



Ejemplar gratuito,
prohibida su venta
D.L. C.S.-407-2010

OBRIM PÀS

Revista nº 12
ESPECIAL
Diciembre 2013



Per un 2014 més participatiu



ENTREVISTA A PEDRO LÓPEZ
Edil de urbanismo del Ayuntamiento de Benicarló



¡ Cocemfe Maestrat
y su club Bamesad,
os desean un próspero
2014
lleno de ilusiones !!!



Dedicado a Manolo y a Ramón

Son Manolo y Ramón,
muy amigos de Pepito,
y he tenido el gran placer
hoy de haberlos conocido.

Pepito habla de vosotros
con mucha satisfacción.
Se le nota que os aprecia
con todo su corazón.

La piscina en Vinaròs
tiene algunos voluntarios
Manolo y Ramón son dos de ellos
y nos lo están demostrando.

Manolo y Ramón trabajan
siempre desinteresadamente,
esto para la asociación
es un factor excelente.

El trabajo de los dos
tiene una gran recompensa.
La gente lo reconoce
y todo el mundo los aprecia.

Soy el suegro de Pepito
y también me llamo Ramón
y hoy de haberos conocido
se me ensancha el corazón

Se recordará de por vida
lo que ayudáis a la gente.
Las obras cuando son buenas
no se olvidan fácilmente

Lo que hacéis y lo que habéis hecho
son obras de gran valor.
La familia de Pepito
os desea lo mejor.

Ramón Fuster



Asociación de Personas Discapacitadas

COCEMFE

MAESTRAT

VINARÒS - BENICARLÓ - PEÑÍSCOLA

c/ Juan Giner Ruíz nº 5

Tel. 695 90 31 80

Horario: lunes, miércoles,
viernes de 9.30 a 13 h.

mail:

info@cocemfemaestrat.org

administracion@cocemfemaestrat.org

www.cocemfemaestrat.org



Presidente

Manolo Celma

Vicepresidente

Ramón Meseguer

Maquetación

Pablo Castell

**Redacción, fotografía
y coordinación:**

Noemí Oms

Rafa Mingo

Colaboración:

Antonio Collado

Álex Calvo

Esther Santos

Imprime

A.G. Castell Impresores

Agradecemos a todos los que han colaborado en esta revista y a todos nuestros anunciantes

COCEMFE MAESTRAT no se responsabiliza de las opiniones reflejadas por sus colaboradores.

La discapacidad desde un enfoque social



Apreciados/as socios/as

El enfoque social de la discapacidad considera la aplicación de la “discapacidad” principalmente como problema social creado y básicamente como cuestión de la integración completa de individuos en sociedad (la inclusión, como los derechos de la persona con discapacidad).

En este enfoque la discapacidad, es una colección compleja de condiciones, muchas de las cuales son creadas por el ambiente social, razón por la cual la gerencia del problema requiere la acción social y es responsabilidad colectiva de la sociedad hacer las modificaciones ambientales necesarias para la participación completa de la persona con discapacidad en todas las áreas de la vida.

La mayor desigualdad se da en la desinformación de la discapacidad que tiene enfrente las personas sin discapacidad y el no saber cómo desenvolverse con la persona discapacitada, logrando un distanciamiento no querido. La sociedad debe eliminar las barreras para lograr la equidad de oportunidades entre personas con discapacidad y personas sin discapacidad. Para lograr esto, tenemos las tecnologías de apoyo.

No contemplar a la discapacidad como un problema individual, sino como algo dado por las limitaciones que pueda tener una persona y las muchas barreras que levanta la sociedad. Eso es lo que causa la desigualdad social con personas sin discapacidad.

Manolo Celma Campanals
Presidente Cocemfe Maestrat

Colabora
Diputación de Castellón
Área socio-cultural



Cocemfe Maestrat - Bamesad estrena curso

Con la llegada del otoño, Cocemfe Maestrat – Bamesad da comienzo un nuevo curso lleno de ilusión y de objetivos por cumplir. Para comenzar son muchas las propuestas y actividades marcadas, entre ellas: natación salud, natación competición (mayores e infantiles), natación en Alcanar, baloncesto en silla para adultos e infantiles, tenis de mesa, boccia, handbike, coordinación general y muchas más actividades que oportunamente se irán anunciando. Sin duda alguna, el presente se me antoja más duro que los anteriores, los recortes económicos han sido importantes y las actividades son las mismas pero, la ilusión y motivación han aumentado.

En nuestra querida ermita se celebró la fiesta para dar comienzo el nuevo curso con una tradicional paella, como no podía ser de otra forma. Los condimentos para la misma fueron donados por Carrefour Vinaròs, donación que lleva realizando ocho años consecutivos. Además, Carrefour Vinaròs donó un jamón y otros regalos que sirvieron para realizar la rifa y obtener fondos para la asociación. Las paellas, como ya es tradicional también, fueron magistralmente cocinadas por los Delfín, padre e hijo, ayudados por algunos voluntarios, que prepararon el fuego y otras menudencias. El Ayuntamiento de Vinaròs colaboró con la prestación de sus instalaciones y mobiliario.

La fiesta terminó con la rifa tradicional y con la actuación de los Tigres del Servol, que este año han estado acompañados por el grupo musical de Benicarló “Veniu a Cantar”, y a los que también se invitó a disfrutar de la paella.

Todos esperamos que el nuevo curso sea magnífico en logros y que el compañerismo entre todos sea la tónica reinante. ¡Ánimo!



Plan PIVE para las personas con discapacidad

El Consejo de Ministros ha dado luz verde a la cuarta edición del Programa de Incentivos al Vehículo Eficiente (PIVE) con una dotación de 70 millones de euros.

Entre las novedades de esta nueva edición del PIVE destaca que la ayuda para aquellas **personas con discapacidad** que necesitan **adaptar el vehículo** será más elevada. En concreto, se podrán beneficiar de una **ayuda de 3.000 euros**.

El Gobierno decidió renovar este plan después de que se agotaran los 70 millones de euros del Plan PIVE 3 aprobado por el Ejecutivo a finales del pasado mes de julio.

En su tercera edición, el plan contemplaba ayudas de 2.000 euros (ampliables a 3.000 en el caso de familias numerosas y vehículos de más de 5 plazas)

para que particulares, profesionales autónomos, microempresas y pymes sustituyeran vehículos, turismos y comerciales ligeros, con más de 10 años y 7 años de antigüedad, respectivamente.

Ahora, el Gobierno incluye a las personas con discapacidad que necesitan realizar adaptaciones en su vehículo en el grupo de beneficiarios de 3.000 euros, como sucedía hasta ahora con las familias numerosas. La mitad de ese dinero la aportará el Gobierno y la otra mitad el fabricante.

En total, contando con la dotación para el PIVE 4, el Gobierno habrá destinado casi 370 millones de euros a las convocatorias de este programa de incentivos a la compra de vehículos de mayor eficiencia energética.

Nuevo IVA súper reducido

El Consejo de Ministros ha aprobado aplicar el IVA súper reducido (4%) para las personas o entidades que prestan servicios sociales en la adquisición de vehículos para el transporte de personas con movilidad reducida o con discapacidad.

La vicepresidenta del Gobierno, Soraya Sáenz de Santamaría apuntó que el objetivo de esta medida es que las personas o entidades que prestan estos servicios “puedan, con la tributación reducida, adquirir más de un vehículo”.

Hasta ahora, la aplicación del IVA súper reducido se limitaba a la adquisición de vehículos por parte de personas con discapacidad con movilidad reducida o familias de estas personas para su servicio, a título individual.



