

# Felices Fiestas

La Navidad tiene la capacidad de unir  
tiempos: el pasado, el presente y la  
esperanza de lo que está por venir



## ASPAYM CV

REVISTA INFORMATIVA DICIEMBRE 2025

# ASPAYM Comunidad Valenciana

ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON LESIÓN MEDULAR Y OTRAS  
DISCAPACIDADES FÍSICAS DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

• ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA - DESDE 1982

## REVISTA DICIEMBRE 2025

REVISTA - Dirección: Teresa Sarti, Responsable de Comunicación de ASPAYM CV  
comunicacion@aspaymcv.com

## JUNTA DIRECTIVA ASPAYM CV

- FRANCISCO FLORENTINO JUAN - PRESIDENTE
- YOLANDA RUIZ GONZÁLEZ - VICEPRESIDENTA
- JAVIER GUARDIOLA MONZÓ - TESORERO
- LARA OLTRA OLTRA - SECRETARIA
- ENRIQUE SORO APARICIO - VOCAL
- JUAN BAUTISTA BENLLOCH - VOCAL
- ALFREDO BASCONCILLOS LOZANO - VOCAL
- BEATRIU ESPIG NAVARRO - VOCAL
- VICTORIA CAÑADA CHAFE - VOCAL

## REVISTA INFORMATIVA

La Revista ASPAYM CV es el órgano de difusión de nuestra entidad 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 y de los publicistas.

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

## COLABORADORES

ASPAYM CV agradece la colaboración de las empresas privadas que, con su colaboración anual con nuestra entidad, han contribuido a la publicación de esta REVISTA anual, así como a las diferentes ediciones mensuales digitales de la misma: COLOPLAST, HOLLISTER, WELLSPECT, ORTOPRONO, RODEM ORTOPEDIA, CENTRO ORTOPÉDICO VALENCIA, KALDEVI ORTOPEDIA, VOLEM VALÈNCIA, OFFCARR, PAWS, EDUAI ACTIVE, ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO, INVACARE, TALLERES CARLOS, RELEVO PARALÍMPICO CV, PATRICIA MARCH ABOGADOS Y JIMÉNEZ & MARCH.



ASPAYM Comunidad Valenciana  
C/ Fresas, 10 (bajo 3 izq.) Valencia / 963664902  
www.aspaymcv.com / info@aspaymcv.com

 **aspaym**  
comunidad valenciana







aspaym  
comunidad valenciana

# LOTERÍA

*Devolución del dinero*



*Este año toca la devolución del dinero del décimo de ASPAYM CV.*

*Si lo has comprado mediante transferencia y tienes que venir a recogerlo a nuestra sede, te informamos de los **horarios**:*

**29 de diciembre (de 9:00 a 14:00)**

**A partir del 7 de enero (de 9:00 a 14:00)**

***Si lo prefieres, también puedes donar esa recaudación a nuestra entidad para que, con tu contribución, puedas ayudar a sufragar los servicios/programas/actividades que desarrollaremos en 2026.***

***¡¡Muchas gracias!!***



 **aspaym**  
comunidad valenciana

# Días cerrado en ASPAYM CV

24, 25, 26 Y 31  
DE DICIEMBRE

1, 2 Y 5 DE ENERO

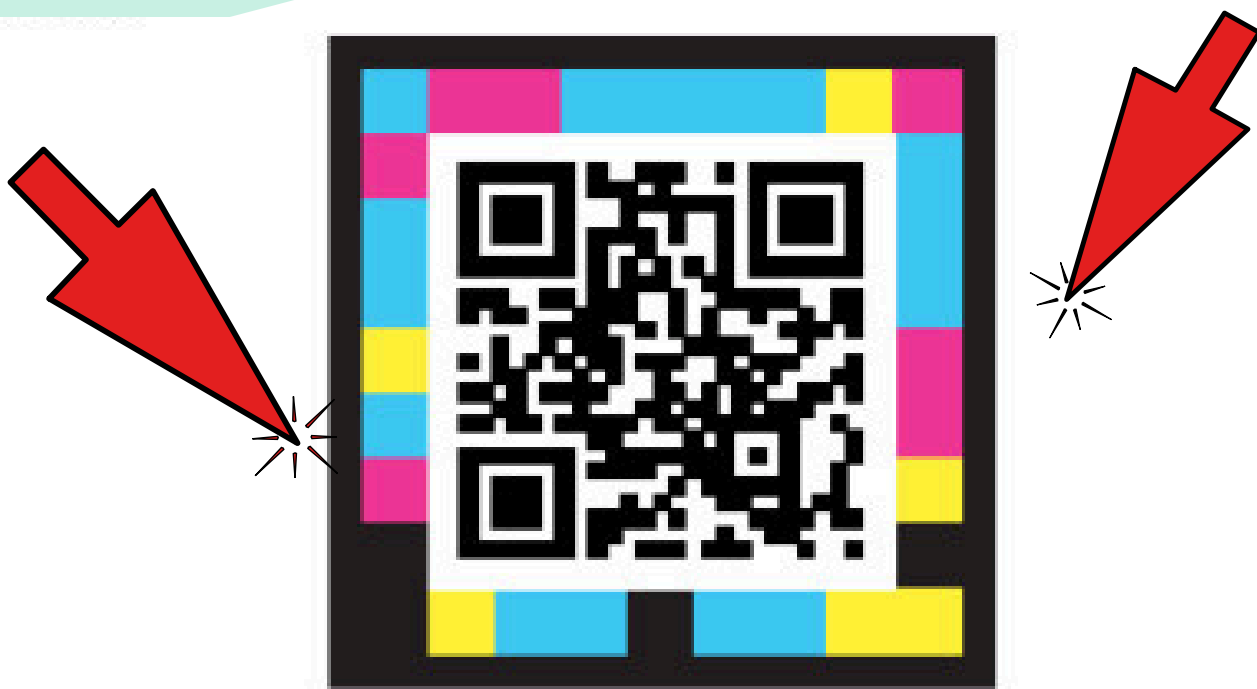


# QR INCLUSIVO NAVIDAD 2025



**AJUNTAMENT DE VALÈNCIA**

DIRECCIÓ GENERAL DE PERSONES  
AMB DISCAPACITAT



# Escanéame

# Talleres Carlos Trabajamos con las mejores marcas!

Adaptaciones de Vehículos PMR

 BraunAbility

 KIVI  
YES WE DRIVE

 TRIPOD  
MOBILITY

## Conducción



Pomo al volante

## Transporte



Acelerador aro  
y palanca freno



Luces, intermitentes  
y bocina en un mando



Acelerador y freno manual



Rampa 2 tramos



Plataforma elevadora



Rebaje de suelo

## Ayudas para silla de Ruedas



Asiento giratorio



Tabla de Transferencia



Grúa recoge personas

C/ Ronde del Castillo S/N · 46-100 Burjassot (Valencia) · Tel. 634 456 022 · [tallerescarlos@tallerescarlos.net](mailto:tallerescarlos@tallerescarlos.net) · [www.tallerescarlos.net](http://www.tallerescarlos.net)

Talleres Carlos 



Palanca freno

Talleres Carlos 



Aro acelerador bajo volante

Talleres Carlos 



Rampa dos tramos



Servicio mantenimiento  
y reparaciones



Palanca acelerador y freno

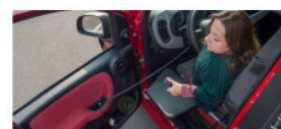


Tabla transferencia



Grúa eleva personas



Inversor de pedales

10% de descuento  
en la mano de obra  
para soci@s de  
ASPAYM CV



# Talleres Carlos



Adaptaciones de Vehículos PMR

**NOS IMPORTAS TÚ**

## Servicios que ofrecemos

- Control manual de conducción, aceleración y frenado manejo con tus manos.
- Sistemas de anclaje seguros para fijar silla de ruedas en el interior del vehículo.
- Asientos giratorios que suben y bajan, para facilitar la transferencia de silla a coche.
- Modificación de techos o pisos para conseguir más espacio.
- Incorporación de mandos a distancia para controlar, puertas, ventanas y rampas.

