

2013ko abendua / diciembre de 2013

De
a

La revista para
los socios
protectores de
DYA, Nº 26

DYA

tik
ra

DYAren bazkide
babesleentzako
aldizkaria, 26.
zenbakia

En portada: Navidad para todos

Egun bat...
Irene Tapia.

Así es DYA:
Cooperación internacional.

Elkarrizketa:
Félix Linares.



DYA en Navidad: cuando la felicidad es lo más urgente

Durante esos días tan entrañables, la DYA pone a disposición de la sociedad un gran número de medios y recursos para intentar que nadie se quede sin poder celebrar la Navidad.



Durante la época navideña son las prestaciones de tipo social las que experimentan un mayor crecimiento en DYA: transporte adaptado, servicios de superación de barreras arquitectónicas...

El objetivo es claro: facilitar el contacto de personas mayores, incapacitadas, o con problemas de movilidad, con sus familiares y amigos.

Y es que no hay nada más triste que pasar separado de los tuyos una Nochebuena o un día de Año Nuevo... aunque los servicios especiales puestos en marcha no se limitan únicamente a ese campo ya que también nos gusta aportar nuestro granito de arena para que en una época tan señalada estas personas puedan realizar visitas y paseos, o disfrutar de los eventos que se organizan en esas fechas.

Esos días, también nos acordamos de forma muy especial de las personas que están solas. Por eso en la provincia de Gipuzkoa se ha puesto en marcha la campaña "Una flor por Navidad".

"Una flor por Navidad", consiste en que grupos de voluntarios y voluntarias de DYA visitan varias residencias de personas mayores para regalar una flor a quienes en esos días se encuentran sin posibilidad de reunirse con sus seres queri-

dos. Así, durante un rato disfrutan de la compañía de alguien de fuera de su entorno habitual con quien charlar, jugar a las cartas o dar un paseo.

Por otra parte, los últimos años DYA también ha tenido una presencia destacada en el tradicional Parque Infantil de Navidad (PIN) que se celebra todos los años en el BEC! de Barakaldo.

Concursos de dibujo y regalos para los más pequeños y, para los mayores, talleres sobre la colocación de las sillas infantiles o un simulador de vuelco han sido algunas de las actividades desarrolladas por la Asociación en tan navideño entorno.

El Tradicional Servicio Especial de Navidad de DYA

La tarde de 24 de diciembre de 1966, DYA organizó su primer Servicio Especial de Navidad, en el que participaron seis vehículos que recorrieron 6 rutas distintas realizando funciones preventivas de ayuda y auxilio.

El objetivo de esta iniciativa de DYA era intentar que todos los automovilistas llegaran a sus hogares, puntualmente, para poder celebrar con sus familias la noche más significativa y entrañable del año.



Para ello, numerosos voluntarios patrullaban las carreteras vascas durante las horas previas a la Nochebuena.

Y es que, los seis vehículos originales eran ya 139 en 1969 (con salidas desde cuatro puntos de nuestra geografía: Bilbao, Bergara, Deba y Castro-Urdiales), llegando a su máxima expresión en 1974 cuando logró convocar 500 vehículos (incluidos grúas, coches-taller y más de 2.000 voluntarios y voluntarias entre socorristas, ATSS, ayudantes técnicos sanitarios y mecánicos).

En la actualidad, esta vigilancia especial de las carreteras se realiza durante dos semanas seguidas, ya que son días de muchos desplazamientos.

Y si el aumento de la densidad del tráfico ya es de por sí un serio factor de riesgo, las condiciones meteorológicas suelen contribuir a que la situación se complique aún más.

Por eso mantenemos siempre retenes especiales listos para intervenir si la nieve, el agua, el oleaje o el viento provocan incidentes. ●

Eguberrietan gizarte zerbitzuak dira hazkunderik handiena bizitzen duten zerbitzu motak DYAn: egokituriko lekualdatzeak, oztopo arkitektonikoen gainditzea... Helburua argia da: adineko pertsonak, ezinduek edo mugikortasun arazoak dituztenak senitartekoeekin edo lagunekin harremanetan jartzea erraztea.

Bakarrik dauden pertsonak ere gogoan izaten ditugu. Hori dela eta, "Eguberrietan loretxo bat" kanpainaren bidez DYAko boluntario talde batek adineko pertsonen egoitzak bisitatzen dituzte norbere gertuko senideekin egoteko aukerarik ez dutenei loretxo bat oparituaz.

Bestetik, azken urteetan DYA nabarmen ikusi da urtero Barakaldoko (Bizkaia) BEC!-en ospatzen den Gabonetako Haurren Parkean (PIN).

Eguberrietako egunetan Elkarteak arreta berezia jartzen du errepideetan -DYAko Eguberrietako Zaintza Bereziaren oinordekoa- desplazamendu ugari egiten diren egunak bai dira. Hori dela eta talde bereziak prest izaten ditugu elurteetan, ur handietan, olatu garaietan edo haize boladetan sortu daitezkeen ezbeharrei erantzuna emateko.

Solidaridad sin fronteras

El salvamento de vidas y bienes no entiende de fronteras, y se llama Acción Humanitaria y Reconstrucción



En 2004 DYA llevó a cabo su primera salida internacional de intervención humanitaria.

