

Revista nº 5  
Octubre 2011



# OBRIM PÀS

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



## La discapacidad no fa vacances

Fiesta de fin de temporada del club Bamesad • Travessia al Port de Vinaròs • Nuevo Curso • Cocemfe Maestrat elige su dama de las fiestas patronales en Benicarló • Jornada multideporte adaptado de verano en Onda • Entrevista Pablo Castell

**COMPRA  
VENTA**

**ORO  
PLATA**

**GARANTIZADO:**  
Superamos todas  
las tasaciones del mercado  
Valoramos todo tipo de joyas  
(no importa el estado)

**MÁXIMA DISCRECIÓN**

**t. 678 935 350**  
**dr. Fleming, 34**  
**VINARÒS**

**L I D I A**  
JOYERIA



C/ Mayor, nº 7 Tel. 964 461 057 BENICARLÓ



**Conceptes**  
comunicació gràfica

Disseny gràfic  
Impremta  
Plotter  
Decoració  
Samarretes  
Reclam publicitari

[comercial@publicconceptes.com](mailto:comercial@publicconceptes.com)  
[www.publicconceptes.com](http://www.publicconceptes.com)

Pilar, 4-12500 Vinaròs (CS)  
T+F: 964 407 218



**ESPECTACLES MAESTRAT**  
TODO PARA LA ORGANIZACIÓN DE SUS FIESTAS Y ESPECTÁCULOS



**E3V**  
**ESPECTACLES  
MAESTRAT**  
VINARÒS

Tel 964 455 554  
Ctra N-340, km 1053 nave 5  
Vinaròs

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

Perfumeria  
**Yolanda**



c/ Socorro, 1 VINARÒS  
Pío XII - BENICARLÓ



**FOTOSpai.com**

Les imatges de la comarca en  
[www.fotospai.com](http://www.fotospai.com)



Asociación de Personas Discapacitadas

**COCEMFE  
MAESTRAT**

c/ Juan Giner Ruíz nº 5  
Tel. 695 90 31 80  
Horario:  
de 10.30 a 12.30 h  
mail:  
info@cocemfemaestrat.org  
cocemfevbm@gmail.com



**Presidente**

Manolo Celma

**Vicepresidente**

Ramón Meseguer

**Maquetación**

Pablo Castell

**Redacción, fotografía  
y coordinación:**

Marta Estupiñá  
Noemí Polls

**Colaboración:**

Rafa Mingo  
Alicia Coscollano  
Antonio Collado  
Álex Calvo

**Imprime**

A.G. Castell Impresores

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

# “No hay calidad de vida sin derechos”



## Queridos/as socios/as y lectores de “OBRIM PAS”

Cocemfe Maestrat está trabajando de manera decidida por los derechos como un elemento de la plena ciudadanía, y ello se consigue con la participación activa de la persona con discapacidad como clave del modelo de calidad de vida.

La calidad de vida, estará presente otorgando sentido a nuestra existencia como movimiento ciudadano abierto y flexible. Nuestra asociación está comprometida a actuar cuando no se cumplen los derechos pues “no hay calidad de vida sin derechos”, a trabajar como está acordado en la Convención de la ONU, a potenciar el papel de la familia como defensora de derechos, a generar sistemas de evaluación del cumplimiento de derechos, a luchar por derechos concretos, a evaluar los derechos en el movimiento de Cocemfe Maestrat, a informar a las personas con discapacidad, especialmente, sobre sus derechos y deberes, a potenciar la reivindicación de derechos, a formarnos todos en la defensa de los derechos y dotarnos de instrumentos para ello, a trabajar en grupo en la defensa de los derechos de las personas con discapacidades del Maestrat.

Como vemos, tanto desde la perspectiva de la legislación vigente como del compromiso de Cocemfe Maestrat, la defensa de los derechos está bien pertrechada. Pero la realidad, en el día a día, no parece corresponder exactamente con esa idea. De nada sirve tener un buen soporte legal que garantiza derechos si en el día a día no se observa el ejercicio activo de esos derechos. De nada vale que la Convención garantice el derecho si en el día a día, y a causa generalmente de desconocimiento y concienciación, se ven incumplidos estos derechos. En Cocemfe Maestrat se lleva años haciendo actividades para cambiar esta situación y lograr el ejercicio activo, cotidiano y permanente de los derechos de las personas con discapacidades generando una concienciación y por otro lado defendiendo derechos de forma común con la colaboración de personas con y sin discapacidad haciendo un control de la evaluación del cumplimiento de los derechos cotidianos en el entorno de las ciudades y pueblos que forman la comarca del Maestrat.

De nada sirve que las leyes protejan nuestros derechos, si la cultura de la sociedad invade, sutilmente y sin conciencia de hacerlo, con sus actitudes la posibilidad de ejercer el derecho. De nada sirve que tengamos derechos a decidir si nadie nos informa de ello ni nos ofrece la oportunidad, el apoyo y la confianza de poder hacerlo, e incluso menos si veladamente se nos niega esa oportunidad. Cocemfe Maestrat tiene aun un largo e irrenunciable camino por delante para lograr una plena integración de derechos reconocidos.

