

Publicación Cuatrimestral - Ejemplar gratuito - www.elsaliente.com

REVISTA DE LA ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD "EL SALIENTE"

PUNTO DE APOYO

Número 32 • Marzo 2015



DAVID BISBAL

ENTREVISTA AL CANTANTE ALMERIENSE

// *Espero algún día
conocer mucho
más de cerca la labor que
desempeña -El Saliente-.*

Educación
CENTROS DE
EDUCACIÓN INFANTIL
BILINGÜES "EL SALIENTE"

PROYECTO EDUCATIVO

PROPIO "AVENTURA MÁGICA"

Educando en Inglés.



Entrevista al cantante David Bisbal.



Proyecto Educativo Propio.



II Encuentro por el Empleo en Benahadux.



Enfermedades poco frecuentes.

- 4-7 Actualidad**
Poner en valor los Centros Especiales de Empleo.
- 8-9 Asociación**
Día de la Discapacidad por la igualdad en el empleo.
- 10 Inserción Laboral**
Acuerdo para fomentar el empleo.
- 11-12 Dependencia**
Cómo cuidar al cuidador.
- 13 Andalucía Orienta**
Orientación y acompañamiento.
- 14-16 Salud**
Osteoporosis. Una disminución del tejido óseo.
- 17-18 Psicología**
El estrés. Cómo controlarlo.
- 19-21 Entrevista**
David Bisbal.
- 22-24 Educación**
Proyecto Educativo "Aventura Mágica - Magic Adventure".
- 25 Formación**
Escuela de Padres. Mejorar el desarrollo de los hijos.
- 26 Voluntariado**
Cómo hacerse voluntario.
- 27-29 Enfermedades raras**
Vivir con una enfermedad rara.
- 30-31 Economía doméstica**
Deducciones para personas con discapacidad en el IRPF.
- 32 De socio a socio.**
- 33 El espacio del trabajador.**
- 34 En clave de verso**
Poemas de Ángel Rueda.

Director
Matías García Fernández
Consejo de Redacción
Manuel Martínez Giménez
Vanessa Díaz García
Antonio Uclés López
Clara Aznar Trabalón
Mónica Fernández Lorenzo
Colaboran en este número
Ángel Rueda Martínez
Redacción
Ernesto Gabriel Llanderas
comunicacion@elsaliente.com

Publicidad y Administración
C/ San Rafael, 25.
Pol. Ind. San Rafael.
04230. HUÉRCAL DE ALMERÍA
Tel.: 950 62 06 06
Fax: 950 62 06 08
Depósito Legal
Al-237-2003
ISSN
1697-4913

Tel. 950 62 06 06
www.elsaliente.com
Siguenos en:



Agradecimientos:

Entidades colaboradoras

- Cruz Roja
- Obra Social "La Caixa"
- Endesa
- VEIASA
- SubParke Turismo Activo



JUNTA DE ANDALUCÍA



EXCMO. AYTO. DE ALMERÍA

Consejería de Gobernación

- Consejería de Economía, Innovación, Ciencia y Empleo
- Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales
- Consejería de Educación, Cultura y Deporte
- Consejería de Innovación, Ciencia y Empleo

INSTITUCIONES QUE HAN DEPOSITADO SU CONFIANZA EN LA ASOCIACIÓN "EL SALIENTE" PARA LA GESTIÓN DE CENTROS EDUCATIVOS O CENTROS DE SERVICIOS SOCIALES ESPECIALIZADOS:



EXCMO. AYTO. DE BENAHADUX



EXCMO. AYTO. DE PEÑINA



EXCMO. AYTO. DE HUÉRCAL DE ALMERÍA



EXCMO. AYTO. DE ALBOX



EXCMO. AYTO. DE TURIS



EXCMO. AYTO. DE VIATOR



EXCMO. AYTO. DE ARBOLEAS



UNIVERSIDAD DE ALMERÍA

Nuestras propuestas para construir una sociedad más justa

Este año 2015 nos depara tres importantes citas electorales (municipales, autonómicas y nacionales), una coyuntura que las personas con discapacidad debemos aprovechar para la defensa de nuestros derechos y la construcción de una sociedad donde se implementen políticas transversales que hagan más real y efectiva la igualdad de oportunidades de todos y todas los ciudadanos y ciudadanas.

“El Saliente” ha elaborado, junto a otras asociaciones de Almería, un documento marco de propuestas que se han presentado a los partidos políticos, mejoras para el colectivo en materias tan variadas como la inclusión laboral, educación, sanidad, fiscalidad o accesibilidad. No obstante, nuestro trabajo no termina con la presentación de estas propuestas, sino que exigimos a los representantes políticos, que plasmen en realidades las promesas que hacen en campaña electoral y después de las elecciones, continuaremos, como venimos haciendo desde hace décadas, nuestra labor de denuncia y reivindicación ante situaciones de injusticia.

En un escenario de cambios acelerados y un panorama electoral muy abierto, demandamos que las leyes y normativas en materia de discapacidad se hagan efectivas y se cumplan, al igual que ocurre con otros ámbitos sobradamente conocidos por los ciudadanos, como los relacionadas con la Hacienda Pública o Tráfico, cuyo incumplimiento conlleva rotundas sanciones, que en muchos casos, más de uno tildaría de desproporcionadas y que, como es bien sabido, son en la práctica casi inapelables. Sin embargo, esto no ocurre con las normativas que atañen a las personas con discapacidad, donde los incumplimientos por parte de empresas y particulares son habituales, sin que ello conlleve consecuencia alguna a efectos sancionadores, sino que más bien se goza de la permisividad de la Administración, dejando así que se pisoteen sin consecuencias los derechos de millones de personas con discapacidad.

Por eso no nos bastan las declaraciones de intenciones, ni que los responsables políticos nos escuchen elección tras elección. Queremos una aplicación real de esa igualdad que propugnan las leyes, porque el incumplimiento de estas supone imposibilitar que muchas personas ejerzan sus derechos como ciudadanos. Propuestas en materias como la Accesibilidad son de crucial importancia y hay que tratarlas de manera transversal, porque afectan a todas las etapas de la vida. Nuestra clase política debe actuar con ambición para configurar una verdadera sociedad moderna e inclusiva del siglo XXI, que sea mejor y más consciente con la diversidad.

Aquella persona que, debido a la carencia de una política adecuada de Accesibilidad, no puede salir a la calle, ni desplazarse por su ciudad, entrar a un edificio o subir a un estrado, atravesar el marco de una puerta, o introducir su silla de ruedas en un ascensor, se ve privado del resto de derechos que le corresponden como ciudadano, el de moverse libremente por su pueblo o ciudad, acudir a su escuela o su trabajo, subir a un transporte público o, por ejemplo, llegar hasta el colegio electoral para depositar su voto. Ocurre igual en otros ámbitos, como el laboral, porque cuando se incumple el cupo de empleo reservado a personas con discapacidad se está negando el derecho que todos tenemos a un puesto de trabajo en condiciones de igualdad y se está configurando una sociedad injusta, con privilegios para un sector de la misma e insensible ante las carencias de otros muchos sectores, una sociedad que vive anclada en el siglo pasado debido a la falta de decisión política de aquellos que aspiran a ser nuestros representantes.

Matías García Fernández
Presidente de la Asociación “El Saliente”



EXCMO. AYTO. DE ALMERÍA

**REVISTA COFINANCIADA GRACIAS A LA COLABORACIÓN
DEL EXCMO. AYUNTAMIENTO DE ALMERÍA.**



MÁS DE 1.000 PERSONAS ASISTEN AL
II ENCUESTO POR EL EMPLEO DE LAS
PERSONAS CON DISCAPACIDAD
EL 7 DE FEBRERO EN BENAHADUX

Fotografía de grupo tras el II Encuentro por el Empleo.

PONER EN VALOR LOS CENTROS ESPECIALES DE EMPLEO

Los Centros Especiales de Empleo sociales de Almería retornan a la sociedad 2,5 euros por cada 1 euro que perciben de las Administraciones Públicas.

La Consejera de Igualdad, Salud y Políticas Sociales de la Junta de Andalucía, María José Sánchez Rubio, aseguró el 7 de febrero, en el **II Encuentro por el Empleo de las Personas con Discapacidad**, que la futura Ley de los Derechos y la Atención a las Personas con Discapacidad de Andalucía impulsará los 537 centros especiales de empleo existentes en la Comunidad, “en los que trabajan 8.000 personas con discapacidad”.

La Consejera ha participado en este encuentro de los Centros Especiales de Empleo Sociales de la provincia, entre cuyos organizadores estaba “El Saliente”; y en el que se han dado cita más de 1.000 personas. María José Sánchez ha explicado que estas empresas reservan un 70 por ciento de sus plantillas para trabajadores con discapacidad y “son claves en la inserción laboral de un colectivo que en nuestra Comunidad Autónoma suma más de 700.000 personas, el 61 por ciento mujeres”. También ha destacado que “la futura Ley de Discapacidad de Andalucía, cuyo anteproyecto ya ha sido aprobado por

(Sigue en la página 6)



Diversos momentos del Encuentro y programa de Candil Radio grabado posteriormente (imagen de abajo).



Paella que se sirvió después de las intervenciones.



La Ley de los Derechos y la Atención a las Personas con Discapacidad de Andalucía impulsará los 537 Centros Especiales de Empleo de la Comunidad."



Mensajes lanzados en este Encuentro.

el Consejo de Gobierno, reservará el 5 por ciento de los contratos de la Junta de Andalucía relacionados con servicios como logística, jardinería o lavandería a estos Centros Especiales de Empleo”.

De esta manera, la futura norma tendrá como principales objetivos “primar la garantía de derechos más allá del enfoque asistencial, con especial atención a mujeres y menores; priorizar las políticas de empleo dirigidas a la igualdad de oportunidades, y garantizar la accesibilidad universal en sanidad, educación, vivienda, ocio, formación o servicios sociales”.

Plan Específico de Empleo

Asimismo, la ley obligará a la Junta a elaborar un plan específico de empleo para este colectivo, afectado por una tasa de paro del 43 por ciento, y a reservar un 3 por ciento de las plazas en los cursos de formación y de al menos un 5 por ciento de las de escuelas taller, casas de oficio y talleres de empleo.