En aquella ocasión, tuvimos que actuar en Irán tras un terremoto de 6,2 grados en la escala de Richter, con un resultado de 46.271 muertes y cerca de 90.000 heridos. Cifras que marean y consideradas “imposibles” en nuestro entorno. Sin embargo ocurren, y debemos de estar preparados.

Por eso, la DYA se puso a trabajar para organizarse internamente de cara a estar preparada para ofrecer una respuesta de calidad ante situaciones similares. Desde entonces, muchas han sido las misiones en las que hemos participado ante desastres de tipología muy diferente: terremotos, tsunamis, volcanes, conflictos bélicos, hambrunas...

Eso sí, lo que no ha cambiado es nuestra filosofía: en esta caso “Desplazarse Y Ayudar”.

Protocolo de activación

Cada vez que se produce una gran catástrofe, la Agencia Española de Cooperación Internacional al Desarrollo (AECID) solicita recursos a la Dirección de Acción Humanitaria de DYA, quien transmite un requerimiento urgente de medios a todas las DYAs. Así, en un plazo de 12 horas ya se cuenta con una Unidad de Apoyo a Desastres (UAD) operativa.

Paralelamente se activa también el equipo de dirección de intervención, responsable de la planificación, tramitación, seguimiento y evaluación de la operación... y que cuenta con técnicos especializados en establecer las sinergias necesarias con las autoridades locales y los mecanismos de respuesta humanitaria de Naciones Unidas (OCHA) y Comisión Europea (Europe Aid).

Medios disponibles

Una Unidad de Apoyo a Desastres de DYA está compuesta a su vez por cinco módulos operativos: Agua y Saneamiento, Coordinación y Comunicaciones, Soporte Vital Básico y Avanzado, Rescate y Salvamento, y Logística.

A estos módulos, hay que sumar los vehículos de logística pesada que permiten el rápido movimiento de personal y material sanitario hasta el punto de salida de una misión,



que por lo general suele ser el aeropuerto militar de Torrejón de Ardoz, en Madrid.

Catástrofes silenciosas

Sin embargo, además de los llamados “desastres traumáticos” también existen las denominadas “emergencias de evolución”: aquellas que se desarrollan a lo largo del tiempo, en casos indefinibles.

Son catástrofes que generalmente no salen en los telediarios, pero cuyas consecuencias suelen ser devastadoras: la crisis alimentaria y nutricional en el Sahel (afectando a nueve países: Burkina Faso, Chad, Malí, Mauritania, Níger, Camerún, Nigeria, Senegal, Gambia), la dramática situación de violencia y desplazados en la región de Kivu Norte, en la República Democrática del Congo, etc.

En ambos casos, DYA ha intervenido gracias al apoyo del Gobierno Vasco, las Diputaciones Forales de Bizkaia y Gipuzkoa, y el Ayuntamiento de Bilbao.

En estas situaciones, más que de una emergencia sanitaria de lo que se trata es de desarrollar intervenciones a medio plazo en materia de seguridad alimentaria, aseguramiento de acuíferos y suministros potables, fortalecimiento de redes de promotores de salud comunitarios... ●

Desde su fundación en 2004, el Departamento de Cooperación Internacional de DYA ha desarrollado numerosos operativos a lo largo y ancho del mundo, llevando su mensaje de esperanza hasta allí donde ha sido necesario. Esta es la lista de países donde hemos intervenido:



- | | | |
|--------------|---------------|---------------|
| 1. Chile | 6. Irán | 11. Perú |
| 2. Congo | 7. Kenia | 12. Marruecos |
| 3. Filipinas | 8. Malí | 13. Sáhara |
| 4. Haití | 9. Pakistán | |
| 5. Indonesia | 10. Palestina | |

Irene Tapia

Responsable del Voluntariado Social de DYA Gipuzkoa.



La filosofía de DYA es la de ayudar allí donde haga falta, en todo lugar y situación.

Pero en el día a día las personas voluntarias de la Asociación tienden a especializarse en alguna de las divisiones operativas en las que se estructura su labor: la asistencia sanitaria en ambulancia, la formación, el rescate...

Por eso Irene es un "caso raro" y extraordinario: no sólo cuenta con una sólida formación sanitaria que le permite hacer servicios de ambulancia, o de cobertura sanitaria preventiva en todo tipo de eventos, sino que es una consumada Técnico de Rescate de Montaña y, por si fuera poco, la Responsable del voluntariado en el Departamento de Bienestar Social de DYA.

Ella lo entiende como un proceso natural: entras en la Asociación pensando en que puedes hacer un tipo concreto de ayuda, pero luego las opciones de echar una mano son tan amplias que terminas implicándote en muchos proyectos distintos.

En su caso, la relación con la montaña "venía de casa". Pero en DYA ha aprendido técnicas de búsqueda y rescate, de uso de GPS, cartografías digitales, que le han

permitido ir "un poco más allá" y estar preparada para intervenir en situaciones realmente complejas.

Su despertar "social"

Su contacto con el mundo de las personas mayores, o con



problemas de movilidad, se produjo "por casualidad" dentro de DYA, en un momento en el que la Asociación empezaba a potenciar sus intervenciones en este campo.

Y tras algunos servicios, y ver las inmensas posibilidades que hay de ser útil en este campo, empezó a imaginar formas en las que DYA podría implicarse y trasladar ayuda, esperanza y sonrisas a estas personas.

Así que pronto se encontró liderando a un equipo de 50 voluntarios/as y poniendo en marcha programas de acompañamiento, visitas a residencias, excursiones con personas discapacitadas, o incluso regalando flores por Navidad a personas que tienen que pasar esos días solas, lejos de sus seres queridos.

