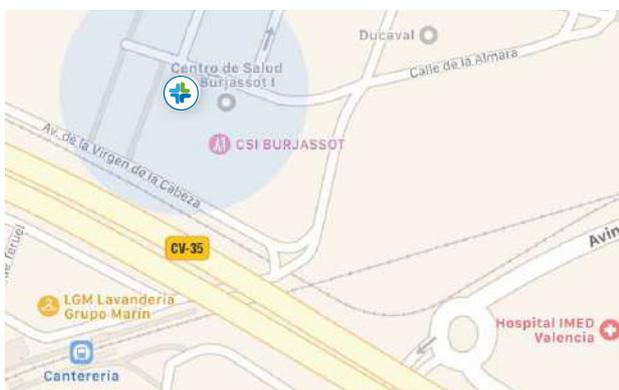
# Palau

ORTOPEDIA TÉCNICA

## ESPECIALISTAS EN MOVILIDAD Y SEDESTACIÓN

- ♥ Estudio para la mejora de la calidad de vida en el domicilio
- ♥ Valoración de la sedestación y la movilidad personalizada
- ♥ Servicio integral de ortopedia

[www.ortopediapalau.com](http://www.ortopediapalau.com)



**Ortopedia Palau Burjassot**  
D. c/ Beniferri nº4 46100 Burjassot (VLC) T. 96 390 22 47  
M.607 268 272



**Ortopedia Palau Valencia**  
D. c/ Álvaro de Bazán,23 46010 (VLC) T. 96 070 14 15  
M.607 268 272

# ¡NOS VEMOS EN EL AZUL!

## BAUTISMO DE BUCEO



*Experiencia vivida en primera persona por Alicia Silvestre, socia de ASPAYM CV, que contó para esta actividad con la colaboración de una Asistente Personal gracias a PREDIF CV.  
(Consulta las páginas 7 y 8 de esta REVISTA)*

# BAUTISMO DE BUCEO EN EL MAR

POR: ALICIA SILVESTRE

Hola a tod@s, tengo que contaros esta experiencia porque para mí ha sido algo genial que esperaba hacer hace mucho tiempo, y que no pensaba que este año pudiese ser posible por la situación en la que nos encontramos.

Bueno, después de dos bautismos en piscina que hice con muchos de vosotr@s (socios y socias de ASPAYM CV) por fin he podido hacer el bautismo en el mar.

Creo que todos sabéis que el club **MOLAMOLA**, que está formado por gente maravillosa, son los que han hecho posible que esto lo pudiésemos hacer.

Como a mí siempre me ha gustado el submarinismo, pero nunca he podido hacerlo con botella y sumergiéndome durante determinado tiempo y a una profundidad, le pedí a Toni Fernández (club **MOLAMOLA**) que por favor cuando hiciesen un curso de buceo me avisase porque yo lo quería hacer (y así quedamos).

Yo, que soy muy pesada, llamé a Toni un par de veces para recordárselo, pero enseguida me dí cuenta de que no hacía falta recordarle nada porque él ya me tenía en cuenta.

Luego vino este gran problema que tenemos con el coronavirus y se fastidió todo, iba a ser prácticamente imposible hacer ningún curso.

Pero Toni me llamo a principios de octubre y me dijo: "*¿quieres hacer el bautismo en el mar?*". "*¡WOOOO! ¡Pues claro!*". Y fue algo espectacular.



Vinieron a casa, Toni me explicó que el no podría hacer de instructor conmigo esta vez, pero que mi instructor sería alguien de toda confianza con el que iba a ir todo perfecto y así fue. Mi instructor fue Carlos Muñoz (el *Charly*), una persona genial y maravillosa como todos ellos, también Guillermo. No tengo palabras para agradecerles.

También me acompañó Lou (Asistente Personal a través de PREDIF CV) otro ser genial y maravilloso.