Pedro López
Edil de urbanismo del
Ayuntamiento de Benicarló

**“El plan de
accesibilidad unirá
radialmente el
ayuntamiento al
resto de servicios
municipales”**



La redacción y ejecución del plan de accesibilidad de Benicarló es uno de los proyectos más destacados por los que está luchando Cocemfe Maestrat a día de hoy. Demandado desde hace tiempo, el proyecto se ha encontrado con múltiples problemas a raíz de la crisis económica. Después de varios años pidiendo su ejecución, el edil de urbanismo del Ayuntamiento de Benicarló, Pedro López, nos explica que éste podría ser una realidad en un futuro no muy lejano.



■ **En qué situación se encuentra el plan de accesibilidad, actualmente?**

El plan actualmente se encuentra en redacción. Teníamos el compromiso, según me manifestaron hará poco más de dos semanas los redactores del plan, en que nos reuniríamos la última semana de noviembre o la primera de diciembre

¿Cuánto tiempo hace que se está trabajando en ello?

La verdad es que antes de contratar la redacción del plan ya veníamos haciendo trabajo en ese sentido, que no sólo se quedaba en el ámbito proyectual sino que hemos intentado empezar dando pequeñas respuestas en zonas muy determinadas del municipio.

¿Qué objetivo se pretende con este plan?

La redacción del plan pretende dar respuesta no sólo a la asociación de Cocemfe, sino que intentará abarcar todos aquellos colectivos para los cuales el urbanismo de nuestra ciudad no ha sabido adaptarse a sus necesidades. El plan también pretende se marcar de una manera radial, partiendo desde el ayuntamiento de la ciudad, como origen lógico y acercar todos los servicios municipales diseminados por todo el casco urbano

Así pues gracias a iniciativas como la que ha tenido Cocemfe, no sólo se beneficiarán aquellas personas con movilidad reducida sino que además se verán beneficiadas otros colectivos tales como la gente mayor, gente con discapacidad visual, etc...

¿Qué inversión tendrá?

Ésa ha sido una de las razones por las que el plan no ha podido salir más rápido, dado que hasta que no tuvimos la consignación económica necesaria para poder garantizar con ella un plan adecuado. Así pues finalmente el año pasado se consignó la cantidad de casi 9000 € IVA incluido para la redacción del plan de accesibilidad

¿Qué aspectos más destacados recogerá el plan?

El plan recogerá la adecuación y vías de comunicación peatonal para que todas las personas con algún tipo de discapacidad física, puedan acceder por sí solas a todos los servicios municipales. No tiene sentido que una persona con algún tipo de dolencia no pueda acceder al centro de salud



¿Qué áreas de la ciudad cubrirá?

El plan de accesibilidad pretende unir como primera medida, y de manera radial, el ayuntamiento con todos los servicios de que dispone la ciudad, es decir, quedará unido el consistorio con el centro de salud, museo, estación de bus, etcétera. No porque no esté recogido en el plan dejará de actuarse, con esto quiero decir que si se hace necesario el acceso a una zona determinada la cual presenta dificultades, no se dejará de actuar.

¿Qué temporalización o calendario seguirá?

Como actualmente las necesidades a cubrir son muchas, desafortunadamente no podré contar con una partida única y exclusivamente para desarrollar físicamente el plan, así que estamos estrechamente relacionados con la brigada de obras, que será la que asumirá los trabajos de adecuación de todo aquello que recoja el plan y serán ellos los que coordinarán durante el tiempo las consideraciones del plan de accesibilidad.

¿Cómo se irá ejecutando?

Las necesidades las marcará también el plan. Evidentemente prestaremos mayor atención a aquellos servicios que a priori sean más importantes, para ello contaremos con la colaboración de las distintas asociaciones que serán ellas las que en estrecha colaboración con el ayuntamiento marcarán las directrices de actuación.

Usted ha comentado en muchas ocasiones la intención del consistorio de semipeatonalizar calles complicadas por su estrechez como la calle el Riu, o las de la Volta, ¿en que situación se encuentra el proyecto para estos viales?

Actualmente los proyectos de peatonalización de las calles que preguntas están en desarrollo, tomando vital importancia la semi peatonalización del paseo Ferreres Breto.

Las zonas que están actualmente en fase de proyecto son: calle de San Isidro e inmediaciones, calle de Santa Bárbara e inmediaciones también y lo mismo en la calle del Río, calle Cid y adyacentes.

¿Cómo quedaría Ferreres Bretó? ¿qué tipo de estética se seguiría y cómo afectaría ello a la gente con discapacidad?

El proyecto que espero tener terminado en la primera mitad de 2014 es la semi peatonalización de la calle Ferreres Brito, quedaría un concepto de calle muy similar al actual, con la diferencia de que quedarían en una misma plataforma a cera y calzada tal y como sucede en la calle de Cristobal Colón.

Pensamos que sería muy beneficioso para el tejido comercial y solucionaríamos de una tacada multitud de problemas en cuanto a la accesibilidad.

Entre las previsiones del consistorio para los próximos meses están la urbanización de Moreres y Fundación Compte Fibla. ¿Se urbanizarán estas zonas para que cumplan los objetivos de accesibilidad?

Evidentemente no podemos en los tiempos que corren, obviar este tipo de problemas en las nuevas urbanizaciones. La calle Moreras y el parking adosado ella, cumplirán escrupulosamente con la normativa de accesibilidad así como se intentará hacer especial hincapié en todas las zonas que se urbanicen en el futuro.

HELADERÍA-CREPERÍA-BAR-CAFETERÍA

La Jijonense

TRADICIÓN ARTESANAL DESDE 1949

AVENIDA JUAN CARLOS I, 22 DE BENICARLÓ
CALLE MAYOR, 16 DE BENICARLÓ
AVENIDA MARQUÉS DE BENICARLÓ, 34
PLAZA DE LA DIPUTACIÓN S/N DE CÁLIG

Antiveri
nutrició i vida

C/ Socors, 46, baixos
12500 VINARÒS (CASTELLÓ)
Tfn. 964 452 986
angelsboti@gmail.com



La tasa de discapacitados sin empleo, muy superior al resto de la población

La **tasa de personas discapacitadas** que no consigue un **empleo** es muy superior a la del resto de la población, aunque es muy diferente según el tipo y la intensidad de la discapacidad. Así, hay mucha diferencia entre quienes padecen por ejemplo una **deficiencia auditiva** -están ocupados el 58,2 por ciento de las personas con esta discapacidad- y quienes padecen un **trastorno mental** -sólo están empleados el 24,9 por ciento de las personas con esta deficiencia.

Los datos han sido facilitados por el Instituto Nacional de Estadística (INE), que ha publicado una ampliación de datos estadísticos relacionados al empleo de personas con discapacidad. La estadística del INE revela que un total de 1.171.900 personas tenían certificado de discapacidad en 2010 con edades comprendidas entre los 16 y los 64 años, de las cuales 423.700 estaban "laboralmente activas", pero sólo el 76,7 por ciento de éstos estaban ocupados.

El 25,3 por ciento de los ocupados con discapacidad que trabajaban en centros ordinarios contaban con alguna deducción en las contribuciones a la Seguridad Social, según los datos del INE, que ha detallado

además que el 25,6 por ciento de los asalariados con discapacidad que trabajaban en centros ordinarios lo hacía con un contrato específico de discapacidad. El 15,1 por ciento de los asalariados con discapacidad desempeñaba su actividad laboral en centros especiales de empleo. Además, la estadística refleja que el 2,1 por ciento de los asalariados de empresas de más de 50 trabajadores tenían una discapacidad reconocida; ese porcentaje baja al 1,8 por ciento para el sector privado.

Los datos del INE revelan además que el 56,6 por ciento (663.800) de las personas con discapacidad en edad laboral percibían alguna prestación, mientras que el 18,3 por ciento (121.500) se mantenían laboralmente activos. El número de personas con discapacidad y dependencia reconocida ascendía a 188.700, estando 14.400 de estas personas (el 7,6 por ciento) en situación laboral activa.

