

ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA.

BOLETIN

INFORMATIVO ACVEM

SUMARIO BOLETIN 48.

1. PRESENTACION	2
2. LA ASOCIACIÓN	3
3. NOTICIAS	6
4. A FONDO	9
5. PASATIEMPOS	17
6. RECOMENDACIONES	19

Edita y Redacta:
ACVEM

Supervisión:
Junta Directiva

Colabora:



AJUNTAMENT DE VALENCIA

Estimados socios/as, aquí tenéis el boletín número 48, ya se acercan las Navidades y deseamos deseáros a todos felices fiestas y haber si esta vez tenemos suerte y nuestro número

49632

Nos hace un poco más felices.

Recordaros a todos que el día 15 de diciembre celebramos el día Nacional de la Esclerosis Múltiple y que necesitamos vuestra colaboración en las mesas que este año estarán puestas:

1. Plaza Lo Pinazo.
2. Plaza del Ayuntamiento, fachada Correos.
3. Centro Comercial Aqua.

Y si nos lo conceden esa semana también se pondrán tres mesas :

1. Hospital La Fe.
2. Hospital El Clínico
3. Mercado del Cabañal.

Si queréis colaborar con la asociación y poner os en una mesa por favor llamarnos al 963562820 y apuntaros a la mesa que preferáis.

Muchas gracias de antemano.

LA ASOCIACIÓN

En este apartado encontraréis información a cerca de las actividades que se organizan desde ACVEM.

QUÉ HICIMOS

- El 5 de octubre nuestra compañera y miembro de la junta Ana Soriano participó en un programa de radio "radio rabosa", en Almacera.
- El 9 de octubre participamos en un concurso de paellas en Massanassa donde vive nuestra compañera y miembro de la junta Asunción Lillo. Pasaron un día divertido y se sintieron muy bien atendidos por el Ayto. del pueblo.
- El 23 de octubre la logopeda Rosa impartió un taller de cuidado de la voz en E.M.
- El 31 de octubre participamos en un Proyecto de Innovación Social, donde nos representó Ricardo.
- El 8 de noviembre participamos en las 9ª jornadas del paciente usuario en el Hospital General.
- El 8 de noviembre también participamos en el primer encuentro de asociaciones organizado por el Taller de Independencia.
- El 26 de octubre se realizó un taller de psicomotricidad fina dirigido por Asunción Lillo. Esta vez de Hadas, que se llevarán para el día nacional, junto con más material de la asociación.

- Se ha hablado con los laboratorios sobre proyectos de colaboración con la asociación para 2019.

QUÉ ESTAMOS HACIENDO.

- Estamos vendiendo, a través de Mónica, la lotería de navidad, la del niño y la de cada mes.
- Seguimos haciendo todas las terapias individuales y grupales.
- Los segundos lunes de cada mes nos vamos a los cines Lys vemos una película divertida y después a merendar o lo que surja.
- Estamos preparando el Día Nacional, que este año será el 15 de diciembre sábado. Como siempre esperamos en ese día la máxima colaboración de socios, familiares y amigos.
- Estamos participando en un estudio sobre la influencia del diagnóstico de E.M. en el deseo de ser madre en la comunidad valenciana.
- Seguimos con el curso de Calidad que imparte COCEMFE a Mónica la administrativa y a María la trabajadora social.

QUÉ VAMOS A HACER

- El 13 de noviembre el fisioterapeuta Juan Lorca impartirá un taller sobre Nociones Básicas de ejercicios físicos en E.M.
- El 27 de noviembre se impartirá el taller de Resiliencia y conciencia plena por la psicóloga Araceli.
- El 11 de diciembre esta vez por la tarde de 16:30 a 18:30h el taller de trabajo social impartido por María la T.S.
- En los talleres se invitará a todos los asistentes al almuerzo y merienda gracias a Coloplats.
- El primer trimestre de 2019 tendrá lugar la asamblea general Ordinaria para elegir nueva Junta Directiva y Nuevos cargos.
- También en 2019 sobre marzo habrá un acto benéfico a favor de ACVEM en la Rambleta con una obra de teatro. La fecha prevista será el 7 de mayo.
- El año que viene seguiremos con la venta de lotería todos los meses.

1. CAMPAÑA DE VACUNACIÓN GRIPE ESTACIONAL 2018-2019

El pasado 22 de octubre dio comienzo la campaña de vacunación antigripal en la Comunidad Valenciana.

La gripe es una enfermedad respiratoria aguda, caracterizada por su alta contagiosidad y aparición en forma de epidemias anuales.

