

ASPAYM

COMUNIDAD VALENCIANA

Revista Informativa
Julio y Agosto 2020



¡FELIZ VERANO!

Nos vamos de vacaciones (del 1 al 31 de agosto, ambos incluidos)

Nuestra socia Yolanda, protagonista de esta portada, no lleva mascarilla ya que cumple con una de las condiciones establecidas por el Ministerio de Sanidad en cuanto a las excepciones para no usarlas: personas que estén haciendo deporte (bici).

ASPAYM

Comunidad Valenciana

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

REVISTA JULIO Y AGOSTO
2020

REVISTA REDACCIÓN Y
MAQUETACIÓN:

TERESA SARTI

COLABORAN:

LAURA SOLER AZORÍN

PACO FLORENTINO

RAQUEL RODRÍGUEZ

TERESA NAVARRO

JAVIER GUARDIOLA

ALBA SORIANO

JOSÉ M^a MONTESINOS

SUSANA RUBIO

M^a JESÚS NAVARRO



JUNTA DIRECTIVA

PRESIDENTE: Francisco Florentino.

VICEPRESIDENTA: Yolanda Ruiz.

SECRETARIA: Lara Oltra.

TESORERA: M^a 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
JULIO Y AGOSTO 2020



I CONCURSO MICRORRELATOS ASPAYM CV PÁG. 4

III CONCURSO A LA MEJOR FOTO #ASPAYM CV VACACIONES PÁG. 6

LOTERÍA DE NAVIDAD ASPAYM CV PÁG. 8

LAURA SOLER, DIPUTADA CON DISCAPACIDAD PÁG. 11

ASÍ NOS BAÑAREMOS ESTE VERANO EN LAS PLAYAS PÁG. 12, 13, 14

ASPAYM CV YA ES MIEMBRO DE LA PVCV PÁG. 16

CAMPAÑA PARA EVITAR LESIONES MEDULARES POR ZAMBULLIDAS 'TÍRATE CON CABEZA' PÁG. 21, 22

ASPAYM CV IMPLANTA UN SISTEMA DE CALIDAD PÁG. 25, 26

CURSO ASISTENCIA PERSONAL A MUJERES EN PREDIF CV PÁG. 32, 33

NUTRICIÓN EN VERANO ¿CÓMO NOS HIDRATAMOS? PÁG. 33, 37

CLUB DE LECTURA PÁG. 40

PROTOCOLO SANITARIO DE ASPAYM CV EN LA SEDE PÁG. 43, 44

PATROCINADO POR  Hollister.

CONCURSO

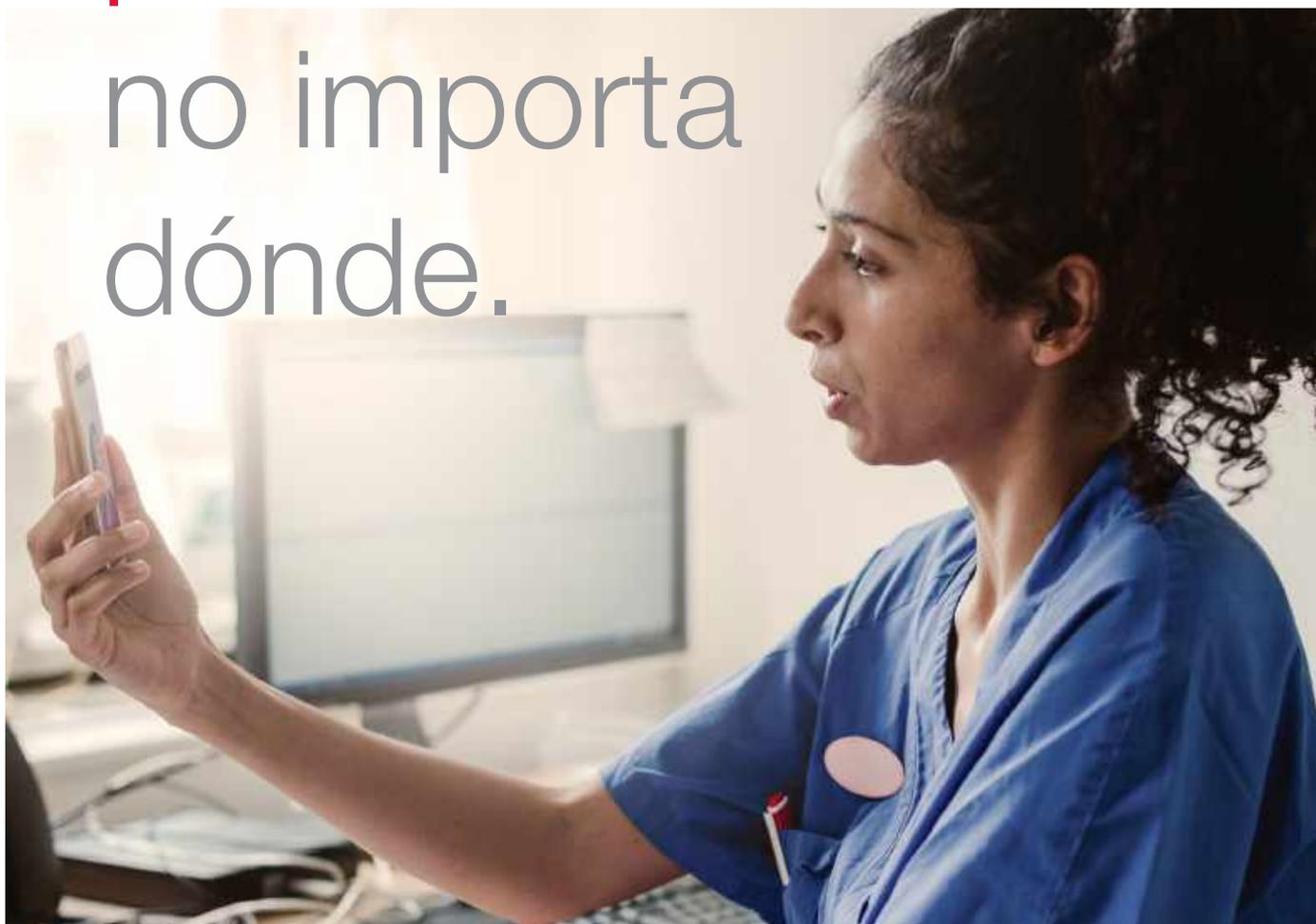
Microrelatos

**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!!
EN BREVE OS INFORMAREMOS DE LAS BASES Y PLAZOS PARA PARTICIPAR. ¡¡ATENCIÓN!!**

Estamos para ti, no importa dónde.



La comunicación entre el profesional y el paciente ha cambiado mucho en los últimos meses. A pesar de todo, en Hollister seguimos comprometidos con nuestra misión de hacer la vida más gratificante y digna para las personas que usan nuestros productos y servicios. Hemos mantenido nuestros servicios de atención al cliente activos y accesibles - incluso de forma remota - y estamos comprometidos en cubrir las necesidades de nuestros clientes manteniendo el suministro de nuestros productos de continencia y ostomía. Cuenta con nosotros, ellos cuentan contigo.

 **aspaym**
comunidad valenciana

ENTRARÁN EN EL CONCURSO LAS FOTOS RECIBIDAS HASTA EL 31 DE AGOSTO



**¡POR TERCER AÑO CONSECUTIVO!
¡¡¡ESTE VERANO MÁS QUE NUNCA!!!**

#ASPAYM CV Vacaciones

**COMPARTE TU FOTO CON NOSOTROS Y
SÚBELA A LAS REDES CON EL HASHTAG**

O NOS LAS MANDAS AL MAIL COMUNICACION@ASPAYMCV.COM

LA FOTO GANADORA SERÁ LA PORTADA DE NUESTRA REVISTA DE SEPTIEMBRE



Porque desde el 8 de junio, cuando volvimos a abrir nuestra sede de forma presencial, la respuesta de todos los socios y socias de ASPAYM CV ha sido el cariño, el respeto, el apoyo y la confianza. Hemos cumplido en todo momento nuestro Protocolo de seguridad sanitaria y así lo seguiremos haciendo para protegernos y protegeros SIEMPRE. Gracias también a los trabajadores y Junta Directiva de ASPAYM CV que están compatibilizando el trabajo de manera telemática y presencial. En especial a Marisa Ripoll, nuestra Auxiliar a Domicilio, que sigue prestando todos los días el servicio de Asistencia Personal y Ayuda a Domicilio (APVA). Un servicio de ASPAYM CV que está demostrando ser más necesario que nunca.