Desde mi experiencia como persona discapacitada, puedo decir que aún se arrastra muchos prejuicios, situación muy diferente a los discapacitados de otras naciones cultas, como Alemania, Austria, etc.



CALENDARIO 2014

Recuerda que aún puedes adquirir el Calendario Social de Cocemfe Maestrat al precio de 3€. Además, agradecemos a nuestros socios y colaboradores que se haya vendido ya toda la lotería de este año y así podemos continuar con los distintos programas para este futuro año que viene.

Cocemfe Maestrat en lucha permanente

Una representación de Cocemfe Maestrat se reunió con la Concejalía de Bienestar Social y Discapacidad y con la de Gobernación para la presentación del nuevo Intendente de la Policía Local de Vinaròs. La entrevista sirvió para concretar los puntos más interesantes de la futura campaña de concienciación ciudadana que se realizará en un futuro próximo. Os mantendremos informados.



Obra Social 'La Caixa' colabora con Cocemfe Maestrat

Cocemfe Maestrat asistió en Castellón el viernes 15 de diciembre en la Obra Social "LA CAIXA", para firmar la subvención de colaboración otorgada a nuestra labor en la recogida y entrega de alimentos a vecinos necesitados de Peñíscola, la entrega de alimentos la realizamos supervisada por los Servicios Sociales de dicha localidad.

Agradecemos a la Obra Social "LA CAIXA" la ayuda otorgada, y tenemos que estar contentos porque dicha ayuda nos permitirá llegar a más gente e incrementar los alimentos a repartir, pero no, podemos dejar de reflexionar en cómo hemos ido normalizando una ayuda que sería innecesaria en una sociedad justa, una sociedad más civilizada que se hiciera cargo de todos sus integrantes.

La sociedad somos todos, y todos deberíamos contribuir a cambiarla, cada uno según sus posibilidades, ya que en Cocemfe Maestrat pensamos que un mundo mejor es posible.



Solo nos queda dar las gracias a la Obra Social "LA CAIXA" en la provincia de Castellón por la ayuda concedida a uno de los programas que llevamos a cabo, el de recogida de alimentos, pero tenemos que recordar que Cocemfe Maestrat lleva otros programas en la comarca del Maestrat en pro de las personas más vulnerables.

Inicio de la temporada de boccia

Sergio Sanahuja

El pasado día 1de octubre comenzó en el Club Bamesad la temporada de boccia 2013/2014, conmigo como jugador, Sergio, y con mi auxiliar Mary.

Empezamos los entrenamientos, como el año pasado, en las instalaciones de la Universidad Jaume I de Castellón, en la zona de raquetas. El objetivo para esta temporada es quedar entre los tres primeros de la Liga Autonómica Valenciana de Boccia, ya que en los dos años que llevo compitiendo con este club mi clasificación ha ido mejorando. El primer año quedé noveno y en la liga pasada quedé en quinto lugar. Sé que es un objetivo muy difícil de alcanzar porque hay

jugadores de muy alto nivel, pero no imposible, y para ello entrenaré los martes y jueves casi dos horas cada día. Entreno en la universidad porque durante la semana estoy en una residencia del Grao de Castellón llamada Maset de Frater para personas con movilidad reducida.



GINNÀS · ERÒBIC ·
MUSCULACIÓ · BALET
CLÀSIC · DANSA · JAZZ
· GINNÀSTICA
RÍTMICA · HIP HOP ·
AERODANCE ·
BODYMIND · YOGA ·
ESTIRAMENTS DE
CADENES MUSCULARS
· SPINBIKE · PILATES ·



C/ Ntra. Sra. dels Desamparats, 5 - 12500 Vinaròs - Tel. 964 455 821

CENTRE DE
QUIROTÈRÀPIA ·
MASATGE
TERAPÈUTIC I
ESPORTIU ·
QUIROPÀCSIA ·
OSTEOPÀTIA ·
DRENATGE LIMFÀTIC
· TÈCNiques
ORIENTALS ·



3x3 Baloncesto en silla de ruedas

Organizado por COCEMFE MAESTRAT – BAMESAD y patrocinado por IPDC (Instituto provincial de deportes de Castellón), Diputación de Castellón, Ayuntamiento de Benicarló y, con la colaboración de la Comisión de Fiestas, se celebró en la ciudad de Benicarló un torneo de baloncesto en silla de ruedas 3X3: Siéntate y Pasa.

Es un torneo que se juega dentro del programa de fiestas que se celebran en Benicarló durante el mes de agosto. Las instalaciones del I.E.S Joan Corominas fueron el lugar donde se jugaron los partidos, cuyo objetivo principal es integrar este deporte en las vidas de los deportistas discapacitados y también en el mundo de la normalidad y, por supuesto, mostrar a la sociedad en general la realidad del Deporte Adaptado y de las personas que lo practican.

En definitiva, es una fórmula para la inclusión del Deporte Adaptado en la que los participantes normalizados asumen el rol de las personas con discapacidad y descubren las dificultades que estos tienen para practicar su deporte.

Es sorprendente observar la entrega y el espíritu de lucha de todos los participantes en este torneo. Realizaron encuentros a gran ritmo y con esfuerzo titánico, nunca daban un balón por perdido, todos querían ganar demostrando que allí estaban por solidaridad y aprendiendo de ese espíritu combativo que poseen los deportistas discapacitados.

No importa qué equipo ganó, todos ganaron y sobre todo lo hizo el mundo de la discapacidad que, con vuestro apoyo y ejemplo, cada día está más cercano al mundo de la normalidad.

Allí estuvieron también presentes representantes del grupo Socialista y del Bloc, hicieron bien pues el motivo lo merecía.

La jornada finalizó con la entrega de premios. Se encargó de ello la Dama de las fiestas de COCEMFE MAESTRAT, Marjorie Sanahuja Domingo que también había realizado el saque de honor con el que comenzaba el torneo.

Sanahuja estuvo acompañada por el Presidente y Vicepresidente de la entidad, así como de la responsable del Club Bamesad, Esther Santos. Enhorabuena a todos los que han hecho posible este evento y felicitar y reconocer el gran esfuerzo que realizan COCEMFE MAESTRAT y su CLUB Bamesad en pro de la inclusión del mundo de la discapacidad y, en particular, por la promoción del deporte adaptado. Es evidente que vuestros logros cada día son más visibles. Este es el camino.



Fin de semana intenso para Cocemfe Maestrat - Bamesad

Los deportistas de Hand Bike de nuestro club Bamesad participaron recientemente en dos pruebas de ciclismo adaptado. La primera organizada por el C.E.A. de Almenara el sábado día 19 en el Velódromo Municipal del complejo deportivo de Almenara, donde se realizó el III Trofeo de ciclismo adaptado de Almenara. La carrera consistió en realizar dos rondas eliminatorias de 30 vueltas, de las que los cuatro primeros *handbikers* de cada ronda se clasificarán para disputar la final a 20 vueltas. En dicha prueba participaron más de veinte *handbikers* venidos de toda la Comunidad Valenciana, así como de España. La cita arrancó a las diez y media de la mañana con la prueba de los mejores especialistas en Hand-Bike categoría H4, después se dio cita a los de la categoría H3, y al final a los corredores de hand-bike H2 y H1 conjuntamente. Nuestros deportistas participaron en la prueba de H2 y H1, haciendo una buena carrera.

