



sabías que

Un paseo por "Los Olivos"



señas de identidad
Emilio Cano Candel



hablando con
Ana Mª
Gambín Martínez



tema recomendado
Ley antitabaco
y ayuda para dejar
de fumar



te interesa
Personas con
Síndrome de Down

Somos

Equipo de redacción



Fuensanta Zamora Sáez
Sección de Control de Calidad de los Servicios
968 365 433 • fuensanta.zamora@carm.es



Mª Antonia Sánchez Bastida
Centros Ocupacionales
968 138 296 • mantonia.sanchez@carm.es



Aníbal Torregrosa Meseguer
Servicio de Atención a Personas Mayores
968 362 539 • anibalj.torregrosa@carm.es



Juana Sánchez Merlos
Residencias de Personas Mayores
968 362 121 • juana.sanchez9@carm.es



Antonio Sola Roca
Sección de Coordinación Informática
366176 • antonio.sola@carm.es



Juana García Guillén
Subdirección de Gestión de Servicios Sociales
635553 • juana.garcia9@carm.es

La extensión de los escritos será como máximo de dos folios a una sola cara y doble espacio. La dirección de correo de la revista es: somos-issorm@listas.carm.es
La revista también está disponible en internet en la dirección: www.carm.es/ctra/

El equipo de redacción de la revista no se responsabiliza de las opiniones vertidas en los artículos publicados, siendo éstos responsabilidad de su autor.

3 Editorial

4 La Dirección informa IMAS

6 Sabías que “Un paseo por Los Olivos”

11 Señas de Identidad Emilio Cano Candel: “El contrapeso de la picardía frente a la discapacidad”

14 Hablando con Ana Mª Gambín Martínez

17 Felicitaciones

20 Tema recomendado Ley antitabaco y ayuda para dejar de fumar

24 Tienes que saber

26 Te interesa Personas con Síndrome de Down

31 Cosas que hacemos

35 Buzón Abierto

35 Colaboraciones

Dep. Legal: MU.1289/2004

Diseño e
Impresión: Ediciones Edima, S.L.
www.edicionesedima.com

Portada: Centro Ocupacional Los Olivos

Aparecemos en este número con informaciones nuevas acerca de la inminente creación del IMAS, disponemos de ellas a través de nuestra Secretaria General, que nos ha elaborado una información extractada del proyecto de creación de éste; la cual; no refleja más que lo que hasta ahora es reflejable, quedando pendientes algunos matices en referencia al verdadero alcance y afectación, que habrán de esperar turno y momento.

Estamos en un momento de cambios, y esto supone, el despliegue de una cierta actitud observante; nos debatimos entre pensamientos y sentimientos. El IMAS viene a sustituir al ISSORM querido y aunque las despedidas no siempre son tristes, no por ello hay que negarle una cierta dificultad. De nuevo, compañeros viviremos juntos este proceso de reestructuración, de nuevos ensamblajes, porque recibiremos compañeros nuevos, seremos más (no menos) y nuevamente demostraremos que SOMOS.

Florece la Primavera, acompañada como veis de inminente renovación, SOMOS también se quiere renovar y deseamos que a la par que nos vienen nuevos tiempos, aprovechemos para retomar este proyecto de integración, para aportar pensamientos y sentimientos, opciones y hagamos de SOMOS, lo que realmente SOMOS.



Se creará un nuevo organismo autónomo, el Instituto Murciano de Acción Social (IMAS), que sustituirá al actual ISSORM.

El Instituto de Servicios Sociales de la Región de Murcia (ISSORM) fue creado por Ley 11/1986, de 19 de diciembre, en cumplimiento de lo establecido en la Ley 8/1985, de 9 de diciembre, de Servicios Sociales de la Región de Murcia.

En sus diecinueve años de existencia, el ISSORM ha sido un instrumento eficaz para el logro de importantes objetivos y ha permitido la integración y gestión de las funciones transferidas en materia de gestión de Servicios Sociales procedentes del antiguo Instituto Nacional de Servicios Sociales (INSERSO). Pero, sobre todo, podemos decir que durante estos diecinueve años se ha establecido una sólida base que servirá de punto de partida para el nuevo futuro que ahora se vislumbra.

Durante estos años se ha trabajado mucho y se ha trabajado bien. Sin duda gracias al esfuerzo, a la dedicación, a la profesionalidad, y por qué no decirlo, también a la vocación de muchos de los trabajadores del ISSORM, hemos conseguido llegar hasta donde ahora estamos, prestando unos servicios cada vez mejores y contribuyendo al bienestar de muchas personas de nuestra Región.

Debemos recordar que cuando el ISSORM se crea en el año 1986 gestionaba poco más que la antigua Diputación Provincial. Pero poco a poco, el ISSORM ha ido incrementando sus funciones e incorporando nuevas competencias. Hoy día el ISSORM tiene un presupuesto que asciende en 2006 a 95.953.874 €,

cuenta con unos 1800 trabajadores, gestiona 13 centros residenciales para personas mayores, personas con discapacidad y enfermos mentales, 19 centros de día para personas mayores y 16 centros de estancias diurnas. Ha iniciado un Plan Renove de los centros que ya ha visto como fruto la puesta en marcha del nuevo Centro Ocupacional de Canteras y la nueva Residencia de Enfermos Mentales Luis Valenciano y se continúa con otros centros como la Residencia de Fuente Cubas en Cartagena, el nuevo Psicogeriátrico, la nueva Residencia para personas mayores en El Palmar y un largo etc. Además el ISSORM tramita unos 30.000 expedientes, abona pensiones a 28.000 pensionistas y recibe más de 40.000 visitas a las que se presta atención personalizada.

Pero ahora ha llegado el momento de dotarnos de un nuevo ISSORM que disponga de los medios técnicos y la capacidad suficientes para hacer frente no sólo a la demanda actual, sino también a los retos y necesidades que ya se nos demandan por la sociedad. Debemos seguir progresando y avanzando con los nuevos tiempos para poder ser aún mejores y llegar con nuestros servicios todavía a muchos ciudadanos de nuestra Región que los precisan.

Tres hechos marcan, de manera fundamental, la necesidad de un nuevo Organismo que canalice la futura orientación de la política social de nuestra Comunidad Autónoma:

1. La inevitable evolución social que demanda una adaptación a los tiempos actuales, en donde los

servicios sociales deben hacer frente a problemas y situaciones distintos.

2. La Ley 3/2003, de 10 de abril, del Sistema de Servicios Sociales de la Región de Murcia, que ha regulado un nuevo marco jurídico capaz de permitir fijar y desarrollar los instrumentos necesarios para la satisfacción de las necesidades y demandas de los ciudadanos, ofreciendo respuestas ágiles y eficaces en aspectos tan trascendentales como la cobertura de las necesidades básicas de las personas y su integración social. Se superan así determinados conceptos establecidos en la anterior Ley 8/1985, de 9 de diciembre, a cuyo amparo, no olvidemos, se creó el ISSORM.

3. La nueva Ley 7/2004, de 28 de diciembre, de Organización y Régimen Jurídico de la Administración Pública de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, que establece un nuevo modelo de organización para la Administración Institucional Regional, modelo al que deben adaptarse los organismos públicos existentes.

Tratando de dar respuesta a estas nuevas necesidades el Consejo de Gobierno de esta Comunidad Autónoma ha remitido a la Asamblea Regional un Proyecto Ley que supondrá, tras su aprobación en este periodo de sesiones, la creación de un nuevo Organismo Autónomo, el **Instituto Murciano de Acción Social (IMAS)**, que sustituirá al actual ISSORM. Este nuevo Organismo se inspira en los principios de la Ley 3/2003, de 10 de abril, del Sistema de Servicios Sociales de la Región de

Murcia y contará con una nueva asignación de funciones y una nueva organización. Se pretende así que sea un organismo ágil y eficaz, que disponga de la necesaria autonomía de decisión y gestión, capaz de coordinar las actuaciones en materia de servicios sociales y garantizar el cumplimiento integral de la política social en nuestra Región.

En cuanto a las funciones del nuevo **Instituto Murciano de Acción Social**, decir que ahora se pretende unificar bajo una misma dirección todas las competencias que afecten a sus áreas de actuación, evitando así la actual situación que supone el reparto de las mismas entre la Consejería de Trabajo y Política Social y el ISSORM. Las áreas de actuación del nuevo Organismo serán:

- a) Personas mayores.
- b) Personas con discapacidad.
- c) Enfermos mentales crónicos.
- d) Personas con riesgo de exclusión.
- e) Otros colectivos necesitados de protección que reglamentariamente se determine.

Por lo que se refiere a su organización, destacar importantes novedades. El ISSORM únicamente cuenta con un órgano de gobierno y de gestión: su dirección. El nuevo Organismo, **IMAS**, estará dotado con:

1. Órganos de Gobierno:

- a) Presidencia.
- b) Consejo de Administración.

2. Órganos de Gestión:

- a) Dirección Gerencial
- b) Direcciones Generales
- c) Secretaria General Técnica
- d) Subdirecciones Generales

La **presidencia** corresponderá al titular de la Consejería competente en materia de Servicios Sociales.

El **Consejo de Administración** estará formado por:

- Presidente: Presidente del IMAS
- Vicepresidente: Director Gerente del IMAS
- Vocales:
 - Dos representantes de la Consejería competente en materia de Servicios Sociales.
 - Los Directores Generales del IMAS.
 - El Director General competente en materia de Presupuestos.
 - El Director General competente en materia de Función Pública.
 - Un representante del Consejo Asesor Regional de Personas Mayores.

- Un representante del Consejo Asesor Regional de Personas con Discapacidad.

Resaltar aquí la importancia de la participación de los agentes sociales implicados en el área de Servicios Sociales (Asociaciones, empresarios, sindicatos, etc.) a través de los representantes de los Consejos Asesores.

Por último, señalar que el proyecto de Estatutos de este nuevo Organismo prevé la creación de tres **Direcciones Generales**, bajo la dirección y coordinación del **Director Gerente**:

- Dirección General de Mayores.
- Dirección General de Discapacitados.
- Dirección General de Pensiones, Valoración y Programas de Inclusión.

A la entrada en vigor de la Ley de creación del Instituto Murciano de Acción Social quedará extinguido el Instituto de Servicios Sociales de la Región de Murcia. Todas aquellas personas que ocupen puestos en la relación de puestos del ISSORM quedarán integradas en las mismas condiciones en el Instituto Murciano de Acción Social. Asimismo el IMAS integrará los medios materiales adscritos al ISSORM y se subrogará en todos sus derechos y obligaciones. También se integrará en el IMAS el personal de la Consejería de Trabajo y Política Social que se determine, cuyas funciones estén relacionadas con las actividades a desarrollar por el IMAS.

Nos esperan nuevos tiempos, nuevos retos pero como siempre ahí estaremos, tratando de dar lo mejor de nosotros para que todos aquellos ciudadanos que lo precisen tengan la atención que se merecen.



Un paseo por “Los Olivos”

En el paraje de Los Albares, alejado del ruido y rodeado de montañas, se encuentra el Centro Ocupacional Los Olivos que haciendo honor a su nombre está rodeado de olivos centenarios. Dirigido por Piedad Albarraçin, está integrado por tres módulos dispuestos en forma de “q”, todos ellos destilan ambiente familiar, a lo que además de la actitud del personal contribuye el sol que entra a raudales por las numerosas ventanas.

Cuenta con una plantilla de 64 trabajadores que atiende a una población de 43 personas dependientes con apoyo extenso y generalizado, durante todo el año, las 24 horas del día. Muchos de los trabajadores viven en Cieza y pueblos cercanos, mientras que otros residen en Murcia, pero claro ahora con la autovía todo está relativamente más cerca.

El Centro se inauguró en Noviembre de 1988 y, desde entonces, ha experimentado modificaciones y ampliaciones, por ejemplo la construcción de un tercer módulo y de un pasillo que permite la comunicación de todos los módulos entre sí, y unos estares donde los usuarios disfrutan parte de su tiempo de ocio.

En el primer edificio, antes de llegar a los módulos, se encuentra primero la Administración a cuyo frente está Manolo, que realiza las funcio-



nes económico-administrativas y con quien colabora David; segundo, el despacho de la Coordinadora de Perso-



nal, Ofelia, ocupado en la actualidad por José al estar la primera de baja,



cuya función principalmente es la elaboración del turno anual, previsión



de personal, coordinación de todo el personal en materia de organización interna, turnos y otras circunstancias que puedan acontecer, y coordinación con las demás áreas del Centro; tercero, el despacho del médico, Pedro y de Antonio, el ATS, que velan por la buena salud de todos los usuarios y, de vez en cuando, también se ocupan de la salud de alguno de los trabajadores que se encuentran en horas bajas. Cuarto, Dirección con Piedad, quien lleva la batuta de esta gran orquesta; quinto, la Trabajadora Social, M^a Carmen cuya función principal es la de servir de enlace entre el Centro y las familias. Colabora junto con las Educadoras y el resto del personal de atención directa en el programa de ocio y tiempo libre, para que los usuarios disfruten y participen al máximo de los recursos del entorno más cercano. Sexto, y terminando esta zona, encontramos al Psicólogo, Francisco, quien tiene la función de dirigir los distintos programas educativos que persiguen el máximo desarrollo de la autonomía personal y social de los usuarios.





Dejando atrás las Oficinas y de camino a la zona ocupacional, nos encontramos atareado al equipo de Mantenimiento, formado por Mariano y Ernesto, que velan porque en todo momento funcionen a la perfección todas las instalaciones y equipos.