**Manolo Celma Campanal**  
*Presidente Cocemfe Maestrat*



## Fiesta de fin de temporada del club Bamesad (Baix Maestrat Esport Adaptat)

**D**ecía Walt Whitman, poeta estadounidense: “Cuando conozco a alguien no me importa si es blanco, negro, judío o musulmán. Me basta con saber que es un ser humano”.

Organizada por el Club BAMESAD y patrocinada por el Ayuntamiento de Sant Jordi, se ha celebrado el día 17 de julio en las instalaciones de la piscina municipal de este municipio, una fiesta de convivencia a la que han asistido deportistas, familiares, voluntarios y simpatizantes del mundo de la discapacidad. Por tercer año consecutivo, el Ayuntamiento de Sant Jordi, a través de su Alcalde D. Luís Tena, ha cedido las instalaciones de la piscina municipal para hacer posible este encuentro, tan entrañable e importante, para todos aquellos que amamos y deseamos que el mundo de la discapacidad encuentre la integración en esta sociedad que en muchas ocasiones les da la espalda. He de destacar de forma muy especial el magnífico trabajo realizado en las instalaciones de este complejo municipal que hacen del mismo un ejemplo a seguir por el resto de los municipios de toda la comarca. En presencia de D. Luis Tena, alcalde y de

Manolo Celma, presidente de COCEMFE MAESTRAT, se estrenó la primera silla adaptada hidráulica en la comarca, en un complejo deportivo de estas características que permitirá el uso y disfrute de las instalaciones acuáticas a toda clase de personas. No quiero olvidar la gran mejora que para el mundo de la discapacidad se ha realizado en este complejo, un ejemplo: los vestuarios, totalmente adaptados. Todos aquellos que trabajamos, ya sea como voluntarios o como técnicos, queremos agradecer el gran esfuerzo realizado por el Ayuntamiento de Sant Jordi y muy especialmente a su Alcalde el Sr. Tena que, a su vez, subvencionó una paella, cocinada por la Sra. Esther Beltrán, madre de una de nuestras voluntarias, y que fue del agrado de todos los asistentes. Por último mi agradecimiento a Esther Santos, responsable del Club BAMESAD, por estas iniciativas de convivencia tan enriquecedoras que hacen más grande el mundo del deporte adaptado. Deseamos seguir contando con estas iniciativas, así como con la amabilidad y la generosidad del Ayuntamiento de Sant Jordi, para la celebración de dicha jornada en años próximos. No dudo de que así será.



## La Catalana

VESTUARIO HOSTELERÍA - LABORAL - SANITARIO



VESTUARIO PARA HOTELES, RESTAURANTES,  
TALLERES, COMERCIOS, MÉDICOS, COLEGIOS,  
PELUQUERÍAS, BATAS PARA HOGAR, ETC ...

*Personalizamos las prendas con bordados.  
Mandamos género contra reembolso*

C/ d'Olivella, 24 - 12580 BENICARLÓ  
Tfno. 964 46 14 96 - Fax. 964 82 63 70

PANADERIA - BOLLERIA



NºRS.20.3652/CS

San Sebastián, 39  
Tel. 964 472 873

Casilla Mercado Nº 12  
Tel. 964 471 391

12580 Benicarló



## Travessia al Port de Vinaròs 7 agost



LECTURA ● PREMSA



AVDA. ESPANYA, 4  
12598 PEÑÍSCOLA - CASTELLÓN

## artcrom dgl

Impressió digital i  
serigrafia

Tel.: 964 45 24 84  
Sant Tomàs, 12  
Vinaròs



## Nuevo Curso para Cocemfe Maestrat y su Club Bamesad



Como viene siendo habitual desde hace unos años, COCEMFE MAESTRAT y su CLUB BAMESAD BAIX MAESTRAT ESPORTS ADAPTATS, reunieron a sus socios, deportistas, amigos, familiares y simpatizantes, en un entorno muy especial y agradable como lo es la Ermita de Nuestra Sra. de la Misericordia de Vinaròs. Poco a poco fueron llegando los asistentes a este entrañable acto. Saludos, abrazos, apretón de manos, todo de manera espontánea y cariñosa, fue sucediéndose durante toda la mañana y parte de la tarde entre los asistentes. El motivo de dicho evento era para anunciarnos a todos que el nuevo curso 2011-2012 está a punto de comenzar y una manera rica y sabrosa de hacerlo, la mejor, fue alrededor de unas magníficas paellas, cocinadas por padre e hijo Delfín Jovaní de manera altruista. Ambos pusieron todo el cariño para que saliera perfecta, como así fue. Gracias a ambos por su generosidad y ayuda al mundo de la discapacidad.