La otra gran cita de ciclismo adaptado se dio el día siguiente, domingo día 20, en la Vall d'Uixó, donde se realizó la ya clásica IX Edición Critérium Internacional Ciudad de La Vall de hand-bike, que como cada año organiza el club de Esports Adaptats La Vall, junto con el Ayuntamiento de la Vall d'Uixó. La carrera se disputó en el Estadio Municipal José Mangriñán de dicha ciudad, para las categorías (MH1-4) y (WH1-4), donde se efectuaron dos series de 40 vueltas cada una al velódromo municipal.

La primera carrera tuvo lugar a las 10 horas de la mañana, para las categorías H1 y H2, después se dio paso a las categorías H3 y H4. Los deportistas participantes del Club BAMESAD, club que





formó Cocemfe Maestrat en el año 2002 para que las personas con discapacidades pudieran practicar deporte, y que en estos años hemos visto crecer el número de deportistas, fueron: Álex Calvo, Pepe Colom, Adolfo Ronchera y Manolo Celma, realizando en las dos carreras un gran esfuerzo y entrega, por lo que pueden estar orgullosos de sus registros obtenidos, y lo que el club se lo agradece.



Cinco “mosqueteros” en los diez mil de Castellón

“E”l movimiento se demuestra andando”. Ellos, los cinco “mosqueteros” del Club Bamesad que participaron **VIII Gran Premio 42 y pico Ciudad de Castellón El Corte Inglés Castellón**, celebrado el día 27 de octubre, no es que anduvieran mucho, pues estos mosqueteros especiales lo hacen en silla de ruedas o en su hand bike. No obstante, sobre estos instrumentos volaron, sí, volaron sobre el asfalto de las calles de Castellón. Se olvidaron que eran equipo y desde el primer segundo el lema de “todos para uno y uno para todos no existió”. Cada uno de ellos salió a dar todo lo que tenía dentro. Uno a uno fueron llegando a la meta con registros espectaculares. En un principio, sólo participaban para realizar la totalidad del recorrido y demostrar que desde una silla se puede hacer deporte como el resto del mundo normalizado. En definitiva, estos deportistas magníficos, buscan a través del deporte, la inclusión e integración social. Por el camino se nos quedó un corredor que sufrió un despiste y se fue por camino equivocado. Una pena, pues preparación y éxito le sobra en todas aquellas pruebas en las que participa. Todos ellos eufóricos por lo que han logrado, la única idea que les corre por sus mentes es: ¿cuándo es la próxima carrera? Así son estos maravillosos luchadores del deporte adaptado. Estuvieron arropados en todo momento por el Presidente de la Federación Provincial COCEMFE Castellón, Carlos Laguna, quien les deseó mucha suerte y felicitó por el gran esfuerzo realizado durante la prueba. Felicitar, como no puede ser de otra manera, a los cinco corredores que tan brillante página han escrito para el bien de su Club Bamesad: Manolo Celma, Ramón Meseguer, Adolfo Ronchera, Pepe Colom y Álex Calvo. Hasta la próxima, espero tener la suerte de estar presente para disfrutar de vuestros logros, todos ellos encaminados a conseguir la merecida inclusión social. Felicidades.



Jornada deporte adaptado en Onda

Como siempre y desde hace años, Onda, a través del CLUB ADAPONDA, celebra una Jornada de Deporte Adaptado que, de nuevo, ha sido todo un éxito. Más de un centenar de deportistas, con discapacidad intelectual y física, han participado en esta brillante Jornada que ya se ha convertido en todo un referente para todas estas personas. La Jornada aboga por la INTEGRACIÓN E INCLUSIÓN del colectivo. El evento tuvo lugar en el Pabellón Víctor Cabedo Carda, donde se jugó durante toda la mañana un campeonato de Tenis Mesa en el que participaron jugadores/as del CLUB ONTINYENT, CLUB BAMESAD Y CLUB ADAPONDA; allí, una treintena de jugadores, hicieron vibrar con un juego espectacular, a los asistentes que presenciaban el evento. Hubo partidos emocionantes y de gran nivel. Nuestros jugadores estuvieron, en general, extraordinarios, consiguiendo medallas Ángel Arango y Jordi Ribera, de oro y plata respectivamente. Varios jugadores del BAMESAD, estuvieron a punto de lograr algún trofeo, se quedaron a un paso. Destacar que nuestros jugadores se enfrentaban a clubes muy potentes de la Comunidad. Ya por la tarde, la competición se trasladó a la Piscina Municipal, donde más de un centenar de nadadores nos ofrecieron una jornada llena de detalles espectaculares. Algunos de los nadadores lograron la mínima para acudir a los campeonatos nacionales de natación adaptada. Los nuestros nos ofrecieron en general una tarde digna, donde algunos de ellos lograron marcas excepcionales como es el caso de Sergi Castell de solo trece años, que realizó en crol un registro de 38"35, siendo el primero de su categoría y que, su compañero, Jordi Ribera, catorce años, quien marcó un crono de 41"43; ambos han pulverizado sus anteriores registros.

El compañerismo estuvo presente en todo momento en una jornada respaldada por el Ayuntamiento de la ciudad. Solo queda felicitar a los organizadores de esta magnífica jornada deportiva, a todos los participantes en la misma y, de manera muy especial, a nuestros deportistas del CLUB BAMESAD que, como tantas veces digo, representan de manera muy digna al club y a la ciudad de Vinaròs. FELICIDADES.

A todos los deportistas se les entregó un pequeño trofeo junto a una bolsa con varios objetos, tanto en Natación como en Tenis de Mesa, detalle éste que otros organizadores tendrían que copiar.



X Trobada Cicloturística de Jesús por la Maratón de TV3 VIII Memorial Miquel Espinós



Un año más el equipo de Hand Bike del Club BAMESAD participo el día 15 de diciembre en la X Marcha Cicloturística en carretera organizada por el Club Ciclista de Jesús, prueba cuyo objetivo es únicamente solidario y a favor del Maratón de TV3, que este año está dedicado a las enfermedades neurodegenerativas.

El recorrido de la marcha era de 50Km entre Jesús, Aldover, Xerta, Benifallet, Coll de Son (Bandera verde donde se disputa el VIII Memorial Miguel Espinós), Tivenys (Parada para almorzar), Bitem, Tortosa y Jesús. Los ciclistas del club BAMESAD recorrieron el último tramo de 17Km de la población de Tivenys a Jesús.





Drasoria
Sant Gregori
Restaurant

RESERVES: 615 284 844
Camí Sant Gregori s/n - BENICARLÓ (CS)

rei
rehabilitación
interiorismo

Carlos Galiana Llinares
Arquitecto técnico colegiado

TELÉFONO: 635 16 46 68

ACCESIBILIDAD, DISEÑO, LICENCIAS APERTURA
GESTIÓN OBRAS, CERTIFICACIÓN ENERGÉTICA



Jornada deporte adaptado, concienciación y barreras en centros escolares

Estas jornadas se han convertido para COCEMFE MAESTRAT, y su CLUB BAMESAD, en una cita ineludible en su calendario de actividades que realiza en los centros escolares. El jueves 19 de diciembre, estuvimos en el I.E.S “Leopoldo Querol” de Vinaròs. A través de imágenes, muchas de ellas impactantes por su crudeza, se les informó con detalle de qué son capaces de realizar este colectivo de deportistas, llegando a la conclusión de que no hay barreras para ellos cuando quieren practicar un deporte y que cualquier deporte, por difícil que sea, podrán practicarlo. Acercar el Deporte Adaptado a los jóvenes es una ocasión única para que conozcan con su práctica, las muchas dificultades que el colectivo tiene a la hora de realizar este deporte y, al mismo tiempo, sirve para conocer cuánto son capaces de superar. No existen barreras para ellos, las barreras las ponemos nosotros. En este sentido, Oliver Gil Solá, jugador de Baloncesto en silla, realizó maravillas con ella y dejó a los alumnos “encantados” y sorprendidos. A través de otro tipo de imágenes fuimos demostrando que muchas de las barreras pueden ser suprimidas si cada uno de los ciudadanos cumplimos las normas establecidas más elementales: no aparcar en plazas para personas con movilidad reducida, no aparcar el coche o moto en las aceras, bicicletas atravesadas en las mismas, etc. etc. Alumnos de 3º de la ESO fueron, esta vez, los que recibieron nuestras enseñanzas. Fue una mañana completa. Por una parte, disfrutaron plenamente con la práctica de este deporte adaptado desconocido para ellos y descubrieron que para que este colectivo sea capaz de desarrollar todo su potencial, ellos, han de contribuir a eliminar todas las barreras que se lo impidan. Se les re-