Y, con su energía, seguro que muy pronto tendrá nuevos proyectos sobre la mesa.

Irene tiene muy claro que si hay ganas de ayudar -y en estos tiempos la necesidad se nota más que nunca- no importan ni la edad ni el tiempo libre del que se disponga: siempre es posible.

Y el pago que se recibe (en sonrisas, por supuesto) no tiene precio. ●

"Elkartean sartzen zarenean pentsatzen duzu laguntza jakin bat bakarrik eman ahal izango duzula baina gero aukerak hain zabalak izanik proiektu ugaritan parte hartzen amaitzen duzu".

Irene 2008 urtean sartu zen DYA, eta denbora honetan osasun arloko, Mendiko Erreskateko edo Gizarte Zerbitzuetako teknikari gisa hezitu da.

Boluntario izatearen adibide bitxi eta apartekoa bere afizioak besteei laguntzeko erabiltzea lortu bai du eta hori guztia etengabeko energia eta borondate ipurtarin eta ekintzailea mantenduaz.

Gainera, DYAre barruan lan sozialaren bultzatzaile haundi bat da.

Mugikortasuna arazoak edo bakardadea bizitzen duten pertsonen duintasunaren eta bizi kalitatearen defendatzaile sutsua izanik, konpainia, ingurukoekiko harremanen eta talde honen sozializazio garapenean oinarrituriko egitarau anitzen garapenean parte hartu du.

Queremos saber cómo nos ves tú

Desde la escuela Maestro García Rivero de Atxuri (en Bilbao) nos han hecho llegar esta foto de una actividad pedagógica que realizamos allí la primavera pasada. Recuerda que puedes enviar tus fotos de la DYA a concurso@dya.es



Tú opinas

Agradecimiento

Martín Tellería (Mondragón).

El 6 de julio me encontraba con la familia disfrutando de una jornada muy agradable cuando un familiar tuvo un desvanecimiento, por lo cual tuvimos que llamar al 112. La situación se fue complicando ya que el familiar sufre de corazón y llegó a perder el conocimiento. Al poco hizo presencia una patrulla de la ertzaina y una

ambulancia de la DYA. La atención que le dieron fue excepcional tanto en lo profesional como en lo personal... y mientras lo hacían hizo presencia un helicóptero de Osakidetza. Además de a la excelente coordinación entre todos los integrantes del protocolo de emergencia, deseo dar las gracias especialmente a todas las personas que formáis parte de la familia DYA. Eskerrik Askoi!!

Zorionak

Jon I (Donostia).

DYA Gipuzkoa bere 40.urteurrenagatik eta urriaren 12ko Ate Irekien Jardunaldian burututako lanagatik zoriondu nahi dut, ze eskaintzen ziren jardueretan familia osoak disfrutatu genuen. Elkarteari buruz zerbait gehiago jakiteko eta dituen lan eremu ezberdinak gertutik ezagutzeko egun aparta izan zen. Zorionak bene benetan!!!

2012an DYAk 188.692 larrialdi deiei erantzun zien Euskal Herrian. Hau lortu ahal izateko, gure larrialdietako ibilgailuek 5.365.000 km. baino gehiago bete zituzten. Hain ibilaldi luzea izan dela eta gure ambulanzietako deposituak ia hutsak gelditu dira. Horregatik, gelditu ez daitezten, zure laguntza behar dugu.

En 2012 DYA atendió en el País Vasco a 188.692 llamadas de auxilio. Para hacerlo posible, nuestros vehículos de emergencia recorrieron más de 5.365.000 Km... Una distancia tan enorme que ha dejado los depósitos de nuestras ambulancias casi vacíos. Por eso, para que sigan funcionando, necesitamos tu ayuda.

Bai, informazio gehiago nahi dut DYaren Bazkide Babesle izateko eta bizitzak salbatzen laguntzeko eman beharreko pausoei buruz. (Eskaera hau informazioa jasotzeko besterik ez da eta ez nau ezertara konprometitzen).

Sí, deseo recibir más información sobre los pasos que debo dar para convertirme en Socio Protector de DYA y ayudar a salvar vidas. (Esta solicitud únicamente tiene carácter informativo y no me comprometo a nada).

Izen-deiturak / Nombre y apellidos: _____

Helbidea / Dirección: _____

Herria / Población: _____ P.K. / C.P.: _____ Probintzia / Provincia: _____

Telefonoa / Teléfono: _____ E-maila / E-mail: _____

Por favor, envía esta solicitud de información a DYA:
Gipuzkoa: Mendigain, 30 - 20014 DONOSTIA.
Bizkaia: Almda. San Mamés, 33 - 48010 BILBAO.

Kupoi hau bidaltzean, baimena ematen dut nire datuak DYaren datu-basean sartzeko, DYAk etorkizunearan antolatuko dituen ekintzetan bakarrik erabiliko direnak. Zuk, datu hauetan edozein unetan sartzeko aukera izateaz gain, aldatzeko edo baliogabetzeko aukera ere izango duzu. Horretarako nahikoa duzu DYara idaztea.
Al enviar este cupón, acepto que mis datos sean incluidos en una base de datos de DYA, única y exclusivamente para futuras acciones de DYA. Tú puedes acceder, modificar o cancelar estos datos en cualquier momento, escribiendo a la DYA.