**Seguridad:** Garantizamos de que todas las adaptaciones cumplan con las normativas vigentes.

**Personalización:** Se adapta cada vehículo a las necesidades específicas del usuario.

**Mantenimiento:** Servicio de revisión y reparación de las adaptaciones.

**Reparaciones** de **mecánica** general, **plancha** y **pintura**.



[www.tallerescarlos.net](http://www.tallerescarlos.net)



[tallerescarlostallerescarlos.net](mailto:tallerescarlostallerescarlos.net)



963 90 27 24



634 456 022

**10% de descuento en la mano de obra para soci@s de ASPAYM CV**



**Visita nuestra web**

**TALLER - ADAPTACIONES - OFERTAS**





# CENTRO ORTOPÉDICO VALENCIA

✓ Seguramente, la mejor ortopedia de Valencia



Proveedor oficial del Valencia Club de Fútbol

*Acércate al Valencia CF con nosotros*

- ✓ Taller propio de fabricación y reparación
- ✓ Servicio Técnico Oficial de las principales marcas del mercado



DÓNDE  
ESTAMOS

C/ Callosa d'en Sarrià, 14 - VALENCIA  
(Junto Hospital Virgen del Consuelo) - Tel: 96 346 00 22  
ortopedia@centroortopedicovalencia.com  
www.centroortopedicovalencia.com

Horario: de lunes a viernes (de 9:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00).



# La Calidad en productos y servicios ... es nuestro mayor Compromiso



## 10º Aniversario





# En 2026 ¡actualiza tus datos!

Llámanos a **ASPAYM CV (963664902)** si, en el último año, ha **cambiado** tu:

- **Dirección postal**
- **Teléfono**
- **Correo Electrónico**
- **Número de cuenta bancario**

O escríbenos un correo a **administracion@aspaymcv.com**

## ¡Gracias!



**LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACIÓN  
EN LA LESIÓN MEDULAR**

# **CONSULTA DE NUTRICIÓN**



**CADA JUEVES, DE 10:00 A 14:00**



**aspaym**  
comunidad valenciana

## **TE AYUDAREMOS CON...**

**ENFERMEDADES Y ALIMENTACIÓN**

**DÉFICITS Y EXCESOS**

**SALUD FÍSICA Y MENTAL**

**CALCIO Y MAGNESIO**

**VITAMINA D Y VITAMINA B12**

**MICROBIOTA**

**FIBRA**

**DETOXIFICACIÓN**

**DEFENSAS Y CÓMO MEJORARLAS**

**PROBLEMAS DIGESTIVOS**

**DIABETES**

**IMPRESCINDIBLE PEDIR CITA LLAMANDO A  
ASPAYM CV 963664902**

# MENÚ PARA EL DÍA DE NAVIDAD, 25 DE DICIEMBRE

Departamento de Nutrición de ASPAYM CV

## CONSEJOS:

Esta Navidad, desde la Consulta de Nutrición de ASPAYM CV, te proponemos un menú completo para el día de Navidad saludable, variado y funcional, para que no tengas excusas para cuidarte incluso los días más señalados.

Lo ideal es hacer 3 comidas pero, en este caso, al tratarse de un día festivo en el que la comida cobra protagonismo, equilibraremos el menú empezando con un desayuno ligero, para empezar el día sin sobrecargarnos.

## DESAYUNO:

ENERGÍA PARA  
TODA LA MAÑANA

Te propongo un bol de yogur natural o kéfir, con cereales integrales (copos de avena o muesli) y fruta fresca de temporada (mandarina, pera, granada) y una cucharada de semillas de chía o lino molidas. Este desayuno, sin resultar pesado, aporta antioxidantes, probióticos y abundante fibra soluble e insoluble.



*Bol de yogur con cereales y fruta*



# MENÚ PARA EL DÍA DE NAVIDAD, 25 DE DICIEMBRE

Departamento de Nutrición de ASPAYM CV

## COMIDA:

3 ENTRANTES LIGEROS,  
PLATO PRINCIPAL Y  
UN POSTRE

Mi **selección de entrantes** para esta ocasión es:

- Ensalada de brotes tiernos (hoja de roble, canónigos, rúcula..) con tomate cherry, nueces, queso feta y granada. Aliñada con AOVE, vinagre de módena y limón.

Esta ensalada aporta polifenoles, ácidos grasos omega 3, calcio y vitamina C. Resulta una mezcla crujiente, muy sabrosa, colorida y saciante

- Tartar de salmón ahumado con aguacate, tomate, cebolla y pepino. Aderezado con AOVE, lima y eneldo.

Este plato además de delicioso, es rico en omega 3, vitamina E y minerales.

- Crema templada de calabaza, boniato y zanahoria con AOVE, jengibre y pipas de calabaza tostadas.

Altamente digestiva y rica en betacarotenos y vitamina A.

Como **plato principal** te recomiendo:

- Lomo de merluza al horno cubierto con una salsa hecha de AOVE, perejil, ajo, tomillo y pistachos triturados. Acompañado de verduras asadas de temporada (boniato, calabacín y cebolla morada).

Es un plato ligero pero muy sabroso, excelente fuente de proteína y grasa saludable, con verduras ricas en fibra, antioxidantes, vitaminas y magnesio.

Y de **postre**:

- Copa navideña de yogur griego con compota de manzana con canela y anís, decorado con copos de avena tostados y fresa.

Es un postre con un toque dulce moderado, sin azúcares añadidos, rico en fibra, probióticos y antioxidantes.



Merluza al horno  
con verduras de  
Temporada

# MENÚ PARA EL DÍA DE NAVIDAD, 25 DE DICIEMBRE

Departamento de Nutrición de ASPAYM CV

## CENA:



CALDO  
DEPURATIVO

Para la cena, lo ideal sería un caldo depurativo, para compensar el exceso en cantidad de la comida. Aquí tienes mi receta de caldo detox favorita:

- Ingredientes: cebolla, puerro, zanahoria, judías verdes, alcachofa y apio.

Resulta un caldo suave, hidratante, remineralizante, que favorece la digestión y la función hepática y renal, para que al día siguiente te levantes como nuevo.

**Recuerda además beber suficiente agua y limitar la ingesta de alcohol al mínimo.**



*Caldo detox suave*

## BENEFICIOS:



Con este menú conseguirás:

- Controlar el aporte de calorías sin renunciar al sabor.
- Evitar el exceso de grasas saturadas y azúcares habituales en Navidad.
- Encontrar un equilibrio entre platos festivos y digestibilidad.
- Aportar alimentos funcionales y de temporada.
- Abundante aporte de proteínas y grasas saludables omega 3.
- Aportar suficiente energía y saciedad.
- Abundantes vitaminas y minerales, es un menú rico en antioxidantes.
- Cuidar tu microbiota, ya que aporta abundante fibra y probióticos.
- Incorporar especias con propiedades digestivas y antiinflamatorias.

*Desde ASPAYM CV te deseamos una Feliz Navidad,  
cargada de salud y bienestar*



## ECO ASSIST



# PAWS

POWER ASSISTED WHEELCHAIR SYSTEMS

## PAWS CRUISER



# EDUAI

active



## HEKA

## TELÉFONOS DE CONTACTO

JAUME: 637 764 023

JUDIHT: 629 46 98 16

DARIO: 648 48 05 60



SARA REVUELTA  
EOS - WIND TI



## OFFCARR



¡NUEVO!

