

# ASPACE CÁCERES



JULIO 2021

# Contenido

03 **Saludo**

*Juana Villar, vocal de ASPACE Cáceres*

04 **Noticias**

*La tiendita*

*Los jardines de ASPACE*

*Fiesta de San Antonio de Padua*

07 **Entrevistas**

*Vivir el día a día*

*Un viaje de superación*

*Saboreando derechos*

14 **Cocina con ASPACE**

*Recetas de verano*

19 **Nuestras redes**

*Destacados de Facebook*

*Blog*

22 **Quiénes somos**

23 **Financiadores**

Juana Villar,  
vocal de ASPACE CÁCERES



Hola, familias:

Soy Juana Villar; en 2020 me animé a formar parte de la Junta Directiva como vocal. Aún me siento novata, pero en este periodo de tiempo he aprendido de las personas que forman este equipo. Ha sido una experiencia enriquecedora, llena de ejemplos, conocimientos, ideas, sacrificio y dedicación. Han sido años de lucha para que ASPACE Cáceres sea lo que es hoy, una asociación íntegra.

También soy madre dos hijos. Mi chico mayor tiene TEA (Trastorno del Espectro Autista). Nuestra familia llega a ASPACE Cáceres hace ya unos años, cuando se abrió el centro de Trujillo. Previamente llevábamos años de viajes a Cáceres y cuando supimos que podíamos formar parte de esta asociación supuso una revolución, no exenta de dudas y miedos. Pero pronto comprobamos lo bueno que era este cambio para nuestra familia y lo bueno que fue para mi chico, incluyendo algún hito terapéutico.

Poco a poco nos empezamos a sentir como en casa y decidimos hacernos socios. Contentísima de aquella decisión, te das cuenta que es la unión la que hace posible cosas buenísimas para nuestros hijos e hijas. Y por supuesto, también para nuestra familia.

Desde estas palabras, si me permitís, animo a unir fuerzas. Todos tenemos mucho que aportar y juntos conseguiremos grandes cosas para que ASPACE Cáceres siga creciendo.

Gracias, por tanto.

Un saludo y feliz verano.

# 'LA TIENDITA'



ASPACE Cáceres, en su centro de Jaraíz de la Vera, crea un espacio para trabajar **la autonomía en el comercio**

La sede jaraiceña de ASPACE Cáceres nos presenta la creación de un supermercado. Esta iniciativa surge por la propuesta de la coordinadora del servicio de Centro de Día, Virginia Gómez.

Su objetivo es crear un ambiente lo más aproximado a la realidad, para fomentar la autonomía personal en la ejecución de las AIVD (Actividades Instrumentales de la Vida Diaria).

Llevar a cabo compras diarias, colaborar en la lista de la compra, reconocer cantidades e identificar el dinero, son parte de los objetivos necesarios para la consecución de una autonomía.

El proceso de elaboración de esta tienda se trabajó desde la búsqueda de ideas en internet, y a raíz de las que encontraron se pusieron manos a la obra.

En el 'aula azul', formado por Chiara Sánchez y Silvia Morales, técnicas de atención sociosanitaria, y las personas usuarias, se han pasado unos días muy divertidos.

**"Hemos disfrutado mucho de la experiencia llevando a cabo un espacio real con toques personales a la idea original"**

Esta actividad la han tenido que realizar en los ratitos que tenían disponibles, para no intervenir en sus terapias y talleres. Su elaboración ha durado unas dos semanas. Y ya, por fin, pueden poner en práctica todo lo aprendido.

Este espacio además lo utilizarán las compañeras y las personas usuarias que acuden al servicio de Habilitación Funcional.



# LOS JARDINES DE ASPACE

El **taller de jardinería** que comenzó en febrero comienza a dar sus frutos

El pasado mes de febrero arrancó en los cinco centros de ASPACE Cáceres un taller de jardinería subvencionado por la Diputación y asesorado por los dos cursos de Formación Profesional Básica en la especialidad de Agrojardinería del IES Gabriel y Galán de Montehermoso.

Las personas usuarias que participan de esta actividad trabajan la estimulación sensorial, mejoran su autoestima, autoeficacia y empoderamiento, y adquieren nuevas competencias sociales y laborales.

Después de cinco meses de mucho trabajo e ilusión por embellecer nuestras zonas ajardinadas, ¡estamos recogiendo los frutos! Nos llena de satisfacción ver como nuestro huertos se llenan, cada vez más, de frutas y hortalizas de primerísima calidad.