Además, a la vigente reserva del 7 por ciento de plazas en las ofertas de empleo público, el anteproyecto añade obligaciones específicas de organización y adaptación de estos puestos y de sus dependencias y equipamiento físico.

El encuentro de los Centros Especiales de Empleo ha sido organizado “El Saliente”, Murgi, Verdiblanca, Faam y La Esperanza de Pulpí. Estos colectivos gestionan en la provincia de Almería cinco Centros Especiales de Empleo, que actualmente cuentan con 947 trabajadores.

Estos centros ofrecen a empresas y administraciones públicas servicios de atención a menores, personas mayores y con discapacidad, hostelería, transporte adaptado, limpieza, desinfección, control de plagas, vigilancia y ordenación de aparcamientos, serigrafía o conserjería, entre otros.

Así las cosas, el encuentro celebrado en Benahadux ha tenido como objetivo visualizar ante la sociedad la labor de los Centros Especiales de Empleo en la creación y consolidación de puestos de trabajo para las personas con discapacidad, “así como trasladar que gracias a la gestión de calidad realizada por



Centro Ocupacional “El Saliente”



*A la vigente reserva
del 7% de plazas en las
ofertas de empleo público,
el anteproyecto añade
obligaciones específicas de
organización y adaptación
del puesto.”*

los mismos, hay una repercusión directa en la sociedad y el crecimiento económico de la provincia de Almería”, ha destacado la Consejera de Igualdad, Salud y Políticas Sociales.

Intervenciones

En dicho acto se han dado cita más de 1.000 personas, llegadas de distintos puntos de la provincia almeriense, que han participado en una jornada “reivindicativa y lúdica”, que ha incluido la intervención, además de la Consejera, del Presidente de la Asociación “El Saliente”, Matías García Fernández; el Presidente de la Asociación Verdiblanca, José Gómez Amate; el Presidente de la Asociación Murgi, Francisco Ripoll, la Presidenta de la Asociación La Esperanza de Pulpi, M^a Rosa Segura Pérez; el Presidente de la Federación Almeriense de Asociaciones de Personas con Discapacidad, Valentín Sola Caparrós; el Diputado de Asistencia a Municipios y Régimen Interior de la Diputación de Almería, José Fernández Amador, y el Subdelegado del Gobierno de Almería, Andrés Miguel García Lorca.



Residencia “Francisco Pérez Miras” de Albox.



La actividad de los CEE repercute directamente en la sociedad y en el crecimiento económico.”



Usaria y trabajador de una Unidad de Estancia Diurna gestionada por “El Saliente”



LA RESIDENCIA DE ALBOX
 ACOGIÓ UN AÑO MÁS
 ESTE ACTO
 INSTITUCIONAL

Foto de grupo al término de la celebración del Día de la Discapacidad 2014.

DÍA DE LA DISCAPACIDAD POR LA IGUALDAD EN EL EMPLEO

Se ha proyectado el cortometraje “El ascensor de Romeo” y ha actuado el grupo de baile flamenco “Nuestra Señora del Saliente”. Se han entregado distinciones a personas y entidades.

Pese a no ser un tiempo de celebraciones, debido a la coyuntura económica que atraviesa España y los recortes en diversos ámbitos como la Sanidad, la Dependencia o la Educación, “El Saliente” ha celebrado como cada año el Día de la Discapacidad con un acto en el salón de actos de la Residencia para Personas con Discapacidad Física “Francisco Pérez Miras” de Albox, el 4 de diciembre.

El Presidente de “El Saliente”, Matías García, ha demandado la igualdad en el empleo

para las personas con discapacidad y el cese de los recortes en los pilares básicos del Estado de Bienestar, como la Educación, la Sanidad o el Sistema de Dependencia, al tiempo que ha hecho alusión a la “crisis de valores con la que no podemos estar de acuerdo y tenemos que intentar que se regeneren las Administraciones”. Esto “hace más incomprensibles los recortes que se están produciendo, mientras hay familias que no pueden dar la leche por las mañanas y el desayuno a sus hijos”.

En este acto también ha intervenido el Presidente de la Fundación Almeriense de

EL PRESIDENTE DE
 LA ENTIDAD,
 MATÍAS GARCÍA,
 ALUDIÓ A LA “CRISIS
 DE VALORES” QUE
 ESTÁ ATRAVESANDO
 LA SOCIEDAD

Personas con Discapacidad, Luis López, quien ha alertado de la difícil situación económica que atraviesa nuestro país, mientras se deja a su suerte a los colectivos más desfavorecidos. Ante esto, Luis López ha defendido el apoyo desde las Administraciones a colectivos como el de las personas con discapacidad, las personas mayores, las familias con escasos recursos o el Sistema de Dependencia.

“Más del 80% de la población española formamos la clase media, que es el grupo de personas que más sacrificio está haciendo y más está retrocediendo en esta crisis. ¿Y de qué está valiendo?. Si tenemos menos ingresos hay que apretarse el cinturón, pero el sacrificio que estamos haciendo tiene que servir, como mínimo, para que colectivos desfavorecidos no estén peor todavía”, ha argumentado Luis López, mientras ha añadido que “no podemos permitir volver a la cultura de la beneficencia y tenemos que celebrar que haya Centros Especiales de Empleo que generan empleo y riqueza”.

En el acto también han intervenido el Delegado Provincial en Almería de la Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales de la Junta de Andalucía, Alfredo Valdivia, y el Alcalde de Albox, Rogelio Mena.

En su intervención, Rogelio Mena ha hecho un repaso a los logros conseguidos por su Equipo de Gobierno, entre los que se encuentra la “conquista histórica” de llevar agua potable al municipio y hacer de Albox una ciudad “más habitable y segura”, centro de salud, instalaciones deportivas, etc. El primer edil también ha destacado el compromiso municipal con “los colectivos que más lo necesitan” y ha instado a los presentes a ser participativos, porque “necesitamos unos ciudadanos críticos”. Por su parte, el Delegado Provincial ha hecho alusión a los recortes de la Administración Central y cómo a pesar de ello “la Junta de Andalucía está haciendo esfuerzos para que esto se note lo menos posible en los ciudadanos andaluces”.

Distinciones

Este año, la Junta Directiva de “El Saliente” ha otorgado sus distinciones al popular actor José Sacristán y al director granadino César Ríos, en la categoría de Cultura, a la escultora Isabel García Oller en la categoría de Arte y Salud, a Candil Radio en Comunicación y al judoca con discapacidad visual David García del Valle en Deporte. Uno de los platos fuertes de esta celebración ha sido la proyección del cortometraje documental “El ascensor de Romeo”, de César Ríos.



La clase media es la que más sacrificio está haciendo y más está retrocediendo en esta crisis”, ha manifestado Luis López.



Salón de Actos de la Residencia para Personas con Discapacidad Física Gravemente Afectadas de Albox.

ACUERDO PARA FOMENTAR EL EMPLEO

Fomentar el empleo de personas con discapacidad y colectivos en riesgo de exclusión social y promover la responsabilidad social empresarial es el objetivo principal del convenio firmado entre la empresa Nidmi.es, dedicada a la selección de personal doméstico y cuidadores, y la Asociación de Personas con Discapacidad “El Saliente”, como miembro del programa Incorpora de la Obra Social “la Caixa”.

Dicho convenio se traducirá en acciones de asesoramiento y apoyo en la incorporación al empleo durante un periodo de un año a personas en búsqueda de trabajo que cumplan los requisitos fijados y divulgados en la web, Nidmi.es, y que además pertenezcan a colectivos en riesgo de exclusión social, principalmente personas con discapacidad. Nidmi es una empresa perteneciente al grupo de las denominadas “start-up”, es decir, una idea emprendedora transformada en empresa creada recientemente, que pertenece al sector on-line y que se encuentra en plena expansión nacional e internacional. Nidmi es una plataforma especializada en selección de personal que ayuda a las familias a encontrar el perfil que mejor se adapta a sus necesidades en la búsqueda de servicio doméstico y cuidadores para la familia.



Firma del convenio entre “El Saliente” y Nidmi.es.

NIDMI.ES ES UNA
“START-UP” O EMPRESA
CREADA DE UNA IDEA
EMPRENDEDORA

Firma

La firma del convenio de colaboración ha tenido lugar en las oficinas de “la Caixa” – Centro de Empresas, ubicadas en la Avenida del Mediterráneo de Almería, por parte de Montse Piquer de Aynat, socia fundadora de Nidmi, Matías García Fernández, Presidente de “El Saliente”, Entidad perteneciente al Grupo Incorpora Andalucía, y Juan Jesús Lozano Ramón, por la Obra Social “la Caixa”.

Este convenio para la selección de personal doméstico y cuidadores, se firma en el marco del Programa Incorpora de la Obra Social “la Caixa”.

CÓMO CUIDAR AL CUIDADOR

Sensación de vacío, tristeza o incluso depresión conforman el cuadro sintomático del “Síndrome del Cuidador”, que afecta a personas dedicadas la mayor parte de su tiempo a la atención de algún familiar enfermo o persona cercana en situación de dependencia.

Pocos ciudadanos hay en la actualidad que, de una y otra forma, no conozcan a una persona en esta circunstancia, un vecino, un amigo o un familiar que ha tenido que renunciar a muchas cosas por entregar altruistamente la mayor parte de su tiempo a procurar el bienestar de algún familiar enfermo o dependiente, por una enfermedad repentina, un proceso degenerativo o algún tipo de discapacidad.

El cambio de la salud física y mental del cuidador derivado de la tensión y el estrés que le supone el cuidado de la persona dependiente no sólo repercute en su propia vida, sino en la de quien cuida y en el entorno que le rodea. Para evitar estas consecuencias negativas de la dedicación casi exclusiva a cuidar a un familiar o persona cercana y para ayudar a los cuidadores a mejorar sus técnicas de cuidado de la persona dependiente, la Asociación “El Saliente” organiza cada

EL SÍNDROME Y SUS SEÑALES

El término **Síndrome del Cuidador** fue mencionado por primera vez por Herbert J. Freudenberger, psicólogo estadounidense, en 1974. Tiene diversos tipos de síntomas.