Llegamos a la zona ocupacional y nos sorprendemos con un amplio patio donde destaca el verde del césped artificial y dos grandes olivos, todo rodeado de columnas que hacen la forma de un cuadrado, dejando en



la periferia algunos de los talleres y el paso al comedor, salas de estar y dormitorios. Una vez dentro del patio, vemos a las Auxiliares Ana, Josefina, Toñi, y Amparo acompañando a los usuarios que disfrutan de parte de su tiempo libre con juegos, música, baile, etc.

La primera puerta que nos encontramos es la sala de Fisioterapia. Dentro está Pedro "el Fisio" con tres



usuarios, utilizando la camilla, piscina de bolas y realizando ejercicios de masaje. Aquí está parte de las mañanas, trabajando con paciencia y esmero (adjetivos que lo caracterizan), con el objetivo de aumentar el bienestar de los usuarios.

A continuación nos encontramos con el taller de autónomos, lo integran 14 usuarios que forman parte de distintos programas, debido a su mayor capacidad y autonomía:

1. Jardinería; aporta a los usuarios contacto con el exterior ya que la mayoría de las actividades son realizadas al aire libre, en un pequeño huerto situado a la entrada del Centro. Los trabajos consisten en preparar el terreno, labrar, abonar, plantar distintas semillas y plantas de temporada, protección de arbustos, recoger hojas caídas, eliminar malas hierbas,



preparar macetas, podar y recolectar, todo esto manejando las herramientas y utensilios necesarios.

2. Costura: En este taller las actividades que se realizan son la preparación de materiales (lana, hilos, dibujos, tejidos, bastidores, botones, etc.). Realización de enhebrado, nudos, lazadas, etc.. Seguir los límites de un dibujo, bordar en bastidor, coser botones, etc. Los objetivos generales que se buscan son desarrollar y mantener la coordinación psicomotora "habilidad manual" y lograr un buen nivel de socialización.

3. También participan en un taller de manualidades (Polivalente) donde según la época del año elaboran distintos objetos; regalos para el

día del padre y la madre, estampación de camisetas, adornos navideños, decorados para fiestas... En estos momentos se encuentran preparando distintas caretas, antifaces y trajes para la próxima celebración de la fiesta de carnaval.

4. Programa de actividad física. En ella un grupo de usuarios participa en el programa de deporte de dos días a la semana, en el que un monitor de la Concejalía de Deportes de Cieza los guía para aprender a jugar al fútbol, baloncesto y atletismo. Todos los años participan en el campeonato regional de atletismo organizado por la Federación de Deportes para Minusválidos Psíquicos de la Región de Murcia (FEDEMIPS), donde reciben un trofeo y medallas. También participan en la "marcha" que consiste diariamente en andar dentro del polideportivo (que linda con el Centro) un recorrido establecido.



Todos estos programas están dirigidos por la Educadora Santi que los lleva a cabo gracias a la colaboración y trabajo de las Auxiliares de este grupo Piedad, Conchi, Gloria, José, Juan, Yoyi, Salud, Josefina, Ana, Fina, Natalia e Inma. Sin ellas no podrían realizarse estas actividades, ya que todos



los días los usuarios están preparados para empezar con la actividad.



En frente del Taller de Autónomos está el taller de Estimulación Basal que se ha creado este año y está en su fase de inicio. Las actividades derivadas de este programa están dirigidas por la Educadora Reme y participa el grupo de graves afectados (con 16 usuarios, una de ellas de media pensión). No nos fue posible ver el trabajo en el Taller, ya que en ese momento estos usuarios estaban realizando el pretaller de alimentación en otro espacio, "el comedor"; pero pudimos visitar el aula. Vimos cómo se han realizado numerosos materiales de todo tipo, para las distintas estimulaciones. Se lleva a cabo un plan de actuación basado fundamentalmente en la estimulación para el desarrollo de sus potencialidades y, al mismo tiempo, favorecer la interacción entre los mismos. Atiende a usuarios con grave afectación física, motora, bajo desarrollo psicológico y escasa capacidad cognitiva. El tipo de estimulación que se trabaja es: somática, vibratoria, vestibular, oral, olfato, gusto, acústica, táctil-háptica, visual y comunicación. Junto con Reme, colaboran las Auxiliares del grupo de Graves: Loles, Chelo, Isabel, Toñi, M^a José, Luisa, Kika, Puri, Charo, Elena y Viqui.



En la siguiente puerta nos encontramos con Carmen, la Educadora de Semiautónomos, quien piensa que



este Centro es muy familiar. El grupo que lleva está formado por 13 usuarios, dos de los cuales están en régimen de media pensión.

En el momento que la sorprendemos está trabajando con el programa de musicoterapia, donde se dan actividades y nociones que posibilitan la libre expresión del cuerpo y el control del mismo; duplicando las sensaciones visuales, kinestésicas y auditivas. Se pretende trabajar el sentido del ritmo (en el sentido fisiológico), con ayuda de música e instrumentos, y el sentido del ritmo con respecto a las relaciones en el tiempo (sentido psicológico), utilizando la secuencia de imágenes gráficas (basadas en el S.P.C. Sistemas Pictográficos de Comunicación) de actividades diarias en el Centro.



Se forman grupos de cinco o seis usuarios. Todas las sesiones siguen una misma estructura: saludo general, saludo individual, señalar el momento del día en el que nos encontramos, colocación para el juego, reparto de instrumentos musicales, audición y relajación musical y colocar en su

sitio los materiales al término de la sesión.



Carmen también lleva el programa de lectoescritura con aquellos usuarios que pueden desarrollar esta competencia. Tanto en estos programas, como en el resto de actividades de la vida diaria de los usuarios, es muy importante la ayuda y colaboración de los Auxiliares, que en este grupo son Fabiola, Pascual, Amparo, Juana, Angelita, Pilar, Toñi, M^a Fe, Ana, Javi, Pepe y Carlos.



Como resultado de la participación de trabajadores del Centro en el curso "Sistemas alternativos de comunicación, sistemas de habla Signada de Shaeffer y Sistemas Pictográficos de Comunicación" recogido en el plan de formación 1999 -2000, se inició en el Centro el programa de trabajo en comunicación.

Actualmente se continúa en la línea marcada, consistente en el trabajo individualizado con los usuarios, con el fin de incrementar sus habilidades de expresión, de representación y de comunicación intencional. Para conseguir los objetivos propuestos y con el objeto de ampliar la participación en cursos al resto de profesiona-

les del Centro, la Sección de Programas sigue facilitándoles la formación del personal. Actualmente se lleva a cabo un seminario cada seis semanas donde se realiza, al mismo tiempo, la planificación de nuevos casos y el seguimiento de los anteriores.

Las tres Educadoras junto con la ayuda del personal auxiliar preparan según la época del año, diferentes actividades (fiestas de Navidad, Carnaval, día del padre, etc.). Dentro del programa de ocio y tiempo libre hay actividades que se desarrollan a lo largo de todo el año: todas las semanas se realizan salidas de los diferentes grupos (los lunes salen usuarios



rada estival llevaron a cabo el descenso en barca por el río Segura, pasando cuatro días en la Charca de Totana,

en el propio Centro con comida y decoración típica de ese día.

Todos los viernes los usuarios disfrutan de un aperitivo en el Centro o en el polideportivo de Cieza, dependiendo de las circunstancias climatológicas, gracias a la colaboración del personal del centro.



con un grupo de usuarios gravemente afectados y siete días en las Colonias de Isla Plana con un grupo de usuarios autónomos y semiautónomos.



del módulo de graves afectados, los miércoles usuarios de autónomos y los jueves usuarios de semiautónomos). Estas salidas se realizan en furgoneta recorriendo parajes cercanos, centros comerciales, visitas a mercados y mercadillos, parques, ríos, embalses de pueblos cercanos, etc.).

En Navidad realizan una gran fiesta, invitando a familiares. Suelen representar una actuación en la que actúan los usuarios con la llegada a media mañana de los Reyes Magos, este año en camión de bomberos, y ese mismo día se reparten los regalos de Navidad con aperitivo para usuarios, familiares y trabajadores y baile para todos.

Salimos de nuevo al patio y entramos por una puerta al comedor, allí se está llevando a cabo el taller de prealimentación, con cinco profesionales (Pedro "físio" que ha terminado el trabajo de su sala, Reme "educadora", M^a José, Kika e Isabel "auxiliares"). Este taller se lleva a cabo media hora

También programan excursiones para pasar el día fuera del Centro, estas salidas se realizan indistintamente tanto en días de semana, como en fin de semana. Durante el año 2005 realizaron excursiones al Santuario de la Fuensanta, Caravaca de la Cruz, visitando las Fuentes del Marqués y Castillo de Caravaca, Camping de Moratalla, Sierra Espuña, Totana, Mazarrón (Isla Plana), Centro Comercial "Dos Mares", Centro Comercial de Molina, etc.



Junto a estas excursiones también han realizado salidas y actividades como ir al circo, teatro, cine, visita al pabellón de dinosaurios "Ceutimagina", Balneario de Archena. En tempo-

En el carnaval se hace un baile de disfraces y concurso. Cuando llega la Semana Santa son típicas las visitas a las procesiones Ciezanas. El pasado año se celebró el bando de la huerta

antes de las comidas, ha sido creado este año y participan en su inicio seis usuarios. Poco a poco se hará más extensivo y ampliando objetivos, en estos momentos se trabaja: control



postural, desensibilización músculos faciales y zona peribucal a través de masajes, ejercitación de los músculos que intervienen en la masticación y deglución programando diferentes ejercicios según las características de los usuarios.

De repente nuestro sentido olfativo nos desvía por un momento la atención y nos preguntamos si todos los días huele igual de bien. A pesar de que la cocina la lleva un catering, la comida se elabora en el Centro por cuatro cocineras en turnos de mañana, tarde y fines de semana. Isabel, Milagros, Antonia y Maruja, elaboran comidas caseras de la típica dieta mediterránea. Los menús son diseñados por la Facultad de Biología de la Universidad de Murcia.

De los Talleres pasamos a visitar los "Pabellones", donde duermen los usuarios del Centro. Hay tres: en el primero y segundo duermen los usuarios con necesidades de apoyo extenso y en el tercero los de necesidades de apoyo generalizado. Es media mañana y los dormitorios muy limpios y aunque más grandes, claro está, recuerdan a los dormitorios familiares, a pesar de que las camas están dotadas de protección y acolchados especiales para evitar lesiones o caídas. En el tercer pabellón nos encontramos con Chiqui y Pimpón que están



terminando de limpiar y ordenar este área. Ellas junto a Amparo, Jose, Maruja, M^a Dolores, Pepa y Ani forman el equipo de limpieza. Algunas de ellas llevan en el Centro desde antes que llegaran los primeros usuarios y todas los tratan con verdadero cariño.

Como ya hemos dicho, en los Talleres trabajan en grupos, por lo que, mientras tanto, el resto de los usuarios, cuidados en todo momento por los Auxiliares, juegan y realizan actividades en un patio, al aire libre, donde una vez más hacen acto de presencia bellos ejemplares de olivo. Además, en la parte posterior hay otro patio, del que disponen desde hace poco tiempo; lo utilizan para tomar el sol y pasar parte de su tiempo libre. Está adornado de forma natural con grandísimas palmeras y, cómo no, con olivos. Desde aquí se divisa, a lo lejos, el castillo de Cieza y confirmamos que el Centro está muy bien situado y esa estupenda situación le proporciona mucha luz y alegría. Además, al estar al lado, fincas colindantes, del Polideportivo de Cieza pueden completar sus actividades físicas y deportivas en unas inigualables instalaciones.

Por la tarde, después de la siesta, de 16 a 17 horas, 12 o más usuarios, acompañados de las tres Educadoras y tres Auxiliares, realizan actividad de marcha, en las pistas del vecino Polideportivo. Les acompañan también algunos usuarios que van en silla de ruedas, pero es una buena ocasión para respirar aire puro y tomar el sol. A partir de las 17 horas los usuarios disfrutan de ocio y tiempo libre.

El personal del Centro está muy agradecido al Ayuntamiento de Cieza

porque les permitan utilizar las instalaciones del Polideportivo y no es para menos, ya que además de las actividades que realizan durante todo el año, en verano disfrutan de la piscina y eso alivia mucho, teniendo en cuenta las temperaturas de nuestra Región. No obstante, paralelo a este reconocimiento, tienen una queja reiterada, y es que vienen solicitando al Ayuntamiento que arregle el camino que conduce hasta el Centro, además de estrecho está lleno de baches y nosotros desde luego corroboramos que es urgente esa reparación después de haber transitado por ese camino. Están confiados en que el Alcalde seguro que incluye esta mejora entre las obras que más urgentemente vayan a ser acometidas por parte del Ayuntamiento.

A partir de las 17.30 horas, cuando acaban las actividades los usuarios pueden descansar en "los estares" que son cuatro habitaciones, de reciente construcción, donde, como su nombre indica, pueden ver televisión y jugar, como cualquier persona en la sala de estar de su casa, siempre atendidos por los Auxiliares.



Finalizamos nuestro recorrido visitando el área de lavandería, donde Antoñina y Lina están doblando sábanas y toallas. Es visible lo bien organizado que lo tienen todo. Nos explican cómo desarrollan su trabajo con mucha amabilidad y comentan que se encuentran muy a gusto trabajando en el Centro.

Todos se sienten seguros gracias a los servicios de vigilancia realizados por José M^a y José, los dos vigilantes adscritos al Centro.

Emilio Cano Candel: “El contrapeso de la picardía frente a la discapacidad”

Emilio Cano Candel, natural de Blanca, nació el 22 de Septiembre de 1.948. Sufrió una Poliomiélitis a los 2 años de edad que le produjo una invalidez de sus miembros motores inferiores. Hijo de un comerciante de Blanca y de un “ama de casa”. Sus padres, dados sus caracteres y empuje, fueron las primeras muletas en las que se apoyó para empujarse ante un mundo poco identificado con la minusvalía. Al igual que los ciegos desarrollan el oído y los sordos la vista, Emilio desarrolló de manera sin igual su ingenio y picardía. Estas virtudes junto a su formación como Perito Mercantil en 1.968 (Equivalente a Empresariales) y su capacidad negociadora heredada, sin duda, de su padre, hicieron de él un personaje mucho más entrañable y veraz que el “Lazarillo de Tormes”.