¡GRACIAS!

NOTA: Las fotos de las páginas 11, 14 y 25 fueron tomadas antes de la pandemia, por eso sus protagonistas van sin mascarilla.



LOTERÍA DE NAVIDAD 2020

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 / 963664902) y te indicaremos los pasos a seguir. (El precio siguen siendo 22€ cada décimo).





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



 96 322 56 15

www.serliana.es

serliana@serliana.es

 [@serliana_rehab_const](https://www.instagram.com/serliana_rehab_const)



En 2018 nace **SERLIANA INCLUSIVA** con el objetivo de crear espacios únicos, totalmente adaptados para personas con movilidad reducida,

Apartamentos cómodos y de diseño, para disfrutar de tu estancia en Valencia, ciudad abierta e inclusiva.

Forman parte de la familia de la cadena SH Hoteles, cuentan además con la aprobación de PREDIF y los encontrarás en la plataforma **TUR4all**

Los más de 10 años de experiencia en obra de **SERLIANA REHABILITACIÓN Y CONSTRUCCIÓN** fueron el mejor respaldo para conseguir hacer de estos proyectos una realidad



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

VEN

POR:
LAURA SOLER AZORÍN,
DIPUTADA SOCIALISTA A
CORTS VALENCIANES PER
ALACANT

“De mayor, yo siempre quise ser una niña.”
Este versículo extraído de la canción de Ismael Serrano que da título a este artículo nos recuerda ese espíritu único, alegre y luchador que sólo se puede recuperar a través de la mirada de la infancia. Cada día, esta alicantina que os escribe lo utiliza como un mantra para tratar de mejorar el mundo en el que nos ha tocado vivir, **llevando mi silla de ruedas como bandera en mi labor parlamentaria en les Corts Valencianes.**

Un día, en medio de una campaña electoral enloquecida me invitaron a participar en un acto en el Cap i Casal. Fue muy emocionante exponer los derechos sociales del programa electoral socialista en los que después he seguido trabajando.

Allí estuve por primera vez en contacto con personas de vuestra Asociación. Siempre recuerdo que cuando nos presentaron me acordé de mis años mozos en la lucha estudiantil universitaria y mi labor como primera concejal socialista de Alicante con discapacidad física. Recuerdo que leí un libro editado en 2003 por ASPAYM que marcó un antes y un después en mi formación sobre el tema que nos ocupa: 'El espejo social de la mujer con gran discapacidad'. Este libro rompedor no solo nos mostraba una realidad sin ambages acerca de las personas con discapacidad y su entorno sino de la percepción de gran parte de la población sobre nosotras, las discapacitadas. Quizás por ello, no me quedé estupefacta cuando, en



un viaje a la mítica ciudad egipcia de Alejandría me dieron limosna en la puerta de una mezquita. Estaba avisada. Por ello, conozco desde hace mucho tiempo que vuestro trabajo interdisciplinar acerca de la discapacidad, y más específicamente con lesión medular, es muy necesario y le proporciona una gran visibilidad ante la sociedad. Por mi parte, debo agradeceros que hace poco más de un año **me abristeis de par en par las puertas de vuestra entidad para, espero, no cerrarlas nunca más diciéndome sin reservas "ven"**. Y ahí sigo.

Desde les Corts, siempre junto a vosotros, para apoyar aquellas medidas que sean necesarias para lograr una sociedad más inclusiva sabiendo que el Consell presidido por el socialista Ximo Puig siempre estará presto a luchar codo con codo junto a vosotros ante los desafíos de esta nueva realidad que, ay, se nos ha presentado de improviso. Teresa, Paco, PREDIF, ASPAYM, seguimos rodando. Y en la lucha.

LAS PERSONAS USUARIAS DE LOS PUNTOS DE BAÑO ACCESIBLE PODRÁN SER ASISTIDAS DE NUEVO POR PERSONAL DE **CRUZ ROJA**+

NI UN PASO ATRÁS ¿CUÁL HA SIDO EL PAPEL DE ASPAYM CV EN ESTE PROCESO?

RECUPERAMOS LA ASISTENCIA AL BAÑO EN LAS PLAYAS DE VALENCIA Y OTRAS LOCALIDADES VALENCIANAS

Este año 2020 está siendo, sin duda, muy complicado para todas las personas, pero mucho más para las personas que tenemos discapacidad, porque se nos ha añadido otra barrera más: el COVID-19. Después de los meses de confinamiento, que no han sido fáciles, comienzan a surgir las adaptaciones, los protocolos de actuación para evitar el contagio... que para nuestro colectivo aún son más complicados. Y así ha ocurrido con los puntos accesibles de las playas.

A finales de mayo nos llegan noticias a ASPAYM CV de que, en diferentes puntos de la Comunidad no iba haber este verano punto de baño accesible o, en caso de haberlo, no se prestaría asistencia al baño a las personas con discapacidad. Desde ese momento, somos conscientes de que el tema del baño en las playas va a ser problemático y comenzamos a recabar información para ir tomando las medidas oportunas.

El 14 de junio compartimos en nuestras redes sociales la información del Ayuntamiento de Valencia sobre el Programa de Ayuda al Baño para personas con distintos grados de discapacidad, recalcando que: "el Servicio de Ayuda para el Baño, SÓLO SERÁ PRESTADA POR FAMILIARES", como se indica en la noticia.

A partir de ese día, en ASPAYM CV hemos empezado a hacer gestiones para conseguir que esto cambie, porque consideramos que vulneran los derechos de las personas con discapacidad que acuden solas a la playa, bien porque no tienen familiares o porque, aún teniéndolos, necesitan la ayuda de dos personas para poder bañarse. **Y, además, porque si lo conseguíamos en la ciudad de Valencia otras playas seguirían sus pasos (como ha sido el caso de Sueca unas semanas más tarde).**

Ese 14 de junio le trasladamos la información al Presidente del CERMI CV, que se pone en contacto con el Concejal de Playas del Ayuntamiento de Valencia. Y también le trasladamos la problemática a la Diputada de Les Corts Laura Soler.

TESTIMONIOS

(tomados por ASPAYM CV antes del 15 de julio)

XAVI - Sueca

"Aquí finalmente, como otros años, volvemos a tener asistencia. Aunque a principios de julio no había".

JAVI GASCÓN - XILXES

"En Xilxes no, una lástima, porque esos bañitos nos vienen genial al cuerpo... y a la mente. Una pena vivir al lado del mar y no poder bañarte".

JOSE - ALICANTE

"En Alicante capital igual, este verano si vas solo y necesitas ayuda para el baño no hay".

EVA - PUZOL

"Llamé al Ayuntamiento de Puzol y me dijeron que la zona de baño para discapacitados no iba a habilitarse este año, me parece muy injusto".

Varios Grupos Políticos de la Oposición del Ayuntamiento de Valencia se ponen en contacto con ASPAYM CV para ofrecernos su apoyo, su colaboración y su ayuda.