La jornada festiva tuvo su complemento con una rifa donde se repartieron muchos obsequios entre las personas que tuvieron la suerte de tener el número "cantado". Se puso punto final a la rifa con la entrega de un buen jamón que recayó en la persona de Margarita López. A la fiesta se sumó la alegría y el bien hacer del conjunto de los Tigres del Servol. Ellos amenizaron la sobremesa con sus canciones e hicieron disfrutar a los asistentes que se arrancaron a bailar, pasando un rato maravilloso. Asistieron a la comida tanto el Presidente de COCEMFE MAESTRAT, Sr. Celma, como la coordinadora del CLUB BAMESAD, Esther Santos.



Agradecer a todas las personas que, con su empeño y tesón, hicieron todo lo posible para que el evento fuera un lugar de encuentro y convivencia perfecto entre todos los asistentes. Ahora toca trabajar, para que el nuevo curso sea un éxito y podamos seguir avanzando en él, cumpliendo nuestros objetivos en todas aquellas actividades que tenemos programadas. Ánimo a todos los voluntarios y a las personas que de una manera u otra, colaboran con el mundo de la discapacidad para que su integración social sea una realidad.



Cocemfe Maestrat agradece un año más a Carrefour Vinaròs su colaboración hacia nuestra asociación.



**Hotel Los Delfines**

\*\*\*



LATITUD  
N 40° 21' 45"  
LONGITUD  
E 00° 24' 09"

- **Bufet mediterráneo**
- **Libre de barreras arquitectónicas**
- **Enfrente de playa accesible**

Avda. Papa Luna, 4 · 12598 PEÑÍSCOLA (CASTELLÓN) - Tel. 964 48 13 61 · Fax 964 48 05 10  
[www.hotel-losdelfines.com](http://www.hotel-losdelfines.com) · [reservas@hotel-losdelfines.com](mailto:reservas@hotel-losdelfines.com)

## Cocemfe Maestrat elige su dama de las fiestas patronales en Benicarló

Cuando la vida te presente razones para llorar, demuéstrale que tienes mil y una razones para reír. **Fina Serrano Guevara** tiene motivos para reír, soñar y ser feliz. COCEMFE MAESTRAT la ha elegido DAMA para representar a la entidad en las fiestas patronales de Benicarló 2011. En un acto sencillo, pero muy emotivo e intenso, se le impuso la banda en presencia de la DAMA saliente la **Srta. Rosa Río Jiménez**. Se les hizo entrega de un precioso ramo de flores. Momentos antes Manolo Celma, Presidente de COCEMFE MAESTRAT, pronunció unas palabras dedicadas tanto a la dama saliente como a la entrante. Ambas agradecieron a los asistentes su presencia y también que se hubiesen acordado de ellas para ser elegidas como representantes de la entidad. Por




Parador Colaborador  
**Hostería del Mar**  
 Bodas • Banquetes • Comuniones • Bautizos • Comidas empresa

1ª Línea de Playa. Peñíscola  
 Tel. 964480600



**Peluquería Canina**  
**Mister Dog**  
**Pajarería**

[www.misterdog.es](http://www.misterdog.es) **964 47 56 99**  
 C/Escoles Cristianes, nº7 Benicarló

**ALONSO**  
 SEGUROS - INMOBILIARIA

Tel. 964 45 45 35  
 c/ Socorro, 36 - 12500 Vinaròs (CS)  
[www.joalonso.com](http://www.joalonso.com)  
 inmobiliaria@joalonso.com



**CADENA SER**, NUMERO 1 DE LA RADIO EN ESPAÑA DURANTE 17 TEMPORADAS CONSECUTIVAS

GRACIAS A TODOS POR CONTRIBUIR A QUE **SER MAESTRAT 106.2 FM** CONTINUE SIENDO LA Nº 1 Y AUMENTE SU LIDERAZGO ENTRE LAS EMISORAS INFORMATIVAS EN LA COMARCA SEGÚN EL ESTUDIO GENERAL DE MEDIOS (EGM) DE DICIEMBRE DE 2010.





segundo año consecutivo COCEMFE MAESTRAT presenta DAMA para las fiestas patronales de Benicarló. Hay que destacar la asistencia al acto de familiares, amigos y una nutrida representación de ediles del Ayuntamiento de Benicarló, tanto por parte del PP como del PSOE, mostrando en todo momento una gran cordialidad entre ellos. Marcelino Domingo, Alcalde de Benicarló, excusó su asistencia al acto por motivos de agenda. Es importante que la política y sus representantes se impliquen en esta clase de acontecimientos donde el mundo de la discapacidad demuestra que está vivo y busca la integración en una sociedad que muchas veces les "arrincona". Dar las gracias también a los medios de comunicación de Benicarló por su presencia en estos actos. Una vez impuesta la banda de honor a la nueva DAMA, los asistentes fueron invitados a un magnífico refrigerio en un almacén cedido por la socia Sra. Rosita Geira. Después de degustar unos ricos y sabrosos alimentos, así como de unos vinos estupendos y

bebidas refrescantes, acompañado todo ello por una amena tertulia, la fiesta fue disipándose poco a poco con la marcha de los asistentes que agradecían la invitación a tan significativo acto. Enhorabuena Sra. Fina por esta alta distinción que COCEMFE MAESTRAT le ha otorgado para representar a la entidad y lo que ésta representa: EL MUNDO DE LA DISCAPACIDAD. La vida es una fiesta si uno hace lo que ama. Estoy seguro que Ud. hace lo que ama. Repetir la enhorabuena por su nombramiento y desear que en compañía de todos sus familiares y personas que la quieren, pase unas magnificas fiestas patronales.