Aunque su verdadera vocación era la de Maestro, tuvo que luchar con los números ya que para ello, maestro en aquellos momentos era necesario no tener ningún tipo de minusvalía y, por tanto, no le dejaron iniciar los estudios. Desde muy pequeño comprendió que la única manera de integrarse totalmente en una sociedad nada preparada para el minusválido, era entrando de pleno en ella. Sabía que ningún niño amigo suyo lo elegiría como compañero para jugar al



fútbol o para realizar cualquier otra actividad por sus limitaciones. Así pues, la mejor manera de garantizar su participación era siendo el impulsor y creador de cientos de iniciativas juveniles que le garantizaban formar parte de pleno derecho. Donde no podía entrar por sus limitaciones físicas, lo conseguía por sus capacidades organizativas y su vitalidad. Estas mismas iniciativas las mostró (y de qué manera) en su desarrollo como adulto y prueba de ello son muchas de las organizaciones de minusválidos existentes en las que participó, representó y en algunos casos creó. Es del Madrid desde que le pusieron la ropa blanca para bautizarlo.

ción la empleaban en polos y otras golosinas gratificantes de aquellos momentos.

“La creación de una familia”

«Vivíamos tres amigos, mi hermano, mi mujer y yo en un piso cuando me casé para poder sobrevivir económicamente»

“De niño a adulto”

«Cuando yo le decía a mi madre que no querían jugar conmigo porque me llamaban cojo, ella me decía, díles que cojo es al que le falta una pierna y a tí no te falta ninguna».

Desarrolló su capacidad organizativa y creadora a temprana edad. Fue creador a los 10 años del “Teatro Circo Toni” un grupo voluntario de jóvenes dedicado al Teatro, representaba obras de teatro en la población de Blanca donde ya daba muestras de su facilidad para los negocios y manejo de dinero vendiendo las entradas y bebidas a los asistentes. La recauda-

A los 12 años creó un Club de Fútbol Infantil “VOLCAN C.F.” donde él era el presidente y entrenador. Este equipo quedó campeón de la provincia y fue aquí donde tuvo su primer contacto con la burocracia administrativa al escribir una carta al Delegado Nacional de Deportes donde, además de contarle que era un niño minusválido que había creado un

equipo de fútbol, le pedía ayuda para unas camisetas. El Delegado les regaló un equipamiento completo y un balón de reglamento. Aun con gran añoranza recuerda lo felices que fueron todos los jugadores cuando abrieron aquella impresionante caja.

Para evitar ser marginado era el promotor de fiestas, guateques y todo lo referente a jóvenes de aquella época, lo cual le garantizaba su integración total y con cierta ironía recuerda “que jamás le faltó novia”, lo que manifiesta que los prejuicios contra los minusválidos eran más a nivel de los adultos que dentro de la propia juventud.

“Las barreras sólo están en nuestra mente.”

Cuando ya era más adulto y no era tan fácil ser el promotor de eventos que le garantizaran su participación, su padre, plenamente dedicado a él, se volcaba en él y en sus amigos siendo un baluarte de su niñez. Hubo momentos de “celos” pues sus amigos también lo eran (y de qué manera) de su padre. Su padre, comenzó a subirlo a pulso al piso de arriba del Colegio en su niñez y acabó llevándolo de marcha a las fiestas en su coche en su adolescencia.

Se casó con 25 años, cuando su mujer (por la que siente adoración) tenía 20 años y fruto de su matrimonio tuvo dos hijos, de ambos sexos, uno de ellos recientemente le ha hecho abuelo, “maravillosamente abuelo” como él dice. Su vida matrimonial la resume en el gran cariño que su mujer en todo momento le ha procesado y el espíritu de sacrificio que en silencio ha realizado. En referencia a su mujer en diversas ocasiones al hablar se percibe lo orgulloso que está de ella y junto a sus padres no puede

“La Musa que me da la vida”

pensar ni un solo momento que hubiese sido de su vida sin ellos. Sin duda esta nueva experiencia de abuelo le ha incrementado la ilusión y el cariño que siempre ha tenido por la vida, por difícil que fuera.

Entre los momentos más agradables que recuerda, sin duda, está que dados sus escasos medios económicos al casarse le obligaron a vivir de casados en el mismo piso, el matrimonio, tres amigos y su hermana. Sin duda podíamos haber alargado nuestro encuentro horas sólo con las anécdotas que esa situación apurada, pero simpática, moldeó los momentos de su matrimonio.

La característica principal de un superviviente nato, es su capacidad para adaptarse al medio y para manejar las herramientas a su alcance para hacer lo más agradable posible su vida. Y entre la picaresca, la astucia y la inteligencia, claramente demostradas en su vida, hay que añadir quizás la más importante, la tenacidad y la capacidad de lucha y rebeldía.

Su vida fue constantemente una demostración de ello, y aunque ya hemos dicho que su minusvalía física era en sus piernas, no por ello ha dejado de ver el paisaje que se divisa desde cada uno de los picos más altos de toda la cordillera que rodea a Blanca. Pocas montañas y lugares situados en precipicios pueden presumir de haber conseguido no ser explorados por Emilio. La gran mayoría de veces subió ayudado, transportado e incluyó arrastrado por sus amigos, no son menos las veces que subió arrastrado por su tenacidad, por su empeño y por la rebeldía de su ira.

Como ejemplo recuerda que su mayor ilusión era formar parte de la OJE. Tras tres años de insistencia y de

convencer a sus padres de que él quería formar parte de ella, a los 13 años de se presentó como voluntario a ingresar en las filas de esta organización de actividades con la naturaleza. Cuando el encargado de la Selección observó las limitaciones de Emilio se negó en redondo a que pudiese formar parte de la OJE por la responsabilidad que eso entrañaba. Pero desde luego a lo que no estaba dispuesto Emilio era a que tras tres años de lucha, con el fuerte carácter de su madre, volver a casa con un fracaso. Así pues, con su insistencia y la oportuna intervención del Jefe de Campamento que decidió asumir aquella responsabilidad en beneficio de Emilio, se incorporó a la OJE. Esta decisión unió a dos amigos para siempre. Aquél Jefe de Campamento era nuestro compañero jubilado Blas Adánez que dedica y ha dedicado su vida entera a la organización y participación de los jóvenes en actividades de todo tipo. Cuando Emilio habla de él, de su cariño, de lo orgulloso que se siente de haberle conocido, se mezclan en los gestos de su cara la seriedad de la lealtad y el reconocimiento de un gran profesional, con el cariño sin igual de un amigo. Desde entonces, y al mas puro estilo de Emilio, la unión Adánez-Cano gestó nuevas iniciativas de la OJE para campamentos destinados a minusválidos en colaboración con A.N.I.C. (Asociación Nacional de Inválidos Civiles). Desde aquí también un especial reconocimiento a la gran labor desarrollada por nuestro compañero Blas Adánez, quien, a su manera, intentó desdramatizar la situación que vivía la juventud en años de represión social.

Cierra este apartado de esfuerzo personal en su vida sin duda un artículo publicado por los periódicos en el año 1967, bajo el título “Nota Emotiva del Bando de la Huerta” la foto de Emilio con un texto con el siguiente tenor: «se hizo todo el recorrido sin una muestra de cansancio». La pregunta es, ¿Verdaderamente es él el minusválido o somos muchos de nosotros que sin estas limitaciones

no hemos podido vivir estas sensaciones?.

La música ha sido una constante en la vida de Emilio. Tocaba la guitarra y cualquier otro instrumento musical de cuerdas. Creó un grupo musical denominado "LOS CANGREJOS" donde él era el guitarra eléctrica. Cuando ya estaba casado, para poder ganar el suficiente dinero para sobrevivir daba clases de guitarra, laúd y bandurria en el grupo infantil de Coros y Danzas "Virgen de la Vega", de Puente Tocinos. Su andadura como director comenzó dirigiendo el grupo de Coros y Danzas de Blanca y culminó con el premio provincial de la Rosa de Plata patrocinado por El Corte Inglés a grupos de niños del Coro y Danza de Virgen de la Vega de Puente Tocinos que él dirigía. No menos amplia fue su época de cantautor, junto a un amigo poeta tocaba y cantaba canciones protesta en la época de la dictadura, actuaba en todos los colegios de Murcia. Desde esta líneas no nos imaginamos a este cantautor corriendo delante de los "Grisés".

“La Administración que administró su vida”

Siente absoluta devoción por el servicio público, ha dedicado su vida entera a él y defiende al funcionario y la misión de la Administración hasta más allá de un compromiso personal con la sociedad y con la vida que le ha tocado vivir. Lo hace desde la posición de saber lo que significa trabajar en la privada (Administrativo de una fábrica de envases de madera en 1969 hasta Administrativo en un Cooperativa de Frío Industrial hasta 1972) para vivir en directo toda la reconversión de la Administración en materia social formando parte de la Asociación Nacional de Incapacitados Civiles (ANIC) destinado como Administrativo en el Colegio de Educación Especial de Churra. Estuvo en el Ser-



vicio de Recuperación y Rehabilitación de Minusválidos Físicos, Psíquicos y Sensoriales (SEREM) como Jefe de Unidad y fue Secretario de la Junta Técnica en el Consejo Rector Provincial. Fue Jefe de Negociado con el INSERSO, y realizó la puesta en marcha de la ORIAD del ISSORM.

Y si poco se le puede enseñar sobre los minusválidos tras su experiencia laboral, y desde ser uno de ellos, aún menos se le puede indicar cómo formar parte de movimientos sociales a favor de los minusválidos. Fue miembro creador de FANDIF y sigue colaborando como Coordinador de la Comisión de Accesibilidad.

Comenta que ha tenido muchas decepciones con la Administración pero también muchos momentos de congratulación. Sin duda el peor momento de su vida fue cuando expedientado y reducido su salario al 75%, fue separado de sus funciones. Por el contrario, su mejor momento fue cuando ganó este proceso judicial contra la Administración en la Audiencia Nacional porque hubo que devolverle las retribuciones no percibidas y compensarle por el daño infringido. El orgullo y la satisfacción de haber demostrado su honradez saliendo absuelto de todos los cargos que se le imputaban casi borran el gran sufrimiento que padeció durante su injusta sanción. Pero como siempre de todo ello salió, y para compen-

sar la falta de ingresos montó un Bar "EL DISPARATE" que se convirtió en un local de moda y llegado el momento reflexionó si seguir con la iniciativa privada, o volver a lo público. Sin duda su elección fue acertada.

Sobre este hecho, otro de sus grandes amigos, Diego Hellín, nos dice que no volverá a acudir a ninguna despedida de Emilio Cano, porque ya había participado en tres despedidas con regalo y «este tipo siempre vuelve y me cuesta de nuevo un regalo».

Su culminación administrativa ha sido con la ORIAD (Oficina Regional de Información para la Atención al Discapacitado) donde se le encargó la puesta en marcha y su privilegiada posición en el Centro de Murcia hizo que se convirtiese en el punto de referencia del minusválido en Murcia. Fueron los pioneros en el primer folleto de "Beneficios Legales para las personas con discapacidad" y no quiere dejar pasar este momento sin manifestar su eterna gratitud a todos sus compañeros de ORIAD que fuera de su cometido como funcionarios, con auténtica pasión y fé en su trabajo pusieron en marcha (y de qué manera) la ORIAD. No renunciaría, ni lo hará a ninguno de sus compañeros y colaboradores. Quiere utilizar estas líneas para agradecerles públicamente el apoyo y la lealtad que en todo momento le han demostrado.

Ana M^a Gambín Martínez

En esta ocasión nos ha apetecido hablar con Ana Gambín, una persona muy querida por todos los compañeros que hemos tenido la suerte de haberla conocido. Al comunicarle que queríamos entrevistarla surgieron en ella una multitud de sensaciones que se podían notar por la expresión de su cara, pero, eso sí, muy amablemente no tardó en decir que estaba dispuesta a someterse al interrogatorio.

Ana trabaja como Auxiliar Especialista en la Sección de Gestión de Personal, dentro del Servicio de Personal y lleva, entre otros asuntos, las Ayudas del Plan de Acción Social.

Es una persona entregada a su trabajo, sabe escuchar a todo el que lo necesita e intenta dar solución a las demandas que le hacen. Todo ello hace que sea una muy buena compañera.

¿En qué año entraste en la Administración?

En febrero de 1990. Empecé con Pepa Luna con quien continúo, fue mi primera Jefa y ha llegado a ser más que una compañera de trabajo, una amiga que ha sabido estar en los momentos difíciles.

¿En qué trabajaste anteriormente?

Pues, precisamente estaba en la bolsa de trabajo del ISSORM, de donde me llamaron y empecé como Ayudante de cocina en la Residencia de Personas Mayores de Alhama, y en Totana en el Hogar de Personas Mayores durante tres meses con un contrato de verano (de los llamados 131). Anteriormente había tenido experiencia en la cocina, ya que estuve un tiempo en un restaurante en el que mi jefe me enseñó, entre otras, la famosa receta del Tocino de Cielo (aparece más adelante en el apartado de recetas de cocina), que me hinché a hacer y aunque no me pagaba aprendí muchas cosas y eso no tiene precio.



¿Y después de este contrato?

Aprobé las oposiciones como funcionaria y como uno de los destinos era el ISSORM, me tocó aquí.