DEPORTES

cordó lo que dice la ONU al respecto: Eliminar las barreras es hoy más importante que nunca, pues las personas con alguna forma de discapacidad representan el 15 por ciento de la población en el mundo, mil millones de individuos. Se les remarcó, el **“hoy por mí, mañana puede ser por ti”**. Sin duda alguna, el ejemplar comportamiento del alumnado y la ayuda inestimable de sus profesores del Departamento de Educación Física, Carolina e Iván, contribuyeron a que la jornada fuera todo un éxito. Nuestro deseo es que ahora sus conocimientos los proyecten a la sociedad más cercana. Ramón Meseguer, Alex Calvo, Rafael Mingo y Oliver Gil, os damos de corazón las GRACIAS en nombre de COCEMFE MAESTRAT y su CLUB BAMESAD por colaborar y participar en la integración e inclusión del colectivo.



Partido de exhibición del Club BAMESAD en Alcanar

El Club BAMESAD colaboró el día 28 de diciembre en el Pabellón Municipal de Deportes de Alcanar, con el Club Básquet Alcanar en la Jornada Benéfica "Cap infant fora de Joc". Se realizó un partido de exhibición con la junta directiva del C.B. Alcanar y miembros de la corporación municipal de la localidad encabezados por su alcalde, para promover la campaña de recogida de juguetes para que ningún niño de familias con pocos recursos en la localidad, pueda quedarse sin su regalo de Reyes Magos.



El Club BAMESAD participe al Torneig Benèfic de Tennis Taula Ciutat de Benicarló

Diumenge 29 de desembre, el pavelló d'esports de Benicarló ha sigut l'escenari del I Torneig benèfic de tennis de taula ciutat de Benicarló, organitzat pel CTT Benicarló i la Regidoria d'esports de l'Ajuntament de Benicarló, amb la col.laboració de Deportes Balaguer, Cruz Roja, www.triatlobasiliscus.com, Fundació Caixa Benicarló, COCEMFE Maestrat, Autoescola Stop&Go, IFF Benicarló, S.L., Querol Club de la Oficina, el CTT Tortosa i el CTT Vinarós.

L'estructura del torneig s'ha compost de 3 categories: Adaptada, no federats o aficionats i federats. Pel que fa a la adaptada, onze han sigut els participants, tots, de l'Associació Cocemfe Maestrat, quedant la classificació final:

Campió: Ramón Meseguer, Sot-campió: Miguel Ángel Arango, 3r classificat: Jordi Ribera i 4rt classificat: Omar Sánchez.

A la categoria de No federats o aficionats, fins a dinou han sigut els jugadors que l'han format, quedant els quatre primers classificats: Álex Zaragoza de Vinarós, Vitali, Mihail, i Eugenio Catalán també de Vinarós.

I, pel que fa als federats, setze han estat els palistes que han participat, el primer lloc del podi se l'ha endut el cambrilenc i actual sot-campió provincial Josep Pajuelo del CETT Els Ilops. Sot-campió, Arcadi Martínez del CTT Tortosa, i el tercer i el quart lloc han estat per a José Luís Cerdá del CTT Benicarló i

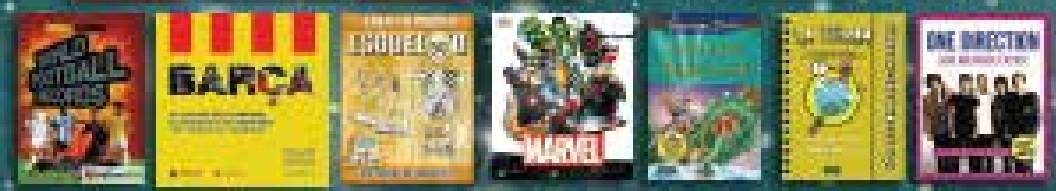
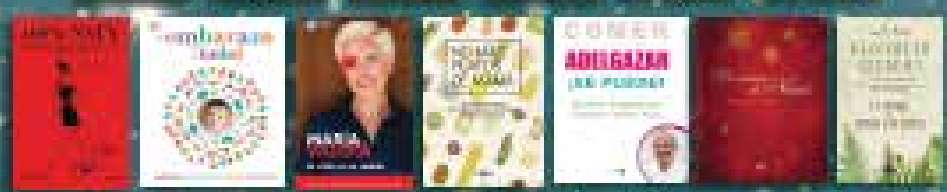
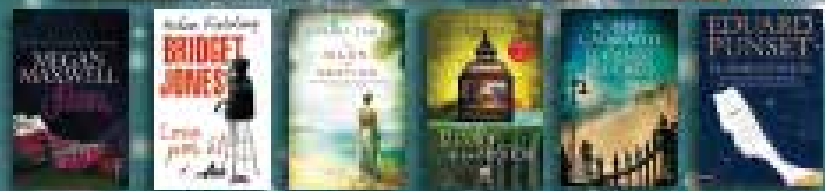
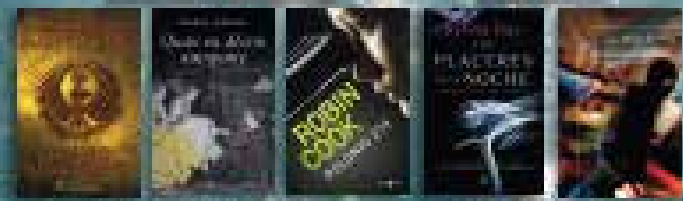


Ivan Sanahuja del CTT Tortosa, respectivament. La Dama de Cocemfe Maestrat, Majori Sanahuja, va fer entrega dels trofeus.

El torneig ha acollit fins un total de quaranta-sis participants de les poblacions de Benicarló, Vinarós, Tortosa, Ulldcona, Mas d'Enverge, Amposta i Bitem, amb una recaudació de 186 € que han sigut destinats a la Creu Roja.



Bon Nadal!



Plaça de Vila, 18
Tel. 934 44 17 06
www.elginebr.com

Tu Imprenta de siempre

ARTES
GRÁFICAS
castell
Impresores

Dr. Fleming nº 6
12500 Vinaròs
Tel. 964 45 00 85
Fax. 964 45 20 12

Tarjetas
Banners
Folletos
Posters

Diseño
catálogos
revistas
libros

Facturas
Pegatinas
Plotter
Sobres

INVERTIR EN
PUBLICIDAD

es estar presente,
es tener más
clientes

RENUEVATE
diseño con estilo y creatividad



CARTAS
DESDE

2€

diseño incluido

laminado,
plastificado,
troquelado,
anillas...

Aventurillas sobre ruedas

Mi vida y el deporte

Álex Calvo Prats

Quisiera empezar explicando el porqué de este escrito. En mi vida, desde pequeño, me han enseñado que el deporte era muy importante, casi igual que los estudios, aunque en su momento, cuando llegaba a casa con las notas no lo pareciera... Pues os quisiera contar cómo fue mi paso por la sección de básquet del F.C. Barcelona.