El 17 de junio, en la Asamblea Ordinaria *on line* del CerMI CV, donde participaba PREDIF CV (Federación de la que formamos parte ASPAYM CV y Xarxa Asociación de Mujeres con Discapacidad), representada por Carlos Sotos y Teresa Navarro, comentamos el problema que estaba ocurriendo en ese momento con los puntos accesibles de las playas (para que el resto de Federaciones fuesen conocedoras), y preguntamos a Cocemfe CV si disponían de más información, señalando que debíamos trabajar en equipo porque se estaban vulnerando los derechos de todas las personas con discapacidad como colectivo, aunque éramos conscientes que iba a ser más complicado por las medidas a aplicar para evitar el contagio... pero **¿porqué una persona con discapacidad si iba sola no se podía bañar si necesitaba ayuda?**

El Presidente de Cocemfe CV recalca lo injusto de la situación y la confirmación de que vamos a presionar juntos. Acabamos la reunión diciendo que **NO ES LO MISMO NO QUERER IR, QUE IR Y NO PODER BAÑARSE.**

A partir de ese día hemos trabajado a través del CERMI CV, PREDIF CV (ASPAYM CV y Xarxa) junto con Cocemfe Cv en equipo conjuntamente. Buscamos información de otros lugares de España donde sí existía un protocolo de actuación. Cocemfe informa que existe uno en Barcelona. **Desde ASPAYM CV, sabiendo el alcance y repercusión que tienen nuestras redes sociales, publicamos una noticia al respecto en la que pedíamos a nuestros socios/as y seguidores que nos contasen sus experiencias en los distintos lugares de la Comunidad Valenciana.** Comprobamos que en alguna población sí se estaba asistiendo al baño, en otras poblaciones ni siquiera se había montado, etc. Contactamos también con Andalucía para saber cómo estaban funcionando allí. En todo momento hubo un intercambio de información para conseguir nuestro objetivo.

El Coordinador de la Comisión de Accesibilidad del CERMI CV mantiene varias reuniones con el Concejal de Playas, Giuseppe Grezzi y con Cruz Roja. Les presenta el protocolo de Barcelona, y se les apremia para buscar una solución. Nos trasladan la complejidad de la situación así como su buena intención por ver la forma de llevarlo a cabo y encontrar una solución favorable para todos.

También existe una presión por parte de varios Partidos de la Oposición para que la situación mejore para las personas con discapacidad.

Finalmente, después de muchas gestiones, llamadas, reuniones y mucho trabajo **SE CONSIGUE NUESTRO OBJETIVO: "A partir del 15 de Julio se reanuda en las playas de El Cabañal, la Malvarrosa y Pinedo de Valencia, el servicio de ayuda la baño por el personal de Cruz Roja"** y nos adjuntan el nuevo protocolo actualizado por el Ayuntamiento.

Desde ASPAYM CV, agradecemos el trabajo del CERMI CV, Cocemfe CV, junto con el nuestro propio, haber podido trabajar en equipo, codo con codo, logrando que cualquier persona con discapacidad pueda bañarse en la playa si así lo desea. No ha sido un trabajo fácil, y se ha conseguido en Valencia, esperamos que el resto de municipios sigan sus pasos este verano 2020.





OBJETIVO LOGRADO

Era una noticia que teníamos muchas ganas de anunciar y por la que hemos estado trabajando el último mes y medio. A partir del 15 de julio, las personas usuarias de los puntos de baño accesible vuelven a ser asistidas de nuevo por el personal de Cruz Roja.

Como hemos explicado, hemos trabajado intensamente y conjuntamente en este tema con el objetivo de recuperar esa asistencia al baño que tan necesaria es para nuestro colectivo y que, en muchos casos, al haber sido eliminada, **estaba dejando a muchos socios y usuarios sin la posibilidad de bañarse, una actividad que para ellos es terapéutica y altamente beneficiosa.**

Es por ello que **Valencia (playas de El Cabanyal, Malvarrosa y Pinedo) ha decidido actualizar su protocolo de acceso a las playas para poder prestar asistencia al baño en los puntos accesibles y adecuarlo así a la 'nueva normalidad' que estamos viviendo.**

Es **MUY IMPORTANTE** recalcar 3 puntos a tener en cuenta en esta 'nueva normalidad' que afecta al baño asistido en las playas:

- Habrá limitación de aforo.
- Habrá un sistema de cita previa (llamando al teléfono 96 354 23 23 o a través del mail olvalplayas@cruzroja.es).
- Se firmará un documento de consentimiento informado (un documento en el que el usuario acepta y asume que el personal de la Cruz Roja, con las pertinentes medidas sanitarias de seguridad establecidas, le ayudará y asistirá en el baño).

La ayuda a las transferencias a la silla anfibia, traslado al mar y acompañamiento en el baño se hará por parte del personal de Cruz Roja, y con las medidas de protección necesarias para prevenir el contagio por Covid-19.

No obstante, desde Cruz Roja se sigue recomendando que las personas que puedan acudir acompañadas de familiares y/o monitores con capacidad para asistirles en el baño, sigan haciéndolo como hasta ahora en aras de mantener la prudencia y la prevención a las que obligan las actuales circunstancias. Si aún así no lo llevan y están solas, se les prestará la asistencia al baño como se ha hecho siempre.

Las personas usuarias y acompañantes, si los hubiera, deberán utilizar la mascarilla quirúrgica. Por el personal de Cruz Roja se hará la desinfección de los materiales tras cada uso.

El baño solo será posible cuando el mar esté con bandera verde.

Ahora, tras este paso dado en las playas de Valencia, esperamos que dicho Protocolo sea extensivo a todas las playas de nuestra Comunidad y se aplique tanto en Castellón, como en Alicante y en todas las localidades que cuentan con punto de baño accesible.

ORTOPRONO

Especialistas en bienestar

Scooters para un estilo de vida activo e independiente

10^{DTO}%
scooters



scooter plegable
manual o automático



*Promoción válida hasta 15-09-2020

Paga en 12 meses sin intereses

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
902 30 50 70 - 96 353 03 09

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



ASPAYM CV YA ES ENTIDAD MIEMBRO DE LA PVCV (*Plataforma de Voluntariat de la Comunitat Valenciana*)

Es una red de entidades sin ánimo de lucro unidas por el nexo común del voluntariado, con la idea de promocionar y difundir la Acción Voluntaria en la sociedad

OBJETIVOS:

- **Voluntariado**
- **Colaboración**
- **Administración**
- **Portavoz**
- **Actividades**
- **Formación**

¿Por qué hemos
decidido
unirnos?

- Para que haya un órgano mediador que nos represente a todas las asociaciones y no ir de una en una para que se escuche nuestra opinión.
- Porque la realidad es que el tejido asociativo se encuentra un poco desarticulado y la unión hace la fuerza.
- Para conseguir que se reconozcan una serie de derechos de la ciudadanía, no se parcheen sólo las situaciones.
- Para vigilar y aportar nuestra opinión ante las administraciones u organismos públicos y entidades privadas.
- Para que no se devalúe o desvirtúe la idea



o el ideario del voluntariado.

- Para salir de lo inmediato de nuestras entidades y poder descubrir las nuevas necesidades, no ir a remolque de lo ya existente.
- Para proponer y aportar soluciones a los problemas a quienes tienen poder para resolverlos.
- Para conocer entidades que puedan ampliarnos conocimientos, experiencias, y poder trabajar conjuntamente en la resolución de nuestras problemáticas.
- Para crear espacios comunes de reflexión.
- Como medio para conseguir subvenciones.

Conociendo otras opciones de movilidad

Hoy en día existen diversas formas para desplazarnos de un lugar a otro, sea cual sea nuestro tipo de movilidad: bicicletas, handbikes, patinetes, sillas de ruedas... pero ¿alguna vez has pensado en los scooters?



Los scooters son vehículos eléctricos compuestos por ruedas (3 o 4) propulsadas mediante un motor eléctrico que permite a las personas con movilidad reducida trasladarse de un lugar a otro de forma segura, rápida e independiente. Este dispositivo permite circular con libertad dentro de la vivienda, pero también disfrutar de áreas exteriores, cómodamente. Un scooter es una gran opción para conservar nuestra autonomía.

El uso de los scooters eléctricos hoy en día se considera una solución de movilidad y su utilidad ha experimentado un crecimiento notable en la sociedad

actual por todas las facilidades que aporta a la persona usuaria:

- Son fáciles de conducir sin necesidad de ayuda de otras personas.
- Existe la opción de plegarlos, reduciendo así su tamaño al guardarlos en casa; e incluso de desmontarlos en varias piezas.
- Los hay de diferentes tamaños y modelos.
- Permiten la oportunidad de adaptar sus complementos a las necesidades de la persona.
- Pueden estar equipados con asientos giratorios que ofrecen libertad de movimiento para la persona que conduce.