Un ángel de la guarda que cuide de ella las 24 horas del día... isólo cuesta 20€ al mes!*

*Precio para socios de DYA. No socios, 22€. Coste de instalación 60€.

ZUREKIN es mucho más que una telealarma: ofrece por poco más de 60 céntimos al día todo aquello que un mayor -o una persona dependiente- necesita para sentirse cómodo, seguro y mantener su independencia y autonomía personal:

- Teleasistencia domiciliaria integral.
- Asistencia telefónica de emergencias las 24h.en domicilio.
- Sistemas de seguridad pasivos (sensores de caídas, humo...).

Además, en ZUREKIN también nos encargamos de gestionar y contratar por usted servicios auxiliares: transporte adaptado, entrega de comida a domicilio, peluquería, podología, tintorería, bricolaje, adecuación arquitectónica de viviendas...

¡Sin listas de espera: en sólo unos días sus seres queridos estarán mucho más seguros!

TELEASISTENCIA
zurekin

www.ZUREKINteleasistencia.es

Telf.: 94 421 92 00

info@zurekinteleasistencia.es



La DYA estrena cinco nuevas ambulancias híbridas



El pasado mes de agosto, la DYA puso en servicio cinco nuevos vehículos de emergencia que, además de estar totalmente equipados a nivel médico-sanitario, son más respetuosos con el medio ambiente.

Y es que, estas ambulancias híbridas diesel-gas, no solo

ahorran combustible, sino que también son menos contaminantes.

Adquiridos gracias a la colaboración de los socios-protectores, estos vehículos tuvieron su bautismo de fuego durante la pasada Aste Nagusia bilbaína. ●

Organizamos junto a Naguspea, la primera Jornada de Servicio de Transporte Especial Adaptado

¿Qué es exactamente un servicio de Transporte Social? ¿Cuál es la tipología de los usuarios? ¿Qué aspectos deben tenerse en cuenta a la hora de movilizar personas con problemas de movilidad?

Estas y muchas otras preguntas tuvieron su respuesta en el primer encuentro de estas características celebrado en nuestra provincia que tuvo lugar el pasado mes de junio.

Una convocatoria a la que asistieron 63 profesionales del sector y que también contó con la presencia de D. Iñigo Pombo Ortiz de Artiñano, Viceconsejero de Asuntos Sociales del Gobierno Vasco y Dña. Pilar Ardanza Uribarri, Diputada de Acción Social.

En www.centrodeayudaespecializada.biz está disponible toda la información que se facilitó durante el encuentro.

Jornada Teórico-práctica

Además, el pasado 26 de septiembre, también se celebró una nueva jornada formativa en la que se trataron dos temas: "Movi-

lización y Transferencias en el Transporte Adaptado" (impartido por Eva Míguez, enfermera Jefe de Naguspea) y "Tipología de Usuarios, Casuística y Resolución de Problemas en el Transporte Adaptado" (impartido por Verónica Rial, psicóloga de la DYA y responsable de Zurekin Teleasistencia). ●



La DYA dona dos ambulancias a los campamentos de refugiados saharauis

Las dos ambulancias donadas por la DYA partieron el miércoles 16 de octubre hacia los Campamentos de Refugiados Saharauis situados en los alrededores de la ciudad argelina de Tindouf, en los que residen aproximadamente 200.000 personas, para prestar servicio en el "Centro de Heridos de Minas y Guerra, Nejla" y en el "Dispensario Médico de Agüeinit" situados ambos en Ausserd, uno de los cuatro campamentos.

Además de las dos ambulancias de la DYA, la caravana humanitaria de la que formaron parte incluyó 7 vehículos más: dos furgonetas aportadas por Metro Bilbao, un microbús cedido por EuskoTren, un autobús donado por un particular y tres trailers complementados por la Asociación de Amigas y Amigos de la RASD de Gasteiz. ●



La DYA participa en el XI Congreso de los Servicios de Emergencia celebrado en Bilbao

En un congreso sobre servicios de emergencia que reúne en la capital vizcaína a algunos de los mayores expertos en la materia, la DYA no podía faltar. Una asociación que es un referente internacional en su campo... y también la última ganadora del Campeonato Internacional de Emergencias, un encuentro reconocido a nivel mundial como "las olimpiadas de las emergencias".

Y fue precisamente uno de los miembros de la DYA que tomaron parte en ese campeonato, Borja Vázquez, el encargado de presentar el miércoles 9 de octubre, la ponencia "La comunicación en emergencias, una aliada potencial".

Amplio dispositivo sanitario de la DYA durante la Aste Nagusia

Con motivo de la Aste Nagusia bilbaína la DYA -bajo la dirección y coordinación del Puesto de Mando del Área de Seguridad, Subdirección de Protección Civil del Ayuntamiento de Bilbao- realizó un amplio despliegue preventivo y de respuesta a emergencias para garantizar la seguridad de todos los asistentes a los diferentes actos y eventos organizados.

Dicho dispositivo, que se prolongó durante los nueve días de fiestas, movilizó cada día 8 ambulancias de soporte vital básico y numerosos vehículos de apoyo. En total, más de 250 voluntarios dieron a los bilbaínos "parte de su tiempo libre" durante la Aste Nagusia. ●

Gracias Bizkaia.

Hace ya casi 48 años, la DYA adquirió ante la sociedad el compromiso de proteger y cuidar de todos los vizcaínos y vizcaínas.