La gripe afecta fundamentalmente a niños y niñas, personas mayores, y personas con patologías crónicas, siendo en estas últimas más grave.

El cuadro gripal generalmente es benigno con una duración entre cuatro y cinco días por término medio.

La gripe se transmite de persona a persona a través de las secreciones respiratorias. El periodo de transmisibilidad se extiende desde 24-48 horas antes del inicio de los síntomas hasta 5-6 días después. El periodo de incubación es de 1-5 días. La vacunación anual es la principal medida de prevención contra la gripe, siendo necesario vacunarse todos los años debido a que las cepas que componen la vacuna cambian de una temporada a otra.

La efectividad de la vacuna es aproximadamente de entre 40 y 80 % aunque puede variar en función de las cepas circulantes, vacunaciones previas y otras variables. El objetivo principal de las campañas de vacunación es proteger a los

grupos de riesgo en los cuales la enfermedad es potencialmente más grave por sus complicaciones.

Otras medidas preventivas efectivas contra la gripe son: al estornudar utilizar un pañuelo desechable, lavarse las manos después de estornudar, beber bebidas calientes, ventilar periódicamente las habitaciones, evitar los locales cerrados y cargados de humo.

CONSULTA EN TU CENTRO DE SALUD

2. SERVICIOS COCEMFE

Las personas asociadas de ACVEM, además de beneficiarse de los servicios propios de la Asociación, pueden contar con servicios ofertados por COCEMFE Valencia, teniendo en algunos de ellos exclusividad, y en otros preferencia en el acceso.

El catálogo de servicios de COCEMFE es el siguiente:

1. Servicio de integración laboral.
2. Servicio de Ayuda a Domicilio para personas en situación de dependencia.
3. Servicio de Fomento de la Autonomía Personal.
4. Servicio de Apoyo y descanso a familias cuidadoras.
5. Transporte adaptado, Independencia asistida y Autonomía personal.
6. Servicio de Rehabilitación Integral.
7. Servicio de Apoyo psicológico para personas con discapacidad y sus familias.

8. Punto de información sobre la discapacidad.

3. TALLERES COMPETENCIAS BÁSICAS PARA EL FOMENTO DE LA AUTONOMÍA DE PERSONAS CON ESCLEROSIS MÚLTIPLE.

En los meses de octubre a diciembre se van a realizar en la sede de la Asociación unos talleres de interés común para todas las personas asociadas. Cada uno de los profesionales de ACVEM impartirá un taller relacionado con su ámbito de actuación.

El pasado 23 de octubre se realizó el primero “Cuidado de la voz en E.M”, impartido por nuestra logopeda Rosa.

El próximo taller lo impartirá nuestro fisioterapeuta Juan “Nociones básicas de ejercicios físicos en E.M”, será el día 13 de noviembre de 11:00h a 13:00h en la sede de ACVEM.

Ambos talleres cuentan con el patrocinio de Coloplast, ya que invitan a todas las personas asistentes a un almuerzo.

Los siguientes talleres serán el de “Resiliencia y conciencia plena” impartido por la psicóloga y finalmente el de Orientación social impartido por la trabajadora social.

Más adelante informaremos sobre la fecha y hora exacta de los dos últimos talleres por correo electrónico. Podemos adelantar que se realizarán en los meses de noviembre y diciembre.

Derechos de las personas con enfermedades crónicas. Especial referencia a personas con Esclerosis Múltiple

Las enfermedades crónicas, muchas veces relacionadas con la dependencia y la discapacidad, requieren una forma de cuidado y una atención que va más allá de lo meramente asistencial. Los aspectos psicológicos y sociales cobran gran relevancia en lo que se conoce como la relación socio-sanitaria.

Esta relación o intervención socio-sanitaria tiene en cuenta el impacto que la enfermedad produce en la vida de la persona que la padece, los cuidados y apoyos que precisará, los efectos económicos consecuentes de la misma y la necesidad de contar con toda la información tanto de su enfermedad como de los recursos sociales y asistenciales existentes que le permitan afrontar esta nueva situación.

A continuación se realiza una síntesis de los principales derechos que se deben reconocer a las personas con enfermedad crónica en los diferentes ámbitos:

ÁMBITO SOCIOSANITARIO: tanto las personas con diversidad funcional como sus familias tienen derecho a los Servicios Sociales de apoyo familiar, de prevención de deficiencias y de intensificación de discapacidades, de promoción de la autonomía personal, de información y orientación, de atención domiciliaria, de residencias, de apoyo en su entorno, servicios residenciales, de actividades

culturales, deportivas, ocupación del ocio y del tiempo libre.
(LEY GENERAL DE DERECHOS DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y SU INCLUSIÓN SOCIAL)

Derechos específicos de la relación socio-sanitaria:

- **Valoración y reconocimiento del grado de discapacidad.**

Se requiere disponer de un reconocimiento igual o superior al 33% de grado de discapacidad.