**Vizcarro**  
-FRUITS-

la diferència no la marquem nosaltres,  
la marques tú.

c/ Pío XII, nº16 · 12500 · VINARÒS · Tel. 964 82 95 31

Via de servicio Benicarló  
N-340 Km. 1.045  
Tel. 964 472 139

**LLUSOFE**  
AUTOMOCIÓN

MANTENIMIENTO  
MECÁNICA  
ESPECIALIZADA

# Baloncesto en silla de ruedas en Peñíscola



Organizado por el Basket Club Peñíscola, se celebró en esta ciudad, durante los días 13 y 14, el II Campeonato Streetball 3X3 Ciudad de Peñíscola dedicado a la promoción del baloncesto. El Club Bamesad Esports Adaptats de Cocemfe Maestrat, fue invitado a organizar dicho torneo y a participar en la modalidad de 3 x 3 en silla de ruedas. El equipo de Reus Costa Dourada, equipo que milita en división de honor del baloncesto en silla de ruedas, fue el equipo “estrella” del evento, que se desarrolló en el paseo de la playa norte, marco incomparable de la ciudad donde el público asistente pudo disfrutar de las evoluciones de los jugadores en silla.

La práctica de cualquier deporte es una actividad extraordinariamente positiva para el conjunto de una sociedad de “normales”, pero para el conjunto de personas con algún problema físico o intelectual, (como es el caso de los discapacitados), el deporte es indispensable, pues a través del mismo consiguen la readaptación física y psicológica tan necesaria o, lo que es lo mismo, significa el triunfo sobre su discapacidad y un reconocimiento importante para su integración. Es precisamente con este tipo de partidos con los que se pretende acercar el deporte adaptado a la sociedad, a la que se le pide una

mayor colaboración, acercamiento y solidaridad para el logro de dicha integración. Es importante que el baloncesto adaptado haya tenido su protagonismo y en una ciudad tan bonita y próxima como lo es Peñíscola, además, en los días centrales del verano. Agradecemos a los organizadores esta deferencia y preocupación por el deporte adaptado. Deseamos y confiamos que en años próximos se vuelvan a acordar de nosotros. La competición del “3 x 3 Baloncesto en Silla de Ruedas” fue organizada en dos grupos: un grupo de cuatro y un grupo de tres. Dentro de cada grupo jugaron “todos contra todos”. Una vez finalizada la primera fase se realizaron cruces entre los primeros y segundos de cada grupo. Entre ellos se disputaron las semifinales y la final. Los perdedores de las semifinales jugaron para el tercer y cuarto puesto. El torneo fue ganado por el equipo del Costa Dourada de Reus, formado por los jugadores: Javi, Iván y Alex. Segundo quedó el equipo formado por David, Alex y Jans y el tercer equipo clasificado lo formaban Manolo, Agustín y Oriol. Al finalizar el torneo se realizó una sencilla entrega de premios con la presencia del presidente del club basquet Peñíscola, Javier Comós, y el responsable del Departament d’Esports de Peñíscola, Sr. Tino.

**BAZAR REGALOS GALVIN**  
Todo tipo de artículos desde: 0,75 - 2 - 3 € y más  
TÉXTIL, ZAPATERÍA, BOLSOS,  
DECORACIÓN, CUADEROS, MALETAS, ETC.