Una labor a la que aquellos que formamos parte de la DYA llevamos dedicándonos en cuerpo y alma desde 1966, quitando horas al sueño, a los amigos, al trabajo, e incluso a la familia.

Años de duro trabajo, (voluntario, pero trabajo al fin y al cabo) que nos ha convertido en una institución modelo tanto a nivel nacional como internacional, como acreditan los numerosos premios y reconocimientos obtenidos a lo largo de nuestra extensa trayectoria.

Porque lo que empezó con dos ambulancias y cuatro voluntarios, es a día de hoy un referente en el ámbito socio-sanitario que cuenta con los medios técnicos más avanzados para poder realizar su labor en numerosos ámbitos de actuación:

Rescate y emergencias, ayuda social, transporte de personas mayores y/o con discapacidad, búsqueda y atención de desaparecidos, realización de servicios preventivos, atención de asistencia sanitaria en eventos populares y deportivos, formación en seguridad vial y primeros auxilios, atención psicológica...

Y es que, cada vez hacemos más.

Por eso cada vez necesitamos un mayor apoyo de la sociedad a la que servimos, cuidamos y protegemos.

Porque hoy, mañana, pasado y el mes que viene, la DYA va a seguir respondiendo "ahora mismo vamos" cada vez que alguien nos llame solicitando ayuda.

Porque todos somos la DYA.

Fernando Izaguirre
Coordinador General de DYA

"DYAtik DYArA" boletinean zure publizitatea jarri nahi ezkerro, bidali email bat publizitate arduradunari prensa@dya.biz helbidera.

*Tirada: 95.000 ale DYAkO bazkide direnen artean zuzenean banatzen dena. Argitaratzaile: DYA (Bidelaguntza Elkarte). Debekatunik dago artikulua, irudiak eta gainerako edukiak osorik edo eta zatika berriro ekoiztea.

Si desea anunciarse en el boletín "De DYA a DYA", puede ponerse en contacto con el responsable de la revista enviando un email a revista@dya.es.

*Tirada: 95.000 ejemplares que se distribuyen por suscripción directa entre los socios de la DYA de las provincias de Bizkaia y Gipuzkoa. Edita: la DYA (Asociación de Ayuda en Carretera). Prohibida la reproducción total o parcial de los artículos, ilustraciones y demás contenidos.

Tu solidaridad nos conduce a seguir salvando vidas

En la actualidad, la DYA realiza en nuestra provincia una gran variedad de funciones socio-sanitarias, poniendo al servicio de todos los medios técnicos más avanzados.

Y ya sea al volante de una ambulancia, a los mandos de un quad o dirigiendo una lancha... ¡es tu generosidad la que nos conduce a seguir salvando vidas!

Gracias por colaborar con nosotros y ayudarnos a seguir realizando nuestra importante labor social.



Norbaitek istripu bat jasan edo gaixorik dagoen guztietan, DYAren **ambulantziak** gertu izango ditu beti arreta eskaini eta, beharrezkoa izanez gero, hurbilen dagoen ospitalera eramateko.

Cada vez que alguien sufre un accidente o está enfermo, ahí están las **ambulancias** de la DYA para atenderle y transportarle (si es necesario) hasta el hospital más cercano.



Mugikortasun arazoak dituen pertsona batek garraioa behar duen guztietan, eskura izango ditu **Gizarte Arloko 21 ibilgailu egokitu** behar duen lekura eramateko.

Cada vez que una persona con problemas de movilidad necesita transporte, ahí están los 21 **vehículos adaptados del Área Social** para acercarla a donde necesite.

Itsas zabalean erreskate bat egitea edo uholde-arriskuaren ondorioz pertsonak ateratzea beharrezkoa den guztietan, hor izango dira DYAren **zodiakak** lehorrera eramateko prest.

Cada vez que es necesario efectuar un rescate en alta mar o hay que evacuar a personas por riesgo de inundaciones, ahí están las **zodiacs** de la DYA para llevarlas a tierra firme.



Goi-mailako osasun-zentro bat "in situ" eduki behar den guztietan, DYAren **mediku-postu aurreratuek** osasun-arreta ezin hobea bermatzen dute.

Cada vez que la situación exige disponer "in situ" de un centro sanitario de alto nivel, los **puestos médicos avanzados** de la DYA garantizan una cobertura sanitaria óptima.

Sarbide zaileko lekuetan bilaketa edo erreskatea egin behar den guztietan, DYAren **quad eta lur orotako motorrak** beste edozein ibilgailu iritsi ezin den lekuetara iristen dira.

Cada vez que debe realizarse una búsqueda o rescate en lugares de difícil acceso, los **quads y las motocicletas todoterreno** de la DYA llegan hasta allí donde ningún otro vehículo puede.



Unitate askoko operatibo konplexu bat martxan jarri behar den guztietan, DYAren **Aginte eta Koordinazio Zentro Mugikorrek** hartzen du horren ardura.

Cada vez que es necesario desplegar un operativo complejo con múltiples unidades, el **Centro Móvil de Mando y Coordinación** de la DYA se pone al frente.



Oinezkoentzako eremuetan osasun-arreta eskaini behar den guztietan, DYAren **bizikletek** lau gurpileko ibilgailuak bezain eraginkorrak (eta arinagoak) direla erakutsi dute.

Cada vez que es necesario ofrecer cobertura sanitaria en zonas peatonales, las **bicicletas** de la DYA han demostrado ser tan eficaces como ágiles.