Al igual que cuando queremos adquirir cualquier dispositivo para desplazarnos, debemos preguntarnos **qué tipo de scooter se adapta mejor a nuestras necesidades e intereses (para viajar, para uso diario, para terrenos irregulares, para trayectos largos...)**. Aquí te presentamos algunos puntos importantes para tener en cuenta a la hora de tomar esta decisión:

- **Peso y estatura:** Algunos de los modelos más pequeños y ligeros tienen una capacidad de soporte de peso máximo entre 95 a 140 kilos (modelos portátiles y desmontables). Es importante adquirir el scooter adecuado para nuestro peso, esto se verá reflejado en la autonomía de la batería, durabilidad del chasis, velocidad...
- **Lugar de residencia:** Si vivimos en ciudad y/o nuestro espacio es reducido, quizá nos interese valorar la opción de scooter plegable, de tres ruedas o de tamaño pequeño. Por otro lado, si vivimos en el campo o el terreno es inestable, nos interesará un scooter de tamaño grande con suspensión incorporada independiente a las cuatro y/o con ruedas neumáticas.
- **Lugar de almacenamiento:** Es importante pensar en dónde vamos a dejar el scooter cuando no se esté usando, tanto por el mantenimiento de baterías y electrónica como por el espacio que ocupará en el domicilio.
- **Uso:** Debemos pensar el uso que queremos darle al scooter ya que de ello dependerá del modelo más adecuado. Por ejemplo, si es para viajes puntuales o para desplazamientos dentro de la vivienda, nos interesará un scooter manejable, ligero y plegable. Sin embargo, si es para desplazamientos largos, cargar peso y no hay problema para su almacenamiento, nos decantaremos con scooters de gama grande, más robustos.



Como te puedes imaginar, hay una gran variedad en modelos, tamaños, colores, complementos... por ello, te animamos a que realices tu consulta y resuelvas dudas acerca de este tipo de producto para la movilidad.

Si quieres saber más sobre esta ayuda técnica, te parece interesante o crees que te puede ser útil puedes contactar con Rodem o entrar en nuestro blog para ver el artículo completo en:

<https://rodem.es/blog/conociendo-otras-opciones-de-movilidad/>

rodem

Ortopedia y Movilidad

Información y promociones:

- Durante el mes de Agosto no cerramos, seguimos ofreciendo todos nuestros servicios con el siguiente horario de atención al público: **de Lunes a Viernes de 9:00 h. a 14:30 h.**
- También mantenemos los **descuentos desde el 5% al 20%** en handbikes, sillas de ruedas manuales y eléctricas, cojines y respaldos. **Descuentos válidos hasta el 31 de Agosto en nuestra ortopedia.**

Servicio Oficial:



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

☎ 96 110 00 74

✉ info@rodem.es



PM

Patricia March

ABOGADOS**ESPECIALIDADES**

Accidentes de tráfico

Derecho Sanitario

Derecho laboral y de la Seguridad Social

Accidentes de trabajo

Responsabilidad civil en general

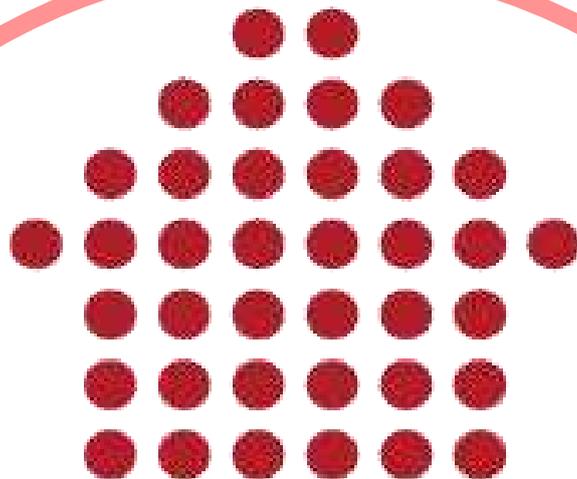
- Visita gratuita y asesoramiento gratuito continuado a los socios/as de ASPAYM CV.
- Defensa integral de los grandes lesionados.
- Especialista en tramitar y revisar prestaciones de invalidez y discapacidad.
- Abogados especialistas en conseguir la máxima indemnización.

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 / 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

ASPAYM PROMUEVE LA CAMPAÑA 'TÍRATE CON CABEZA' PARA PREVENIR LAS LESIONES MEDULARES POR ZAMBULLIDA

TAMBIÉN EL HOSPITAL NACIONAL DE PARAPLÉJICOS DE
TOLEDO LANZA LA CAMPAÑA 'MIRA CÓMO SALTAS'

La Federación Nacional ASPAYM lanza, un año más, la campaña de prevención de lesiones medulares por zambullida denominada 'Tírate con cabeza'.

Esta iniciativa, que nació en 2014, tiene como objetivo concienciar y sensibilizar de los riesgos que provocan los saltos incorrectos en el agua, así como prevenir y reducir las secuelas y lesiones irreversibles por este tipo de accidentes. Y es que estas lesiones se producen tanto por el impacto de la cabeza contra el fondo u otros objetos como por el golpe con la superficie del agua a gran velocidad al lanzarse desde altura.

Las zambullidas y este tipo de saltos, pueden conllevar consecuencias fatales si afectan a la zona cervical, pudiendo producir parálisis inmediata y ahogamiento, tetraplejias completas e incompletas, hemiplejias, o lesiones en la cabeza que conllevan problemas cerebrales, entre otros.

Por su parte, el Hospital de Paraplégicos de Toledo, insiste: *hay que conocer la profundidad de dónde vamos a lanzarnos. Muchas veces, nos confiamos y llega la desgracia.*

Controlar la postura es importante, con los brazos situados como prolongación del cuello, protegiendo el cuello y la cabeza. Este 2020, la campaña de prevención del Hospital apela directamente a la prudencia del bañista.

De producirse un accidente, también dan indicaciones sobre cómo hay que actuar: hay que inmovilizar el cuello del lesionado, evitar movimientos de columna y avisar inmediatamente al 112. Si tratamos de trasladar al herido en estas circunstancias podríamos ocasionar males mayores.

El tipo de lesión medular común como consecuencia de una mala zambullida se produce a nivel cervical, lo que genera una tetraplejía.



¿Y qué puede pasar?

Vídeo testimonios en primera persona sobre la lesión medular por zambullidas.



Mari Jose

Me tiré de cabeza ocasionándome una lesión medular. No tenía la información sobre la prevención.



Rafa

Calculé mal la profundidad y eso me ocasionó una lesión medular.



Quique

Choqué contra una roca en un río al lanzarme al agua.

En caso de accidente...

- **Avisa** a los servicios de vigilancia, salvamento o sanitarios que estén en la zona.
- **Llama** al teléfono de emergencias: **112 o 061**
- **Explica** de forma pausada lo que ha sucedido, indica el lugar exacto del accidente y los datos que puedan ayudar a localizarlo.
- **Evita** cualquier movimiento brusco o desplazamiento del accidentado y no realices técnicas inadecuadas o desconocidas.

Federación Nacional ASPAYM
www.aspaym.org

facebook.com/federacion.aspaym

@ASPAYMNACIONAL

http://bit.ly/FNAYoutube

Una campaña de:

TÍRATE CON CABEZA

#tirateconcabeza

¡Y vive el verano!

Con la colaboración de:

Sabías que...

Las zambullidas son la causa del 6% de las lesiones medulares en España. Estos accidentes se dan con mayor frecuencia entre varones jóvenes.

Y se producen al golpear la cabeza contra el fondo, objetos, la superficie del agua u otras personas al lanzarse al agua.

Para prevenir accidentes sigue los 3 pasos de la "Conducta AVA":

- **A** advertir el riesgo.
- **V** alorar los posibles peligros.
- **A** doptar una actitud segura.



¡Toma precauciones!

Antes de lanzarte al agua **comprueba la profundidad**. Y la primera vez que te lances en un lugar desconocido **hazlo de pie**.