Avda. Libertad, 45 - Tel. 964 45 63 06  
Móvil 673 781 988 - 12500 VINAROS

Av. Pablo Ruiz Picasso, 41 - Tel. 964 45 63 06  
12500 VINAROS

**NUTRICIÓN Y SALUD INTEGRAL**  
CONTROL DE PESO, SIN DIETAS NI  
COMIDAS RESTRICTIVAS  
COMER BIEN PARA PERDER PESO

ESTUDIO INICIAL Y SEGUIMIENTO  
DE LA EVOLUCIÓN GRATUITOS  
SI QUIERES CAMBIAR TU IMAGEN  
Y MEJORAR TU CALIDAD DE VIDA

LLÁMANOS AL 685349078



# DEPORTES



TAXI  
**ARCADI**



9 PLAZAS • VIAJES PROGRAMADOS  
ADAPTADO PARA DISCAPACITADOS

**674 700 700** VINARÒS

HOGAR DEL JUBILADO  
CENTRO SOCIAL PEÑISCOLA

Playa Sur  
12598 PEÑISCOLA

Tel. 620 43 41 13

p e r r u q u e r i a



s t i l h o m e

Tel 964 45 05 44

C/Puente n° 6

VINARÒS

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



# Jornada multideporte adaptado de verano en Onda



Toda persona, sin importar su condición física o social, tiene algo valioso que entregar a los demás. Los discapacitados tienen ese tesón, ganas de vivir, espíritu de superación y solidaridad, cualidades éstas de las que, muchas veces, los “capacitados” carecen. Así fue la Jornada Multideporte Adaptado de Verano en Onda. Dicho evento estuvo organizado por el Club ADAPONDA de la ciudad y patrocinado por el IPDC (Instituto Provincial de Deportes de Castellón) y el Ayuntamiento de Onda. COCEMFE Maestrat, a través de su Club BAMESAD Baix Maestrat Esports Adaptats, participó en esta jornada en cuatro modalidades deportivas: Tenis de Mesa, Natación, Baloncesto en Silla de Ruedas y Handcycling. Me siento orgulloso de nuestros deportistas, de todos. Han demostrado cada uno de ellos que son dignos de pertenecer a un club grande, que trabaja con ahínco no solo para conseguir buenas marcas o buenos resultados, sino algo mucho más importante, está logrando PERSONAS, así, en mayúsculas. Personas educadas, respetuosas, que buscan su integración en la sociedad a través de esta magnífica actividad. Ellos son todo un ejemplo incluso para el deporte de “capacitados”, en mi opinión, estos, deberían buscar más la integración con los deportistas discapacitados acercándoles a su entorno, les ayudaría a conseguir una integración verdadera. Ya centrados en la jornada, nuestros de-



**PELUQUERÍA**

**CENTRO SOCIAL  
HOGAR DEL JUBILADO**

Tel. 647 02 66 44  
12598 PEÑÍSCOLA

Avda. Aukra Leukre, s/n

**RELOTJERIA JOIERIA**

**CANO**

**REPARACIÓ DE JOIERIA**

Tel. 964 48 98 80  
Avda. España, 29

Peñíscola



# DEPORTES

portistas participaron en una prueba de extraordinaria dificultad, por su intensidad, duración y por un sol implacable que hacía durante su desarrollo, estoy hablando de Handciclyng (bicicleta adaptada), donde Manolo Celma, Ramón Meseguer y Josep Ginovart exhibieron sus buenas cualidades realizando 5000 m. En Tenis de Mesa se observó un gran nivel por parte de nuestros jugadores. Citaré solo a los campeones, pues fueron muchos los deportistas que intervinieron en esta modalidad. Grupo 1 Víctor Chiva, grupo 2 A, Jonathan Guardino, grupo 2 B, Miguel Ángel Arango que a la postre fue el campeón absoluto del grupo 2. Por la tarde se celebraron las pruebas de natación, donde nuestros nadadores, tanto en la categoría de infantiles como en la de mayores, estuvieron a un gran nivel mejorando la mayoría de ellos sus mejores registros. Así mismo se desarrolló un partido de baloncesto en silla. Partido entretenido seguido por todos los deportistas y sus familiares. El partido lo jugaron el equipo del Club BAMESAD Baix Maestrat con un equipo mixto, personas discapacitadas y no discapacitadas, todo ello como siempre buscando la integración en la sociedad de la discapacidad. Quiero felicitar a todas las personas que han hecho posible este evento, muy especialmente al Club ADAPONDA que a través de su representante Pepe Ramos ha realizado un grandísimo trabajo. Por supuesto felicitar a todos nuestros deportistas, monitores y voluntarios, por la gran labor que están realizando, logrando que nuestro Club BAME-

SAD sea cada día más grande, respetado y reconocido por todos. Sois todo un ejemplo de superación. Mi aplauso más sincero.



Turismo Accesible



VIAJES  
HAYA TRAVEL  
TURISMO ACCESIBLE

Tlf. 963 27 78 80 Fax 963 27 78 86

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

[turismoaccesible@hayatravel.com](mailto:turismoaccesible@hayatravel.com)

"POR UN TURISMO PARA TODOS"

*Siempre  
a tu lado,  
Por la  
accesibilidad*



ARQUITECTURA  
**adaptada**

Tlf. 622 43 54 54

[www.arquitectura-adaptada.com](http://www.arquitectura-adaptada.com)

[info@arquitectura-adaptada.com](mailto:info@arquitectura-adaptada.com)

"POR UNA ARQUITECTURA  
SIN BARRERAS"

ARQUITECTURA  
ADAPTADA  
SIGLO XXI S.L.



# ENTREVISTA a Pablo Castell Ferrerres

**propietari de la  
Impremta Castell**

## **Quants anys portes en el món de la impressió?**

Vaig estudiar 4 anys de farmàcia a València, però fa set anys vaig voler fer un canvi de sentit al meu camí professional i vaig decidir estudiar disseny gràfic i simultanejar els estudis amb el negoci familiar.