La acreditación del grado de discapacidad tiene validez en todo el territorio Español.

Beneficios a que da derecho el disponer de un grado de discapacidad igual o superior al 33%:

- Acceso a las medidas de fomento del empleo para personas con discapacidad.
- Adaptación del puesto de trabajo.
- Adaptación de pruebas selectivas en el acceso al empleo público.
- Jubilación anticipada.
- Acceso a la vivienda de protección pública.
- Subvenciones y/o ayudas de carácter individual: tratamientos rehabilitadores, productos de apoyo, accesibilidad y adaptaciones en el hogar, etc.
- Tratamientos rehabilitadores y de apoyo.
- Recursos y apoyos educativos.
- Pensión no contributiva (PNC) por invalidez.

- Prestaciones económicas y sociales para personas con discapacidad: Asistencia Sanitaria y Prestación Farmacéutica y Subsidio de Movilidad y Compensación para Gastos de Transporte.
- Prestaciones familiares: Asignación económica por hijo o menor con discapacidad acogido a cargo, o mayores de 18 años con un grado de discapacidad igual o superior a 65%.
- Ampliación del periodo de descanso por maternidad en los supuestos de discapacidad del hijo o menor acogido.
- Ingreso en Centros.
- Beneficios fiscales: Necesidad de ayuda de tercera personas para desplazamiento a lugar de trabajo, movilidad reducida, necesidad de vivienda adaptada, etc
 - Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas (IRPF)
 - Impuesto sobre Sociedades (IS)
 - Impuesto sobre Sucesiones y Donaciones
 - Impuesto sobre el Valor Añadido (IVA)
 - Impuesto especial sobre determinados medios de transporte (IEDMT)
 - Impuesto sobre Vehículos de Tracción Mecánica (IVTM)
- Tarjeta de estacionamiento para personas con movilidad reducida.
- Reducciones en medios de transporte.
- Otras ayudas y servicios para el colectivo de personas con discapacidad que se contemplen en los organismos

competentes en materia de Servicios Sociales ya sean municipales, autonómicos o estatales, o de la iniciativa privada social.

- **Valoración y reconocimiento de la situación de dependencia:** disponer de reconocimiento de la situación de dependencia constituye un requisito imprescindible para poder acceder a los recursos y prestaciones del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD). La tramitación se realiza a través de los servicios sociales municipales. Existen tres grados de dependencia, este grado determinará tanto el tipo de recurso o prestación que pueden recibir como la cuantía o intensidad del mismo.

Grados de de dependencia que se pueden reconocer:

GRADO I: Dependencia moderada: cuando la persona necesita ayuda para realizar varias actividades básicas de la vida diaria, al menos una vez al día, o tiene necesidades de apoyo intermitente o limitado para su autonomía personal.

GRADO II: Dependencia severa: cuando la persona necesita ayuda para realizar varias actividades básicas de la vida diaria dos o tres veces al día, pero no requiere el apoyo permanente de un cuidador o tiene necesidades de apoyo extenso para su autonomía personal.

GRADO III: Gran dependencia: cuando la persona necesita ayuda para realizar varias actividades básicas de la vida diaria

varias veces al día y, por su pérdida total de autonomía física, mental, intelectual o sensorial, necesita el apoyo indispensable y continuo de otra persona o tiene necesidades de apoyo generalizado para su autonomía personal.

La valoración del grado consta de tres ejes: el BAREMO DE VALORACIÓN DE DEPENDENCIA, EL INFORME SOCIAL DE ENTORNO Y EL INFORME MÉDICO.

La acreditación del grado de dependencia tiene validez en todo el territorio Español.

Cuando la persona tiene reconocimiento de grado de dependencia se procede a realizar el PROGRAMA INDIVIDUALIZADO DE ATENCIÓN (PIA) en función de los servicios o prestaciones que se han reflejado en la solicitud inicial (preferencias de la persona) y la adecuación o no de estos recursos atendiendo al informe social de entorno.

CATALOGO DE SERVICIOS Y PRESTACIONES:

SERVICIOS (si la red pública no dispone del servicio que le corresponde, la persona dependiente tendrá derecho a una prestación económica vinculada al servicio para que pueda contratarlo en el mercado privado).