Síntomas físicos:

- Cansancio continuo.
- Aumento o disminución del apetito.
- Trastornos del sueño.
- Dolores musculares, cefaleas.
- Consumo excesivo de cafeína, alcohol o tabaco.
- Abuso de pastillas para dormir u otros medicamentos.
- Abandono de su aspecto físico.

Síntomas emocionales

- Tristeza, sentimientos de culpa.
- Irritabilidad, cambios de humor.
- Dificultad para concentrarse.
- Problemas de memoria.

Síntomas sociales

- Desinterés por actividades que antes disfrutaba.
- Aislamiento familiar y social. Van abandonando las amistades.
- Tratar a personas de la familia de forma menos considerada que antes.

LA TENSIÓN Y EL ESTRÉS DE ATENDER A UN DEPENDIENTE PUEDE DERIVAR EN LA MALA SALUD DE QUIEN LO CUIDA



Taller de Cuidador en “El Saliente”.



Imagen alusiva al cuidado de otras personas.

año el “Taller para Personas Cuidadoras de Personas Dependientes y Mayores”, desarrollado en 6 sesiones semanales de 2 horas de duración. Para los cuidadores, la lucha es diaria. La medicación del dependiente, su higiene, su alimentación, sus visitas médicas o simplemente su comodidad y bienestar son cuestiones que les absorben de manera progresiva.

Y para garantizarlas hay que emplear mucho tiempo y dinero, que en multitud de ocasiones no hay de donde sacar y que, desde el desmantelamiento de la Ley de Dependencia, el Estado tampoco facilita, dejando a muchas familias en la más absoluta desesperación y precariedad.

Aislamiento y cambios de humor

A menudo este tipo de cuidadores no profesionales, también conocidos como cuidadores informales, se van aislando, se sienten agotados física y mentalmente y tienen dificultades de sueño y cambios de humor repentinos. El cuidado de su familiar o persona cercana pasa a ser su prioridad,

dejando su propia vida en segundo plano. Por eso este taller organizado por “El Saliente”, que cuenta con la financiación de la Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales de la Junta de Andalucía, propicia un lugar de encuentro para personas que están en esta situación cotidianamente y quieren compartir sus experiencias, sentimientos, inquietudes.

El resultado de todo ello no puede ser otro que la mejora del estado del cuidador, de la persona a la que cuida y la de su entorno, porque son tres elementos interconectados, que se condicionan los unos a los otros.



El Taller “Cuidamos de Ti” propicia un lugar de encuentro para personas que se ocupan de otras y quieren compartir sus experiencias.”

ORIENTACIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO

Las personas con discapacidad cuentan desde enero con el apoyo de la Asociación "El Saliente" para mejorar sus posibilidades de encontrar empleo. La Consejería de Economía, Innovación, Ciencia y Empleo de la Junta de Andalucía ha concedido una subvención a "El Saliente" para la puesta en marcha del Programa "Andalucía Orienta" destinado al colectivo de personas con discapacidad física. Una técnica ofrece orientación y otra acompañamiento en la inserción.

De este modo, una orientadora profesional se encarga de diseñar un "itinerario personalizado de inserción" para cada demandante de empleo, para que a partir de su formación y experiencia se incorpore al mercado laboral en igualdad de oportunidades.

Pero no hay que olvidar que cuando atendemos a personas con discapacidad nos encontramos con una barrera añadida. De ahí la apuesta del programa por ofrecer la posibilidad de acompañamiento a aquellas personas con discapacidad que lo requieran. Una profesional lleva a cabo esta tarea, tan importante o más que la propia orientación laboral. Su labor es fundamental en la búsqueda activa de empleo para la persona con discapacidad que lo necesite, desplazándose con ella a los recursos que necesite y ofreciéndole apoyo en los seis primeros meses una vez que consiga un empleo. Con este programa

"EL SALIENTE"
AYUDA A BUSCAR
EMPLEO A TRAVÉS
DE UN PROGRAMA
ANDALUCÍA ORIENTA



Trabajadoras de "El Saliente" en el Programa Andalucía Orienta.

Se ofrece apoyo en lo que el demandante con discapacidad necesite, desplazándose junto a él durante las citas laborales de los seis primeros meses.

se pretende impulsar el acceso al mercado laboral del colectivo de personas con discapacidad física. Las trabajadoras del programa Andalucía Orienta ayudan a los demandantes a elaborar un currículum, preparar una entrevista de trabajo, becas, prestaciones u otro tipo de derechos y les guían sobre salidas formativas y laborales, nuevas tecnologías y habilidades sociales para trabajar la motivación personal y la autoestima.

En esta relación demandante- orientador se ofrecen atenciones individualizadas y sesiones de orientación en grupo. Un servicio dirigido a las personas con discapacidad de la provincia de Almería

hasta el 28 de julio. Andalucía Orienta, es un programa de la Agencia Servicio Andaluz de Empleo que ha concedido una subvención por valor de cerca de cuarenta mil euros.

Empleo

Cerca de cuatrocientas personas han trabajado durante el 2014 en la Asociación "El Saliente". La Entidad promueve desde 1988 la inserción socio laboral de las personas con discapacidad y lo hace a través de la gestión laboral, la bolsa de empleo, orientación y programas de empleo y prácticas de empresa, sin olvidar los talleres de empleo, en los que forma a cuidadores de personas dependientes y que suelen tener una inserción laboral del 64%. Desde mayo de 2014, "El Saliente" también gestiona el programa Incorpora de la Caixa. Una iniciativa para la inclusión laboral de personas con discapacidad o en riesgo de exclusión social. Hasta la fecha se han conseguido veintinueve inserciones.



Matías Valverde, profesor de la UAL y médico, y Dolores Rodríguez, afectada de osteoporosis.

OSTEOPOROSIS, A LA ESPERA DE UNA REVOLUCIÓN EN EL TRATAMIENTO

El reumatólogo y profesor universitario Matías Valverde nos avanza que en breve habrá “nuevos medicamentos de tipo biológico que harán su aparición inminente en el mercado”

En España el 35 por ciento de las mujeres mayores de 50 años sufrirá alguna fractura a lo largo de su vida por la osteoporosis. Una enfermedad que afecta a los huesos y que se puede prevenir. Matías Valverde es médico reumatólogo y profesor universitario, experto en osteoporosis.

Doctor, ¿qué es la osteoporosis?

La osteoporosis es aquella situación en la que se produce una disminución de tejido óseo, afectando a su cantidad y

calidad. Los huesos se vuelven frágiles y quebradizos, por lo que aumentan las probabilidades de que se produzca una fractura.

¿A quién afecta? Y ¿por qué?

Afecta sobre todo a mujeres, a partir de la menopausia, por la importante relación que existe entre las hormonas estrogénicas y el crecimiento del hueso. A partir de los 65 años se iguala el riesgo de sufrirla entre hombres y mujeres. Además, existen otros factores de riesgo a tener en cuenta en etapas más precoces de la vida.

ESTA DOLENCIA

AFECTA SOBRE

TODO A MUJERES

DESPUÉS DE LA

MENOPAUSIA

¿Cuáles son sus síntomas?, ¿Por qué le llaman la enfermedad silenciosa?

En general, el primer síntoma que aparece es la fractura osteoporótica, una vez transcurridos bastantes años desde el inicio del cuadro. En ocasiones, cuando la osteoporosis afecta la columna vertebral, puede llegar a notarse una pérdida de altura acelerada. Una mujer que a los 40 años medía 1,65mts, después de 20 años puede haber perdido más de 8-10cm de altura.

A partir de los 30 años dicen los expertos que los huesos dejan de regenerarse continuamente y comienza la pérdida ósea, ¿cómo podemos prevenir este deterioro?

El pico de masa ósea, es decir, la etapa de la vida en la que nuestros huesos son más fuertes, se producen en torno a los 30-35 años. A partir de ahí lo normal es que el hueso pierda su densidad progresivamente hasta la senectud. Estilos de vida saludables, como una dieta adecuada rica en calcio, fósforo, vitamina D, proteínas, etc, así como la práctica del ejercicio, y la toma de al menos 15 minutos de sol a diario, son piedras angulares en la prevención de este trastorno.

Hay además factores de riesgo a tener en cuenta como la menopausia, la edad, el sobrepeso, problemas de diabetes o tiroides, antecedentes familiares...

Todos estos factores pueden agravar la pérdida de hueso, ya connatural al paso de los años, y la aparición de la menopausia en la mujer. El factor herencia no se puede modificar: una mujer con madre osteoporótica no puede cambiarlo, evidentemente, pero puede dejar de fumar, hacer ejercicio, realizar un esfuerzo en la ingesta diaria de calcio, etc.

Se recomiendan actividades que no sean agresivas como correr o jugar al

tenis. ¿Es recomendable andar, montar en bici, bailar?

Las actividades de alto impacto no son aconsejables a partir de cierta edad por el riesgo de caída, y por tanto de producir la fractura en un hueso en sí ya debilitado por la enfermedad. Eso no quiere decir que si una persona de cierta edad está acostumbrada a realizar este tipo de ejercicios, tenga que abandonarlos obligatoriamente. La prudencia y la preparación previa deben guiar la práctica del deporte o ejercicio elegido. En principio es suficiente andar un buen rato todos los días, así como algún ejercicio de fuerza moderada: la carga de peso sobre huesos y articulaciones aumentan su metabolismo produciendo una mejor calidad del hueso.

Los gestos inocentes que deberíamos corregir. Hay una larga lista, desde mirar la tele en una posición no adecuada, leer con mala postura en la cama, cargar todo en una sola bolsa cuando hacemos la compra, hablar por el móvil y teclear, no usar calzado adecuado, ni bolso etc, etc.

Todos estos son factores de riesgo para la producción de fracturas osteoporóticas, o bien porque someten a la columna vertebral a tensiones y cargas que no pueda soportar, o porque aumentan el riesgo de una caída casual, la cual producirá la rotura del hueso.

Investigación y avances

Se espera una revolución en el arsenal terapéutico farmacológico que empleamos en el tratamiento de la osteoporosis en un futuro más bien próximo. Nuevos medicamentos de tipo biológico harán su aparición inminente en el mercado, y en pocos años comenzarán a prescribirse también otros compuestos relacionados con la investigación genómica y de ingeniería molecular.