## **Com vas establir la relació amb COCEMFE?**

Coneixíem la tasca que estava fent COCEMFE gràcies al 7 dies i a la intensa activitat que duu a terme Manolo Celma dins la entitat. Sempre hem admirat el voluntariat i la força i il·lusió de lluitar per trencar les barreres que suposa viure amb una discapacitat.

## **Com va sorgir el projecte de la revista?**

La revista Obrim Pas va ser principalment iniciativa de Paco Castell i Manolo Celma. Posteriorment Noemí Polls i jo ens vam anar contagiant d'aquesta il·lusió i de les ganes de fer un projecte com aquest i ens hi vam sumar. La revista Obrim Pas és una publicació que ha de servir per donar a conèixer totes les activitats de la entitat i divulgar tots els projectes que porta endavant COCEMFE i conèixer el dia a dia de la seva gent. Es tracta d'una revista sense cap connotació política.

## **Quins altres projectes s'han fet amb COCEMFE?**

Ja per Nadal vam col·laborar amb la realització d'un calendari. COCEMFE i la seva gent saben que sempre tenim espai per a ells. Qualsevol entitat altruista com aquesta, sempre pot comptar amb la nostra col·laboració. També constantment estem donant tota la difusió que podem a través de les nostres altres revistes.



***“L'entitat sap  
que pot comptar amb nosaltres”***

## **Quins projectes de futur teniu amb la entitat?**

De moment mantenir la revista, ja que aguantar un projecte com aquest en temps de crisi, costa. Volem agrair als col·laboradors i les empreses que de manera desinteressada estan fent possible que la revista, sense ànim de lucre, tire endavant. Esperem tenir més ocasions per fer coses conjuntament amb COCEMFE. L'entitat sap que pot comptar amb nosaltres.



**PASTES i PANS  
MONTSE**

**El sabor de sempre ...**

BENICARLÓ  
C/. Olivella, 26 - 964 47 08 70  
Fco. Ferreres Bretó, 25 - 964 47 50 81

PENÍSCOLA  
C/. Avignon, 7 - 964 48 05 22



## Propuesta

Cocemfe Maestrat ha propuesto a la Concejalía de Turismo y Playas de Vinaròs que estudie la futura creación de un Club de Producto con la denominación 'Turismo Accesible, Turismo para Todos' y que se impulse un Plan de Accesibilidad Turística. Cabe recordar que en la actualidad se están ejecutando en la ciudad las obras del Plan de Accesibilidad, incluido en el Plan Confianza, por lo que será accesible prácticamente al 100%. Esto debe aprovecharse también en materia turística.

Además desde Cocemfe se está reivindicando también que este plan se aplique a todas la ciudades del Maestrat.



## Agradecimiento

Cocemfe Maestrat quiere agradecer al hospital los nuevos estacionamientos reservados a personas con movilidad reducida y las nuevas rampas realizadas en la puerta principal.



**Rojo  
Picota**  
VINOTECA

Peñiscola



## Aventurillas sobre ruedas III Emociones sobre ruedas en La Molina

Hola otra vez!!

Para este número tenía preparado contaros una de nieve, por lo del calor del verano y tal...pero al final me he acordado de que las pistas de esquí también están abiertas en verano. Últimamente aprovechan las estaciones la gran mayoría de los meses. El descenso en bicicleta de montaña se adueña de las pistas. Por donde en invierno se baja esquiando sobre una manta de nieve, en verano se transforma en pistas de descenso para las personas a las que les va la aventura y los deportes de riesgo, claro que tampoco se suda mucho, ya que el telesilla se encarga de subirte hasta los 2500 metros de altura y descender hasta la cota de los 1500 metros. Los ciclistas, pagando el forfait como en invierno, tienen el derecho de usar las instalaciones y subir las veces que lo deseen o las que las piernas les aguanten.

Una de las veces que subí a esquiar en invierno, Mariona, la encargada de la fundación de Johan Cruyff que hay en La Molina para los deportes de invierno y verano para personas con discapacidad, me comentó que en verano traerían unas bicis de descenso para gente discapacitada.

¡Pues dicho y a los pocos meses hecho!!!!

Llamé a Mariona para informarme de cómo estaba el tema. Me dijo que subiera, que no me comentaba nada, porque tenía que probarlo.

Quedé con Ángel, un amigo de Girona y un amigo de aventuras.

Llegamos sin problemas a las instalaciones (comparado con el invierno) y fuimos hacer un café con Mariona. Nos explicaba que esta silla de



descenso de barrancos era una pasada, que les había llegado la semana pasada y que la habían probado los monitores. Éramos los primeros discapacitados que la probaríamos. Nos contaba que si los frenos eran de disco, que si tenía un manillar de no se qué... nosotros lo único que queríamos y que nos interesaba era probarla, estábamos nerviosos de lo que nos explicaba.

Cuando la vimos nos quedamos un poco extrañados, yo sinceramente un poco decepcionado. Me recordó a un carretón de los que hacemos cuando somos pequeños. Pero teníamos que probarla, ¿no???