Al lanzarte al agua de cabeza hazlo con los **brazos extendidos** delante de ti, para **proteger el cuello y la cabeza**.

Ten precauciones extras en **playas, ríos, pantanos y embalses**. El agua en estos suele ser turbia e impide ver el fondo. Y el agua puede cambiar su profundidad, como paso con el oleaje y las mareas.

No bucees ni juegues cerca de **zonas de desagüe** o donde están las **rejillas de las piscinas**.

Vigila en todo momento a los **pequeños** y no los **desoides en ningún caso**. Ni siquiera en bañeras, piscinas privadas o pequeñas piscinas hinchables.

Evita consumir **alcohol y drogas**, son factores que contribuyen a adoptar conductas de riesgo.

¡Disfruta al máximo en entornos seguros!

Conoce y respeta el significado de las banderas en las zonas de baño.

Buenas condiciones
Las condiciones para bañarse, nadar, bucear, etc. son buenas. Siempre respetando las precauciones básicas.

Precaución
Las condiciones de la zona no son adecuadas. Hay que extremar las precauciones.

Prohibido
Las condiciones ambientales de la zona no permiten bañarse, nadar, bucear, etc.

Bandera azul
Estas playas ofrecen las mejores condiciones ambientales y en sus instalaciones.

En espacios naturales, no te alejes de la orilla.

Báñate en zonas habilitadas y que estén vigiladas por socorristas.

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[®]



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



Bosch Car Service

BOSCH
Service



"IMPLANTAR UN SISTEMA DE CALIDAD NOS HA AYUDADO A CONOCERNOS Y A SENTAR LAS BASES PARA UNA MEJORA CONTINUA"

En lo que va de 2020, ICONG ha desarrollado varios programas, como "Apoyo para la mejora de la gestión y de la calidad" y que está subvencionado por el MSCBS. Este programa comprende varios proyectos que, mano a mano con entidades sociales, ofrece capacitación en herramientas avanzadas que permitan planificar y desarrollar su sistema de gestión de calidad.

Una de las entidades participantes en este año 2020 fue la asociación ASPAYM CV, que formó parte del proyecto "Planes 1".

La asociación ASPAYM CV trabaja desde 1979 para mejorar la calidad de vida de las personas con lesión medular y otras discapacidades físicas, así como de los familiares y/o allegados.

En los últimos 2 años han querido actualizarse y ponerse al día con las circunstancias actuales. Para ello han llevado a cabo un plan de mejora que se ha basado principalmente en 2 pilares:

- Aumentar los servicios para los socios y mejorar los que ya ofrecen.
- Ser más eficientes a la hora de captar recursos económicos.

Hemos hablado con ellos para que nos cuenten de primera mano qué ha sido para ellos este trabajo de mejora realizado con ICONG y cómo ha afectado a su entidad.



¿En qué ha consistido este plan de mejora que habéis puesto en marcha dentro del programa APOYO de ICONG?

Hemos querido empezar a buscar financiación privada y llamar a puertas que nos permitan mejorar la captación de recursos económicos y poner a disposición de nuestros socios nuevos servicios y apoyos. De esta manera cumplimos nuestros objetivos como asociación, pudiendo ofrecer a nuestros socios una mejora en su calidad de vida.

Nosotros trabajamos, por ejemplo, con personas que tienen muchas dificultades para determinadas tareas de su rutina diaria, como asearse, levantarse, o hacer gestiones. Cuantos más servicios y apoyo les demos, más independencia tendrán y así logramos nuestro fin.

¿Qué dificultades habéis encontrado a la hora de llevar a cabo estas mejoras?

Encontramos dos problemas fundamentales, el primero fue darnos cuenta de la dificultad del trabajo conjunto con otras asociaciones. Al final perseguimos el mismo objetivo, que es mejorar la vida de las personas con un alto grado de dependencia, y creemos que aunando esfuerzos podríamos hacer nuestro trabajo mucho mejor.

En segundo lugar, nos dimos cuenta de que, para mejorar nuestros servicios teníamos que tener más en cuenta la figura del voluntariado. No lo estamos

explotando y nos parece fundamental. Para solucionarlo hemos entrado en la Plataforma del Voluntariado de la Comunidad Valenciana y hemos contactado con otras asociaciones para hacer proyectos en común.

¿Cómo habéis sobrellevado estas dificultades?

Muchas veces es cuestión de una llamada telefónica y un contacto personal. A veces tenemos prejuicios antes de empezar un nuevo proyecto porque piensas que no va a salir, o que puede haber muchas dificultades y al final es cuestión de intentarlo.

Si lo intentas al final se consiguen las cosas, aunque sea poco a poco.

¿Con qué os quedaríais de este proyecto de Planes I del Programa de APOYO?

Después de hacer el proyecto con ICONG, nos hemos dado cuenta de todos los problemas que tenemos internos en la asociación y cómo solventarlos. Simplemente con eso ya tienes una visión diferente de cómo es la entidad. Muchas veces se hacían cosas por rutina, porque estaban instauradas y por que sí.

Por ejemplo, en esta situación del coronavirus, nos hemos reinventado y hemos implementado terapias de forma virtual. No hubiéramos pensado en esta nueva forma de trabajo si no fuera porque detectamos la necesidad.

Lo primero que tienes que hacer para implantar un sistema de calidad es detectar los problemas de la entidad. Una vez lo haces, los pones en su sitio y buscas la solución a cada uno de ellos, la entidad va evolucionando. Esto se traduce en cambios y mejoras para los socios, que es lo fundamental.

Además, hemos analizado todas las cosas que hacemos y que no ponemos en valor. Eso nos ha servido para darnos cuenta de que somos una asociación que está vertebrada y tiene muchas patas, pero en la que cada uno va por su camino. Nos ha ayudado a establecer nuestras fortalezas y potenciar nuestra visibilidad entre todos.

Ahora tenemos más información sobre la organización y hemos mejorado la estructura, registrando todo nuestro trabajo. Este registro nos da muchos datos sobre lo que estamos haciendo bien y también sobre los fallos que podemos solucionar.

¿Cómo ha mejorado vuestra entidad? ¿podrías mencionar algún aspecto concreto que haya cambiado radicalmente?

Diría que la comunicación interna entre los trabajadores, Junta Directiva y voluntarios. Antes cada uno hacía su trabajo y no había retroalimentación con otras áreas de actividad. Al haber esa comunicación interna, reuniones semanales explicando los problemas, pros y contras, hemos puesto solución a muchas cosas que antes se dejaban apartadas.

¿Qué les dirías a entidades que aún no han empezado este camino que habéis iniciado ya vosotros? ¿Qué recomendación les darías?

¡Que lo hagan! Nosotros, antes de empezar a implantar un sistema de calidad de ONG, intentamos implantar el ISO 9000, pero se quedó paralizado, nos costaba demasiados recursos... conocimos ICONG y ha sido fenomenal. Queremos seguir mejorando y que la asociación sea lo mejor posible.

Creemos que toda asociación debería tener implantado un sistema de calidad, básicamente para conocerse y para sentar las bases de una mejora continua.

ENTREVISTA REALIZADA
A LA JUNTA DIRECTIVA
DE ASPAYM CV POR
ICONG, INSTITUTO
PARA LA CALIDAD DE
LAS ONG
PUBLICADA EN SU PÁGINA
WEB WWW.ICONG.ORG

IDOL TOURS

CON EL TURISMO ACCESIBLE

Estimad@s compañer@s, ya en pleno verano, ha llegado el momento de disfrutarlo y de no quedarse en casa. Somos conscientes de que estamos atravesando momentos muy duros con respecto al virus Covid-19, pero como bien sabéis, nosotros seguimos trabajando para traeros diferentes opciones y alternativas, para que la última de todas sea quedarse en casa. Ya desde hace unas semanas habréis podido comprobar por los directos que realizo, como de costumbre todos los viernes a las 18:00 en Facebook, que he estado fomentando las rutas rurales y las escapadas en plena naturaleza, todos aquellos lugares que transmiten paz, sosiego, relajación y reencuentros espirituales, que quizás por motivos de movilidad no habéis podido realizar... ¡HASTA AHORA!