¿Quién me iba a decir a mi cuando era renacuajo y jugaba a baloncesto en el patio del cole, sin destacar nada en absoluto, que llegaría a jugar en el club de mi ciudad, y que llegaría a conocer a tantos jugadores buenos del primer equipo de baloncesto?

Todo empezó, cuando yo hacía rehabilitación en el Instituto Guttmann, en Barcelona. Tenían un equipo en División de Honor de la liga Nacional. Tenían problemas con jugadores de puntuación baja, como la mía, y me vieron jugar en el hospital, con una silla de calle que no sé si ahora sería capaz de manejar, la cosa es que me dijeron de ir a entrenar dos veces a la semana con el equipo. La cosa fue bien y en un par de semanas me hicieron ficha. Al poco tiempo

Guttmann y F.C. Barcelona se vincularon para hacer una sección de baloncesto en silla de ruedas. Ya os podéis imaginar mi alegría, iviajar por toda España con un chándal del Barça!

Estuve siete años en el primer equipo, hasta que problemas con una operación y después la aparición de una siringomielia, me apartaron de las pistas más de seis meses, ya no cogí el ritmo en esa temporada... Y el club rescindió mi contrato.

Como anécdotas divertidas recuerdo muchas, como el follón que montábamos en los aeropuertos. Aprender a subir escaleras mecánicas y que me las parasen a mitad, sacarnos las ruedas de las sillas por el medio de los pasillos y quedarte mirando al techo, la verdad es que la gente nos miraba un poco raro... Claro que la situación era un poco caótica: tres tipos en sillas de ruedas, otros tres cojos y otros cuatro con prótesis o piernas ortopédicas, que se las sacaban para pasar por la policía... Un cachondeo.

También recuerdo un día en Zaragoza, en la puerta del Pilar donde estábamos tres del equipo cuando se



acercó una anciana, pero anciana ya casi vieja... Y nos dio tres euros para tomarnos un café, todavía no sé si nos los dio como limosna o porque teníamos cara de frio... pero estoy casi seguro que le hacían más falta a ella que a nosotros los tres euros.

Otra de las es la de los viajes a Vigo... ibuff! allí era casi imposible ganar, pero las mariscadas y posterior fiesta eran de escándalo.

Podría explicar muchas y de muy divertidas, pero lo que os quiero decir, es que para todo tenemos un momento en la vida.

Yo creí que ya no podría participar en unas olimpiadas, después de quedarme fuera de las de Pekín y Londres. Ahora entreno cada día, primero y principalmente porque me gusta y me encuentro mucho mejor cuando practico deporte, pero también porque me gusta la competición y he aprendido con el triatlón (nadar, bici y atletismo) a mejorar día a día en la natación, gozar de amaneceres en bicicleta, o lo duro que puede llegar a ser entrenar con una silla desfasada de atletismo y mejorar los tiempos. Por cierto, sigo buscando patrocinadores para poder comprar una silla de atletismo nueva.. ¿Quién sabe si puedo ir a Río?

Os adjunto unas fotos y os deseo un feliz 2014 y que jamás perdamos la ilusión de vivir



Humor

Tu comodidad coarta mi libertad



Diversidad no es sinónimo de estupidez, pero muchas personas proyectan la suya en nosotr@s

BLO bikes
bike store

VENTA
ALQUILER
TALLER REPARACIÓN
LAVA-BICIS
EQUIPACIONES
NUTRICIÓN

www.blobikes.es

Tel. 964 82 62 57

40° 24' 57.75" N
0° 25' 55.95" E

Avda. Méndez Núñez, 109 - 12580 BENICARLÓ



Valencia, una magnífica ciudad... No para todos

Rafael Mingo

Valencia, sin duda alguna, es una ciudad cosmopolita y moderna, con magnos y preciosos monumentos, así como un gran abanico de valiosos edificios. Pero Valencia, a pesar de todo esto, tiene el mismo problema que la gran mayoría de ciudades y pueblos de España, como es, la poca sensibilidad urbanística hacia el mundo de la discapacidad, al menos en alguna de las zonas de la urbe.

Me trasladé a Valencia para llevar a una persona con discapacidad, se presentaba a un examen en una de sus universidades. Llegamos con tiempo suficiente para poder aparcar y dar un “repasito” a los temas. Lo último resultó inviable, el tiempo ocupado en aparcar fue desmesurado. El sitio, calle Espartero y cercanías, así como en la explanada de la propia universidad, carecen de aparcamiento para personas discapacitadas. Después de unas vueltas por la zona, determinamos aparcar “al lado” de una plaza para discapacitados, naturalmente ocupada, en la calle Espartero. Podrían habernos multado, dejamos una nota aclaratoria del problema. Afortunadamente, por allí no pasó la policía municipal ó quizás hizo la “vista gorda”.

Con el fin de favorecer la accesibilidad de todos, contribuir a la cohesión social y territorial de la ciudad, mejorar la calidad de vida de sus ciudadanos, fomentar la integración social y la posibilidad de acceder a los diferentes servicios y oportunidades que se ofrecen, sería bueno que la Concejalía de Urbanismo se paseara de vez en cuando por ciertas zonas de la ciudad e hiciera un estudio-diagnóstico de: calidad del transporte público, vías peatonales, aceras, bordillos, rebajes, barandillas, etc. Valencia necesita mejorar en accesibilidad y bastante, para que de verdad sea una ciudad para todos y de todos en el siglo XXI.

Las ciudades son para los ciudadanos, pero no lo son del mismo modo para to-



dos. Quienes sufren algún tipo de discapacidad, que en nuestro país son muchos, siguen marginados de alguna manera ya que se topan con barreras y obstáculos, que no encuentran el resto de la población, en tareas tan cotidianas como utilizar el taxi, efectuar una gestión en el ayuntamiento o resolver un asunto sanitario en un centro de atención primaria o, simplemente, ir todos los días a la universidad.

Los estudios realizados y publicados en la ciudad de Valencia sobre el desplazamiento de personas con discapacidad en silla de ruedas, son buenos. Me pregunto, ¿en qué zonas de la ciudad se realizaron estos estudios? Valencia, como casi todas las capitales de nuestro país, carece de un buen sistema que palle las grandes dificultades con las que se tropiezan las personas con discapacidades auditivas y visuales.

Sería bueno dedicar más tiempo y sensibilidad para hacer de nuestras ciudades y pueblos espacios accesibles, suprimiendo las muchas barreras arquitectónicas que existen aún en la actualidad y que tantos desequilibrios de igualdad proporcionan al colectivo de discapacitados como: falta de pavimentos estables, aceras y bordillos mal rebajados, mobiliario inadecuado (jardineras, farolas, señales) o mal ubicado. Todo ello, necesita de una mayor consideración y sensibilidad por parte de los responsables de las administraciones públicas. Aún en los tiempos actuales hemos de avanzar en cubrir estas carencias.

Para constatar que la ciudad de Valencia no posee el grado de accesibilidad suficiente para el mundo de la discapacidad, para personas mayores, mujeres em-

barazadas, personas con algún tipo de movilidad reducida no permanente, además de personas ciegas y sordas, invito a los responsables del área, también a cualquier ciudadano, a subirse a una silla de ruedas y dar una vuelta por la ciudad o, sencillamente, vendarse los ojos o taparse los oídos y recorrer el casco urbano, no solo por el centro de la ciudad, también por las periferias. Sólo así, comenzaríamos a conocer, estimar y valorar el gran esfuerzo que realizan cada día las personas con problemas de movilidad y, con toda seguridad, estoy convencido, cambiaríamos nuestra actitud hacia el colectivo de la discapacidad.

La Constitución Española, en su artículo 49, refiriéndose a este colectivo, ordena a los poderes públicos que presten la atención especializada que requieran y el amparo especial para el disfrute de sus derechos. Por su parte, el Consejo de la Unión Europea, recomienda la creación de una tarjeta de estacionamiento para personas con discapacidad.