Además, en algunas sedes de la entidad, como Trujillo, también estamos cultivando plantas aromáticas. Ya hemos cortado perejil, preparándolo para usarlo como condimento en nuestras comidas.

## **Insecticidas naturales**

En ASPACE Cáceres hemos encontrado una fórmula natural para proteger nuestros huertos de los insectos, y queremos compartirla con vosotros. Se trata de una mezcla de ajo, semillas de clavo y agua. ¡Es infalible y podéis hacerla en casa!

## **Día Mundial del Árbol**

El 28 de junio celebramos el Día Mundial del Árbol, y en nuestro centro de Jaraíz plantamos tres árboles como homenaje a los pulmones del planeta. Agradecemos al Ayuntamiento de Jaraíz de la Vera su colaboración para que la plantación haya sido posible. Decía Lucy Larcom, poeta estadounidense, que "aquel que planta un árbol, planta una esperanza".



# SAN ANTONIO DE PADUA

Como marca la tradición, el mes de junio se celebró **en Jaraíz de la Vera** la fiesta en honor al santo

El domingo 13 de junio se celebró en Jaraíz de la Vera la Fiesta de San Antonio de Padua, un día especial para la localidad jaraiceña en el que los integrantes de la Hermandad del mencionado santo salen a la calle a bailar ataviados con sus trajes típicos.

Con motivo de la festividad, la cofradía visitó el centro de ASPACE, realizando una actuación que amenizó la mañana de las personas residentes y profesionales. El acto tuvo lugar en la explanada de la residencia y fue dirigido por el hermano maestro Jesús Parro.

Al evento asistió la directora de ASPACE en Jaraíz de la Vera, Toñi Granado, y el presidente de la Cofradía de San Antonio, Emilio Díaz.

Del mismo modo, por las restricciones impuestas por la pandemia, la tradicional fiesta se limitó a los cultos en la iglesia de San Miguel, donde se ofrendó en la misa dominical. Allí, una docena de danzantes bailaron al ritmo de los instrumentos. Más tarde hubo un pasacalles por el centro de Jaraíz.



# Vivir el día a día

Por Carlos Díaz

El pasado 21 de junio se celebró el Día Mundial contra la Esclerosis Lateral Amiotrófica, una enfermedad degenerativa e incurable del sistema nervioso central. En España, existen aproximadamente 4.000 personas diagnosticadas con ELA, entre las que se encuentran **Lucas Ruiz y Rosa Jiménez**, pacientes que acuden semanalmente al centro de Trujillo de ASPACE Cáceres para recibir tratamiento. Se estima que uno de cada 10 casos está relacionado con la genética, pero del resto se desconocen las causas.

**Pregunta. ¿Cuándo empezasteis a sospechar que podríais estar padeciendo esta enfermedad?**

**Respuesta. Lucas:** Empezaron los síntomas en el 2017, afectando exclusivamente a las piernas, pero en ningún momento pensamos que podría ser esta enfermedad. Hasta 2019 no degeneraron los brazos y las manos, siendo el primer diagnóstico una miopatía. En febrero de 2020 comenzaron a hacerme pruebas, y en julio fue cuando me dieron el diagnóstico.

**Rosa:** Al principio me empezó a fallar el pie. Al acudir al médico me dijeron que era una estenosis de canal y me operé. Al no mejorar, comencé a sospechar que se trataba de otra enfermedad. Pero no quería ni pensar que se tratase de la ELA.

**P. Cuando conocisteis el diagnóstico, ¿qué fue lo primero que se os pasó por la cabeza?**



**R. Lucas:** Lo primero que se me pasó por la cabeza es que era una enfermedad con una corta esperanza de vida. Me vine abajo, no quería hablar con nadie. Conocía casos en los que las personas no habían tenido una esperanza de vida longeva, por lo que pensé que mi caso iba a ser similar. Después empecé a ver cómo me estaba afectando la enfermedad de una manera diferente a lo esperado, lo que quería decir que yo no tendría por qué morir en pocos años.

**Rosa:** Lo primero que hice fue llorar. Después abracé a mi marido y se me pasó por la cabeza rechazar el diagnóstico, es decir, pensar que no era real.