La actividades de alto impacto no son aconsejables a partir de cierta edad por el riesgo de caída.”

Con ellos atacaremos más las verdaderas causas del problema, pudiendo en teoría modificar los condicionantes genéticos básicos de la osteoporosis.

EXPERIENCIA DE UNA AFECTADA

Dolores Rodríguez, almeriense de 68 años, está diagnosticada de osteoporosis desde 2010. Una enfermedad que se sumó a una larga lista de dolencias. También padece fibromialgia, artrosis, artritis, fatiga crónica y es hipertensa.

¿Cómo y cuándo te enteras de que sufres osteoporosis?

En una revisión médica el Doctor Matías Valverde me mandó una desintometría ósea, en la que primero no se apreciaban valores alarmantes, pero tras poco tiempo empecé a tener problemas de rodilla, que sin sufrir ningún traumatismo se me inflamaba y dolía, con lo que decidí ir al médico, y tras varias pruebas me dijeron que tenía el cartilago deteriorado. Volví a la consulta del doctor Valverde, me repitió la desintometría ósea y ya sí que mostraba signos evidentes de osteoporosis.

¿Cómo te afecta la enfermedad tanto física como emocionalmente?

Físicamente mal, he sido operada varias veces de la rodilla, hasta que decidieron ponerme una prótesis parcial. También me afecta con respecto a mis otras enfermedades, ya que padezco artrosis y fibromialgia, y esto provoca que pierda masa corporal y que tenga mayor riesgo de sufrir fracturas de espalda, muñecas, etc..Y emocionalmente también te afecta el hecho de padecer depresión y ansiedad.

Es una enfermedad que te deja sin fuerzas y que necesita de medicación pero también de movimiento, hay que salir a andar y hacer algo de ejercicio.

¿Qué hábitos saludables practicas tú?

En primer lugar, una dieta sana es primordial para las enfermedades, y



Clara Aznar entrevista a Matías Valverde.



Dolores Rodríguez, afectada de osteoporosis.

respecto al ejercicio físico, voy dos veces en semana a realizar un taller de espalda, a la asociación de Fibromialgia de Almería (AFIAL), y otras dos veces a natación en el Pabellón "Rafael Florido", dónde bajo la supervisión de un monitor, realizamos ejercicios acuáticos. Sin contar las escaleras que subo y bajo en mi vida cotidiana, jajaja.

¿Qué mensaje transmitiría a una persona que acaba de ser diagnosticada?

Principalmente que lleven hábitos saludables, tanto en alimentación como en actividades físicas, el andar y sobre todo tomar el sol es buenísimo.



Al poco tiempo de ser diagnósticada empecé a tener problemas de rodilla, se inflamaba y me dolía."

EL ESTRÉS

¿CÓMO CONTROLARLO?

ES UNA REACCIÓN FISIOLÓGICA QUE
SE DESENCADENA CUANDO CREEMOS
ESTAR ANTE UNA SITUACIÓN AMENAZANTE

Aunque es normal en muchos casos, si se presenta de forma excesiva o crónica puede constituir una enfermedad

El estrés es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada.

Lo sentimos cuando nos encontramos con algún problema que nos sobrepasa, y los síntomas son algunos notables como el nerviosismo (temblar) o estar inquieto. Otros no son tan notables como la aceleración del corazón, las pupilas dilatadas, la sudoración, la piel se torna ribosa y se erizan los vellos de la piel (como brazos o piernas). Esta reacción que es la respuesta normal a un agente específico se produce en todo individuo sometido a una agresión o lo que dicho individuo considera tal cosa. En la actualidad hay muchos casos en los que el estrés

nos sobrepasa, cuando atravesamos situaciones complicadas en la vida familiar, el trabajo, las relaciones sociales, la situación económica, el exceso de obligaciones. Pero al no ser cuestiones de vida o muerte, estas situaciones pueden reconducirse con ayuda y con una percepción de la realidad que nos facilite su asimilación. El estrés es una respuesta natural y necesaria para la supervivencia, a pesar de lo cual hoy en día se confunde con una patología. Esta confusión se debe a que este mecanismo de defensa puede acabar, bajo determinadas circunstancias frecuentes en ciertos

modos de vida, desencadenando problemas graves de salud. Cuando esta respuesta natural se da en exceso se produce una sobrecarga de tensión que repercute en el organismo humano y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que impiden el normal desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano. Algunos ejemplos son los olvidos (incipientes problemas de memoria), alteraciones en el ánimo, nerviosismo y falta de

concentración, en las mujeres puede producir cambios hormonales importantes como dolores en abdominales inferiores, entre otros síntomas.

El estrés crónico está relacionado con los trastornos de ansiedad, que es una reacción normal frente a diversas situaciones de la vida, pero cuando se presenta en forma excesiva o

crónica constituye una enfermedad que puede alterar la vida de las personas, siendo aconsejable en este caso consultar a un especialista. Aunque si tienes un problema serio de ansiedad, debes acudir a un especialista. Hay algunos consejos básicos que se pueden seguir para mitigar los efectos de la presión diaria en nuestro sistema nervioso. Son los siguientes:

Respira profundamente. Inhala, cuenta hasta 10 lentamente. Aguanta la respiración, cuenta hasta 5. Exhala contando hasta 10 lentamente. Repite, y cuenta hasta 20 si es necesario. Hazlo hasta que te calmes.



Imagen alusiva al estrés.



Una buena carcajada tiene un efecto relajante y siempre hay una razón para sonreír. Es importante no olvidarlo”.

RIE! Ríete de la vida, aprende a reírte de tus problemas y piensa en que una buena carcajada ayuda a que te relajes; siempre hay una razón para sonreír, SIEMPRE, no lo olvides!

Involúcrate con la comunidad, inscríbete como voluntario o encuentra otra manera de ser activo en tu comunidad. Eso te da un descanso del estrés y las preocupaciones cotidianas.

Descubre: ¿qué es lo que desencadena tu ansiedad?. ¿Es el trabajo, la familia, la universidad?. ¿Todos ellos juntos?. ¿Hay demasiadas cosas que hacer?. ¿Te estás poniendo expectativas muy altas?. Piénsalo, medítalo, siempre hay una respuesta. Escribe en un diario cuando te sientas estresado o ansioso, describe las situaciones, tu día: qué comiste, hiciste, pensaste, etc. y encuentra un patrón. Créeme, siempre hay uno.

Habla con alguien que te entienda. Habla con tus amigos y familia, cuéntales que te sientes abrumado, y hazles saber que necesitas de su ayuda, que necesitas que te escuchen. Y, de ser necesario, habla con un médico o terapeuta profesional con experiencia, de seguro sabrán como guiarte.

Visualiza lo positivo, cierra tus ojos e imagina un lugar seguro y tranquilo: una hermosa playa, una isla, un recuerdo feliz de tu infancia, a ti jugando con tu mascota,



Imagen alusiva a la meditación.

etc. Deja que los sentimientos positivos de esas visualizaciones te calmen y así te sentirás más relajado.

Duerme, date un descanso! Aunque te sea difícil dormir cuando te sientes ansioso, intenta hacerlo. Prepárate una bebida caliente, toma un baño, lee un libro, inténtalo. Y recuerda que un buen sueño reparador es a menudo una de las mejores curas para la ansiedad.

Pero si buscas conciliar del sueño y te es muy difícil, el secreto está en engañar a tu mente, haciéndole creer que no quieres

dormir, que no puedes quedarte dormido y verás como ésta deja de intentar mantenerte despierto y finalmente podrás dormir!

Y por último, QUIÉRETE, mímate y date un capricho. Un baño a la luz de las velas, un masaje, un paseo por el campo, un concierto, una comida, un libro, una película de las que te gusten o cualquier otra actividad que te haga feliz. Un tiempo a solas te ayudará a aclarar tu mente y poner las cosas en perspectiva.



El artista almeriense David Bisbal.

“ME SIENTO BIEN APORTANDO LO QUE PUEDO POR LA INTEGRACIÓN”

El cantante almeriense afirma que “lo importante de la música es conectar con la gente y que hagan suyas las historias que canto”.

Pocos artistas pasean con tanto orgullo sus orígenes almerienses como David Bisbal. Alcanzó el éxito en toda España gracias a un “talent show” denominado “Operación Triunfo” y no dejó escapar la oportunidad para llegar a ser uno de los artistas españoles con más ventas y más respetados de la actualidad. “*Punto de Apoyo*” ha tenido la suerte de entrevistar a este almeriense que ha demostrado en numerosas ocasiones su solidaridad con los colectivos más necesitados.

David, sabemos que eres una persona comprometida y solidaria. Ya en el colegio estabas pendiente de los niños con discapacidad. ¿Qué recuerdos guardas de esa etapa?

Recuerdo que en el Colegio Público “Francisco de Goya”, acudían cada día a clase algunos niños con discapacidad para adaptarlos a la vida cotidiana y al mismo tiempo enseñarnos a nosotros mismos los valores de integración de estas personas especiales!!! Eran niños muy sensibles y muy cariñosos, guardo como un valor

CON UNA FAMA Y ÉXITO

QUE VAN EN AUMENTO,

EL ARTISTA PERMANECE

FIEL A SU TIERRA Y SOLIDARIO

CON LOS COLECTIVOS

MÁS DESFAVORECIDOS

importantísimo el hecho de que los profesores y la dirección del colegio quisieran inculcarnos lo que significaba esto para los niños y aceptar en nuestro día a día a estas personas que realmente necesitan de nuestra ayuda.

Has visitado numerosos centros de personas con discapacidad en España y fuera de nuestro país. ¿Cómo ha sido la experiencia?

La experiencia ha sido muy enriquecedora porque te das cuenta de la realidad y las necesidades que se les presentan cada día a estas personas. Por suerte hay países que organizando sus telemaratones han podido, con la ayuda económica y desinteresada de mucha gente, construir centros de investigación, de formación y de cuidados adaptados a sus necesidades.

La mayoría de estos centros está direccionando a aquellas familias necesitadas que no tienen recursos para mantener el tratamiento por la calidad de vida que necesitan nuestros niños con discapacidad. Sobre todo me han transmitido la sensibilidad de los casos que se pueden abordar con este tipo de centros.