Tengo el gran placer de comunicaros un **nuevo servicio de aventura** gracias a la colaboración que hemos realizado con un gran amigo como es Hamu de Turismo Adaptado V3. Gracias a esta silla oruga y el transporte que también se ofrece vamos a poder descubrir zonas que son inexplorables con una silla común. Teniendo una amplia lista de lugares a visitar como playa, montaña, río, etc. y de diferentes dificultades, tiempos de duración y tipo de experiencia que quieras vivir. Todos estos lugares ya han sido estudiados con anterioridad teniendo en cuenta todos los eslabones de la cadena de accesibilidad y de seguridad.



**REGALATE UN
PASEO BAJO LA
LUZ DE LA LUNA
LLENA**

**POR UN MUNDO
RURAL SIN
FRONTERAS**

**EL BOSQUE COMO
MEDICINA ANTE EL
ESTRÉS**

**VOLVER A
RESPIRAR AIRE
PURO**



¡OFERTA EXCLUSIVA DE LANZAMIENTO!
¡REGALATE UN PASEO BAJO LA LUZ DE LA LUNA LLENA!

Ya puedes pasear por la arena a la orilla del mar con los tuyos
Báñate con la luz de la luna llena y haz vibrar tus sentidos. Conecta con la energía de la luna y el mar y vive una experiencia única.

Días: 2 – 3 – 4 de Agosto

Lugar: Playa de la Malvarrosa (Valencia)

Duración: 45 min (por paseo)

Precio: 60 € (1 persona en silla oruga + hasta 4 acompañantes)

Horarios: 22:00 – 22:45 / 22:55 – 23:40 / 23.50 – 00:30 /

00:40 – 1:25 / 1:35 – 2:05

¡PLAZAS LIMITADAS! HAZ TU RESERVA CONTACTANDO CON NOSOTROS POR CUALQUIERA DE NUESTRAS VIAS.

SIERRA CALDERONA ACCESIBLE PARA TI

-Si queréis conocer todas las opciones que os podemos ofrecer no dudes en ponerte en contacto. Aquí te dejo un pequeño adelanto de 3 rutas que podemos ofrecer en la Sierra Calderona:

- Ruta 1 – 45' Para probar la silla oruga y respirar aire puro
- Ruta 2 – 1h 30' Adéntrate en el corazón de la Calderona
- Ruta 3 – 3h 30' ¡Aventura y disfrute sin límites!

¡DESCUBRE HASTA DONDE PUEDES LLEGAR!



¡No os perdáis ningún directo, cada semana os iremos trayendo actividades nuevas!

¡Aquí os dejo un formulario para poder manteneros actualizados con las últimas novedades!

<https://forms.gle/TFPQBnWPeFYAFRRh6>



ALEJANDRO YEPES YERA

TEL: 647 025 614

EMAIL: INFO@IDOL-TOURS.COM

www.idol-tours.com

SIGUENOS EN REDES



KALDEVI



NUESTRAS ORTOPEDIAS, A TU LADO



AGOSTO ABIERTO

HORARIO DE VERANO: DE LUNES A VIERNES DE 10:00 A 14:00 H.

KALDEVI VALENCIA

C/ ALMÁCERA, 5
VALENCIA

+ 34 963 77 58 93

 610 20 68 07

INFO@KALDEVI.ES

KALDEVI ATB BURJASSOT

PLAZA CONCORDIA, 11
BURJASSOT

+ 34 963 90 47 48

 672 62 35 09

ATB@KALDEVI.ES

SÍGUENOS EN REDES



CONTACTA CON NOSOTROS ORTOPEDIAS KALDEVI



SILLA TODOTERRENO FREEDOM TRAX
MULETAS ANFIBIAS
SILLA ANFIBIA TIRAL02
SILLA + RUEDAS ANFIBIAS

**KALDEVI, PIONEROS Y ESPECIALISTAS
EN PLAYAS Y TURISMO ACCESIBLE**

Soluciones para el verano



DALE AL PLAY



KALDEVI

LA ASISTENCIA PERSONAL Y LA INCLUSIÓN LABORAL COMO HERRAMIENTAS DE EMPODERAMIENTO DE LA MUJER

Por Alba Soriano, Coordinadora del Proyecto Asistencia Personal PREDIF CV

La Plataforma Representativa Estatal de Personas con Discapacidad Física, PREDIF, a través de la entidad PREDIF CV, está formando gratuitamente, gracias a la financiación de Fundación ONCE, a 25 mujeres en riesgo de exclusión social de la Comunidad Valenciana, para que sean asistentes personales. Hasta el próximo 17 de agosto, de manera *online*, se está desarrollando el proyecto '**La asistencia personal y la inclusión laboral como herramientas de empoderamiento de la mujer**'.

Su objetivo es contribuir a la contratación de una asistencia personal, durante un número de horas, que facilite al beneficiario el acceso a la educación y al trabajo, así como una vida más autónoma en el ejercicio de las actividades básicas de la vida diaria.

Una asistente personal es una figura laboral que posibilita a las mujeres con discapacidad llevar una vida independiente apoyando en su autodeterminación, autonomía personal y toma de decisiones, a la vez que se considera una **oportunidad laboral para las mujeres en situación de riesgo de exclusión social, para que puedan 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 está 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).

Consta de siete módulos distribuidos en cinco bloques donde se estudia 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.

OBJETIVOS QUE SE PERSIGUEN

Los objetivos del curso son proporcionar a las alumnas una formación teórico-práctica que les permita adquirir una cualificación profesional para posibilitar su inserción laboral como profesionales de la asistencia personal y facilitar a las alumnas en su aprendizaje, la adquisición de destrezas necesarias para su posterior desarrollo durante el ejercicio profesional.

Al tratarse de una formación online, permite a la alumna una mayor flexibilidad en el seguimiento del curso.

Tras esta acción formativa, **las mujeres que superen el curso pasarán a formar parte de la bolsa de trabajo del SIAP** (Servicio Integral de Asistencia Personal) de la Comunidad Valenciana y **serán contratadas para ser asistentes personales de mujeres con discapacidad**, que recibirán este servicio a través de la financiación del proyecto subvencionado por la Fundación ONCE.

Asimismo, **el aumento de asistentes personales formadas en la Comunidad Valenciana dará oportunidad a las personas que quieran disponer de una asistente personal de poder elegir la profesional que mejor se adapte a sus necesidades.**

¿QUÉ ES LA ASISTENCIA PERSONAL?

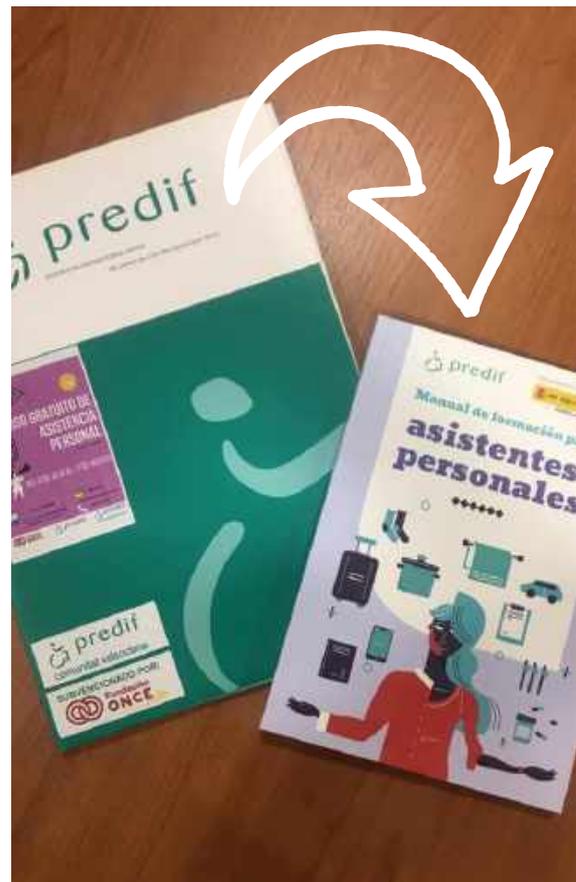
La asistencia personal es un Derecho Humano de las personas con discapacidad, tal y como se recoge en la Convención de la ONU sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de 2006 (CDPD). En dicha Convención, se hace mención específica a la Vida Independiente, a través de su Art. 19: «Derecho a vivir de forma independiente y a ser incluido en la comunidad». De lo emanado de este articulado se desprende que, trabajar para desarrollar Políticas Sociales basadas en la Filosofía de Vida Independiente es, sin duda alguna, trabajar y preservar los Derechos Humanos para la población de personas con discapacidad.