1. Servicios de prevención de las situaciones de dependencia y promoción de la autonomía personal.
2. Servicio de tele-asistencia domiciliaria.
3. Servicio de Ayuda a Domicilio.

4. Servicio de Centro de Día y de Noche.
5. Servicio de Atención residencial.

PRESTACIONES ECONÓMICAS:

1. Prestación económica vinculada al servicio.
2. Prestación económica para cuidados en el entorno familiar.
3. Prestación económica de asistente personal.

ÁMBITO LABORAL.

DERECHOS EN MATERIA DE SEGURIDAD SOCIAL:

incapacidad laboral temporal o incapacidad laboral permanente.

Incapacidad laboral temporal: se contemplan tanto las enfermedades comunes como los accidentes, sean o no de trabajo, mientras el trabajador o trabajadora reciba la asistencia sanitaria necesaria y se encuentre impedido para la realización del trabajo. La duración máxima es de un año, prorrogable por 180 días más.

En caso de enfermedad común, se exige haber cumplido un período de cotización de 180 días dentro de los cinco años inmediatamente anteriores.

En caso de accidente, sea o no de trabajo y de enfermedad profesional, no se exigirá ningún periodo previo de cotización.

El órgano competente para reconocer la prórroga es el Instituto Nacional de la Seguridad Social, que es también el que puede determinar la iniciación de un expediente de incapacidad permanente.

Derechos a que da lugar una incapacidad laboral permanente:

Se tiene derecho a una prestación económica:

- Enfermedad común y accidente no laboral: 60% desde el día 4 hasta el 20 y del 75% desde el día 21 en adelante. La Esclerosis Múltiple es considerada enfermedad común.
- Accidente de trabajo y enfermedad profesional: 75% desde el día en que se produzca el nacimiento de derecho.

Despido e incapacidad temporal: no es posible ya que no es una causa objetiva de extinción del contrato laboral.

Incapacidad laboral permanente:

La incapacidad permanente es la situación del trabajador que, después de haber estado sometido al tratamiento prescrito y de haber sido dado de alta médicamente, presenta reducciones anatómicas o funcionales graves, susceptibles de determinación objetiva y previsiblemente definitivas, que disminuyan o anulen su capacidad laboral.

La incapacidad laboral permanente puede ser:

- Parcial: disminución del rendimiento laboral no inferior al 33%.

- Total: inhabilita al trabajador/a para la realización de todas o de las fundamentales tareas de su profesión habitual.
- Absoluta: inhabilita a la persona para realizar cualquier trabajo.
- Gran Invalidez: necesidad de otra persona para realizar las actividades básicas de la vida diaria.

Se tiene derecho a una prestación económica:

Parcial: cantidad a tanto alzado igual a 24 mensualidades de la base reguladora.

Total: pensión vitalicia del 55% de la base reguladora, que puede incrementarse en un 20% para las personas mayores de 55 años.

Absoluta: pensión vitalicia del 100% de la base reguladora.

Gran Invalidez: pensión vitalicia del 100% de la base reguladora más un complemento destinado a remunerar a la persona que atienda al beneficiario/a, que en ningún caso podrá ser inferior al 45% de la pensión recibida.

Adivinanzas "Las familia"

¿Quién es el hijo de tu padre que no eres tú?

18

Duerme bien en su cunita a veces es un llorón, pero también se sonríe tomando su biberón.

18

El hermano de mi tío no es tío mío, ¿qué es mío?

18

Son hijos de tus abuelos, de tus padres hermanos son. Tus hermanos con tus hijos tendrán esa relación.

18

Se parece a mi padre pero es más mayor, tiene otros hijos que mis tíos son.

18

Empieza por "a" y no es ave, sin ser ave, vuela. ¿Quién será?

18

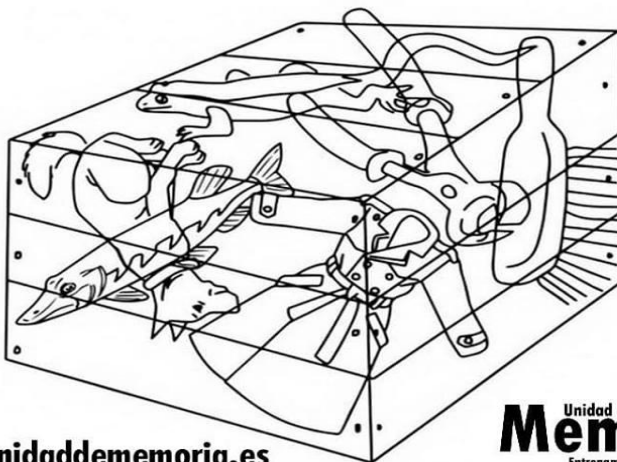
¿Qué parentesco tendrás con la hija de una dama que está con papá casada?