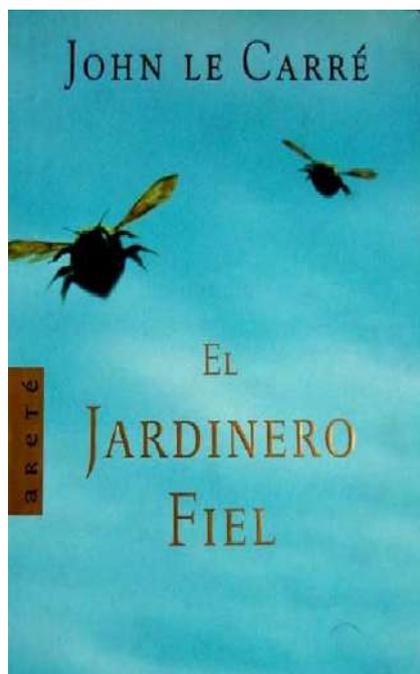
El traje de neopreno me lo prestaron ellos. Fue un día soleado en el que yo estaba emocionada. Fuimos a una cala en Benissa muy bonita, pequeña pero para el bautismo perfecta.

En resumen, fue un día maravilloso.

Y bueno, después de esto, me queda hacer el resto del curso con la teoría y la práctica, todo lo cual lo haré en cuanto el tiempo y las circunstancias lo permitan y como me dijo Carlos también del club MOLAMOLA:

**¡NOS VEMOS EN EL AZUL!**

# CLUB DE LECTURA ASPAYM CV

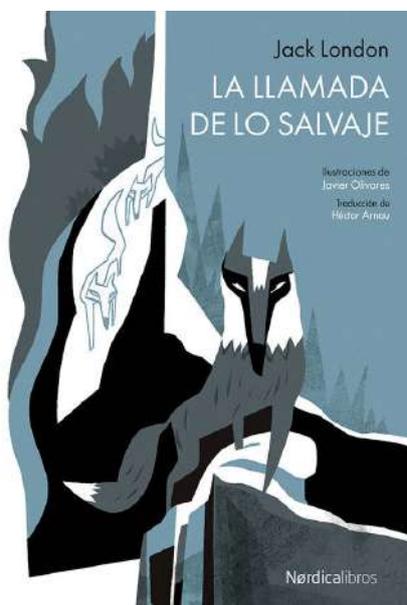


## OTOÑO 2020 LIBROS RECOMENDADOS

SONJA TARLOV RECOMIENDA...

### EL JARDINERO FIEL

"Ficción muy real sobre lo que ocurre a nivel mundial con la industria del medicamento". En el norte de Kenia, Tessa Quayle, es asesinada. Su supuesto amante africano, un médico al servicio de una ONG, ha desaparecido del escenario del crimen. El marido de Tessa, aficionado a la jardinería y diplomático destinado a la embajada británica de Nairobi, emprende su odisea para descubrir a los asesinos. En el camino encontrará terror, violencia, conspiraciones... Pero su mayor descubrimiento será la mujer a la que apenas tuvo tiempo de amar.



JAIME MONCHOLÍ RECOMIENDA...

### LA LLAMADA DE LO SALVAJE

"Un clásico muy chulo, cortito y fácil de leer. Es un libro muy bonito". Alaska fue el objetivo de muchas expediciones que buscaron fortuna con la explotación del oro. El Ártico es el destino que le ha sido reservado a Buck, un formidable perro mestizo, hijo de un San Bernardo y de una pastora escocesa, que disfruta de una existencia apacible y civilizada hasta que es vendido para tirar de un trineo en los páramos helados de Alaska y Canadá. De poco servirá lo que ha aprendido hasta el momento. En este nuevo entorno hostil, rápidamente advierte que la única ley válida es la del «garrote y el colmillo», tan cruel como implacable. Buck se verá obligado a luchar por la supervivencia y conocerá la ferocidad de la naturaleza, que despertará en él instintos que habían permanecido dormidos mucho tiempo.

*Si tú también quieres ver tu reseña publicada en las páginas de nuestra REVISTA, sólo tienes que enviarnos el título del libro y porqué lo recomiendas a nuestro correo [comunicacion@aspaymcv.com](mailto:comunicacion@aspaymcv.com)*

## MÁS DE **50** AÑOS DE EXPERIENCIA

Dedicados al servicio de las Personas con Movilidad Reducida, para promover y facilitarles el acceso a una mayor autonomía en el transporte y conducción ya sea en su propio vehículo o como pasajeros.