¿Alguna vez te has planteado irte del ISSORM o estás a gusto?

Tuve hace siete u ocho años una oferta de un antiguo Jefe de Servicio para irme a la Imprenta a un puesto superior con la consiguiente mejora económica, pero pensé que echaría de menos a los compañeros y que si no me encontraba bien allí y hubiera querido volver ya nunca hubiese sido lo mismo, así que, le dije que no, pero nunca lo olvidaré ya que significó mucho, sobre todo por la confianza que depositó en mí.

En fin que no me planteo irme porque para mí son muy importantes mis compañeros, no los dejo, "más vale malo conocido que bueno por conocer" y el aparcamiento también hace mucho, bueno, que estoy bien aquí y de momento no me quiero ir.

¿De qué Sección dependes?

De la Sección de Personal, en concreto de Gestión de Personal II, porque dentro del Servicio de Personal está también la Sección I, que es la que lleva las contrataciones, y luego Habilitación.

Dinos en qué consiste tu trabajo.

Llevamos todo lo relativo a las situaciones administrativas del personal que trabaja en el ISSORM y, especialmente, todo lo relativo a las Ayudas del Plan de Acción Social.

¿Quiénes son tus compañeros de trabajo?

Sonia, que es Jefe de Negociado, mi Jefa Pepa Luna, que es Auxiliar Coordinador y Mónica que es la interina. Miguel, es el Jefe de Sección. Por supuesto, Mariano Hernández que es mi Jefe de Servicio aunque para todos nosotros es como un amigo.

Alguna anécdota graciosa que te haya ocurrido en todos estos años.

En una ocasión vino a mi despacho una pareja de la Guardia Civil con tricornio incluido. Preguntaron por mí y me asusté pensando qué habría hecho y si vendrían a traerme alguna multa. Resultó que uno de ellos era el marido de una compañera a la que yo había llamado para pedirle un documento pues le estaba tramitando una ayuda y él venía a traerlo.

Aparte de todo esto, podré meter la pata muchas veces porque, cuando alguien me pregunta algo, doy toda clase de explicaciones, sé que podría ser más breve, pero pienso que a mí me gustaría que me explicaran bien las cosas y por eso me nace hacerlo con los demás. Dejo a la gente tranquila porque les doy toda clase de aclaraciones.

Algo que haya sido muy gratificante para ti en estos años de trabajo.

Pues que se hayan acordado de mí en algún momento para adscribirme a alguna plaza o en tiempos en que estaba aquí mi antiguo Jefe de Servicio (Pepe Mateos), que se preocupó de amortizar el puesto para crearme un grupo y como estuve muchos años, en el concurso me la llevé, por eso me tienen en consideración y en la medida de lo posible correspondo yo también.

¿Qué opinas del control horario?

Pues que si yo intento cumplirlo, que los demás también lo cumplan. Creo que es importante que haya control horario.

Bueno, ¿lo más singular que te ha pasado?

Me han regalado bombones y hasta unas zapatillas, me da mucho apuro... ¡Ah! Y una tarta, una mujer que trabaja en una confitería, en el día de mi santo.

¿Qué es lo que más te satisface de tu trabajo?

El trato con la gente, que se vayan a gusto con su papel y que me digan "pero si vengo de otro sitio y me han dicho que tardará un mes" y yo, si puedo, se lo soluciono en el momento.



Háblanos de tu vida fuera del trabajo, qué haces en casa, a qué dedicas tu tiempo libre.

Hago ganchillo, dibujo y me gusta mucho la cocina. Mi especialidad en repostería es el tocino de cielo. Me gusta viajar y suelo hacer un viajecito en verano. También me gusta la música italiana, aunque mi ídolo cuando era más joven fue Bertín Osborne. También me gusta leer, pero como soy muy impaciente a veces me voy al final para conocer antes el desenlace. Y por supuesto, me encanta una buena película, pero verla en el cine.

Una virtud.

Soy detallista con la gente que aprecio. Cuando hacemos alguna celebración importante en mi Servicio traigo un tocino de cielo, ahora que lo pienso..., espe-

ro que no me quieran sólo por eso... Cuando nace algún bebé de entre mis compañeros le hago unas botitas de ganchillo, pero ya les he prohibido terminantemente que sigan pariendo o voy a pensar en cobrarlas, porque me las piden como churros. Pero diciendo esto empiezo a arrepentirme, porque ya estoy haciendo unas con muchísima ilusión para el bebé que espera Sonia.

¿Algún defecto?

Mi gran defecto es que soy poco diplomática y suelo meter mucho la pata, aunque luego intento arreglarlo, sin llegar a conseguirlo a veces. También dicen mis compañeros que soy muy renegona y como algo no me cuadre se me nota al vuelo y no hay quien me aguante.

En tu opinión y con la relación que tienes con la gente ¿piensas que los trabajadores están contentos con el funcionamiento del Plan de Acción Social?

En general no están contentos, les gustaba más el sistema anterior que era presentar las facturas y que te pagaran, aunque también entiendo que era demasiado abuso porque había gente que se compraba todos los años unas gafas o lentillas y se gastaba mucho dinero en protésicas. Ahora hay unas determinadas ópticas para ir y saliéndote de ellas no hay descuento, por lo que hay personas que no les gusta. El problema está en que la gente protesta de palabra pero no presentan reclamaciones escritas, por tanto no hay constancia de que no guste el Plan y, en consecuencia, estudiar su posible modificación.



¿Incluirías o modificarías algo en el Plan de Acción Social por las demandas que te ha ido haciendo la gente?

Aumentaría la cuantía de las prestaciones, pero en lo demás lo veo bien porque se incluyen ayudas para guardería, colegio, instituto, asistencia en el hogar, etc.

En tu trabajo te relacionas mucho con distintas personas ¿crees que es enriquecedor?

Si, sí que lo es, pero también escuchar problemas es algo que intento separar para no llevármelos a mi casa cuando acaba la jornada.

¿Qué opinión tienes de la Revista Somos?

Me la leo y me gusta.

¿Incluirías algo más en ella?

No, yo la veo muy completa.

Nos has dicho que te había llamado la atención que te hubiéramos elegido para salir en la Revista ¿nos puedes explicar por qué razón?

Porque yo pensaba que no tenía nada que contar. Sin embargo, tenemos que decirte que te elegimos porque eres una persona sencilla, trabajadora, buena compañera y con una característica muy singular que es el cariño con el que nos tratas a todos los que acudimos a ti. Eso se te debe reconocer y nosotros hemos pensado hacerlo de esta manera. Muchas gracias "guapa".



Pedro Sánchez Marín

El pasado 20 de enero, se jubiló nuestro compañero Pedro Sánchez Marín, Auxiliar de Psiquiatría de la Residencia "Luis Valenciano".

Nacido en el año 1941, inició su andadura profesional en 1966 prestando sus servicios en el antiguo "Hospital Psiquiátrico". Casado con una funcionaria y compañera de trabajo, tiene cuatro hijos y, hasta el momento, goza de una felicidad familiar envidiable.

Hombre de carácter amable y cercano en el trato, siempre ha considerado que para forjarse una opinión sobre cualquier tema, necesitaba conocer todos los entresijos del asunto, pero una vez convencido de algo es bastante rotundo y si tiene una opinión clara, va con ella hasta el "fin del mundo".

En el año 1978 empezó a tener trabajos extras para aportar a la familia una desahogada situación económica, por lo que compaginó su trabajo de auxiliar con el de operario en una fábrica de hierros durante largos años. Pedro se convirtió rápidamente en uno de los Auxiliares más respetados por los usuarios. Su sentido de la responsabilidad ha sido un largo y más que consolidado camino. Comentaba con añoranza en las tertulias de los descansos a sus compañeros cómo entraron a trabajar las primeras ATS femeninas junto con los Psicólogos no Médicos, que tanta incidencia han tenido.

Corriendo los años 16985/86 empezó lo que D. Luis Valenciano,



Psiquiatra y Director del Hospital en aquellos años, denominó como "Socioterapia y Laborterapia", para conseguir la rehabilitación del enfermo mental y el cambio de imagen de los psiquiátricos obsoletos a la psiquiatría comunitaria y la desinstitutionalización de los residentes, como otras cuestiones hoy generalizadas "al menos en teoría".

Claro que conociendo que los avances dados han repercutido en el beneficio de mejorar la calidad de vida de los residentes y aunque las terapias actuales son "diferentes", están contribuyendo a conseguir una visión real y actualizada de lo que ha venido siendo una "Residencia Psiquiátrica".

Marín, como nosotros te llamamos, sabemos que ya estás disfrutando de una ilusión que has tenido durante tu larga trayectoria profesional que es cuidar de tu pequeño huerto situado en Navares, Barranda, de Caravaca. Deseamos que la vida te

trate bien, y que no olvides venir de vez en cuando a la Residencia para visitar a tus compañeros que siempre te echaremos de menos.

Paco y Laura

Paco Pérez Manzanera, del Servicio de Personal y Laura Espín García, del Servicio de Valoración y Diagnóstico, han sido papás por primera vez de una niña que nació el día 25 de Diciembre y que se llama María. Seguro que Paco controlará muy bien el reloj para saber cuándo tiene que cambiar a María o sacarla a dar un paseo.



Francisco Pérez Jiménez

Paco Pérez Jiménez, el ATS, como a él mismo le gusta llamarse a nivel profesional, se nos ha jubilado de su puesto de trabajo en la Residencia Luis Valenciano. Tras 40 años de servicios prestados a la Comunidad Autónoma de Murcia, queremos dedicarle un especial recuerdo y un homenaje sincero y entrañable.

Paco ha tenido una trayectoria profesional que nos ha dejado una huella imborrable, y le hace merecedor de un justo tributo de afecto, respeto y de cariño de todos sus compañeros porque, como bien sabemos, este hombre ha antepuesto siempre su profesionalidad y ayuda al mundo de la sanidad murciana y a la que se siente profundamente orgulloso de haber pertenecido de forma activa, a cualquier desavenencia. Tuvo sus comienzos en 1967, en el extinguido "Hospital Médico Quirúrgico de la Beneficencia Provincial San

Juan de Dios", años después le trasladaron al Hospital Psiquiátrico de El Palmar donde a lo largo de 40 años ha prestado ayuda al mundo de la sanidad murciana.

Anécdotas le han pasado miles, viajando por numerosos pueblos, con su gran afición que es la tauromaquia y que más tarde se convirtió en una forma de ayudar económicamente a su familia, trabajando también en la empresa pública con la cirugía taurina y de la que no se ha desvinculado a pesar de su jubilación. Pero aún le queda tiempo para disfrutar de sus grandes hobbies que son la jardinería y la lectura, compaginándolos con las partiditas de dominó, en su casa de la playa, tomando el sol.

Como decía una antigua canción española: "No sabes tú cómo los días conté hasta volverte a ver Ciao, Ciao y los amigos que antaño



dejé van saludándome Ciao, Ciao lo veo todo igual, nada ha cambiado en el ambiente y con la mirada yo te busco entre la gente....." "Paco, nosotros tus compañeros, siempre te buscaremos entre la gente".

Suerte en esta nueva etapa de tu vida.

Soledad Gázquez García

Nuestra compañera Soledad Gázquez García, se ha jubilado el día 7 de febrero, al cumplir la edad reglamentaria. Desde que iniciara su larga andadura en el Centro, allá por el mes de junio de 1978, deja tras de sí casi 28 años de servicios prestados.

En su habitual puesto de trabajo, en el área de lavandería, ha marcado un recuerdo imborrable entre los compañeros, por su buen hacer profesional y, si cabe, mejor recuerdo aún, entre los beneficiarios de la Residencia de Personas Mayores "Domingo Sastre" de Lorca, por su esmero y dedicación en el cuidado de su vestuario, siempre bien tratado y devuelto a sus dueños perfectamente limpio, plan-



chado y ordenado. Gracias por los muchos años de tu vida que has dedicado a esta Residencia en Lorca

Jesús y Pilar

Jesús Paton López, del Servicio de Informática, y Pilar, su mujer, han tenido a su segundo niño, Pablo. Tanto ellos como Mario, su hermano que ya pasa a ser "el mayor" están muy contentos y felices con su llegada.



RESIDENCIA DE ANCIANOS
ESPINARDO (MURCIA)

FELICITACION.

A LOS COCINEROS DE LA RESIDENCIA
LES FELICITO. HAN PASADO MUCHOS
DIAS DE EMPACHO, POR COMIDAS COPIOSAS
Y DULCES NAVIDEÑOS.

HOY LA COMIDA HA SIDO CASERA.
LAS HABICHUELAS ESTOFADAS Y LA RACION
DE TORTILLA, HAN SACIADO MI APETITO.

LA SEÑORA "ELISA HERNANDEZ" CASI NUNCA
AGRADECE LAS COMIDAS QUE NOS SIRVEN.
CASI TODO LO CRITICA.

MI ABUELA DECIA QUE SOY CABALLO
DE BUENA BOCA. Y COMO EN CUALQUIER
HOGAR. HAY DIAS QUE COMES BIEN.
Y OTROS COMES REGULAR.

PREMIO NARANJA, PARA LAS PERSONAS
QUE TRABAJAN EN LA COCINA.

PREMIO LIMON PARA LA SEÑORA "ELISA
HERNANDEZ". FELIZ AÑO NUEVO.

JOSE MATA CROS

LUNES, 2. ENERO. 2.006

15 HORAS

Ley antitabaco y ayuda para dejar de fumar

De todos es conocido que el pasado 1 de Enero entró en vigor la Ley 28/2005, de 26 de Diciembre, de medidas sanitarias frente al tabaquismo y reguladora de la venta, el suministro, el consumo y la publicidad de los productos del tabaco. A pesar de que, obviamente, todos conocemos algunos apartados de la ley, los más relevantes posiblemente, nos ha parecido oportuno resumir su contenido en este artículo, así como hacer una referencia al apoyo que a través del Programa de Ayuda para dejar de fumar ofrece a todos los trabajadores de la Administración Regional el Servicio de Prevención Coordinador de Riesgos Laborales.