Sin duda alguna, todo esto es muy bonito en la letra, pero se hace odioso en la práctica. Cada pueblo, cada ciudad, cada autonomía e incluso los pueblos de una misma autonomía, tienen ordenanzas distintas, con lo que el mundo de la discapacidad sufre los inconvenientes de esta falta de criterio único. Lo razonable sería una misma ordenanza en todo el territorio nacional, en lo fundamental y básico al menos. Valencia tiene la propia, solo falta que, poco a poco, vaya creando más plazas para esta función y vaya transformando dicha ordenanza para adecuarla al siglo XXI.

GUCCI

¡ Feliz 2014 !

Perfumería
Yolanda

c/Socorro, 1 VINARÒS
Pío XII - BENICARLÓ

Poco importa la discapacidad... Aún ocurren estas cosas

Ramón Meseguer Albiach

Quienes tienen el deber de actuar ante hechos incorrectos e inadecuados, actúan de manera impropia saltándose las normas a la "torera". Es el caso ocurrido en el cementerio de Alcanar.

Un ciudadano con movilidad reducida fue a dicho cementerio estos días de Todos los Santos. Al aparcar su coche en una plaza reservada para este colectivo, observó que había un coche ya estacionado de manera ilegal, no tenía la tarjeta correspondiente.

Llamó entonces a un Policía Local que andaba por los alrededores con la intención de solucionar el problema. El policía local le respondió que "no podía hacer nada" ya que su compañero, otro policía local, había autorizado al dueño del coche mal estacionado a realizar tal hecho impropio. La persona discapacitada le respondió que debía denunciarle o mandar retirar el coche mal aparcado.

Lejos de realizar tal acción, demostrando su falta de profesionalidad y su falta de sensibilidad y respeto hacia la persona de movilidad reducida y al propio colectivo, se marchó de forma cobarde, dejando a esta persona "tirada" sin solucionar el problema.

Actos de esta índole deberían desaparecer por completo y alguien tendría que tomar medidas para que los responsables no volvieran a repetir hechos tan desagradables de quienes tienen el deber de cumplir y hacer cumplir las normas.



Menús diarios a 9€
Presupuestos muy ajustados
para comidas y cenas de grupos
Salón privado - 100% accesibilidad

Gran Degustación

KURA2

CAFETAPAPLATO COPA

Telf. 964 454 263
www.kura2.es
info@kura2.es

Vinaròs (Castellón)
C.P. 12500
Plaza S. Agustín Nº3

FERRETERIA LLEIXA

✓ COPIAS DE LLAVES Y MANDOS
✓ SUMINISTROS INDUSTRIALES
✓ MUEBLES DE JARDÍN
✓ CERRAJERÍA
✓ JARDINERÍA
✓ MUEBLE KIT
✓ HERRAJES
✓ MENAJE



www.cofac.es

T. 964 465 014
F. 964 475 301

Dr. Pera, 2
ferret@ferretlleixa.es
12580 BENICARLÓ (CS)



Síndrome de Down, cualidades singulares

Rafael Mingo

Ángela bachiller ha conseguido ser la primera mujer con síndrome down, concejala de un ayuntamiento en España. Con la ayuda inequívoca de su familia, con amor profundo y sacrificio cotidiano, día a día, ha ganado el espacio que le corresponde.

La inclusión, integración y normalización por la que luchan esta familia y miles de familias en este país, han quedado patentes con el nombramiento de concejala de un ayuntamiento –Valladolid– en la persona de Ángela Bachiller, que durante años de sacrificios colosales, trabajo, mucho amor y entrega, ha ocupado por mérito propio y capacidad, un cargo de gran responsabilidad.

Su madre, Isabel Guerra, la define como una persona “preparada”, “educada” y “discreta. Sin duda alguna, dichas cualidades las posee Ángela, y también, aunque no las nombre, otras muchas: espíritu de sacrificio, entrega, honradez, espíritu de superación, compañerismo, solidaridad, tenacidad y...todas las que se puedan añadir, seguro que Ángela las tiene guardadas en su interior.

Ese momento tan especial para cualquier concejal, de jurar lealtad al Rey y cumplir y hacer cumplir la Constitución, en Ángela, por lo que representa para el mundo de la normalización, inclusión e integración del mundo de la discapacidad, ha tenido que ser de una singular y excepcional emoción... Entendemos tus lágrimas y estamos seguros de que cada una de tus lágrimas, lleva una intención de lucha, para que todas esas personas que, como tú batallan para lograr sus sueños, un día, sean capaces de alcanzarlos.

Es verdad que tú, Ángela, has tenido mucha suerte. Tu familia, desde muy pequeña y a través de una maestra que estuvo contigo 19 años enseñándote y favoreciendo la comunicación con el mundo social y adaptándote en el ambiente donde tu vida se desarrollaba, fueron las

herramientas imprescindibles para andar un largo camino, siempre lleno de inconvenientes, que te han conducido, por méritos propios, al lugar donde en estos momentos te encuentras.

Es insustituible e indispensable, la intervención temprana en términos de inserción social con niños de Síndrome de Down, sin olvidar la interrelación “familia” y “comunidad” desde una perspectiva sociológica. Cuando se logra una atención exhaustiva y oportuna, las orientaciones y ayudas que reciben las familias que tienen un niño con Síndrome de Down, resultan beneficiosas para el desarrollo psicomotor y social del mismo. Por todo ello se hace inevitable que las familias con un niño con Síndrome de Down, reciban el apoyo necesario desde las instituciones.

La clave para la formación de estos niños comienza por quererlos y amarlos por encima de cualquier otra particularidad, lo demás viene después. La profesora Sue Buckley apunta: “Los individuos con Síndrome de Down son en primer lugar personas [...]. La calidad de los cuidados, la educación y la experiencia social que se ofrecen influyen en el desarrollo de las personas con Síndrome de Down, al igual que ocurre con todas las personas en general”.

Los niños con Síndrome de Down aprenden más lentamente que el resto de niños normalizados, pero aprenden. No es un impedimento ser Síndrome de Down, en todo caso un inconveniente. Un porcentaje elevado de ellos posee gran talento y la mayoría, son capaces de aprender lo suficiente para convertirse en miembros activos de la sociedad y tener una vida plena.

Una madre escribía esto tan hermoso a su hija Síndrome de Down: “Bienvenida Teresa, tal vez algunos no sepan apreciar tu belleza, no les hagas caso, simplemente son superficiales y sólo se fijan en el

envoltorio. Sólo podrán apreciar tu belleza aquellos que se detengan y miren lo que hay dentro de ti, el regalo que escondes.

La ciencia, apoyada en las numerosas investigaciones sobre el Síndrome de Down, está llegando a conclusiones que cambian totalmente el futuro de estas personas. Están dejando de ser sujetos pasivos, receptores y ejecutores autómatas de órdenes, preceptos, indicaciones u ordenanzas. Se sienten ahora protagonistas, exigen un hueco en la sociedad, se sienten capaces de ofrecer y aportar sus ricas cualidades y capacidades, y quieren hacerlo. Esto dice la ciencia y Ángela Bachiller lo confirma con rotundidad.

Para ello, familia y sociedad han de estar preparados para ofrecerles un futuro abierto hacia el mundo, el de todos. Es indudable que esto último exige compromiso y sabiduría. Cambiar los patrones de este colectivo no es tarea fácil como tampoco lo es, tratar de enriquecer sus cualidades, reforzar o enderezar sus tendencias, dotarles de los valores en los que creemos. Digo esto por el compromiso que tengo con personas con este síndrome y sé que, con un marco de actuaciones nuevas, desde la “cuna”, pueden lograr un futuro más prospero para ellos, en todos los sentidos.