¿Qué te han reportado esos encuentros?

Algo que me gusta de la integración de las personas con discapacidad en otros países es que está bastante presente en cualquier puesto de trabajo, por ejemplo en México, hay mucha gente con discapacidad que tiene un trabajo en el mercado laboral ordinario, dentro de los aeropuertos, por ejemplo, y gracias a la sensibilidad obtenida en estas visitas a los centros y la educación que tenido desde mi infancia con las costumbres en el colegio público "Francisco de Goya", ayudando siempre a los niños más necesitados, siempre trato de ser atendido por una trabajador o trabajadora con discapacidad, simplemente porque me siento bien haciendo a esa persona parte integrante de la sociedad.

En Almería, siempre que puedes sacas tiempo para visitar a los niños de Oncología del Hospital Torrecárdenas. ¿Cómo son esas visitas?. ¿Qué te dicen los niños?

Si, es cierto que a veces me han pedido que visite a los niños de Oncología del Hospital Torrecárdenas, estas visitas simplemente las hago por una cuestión de sensibilidad hacia ellos y para sentirme bien conmigo mismo, pero trato dentro de todo lo posible de no hacerlo o público ya que es una visita personal!! Los niños están llenos de vida, con ganas de vivir y cuando los ves con una sonrisa en el rostro, hacen que te emociones.

Te preocupa el tema de la infancia. Colaboras con Unicef desde 2004 y eres amigo de Unicef España desde 2011. ¿En qué consiste tu labor?

La verdad es que trato de colaborar con muchas asociaciones, organizaciones y ONGs todas sin ánimo de lucro, aunque por desgracia no puedo atender todo lo que se me pide, no tengo



El popular artista almeriense David Bisbal.

tiempo material; a lo largo de estos últimos 12 años en los que mi trabajo me ha hecho convertirme quizás en una persona más conocida, he pensado que en lugar de hacer mi propia fundación, prefiero ayudar a todas las asociaciones de este tipo que pueda, pero eso si, teniendo en cuenta lo que comentaba antes,



En lugar de crear mi propia Fundación, prefiero ayudar a todos los que puedo”

que tengo una agenda de trabajo bastante dura; de manera que sí que elijo varias actividades altruistas al año para llevarlas a cabo, de tantísimas peticiones que me llegan de este tipo. Mi labor con Unicef es apoyar a los niños más desfavorecidos en cualquier lugar del mundo, apoyando causas benéficas y tratando de sensibilizar a la gente que me sigue para que haga lo mismo en la medida que buenamente puedan.

Tienes cedidos los derechos de la canción “Soldados de papel” a la ONG Dyes de Chema Caballero, que trabaja en Sierra Leona (África). ¿Por qué decides colaborar con ellos?

Desde que conocí al misionero Javeriano Chema Caballero, me pareció que su labor estaba muy por encima de un trabajo normal,



*Espero algún día
conocer mucho
más de cerca
la labor que
desempeñáis”.*

lo que él hace es una pasión que siente y un compromiso, no solamente con Dios, sino con él mismo, entregando su persona en la misma Sierra Leona para ayudar, en todos los sentidos y con su amor, a los niños que han sufrido dos guerras civiles y les han arrancado lo más importante que un niño se merece que es su infancia. Me encantan la personalidad, valores y humanidad de Chema Caballero y su organización O.N.G. Dyes!

Además, estás muy comprometido con la investigación de enfermedades como el Alzheimer.

Es verdad que he colaborado también con otras organizaciones de Alzheimer, ya que en nuestra edad más avanzada, todos volvemos a ser como niños...

En Almería destaca la labor social de cerca de treinta años de “El Saliente”. Una asociación que vela por los derechos de colectivos muy vulnerables como las personas con discapacidad, los mayores o los menores. ¿Conoces a “El Saliente”?

No conocía esta Asociación hasta recibir esta petición de entrevista, pero sí espero algún día conocer mucho más de cerca la labor que desempeñáis.

Eres nuestro almeriense más universal, llevas a gala nuestra tierra. En todo este tiempo, y a pesar de las cifras que dan vértigo: más de cinco millones de discos vendidos en España y América, 33 discos de platino, 17 de oro y 2 de diamante, más de 60 premios como Grammy Latino Billboard latino, premios Ondas o el World Music Award al mejor artista latino del mundo, 5 giras internacionales, más de 600 conciertos... no has perdido el vínculo con Almería.

Bueno, los reconocimientos nunca van a hacer que me olvide de mi tierra, sino todo lo contrario, ¡me acercan mucho más a ella! Almería es sencillamente mi tierra natal, la necesito visitar cada vez que puedo para recobrar esa energía que uno necesita y poder seguir transmitiendo pureza y amor en cada una de las canciones que interpreto sobre el escenario.



David Bisbal en una imagen reciente.

Eres co-autor de algunas de tus canciones, en tu proceso creativo, ¿En qué te inspiras?

Muchas de las canciones que compongo con otros compañeros, son simplemente vivencias personales, aunque otras son vivencias de otras personas y a veces historias bonitas que pueden hacer soñar a la gente, lo importante de las canciones es conectar con la gente de manera que hagan suyas las historias que canto y se sientan identificadas con lo que dicen.

Tu momento actual. Retos. Deseos.

Después de un año de intenso trabajo con este último disco “Tú y Yo”, continúo de gira por Latinoamérica Argentina y México; sigo teniendo algunos compromisos de conciertos sueltos en España como, por ejemplo, las Islas Canarias, a las que iré a finales de marzo, así como en Europa, donde actuaré el próximo mes de marzo, en Bucarest, Rumanía; estoy grabando la segunda edición de La Voz Kids, ya que me aportó valores que desconocía dentro de la música. Trabajar con niños es sencillamente maravilloso. Mi objetivo con este disco es completar aquellos países que todavía no he visitado con la actual gira de conciertos y seguramente este año ya empezaré a componer, buscando nuevas canciones para un próximo proyecto que seguramente verá la luz en el próximo año 2016. No descarto la posibilidad de seguir alternando mi música popular con otros proyectos menos convencionales como el que pude grabar en el Royal Albert Hall de Londres y el Teatro Real de Madrid. Muchas gracias por la entrevista tan cariñosa Clara.

AVENTURA MÁGICA MAGIC ADVENTURE PROYECTO EDUCATIVO PROPIO

LOS CENTROS DE
PRIMER CICLO DE
EDUCACIÓN INFANTIL
QUE GESTIONA “EL SALIENTE”
IMPLANTAN UN SISTEMA
PEDAGÓGICO ELABORADO POR
LAS DOCENTES EN BASE A SUS
AÑOS DE EXPERIENCIA



Desde el curso 2014/2015 los Centros de Primer Ciclo de Educación Infantil que gestiona “El Saliente” disponen de un valor añadido: un Proyecto Educativo propio, denominado “Aventura Mágica” (Magic Adventure), basado en la experiencia del equipo educativo a lo largo de los años y diseñado para desarrollarse en los tres tramos de edad del Primer Ciclo de Educación Infantil.

Cada nivel cuenta con una mascota, Five (0-1 años), Book (1-2 años) y Buh (2-3 años) y con unos apartados comunes en los que se incluye información relacionada con los primeros años de vida (hábitos y rutinas, masaje y relajación infantil, conflictos infantiles e intervención y primeros auxilios) concretando según la edad algunos apartados de forma más específica, como los relacionados con el desarrollo evolutivo.

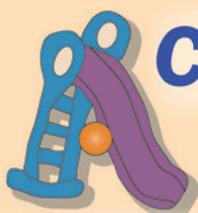
Un eje común es la introducción de una segunda lengua, en este caso el inglés, que aparece de manera transversal, al igual que la estimulación sensorial, para potenciar las capacidades de los niños y niñas, gracias a técnicas innovadoras.

El Proyecto Educativo incluye herramientas pedagógicas como cuentos, láminas, libros de trazos y garabatos, libros de formas y colores, organización por rincones y talleres y una avanzada y completa metodología para que los niños y niñas finalicen este ciclo educativo con el mayor aprovechamiento y la mejor formación posible, colocándose en un punto de partida inmejorable para el Segundo Ciclo de la Educación Infantil y potenciando en cada caso sus capacidades personales.

“Aventura mágica” (Magic Adventure) está diseñado para desarrollarse a lo largo de los tres niveles de edad pertenecientes al primer ciclo de



Cada nivel cuenta con una mascota y uno de los ejes comunes es la introducción de una segunda lengua: el inglés”.



Centros de Educación Infantil **Bilingües “El Saliente”**

0 a 3 años

Educando en valores

950 62 06 06

www.elsaliente.com





Alumno y alumnas en una Escuela Infantil.

Educación Infantil. Cada nivel cuenta con unos apartados comunes en los cuales se incluye información, tan relevante como necesaria para el docente, relacionada con los primeros años de vida (hábitos y rutinas, masaje y relajación infantil, conflictos infantiles e intervención y primeros auxilios) concretando según la edad algunos apartados de forma más específica, como los relacionados con el desarrollo evolutivo y la propuesta metodológica.

Un eje común de este proyecto para todos los niveles es la introducción de una segunda lengua, en este caso el inglés, desde edades tempranas. Por tanto, el inglés aparece perfectamente integrado en cada una de las propuestas metodológicas.

En el nivel de 0 a 1 años se aporta información hasta los 18 meses. Como propuestas de trabajo con los menores se incluyen láminas relacionadas con los objetivos planteados, 3 cuentos (1 para cada trimestre) y un pequeño libro evolutivo en el que de manera personalizada, y con la colaboración de las familias, se reflejan los avances, la evolución y los momentos más significativos de su primer año de vida. La mascota del nivel con la que trabajamos

y disfrutan los menores se llama "FIVE". En el nivel de 1-2 años se incluyen como propuestas de trabajo láminas relacionadas con los objetivos planteados, 3 cuentos (1 para cada trimestre) y un libro del garabateo, en el que se recopilan las producciones artísticas de los menores. Vemos su evolución y la influencia de la música en su estado de ánimo durante la realización de las mismas, valorando si repercute en sus dibujos la manera en que perciben la música.