Trabajamos con la mejor marca en dispositivos para conducción y transporte GUIDOSIMPLEX, siendo distribuidores oficiales y en exclusiva de ellos y contado con la certificación de la UCA (Unidad de Certificación del Automóvil).

Contamos con un vehículo de demostración y una zona de exposición donde nuestros clientes podrán conocer cuáles son los dispositivos y ayudas que instalamos previamente a que se realicen las adaptaciones en sus propios vehículos.

*TUS SUEÑOS SON NUESTRA META*

*NO LO DUDES MÁS Y VEN A VISITARNOS.*



**TALLERES CODA VALENCIA**  
**C/ MARQUES DE SAN JUAN 8**  
**96 347 47 51 / 645 91 82 05**

Guidosimplex<sup>®</sup>



En Talleres CODA nos ponemos a tu disposición para adaptar tu vehículo.

**¡Adapta ya tu coche!**

**Contáctanos:**

 963 474 751

 654 918 205

 [tallerescoda.es](http://tallerescoda.es)

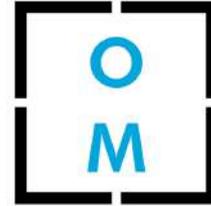


Bosch Car Service



## PÁSATE A CONOCER NUESTRAS MEJORADAS INSTALACIONES

- Preparadas para atenderte con todas las medidas preventivas.
- Manteniendo las distancias recomendadas.
- Desinfectando productos e instalaciones.



ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO

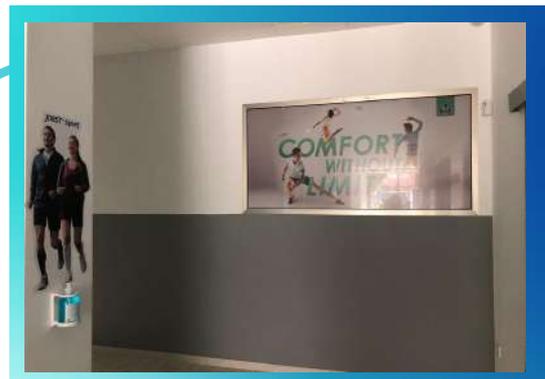


ESTRENAMOS NUEVA IMAGEN, NUEVOS COLORES Y ESPACIOS DONDE RESPETAMOS LAS DISTANCIAS DE PREVENCIÓN FRENTE AL COVID



HABILITAMOS NUEVAS ZONAS DE ESPERA CON GEL HIDROALCOHOLICO Y LIMPIEZA EXHAUSTIVA COMO MEDIDAS DE HIGIENE Y SEGURIDAD

ANCHOS PASILLOS Y ZONA DE ESPERA SEPARADA DE LA TIENDA Y TALLER PARA QUE NUESTROS CLIENTES Y PERSONAL ESTÉN LO MÁS SEGUROS Y PROTEGIDOS



# EN ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO

## Termómetro digital

ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO

Permite cambiar unidades de medida (°C-°F)



Automatizado para ahorro de energía



Pantalla LCD con iluminación



Clase I según la temperatura sin alerta

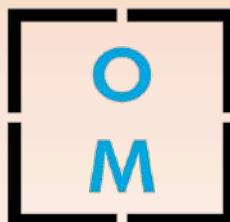


- Rápida obtención de la temperatura (1 segundo)
- Fácil manejo.
- Medición infrarroja de precisión sin contacto con la piel (2 a 5 cm)
- Memoria con almacenamiento de hasta 16 lecturas
- Indicador de temperatura por colores
  - Verde (de 34° a 37,3°)
  - Naranja (de 37,4° a 38°)
  - Rojo (de 38,1° a 42,9°)
- Alerta sonora en caso de temperatura alta.

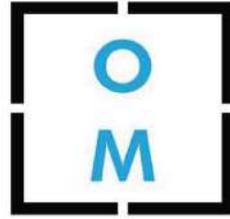
Referencia

TER-01

OM



ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO



ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO

*Nos movemos contigo*



Av/ Maestro Rodrigo, 18  
Valencia Telf. 96121 01 26

síguenos:



[www.ortopediasdelmediterraneo.com](http://www.ortopediasdelmediterraneo.com)