En **España**, aunque la figura profesional de la asistencia personal lleva varios años en los principales debates sociales y está reconocida como una prestación económica dentro del Catálogo de Prestaciones de la Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia, todavía tiene un largo camino por recorrer. Esta ley **reconoce el derecho de estas personas a poder llevar una vida independiente de forma autónoma y activa, permitiendo que residan y desarrollen su vida cotidiana en su entorno físico y social habitual.**

¿QUÉ ES UN 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 (definición parcial de Alejandro Rodríguez-Picavea y Javier Romañac, 2006).

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



Las tareas vendrán 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.

El 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



**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.**

YA ESTÁ AQUÍ EL VERANO Y AHORA, ¿QUÉ COMO PARA REFRESCARME?

José María Montesinos,
NUTRICIONISTA DE ASPAYM CV

Ya estamos en verano y en la tele vuelven los mensajes de las olas de calor y las típicas recomendaciones que todos sabemos: cómo hay que evitar las horas de máxima exposición al sol, hidratarse, etc. Y es ahora cuando nos surgen las dudas con respecto a qué comer.

Pues aquí os damos algunas recomendaciones para alimentarse en época estival.

Más que nunca, hay que hacer honor a la frase “la huerta valenciana”. Es hora de consumir productos de la huerta, esos magníficos productos que nos da nuestra querida *terreta*. La mejor manera es con una buena **ensalada** o una buena **parrilla de verduras**.

Si a la hora del picoteo no sabes qué ofrecer o qué consumir, opta por una **brocheta de fruta o verdura**.

En este caso, el rey del verano es el **gazpacho**. Y la reina del verano es la **sandía**.

Con el calor debemos evitar:

- Tomar refrescos y bebidas alcohólicas.
- Snacks salados.
- Antes de tomarse esa cervecita fresca para calmar la sed, tómate antes un vaso de agua.
- Comidas copiosas.

Y PARA HIDRATARNOS, ¿QUÉ HACEMOS?

Cuando hace ese calor bochornoso, la mejor manera para combatirlo es la hidratación. Además del agua, que es muy buena para estos casos, os damos algunos ejemplos más.

Tomar cualquier **infusión con hielo**: un té, poleo..., la infusión que más os guste, es una buena forma de hidratarnos, dándole un toque diferente.

RECETAS CASERAS

LIMONADA CASERA:

Coger una botella de 1,5-2L de agua, le añades un limón exprimido o lima, (cualquier cítrico vale) e incluso le añades unas hojas de menta o hierbabuena, y a la nevera. Listo para tomar en cualquier momento.

HELADOS CASEROS:

Aparte del que se puede hacer de hielo, otra opción es hacerlo con la fruta que más os guste (melón, fresa, melocotón...). Una vez congelada la trituras y a consumir. Otra opción es triturar la fruta, le añades leche desnatada y al congelador.

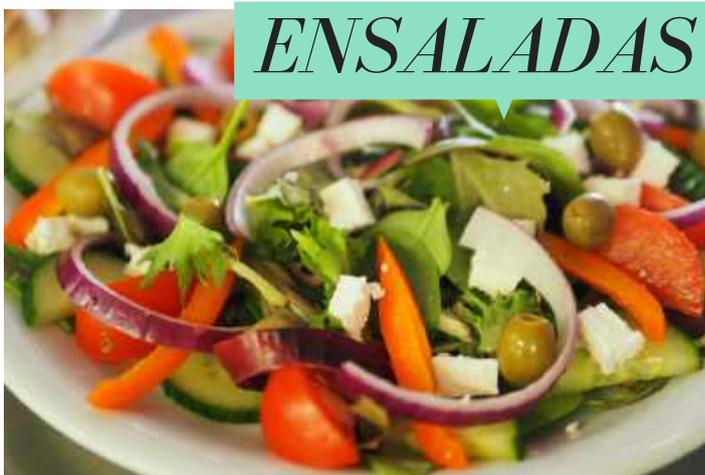


Es hora de consumir productos de la '*terreta*'

LA HUERTA VALENCIANA NOS DA MAGNÍFICOS
ALIMENTOS PARA EL VERANO



BROCHETA DE VERDURAS



ENSALADAS



FRUTA Y VERDURA



SANDÍA



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

ESPECIALISTAS EN MOVILIDAD Y SEDESTACIÓN



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



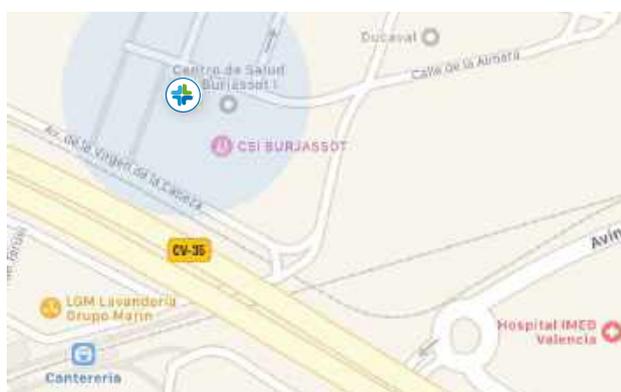
Palau

ORTOPEDIA TÉCNICA

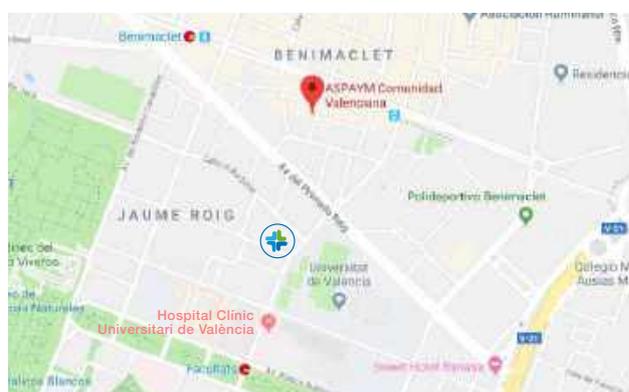
ESPECIALISTAS EN MOVILIDAD Y SEDESTACIÓN

- ♥ 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

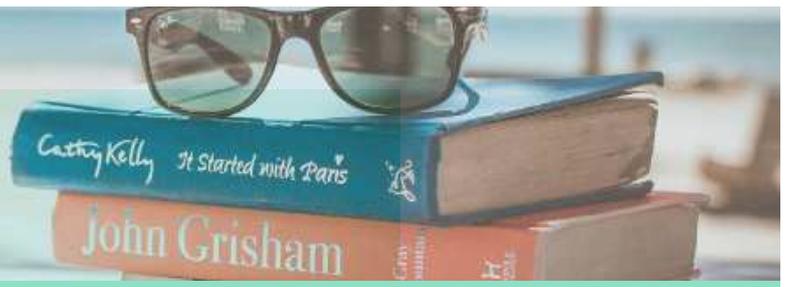


Ortopedia Palau Burjasot
D. c/ Beniferri nº4 46100 Burjassot (VLC) T. 96 390 22 47
M.607 268 272



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

CLUB DE LECTURA ASPAYM CV



VERANO 2020 LIBROS RECOMENDADOS

SUSANA RUBIO RECOMIENDA...

PATRIA

Es una novela muy interesante y bastante realista de lo que era para muchas familias haber vivido el terrorismo de ETA. Refleja en muchos aspectos la realidad de la política de esos años, del día a día de las personas amenazadas y asesinadas, de sus familiares y de los pueblos. Aramburu ha sabido plasmar en el libro las dos caras de la sociedad vasca de la época y 'PATRIA' ha sido traducido ya a más de diez idiomas.