En este nivel se organiza la actividad mediante rincones y talleres, que ayudan a crear espacios en el aula destinados a desarrollar en el niño sus capacidades y a trabajar la temática que corresponda, de una manera más global. La mascota del nivel con la que trabajamos se llama "BOOK".

En el nivel de 2-3 años se incluyen láminas relacionadas con los objetivos planteados, 5 cuentos sobre las vocales (distribuidos en los trimestres acorde a los objetivos), un libro de formas, colores y números, mediante sencillas láminas en las que repasar contornos y trazos, colorear objetos, reconociendo y relacionando tanto los números (del 1 al 5) como su cantidad. La mascota de este nivel se llama "BUUH".



Se organiza el trabajo en los distintos niveles a través de rincones, talleres, láminas y otros materiales relacionados con los objetivos planteados."

ESCUELA DE PADRES, MEJORAR EL DESARROLLO DE LOS HIJOS

CÓMO EJERCER LA AUTORIDAD O

RESOLVER CONFLICTOS COTIDIANOS

SON TEMAS QUE SE ANALIZAN

Los Centros de Primer Ciclo de Educación Infantil que gestiona “El Saliente” organizan esta iniciativa en los meses de marzo y abril

Más de un padre o madre desearía tener a mano un manual de instrucciones para la vida en familia y criar de la mejor forma a sus hijos e hijas. Y aunque dicho Manual no ha sido aún editado, lo que sí existen son iniciativas como las Escuelas de Padres “El Saliente”, que buscan guiar en las cuestiones que surgen cotidianamente con los hijos e hijas. Las Escuelas de Padres se llevan a cabo en los Centros Educativos de Primer Ciclo de Educación Infantil gestionados por la Asociación “El Saliente” (a excepción de la Escuela Infantil Municipal “Turre”), y se celebran en los meses de marzo y abril, impartándose por docentes del Centro de Atención Integral “El Saliente”. Abordan la adquisición de técnicas que mejoran la vida personal y familiar y potencian la creación de un clima educativo positivo y armónico, tratando además los diferentes aspectos y etapas del desarrollo neurológico en la infancia.

Objetivos

Más concretamente, entre sus objetivos se encuentra incrementar y mejorar las habilidades y recursos, relacionales y educativos de padres y madres de niños y niñas de 0 a 3 años, al tiempo que propiciar la comunicación afectiva y efectiva entre padres e hijos. Por otro lado, se busca facilitar un clima de armonía y entendimiento familiar y conocer los aspectos más importantes en el desarrollo de la infancia.

Los padres y madres se sumergen en una dinámica de trabajo activa y participativa, asistiendo a exposiciones teóricas y también realizando dinámicas grupales y ejercicios prácticos. Aquellas personas que estén interesadas en inscribirse, pueden hacerlo aún en los primeros días de marzo.

Para aquellas familias que deban estar al cuidado de sus hijos y esto pueda ser un impedimento para su asistencia, las Escuelas de Padres de “El Saliente” habilitan un Taller de Juegos gratuito

durante las charlas, de las que se efectúan 3 sesiones de 1 hora y media cada una, en horario de 17 a 18.30 horas.

Contenidos

Los contenidos se determinan y distribuyen para el máximo aprovechamiento y participación de los asistentes. Entre ellos se tratan, en el ámbito de la Psicología, la importancia de los hábitos y los límites, la autoridad y obediencia, la resolución de conflictos cotidianos: rabietas,

celos, desobediencia, dependencia, control de esfínteres o hábitos alimenticios inadecuados. Otro de los temas esenciales de esta acción formativa son las técnicas para influir en el desarrollo cerebral de nuestros hijos, que tienen que ver con el desarrollo físico, emocional e intelectual, los reflejos primitivos o la plasticidad cerebral, entre otras muchas cuestiones.



Escuela de Padres de “El Saliente”, en el CEI “El Parque”.

CÓMO HACERSE VOLUNTARIO

“EL SALIENTE” TRABAJA EN LA SENSIBILIZACIÓN,

PROMOCIÓN Y CAPTACIÓN DE PERSONAS COLABORADORAS

Cuando uno ayuda a los demás, se está ayudando también a sí mismo. Es la clave de la satisfacción y de los muchos beneficios que reporta el voluntariado, una acción que cuando es organizada y dentro de una Entidad sin ánimo de lucro, puede ser una vivencia inolvidable. Ser voluntario va unido a desarrollar una labor altruista y solidaria, mediante la que se interviene con las personas y la realidad social, frente a situaciones de vulneración, privación o falta de derechos u oportunidades.

La Asociación de Personas con Discapacidad “El Saliente” trabaja en la sensibilización, promoción y la captación del voluntariado, con el fin de involucrar a las personas que se acercan a nuestra Entidad con el compromiso de participar activamente en la labor social que desarrollamos.

Si estás interesado en participar en nuestro proyecto asociativo, VENY DESCUBRE cómo puedes colaborar dedicándonos tu tiempo, involúcrate en nuestras actividades asociativas (Actividades de ocio, culturales, recreativas y/o de acompañamiento) ó colabora en nuestros Centros de Servicios Sociales Especializados (Unidades de Estancia Diurna para Personas Mayores, Servicio de Transporte Adaptado, etc.)

Te proponemos 5 pasos sencillos que te ayudarán a concretar tu decisión. Son pasos de un camino que debes recorrer, sabiendo lo que haces y sabiendo a dónde vas:

Piensa en tus motivos, en tus razones. ¿Qué te mueve?.

Mira a tu alrededor. ¿Qué necesidades, qué problemas, qué iniciativas de acción solidaria existen en tu entorno?.

Valora tu disponibilidad, tus capacidades, tus intereses. ¿Qué puedes hacer?

Toma contacto con nuestra Organización, infórmate, fórmate, concreta tu compromiso. ¿Cómo, dónde, cuándo.. vas a trabajar?

Participa, actúa, trabaja... en tu proyecto de acción voluntaria y en tu organización.

Puedes hacerte voluntario llamando a la Entidad al 950 62 06 06 o desde la página web, a través de un sencillo proceso telemático. Puede ser voluntario cualquier persona, mayor de 18 años, que quiera destinar parte de su tiempo libre a colaborar de una manera comprometida y solidaria.



Jornada de Voluntariado en Huércal de Almería.

Requisitos para ser Voluntario

- 01 Ser mayor de 18 años
- 02 Disponer de tiempo libre
- 03 Ser comprometido y solidario

//
Puedes formalizar tu inscripción llamando al 950 62 06 06 o desde nuestra web www.elsaliente.com

VIVIR CON UNA ENFERMEDAD RARA

NOS HABLAN TRES BUENOS CONOCEDORES DE LA

COTIDIANIDAD DE SUFRIR

UNA DOLENCIA POCO FRECUENTE

Dificultad en conseguir un diagnóstico, problemas para acceder a un tratamiento, circunstancias aparejadas a una enfermedad, gastos extra, incomprensión social. Son tantos los inconvenientes y sinsabores a los que se enfrentan las personas con una enfermedad poco frecuente y sus familias que es casi imposible imaginarse cómo se vive en esta situación si realmente no se está experimentando en la propia piel. Por eso hemos preguntado a tres personas que conocen el tema a la perfección. Son Antonio Bañón, profesor de la Universidad de Almería (UAL), Director del Observatorio de Enfermedades Raras de la UAL y miembro de la Federación Española de Enfermedades Raras (Feder), Anie, madre de Edu, un niño de 11 años que padece Síndrome de Pfeifer y Enrique Recuero, Presidente de la Asociación Objetivo Diagnóstico.

El profesor Antonio Bañón nos habla sobre las principales demandas del colectivo de afectados. "Si tuviera que focalizar las demandas en dos cosas, una sería conseguir que las personas que no tienen diagnóstico y que tienen una enfermedad poco frecuente, consigan ese diagnóstico. Eso es lo fundamental porque en Feder hemos recibido unas 3.000 consultas en torno a este tema, de personas y de familiares de personas que no tenían diagnóstico todavía, teniendo una enfermedad rara."

"Lo segundo está relacionado con el acceso a los medicamentos, porque sigue habiendo muy poca disponibilidad para que las personas que ya tienen algún tipo de tratamiento, puedan acceder a este tipo de medicamentos. La Administración suele tardar mucho en conseguir que ese medicamento esté en el mercado o esté en los hospitales disponible."

"Las razones, en términos generales, -indica Antonio Bañón-, se centran en la lentitud de la burocracia. En algunas ocasiones se tarda entre un año y pico o dos años, entre que se aprueba en la Agencia Europea del Medicamento y llega a estar disponible en un Hospital. Y estamos hablando de mucho tiempo, para enfermedades que son muy graves. Habría que agilizar esa fase burocrática para aprobar el uso de un medicamento".

En este momento hay aprobados en Europa para enfermedades poco frecuentes casi 90 productos. Y en España hay un acceso a alrededor del 40% de ellos. Sobre ello, el Director del Observatorio de Enfermedades Raras de la UAL indica que "en algunos casos hay medicamentos que no son los adecuados y que pueden servir para ralentizar una enfermedad o para intentar esperar que el empeoramiento no sea muy rápido. Pero ese no puede ser el objetivo, el objetivo tiene que ser más ambicioso. Lo fundamental -prosigue- sería que sobre temas esenciales hubiera



En este momento hay aprobados en Europa casi 90 productos y en España hay un acceso a alrededor del 40% de ellos."

un órgano nacional que se encargase de gestionar el pago de los medicamentos huérfanos, porque conseguiríamos que hubiese un fondo común en todo el país y los hospitales no tendrían que asumir gastos importantes y este debate sobre la carestía de los medicamentos huérfanos se diluirían probablemente.” “Ya la sociedad si va conociendo lo que son las enfermedades



//
En España se estima que 3 millones de personas viven con una enfermedad poco frecuente”, afirma el profesor Antonio Bañón.

raras y desde el punto de vista de los medicamentos también se va avanzando, pero quedan pendientes muchas cosas, por ejemplo la atención escolar a niños y niñas con enfermedades raras”, manifiesta.

El debate del precio

Hay determinadas enfermedades que están consiguiendo recientemente unos productos para su tratamiento, pero esto va acompañado de un debate paralelo que difumina un poco el éxito previo. Surge el tema del precio y de cuándo actualizar la cartera de medicamentos.