OFERTA

4.000€ P.V.P. *recomendado*

oferta valida hasta el 31/12/2025

BOLSA  
DE  
REGALO

ECO

TRAVEL ADVANCED

Fácil montaje y rendimiento.

Autonomia de la batería 35km – 40km.

Compatible con todo tipo de sillas, tanto de chasis fijo como plegable con posapiés extraíble.

Peso total 14kg.

Potencia del motor 350W.

Velocidad máxima 20km/h

Manillar plegable

Caballito con ruedas.

Maleta de viaje

Teléfonos de contacto

Jaume: 637 76 40 23

Judiht: 629 46 98 16

Dario: 648 48 05 60





Soluciones para  
la incontinencia

by  Coloplast

## Cómo conseguir una buena rutina en tu sondaje

Si quieres conocer experiencias de otras mujeres, consejos y recomendaciones de profesionales, así como materiales que te ayuden para hacer de tu sondaje un Ritual

[Click aquí](#)

El Ritual  
del Sondaje

by Coloplast

Ostomy Care | Continence Care | Wound and Skin Care | Interventional Urology | Voice and Respiratory Care

Todos los derechos reservados por Coloplast Productos Médicos, S. A.

Condesa de Venadito 5, 4ª planta - 28027 Madrid, España.

[www.coloplast.es](http://www.coloplast.es) Coloplast es una marca registrada de Coloplast A/S. © 2024





III JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE EL CUIDADO DEL  
PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR - ORGANIZADA POR ASPAYM CV

# Conozcamos la lesión medular para ofrecer una asistencia de calidad



Este pasado noviembre hemos celebrado la **Jornada de Enfermería centrada en los cuidados al paciente con lesión medular**, que ha cumplido su tercera edición. Un evento que se ha desarrollado, este año como novedad, en el Hospital La Fe y en el que hemos contado con su colaboración. Al igual que el **Colegio de Enfermería**, el **Hospital Intermutual de Levante**, el **Ayuntamiento de Valencia**, **Coloplast**, **Hollister** y **Wellspect** colaboradores directos de esta Jornada.

La jornada ha sido inaugurada por el Presidente de ASPAYM CV, D. Paco Florentino. Junto a D. Manuel Escolano, Director de la Oficina Autónoma de Coordinación e Integración Sociosanitaria de la Comunidad Valenciana. Ha apostado por *“caminar juntos en la prevención, la promoción de la salud, la investigación y los cuidados. En lesión medular hay mucho que avanzar porque las personas que la padecen tienen un gran nivel de dependencia. Tenemos que mejorar la*

*situación en la que nos encontramos y abrimos ahora una nueva puerta de colaboración”*.

Por su parte, la presidenta del COENV, Dña. Laura Almudéver, subraya la importancia de *“dar voz al paciente. Cuanto más conocimiento se genere mejor atenderemos a la población con lesión medular”*.



### III JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE EL CUIDADO DEL PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR - ORGANIZADA POR ASPAYM CV

#### Manejo integral de la lesión medular

Hablamos de causas y epidemiología para saber establecer la mejor prevención.

Hoy en día, hay un 47,6% de casos de tetraplejas incompletas, unidas a un aumento de las caídas como causa principal. Junto a las cifras de accidentes de tráfico, que siguen siendo elevadas.

Y tratamos el abordaje de la lesión medular en todas sus fases:

- Fase aguda (prehospitalaria y a nivel hospitalario).
- Fase sub aguda (unidad de hospitalización).
- Fase crónica en el domicilio (consulta de neurorehabilitación, seguimiento en especialidades médico-quirúrgicas y atención primaria).

#### Complicaciones de la lesión medular

La disreflexia (respuesta anormal que se produce cuando el cuerpo experimenta dolor o incomodidad por debajo del nivel de la lesión de la médula espinal) se presenta como una complicación prácticamente exclusiva de los lesionados medulares.

Además, estos pacientes también tienen una incidencia del dolor del 92%. Algo que afecta muchísimo a la calidad de vida.

#### ITU en pacientes con vejiga neurógena

Conocemos los factores de riesgo y los síntomas de infección de orina. Actualizando nuestros conocimientos con las nuevas categorías que han propuesto las guías europeas:

- infección localizada
- infección sistémica

Lo más importante es tratar las causas que provocan las infecciones, lo que nos marcará el tratamiento más adecuado para cada paciente.

#### El sondaje: manejo y cuidados

Desde el punto de vista enfermero, lo princi-

pal es hacer primero una valoración previa. Así como conocer los tipos de sondas que existen, la frecuencia más óptica del sondaje, las técnicas y los problemas que pueden surgir (dificultad para introducir la sonda, uretrorragia...).

Conviene siempre vigilar los signos de alarma y los cuidados de la sonda vesical intermitente.

#### Manejo intestinal: tratamientos para el control del intestino neurógeno

Todos los lesionados medulares tienen intestino neurógeno, es decir, sufren pérdida de la función intestinal. Por tanto, es importante tratar el estreñimiento, la incontinencia fecal, la pseudodiarrea y la ansiedad por la defecación.

#### Cuidados en la unidad de hospitalización

Es importante resolver todas las dudas del paciente. Y ahí interviene el equipo multidisciplinar, dando cuidados y acompañamiento. Y estando pendiente en la prevención de futuras complicaciones, como son el dolor, las infecciones de orina o las úlceras por presión, entre otras.

Destacamos esta última intervención como la despedida de **Amparo Pardo**, que ha sido la supervisora de la Unidad de Lesionados Medulares de la Fe los últimos seis años. Desde ASPAYM CV agradecemos su labor y su entrega hacia nuestro colectivo.





### III JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE EL CUIDADO DEL PACIENTE CON LESIÓN MEDULAR - ORGANIZADA POR ASPAYM CV

#### Ayuntamiento de Valencia

El Director General de las Personas con Discapacidad del Ayuntamiento, Javier Copoví, fue el encargado de clausurar la Jornada, la que calificó como *“una jornada de convivencia y transmisión de información”*. Conocedor de la lesión medular y su problemática, Copoví incidió en el *“aspecto psicológico y humano que necesita un lesionado medular. Desde la DGPC del Ayuntamiento, con ayuda de las asociaciones, nos centramos en llevar a cabo políticas sociales de desarrollo de la autonomía personal. Y estamos orgullosos de que ASPAYM CV sea capaz de organizar estas jornadas de transmisión de información, que deberían hacer extensivas a todo el colectivo de la discapacidad”*.



#### Reivindicaciones de ASPAYM CV

Como conclusión, nuestro Presidente, Paco Florentino, ha querido insistir en la importancia de las Unidades de Rehabilitación de Lesión Medular. *“Hay que cuidarlas y reivindicarlas, con salas exclusivas para los lesionados medulares, porque somos pacientes muy complejos. Siempre contando con la colaboración de doctores y enfermeras”*. Por su parte, la Vicepresidenta Yolanda Ruiz ha recalcado lo *“complicada que es la patolo-*

*gía de un lesionado medular. Somos pacientes de larga estancia y necesitamos Unidades de Rehabilitación de Lesión Medular especializadas, donde te atiendan y te entiendan”*.

