

A.L.E.F.A.S.

SEDE CENTRAL:

Centro Social Municipal “Mariano Andrés”
C/ Frontón, 7 · 24008 León.

Atención al Público:

Martes de 11 a 13 y jueves de 16 a 18 h.

Tfno.: 620 042 754

DELEGACIONES:

ALEFAS BIERZO

Bajos del Toralín, local nº 17 · 24400 Ponferrada.

Atención al público:

Lunes, martes y miércoles de 16 a 18 h.

Tfno.: 607 848 515 / 620 042 754

ALEFAS LACIANA

Pza. Sierra Pambley, 1-2º Izq. · 24100 Villablino.

Atención al público:

Martes de 16 a 17 h.

Tfnos.: 695 180 786 / 620 042 754

e-mail: alefas_2000@yahoo.es

COLABORAN



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE PONFERRADA
CONCEJALÍA DE ACCIÓN SOCIAL



Junta de
Castilla y León
CONSEJERÍA DE FAMILIA E IGUALDAD DE OPORTUNIDADES
GERENCIA DE SERVICIOS SOCIALES



A.L.E.F.A.S.

III Jornada Informativa en Ponferrada sobre

FIBROMIALGIA Y FATIGA CRÓNICA

23 de Octubre de 2010

a las 17:00horas

LUGAR

Salón “Médulas” del Hotel Ponferrada Plaza
Avda. Escritores, 6
24400 Ponferrada
León

ENTRADA LIBRE

ORGANIZA



PRESENTACIÓN

Los orígenes y el desarrollo de A.L.E.F.A.S desde su creación en el año 2001 están estrechamente vinculados a la preocupación y el desarrollo que genera la lucha contra el reumatismo y cansancio crónico en la actualidad llamando Fibromialgia y Fatiga Crónica.

De ahí la realización de la III Jornada Informativa sobre Fibromialgia y Fatiga Crónica en Ponferrada.

Durante este año la Asociación ha realizado distintas iniciativas vinculadas al fin que persiguen mediante el desarrollo de programas de auto-ayuda, talleres en los que se ofrezca a los afectados y a sus familiares un servicio de atención integral, al igual que realizando actividades para fomentar al conocimiento y el estudio de las investigaciones en el campo de la Fibromialgia y Fatiga Crónica.

Todo ello, con el fin de mejorar la calidad de vida de estas personas.

Las temáticas a abordar girarán en torno a los siguientes ejes:

- * Tratamiento en la actualidad de la Fibromialgia.
- * Claves para la mejora personal y del rol del enfermo.
- * Efectos de realizar un programa de ejercicios en personas afectadas.
- * Breve estudio de la perspectiva Judicial en el tratamiento de la Fibromialgia.

y es que
el dolor cuando
es por dentro...
es más fuerte...

PROGRAMA

17:00 h. Apertura de la Jornada a cargo de

D. Reiner Cortés Valcárcel

Concejal del Área de Acción Social del Ayuntamiento de Ponferrada

17:15 h. “La Fibromialgia, realidad actual”.

Dr. Óscar López Suárez

Dr. en medicina, especialidad en Medicina Interna.

Médico consultor del hospital y Policlínicas Begoña de Gijón y de los Servicios de Urgencias del Principado de Asturias.

18:00 h. “¿Cómo puedo mejorar? Claves para la mejora personal y del rol del enfermo”.

Dña. Mª Salud Martínez Jover

Psicóloga Licenciada por la Universidad de Salamanca

Psicóloga de A.L.E.F.A.S en Ponferrada.

18:30 h. -19:00h: Descanso.

19:00h: “Efectos de un Programa de Ejercicio sobre la Calidad de Vida de Mujeres Diagnosticadas de Fibromialgia”.

Dña. Aida Mª García Martínez

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte por la Universidad de León.

19:30h: “Perspectiva Judicial en el Tratamiento de la Fibromialgia”.

Ilmo. Sr. D. Emilio Fernández de Mata.

Magistrado de la Sala de lo Social del Tribunal Superior de Justicia de Galicia.

20:15h: Mesa Redonda. Coloquio con los Ponentes.

MODERADOR: D. Javier del Valle Cuadrado.

Psicólogo Clínico de la Real Fundación Hospital de la Reina (Ponferrada).

21:00h: CLAUSURA DE LA JORNADA.