En su exposición de motivos la Ley señala que el tabaquismo es la primera causa aislada de mortalidad y morbilidad evitable, que el consumo de tabaco es responsable del 90 por ciento de la mortalidad por cáncer de pulmón, del 95 por ciento de la mortalidad cardiovascular y del 30 por ciento de las muertes que se producen por cualquier tipo de cáncer. Asimismo, señala que hay evidencias científicas de que el humo del tabaco en el ambiente (consumo pasivo o involuntario de tabaco) es causa de mortalidad, enfermedad y discapacidad, constituyendo así uno de los principales problemas para la salud pública.

El objeto de la ley es el de establecer, con carácter, básico, las limitaciones, siempre que se trate de operaciones al por menor, en la venta, suministro y consumo de los productos del tabaco, así como regular la publicidad, la promoción y el patrocinio de dichos productos, para proteger la salud de la pobla-



ción y promover los mecanismos necesarios para la prevención y control del tabaquismo. La ley entiende por productos del tabaco, los destinados a ser fumados, inhalados, chupados o masticados que estén constituidos, aunque sólo sea en parte, por tabaco.

En cuanto a las limitaciones a la venta, suministro y consumo de los productos del tabaco, la ley establece que la venta y suministro al por menor sólo podrá realizarse en la red de expendedurías de tabaco y timbre (Estancos) o a través de máquinas expendedoras ubicadas en establecimientos que cuenten con las autorizaciones administrativas oportunas. Las máquinas expendedoras de productos del tabaco sólo podrán ubicarse en el interior de locales, centros o establecimientos en los que no esté prohibido fumar. Esta limitación ha hecho que los propietarios de kioscos se hayan echado a la calle para exigir al Gobierno una modificación que les permita vender tabaco ante la considerable disminución de ingresos que la

aplicación de la ley les supone; con la respuesta de que podrán venderlo pero desde máquinas expendedoras instaladas en los kioscos.

Prohíbe la venta y suministro de productos del tabaco en los Centros y dependencias de las Administraciones públicas y entidades de Derecho público; Centros sanitarios o de servicios sociales y sus dependencias; Centros docentes; independientemente de la edad del alumno y del tipo de enseñanza; centros culturales; instalaciones deportivas, centros de atención, de ocio y de esparcimiento de los menores de edad. En cualquier otro lugar, centro o establecimiento donde esté prohibido su consumo.

Queda totalmente prohibido fumar en los centros de trabajo públicos y privados (salvo en los espacios al aire libre), centros y dependencias de las Administraciones públicas y entidades de Derecho público, centros, servicios o establecimientos sanitarios, centros

docentes y formativos, independientemente de la edad del alumnado y del tipo de enseñanza, instalaciones deportivas y lugares donde se desarrollen espectáculos públicos, siempre que no sean al aire libre, zonas destinadas a la atención directa al público, centros comerciales (en los bares y restaurantes de hostelería situados en su interior no se podrá fumar, cualquiera que sea su superficie), centros de atención social para menores de 18 años, centros de ocio en los que se permita el acceso a menores de 18 años, centros culturales, salas de lectura, exposición, biblioteca, conferencias y museos, salas de fiesta o de uso público en general en el intervalo de tiempo en el que se permita la entrada de menores de 18 años, áreas donde se elaboren, preparen o vendan alimentos, ascensores, cabinas telefónicas, cajeros automáticos y otros espacios de uso público de reducido tamaño (entendiendo aquél que no ocupe una extensión superior a cinco metros cuadrados), vehículos o medios de transporte colectivo urbano e interurbano, de transporte de empresa, taxis, ambulancias, funiculares y teleféricos, todos los espacios del transporte suburbano: vagones, andenes, pasillos, escaleras, estaciones, etc., medios de transporte ferroviarios y marítimos,

aeronaves con origen y destino en territorio nacional y en todos los vuelos de compañías aéreas españolas, incluidos aquellos compartidos con vuelos de compañías extranjeras, estaciones de servicio.

En lo referido a la **habilitación de zonas para fumar** la ley señala que **se prohíbe fumar, aunque se permite habilitar zonas para fumar** en los centros de atención social, hoteles, bares y restaurantes con una superficie superior a 100 metros cuadrados, salvo que estén ubicados en centros comerciales; salas de fiesta, establecimientos de juego, salas de teatro, cine y otros espectáculos que se realizan en espacios cerrados (fuera de las zonas de representación o proyección), aeropuertos, estaciones de autobuses y de transporte marítimo y ferroviario. Estas zonas deberán estar separadas físicamente del resto de las dependencias y no ser zonas de paso obligado para las personas no fumadoras, salvo que éstas tengan la condición de trabajadoras o empleadas y sean mayores de 16 años, asimismo, dispondrán de sistemas de ventilación independiente.

La ley contempla que en los centros, servicios o establecimientos psiquiátricos, se podrán habilitar



zonas para los pacientes a quienes, por criterio médico, así se determine.

Las infracciones por incumplimiento de lo establecido en la Ley se clasifican en leves, graves y muy graves y las sanciones previstas llegan hasta los 30 euros para las infracciones leves, si la conducta infractora se realiza de forma aislada, y de 30 hasta 600 euros, en los demás casos. Las graves con multa desde 601 euros, hasta 10.000; y las muy graves desde 10.001, hasta 600.000 euros.

En cuanto a las **medidas de prevención del tabaquismo**, de promoción de la salud y de facilitación de la deshabituación tabáquica recoge la ley que las Administraciones públicas promoverán directamente y en colaboración con sociedades científicas, agentes sociales y organizaciones no gubernamentales, acciones y programas de educación para la salud, información sanitaria y de prevención del tabaquismo.

En este sentido hay que señalar que desde el Servicio de Prevención Coordinador de Riesgos Laborales, de la Dirección General de Función Pública, funciona el **Programa de Ayuda para dejar de fumar** destinado a todos los trabajadores de la Administración Regional. Se inició en 2004 y desde entonces ha atendido ya a 338 compañeros nuestros que



solicitaron su participación en el programa. Hasta ahora 264 empleados públicos han dejado el tabaco, lo que supone un éxito del 78,6% del personal que ha participado. Cobra en estos momentos especial interés por la entrada en vigor de la ley pero viene funcionando durante 2 años. Está demostrado que dejar de fumar es posible porque millones de personas ya lo han logrado y que abandonar el tabaco es una de las decisiones más importantes que personalmente pueden tomarse respecto a nuestra salud, y a la de quienes nos rodean, ofreciendo la ayuda necesaria para apoyar a quienes la solicitan en su propósito.

Los estudios realizados durante las últimas décadas indican que las personas que reciben apoyo para dejar de fumar, tienen más posibilidades de conseguirlo. Por eso este programa proporciona una estrategia de apoyo probadamente eficaz, la posibilidad de diseñar un plan personalizado, a su medida, para dejar de fumar, así como la posibilidad de un tratamiento farmacológico que ayudará a lograrlo.

Como preparación, en la Guía práctica de apoyo para dejar de fumar del Ministerio de Sanidad y Consumo, nos sugieren que es necesario



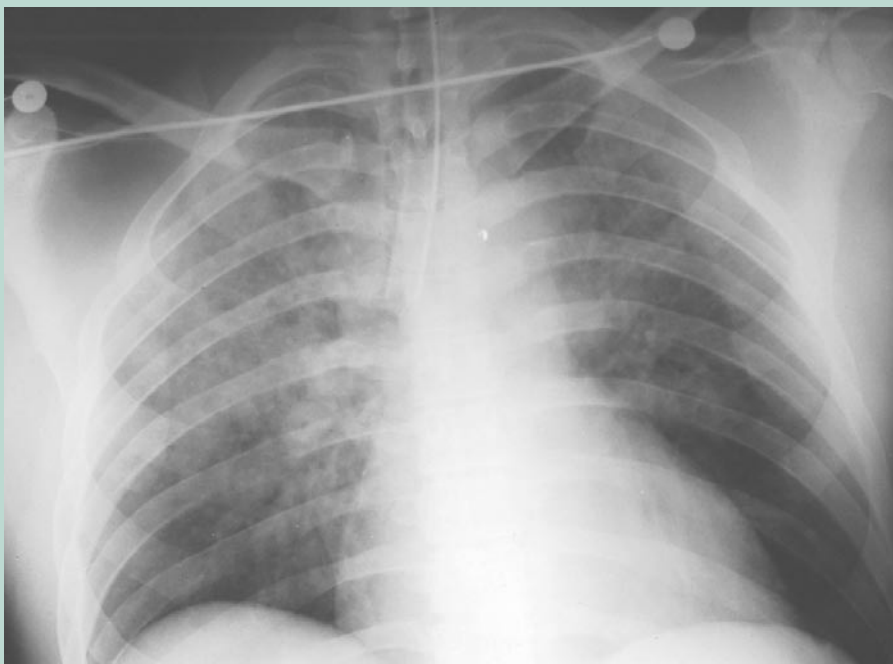
conocer los motivos que nos llevan a dejar el tabaco. Si sabe qué es el tabaco y qué consecuencias tiene para el organismo, así como para la salud de quienes nos rodean, puede hacer fácilmente dos listas de motivos anotando en la lista de motivos por los que se fuma todas las compensaciones inmediatas que piensa que le proporciona el tabaco y en la lista de motivos para dejar de fumar apunte simplemente las razones por las que quiere dejar de fumar.

La persona que ha estado fumando durante mucho tiempo, no debe

precipitarse cuando proyecta dejar el hábito, sino concederse tiempo para llevar a cabo su plan pensando que se propone dejar de fumar de forma seria y permanente.

En la guía mencionada se recomienda leer la lista personal de motivos varias veces al día: por la mañana al levantarse, mientras trabaja haga una pausa y piense en sus motivos, antes de ir a dormir. Piense en el significado de cada uno de sus motivos y asegúrese de que son razones auténticamente importantes para usted. Elija la fecha en que va a dejar de fumar, busque apoyo, hable con alguien de su familia, amigo o compañero de trabajo que haya superado con éxito la experiencia y pídale que se comprometa a prestarle el apoyo que va a necesitar en algunos momentos del proceso, aunque sea por teléfono, por correo electrónico o por otra vía de comunicación.

Si eres fumador y llevas algún tiempo valorando la posibilidad de dejar de fumar o si ya lo has intentado alguna vez y te ha resultado muy difícil, éste puede ser el momento idóneo para tomar la decisión. Con el Programa de ayuda para dejar de fumar del Servicio de Prevención Coordinador de Riesgos Laborales no



Pulmón inhalando humo



(elegido para dejar de fumar) se situará entre la 3ª y 4ª sesión.

Antes de prescribir el tratamiento farmacológico a las personas que lo vayan a tomar (es opcional) se realizará un reconocimiento médico y después un seguimiento del mismo. Asimismo, a lo largo de todo el programa existe la posibilidad de entrevistas individuales con médico y/o psicólogo.

Si estás interesado ponte en contacto con Mayte Rodríguez González-Moro o Ana Sandoval Rubio en los teléfonos 968 36 22 27 y 968 35 76 50 o a través de la dirección de correo: anam.sandoval@carm.es o mariat.rodriguez5@carm.es

Puedes obtener más información en la página web del Servicio de Prevención en RICA www.rica.carm.es

Página Web del Ministerio de Sanidad y Consumo www.msc.es.

Teléfono del Ministerio de Sanidad y Consumo 901 445 445

Servicio de Prevención de Riesgos Laborales y Régimen Interior

te encontrarás solo en ese momento tan importante y tendrás apoyo médico y psicológico personalizado. Es necesario tu esfuerzo personal, tu compromiso para asistir a las sesiones programadas, para realizar las tareas sugeridas y cumplimentar el tratamiento farmacológico, en su caso.

Actualmente los tratamientos que han demostrado ser más efectivos para ayudar a dejar de fumar y mantenerse en la abstinencia son los denominados "Programas multi-componentes" que incluyen técnicas psicológicas para eliminar el hábito tabáquico, desarrollar habilidades de prevención de la recaída, generar comportamientos de vida saludables y apoyo farmacológico para superar el síndrome de abstinencia.

Si aún no has pensado en dejar de fumar podría serte de utilidad el reflexionar sobre los múltiples beneficios que obtendrías si abandonases el tabaco, por ejemplo, disminuirías el riesgo de padecer numerosas enfermedades, aumentarías tu rendimiento físico y mental, tendrías mejor calidad de vida: olerías mejor, disfrutarías de un ambiente más limpio y fresco, saborearías mejor los alimentos. Si estás embarazada tu hijo nacería más sano, crecería tu

autoestima al verte, por fin, libre de un hábito que te esclaviza. Si tienes hijos serías un buen ejemplo para ellos y contribuirías a mejorar su salud. El dinero que gastas en tabaco podrías dedicarlo a otras cosas más gratificantes y más saludables. En resumen si lo dejas tú ganas.

El programa consta de seis sesiones de grupo (una cada semana) y tres de seguimiento (al mes, a los tres meses y al año). Cada sesión dura dos horas y en ellas participan alrededor de 12 personas. El Día "D"



Tienes que saber, es una sección de la Revista Somos en la que se recopilan distintas normas publicadas tanto en el Boletín Oficial de la Región de Murcia, como en el Boletín Oficial del Estado, que pueden ser de interés para el personal del ISSORM.