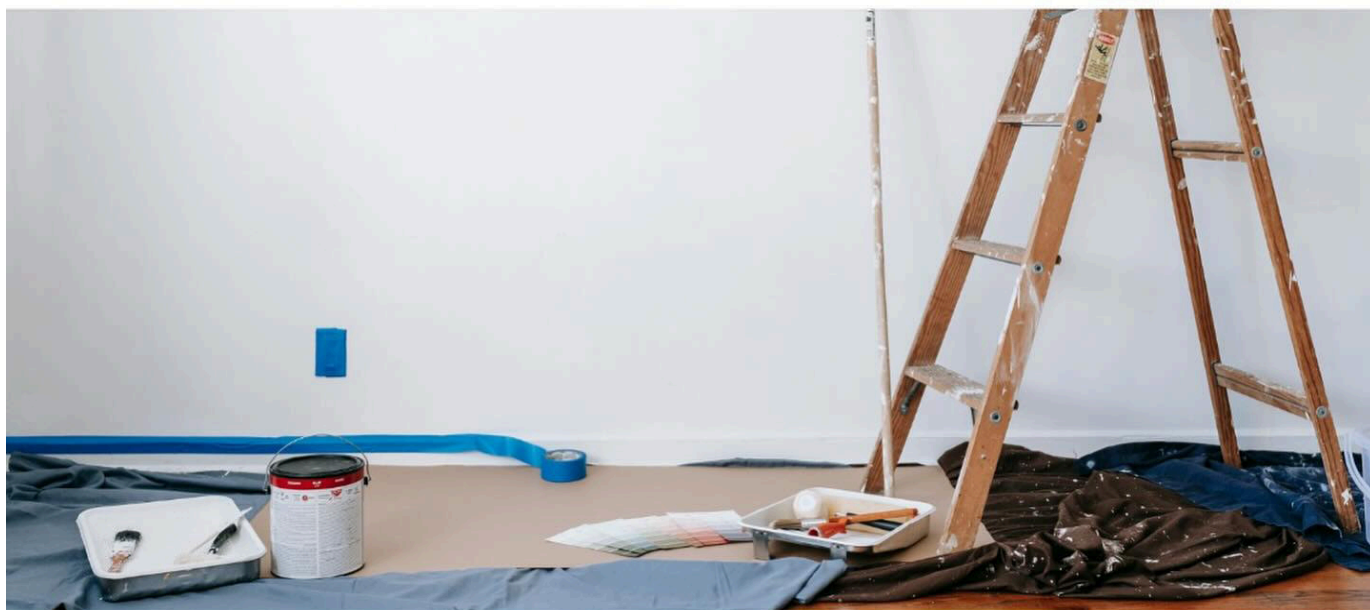




Marcando la Diferencia

en el Viaje de la Vida





# CONVOCATORIA AYUDAS

VICEPRESIDENCIA PRIMERA Y CONSELLERIA DE SERVICIOS SOCIALES, IGUALDAD Y VIVIENDA



## REFORMA INTERIOR DE VIVIENDAS

MEJORA DE LA CALIDAD, LA ACCESIBILIDAD Y LA SOSTENIBILIDAD



## HASTA 12.000 EUROS POR VIVIENDA

PARA VIVIENDAS CON MÁS DE 20 AÑOS DE ANTIGÜEDAD



## 6 MILLONES DE EUROS EN TOTAL

PLAN RENHATA 2025



MÁS INFORMACIÓN: [GVA.ES](https://gva.es)



# SUBVENCIONES PARA LA MEJORA DE LAS CONDICIONES DEL INTERIOR DE LAS VIVIENDAS, EN EL MARCO DEL PLAN DE REFORMA INTERIOR DE VIVIENDA PLAN RENHATA - CONVOCATORIA 2025



**Abierto el plazo para solicitarlas hasta el próximo 12/01/2026**



**CORREO CONSULTAS GENERALES: [AJUDESREHABILITACIO@GVA.ES](mailto:AJUDESREHABILITACIO@GVA.ES)  
CORREO ASPAYM CV: [SOCIAL@ASPAYMCV.COM](mailto:SOCIAL@ASPAYMCV.COM)**

La Vicepresidencia Primera y Conselleria de Servicios Sociales, Igualdad y Vivienda ha articulado la concesión de subvenciones para las actuaciones de reforma en el interior de las viviendas dirigidas a:

1. **Reforma de los cuartos húmedos** (cocinas, baños, etc.), con el fin de adecuarlos a las condiciones actuales de habitabilidad, incluyendo, si es necesario, la adaptación de las instalaciones a la normativa vigente.
2. **Reforma de la vivienda para adaptarla a su posible uso por personas con diversidad funcional y movilidad reducida** incluyendo la ampliación de los espacios de circulación de la vivienda o el cambio de puertas o la instalación de señales acústicas o luminosas en su caso.
3. **Instalación de sistemas integrados de domótica**, que mejoren la accesibilidad y la autonomía en el uso de la vivienda, a personas con diversidad funcional y movilidad reducida. Las obras podrán estar terminadas en el momento de la solicitud o, como máximo, en el plazo de 6 meses contados a partir del día siguiente de la fecha de publicación en el Diari Oficial de la Generalitat Valenciana de la reso-

lución de concesión de las ayudas. En el momento de la solicitud la persona solicitante de las ayudas indicará si las obras están acabadas o pendientes de iniciar o terminar.

4. La fecha de inicio de las obras para las que se solicita las ayudas deberá ser posterior a la fecha que se indique en la correspondiente convocatoria, es decir, posterior al 1 de enero de 2023.

5. La fecha de terminación de las obras para las que se solicita las ayudas deberá ser posterior a la fecha que se indique en la correspondiente convocatoria, es decir, posterior al 25 de abril de 2023.

## Órganos de tramitación:

- Servicio Territorial de Vivienda - Alicante  
Av. Aguilera, 1  
03007 - Alacant/Alicante
- Servicio Territorial de Vivienda - Castellón  
Av. del Mar, 16  
12003 - Castelló/Castellón
- Servicio Territorial de Vivienda - Valencia  
C/ Gregorio Gea, 27  
46009 - València/Valencia



# SILLA ANFIBIA

Llegó el verano a **KALDEVI**



Descubre nuestra silla anfibia para que todos disfrutemos del agua. Fabricada en aluminio reforzado, ofrece durabilidad y se monta en menos de un minuto.

Sus tres ruedas de baja presión garantizan estabilidad y fácil traslado en arena y cantos de las playas o lagos.

El flotador monobloque asegura que la silla flote sin moverse, permitiendo bañarse sentado con total confianza. Perfecta para disfrutar del agua sin comprometer el bienestar.