Ebakuntza behar duen zauritu larri batek ospitalera iritsi arte itxaron ezin duen guztietan, DYAren **ZIU mugikorrek** gurpil gaineko ebakuntza-gela bilakatzen dira.

Cada vez que un herido grave no puede esperar a llegar a un hospital para ser operado, las **UVI móvil** de la DYA se convierten en auténticos quirófanos sobre ruedas.



Prebentziozko talde batek (edo bilaketa) ezohiko laguntza behar duen guztietan, DYAren **laguntza ibilgailuak** arduratzen dira beharrezkoa den guztia garraiatzeaz.

Cada vez que un dispositivo preventivo (o de búsqueda) necesita una ayuda extra, los **vehículos de apoyo** de la DYA se encargan de transportar todo lo necesario.

Sarbide zaileko lekuetan larrialdi bati erantzun behar zaion guztietan, DYAren **lur orotako ambulanziaz** itxaropena garraiatzeko ibilgailu bikainak dira.

Cada vez que es necesario atender una emergencia en lugares de difícil acceso, las **ambulancias todoterreno** de la DYA son los vehículos perfectos para transportar esperanza.



Operatibo konplexu batek botika eta baliabide teknikoaren eten-gabeko hornikuntza behar duen guztietan, harrigarria da DYAren **logistikako kamioiek** zama eramateko duten ahalmen izugarriaz ohartzea.

Cada vez que un operativo complejo necesita suministro constante de medicamentos y medios técnicos, los **camiones de logística** de la DYA sorprenden por su gran capacidad de carga.

Bizkaian "Norbaitek DYArri dei diezaiola!" eskatzen den guztietan, elkarteko boluntarioak 1966az geroztik "Oraintxe bertan goaz!" erantzuten dute.

Cada vez que en Bizkaia se pide "¡Que alguien llame a la DYA!", los voluntarios de la Asociación llevan desde 1966 respondiendo "¡Ahora mismo vamos!".





Lor ezazu jada DYAko zure egutegia.
Balio handiko tradizioa
2€-gatik bakarrik.

DYAren ordezkaritza guztietan salgai.

Consigue ya tu calendario de la DYA.
Una valiosa tradición
por solo 2€.

A la venta en todas las delegaciones de la DYA.



DYA
94 410 10 10
www.dya.es

DYA Zaragoza

Cesta solidaria para Navidad



La Asociación de voluntarios de ayuda en carretera DYA Zaragoza va a sortear, coincidiendo con la Lotería Nacional de Navidad, una cesta solidaria compuesta íntegramente por aportaciones desinteresadas de voluntarios, socios y empresas colaboradoras, tanto públicas como privadas.

Una iniciativa con la que se pretende reponer el material que recientemente robaron en una de sus ambulancias. ●

DYA Alicante

DYA elegida para dar cobertura sanitaria durante los campeonatos del mundo de Taekwondo ITF



Celebrados en Benidorm el pasado mes de octubre (del jueves 24 al domingo 27) este importante evento internacional contó con la participación de 1.200 deportistas, representando a un total de 46 países participantes de los cinco continentes. ●

DYA Filipinas

DYA Filipinas celebra su Rescue Day

El pasado 9 de octubre, nuestra asociación hermana de filipinas realizó un complejo simulacro de terremoto e incendio. ●



DYA Extremadura

DYA impartirá cuatro cursos dentro del plan de protección civil puesto en marcha por el Gobierno de Extremadura

DYA ha sido, junto a Cruz Roja, la elegida por el Gobierno de Extremadura para impartir estos cursos que se desarrollarán hasta el mes de diciembre en 18 localidades extremeñas. ●

DYA Lleida

Taller RCP en Mollerusa

El pasado 16 de octubre fue el día de la RCP. Entre las numerosas actividades organizadas durante esa jornada, destacó el práctico taller de RCP organizado con la colaboración del Servei d'Emergències Mèdiques, la Salle y AmbulanCAT. ●

*Etkez etxeko otordu-zerbitzua
adin nagusikoentzat eta
menpekotasuna
dutenentzat*

Etxejan, servicio de
comida a domicilio para
personas mayores y
dependientes



DOAKO TELEFONOA
900 70 10 50
TELÉFONO GRATUITO

www.etxejan.com

Ekimen honen
bultzatzaileak
Una iniciativa de:



Pauso Berriak

Dentro de esta ventana abierta a las iniciativas solidarias de otras organizaciones, hoy deseamos presentar el programa de inserción laboral de Gureak y Atzegi, Pauso Berriak.



Pauso Berriak es un programa de inserción laboral impulsado por **Gureak** y **Atzegi** que empezó su andadura en marzo de 2010, y que contiene un conjunto de iniciativas que pretenden facilitar y ampliar el abanico de oportunidades de empleo en contextos ordinarios a personas con discapacidad intelectual.

A su vez, pretende concienciar a la sociedad de que las personas con discapacidad intelectual deben tener un sitio en el ámbito laboral en diferentes contextos.

El primer año de su puesta en marcha llegó a gestionar 50 casos diferentes, de forma que personas con discapacidad intelectual pudieron poner en práctica parte de sus conocimientos en diferentes empresas y/o Asociaciones de la provincia.

Una de ellas fue DYA Gipuzkoa, que acogió a Ellande, un joven con destreza en temas de mantenimiento.