Me tocó a mí hacer el primer descenso. La verdad es que para subir en el telesilla ya más o menos estaba acostumbrado. Una vez arriba y con el uniforme puesto, unas protecciones de ir en moto y en quad, y vamos ... que solo me faltaba una huevera!!! no me podía hacer daño por ninguna parte. Mariona me dijo que me dejara caer por la colina (una de las cosas que no he contado es que no tiene pedales, solo funciona por inercia, osea, "pa bajo") que siguiera a un compañero suyo y que ella iba detrás. Al principio la emoción es parecida a la del esquí, pero enseguida te das cuenta que eso tiembla y que tienes que girar con el manillar y con el cuerpo y si vas ya muy rápido, hasta con los dientes. Claro, eso es por que las pistas están preparadas para bicis de dos ruedas, pero para girar rápido con eso, da mucho, mucho miedo, la verdad. Di un par de saltos, que lo suyo es caer con las ruedas de atrás o con las 4 a la vez, pero con las de delante es pupa!!!! Pero bueno, la primera parte estaba ya pasada, la

# BURGER TEXAS

Tel. 964 45 58 74

## REPARTO A DOMICILIO

Hamburguesas  
Bocadillos

HORARIO REPARTO: 8 - 23 h DIARIO

HORARIO LOCAL: 7.30 - 23.00 h

Platos Combinados  
Pollo Frito

mas difícil creo yo. Luego ya vino un trozo mas suave y, no sé, en comparación, yo creo que empezaba una pista roja y luego empalmábamos con una de esquí de fondo. Cuando llegué abajo, Ángel me esperaba con ganas, se moría por subir. Yo no le quise decir gran cosa, porque se emociona. Cuando se fue eran sobre las 11. A las 2 todavía no había llegado, el muy bestia se estampó contra una valla después de un salto, y destruyó la dirección. ¡QUE BRUTO!!!!

Después de comer decidimos ir a dar una vuelta por los alrededores con las bicis. Ángel, que es más fuerte y corpulento que yo, me retó, y yo que no me pico, pues ala.... Es una pena que no podáis ver los vídeos, pero fue una pasada.

Así que la aventura que se trataba de descender en un carretón, se convirtió en esto y unas agujetas de 3 días. Supongo que no es una de las aventuras más emocionantes, pero habrá más, seguro.



**SERVICIO RÁPIDO PEÑÍSCOLA**

SERVICIO DE NEUMÁTICOS,  
REVISIONES, PRÉ ITV,  
SUSPENSIONES, MECÁNICA EN GENERAL,  
AUTO DIAGNOSIS, ETC...

Avda. Estación, 28 Bajos Móvil: 692 059 863  
12598 PEÑÍSCOLA (Castellón) Fax: 964 10 94 14  
serviciorapidopeniscola@gmail.com

**CENTRO DE ESTUDIOS SEBASTIAN**

MATEMÁTICAS - FÍSICA - QUÍMICA  
Niveles PRIMARIA - ESO - BACHILLERATO - MÓDULOS  
Ciclos Formativos MEDIO y SUPERIOR

Teléfono: 964.82 70 21  
Móvil: 605 43 20 51  
C/ Dr. Ferrán, 8 - Bajos

12580 BENICARÓ  
(Castellón)



# Medios de comunicación y discapacidad

Rafa Mingo

Son muchos los estereotipos que impiden al mundo de la discapacidad participar e integrarse en la sociedad como ciudadanos, en igualdad de condiciones pero con sus diferencias.

Las personas con discapacidad tradicionalmente han venido sufriendo el distanciamiento de una sociedad que les apartaba e ignoraba. Hoy en día, en muchas circunstancias, siguen desgraciadamente produciéndose hechos que revelan cuanto digo. Sin duda hemos mejorado y nos hemos acercado al mundo de la diferencia, aunque, también es verdad, seguimos actuando como una sociedad llena de prejuicios y con un profundo desconocimiento hacia las personas que muestran sus diferencias con naturalidad, buscando la inserción y no la exclusión. Una profunda reflexión por parte de todos los "normales", sería parte de la solución al problema del mundo de la discapacidad. Cada peldaño, cada avance, por pequeño que sea en el mundo de la discapacidad, nos enriquece a todos y a ellos les acerca a hacer realidad sus sueños.

Se dictan normas y leyes, desde todos los organismos nacionales e internacionales, buscando la equiparación del mundo de "distintos" con ese otro mundo llamado de "normales". Cuando las leyes se dictan pero no se cumplen, los avances son inexistentes, esto es fre-

cuente respecto a los discapacitados. Problemas en el acceso a la salud, educación, empleo, ocio y cultura y...¿para qué tantas leyes?