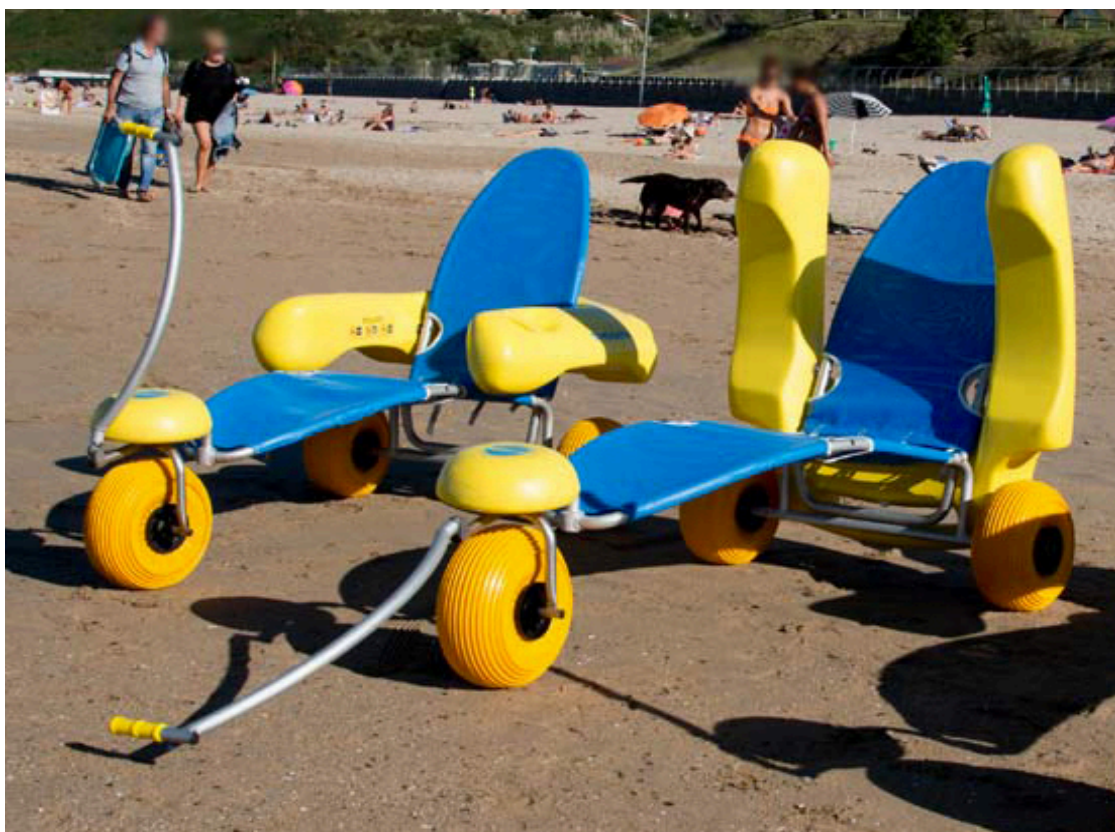


**KALDEVI VALENCIA**  
Calle Almacera, 5  
46017 Valencia  
Lunes a viernes: 9-14h y 16-19h

[www.ortopedia.kaldevi.com](http://www.ortopedia.kaldevi.com)  
963775893  
[tienda@kaldevi.es](mailto:tienda@kaldevi.es)

# SILLA ANFIBIA

Llego el verano a **KALDEVI**



**Conoce más sobre este  
producto y toda nuestra  
gama de turismo  
accesible aquí**



# MUJERES VALIENTES, MUJERES SIN LÍMITES

25 Noviembre

Día Internacional de la  
Eliminación de la  
Violencia contra la Mujer





El VIII Foro Social de Mujeres con Discapacidad, organizado por la Fundación CERMI Mujeres y CERMI Comunidad Valenciana, se ha celebrado en Valencia del 24 al 26 de noviembre de 2025 bajo el lema "Mujeres valientes, mujeres sin límites".

Un evento al que ha acudido Mayte Gallego, Presidenta de la Federación Nacional ASPAYM. Así como Yolanda Ruiz, Vicepresidenta de ASPAYM CV y Raquel Rodríguez, Trabajadora Social de nuestra entidad.

Puntos clave del foro:

- Un éxito de participación: Ha reunido a más de 230 mujeres con discapacidad o vinculadas con el sector de la discapacidad procedentes de todo el territorio nacional.
- Como temas principales se han abordado las violencias (macro y microviolencias) que sufren las mujeres y niñas con discapacidad, la lucha contra la trata y explotación y su situación ante emergencias humanitarias. Como la vivida el año pasado en Valencia con la fatídica DANA que asoló nuestra tierra.
- El evento clausuró con un homenaje póstumo a la directiva de ASPAYM CV fallecida en diciembre de 2024 Teresa Navarro Ferreros, activista y referente del movimiento asociativo, a quien se le otorgó el Premio CERMI.es 2025.

Además, a lo largo de los tres días en los que se ha desarrollado este VIII Foro, las participantes han acudido a los siguientes actos:

- Participación colectiva en la marcha del 25N en Valencia por el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer. Una marcha multitudinaria que ha llenado las calles de nuestra ciudad y las ha teñido de morado y de reivindicaciones en favor de la igualdad y la no discriminación a la mujer. Especialmente a la mujer con discapacidad.
- Espacio "No estás sola", un entorno seguro para compartir experiencias personales de forma directa.
- Lectura de un manifiesto centrado en los objetivos de la agenda Beijing+30 y los ODS 2030.

El foro ha subrayado la necesidad de políticas públicas que impulsen la autonomía y la inversión en igualdad para estas mujeres, definiéndolas como la "vanguardia de la revolución pendiente del siglo XXI".



## Sesiones online

para mujeres con discapacidad, personas cuidadoras, familiares y profesionales y personas vinculadas a nuestras entidades federadas

# La mujer con Lesión Medular



Sexualidad y Reproducción Asistida en personas con Lesión Medular

**Silvia Ceruelo Abajo**, Directora médica del Hospital Nacional de Paraplégicos de Toledo



Violencia contra las mujeres con discapacidad. Más allá de la discapacidad. Nuestras voces sí importan

**Esther Laforge García**, Diplomada en Trabajo Social y miembro de ASPAYM Sevilla

### ¿Qué te llevarás?

Recursos prácticos y la oportunidad de compartir experiencias con otras personas

**¡Inscríbete!**

<https://comunica.aspaym.org/project/07-p03-inscripcion/>





Victoria Cañada, miembro de la Junta Directiva de ASPAYM CV, ha sido la representante de nuestra entidad en esta edición on line de **escuela de pacientes, centrada en las mujeres.**

La primera sesión ha tratado el tema de la **sexualidad** y cómo afecta, sobre todo en mujeres.

Se ha hecho incapié en que para tener una relación hay que dejar atrás tabúes, miedos y quererse una misma. Se ha tratado el problema de las visitas ginecológicas, en cuanto a las camillas y la falta de ayuda por parte de los sanitarios.

Hemos hablado de reproducción asistida. De los embarazos en lesionadas medulares, casos en los que no siempre se debe hacer cesárea.

Actualmente se está implantando el servicio de ginecología junto a las revisiones anuales, sobre todo en el Hospital Nacional de Parapléjicos, y se espera que en las diferentes comunidades presionemos a las unidades de referencia de lesionados medulares para que también se implante.

Por otro lado, también se ha tratado la **violencia de género** en la mujer con discapacidad. Explicando los diferentes modos de violencia que existen en nuestra sociedad. Existe violencia como en cualquier mujer, pero en la mujer con discapacidad es peor, más traumática, somos más vulnerables. Y nunca se habla.

La violencia psicológica hace que la mujer con discapacidad la sufra más y deja más huella. También hablamos de la violencia familiar donde, a veces, el núcleo familiar nos infantiliza y nos sobreprotege. Además hay violencia sexual por parte de nuestras parejas. Sufrimos doble discriminación.

Las participantes han intervenido contando sus experiencias. **En el caso de nuestra representante, Victoria Cañada, ha dado su testimonio como víctima de un maltrato psicológico durante 22 años.**

Se necesita una atención integral a la discapacidad y violencia porque los datos cada vez son más altos.

La jornada ha concluido con un testimonio desgarrador, el de una mujer que fue tiroteada por su pareja, quedando tetrapléjica.

Y podemos seguirla en su perfil de Instagram.

@Wofa-haciendocosas





## 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.

## CONTACTO:

**pmarch@aaat.es / 663 83 55 27**  
**C/ Colón 60, piso 8º - Puerta E**  
**46004 Valencia**



## I TORNEO NAVIDEÑO DE LA ESCUELA DE PÁDEL ASPAYM CV



# POTENCIANDO EL PÁDEL EN SILLA

ASPAYM CV ha organizado, por 1ª vez, un torneo navideño entre los alumnos de la Escuela de Pádel y los jugadores profesionales del Club de Pádel en silla Valencia. Todo ello en las instalaciones de 'Pádel 7', lugar donde se desarrollan normalmente las clases de un deporte que cuenta cada día con más adeptos/as.

Siguiendo el estilo americano con partidas de 25 minutos y con la presencia tanto de la Gerencia de 'Pádel 7' como del instructor de las clases, las parejas entre alumnos y profesionales han compartido y competido a un alto nivel. Finalmente, la pareja formada por Ramón Gómiz y Nicolae Bogdan fue la ganadora y se alzó con el trofeo de campeón.