Pasado el primer año el programa ofrecía la posibilidad de seguir manteniendo a Ellande en la Asociación, y dada la experiencia vivida, que resultó muy positiva para ambas partes, DYA optó por seguir con el programa.

A día de hoy Ellande sigue en DYA. Y al pedirle que resuma su experiencia comenta que "he podido aprender mucho, he tenido la oportunidad de conocer a gente muy buena, y estoy muy contento aquí".

Por su parte, Joserra, el responsable de mantenimiento de la Asociación, confiesa que "el hecho de tener a Ellande ha supuesto para mí una experiencia totalmente nueva, ya que me ha dado la oportunidad de ver la valía de estas personas, a pesar de sus limitaciones, y el grado de interés que pueden llegar a mostrar en el día a día. Ellande está repleto de voluntad". ●

Más información:
www.pausoberriak.net

El dolor torácico



La enfermedad del corazón es la primera causa de mortalidad en el mundo occidental, provocando una muerte cada 30 segundos. Una de cada cuatro personas sufre una enfermedad cardíaca o de los vasos sanguíneos.

Entre los **factores predisponentes** están el aumento de **colesterol**, el **sedentarismo**, el **tabaquismo**, la **obesidad**, la **hipertensión arterial** y la **diabetes**, habituales en el estilo de vida actual.

El desarrollo de la enfermedad es muy sencillo: si dejamos que sustancias como el colesterol o la grasa se vayan acumulando lentamente en las paredes interiores de las arterias, se estrecha su paso dificultándose la llegada de sangre y oxígeno al corazón. Esta situación es la que causa el dolor, y puede originar dos tipos de patología:

La **angina de pecho**, cuando las arterias del corazón se obstruyen parcialmente y no se llegan a producir lesiones irreversibles en él.

El **infarto de miocardio**, cuando las arterias del corazón se obstruyen completamente, llegándose a producir lesiones irreversibles por muerte de los tejidos de este músculo.

En ambos casos los síntomas que prevalecen son: (1) dolor localizado en el pecho, detrás del esternón, muy intenso y opresivo, que puede irradiarse a otras zonas como el brazo izquierdo, cuello, cara, hombro, estómago y espalda. (2) Dificultad respiratoria. (3) Piel pálida y sudorosa. (4) Náuseas.

Si nosotros sentimos o estamos con alguien que comience a sentir estos síntomas lo primero que hay que hacer es

reposo absoluto, sentados o en posición semi-sentada. **Llamaremos inmediatamente al 112** para pedir ayuda. Si hay antecedentes de isquemia coronaria y se tiene a mano Nitroglicerina sublingual lo aplicaremos tal y como lo haya indicado el médico.

Para evitar la aparición de la enfermedad cardíaca las **medidas preventivas** que podemos adoptar son las siguientes:

- ▶ Controlar la cantidad de grasas que comemos para evitar el aumento de las cifras de colesterol y triglicéridos.
- ▶ Controlar la tensión arterial, empezando por cuidar la cantidad de sal que ingerimos (una dieta con mucha sal propicia la hipertensión).
- ▶ Realizar ejercicio físico regularmente, adaptado a la situación personal en la que nos encontremos (edad, condición física...).
- ▶ No fumar y evitar los sitios con humo.
- ▶ Evitar el sobrepeso: llevar una alimentación saludable, hacer dieta hasta normalizar el peso, hacer 5 comidas al día y potenciar el desayuno.
- ▶ Controlar la diabetes (mediciones periódicas, seguir la dieta y el tratamiento con anti-diabéticos pautados por el médico...).
- ▶ Decir "adiós" al estrés: hay que aprender a relajarse y a tomarse la vida con filosofía positiva.
- ▶ Moderar el consumo de alcohol.
- ▶ Consultar con nuestro médico cualquier duda, y si tenemos más de 45 años hacernos revisiones periódicas. ●

Dolor torácico

Síntomas:

- ▶ Dolor en el pecho muy intenso y opresivo, que puede irradiarse a otras zonas: brazo izquierdo, cuello, cara, hombro, estómago, espalda...
- ▶ Dificultad para respirar.
- ▶ Piel pálida y sudorosa.
- ▶ Náuseas.

Medidas preventivas:

- ▶ Controlar las cifras de colesterol y triglicéridos.
- ▶ Controlar la tensión arterial.
- ▶ Realizar ejercicio físico.
- ▶ No fumar.
- ▶ Evitar el sobrepeso.
- ▶ Controlar la diabetes.
- ▶ Decir "adiós" al estrés.
- ▶ Moderar el consumo de alcohol.
- ▶ Consultar con el médico cualquier duda.

Bularraldeko mina

Sintomak:

- ▶ Bularreko min bizia eta zapalketa modukoa, beste gunetara zabal daiteke: ezkerreko besoa, lepoa, aurpegia, sorbaldak, sabela...
- ▶ Arnasteko zailtasuna.
- ▶ Azal zurbila eta izerditsua.
- ▶ Goragalea.

Prebentzio neurriak:

- ▶ Kolesterol eta trigliceridoen zifrak kontrolatu.
- ▶ Tentsio arteriala kontrolatu.
- ▶ Ariketa fisikoa egin.
- ▶ Ez erre.
- ▶ Gehiegizko pisua saihestu.
- ▶ Diabetesa kontrolatu.
- ▶ Estresari "agur" esan.
- ▶ Alkohol kontsumoa murriztu.
- ▶ Edozen zalantza sendagilearekin kontsultatu.