PUBLICACIONES

- 1. Personal**
- 2. Servicios Sociales**
- 3. Educación**
- 4. Otras**

1. Personal

Orden EHA/3770/2005, de 1 de diciembre, por la que se revisa el importe de la indemnización por uso de vehículo particular establecida en el Real Decreto 462/2002, de 24 de mayo, sobre indemnizaciones por razón del servicio (BOE 03/12/2005, nº 289)

Orden EHA/3771/2005, de 2 de diciembre, por la que se revisa la cuantía de los gastos de locomoción y de las dietas en el Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas (BOE 03/12/2005, nº 289)

Resolución de 2 de diciembre de 2005, de la Secretaría de Estado de Hacienda y Presupuestos, por la que se hace público el Acuerdo de Consejo de Ministros de 2 de diciembre de 2005, por el que, en cumplimiento de lo dispuesto en la disposición final cuarta del Real Decreto 462/2002, de 24 de mayo, se revisa el importe de las dietas en territorio nacional establecidas en su anexo II (BOE 03/12/2005, nº 289)

Orden de la Consejería de Economía y Hacienda de fecha 9 de diciembre de 2005, por la que se aprueban instrucciones para la confección de las nóminas de contribuciones al plan de pensiones y se establece el procedimiento para la acreditación y el reconocimiento de servicios prestados a efectos de generar derechos en el plan de pensiones de la Administración Pública de la Región de Murcia (BORM 16/12/2005, nº 288)

Resolución de la Dirección General de Función Pública de fecha 14 de diciembre de 2005, de convocatoria de cursos para el año 2006 (BORM 23/12/2005, nº 294)

Resolución de 14 de diciembre de 2005, de la Secretaría General de la Consejería de Economía y Hacienda, por la que se dispone la publicación en el "Boletín Oficial de la Región de Murcia" del acuerdo del Consejo de Gobierno de fecha 9 de diciembre de 2005, por el que se ratifica el acuerdo de la Mesa General de Negociación celebrada el día 5 de diciembre de 2005 y se establecen para el año 2005 las cuantías de la contribución individual al Plan de Pensiones de la Administración Pública de la Región de Murcia (BORM 29/12/2005, nº 299)

Real Decreto 1609/2005, de 30 de diciembre, por el que se modifica el Reglamento del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas, aprobado por el Real Decreto 1775/2004, de 30 de julio, en materia de salario medio anual del conjunto de contribuyentes y de retenciones e ingresos a cuenta sobre rendimientos del trabajo (BORM 31/12/2005, nº 301)

Real Decreto 1611/2005, de 30 de diciembre, sobre revalorización de las pensiones del sistema de la Seguridad Social y de otras prestaciones sociales públicas para el ejercicio 2006 (BORM 31/12/2005, nº 301)

Real Decreto 1613/2005, de 30 de diciembre, por el que se fija el salario mínimo interprofesional para 2006 (BORM 31/12/2005, nº 301)

Orden de 23 de diciembre de 2005, de la Consejería de Economía y Hacienda, por la que se configura la opción de prevención dentro del Cuerpo de Técnicos Especialistas (grupo C) (BORM 25/01/2006, nº 20)

Orden de 11 de enero de 2006 de la Consejería de Economía y Hacienda, por la que se configura la opción Educación Física y Deporte en el Cuerpo de Técnicos Especialistas (Grupo C) (BORM 26/01/2006, nº 21)

Resolución de 26 de enero de 2006 del Secretario General de la Consejería de Economía y Hacienda, por la que se dispone la publicación en el Boletín Oficial de la Región de Murcia del acuerdo del Consejo de Gobierno de fecha 20 de enero de 2006, sobre retribuciones del personal al servicio de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia para el año 2006 (BORM 09/02/2006, nº 33)

Decreto número 6/2006, de 10 de febrero, por el que se regula la composición, designación y funcionamiento de los tribunales calificadores de las pruebas selectivas para

acceso a la Función Pública Regional (BORM 11/02/2006, nº 35)

2. Servicios Sociales

Decreto n.º 131/2005 de 25 de noviembre, por el que se regula el procedimiento sancionador de las infracciones en materia de servicios sociales (BORM 07/12/2005, nº 281)

Orden de 30 de noviembre de 2005, de la Consejería de Trabajo y Política Social, por la que se convocan para el año 2006 diversas subvenciones en materia de Servicios Sociales (BORM 19/12/2005, nº 290)

Real Decreto 1621/2005, de 30 de diciembre, por el que se aprueba el Reglamento de la Ley 40/2003, de 18 de noviembre, de protección a las familias numerosas (BORM 18/01/2006, nº 14)

Orden de 3 de febrero de 2006, de la Consejería de Sanidad, por la que se regula el procedimiento para prestaciones ortoprotésicas (BORM 23/02/2006, nº 45)

Orden de 15 de febrero de 2006, de la Consejería de Obras Públicas, Vivienda y Transportes, por la que se regula la concesión de subvenciones para la adquisición de vehículos adaptados para transporte privado de personas con movilidad reducida (BORM 24/02/2006, nº 46)

Ayuntamiento de Murcia:

Aprobación de Convocatoria Extraordinaria del Servicio de Apoyo en Fines de Semana a Familias con

Personas Dependientes, para el año 2006 (BORM 04/03/2006, nº 53)

3. Educación

Real Decreto 1509/2005, de 16 de diciembre, por el que se modifican el Real Decreto 55/2005, de 21 de enero, por el que se establece la estructura de las enseñanzas universitarias y se regulan los estudios universitarios oficiales de grado y el Real Decreto 56/2005, de 21 de enero, por el que se regulan los estudios universitarios oficiales de postgrado (BOE 20/12/2005, nº 303)

Orden de 12 de diciembre de 2005, de la Consejería de Educación y Cultura, por la que se aprueban las bases reguladoras y se convocan ayudas económicas para la adquisición de libros de texto para el alumnado que curse enseñanzas obligatorias en centros sostenidos con fondos públicos durante el curso 2005-06 (BORM 21/12/2005, nº 292)

4. Otras

Decreto nº 127/2005, de once de noviembre, por el que se regulan los establecimientos de restauración en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia (BORM 12/11/2005, nº 261)

Real Decreto 1553/2005, de 23 de diciembre, por el que se regula la expedición del documento nacional de identidad y sus certificados de firma electrónica (BOE 24/12/2005, nº 307)

Ley 28/2005, de 26 de diciembre, de medidas sanitarias frente al tabaquismo y reguladora de la venta,

el suministro, el consumo y la publicidad de los productos del tabaco (BOE 27/12/2005, nº 309)

Orden VIV/4080/2005, de 13 de octubre, por la que se declaran los ámbitos territoriales de precio máximo superior, para el programa 2005, a los efectos del Real Decreto 801/2005, de 1 de julio, por el que se aprueba el Plan Estatal 2005-2008, para favorecer el acceso de los ciudadanos a la vivienda (BOE 29/12/2005, nº 311)

Resolución de 28 de diciembre de 2005, de la Secretaria General para la Administración Pública, por la que se dictan instrucciones en relación con la aplicación, en los centros de trabajo de la Administración General del Estado y de los Organismos Públicos dependientes o vinculados, de la Ley 28/2005, de 26 de diciembre, de medidas sanitarias frente al tabaquismo y reguladora de la venta, el suministro, el consumo y la publicidad de los productos del tabaco (BOE 29/12/2005, nº 311)

Ley 30/2005, de 29 de diciembre, de Presupuestos Generales del Estado para el año 2006 (BOE 30/12/2005, nº 312)

Orden de 23 de enero de 2006 de la Consejería de Economía y Hacienda, por la que se publican las tarifas de las tasas y precios públicos aplicables en el 2006 (BORM 11/02/2006, nº 35)

Orden de 15 de febrero de 2006 de la Consejería de Sanidad por la que se introducen modificaciones al calendario vacunal de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. (BORM 10/03/2006, nº 58)

Personas con Síndrome de Down

Muchos han sido los apelativos y denominaciones que han recibido a lo largo de la historia las personas con el Síndrome de Down, pero lo cierto es que son personas como todos: con sus posibilidades, que desde el momento de su gestación tienen una pequeña alteración que les hace ser y tener unas características concretas.

Aun cuando hay características parecidas en su comportamiento o en sus rasgos físicos, son personas con su propio carácter y sentimientos, con sus gustos y preferencias, con grandes posibilidades de aprendizaje, con ganas de vivir como cualquiera, y lo fundamental es considerarlas a cada una de ellas desde su individualidad.

Buscando una definición del Síndrome de Down podemos decir que es una alteración cromosómica que produce una deficiencia en el desarrollo físico e intelectual, cuya principal causa es un exceso de material genético del cromosoma 21, también denominada Trisomía 21.

Los cromosomas son estructuras compuestas por ADN y otras proteínas, presentes en todas las células de nuestro organismo, que contienen la información genética necesaria para su desarrollo completo. Los cromosomas contienen los genes, que son las *unidades de información* y están codificados en el ADN.

El conjunto de cromosomas de cada célula forma el **cariotipo humano**, que consta de 46 cromosomas agrupados en 23 pares: la mitad de cada par (un cromosoma) procede de la madre y la otra mitad del padre, y son aportados por el óvulo y el espermatozoide respectivamente en la fecundación.

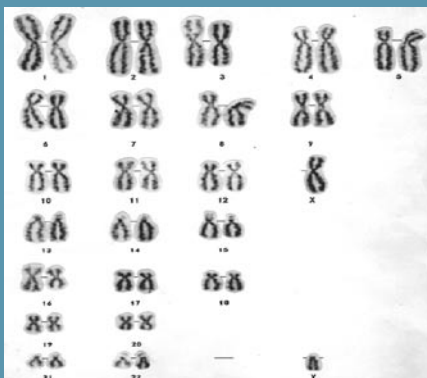


De estos 23 pares, 22 se denominan autosomas y se identifican con los números del 1 al 22, quedando un par (dos cromosomas) encargado de definir el sexo del individuo.

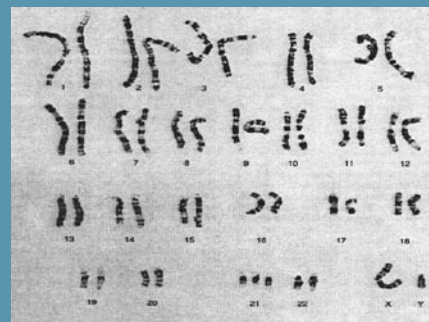
En el Síndrome de Down aparece un cromosoma extra, o un exceso de material genético, en el par 21, como consecuencia de un fallo en el proceso de división celular.

No obstante, aun cuando la anomalía más común en un 95% es la Trisomía 21 (tres cromosomas completos en el par 21, en lugar de dos), se pueden encontrar otras como son: alrededor de un 4% la Translocación Cromosómica (dos cromosomas completos y una porción de otro) y de un 1% el Mosaicismo (un porcentaje de células de la persona tienen tres cromosomas en el par 21, mientras el resto son células normales).

El exceso de material genético condiciona la estructura



Cromosomas/Cariotipo (Varón)



Cromosomas/Cariotipo Síndrome de Down (Varón)

y la función del cerebro y del sistema nervioso e influye sobre el aprendizaje y la conducta de las personas con Síndrome de Down, así como en sus características fenotípicas (rasgos físicos visibles).

Aunque el Síndrome de Down fue descrito en 1866 por John Langdon Down, su base cromosómica no se conoció hasta 1959 cuando Jerome Lejeune y Patricia Jacobs observaron que los individuos con este síndrome presentaban un pequeño cromosoma extra en el par 21 (cariotipo del Síndrome de Down).

Es la anomalía cromosómica con mayor incidencia en nacidos vivos, oscilando desde el 1 por 700 hasta el 1 por 1000, y la causa genética más común de retraso mental siendo, por ello, la más ampliamente estudiada.

La frecuencia aumenta con la edad materna de forma exponencial por encima de los 35 años; aun cuando dos tercios de los casos suceden con mujeres más jóvenes.

Hay unas **características generales que presentan las personas con Síndrome de Down**, entre las que se observan las siguientes:

- Se encuentra afectado el cerebro en mayor o menor grado en todos los casos, de ahí el amplio rango presente de retraso mental.

- Hay un retraso generalizado en el desarrollo, el logro de los grandes hitos a lo largo de su evolución se dan más tarde. Su aprendizaje es más lento.

- Es casi generalizada la hipotensión al nacer.

- Presentan a menudo: cardiopatías congénitas, alta sensibilidad frente a las infecciones fundamentalmente respiratorias y anomalías intestinales.

- Es frecuente el hipotiroidismo.

- La enfermedad de Alzheimer parece tener una mayor frecuencia y una aparición precoz.

- Puede haber alteraciones auditivas y visuales, por lo que los canales fundamentales por los que reciben estímulos e información presentan dificultades que se añaden al problema de procesamiento de la información por el retraso mental.

- Responden a unos rasgos fenotípicos más o menos comunes, siendo los más conocidos: ojos rasgados, conformación ósea del rostro y el cuerpo característica.

La presencia del cromosoma extra, origina un desequilibrio en la manera en la que los genes regulan el desarrollo y funcionamiento de diversos órganos, aparatos, etc., aunque no se saben todavía las causas directas ni la relación. **Esto no significa que todas las personas con Síndrome de Down presenten todas estas características o anomalías**, pero sí que en algún momento pueden funcionar de forma desajustada y originar una alteración patológica con más frecuencia que en la población sin Síndrome de Down. Es por ello, que la alerta vendría desde la **prevención a través de un Programa de Salud específico**. Nuestra Comunidad Autónoma y más concretamente la Consejería de Sanidad dispone de un convenio con ASSIDO (Asociación de personas con Síndrome de Down), en el que se está implantando el mismo en los centros sanitarios y centros de salud, dándolo a conocer al personal médico. La idea es tratar la salud para que no sea algo añadido a la propia discapacidad intelectual (o retraso mental).