EN LA PRÓXIMA REVISTA ANUAL OS OFRECEREMOS UN REPORTAJE MÁS COMPLETO CON VÍDEOS Y TESTIMONIOS SOBRE LA ESCUELA DE PÁDEL ASPAYM CV





# Noticias Breves



## Presentación de nuevos productos de movilidad con INVACARE y RODEM

Gracias a dos de nuestras empresas colaboradoras, INVACARE y RODEM MOVILIDAD, los socios/as de ASPAYM CV han podido conocer nuevos productos. Por un lado, la silla activa Kuschall y todas las opciones que ofrece a nivel de configuración, precios y prestaciones. Así como la silla bipedestadora AVIVA FX. Esta última te permite colocar al usuario en posición completamente vertical, lo cual tiene enormes beneficios a nivel respiratorio y digestivo.



## Jornada del dolor en Quaes

Analizamos el dolor crónico poniendo el foco en la evidencia científica, la fisioterapia, el acompañamiento y los recursos que pueden marcar la diferencia en el día a día de las personas afectadas.

## Una nueva cita con 'Menja't Orriols' el próximo 9 de enero

Los estudiantes del IES Orriols nos vuelven a invitar, un año más, a vivir y disfrutar la experiencia de 'MENJA'T ORRIOLS'.

Será el próximo 9 de enero, a las 12:00. Plazas limitadas (imprescindible reservar llamando a ASPAYM CV 963664902).

Recibiremos como donación la cosecha que los alumnos del Departamento de Agraria realizan a entidades sociales y visitaremos el hvernadero.



## Reunión con Manuel Escolano

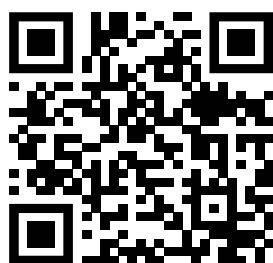
La Directiva de ASPAYM CV se ha reunido recientemente con D. Manuel Escolano, Director de la Oficina Autonómica de Coordinación e Integración Sociosanitaria de la Comunidad Valenciana. Le hemos trasladado las necesidades de las personas con lesión medular, hemos hablado de cojines antiescaras, de respaldos, handbikes y sillas eléctricas. Nos hemos emplazado a futuras reuniones con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas con lesión medular.





¿Tienes discapacidad  
y te gusta el deporte?

# ÚNETE A RELEVO PARALÍMPICO



¡ESCANEA EL QR!



## Relevo Paralímpico en la Comunidad Valenciana: un proyecto social y deportivo para impulsar el talento y la inclusión



En el año 2016 se ponía en marcha Relevo Paralímpico en la Comunidad Valenciana, un proyecto del Comité Paralímpico Español que se lleva a cabo en el ámbito de esta Comunidad Autónoma, en coordinación con las Federaciones Territoriales, tanto polideportivas como unideportivas, y que cuenta con el apoyo de la Generalitat Valenciana.

La iniciativa consiste en la localización y captación de personas con discapacidad para iniciarlos en la práctica deportiva con la finalidad de convertirlos en futuros deportistas. El gran objetivo es que ninguna persona se quede sin practicar deporte y para ello

¿Tienes una discapacidad y te apasiona el deporte?

Esta es tu oportunidad para descubrir nuevas disciplinas, retarte a ti mismo/a y compartir momentos únicos con otras personas.

El deporte es mucho más que movimiento: es superación, amistad y nuevas experiencias.



**¡Ven y vive esta jornada con nosotros!**



INSCRIBETE AQUÍ






## EL PASADO MES DE JULIO EN BOCAIRENT

El pasado 10 de julio probé una actividad que hace tiempo tenía en mente: viajar en globo adaptado.

Fue en Bocairent y resultó una experiencia bonita. El vuelo fue muy tranquilo, dura aproximadamente 1 hora, en la que te da tiempo a ver y sentir la naturaleza de cerca!!!

- Esta adaptado .
- Tiene un asiento que te puedes regular en altura.
- El despegue y aterrizaje son muy suaves.
- Hay zona de parking desde el punto que sale el globo y luego te llevan tu coche al lugar de aterrizaje. Te bajan tu sillas de ruedas y te ayudan a hacer las transferencias sin problema.
- Finalmente, puedes ir a un restaurante de brasas donde te invitan almorzar y a un bronce con cava.
- El restaurante está adaptado y el wc también.

Experiencia contada en 1ª persona por nuestro socio Miguel Martínez Expósito



Experiencia en 1ª persona de nuestro socio, Cristóbal Pérez Llamas

## De Castellón a la sede de ASPAYM CV en *handbike*



Cristóbal (al fondo) empezó con esta tradición en 2012, un año después de su lesión. Usa un triciclo reclinado y la patología que le afecta es lateral (Síndrome de Brown-Séquard)

Una tradición que Cristóbal lleva realizando desde 2012

Soy Cristóbal y, como cada año, con la excusa perfecta de comprar la lotería de Navidad de la asociación, me lanzo a hacer el trayecto de Castellón a la sede de ASPAYM Valencia en mi bicicleta adaptada.

Ya es tradición: el viaje, el reencuentro y, por supuesto, la ilusión (que no falte).

Pero este año la cosa viene con sorpresa: se apunta el amigo Hans. (También socio de ASPAYM CV desde hace 15 años y residente en Oropesa).

Le propuse el plan y, aunque al principio se lo pensó (y con razón), al final el espíritu aventurero pudo más.

A Hans le van los retos, así que ahí estamos los dos: él con su nueva handbike, yo con mi triciclo de batalla, y muchas ganas de rodar, charlar y echarnos unas risas por el camino.

No es la primera vez que lo embarco en una de estas locuras sobre ruedas —ya tiene experiencia en sufrir mis “brillantes ideas”—, pero siempre acaba disfrutando. Eso sí, esta vez espero que no se lesione... que la lotería tiene que tocar con todos enteros.

Más allá del sorteo, lo bonito de esta pequeña aventura es sentir que seguimos sumando kilómetros, historias y amistad, y que cada pedalada es una forma de recordar que la vida sigue en movimiento, aunque haya que adaptarse un poco.

Así que, si veis pasar a dos tipos sonrientes pedaleando entre Castellón y Valencia, uno con acento castellonense y otro con pinta de no saber dónde se ha metido... ¡somos nosotros!

Y si de paso nos toca la lotería, prometo invitar a una ronda (de pedales o de lo que surja).



# ¿4,9 estrellas?

## ¡Y aún nos queda margen de mejora!

**rodem**  
Ortopedia y Movilidad



**Jorge Montejano**  
4 reseñas

★★★★★ Hace una semana

NUEVA

Nos conocimos a raíz de la DANA hace escasos meses, honestamente no conocía la ortopedia, calidad humana y de equipo inmejorable, tal y como os he trasladado en varias ocasiones, gracias al excelente trato cercano, os convertís en mi ortopedia de referencia. ¡Seguid así!



**M.Carmen Escribano**

Local Guide · 28 reseñas · 51 fotos

★★★★★ Hace 3 años

No podría estar más agradecida a su trabajo con la silla de ruedas de mi padre, ya que me han arreglado varias veces y siempre me la han dejado como nueva. Además, siempre me han atendido muy bien, incluso cuando no he podido ir a recoger la silla, me la han traído a casa. Fantástico



**Paula Zassipa Mendoza**

3 reseñas

★★★★★ Hace 6 meses

Personal muy amable y siempre se adaptan a tus necesidades de movilidad, te aconsejan q productos son los más adecuados pensando en tu tipo de uso y si se te estropea algún producto te lo solucionan lo mas pronto posible, con las charlas y los productos nuevos q van saliendo te mantiene informada para q puedas elegir lo que sea en cada caso especial pará tu discapacidad.ños recomiendo 100% son gente maravillosa.