Antonio Bañón dice que “el problema, no se acaba cuando se consigue el medicamento, sino que hay que conseguir que se lo den al enfermo. Y ahí entran en juego los equilibrios económicos que hacen las distintas administraciones”.

“Claramente influye la crisis en la inversión que se haga. Incluso a título personal resulta más preocupante que los proyectos de investigación que se estaban generando en España puedan incluso paralizarse porque estamos desinvirtiendo en el futuro. Se estima que 3 millones de personas en España tienen una enfermedad poco frecuente y medio millón en Andalucía. Estamos hablando de millones de familias que sufren las consecuencias de este tipo de recortes y de ralentización de la investigación”. Como padre de persona con una enfermedad poco frecuente, comenta que en un principio “había muy poca información y muy poco apoyo. Está habiendo cambios en la sensibilización pero sigue siendo sin lugar a dudas insuficiente”.

IMPRESIONES DE UNA MADRE

Por su parte, Anie, madre de Edu, un niño de 11 años que padece Síndrome de Pfeifer, es una claro exponente de familiar

sacrificado por su hijo. “Ahora mismo lleva 36 operaciones, le quedan operaciones hasta los 21 años, que termina el crecimiento, por ser una enfermedad de huesos. Mucha rehabilitación, muchas pruebas, muchos médicos y mucha lucha”.

“Tardaron unos días en decirnos lo que tenía, porque en Almería era el único caso que habían tratado y tuvieron que hacerle una prueba genética, pero hay otros casos que no saben ni qué enfermedad tiene, ni cuál va a ser su evolución, ni su tratamiento. Para una familia que tiene un niño con un problema, para los padres la incertidumbre es una de las peores cosas”.

“El día a día te hace que sigas luchando y te motiva mucho ver las ganas de vivir de tu hijo. Pero es muy duro porque tienes que verlo pasar por muchos quirófanos. Es un niño que hoy está bien y mañana vuelve a tener una crisis nueva, que a lo mejor no saben a qué se debe. Tienes que





Imagen alusiva a las enfermedades raras.

acostumbrarte a no ser negativo, porque si no no viviríamos. Los apoyos son muy pocos y los padres que tenemos hijos con enfermedades poco frecuentes estamos desamparados, tanto a nivel económico como psicológico. Cada uno avanzamos como podemos, pero sin tener nadie que nos guíe. Y nos sentimos completamente abandonados en este sentido”.

ASOCIACIÓN OBJETIVO DIAGNÓSTICO

Otro padre entregado a su hijo, Enrique Recuero, es Presidente de la Asociación Objetivo Diagnóstico, una Entidad que “nace hace un año para luchar contra la soledad y discriminación que sufren los familiares de enfermedades raras, como consecuencia de no conocer el nombre de la patología que afecta a ese familiar”. No había asociación a nivel nacional de personas sin diagnóstico y, según Recuero, “a veces piensas que si no tienes diagnóstico es que algo has hecho mal. Hay veces que esto te hunde. Y tener un

diagnóstico mejora mucho el tratamiento, al ser más personalizado, más específico y mejora su calidad de vida diaria y general”.

La familia padece las consecuencias

“Creo que debería ampliarse el seguimiento a las personas que tratan con personas con enfermedades raras o movilidad reducida -afirma-. Hay situaciones que se dan en la vida diaria de mi hija que van muy despacio y seguimos preguntándonos por qué. Lo que pedimos es un registro de personas sin diagnóstico y, para no tener que adivinar las cosas y no enterarnos por terceros de los derechos que tenemos, creemos que la Administración debe tener un protocolo para que los afectados sepamos cuáles son nuestros derechos y deberes”.

“Porque ahora, en muchos casos, no sabemos nuestros derechos y si nos enteramos es de casualidad, por conocidos o familiares de otras personas afectadas por enfermedades raras”, expone este padre.



Pedimos un registro de personas sin diagnóstico y un protocolo para conocer nuestros derechos y deberes”, dice Enrique Recuero.

DEDUCCIONES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN EL IRPF

LA GRAN NOVEDAD DE ESTE TIPO DE DEDUCCIONES ES QUE PUEDEN SER COBRADAS DE MANERA INMEDIATA

Para poder optar a una deducción es preciso cumplir los requisitos que la Agencia Tributaria marca. En este reportaje explicamos cuáles son.

Hace unas semanas, desde la Agencia Tributaria se envió una carta informativa al colectivo de posibles beneficiarios de tres nuevas deducciones que se van a poder aplicar en el Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas (IRPF) del ejercicio económico 2015 y que afectan a los contribuyentes que tengan descendientes o ascendientes con discapacidad y también a los que forman parte de una familia numerosa.

La gran novedad de estas tres nuevas deducciones en el IRPF es que existe la opción de cobrarlas de forma inmediata, recibiendo el importe correspondiente repartido mes a mes, a partir del 7 de enero de 2015. A continuación, te contamos los detalles de estas deducciones y los pasos que debes seguir para tramitarlas.

Características

Para refrescar la memoria, una deducción es una cantidad de dinero que se resta de la cuota diferencial de un impuesto, en este caso del IRPF, con el objetivo de que un contribuyente pague menos en el cómputo total del mismo. Las deducciones se utilizan como ayudas indirectas del Estado a colectivos especiales, como es el caso de los contribuyentes que forman parte de familias numerosas y de los que tienen personas a su cargo con discapacidad. De esta manera, a través de una deducción en el IRPF, lo que se consigue

es reducir la carga impositiva para que tengan una mayor renta disponible y así poder atender las necesidades especiales que requiere su entorno familiar. Para poder optar a una deducción, es preciso cumplir los requisitos que la Agencia Tributaria marca y que en el caso de las nuevas deducciones por familia numerosa o personas con discapacidad a cargo para el ejercicio 2015, son los siguientes:

Los contribuyentes con derecho a la deducción del mínimo por descendiente o ascendiente con discapacidad (artículos 58 y 59 de la LIRPF respectivamente) y los ascendientes o hermanos huérfanos de padre y madre, que formen parte de una familia numerosa deben realizar una actividad por cuenta propia o ajena por la que se esté dado de alta en el régimen correspondiente de la Seguridad Social o Mutualidad de carácter alternativo y cotizar durante los plazos mínimos fijados. En caso de cumplir con alguno de los

requisitos anteriores, según el Gobierno se estima que serán unas 750.000 familias en España, el contribuyente tendrá derecho a la deducción de las siguientes cantidades (puede ser una o más de una, si se cumplen varias a la vez):

Familia numerosa: 1.200 euros anuales; 2.400 si es familia de categoría especial. Descendiente con discapacidad: 1.200



Imagen alusiva a formación online.



Una persona introduce una moneda en una hucha.

euros anuales por cada descendiente. Ascendiente con discapacidad: 1.200 euros anuales por cada ascendiente.

Procedimiento

Estas nuevas deducciones para el IRPF de 2015 se pueden solicitar desde el 7 de enero, para comenzar a disfrutar de ellas por anticipado y recibir un ingreso en cuenta mensual por el importe prorrateado de la misma.

Esto significa que una persona que tenga derecho a la deducción por su condición de familia numerosa de categoría general, puede cobrar los 1.200 euros repartidos en 12 pagas de 100 euros mensuales durante 2015 y sin esperar a presentar la

declaración de la renta de 2015, actividad que tendrá lugar en 2016. Para tramitar estas deducciones es necesario presentar vía electrónica una solicitud modelo 143 por cada una de las deducciones a las que se tenga derecho, en la Sede Electrónica de la Agencia Tributaria (se requiere DNI electrónico, certificado digital o Cl@ve PIN). También se puede hacer por teléfono.

A partir del 3 de febrero, se podrá hacer el trámite de forma presencial, en cualquier oficina de la Agencia Tributaria y mediante el formulario disponible en la página web de la Agencia Tributaria.



El trámite se puede realizar de forma presencial en cualquier oficina de la Agencia Tributaria.”

“RECOMIENDO A TODO EL MUNDO COLABORAR CON -EL SALIENTE-”

SOCIA DESDE 2013, PARTICIPA EN TODO

LO QUE PUEDE Y LE ENCANTA AYUDAR

“Tengo la tarjeta de socia renovada hasta finales de año. Está muy bien porque puedes obtener descuentos en establecimientos”.

¿Cuándo se hizo socia y por qué?

Me hice socia en el año 2013 porque mi amigo (Ernesto de Gabriel) me comentó que trabajaba en una Asociación de Personas con Discapacidad y me dio la oportunidad de conocer a otras personas y amistades y me sentí una persona nueva. Y esto me hizo abrirme a personas, todos somos diferentes y todos somos iguales.

¿Qué ventajas le ha aportado?

He conocido un montón de gente nueva, de orientación laboral, de actividades, grupos de amigos, me ha gustado colaborar un par de veces en su programa de radio, cada vez que me lo han pedido y lo hago con mucha satisfacción.

¿Tiene la tarjeta de socio?

Si. La tengo. La tengo renovada hasta diciembre de 2015. Esta muy bien porque hay varios establecimientos que colaboran con la Asociación y en los que puedes obtener descuentos.

¿Qué le parece la oferta de propuestas para los socios y socias?

Muy buena. Me han gustado todas y no me pierdo ninguna. He estado en el Taller

de Arte Floral, Hipoterapia, en el Taller de Cocina, también en el programa de Natación, que me vino muy bien para hacer ejercicio físico. Desde que me hice socia participo habitualmente en todo lo que me proponen y también si puedo colaborar lo hago encantada, porque desde que conozco a esta Entidad me siento en ella como en mi casa. También estuve en la charla sobre los beneficios del deporte adaptado, porque me interesa mantenerme en forma. Otra de las actividades que me han gustado mucho han sido la salida a la playa y la jornada de buceo adaptado que se llevó a cabo en Rodalquilar.

También en Rodalquilar realizamos una jornada de senderismo. Y, por citar alguna más, otra de las actividades más interesantes, de las que he disfrutado mucho, ha sido la visita a los Baños Áreas Aire de Almería.

Recomiendo a todo el mundo, tenga o no discapacidad, que colabore con “El Saliente”, ya sea como socio o voluntario, porque va a ser una experiencia que seguro les resultará positiva, enriquecedora y que les merecerá la pena.