Mi reflexión final. ¿Cuántos Síndrome de Down podrían ser Ángela Bachiller?, ¿cuántos niños Síndrome Down, con preparación adecuada y atención personalizada, podrían ocupar puestos de interés en nuestra sociedad?, ¿cuántos Síndrome de Down podrían mostrarnos, a través de sus peculiares cualidades, cosas impensables a la mal llamada “normalidad”? ¿Cuántos...? Que cada cual construya su propia reflexión.

A todos mis alumnos por ser tan extraordinarios. A sus padres por el inmenso amor que sienten hacia ellos.



¿Qué es el ajedrez?

Carlos Albret Magro

presidente del club Ajedrez Vinaròs

El ajedrez es un juego milenario nacido en la India, y que llegó a Europa, gracias a los árabes en el siglo VIII. Pero fue en el continente europeo, en el siglo XV, y más concretamente en Valencia, -con la incorporación de la dama-, cuando tomaron forma las reglas modernas que conocemos en la actualidad.

¿Por qué es bueno que las personas jueguen al ajedrez?

Al ajedrez se le han reconocido múltiples beneficios en las áreas del desarrollo de la capacidad intelectual y de las habilidades de inteligencia emocional. Muchos de esos beneficios han sido probados mediante diversas investigaciones realizadas en varios países en las últimas décadas. Los beneficios de la práctica del ajedrez se han manifestado también como una mejora del coeficiente intelectual y una mejora en el rendimiento escolar de la mayoría de los niños y jóvenes que lo han practicado. También en personas de edad más avanzadas se ha comprobado los beneficios que produce en el retraso de los efectos de la enfermedad del Alzheimer.

Son numerosos los estudios que avalan los beneficios que el ajedrez proporciona al cerebro. Se han realizado diferentes estudios y experimentos en poblaciones de diferentes edades, y todos ellos avalan sus cualidades casi milagrosas en el desarrollo intelectual y cognitivo de las personas.

¿Qué aptitudes y habilidades se pueden desarrollar con el ajedrez?

Atención y concentración:

Esta es una de las capacidades que más rápidamente desarrolla el ajedrez en quienes lo practican. El desarrollo de una partida puede ser arduo, con múltiples alternativas y tener una duración significativa. Una desatención puede ocasionar la pérdida de la misma, por lo tanto, el ajedrecista debe mantener un altísimo grado de atención y concentración durante la misma. Esta mejora en la capacidad de concentración se llega a manifestar también en otras áreas de desempeño de la persona.

Análisis y síntesis:

Durante la partida de ajedrez, el jugador se enfrenta en cada jugada a múltiples alternativas, a la necesidad de contestar a la amenaza del contrario y plantear una amenaza a su contrario. Ello hace que deba analizar múltiples alternativas de respuesta y sintetizar cuál es la más apropiada, desarrollando a la vez un pensamiento crítico.

Resolución de problemas y toma de decisiones bajo presión:

Durante la partida, el ajedrecista enfrenta diferentes problemas para los que debe definir y aplicar una estrategia de solución. Como el tiempo es un factor limitante en las partidas de ajedrez, deben también tomarse importantes decisiones sobre la estrategia a seguir bajo presión de tiempo.

Control emocional:

El desarrollo de una partida de ajedrez requiere de un alto grado de control emocional. Un jugador no se puede dejar llevar por la ira o la frustración ante una mala jugada realizada, pues podría no lograr recuperarse y perder la partida. Ante una mala jugada propia, el ajedrecista debe actuar de forma fría para que el oponente no lo perciba y definir una nueva estrategia para sobreponerse al error. El ajedrez también permite aprender a controlar los sentimientos de frustración ante la derrota y convertirlos en energía positiva para enfrentar el próximo reto superando los errores cometidos.

Creatividad e imaginación:

En el ajedrez no es suficiente con responder a las jugadas del oponente o tratar de seguir patrones de jugadas estudiadas o practicadas previamente. A fin de lograr ventajas claras sobre su oponente, el ajedrecista debe imaginar posiciones distintas a la que está presente en el tablero y definir estrategias que le permitan llegar a ellas.

El razonamiento lógico-matemático:

El tipo de razonamiento empleado en el ajedrez es similar al utilizado en las matemáticas. Algunas investigaciones han mostrado una importante correlación entre la práctica del ajedrez y la mejora de las habilidades lógico-matemáticas en los niños y jóvenes.

Memoria:

Debido a la multiplicidad de alternativas para cada jugada durante una partida de ajedrez y al relativo corto tiempo para escoger la mejor respuesta, para el ajedrecista la memoria es un aliado muy importante. Muchas de las repuestas pueden basarse en la experiencia o el conocimiento del ajedrecista de posiciones similares jugadas o estudiadas en otras partidas.



Empatía:

En el ajedrez es muy importante comprender la estrategia del oponente e interpretar sus emociones para anticiparse a su estrategia y acciones.

Sentido de transparencia:

En el ajedrez se requiere el seguimiento de una serie de reglas cuyo incumplimiento no es aceptable y es penalizado. Tampoco, el jugador puede echarle a nadie la culpa de sus errores. Son sus propias capacidades y acciones las que determinan su desempeño. El jugador debe aprender a ser honesto e íntegro consigo mismo y con quienes le rodean. En el ajedrez se promueve la honestidad y la integridad del jugador.

Adaptabilidad:

Durante el transcurso de una partida se presentan múltiples situaciones inesperadas que exigen al jugador adaptar sus estrategias de acuerdo a la nueva situación en el tablero de juego.

Sentido de logro y autoestima:

El ajedrez es un combate mental en el que para mejorar hay que empezar dominándose a sí mismo e ir subiendo el nivel de juego mediante estudio, esfuerzo, experiencia y práctica. La suerte no es un factor de importancia en el juego; es el mejoramiento de las habilidades y el conocimiento del jugador el que le hará mejor. Esto hace que conforme se vaya mejorando en el juego se vaya incrementando la autoestima de la persona y se vaya tomando más confianza para aprender y enfrentar otras situaciones y campos de acción.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

--En español--

Ajedrez y Ciencia: Pasiones Mezcladas-Por Leontxo García, *Editorial Planeta*

<http://www.jaquealalzheimer.com.ar/>

<http://es.chessbase.com/home/TabId/55/PostId/5817>

<http://abcblogs.abc.es/poker-ajedrez/public/post/diez-razones-por-las-que-el-ajedrez-es-bueno-para-tu-cerebro-12154.asp/>

--En Inglés--

<http://www.auschess.org.au/articles/chessmind.htm>

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21038986>

<http://www.championshipchess.net/Benefits/smart.html>

<http://www.chessology.com/articles/140-memory.php>

<http://www.psmcd.net/otherfiles/BenefitsOfChessInEdScreen2.pdf>

<http://www.givewell.org/files/Analysis/margulies.pdf>

<http://www.chessncrafts.com/benefits-playing-chess.html>

<http://www.wisageek.com/how-does-the-body-grow-dendrites.htm>

<http://voices.yahoo.com/article/564427/prefrontal-cortex-brain-therapy-effective-children-846255.html?cat=70>





**Y AHORA TAMBIÉN EN c/ SAN FRANCISCO, 2
(enfrente dels Diaris)**



**Amplia gama
en complementos
para personas mayores:
Teléfonos teclas grandes
Lupas, pastilleros, etc**

**Plantillas, prescripciones,
zapatos especiales,
prótesis de todo tipo, tratamientos...**



**Avda. Castelló, 6
(esquina Pio XII)
Tel. 964 40 22 83
12500 VINARÒS**

**San Francisco, 2
(esquina calle del Pilar)
Tel. 964 40 74 82
12500 VINARÒS**