Félix Linares

Nacido en Bilbao en 1947, Félix Linares lleva más de 40 años trabajando en la radio, un medio que como él mismo confiesa le apasiona. Sin embargo, la popularidad (como suele ser habitual) se la ha dado principalmente la televisión, concretamente el programa de cine de ETB "La Noche de...", al frente del cual lleva ya 18 años. Convertido en uno de los rostros más conocidos de la cadena, en la actualidad compagina su labor frente a las cámaras con el programa literario "Pompas de Papel" de Radio Euskadi.



18 años al frente de "La Noche de..." y 26 conduciendo "Pompas de Papel". ¿Es usted de relaciones largas, no?

Soy un tipo muy fiel. 30 años en RADIO EUSKADI. 60 con el cine. Otros tantos con los libros y tebeos. Otros quizá digan que soy un tanto aburrido.

Y con una audiencia media del 14%, seguro que todavía le quedan muchos años por delante...

El mundo de la televisión cambia muy rápido y constantemente. Yo no diría que vamos a durar otros 18 años, aunque quiero pensar que sí. Y más.

Alguna vez ya ha comentado que el record de audiencia del programa, un 65%, lo consiguieron en 1995 con "Instinto Básico"... ¿De verdad era esa película para tanto?

INSTINTO BÁSICO es una buena película. Pero no fueron sus virtudes cinematográficas las que llevaron a esa cifra mágica, inalcanzable en estos momentos. Ocurrió que en la primera parte del programa dijimos que después de la película mostraríamos los segundos que habían sido censurados en U.S.A. Y aunque esos segundos ya se habían visto en la proyección el público decidió conocer de primera mano como se las gasta la censura yanqui. Nada, un poco de sexo oral.

Sigamos hablando un poco de cine: Orson Welles dijo que los tres mejores directores de cine son Jonh Ford,

Jonh Ford y Jonh Ford... ¿Está usted de acuerdo?

Para nada. Yo creo que JOHN FORD se llaman los diez mejores cineastas de la historia. Un tío que tiene tantas obras maestras se lo merece. En el fondo se trata de seguir el consejo de STEVENSON, "cuando tengas algo que contar hazlo de la manera más sencilla posible". Y luego tener el talento para hacerlo. FORD lo tenía.

Creo que ya se la respuesta, pero... ¿un buen guión o unos buenos efectos especiales? ¿2D o 3D?

Lo que estás pensando: el guión. Y luego algo de presupuesto para que todo lo pensado se pueda hacer. El 3D, en algunos casos, es conveniente. Por ejemplo en GRAVITY. En la mayor parte no. Y si encarece el cine y así se da argumentos a todos esos perezosos que dicen que no van al cine porque es caro, pues peor.

¿De dónde viene su amor por el séptimo arte?

Creo que viene con mi ADN. Yo iba al cine de muy niño, exigía a mis padres que me llevaran. Claro que a ellos no les importaba porque también les gustaba mucho.

¿Comparte eso que se dice ahora de que el mejor cine actual se hace en televisión? (The Wire, Los Soprano, Juego de Tronos, Breaking Bad, Mad Men...)

No estoy totalmente de acuerdo. Hay buena televisión y también buen cine. Y muy malo. Y también mala televisión.



¿Ha necesitado alguna vez de sus servicios?

Afortunadamente no. Pero algunas veces les he visto en acción y creo que es la suya una labor encomiable.

Ya para terminar... ¿La película que más le ha gustado en lo que va de año?

La ví en el ZINEMALDIA. Se titula GLORIA y ya se ha estrenado en los cines. Es una película chilena que retrata a una mujer en la cincuentena con un rigor, una eficacia, un detalle, que ya les gustaría a otras más famosas tener solo una parte de su encanto.

Muchas gracias. ●

Creo que corresponde a una moda. Y a otra disculpa para no ir al cine.

Volviendo a la realidad... ¿Conoce la labor de la DYA?

Claro. Hace cuarenta años yo hacía en RADIO POPULAR un magazine de mañana en los fines de semana. Y allí estaba la DYA para contarnos todo lo que pasaba en las carreteras.

Quiz show:

Un libro:

El mejor de los que he leído este verano es 35MUERTOS (así, sin separación entre número y letra) del colombiano SERGIO ÁLVAREZ. Todo lo que tiene que tener una novela está aquí. Y muy bien contado.

Una película:

Ahora mismo LE WEEK-END, una delicia sobre una pareja madura en apuros sentimentales. Muy divertida, muy emocionante, muy bien interpretada. Y ya en plan clásico REBELIÓN de MASAKI KOBAYASI.

Un programa de TV:

LA NOCHE DE... y si no puede ser, HOMELAND y si no puede ser porque es una serie y no un programa, pues que sea CAIGA QUIEN CAIGA.

Una comida:

Todas. Bueno, un poco de foie. Y chocolate que no falte.

Una bebida:

Vino tinto.

Un personaje histórico:

Diógenes de Sinope.

Yo nunca... he comido palomitas. Ni en el cine, ni fuera de él. Tampoco pipas.



Zuen laguntzak besteei nola lagundu
ikasten jarraitzera motibatzen gaitu.

Vuestra ayuda nos motiva
a seguir aprendiendo cómo ayudar a los demás.

Eskerrik asko eta Urte Berri On!



DYA