María del Mar Guillén.



Desde que conozco a esta Asociación, me siento en ella como en mi propia casa.”

“ESTE TRABAJO ME HA DEVUELTO LA ILUSIÓN”

ES UNO DE LOS CINCO
TRABAJADORES DEL
PROYECTO “CULTIVEMOS
LA INTEGRACIÓN”

Esta iniciativa está financiada por la Consejería de Economía, Innovación, Ciencia y Empleo de la Junta de Andalucía

Francisco López es uno de los 5 trabajadores beneficiados por el Proyecto “Cultivemos la Integración”, que está financiado por la Consejería de Economía, Innovación, Ciencia y Empleo de la Junta de Andalucía, y que desarrolla nuestra Entidad en Albox.

Para poder ser beneficiario de este proyecto era necesario ser una persona desempleada mayor de 30 años, requisitos que cumple Francisco López (52), que llevaba cerca de tres años parado.

¿Este contrato ha sido importante para tí?
Mucho. Estoy muy contento, porque llevaba tres años en desempleo y con 52 años, esto lo ve uno casi como un milagro. Estaba harto de dar vueltas porque se te viene el mundo encima. Y por ello quería agradecer a la Asociación “El Saliente” y a

la Junta de Andalucía por el desarrollo de este programa y la acogida que nos han dado a mí y mis compañeros.

Este trabajo me ha devuelto la ilusión y, de hecho, lo estamos haciendo con muchísimas ganas y hemos visto, al conocer esta Entidad de cerca, que hay mucha profesionalidad y se hace una gran labor.

¿Por qué escogisteis este Centro?

Este contrato te supone poder pagar facturas y tener lo básico y lo imprescindible para vivir. Sumarse al carro de la vida, de incorporarse a vivir como una persona normal.

¿Cuál es su grado de satisfacción con las actividades?

Antes de este trabajo he estado de jardinero prácticamente toda la vida. Lo último que estuve haciendo fue con la Agencia de Medio Ambiente y Agua de la Junta de Andalucía, haciendo limpieza de ríos, cortafuegos, con las máquinas, las desbrozadoras, trituradoras, etc.

¿Cuál va a ser tu labor ahora?

Vamos a acondicionar y arbolar el terreno de alrededor de la Residencia para Personas con Discapacidad Física Gravemente Afectadas “Francisco Pérez Miras” de Albox, y queremos hacer un jardín ecológico, que haya árboles frutales y que tenga un poco de colorido, buen olor e iremos viendo si metemos buganbillas, galán de noche, jazmines, etc.



Francisco López.



Vamos a acondicionar y arbolar el terreno de alrededor de la Residencia y queremos hacer un jardín ecológico”.

EN CLAVE

DE VERSO



Extracto del libro “Hoy los viejos estorbamos...y otros poemas”, de Ángel Rueda.

Ángel Rueda Martínez. Nació en 1948 en Benitorafe, un pequeño anejo de Tahal, en Almería. Cursó estudios de Formación Profesional en dicha provincia. Autor de varios libros de poemas y teatro, también ha participado en varias revistas y en el libro de Florentino Castañeda “Los pueblos de Almería cantados por sus poetas”.



Ángel Rueda.

LA HERENCIA

Dos hermanos que heredaron
De sus padres una hacienda,
Pensando en, alguien que
entienda,
A un “hombre bueno” llamaron.

Y el “hombre bueno” fue
haciendo,
Los lotes de propiedades,
Para ser las heredades
Lo más justas, resumiendo,

Que quedaban las herencias,
De los trances, los secanos,
Las cañadas y los llanos,
Justos en las conveniencias.

Y cuando toda la hacienda,
Quedaba bien repartida,
Lo más justa y convenida
Del saber de su experiencia.

Quedaba un pequeño huerto,
En medio de dos bancales,
Que hacer dos partes iguales,
Fue del mediador intento.

Pero entonces un hermano
Pidió que fuera “pa” él,
No dando el brazo a torcer,
Ni al razonamiento humano.

Y aquí fue donde el problema
Empezó a tener cabida,
Aunque el “hombre bueno” cuida
De resolver siempre el tema.

El hermano interesado
Quitando importancia al huerto,
Dijo que era un trozo muerto,
Sin futuro ni pasado.

Y le dijo al mediador
Con hincapié, “pa” que entienda,
Si este trozo es una “mierda”
Si esto no tiene valor.

El hombre – dijo- ¡Manolo!
Veo que tu razón es cuerda,
Mas ¿Por qué siendo una mierda,
Quieres comértela solo?.

P ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD “EL SALIENTE” PLAN DE ACTIVIDADES PARA SOCIOS 2015

Aquí puedes ver las principales actividades que hemos preparado este año para socios y socias.

ENERO

- Asistencia a partido Unicaja Voleibol. 24 enero. 🌐
- Taller de Musicoterapia. 🌐

FEBRERO

- Taller de Repostería. 🌐🌐
- Visita a Baños Árabes. 🌐

MARZO

- Taller de Repostería. 🌐🌐
- Taller de Judo. 🌐

ABRIL

- Taller de Arte Floral. 🌐
- Asamblea General. 🌐

MAYO

- Taller de Hábitos de Vida Saludable. 🌐🌐
- Taller de Alfabetización Digital y Búsqueda de Empleo. 🌐🌐

JUNIO

- Salida a la playa. 🌐🌐
- Actividad deportiva Decathlon. 🌐

JULIO

- Cuentacuentos (adultos). 🌐

SEPTIEMBRE

- Campaña de Prevención de Accidentes de Tráfico. 🌐
- Buceo Adaptado / Ruta en Kayak. 🌐

OCTUBRE

- Visita al Museo Pedro Gilabert. 🌐
- Taller de cuidadores “Cuidamos de Ti”. 🌐🌐
- Ruta de senderismo (Tabernas). 🌐

NOVIEMBRE

- Taller de Yoga. 🌐
- Ruta turística Lubrín.
- Salida al cine. 🌐

DICIEMBRE

- Día de la Discapacidad. (1ª Semana). 🌐
- Visita al Belén de Navidad. 🌐

ÁREA GEOGRÁFICA DE LA ACTIVIDAD:

🌐 ALMERÍA

🌐 ALBOX



Hazte Socio de "El Saliente"

¿Qué ventajas tiene?

TIPOS DE SOCIOS:

- **Numerarios:** Personas con discapacidad mayores de 18 años. Cuota anual: 36 €.
- **Juveniles:** Personas con discapacidad menores de 18 años. Cuota anual: 36 €.
- **Colaboradores:** Personas sin discapacidad. Cuota anual: 72 €.

¿CÓMO HACERTE SOCIO O SOLICITAR SERVICIOS?:

A través de nuestra web:

www.elsaliente.com

En los teléfonos:

950 62 06 06 - 950 12 02 83



ASOCIACIÓN DE PERSONAS
CON DISCAPACIDAD
"EL SALIENTE"

Involúcrate
en el día a
día de la
Asociación

Accede a
Asesoramiento
Jurídico
Gratuito

Entra en
nuestros
procesos de
selección y
orientación

Participa en
actividades de
ocio, culturales
y formativas

Infórmate sobre
prestaciones,
subvenciones,
talleres y cursos

Obtén rebajas de
precio en nuestros
servicios y descuentos
especiales en
numerosos
establecimientos de
la provincia

COMIDAS PARA LLEVAR Y A DOMICILIO

Dieta supervisada por Nutricionista.
De lunes a viernes.

€ 3,70 euros / socios. 4,30 euros / no socios.
Almería: 950 149 874 / 679 952 478.
Albox: 950 120 725 - 618 370 709.
Más información en:
www.elsaliente.com/menu



ATENCIÓN A LA INFANCIA Y MENORES

En los 10 Centros de Primer Ciclo de Educación Infantil que gestionamos, ofrecemos otros servicios como:

- Enseñanza de Inglés.
- Babybook. Agenda electrónica.
- Programa de Estimulación Multisensorial.
- Escuelas de Verano.

☎ 950 620 606.



LIMPIEZA, MANTENIMIENTO Y CONTROL DE PLAGAS

Ofertamos limpieza, control de plagas y mantenimiento general en todo tipo de instalaciones públicas y privadas.

- Limpieza: Pulido, abrillantado, fregado, limpieza de cristales y persianas, etc.
- Control de Plagas: Desinsectación, desratización.
- Mantenimiento: Desde obras de envergadura a colocación de muebles.

☎ 950 620 606.



ATENCIÓN A MAYORES

En las Unidades de Estancia Diurna para Personas Mayores que gestionamos ponemos a su disposición plazas privadas, que cuentan con los siguientes servicios:

- Fisioterapia.
- At. Terapéutica y Social.
- T. Ocupacional.
- Transporte Adaptado.
- Atención Sanitaria.
- Rég. Media Pensión.

☎ 950 620 606.



PLATAFORMA DE FORMACIÓN FORMA-T

Plataforma Virtual de Formación de acceso a cursos variados. Contacto virtual alumno - docente. Información e inscripciones en:

www.elsaliente.com/forma-t

Descuentos para los socios y socias.

Curso de Manipulador de Alimentos de Alto Riesgo. Abierto Permanentemente.



ATENCIÓN INTEGRAL

Tratamos problemas de salud y educación, que deben ser atendidos por especialistas de forma global. Nuestros servicios son:

- Logopedia
- Psicología
- Enfermería
- Estimulación y Aprendizaje
- T. Ocupacional.
- Nutrición y Dietética
- Fisioterapia

☎ 950 62 06 07 (Almería)
☎ 950 12 13 81 (Albox)



TALLER MECÁNICO

Puesta a punto y reparación de tu vehículo con profesionales especializados. Garantía de calidad. Más información en: Avda de las Flores. Nave 20, Huércal de Almería (Almería)

☎ 950 30 33 13 - 646 73 67 50

www.elsaliente.com/taller_mecanico



ATENCIÓN A PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Gestionamos la única Residencia para Personas con Discapacidad Gravemente Afectadas de la provincia de Almería, que alberga una Unidad de Estancia Diurna para Personas con Discapacidad Gravemente Afectadas y un Centro Ocupacional. Infórmate. ☎ 950 12 07 25 (Albox).