**David Eduardo Cedeño Espinoza (DaveSocial)**

8 reseñas · 2 fotos

★★★★★ Hace 2 años

Rodem es mi ortopedia favorita. Cada vez que necesito de sus servicios están allí para apoyarme y guiarme. Desde asesorías para adquirir ayudas técnicas (sillas de ruedas, handbike, cojines antiescaras, bipedestadores, etc...) hasta conversaciones cercanas y muy humanas. ¡Son unos cracks! Gracias por todo.



**JOSE PEREZ**

3 reseñas · 3 fotos

★★★★★ Hace 6 meses

Sergió y Franchesca nuestros interlocutores, han entendido nuestras necesidades y nos han aconsejado eficientemente en todas las compras. Denotan un amplio conocimiento de su trabajo e inmejorable atención al cliente. La mejor ortopedia especializada que hemos conocido. Muchas gracias.



**CARLA HERRERA LAGE**

6 reseñas

★★★★★ Hace un año

Muy profesionales y con un trato exquisito hacia el cliente. Les compro a ellos casi todos los productos de ortopedia desde hace más de 12 años. Acaban de hacerme una silla deportiva a medida, y me ha quedado como un guante. No dudéis en comprarles a Rodem todo lo que necesitéis.

# ¿ESTÁS CORRECTAMENTE POSICIONADO EN TU SILLA?



## **Un buen posicionamiento:**

- Evita lesiones o contracturas.
- Disminuye los espasmos.
- Previene el dolor de espalda y una mayor fatiga.
- Disminuye el riesgo de úlceras por presión.
- Evita efectos perjudiciales en la función orgánica.
- Mejora tu movilidad y autonomía personal.

**En Rodem te ofrecemos una valoración individualizada gratuita por una fisioterapeuta especializada que determinará cuál es la mejor solución para mejorar tu postura y, con ello, tu calidad de vida.**  
**¡Solicita ya tu cita previa!**





Yes, you can.®

# UNIQUE

Designed by you. Built by us.

*Diseñado por ti. Construido por nosotros.*

**¡ El ÚNICO límite a la personalización lo pones tú !**



**Küschall**  
UNLIMIT YOUR WORLD

**UNIQUE**  
Designed by you. Built by us.

**INVACARE**  
Yes, you can.

## Invacare lanza **UNIQUE**: Servicio de personalización de sillas de ruedas

Sabemos lo importante que es para los usuarios tener una silla de ruedas que realmente les represente, por eso Invacare ha creado un nuevo servicio más completo con muchas opciones de personalización que ofrece elegir tanto colores como adaptaciones y accesorios. Ahora los usuarios pueden diseñar una silla de ruedas que refleje su personalidad y cubra sus necesidades específicas.

Características clave del servicio **UNIQUE**:

- **Selección de colores:** Con una gran variedad de colores, cada uno puede escoger una silla de ruedas que se ajuste a su estilo personal.
- **Dibujos y estilos personalizados:** *Invacare* va más allá al ofrecer estampados y diseños personalizados. Los clientes pueden poner su nombre, iniciales o dibujos en el chasis de la silla de ruedas, añadiendo un toque personal y haciendo que su silla sea única.
- **Nuevos modelos:** *Küschall **Champion 2.0 Super Light*** aun más rígida y ligera, *Küschall **Super Light***, modelo totalmente a medida, para los usuarios que buscan el rendimiento más alto.



Nuestro servicio **UNIQUE** permite a las personas expresarse y sentirse identificadas con su silla de ruedas. Estamos orgullosos de ofrecer este servicio innovador como parte de nuestro compromiso con nuestros usuarios.

El servicio **UNIQUE** de *Invacare* está respaldado por años de experiencia en soluciones de movilidad. Nuestro equipo de profesionales trabaja estrechamente con los usuarios para entender sus necesidades y guiarlos a través del proceso de personalización, asegurando una experiencia única.

**¡ A partir de ahora, el único límite a la personalización lo pones tú !**



ENTREGADO POR LA FUNDACIÓN TERESA NAVARRO

# Premio a un Referente

*A la socia de ASPAYM CV, Susana Rubio Garijo*

El pasado 7 de noviembre la Fundación Teresa Navarro me otorgó un premio por ser un referente para mi querida Teresa. Muchas gracias por honrarme con este galardón. Aunque el verdadero premio fue conocerla a ella.

También quiero agradecer a ASPAYM CV la oportunidad de poder coincidir y forjar una entrañable amistad con Teresa, ya que ella pertenecía a esta asociación y desde allí era una incansable defensora de las personas con discapacidad a las que ayudaba.

Puedo decir que para mí ella fue "un regalo de la vida", expresión que a ella le gustaba utilizar.

Su fallecimiento el pasado 14



de diciembre de 2024 ha sido una gran pérdida para mí. Ahora, y más que nunca, quiero seguir colaborando tanto con ASPAYM CV como con la fundación, para que su legado pueda seguir creciendo aunque ella ya no esté con nosotros.

Susana, en la sede de ASPAYM CV, con el premio recibido el pasado mes de noviembre.



## SU ÚLTIMO ENCUENTRO

Fue el pasado 7 de noviembre de 2024, día del cumpleaños de Teresa, y poco antes de su fallecimiento en diciembre de ese mismo año.



**ORTOPRONO**  
ORTOPEDIA TÉCNICA

NUESTRA  
EXPERIENCIA  
A TU  
SERVICIO

Desde 1969



**ORTOPRONO** **ORTOPRONO** **ORTOPRONO** **ORTOPRONO** **ORTOPRONO**  
INFANTIL AYUDAS TÉCNICAS DEPORTE PROTÉSICA ONLINE

**CENTROS ORTOPRONO EN LA COMUNIDAD VALENCIANA**

**ALICANTE**

Alicante C/Ángel Lozano, 18  
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)**

[www.ortoprono.es](http://www.ortoprono.es)     
902 30 50 70 - 96 353 03 09

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



# La importancia del cateterismo intermitente si tienes una lesión medular

La vejiga neurógena es una de las consecuencias más habituales de una lesión medular y existen diversos métodos para sobrellevarla. Uno de los más recomendados es el sondaje o cateterismo intermitente, una solución que permite mejorar la calidad de vida de quienes la sufren vaciando la vejiga varias veces al día de forma rápida, cómoda y discreta.

La vejiga neurógena es la disfunción de la vejiga causada por un daño neurológico. Este puede ser ocasionado por numerosos factores, entre ellos la lesión medular. Se estima que alrededor del 80 % de los pacientes con lesión medular tienen vejiga neurógena en algún momento de sus vidas.

Esto ocurre porque, en condiciones normales, los músculos y nervios del sistema urinario trabajan juntos para retener y liberar la orina en el momento adecuado, pero cuando existe lesión medular no pueden ejercer su función. En una persona sana, los nervios llevan mensajes entre la vejiga, la médula espinal y el cerebro que indican a los músculos de la vejiga que se contraigan o se relajen. Cuando la comunicación entre el cerebro y los músculos de la vejiga no puede realizarse debido a la lesión medular, el paciente presenta vejiga neurógena. Como consecuencia de ello, se producen incontinencia por rebosamiento, frecuencia y urgencia miccional o retención urinaria, lo que causa complicaciones frecuentes, como infecciones recurrentes del tracto urinario y cálculos renales.

Los objetivos principales del tratamiento de la vejiga neurógena son proteger el tracto urinario superior y minimizar el daño permanente a la vejiga, así como mejorar la calidad de vida del paciente. Existen distintas opciones de tratamiento, cuya selección depende de las preferencias y capacidades del paciente, y de las comorbilidades, es decir, de la presencia de otros trastornos además de la enfermedad primaria.

El cateterismo intermitente es la terapia de primera elección recomendada para pacientes con vejiga neurógena que muestran retención urinaria, incapacidad para drenar adecuadamente su vejiga o que tienen volúmenes residuales posteriores a la micción elevados.