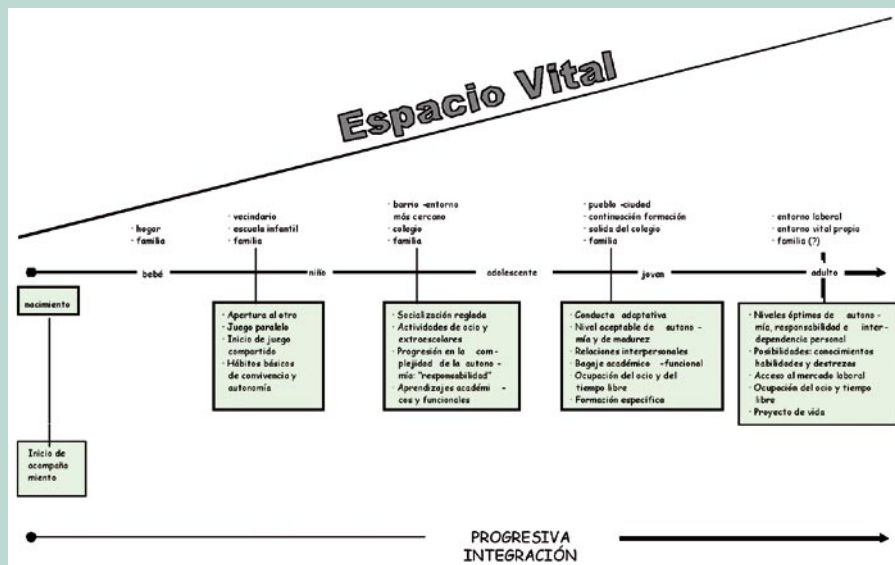
En la actualidad las investigaciones están enfocadas en tratar de identificar los genes implicados en esa sobrecarga y conocer sus efectos cuando hay sobredosis de los mismos. El aislamiento de todos los genes permitirá tener un mejor conocimiento de la fisiopatología del Síndrome de Down.

Por otro lado, las investigaciones se han centrado en demostrar que la **“estimulación-atención temprana y precoz funcionan”**, que continúan aprendiendo y que a través de la atención en múltiples aspectos y campos pueden ir modificando características impensables hasta ahora para las personas con Síndrome de Down.

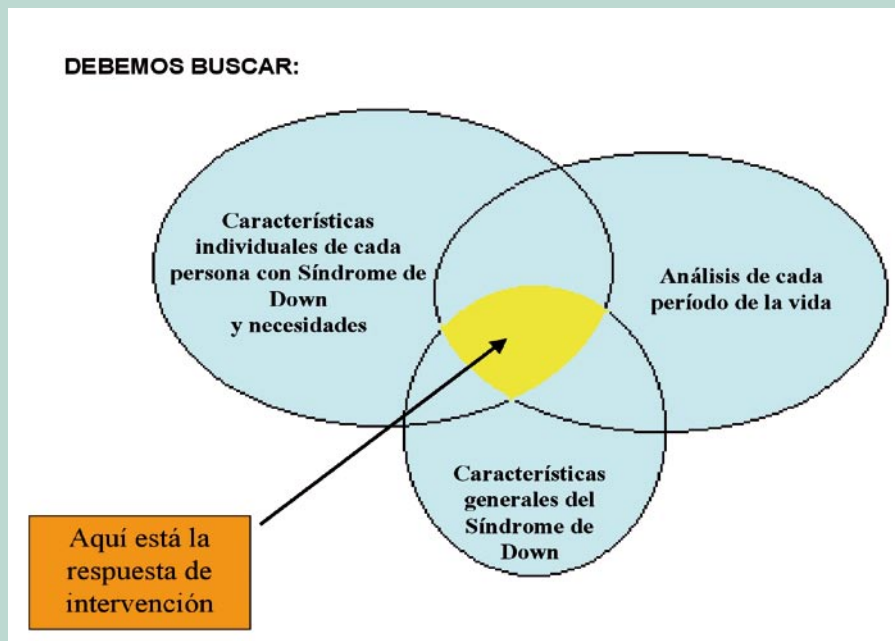


Una vez acometidos estos temas nos quedaría todo por decir en relación a la manera de abordar el apoyo y el acompañamiento en las personas con Síndrome de Down, desde su nacimiento y a lo largo de toda su vida, teniendo en cuenta a él o a ella misma, a todas las personas y agentes que intervienen, así como su espacio vital.

El primer tratamiento es la aceptación, el amor y el cariño hacia el hij@ con Síndrome de Down, teniendo presentes los padres que ést@ va a poder hacer cantidad de cosas, pero que en su mano está el ir posibilitándoselas y ofreciéndoselas con el apoyo necesario.



El espacio vital de las personas con Síndrome de Down ha de ir ampliándose, como en cualquier otra persona y el acompañamiento como se indica en el esquema ha de ir dirigido hacia aquellos aspectos nuevos, de adaptación y según las posibilidades personales de cada individuo, de esta manera, la integración es posible y tener su propio proyecto de vida también.



Es muy importante a la hora de dar una respuesta de intervención, apoyo, o acompañamiento, encontrar en cada momento el punto de encuentro

de: el estudio de las necesidades y características individuales de cada persona con Síndrome de Down, por otro lado, el análisis de lo que requiere cada periodo de la vida para "funcionar" en ella y ser "persona", siempre teniendo en cuenta aquellos aspectos característicos de la discapacidad intelectual en general y del Síndrome de Down en particular.

En relación a esto, hemos de pensar que las personas con Síndrome de Down a lo largo de su vida, crecen, no son niños eternos, pasan por ser adolescentes jóvenes y adultos, también envejecen como cualquier persona; por lo tanto, y según esta premisa, han de tener un proyecto de vida, sentirse útiles, tener procesos de enseñanza-aprendizaje acordes con su edad, aun cuando el nivel cognitivo no acompañe, teniendo para ello que ejercer las adaptaciones pertinentes y priorizar contenidos funcionales, etc.

Hemos de abandonar la gran fórmula magistral:

Entrenamiento, apoyo y acompañamiento a través de diferentes programas y servicios hacen posible el desarrollo de las personas con Síndrome de Down:

Cuando el niñ@ es pequeño:

- **Atención Temprana:** con programas de apoyo a la familia, incluso en el hospital, desde el mismo momento del nacimiento del bebé con Síndrome de Down, ayudando a superar la 1ª etapa de crisis, la más traumática de la familia. Con tratamiento directo del niño, visitas domiciliarias, reuniones de acogida de padres nuevos.

Los programas de Atención Temprana favorecen el vínculo afectivo y la comunicación entre padres e hij@, ayudan a incorporar al niñ@ en el ritmo y actividades de la familia; contemplan su desarrollo global y el aprendizaje en su propio medio de cara a su plena adaptación.



- Servicio de Fisioterapia, ayuda a conseguir posturas corporales adecuadas y un buen desarrollo motriz.

Con el crecimiento del niñ@, se han de poner en marcha otros programas y servicios, los distintos profesionales trabajarán coordinadamente con los padres desde áreas específicas, buscando su desarrollo armónico y globalizado:

- Logopedia, para la mejora de la comunicación y el lenguaje para facilitar su integración social. Su objetivo es que el niño aprenda a hablar y que comprenda lo que dice y lo que le rodea.

Se inicia el programa de lenguaje lectura.

- Apoyo Motor-Cognitivo, se estimulan y desarrollan las capacidades motrices, la percepción y las estrategias cognitivas que ayudan al niño a comprender, analizar, razonar y resolver los problemas de la vida diaria. El programa de maduración grafomotriz facilitará el acceso a la escritura.

- Intervención Grupal, se desarrollan las habilidades sociales, la expresión (oral, corporal, plástica-visual) y la comunicación además de las habilidades manuales, la iniciativa y la autonomía, la imaginación y la creatividad.

- Apoyo a la Integración Escolar: que atiende al niñ@ escolarizad@ en guarderías, escuelas infantiles, colegios de educación primaria, secundaria, educación especial e ins-

titutos, manteniendo una estrecha coordinación y colaboración con los distintos profesionales que intervienen en la educación del niño. Se realizan seguimientos a través de visitas a los centros educativos en los que se establecen reuniones con educadores, tutores, logopedas, equipos de orientación, etc.

- Programas de Autonomía Personal y de Autonomía Urbana, para conseguir la máxima independencia en el hogar y en el entorno.

- El Programa de Salud previene y aborda las patologías que con más frecuencia se presentan en el Síndrome de Down; se realiza un seguimiento periódico del estado de salud, con particular atención al aparato respiratorio, corazón, audición, visión, función endocrina y desarrollo corporal.

- Los Programas de Formación hacia el Empleo se inician al finalizar la escolaridad obligatoria impartiendo acciones formativas polivalentes y en perfiles profesionales específicos directamente relacionados con las posibilidades personales y la demanda del mercado de trabajo, acercando realidades.

- Formación Básica y Complementaria: lectura y escritura, cálculo, manejo del dinero, uso del reloj, uso del ordenador y de las nuevas tecnologías, etc., siempre buscando la utilidad y funcionalidad de lo aprendido. Se pretende que la persona consiga la madurez y el crecimiento personal adecuado para desempeñar un puesto de trabajo según sus características y habilidades laborales. Se desarrollan programas para fomentar la autoestima, la comunicación y la relación con los demás, el conocimiento del medio y del entorno, la autonomía e independencia, el disfrute del ocio y del tiempo libre, las actividades deportivas, la danza... van a ayudar al desarrollo global de la persona con Síndrome de Down.

- Talleres Ocupacionales

- Programas de Rehabilitación



- El Servicio de Empleo con la figura del preparador laboral que realiza actividades relacionadas con la búsqueda de empleo para personas con Síndrome de Down, contactando con las empresas y sensibilizando al sector empresarial, realizando análisis de puestos de trabajo, apoyando prácticas formativas en entornos laborales ordinarios, apoyando y colaborando en la formación y el mantenimiento de puestos de trabajo una vez formalizada la contratación, etc.

- Apoyo Familiar continuado, ayudando y asesorando a la familia que es el pilar fundamental para el desarrollo y evolución de la persona con Síndrome de Down, es un elemento indispensable de su proceso de integración y normalización. Estableciendo grupos de formación de padres y grupos de formación de hermanos, la familia aprende nuevas formas de educar y relacionarse con su hijo o hermano, estableciendo relaciones más positivas entre los distintos miembros y, en consecuencia, una forma diferente de relacionarse también con el entorno, con el resto de la comunidad. Se consigue un conocimiento más exacto del familiar con Síndrome de Down y la aceptación de su persona, con sus limitaciones y potencialidades.



Una de las múltiples cosas que me han ocurrido a lo largo de mi vida profesional de 16 años con personas con Síndrome de Down y de las que más me han reconfortado, además de sus propios logros en el empleo, en la utilización del Arte, en el uso del autobús, el dinero, su ocio, en sus procesos de autodeterminación, etc., es encontrarme con personas que se preocupan de ti y de los demás, respetuosas en demasía. Y el fin de todo esto es llegar a verles como "esa señora o señor con Síndrome de Down", "el ciudadano co-

rriente con Síndrome de Down del siglo XXI", etc., etc., etc. Ana Ballesta Cervantes

Bibliografía:

- Flórez J. La realidad biológica del síndrome de Down. En: Flórez J, Troncoso MV (dir), Síndrome de Down: Avances en Acción Familiar, 2ª ed, Santander: Fundación Síndrome de Down de Cantabria 1991.

- Pueschel SM. Síndrome de Down: Hacia un futuro mejor. Guía para Padres. Barcelona, Masson 1997.

- Rogers PT, Coleman M. Atención médica en el Síndrome de Down: Un planteamiento de medicina preventiva. Barcelona, Fundació Catalana Síndrome de Down 1994.

- Rondal J, Perera J, Nadel L. Síndrome de Down: Revisión de los últimos conocimientos. Madrid, Espasa 2000.

- Selikowitz M. Síndrome de Down. Madrid, Ministerio de Asuntos Sociales 1992.

Directora del Centro
Ocupacional ASSIDO
(Asociación para personas
con Síndrome de Down)
Plaza Bohemia, nº 4,
30009 -Murcia
Tel: 968 29 38 10
Avenida Casillas de Coria,
nº 8, 30007 - Casillas (Murcia)
Tel:968 27 05 94



Centro Ocupacional de Espinardo

Los trabajadores del Centro Ocupacional de Espinardo estamos de enhorabuena, una de nuestras "chicas" ha sido galardonada con un importante y merecido premio por su participación en el **CERTÁMEN NACIONAL DE CUENTOS DE ANDE**, en su edición del año 2005.

Se trata de **Paquita Gallardo Fuentes** y queremos que conozcáis un poco quién es y cómo discurre su vida junto a nosotros en el Centro.

Paquita es una chica de 32 años, afectada de parálisis cerebral, con un carácter amable y cariñoso, una chica dulce y sensible, algo enamoradiza y siempre dispuesta a colaborar en todas las tareas que se le proponen.

Acude al Centro desde el año 1998, como medio pensionista,

asistiendo diariamente al Taller de Manualidades, donde procuramos que supere sus dificultades motoras de la mejor manera posible, adaptando las tareas a sus capacidades. Actualmente se ha especializado en la confección de alfombras mediante la realización de ciertas adaptaciones técnicas por parte del Terapeuta del Taller, Miguel Sandoval. También participa en las representaciones de la Compañía de Teatro del Centro, siendo una de las actrices más destacadas.

Con la Educadora del Taller, Isabel Noguera, se ha iniciado en la escritura por ordenador, dentro del Aula de Informática del Centro, lo que facilita el que pueda expresar sus inquietudes literarias.