18

La hermana de mi tía, si no fuera tía mía, no sé como le diría, ni cómo la llamaría.

18

Reconoce los 6 dibujos superpuestos que están dentro de caja



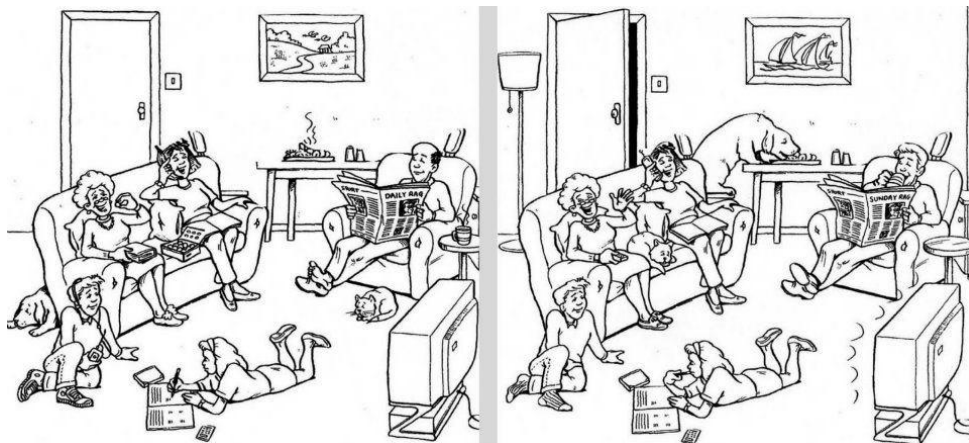
www.unidaddememoria.es

Unidad de **Memoria**
Entrenamiento cerebral

Encuentra en calcetín diferente:



Encuentra las diferencias:



RECOMENDACIONES.

MARK KNOPFLER – PLAZA DE TOROS VALENCIA (26 ABRIL).

El legendario guitarrista de la banda Dire Straits viene a nuestra ciudad en 2019, lo cual es una grandísima alegría contando con la reducidísima agenda musical que tenemos fuera del ámbito nacional.

Mark Knopfler es el responsable de algunas de las melodías y riffs más importantes de los años 80, destacando canciones como "Sultans of Swing" o "Money for Nothing", que a día de hoy siguen sonando constantemente en la radio.

Después de la disolución de Dire Straits en el año 95, este músico escocés no ha



dejado de trabajar en solitario. Esto le trae a Valencia en la presentación de su nuevo trabajo "Down The Road Wherever". Estamos deseando poder disfrutar de su icónica Strat roja.

Habrá que darse prisa porque las entradas seguramente volarán, salen a la venta el próximo día 6 de Noviembre a través de doctormusic.com

ROSENDO + BARON ROJO – MANISES (10NOV)



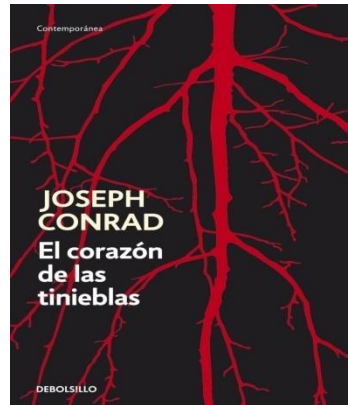
Lo que significa Rosendo para el rock nacional es algo similar a lo que puede ser Mark Knopfler a nivel internacional. Fundador de la mítica banda Leño y gran referente para varias generaciones de músicos

se despiden de los escenarios en su gira "Mi tiempo señorías..." Será su último concierto en la Comunidad Valenciana y viene acompañado de los también clásicos Barón Rojo.

EL CORAZON DE LAS TINIEBLAS – JOSEPH CONRAD

Se trata de una historia enigmática a la vez que realista en la que Joseph Conrad relata con gran precisión de detalles esta novela basada en su experiencia en el Congo. Este clásico habla de la lucha del hombre contra los elementos naturales,

adentrándose en lo más oscuro de la naturaleza así como del hombre tratando el tema de las barbaridades que se cometieron durante la colonización de África. Esta historia dio lugar a la película "Apocalypse Now" de Francis Ford Coppola.





C/ Serrería 61 Bajo 46022 Valencia.

Telf.: 963562820.

E-mail: acvemasociacion@gmail.com

www.acvem.org

ENTIDAD DE UTILIDAD PÚBLICA.