## ¿Cuáles son las ventajas del cateterismo intermitente?

El cateterismo intermitente consiste en insertar una sonda en la vejiga a través de la uretra varias veces al día para drenar un volumen de orina retenido en la vejiga. Cuando la vejiga está vacía, se retira la sonda.

Este método permite que la vejiga se llene normalmente antes de vaciarla de nuevo, lo que ayuda a preservar la dinámica de las fases de llenado y de vaciado vesical. Asimismo, al evitar la presencia de orina residual, se reduce el riesgo de infecciones urinarias asociadas al uso de la sonda en comparación con el uso de una sonda permanente, evitando así periodos prolongados de tratamiento con antibióticos y hospitalizaciones.

Además, mejora el autocuidado y reduce las barreras para las relaciones sexuales. Todo ello proporciona una mejor salud y calidad de vida a largo plazo, y reduce la tasa de mortalidad por la disminución de las complicaciones urológicas.

#### ¿Cómo puedes aprender a sondarte?

Aunque es posible que te sientas cierta incomodidad al empezar a utilizar el sondaje, no te preocupes, basta con probarlo unas cuantas veces para darte cuenta de que no es doloroso. Además, ten en cuenta que hace falta tiempo para aprender cómo funciona tu cuerpo y qué es lo mejor para ti cuando usas una sonda. Para ello, puedes seguir algunos consejos y trucos que te ayudarán a hacer este proceso lo más sencillo y natural posible.

Para insertar la sonda, intenta relajarte, respira profundamente varias veces y tose ligeramente en el momento de la inserción. También puedes probar a girar la sonda un poco para que se introduzca bien. Para las mujeres puede ser un poco más difícil encontrar la uretra, pero tu enfermera puede enseñarte cómo hacerlo. También puedes ayudarte con un espejo o elementos que te facilitan mantener las piernas abiertas y simplificar así el procedimiento.

A la hora de la extracción, es posible que, si estás empezando a utilizar sondas o tienes una función manual limitada, tardes bastante tiempo en vaciar la vejiga y los lubricantes de la sonda que facilitan el deslizamiento se sequen. No te preocupes, con la práctica este problema desaparecerá. Si tienes que vaciar la sonda fuera de casa y quieres ser discreto, utiliza una sonda que puedas doblar y tenga un tamaño reducido, y lleva siempre una bolsa de plástico pequeña para desechar la sonda usada si no quieres tirarla en una papelería pública o en casa de un amigo.

Y recuerda, con un poco de práctica te convertirás en un experto/a en el manejo de la sonda y el cateterismo intermitente dejará de ser un problema para ti.

**Si desea más información  
sobre nuestros productos y  
servicios, visite  
[Wellspect.es](https://Wellspect.es)**

Conéctese a nuestras páginas en:

**LinkedIn**

**X**

**Facebook e Instagram**



**Wellspect SLU, Pl. d'Europa 31,  
Planta Baja,  
08908  
L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona.**

**Tfno. servicio al cliente:**

**+34 932643566**





# MARCANDO UNA DIFERENCIA REAL



Wellspect®  
A REAL DIFFERENCE

# CLUB DE LECTURA

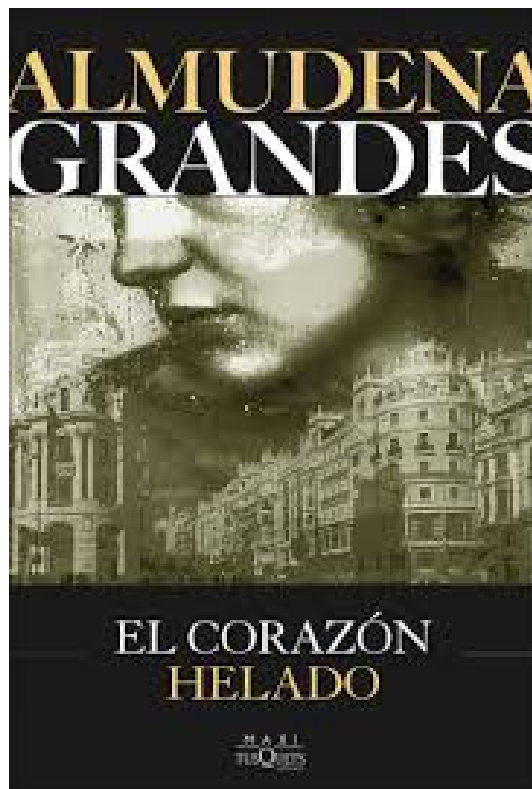
ASPAYM COMUNIDAD VALENCIANA



ALMUDENA GRANDES

## EL CORAZÓN HELADO

M<sup>a</sup> CARMEN POLO  
RECOMIENDA...



DIC.  
2025

*Si 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 electrónico :*

**comunicacion@aspaymcv.com**

 **aspaym**  
comunidad valenciana

El corazón helado es una saga familiar que, a través de dos generaciones, narra un año crucial en la vida de sus protagonistas, pero que abarca décadas de historia española, explorando cómo el pasado, frío y oculto, puede volver a arder con la verdad.

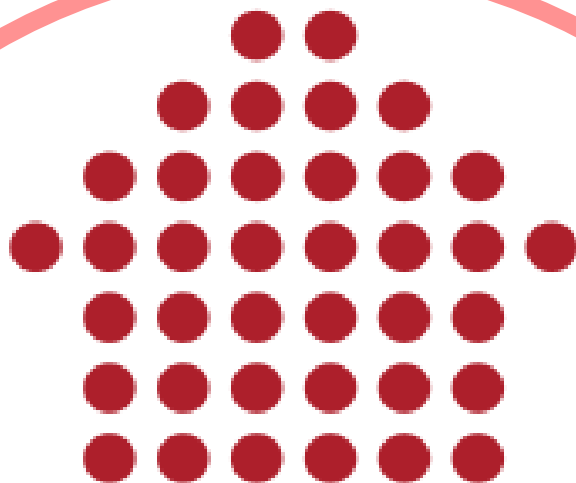
Temas Clave:

- Memoria Histórica
- Amor y Reconciliación
- La Guerra Civil y el Franquismo

Entrelaza dos historias familiares en España desde la Guerra Civil hasta la Transición, a través de Álvaro Carrión, hijo de un empresario franquista que descubre secretos oscuros en el entierro de su padre, y Raquel Fernández Perea, nieta de exiliados republicanos en Francia, cuya familia guarda una deuda pendiente, culminando en un amor que desvela traumas y reconcilia memorias.



# JIMÉNEZ & MARCH S.L.P



ADMINISTRACIÓN  
DE FINCAS Y  
ABOGADOS

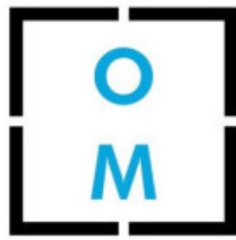
---

CALLE POETA FERNÁNDEZ HEREDIA, 1 (BAJO)  
VALENCIA - 46009

TELÉFONO: 96 332 19 14

CORREO ELECTRÓNICO:

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



ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO

MORGAN<sup>M</sup>

VERSUS

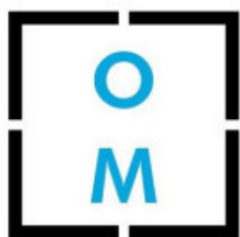
MANIOBRABILIDAD PERFECTA



ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO







ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO

# morganM

VERSUS

LA MEJOR DE SU CLASE EN

RENDIMIENTO INTERIOR-EXTERIOR



**Karma**

A Battery Wheelchair & Walker II



## DE VENTA EN:



ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO

¡Nos movemos  
contigo!



**ORTOPEDIAS DEL MEDITERRÁNEO**

*Nos movemos contigo*



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

**síguenos:**



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