Le gusta escribir sobre sus sentimientos, su vida y pequeñas poesías de las que os dejamos una muestra.

Poesía:

EL SOL, EL AIRE, EL MAR

Un mar que estaba muy triste porque siempre estaba solo. Era una estación invernal. De pronto salió una luz sobre el cielo, el mar empezó a brillar de alegría. el Sol comenzaba a sonreír, de repente el aire empezó a soplar fuerte, tan fuerte que en el mar nacieron las olas, tan altas que no podían parar.

Sinceramente nos sentimos muy orgullosos de que Paquita haya visto premiado su esfuerzo, y de haber colaborado como educadores, en su crecimiento personal.



Paquita en el Taller junto a sus maestros Isabel y Miguel



Paqui en el Aula de Informática nos muestra su Diploma

Navidad en la Residencia de Personas Mayores de Espinardo

Como tradicionalmente se viene celebrando en este Centro, los residentes, una vez más, disfrutaron con las distintas actividades de las que ellos son los protagonistas.



En los días anteriores a Navidad, se centraron en la decoración del Centro, haciendo bonitos Belenes y adornos navideños.

Continuaron con la celebración de la Misa de Navidad, oficiada por



el Sr. Obispo de Murcia, D. Juan Antonio Reig Pla, destacando la buena impresión causada en nuestros mayores por su cercanía y naturalidad.

En los días siguientes, las actividades se multiplicaron: a la elaboración de las ya tradicionales "pelotas", los residentes disfrutaron y se sintieron orgullosos con los sabrosos dulces navideños hechos también con sus propias manos y siguiendo sus recetas. En este día tan especial para ellos contaron con la visita del Subdirector del ISSORM D. Miguel Ángel Miralles, que participó y disfrutó del evento tanto como ellos.

Continuamos con las distintas representaciones de los Belenes.

Este año, los Magos se transformaron en una nutrida representación de todos los oficios y profesiones de

nuestra sociedad. Ellos quisieron actuar como los Reyes Magos, y llevar sus presentes al Niño recién nacido. Sus regalos no precisaron elegantes envoltorios, iban envueltos en el más bello de todos, su AMOR.

El portal se llenó de ternura, servicio, compañía, alegría, nostalgia,



añoranza: estos fueron los obsequios que uno a uno fueron depositando nuestros residentes ante la tierna mirada de un Niño que abría sus acogedores brazos a todos los humildes del mundo.

Cena de Navidad del ISSORM

Importante novedad la que se ha producido este año en el tradicional encuentro navideño de compañeros del ISSORM que, por primera vez, ha sido una cena en lugar de un aperitivo.

Además, ha sido clave para el aumento de la asistencia y participación de los empleados públicos del Instituto que la misma fuera subvencionada por la Dirección, lo que motivó que se desbordaran las previsiones y tuviera que cambiarse el local inicialmente previsto para poder satisfacer las necesidades de asistencia que superó las quinientas personas.

La cena, a la que acudieron compañeros de Murcia, Cartagena, Cieza, Jumilla, Abarán, etc., finalmente se

celebró en el Restaurante Ranga, con un cóctel de bienvenida para hacer tiempo mientras iba llegando la gente, en la que muchos aprovecharon para saludar a compañeros que hacía tiempo que no veían, o que conocían por primera vez.

La organización, como siempre, a cargo de nuestros compañeros del J.A.F.I. (Junta de Actividades Festivas del ISSORM), encabezados por María Guerrero, Diego Hellín, Jesús Jiménez Baratta, Lola Nicolás..., fue un éxito empezando por la idea de entregar unas pulseritas de caucho de color verde que llevaban impreso el logotipo del ISSORM y que servirían posteriormente para acceder a la barra libre que habían organizado para el baile posterior a la cena, y terminando por el espectacular sorteo





de regalos que sorprendió a propios y extraños.

Solo una pega, al dividirse las mesas por Centros casi convirtió la cena del ISSORM en varias cenas, lo contrario hubiese permitido una mayor convivencia entre los asistentes y en consecuencia poder conocer y tratar a otros compañeros, además de a los habituales.

Finalizada la cena y el sorteo de regalos comenzó el baile con barra libre, en la que pudimos ver a gente bastante animada a altas horas de la madrugada, incluido algún/a jefe/a, que se lanzaron a la pista de baile de forma desenfadada.

En fin, un éxito el cambio de horario y, sobre todo, que la Dirección subvencionara la cena lo que, junto con el buen hacer al que nos tienen acostumbrados nuestros compañeros del J.A.F.I., permitió una asistencia sin precedentes en este tipo de convivencias, que esperamos se mantenga en años sucesivos.



Despedida de Isidro, Carmen y Ana Unidad de Valoración y Diagnóstico de Cartagena Centro Base

Sé que han sido muchos años de trabajo juntos, nos ha dado tiempo de pasar muy buenos ratos y también, por qué no decirlo, menos buenos, pero al fin y al cabo eso es una de las cosas que hacen especiales las relaciones entre las personas que pasan parte de sus



vidas juntas, la mezcla de todos estos momentos es la que da forma a los recuerdos.

Creo poder hablar por todos, al decir que todos esos buenos recuerdos nos acompañarán siempre en nuestro corazón, que es el sitio donde guardamos todo aquello que nos importa.

Esto, no queremos que sea un "ADIÓS", a nivel personal deseamos que sigáis cerca.

Quiero que sepáis que, aunque físicamente no estéis en el Centro, vosotros seguiréis formando parte de nosotros, ya que es muy difícil olvidar lo que apreciamos y lo que no deseamos olvidar.



Podéis seguir contando con nosotros y con nuestro apoyo, os deseamos muchísima suerte en el nuevo Centro.



Agradecimiento de Cuchi a Somos

Cuando pasamos una parte importante de nuestra vida haciendo lo que más nos gusta; cuando nos acostumbramos a estar rodeados de cariño, eficacia, y amistad, todo fundido, es difícil darse cuenta de cuanto nos entregan las personas con las que convivimos; sea en familia ó sea en el trabajo.

No lo advertimos porque todo es dulce y natural. Acudes todos los días a encontrarte con las personas con las que colaboras en una preciosa entrega a los demás, dando por hecho que, tras tanto tiempo, no solo son lo mejor, sino que son una continuación de tu propia familia.

Ni siquiera los pequeños malos momentos adquieren importancia porque todos y cada uno, sin alardes ni personalismos, hacen lo que se debe hacer para que el trabajo en común tenga éxito.

Todo esto es como digo lo natural, sin más. Pero, de repente, me asaltáis el corazón diciéndome cosas que me gratifican y me emocionan, no solo a mí, sino también a mi familia.

No hay, por ello, un antes ni un después, ya que seguiremos siendo el mismo equipo con la misma ilusión de hacer bien aquello que amamos. Ese es el verdadero mérito y no otro. Y para eso siempre contaré con todos vosotros como hasta ahora.

Gracias, queridos amigos, por vuestro cariño y por vuestra dedicación.

RECETAS DE COCINA

Ensalada de foie con pasas y piñones

Ingredientes:

- Lechuga tipo iceberg cortada en juliana
- Canónigos
- 50 gr. de piñones
- 50 gr. de pasas
- 250 ml. de aceite de oliva virgen
- 125 ml. de vinagre de Módena
- Foie en virutas

Elaboración:

En un plato colocar de base la lechuga iceberg cortada en juliana.

Encima cubrir con una capa de canónigos y por último espolvorear con el foie cortado en virutas. Calentar el aceite de oliva en una sartén con el vinagre de Módena, las pasas y los piñones. Saltearlo unos minutos y salsear por encima de la ensalada para que el foie se funda.



Fuensanta Zamora

Merluza estilo Susi

Ingredientes

- 1 Merluza no muy grande puede ser congelada
- 2 huevos
- 200 grs. de gambas arroceras
- 1 cebolla

Elaboración:

Se abre la merluza por la mitad quitándole toda la espina. Se aparta.

Se pelan las gambas en crudo y se sofríen las cabezas y pieles. Una vez sofridas se pasa por el chino. Se aparta la salsa. Se hace una tortilla francesa con los huevos añadiéndole un poco de cebolla picada. Una vez hecha la tortilla se pone dentro de la merluza se añaden las gambas peladas y finalmente se cierra la merluza. Una vez cerrada se le echa por encima la salsa de las cabezas y un chorreón de vino blanco... y al horno sobre unos 20 minutos. Riquísima.



Juan Abellán

Tocino de cielo (6 personas)

Ingredientes:

- 12 huevos
- 1/2 Kg. de azúcar
- Pizca canela
- Pizca de raspadura limón

Preparación:

Se prepara el almíbar con un vaso de agua y los de azúcar hasta conseguir el caramelo ligeramente tomado de color que se irá espesando cuando se enfríe un poco y se reserva. **Azúcar tostado:** azúcar, unas gotas de agua y de limón. Se echan en un bol 6 huevos enteros y 6 yemas, la pizca de canela, ralladura de limón y cuando se tibie el almíbar se mezcla todo y se echa en el recipiente del azúcar tostado. Se pone al baño maría. **Tiempo de Cocción:** Con el horno precalentado a 250°, una hora más-menos. (no dejar en el horno si no se endurecerá).



Ana M^a Gambín Martínez

Ingrediente principal: Mucho cariño y buen humor.

Dejar sola a la soledad

Ya esta todo preparado:
 La mesita, el papel y el lápiz,
 todo situado mirando al monte,
 divisando el azul del cielo,
 frente a los pinos balanceándose,
 merced al viento.
 Hasta ahora, solo me falta;
 como siempre, el tiempo:
 tiempo para vivir;
 para mezclarme con las gentes.
 Para sentir el frío inhóspito e hiriente,
 de la mañana invernal.
 Tiempo para degustar
 las frescas tardes de otoño,
 para desgranar
 las largas primaveras.
 Para escuchar el mar
 balanceándose encima de las olas.
 Tiempo para juntar mi corazón de madre,
 al de mis amados nietos,
 que se alejan prestos,
 ante la impetuosa llamada de la vida.
 Ahora podría crear más que nunca;
 escribir con mas madurez,
 con mas humanidad y experiencia.
 ¿Por qué me siento caduca, pero no nula...?
 Me encuentro en una difícil encrucijada:
 El compañero de mi vida ha marchado,
 ante la imperiosa llamada de la muerte.
 Y... ante esta impuesta despedida,
 me arropo de tristeza y desconcierto.
 Es como si de repente, hubiese caído sobre mí,
 el peso de los años, el dolor de las despedidas,
 el cansancio de vivir, con la brevedad de la vida.
 Y ante estos sentimientos de vida y desvida
 surge mi amada hija,
 lanzándome una mano amiga,
 una mano joven dispuesta a sostenerme,
 mano solidaria, rebosante de afecto,
 mano caliente, para atrapar
 las mías frías y cansadas.
 Una mano de mujer vital, a mujer envejecida.
 Mano de hermana a hermana.
 Una mano de Mujer a Mujer.
 Y entretanto, en mi mente dura y fría,
 bullen magnificas historias,
 tal vez, porque percibo caminar,
 por una estrecha callejuela,
 que al final está tapiada; sin salida.
 Me encuentro al borde,
 de todo lo que hasta ahora ha sido mi vida:
 hermana, hija, esposa, madre.....
 tengo un punzante presentimiento:
 que pronto tendré que comenzar
 una nueva etapa, la de mujer vieja
 acompañada de LA SOLEDAD.
 Y este futuro caminar
 Junto a mi inseparable amiga,
 Soledad, me causa incertidumbre,

“La rebeldía es huracán
 que devasta cuanto en-
 cuentra en su camino.
 La rebeldía es mar em-
 bravecido que arranca
 las más sólidas estructuras.
 La rebeldía es fuego
 que incendia el mar.
 Rebeldía es lucha
 ante lo inevitable”

pero nunca miedo.
 Porque la soledad
 fue siempre mi compañera.
 Soledad en medio de la gente, en la calle,
 junto a los demás;
 separada de éstos,
 en mi vida cotidiana,
 Soledad en mi alma,
 Soledad en mi existencia,
 porque la estaba compartiendo,
 con un submundo de marginación,
 olvido y desesperanza.
 Ahora estoy aquí presta,
 en espera de la soledad
 En esta etapa de mi vida,
 será mas lógica nuestra convivencia.
 Será algo más connatural,
 con la edad y las circunstancias.
 Y frente a la llegada de la Soledad
 mi fuerte alma luchadora.
 mi mano diestra de escritora.
 Y frente a la Soledad:
 la mesita, el papel y el lápiz
 para escribir autenticas historias.
 Para escribir sobre el amor y el desamor,
 la falta de carácter y la cobardía,
 la infidelidad y el avasallamiento,
 para escribir sobre la injusticia.
 Para escribir sobre la vida y la muerte.
 Porque..... la mesita ya esta preparada.....
 y galopando en la lejanía....
 observo el polvo que levanta,
 con su fuerte trote,
 con su seguro caminar.....
 la pavorosa llegada de la SOLEDAD.



Ana Mª Roca Sánchez

Entierro de la Sardina

Este año por iniciativa de los residentes y por primera vez, hemos hecho una reproducción en relieve de algo muy representativo en nuestra región: ¡nuestra querida sardina! la cual nos dará mucha pena tener que quemar, pero como decían nuestros mayores: “ No hay entierro sin quemá”. Todo esto, por supuesto, irá acompañado de su correspondiente fiesta con barbacoa, música, etc...para el jueves día 20 de abril, para disfrute de nuestros residentes y de nosotros mismos, los trabajadores del Fco. Javier Asturiano, en su compañía.

La residencia.





Región de Murcia
Consejería de Trabajo,
y Política Social

ISSORM
INSTITUTO DE SERVICIOS SOCIALES