Además, también trata la violencia de género en alguno de sus personajes.

LA TRENZA LAETITIA COLOMBANI



M^a JESÚS NAVARRO RECOMIENDA...

LA TRENZA

Es un libro que engancha mucho, cuenta 3 historias de 3 mujeres de diferentes culturas. Y va enlazando las historias como una trenza, dando a conocer 3 formas muy diferentes de vida.

Smita en la India, Guilia en Italia y Sarah en Canadá son tres mujeres que no se conocen, pero tienen mucho en común. La vida, como a tantos otros, les va a poner en una situación límite y serán ellas mismas las que tendrán que tomar las riendas de su vida para que el final, que se ve tan cerca, se convierta en realidad en un nuevo principio.

Con cerca de medio millón de ejemplares vendidos en Francia y casi treinta traducciones en curso, 'LA TRENZA' ha sido uno de los fenómenos editoriales de los últimos años y es un homenaje a la fuerza de todas las mujeres.

Si tú también quieres ver tu reseña publicada en las páginas de nuestra REVISTA, sólo tienes que enviarnos el título del libro y por qué lo recomiendas a nuestro correo comunicacion@aspaymcv.com



sigma

TRACCIÓN CENTRAL



CONTACTA CON NOSOTROS

Vermeiren Iberica, s.l.u
Carretera de Cartellà, Km. 0,5
Sant Gregori Parc Industrial - Edifici A
17150 Sant Gregori (Girona)

Tel. +34 972 42 84 33
vermeiren.es
info@vermeiren.es
Síguenos en:  



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

PROTOCOLO PARA ACUDIR A LA SEDE DE ASPAYM CV

Recomendaciones para los socios/as

Instrucciones durante la estancia en la entidad

**Todos los usuarios debéis tener cita previa
(963664902)
antes de acudir a la entidad**

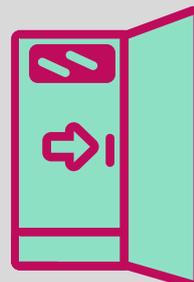
AL ENTRAR EN LA ENTIDAD:

- Tocar al timbre o llamar por teléfono para que abran desde dentro.
- Los usuarios pasaréis las ruedas varias veces por la alfombrilla (previamente desinfectada diariamente con lejía), procurando que se empapen bien.
- Limpiar los aros con alcohol o lejía.
- Se retirarán los guantes, se desinfectarán las manos y ya podrán tocar de nuevo los aros de las ruedas.
- Si los usuarios vienen con acompañante o no usan silla de ruedas, éstos pasarán varias veces los pies por la alfombrilla empapada con agua y lejía.
- El usuario entrará dentro de la entidad.
- Se le tomará la temperatura con un termómetro de frente.
- Desinfectará sus manos de nuevo con el material que se encontrará a la entrada.
- Ponerse guantes limpios.
- No tocar las mascarillas. Si fuera necesario cambiarla, se cambiará en la sede de ASPAYM CV. (La Trabajadora Social te facilitará una nueva).
- Esperar que el trabajador con el que has quedado salga a indicarte el lugar donde te atenderá.

Los baños de la entidad permanecerán cerrados, salvo para situaciones muy excepcionales. Por lo que se recomienda a los usuarios sondarse antes de venir a la entidad.

AL SALIR DE LA ENTIDAD:

- Esperaremos a que los trabajadores de ASPAYM CV nos abran la puerta para salir.



NORMAS GENERALES:

1. En todo momento se seguirán las instrucciones de los trabajadores de la entidad.
2. Evitar todo contacto físico.
3. Procurar llevar todo lo que se necesite puesto.
4. Evitar venir con bolsas de la compra o bolsos que deban dejarse en el suelo.
5. Procurar no retirarse la mascarilla en todo el tiempo que se permanezca en la entidad (salvo en casos en los que sea estrictamente necesario).
6. Recordar NO retirarla para toser o estornudar.
7. Intentar no comer nada durante el tiempo de permanencia en la entidad.
8. Si se ha de beber, se acudirá a la zona destinada para ello o se seguirán las instrucciones de los trabajadores.

Además, os recordamos los correos electrónicos de todos nuestros trabajadores que tenéis a vuestra disposición para cualquier duda o consulta que os surja y que os podamos resolver de manera telemática

RAQUEL RODRÍGUEZ - TRABAJADORA SOCIAL

info@aspaymcv.com / social@aspaymcv.com

EVA GARCÍA - ENFERMERA

consultaenfermeria@aspaymcv.com

MIGUEL BLASCO - TERAPEUTA

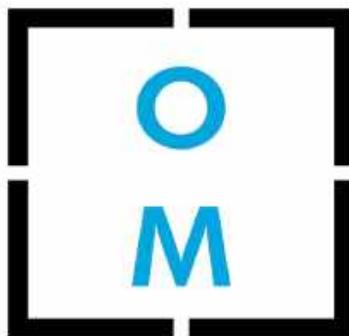
terapiaocupacional@aspaymcv.com

PATRICIA MARCH - ABOGADA

juridico@aspaymcv.com

TERESA SARTI - RESPONSABLE DE COMUNICACIÓN

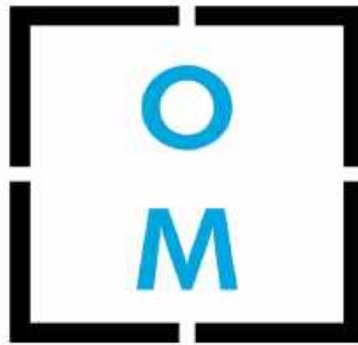
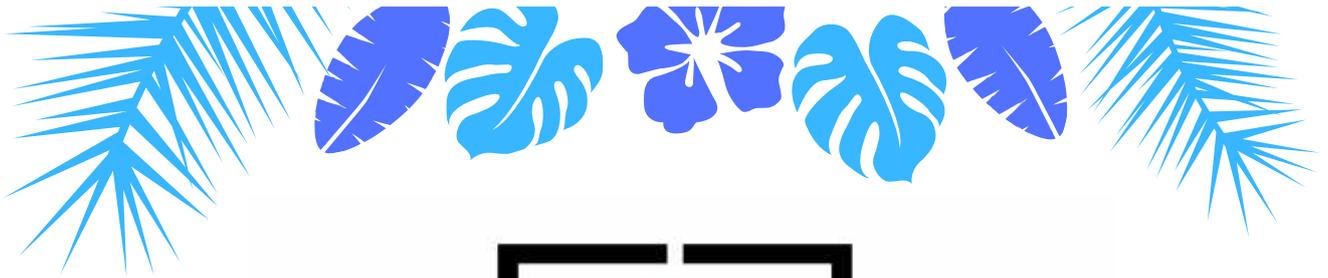
comunicacion@aspaymcv.com



ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO

Durante el mes de Agosto liquidamos stock, no te pierdas las ofertas en sillas de ruedas, bipedestadores, scooters... y lo que necesites!!

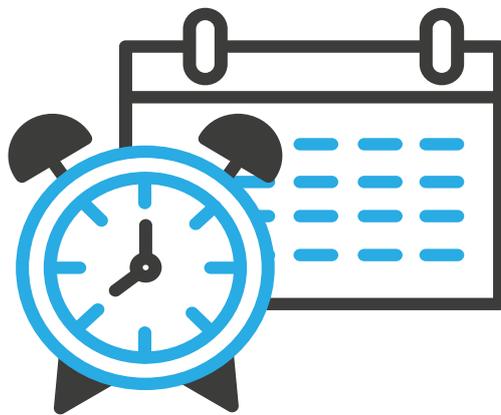
Del 17-21 de Agosto cerramos para mejorar nuestras instalaciones!! No te lo pierdas!!



ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO

HORARIO

DURANTE EL MES DE AGOSTO
DE LUNES A VIERNES
DE 9:30 A 14:00
(TARDES CERRADO)





ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO

Nos movemos contigo



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

siguenos:



www.ortopediasdelmediterraneo.com