Son muchas las cosas que pueden realizarse para que el mundo de diferentes sea conocido y su integración sea una realidad. Los medios de comunicación son una de esas herramientas fundamentales para el logro de dicho fin. Estos medios son creadores de imágenes y **conformadores de identidades colectivas**, por todo ello, son imprescindibles a la hora de sensibilizar a la opinión pública y potenciar de manera extraordinaria los efectos que las medidas legislativas deben tener en las diferentes esferas sociales. Para ello deben centrarse en el núcleo central de los problemas que afectan a este colectivo, entre otros: barreras arquitectónicas, acceso al empleo, atención sanitaria personalizada, educación especial, deporte adaptado y un largo etc. Siendo todo esto de suma importancia,

no lo es menos la forma en la que se trasmite el mensaje a la sociedad. Las personas con discapacidad no solamente son "receptoras de ayudas", son personas de carne y hueso, capaces de realizar gestas extraordinarias y que poseen cualidades y capacidades maravillosas. Por todo ello, los medios de comunicación, han de cuidar con equi-



**MERCA - PRESS**  
VINARÒS



Prensa - Revistas  
Papelería - Detalles de Regalo  
Pablo Ruiz Picasso, 76  
Frente nuevo Mercadona  
VINARÒS  
TEL. 964 402 210

Floristeria

Ramos novia  
Arreglos florales  
Decoración interiores  
Plantas y flores

*Felici*



C/ Vinaròs, 1  
Tel. 964 471 795  
12580 Benicarló

floristeriafelici@ono.com  
www.floristeriafelici.es

sitez el lenguaje a la hora de dirigirse a estas personas. Aún se escucha, por desgracia en el siglo XXI, un lenguaje discriminatorio y estigmatizante al poner el énfasis sobre la discapacidad antes que la condición de la persona. El lenguaje es una herramienta transcendental que condiciona la representación mental de cualquier realidad social. Elegir las palabras con las que dirigirse a este colectivo, es fundamental, como también lo es el espacio utilizado en los diversos medios, actualmente muy desproporcionado con el mundo de "normales".

En la plena integración de las personas con discapacidad, es sin duda de vital importancia la implicación, sin fisuras, de los medios de comunicación para que la sociedad, a través de las imágenes que en los diversos campos y actividades nos ofrecen estas personas, sean el ejemplo más claro de todo aquello que son capaces de realizar.

***"La vida es el mayor arte que existe y saber vivir es ser un gran artista. Vivir las veinticuatro horas de un día intentando superar los momentos difíciles, sabiendo disfrutar de los momentos agradables que nos presente la vida, eso es vivir; y vivir siempre merece la pena, hasta el final, hasta que el Maestro de nuestra acuarela decide que nuestro cuadro está terminado a su gusto y sólo le queda poner la fecha y la firma."*** (Olga Bejarano, pentapléjica y autora de varios libros). La misma autora nos expresa este pensamiento tan profundo: ***"Cualquier vida es única e irrepetible y tiene tanto valor como otra. Si hubiese una vida sin importancia, ninguna sería importante."*** Otro ejemplo maravilloso: ***"No tengo complejos de ninguna clase; la vida sigue y yo también. Lo único que quiero es que me miren con dignidad"***. (Jazmín Esparza, tetrapléjica).

Es un honor para mi terminar este pequeño artículo, con frases tan hermosas que describen con total nitidez aquello que he pretendido expresar. ¿Vale la pena luchar por el mundo de la discapacidad? Mi respuesta es, **SÍ**. Miremos con dignidad al mundo de la discapacidad.

## ¿Por qué , Por qué?

Ya hace un año de mi gran viaje, en el que viví una gran experiencia tanto a nivel personal como espiritual. Me acuerdo de los grandes paisajes, los hoteles, mis amigos, las juergas, la travesía con el barco, todo lo que me pude permitir lo hice.

Pero desde hace unos días estoy un poco raro, mosca conmigo mismo, no sé; me da la impresión de que estoy valorando solo mis días allí como unas vacaciones de las que te puedes encontrar en cualquier paquete de una agencia de viajes. De las que cuando las acabas y vuelves a tu rutina diaria no ha cambiado nada en tu cabeza, que tu cerebro sigue igual, vamos. ¿Por qué? Por qué, me pregunto últimamente, ya no me acuerdo de los días que pasé en Antananarivo, la capital, donde solo salir del hotel la gente se abalanzaba encima mío para que les diera dinero, o lápices o un simple caramelo. De que allí la sanidad es precaria, mientras aquí nos quejamos, con o sin razón. O la educación, aquí tenemos pública y, para los que se lo pueden permitir, una privada. Así como un montón de cosas.

Escribo esto para que no se me olvide todo lo mal que lo pasan en algunos países mientras en otros nos creemos que tenemos el derecho de vivir como vivimos por el simple hecho que la cigüeña nos lanzó en el punto cardinal idóneo. Espero que estas cuatro líneas os sirvan a vosotros también para reflexionar un poco... o no, no sé...

**Álex Calvo Prats**



**ESPAI INFANTIL**  
**Els Barrufets**  
para niños de 4 meses a 8 años

**C/ SAN BLAS 66, bajos Vinaròs**  
**Tel. 695 318 524**  
**barrufetsvinaros@hotmail.com**



**Aprende  
mediante el juego**



**Horario  
a convenir**



**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**