**P. Con respecto al día a día, ¿qué tratamiento seguís?**

**R. Lucas:** Voy dos días en semana a ASPACE a fisioterapia y terapeuta ocupacional. Además de lo anterior estoy acudiendo desde hace un año a un fisioterapeuta dos días por semana de forma privada. Por otro lado, intento hacer ejercicios en casa, no dejo de caminar e intento llevar una vida lo más normalizada dentro de mis posibilidades.

**Rosa:** Acudo a rehabilitación, logopedia, fisioterapia y rehabilitación pulmonar.

## "Creo que a la Sanidad Pública no le merece la pena investigar"

**P. ¿Qué valoración hacéis de los servicios que recibís en ASPACE?**

**R. Lucas:** Para mí es una valoración muy buena, me da la posibilidad de ampliar el tratamiento, tanto de fisioterapia como de terapia ocupacional, ya que el coste económico de otra forma sería muy elevado. A pesar de que tengo que desplazarme, estoy muy contento por poder acudir.

**Rosa:** El servicio que recibo por parte de ASPACE es el de logopedia. Estoy muy contenta, porque me está ayudando mucho a ser entendida por los demás.

**P. ¿Consideráis que la Sanidad Pública en España está comprometida con los pacientes de ELA?**

**R. Lucas:** Pienso que no, porque a pesar de que hay muchos profesionales que son encantadores y están entregados con nosotros, hay otros que nos dan por "desahuciados". Creo que la Sanidad Pública no está implicada, aunque sí que estoy muy contento con el personal de ella. Quieren abrir una unidad de ELA en Badajoz. Eso sería una buena oportunidad para mí y muchas más personas, ya que ahora mismo me tengo que desplazar a Madrid.

**Rosa:** No, es una lucha constante con la Administración Pública. No lo considera una

enfermedad grave debido a los pocos casos diagnosticados. Además no lo reconocen como una gran invalidez.

**P. Actualmente, sigue existiendo mucho desconocimiento sobre la enfermedad, ¿se invierte lo suficiente en investigación?**

**R. Lucas:** No, estamos en las mismas. Como aquí en Extremadura hay una minoría creo que no se investiga lo suficiente. Además, como el tratamiento es ambulatorio y estamos en casa no somos un colectivo que sonemos mucho. Yo creo que a la Sanidad Pública no le merece la pena investigar, y por ello no hay investigaciones exclusivas de esta enfermedad.

**Rosa:** No, porque somos cuatro mil casos en España. Y en Extremadura 90 casos. Por lo que no le dan la suficiente importancia, no somos tantos como para que lo investiguen.

**P. En los últimos años se han lanzado muchas iniciativas para concienciar a la población sobre la ELA, ¿creéis que se ha conseguido?**

**R. Lucas:** En lo que yo he visto creo que sí, que actualmente se está dando mucho a conocer. Pero también creo que se tiene una idea global, pero que no se conoce en sí la enfermedad. Yo me esfuerzo mucho en dar a conocer en que consiste.

**Rosa:** Se va consiguiendo poco a poco, porque las redes sociales favorecen mucho su difusión y las personas que lo padecen hablan mucho de la enfermedad. Antes, las personas que tenían ELA no eran ayudadas debido a esta falta de conocimiento.

## "Las redes sociales favorecen que se conozca la ELA"

**P. Cada vez se diagnostican casos en personas más jóvenes, ¿a qué puede deberse este cambio de tendencia?**

**R. Lucas:** Sinceramente no sabría responderte esta pregunta. He intentado informarme mucho sobre

ello, pero no saben decirme una causa exacta. Creen que puede ser una predisposición. En el tema de la edad no tengo mucha idea.

**Rosa:** Puede deberse a los avances a la hora de diagnosticarlo. De esta forma se tiene un diagnóstico de la enfermedad a edades más tempranas.

**P. ¿Tenéis algún modelo a seguir? ¿Alguien cuyo discurso os ayude a llevar la enfermedad de la mejor forma posible?**

**R. Lucas:** En la asociación a la que acudo en Mérida, Lola, la presidenta, tiene una actitud muy positiva; y Marcos también ha sido un referente, a pesar de su estado actual, sigue luchando para poder seguir adelante y que esta enfermedad sea visible.

**Rosa:** No tengo un modelo a seguir determinado. Pero sí me apoyo en mi familia.

"Hay que vivir el día a día.  
No se sabe cuánto te va  
afectar la enfermedad, ni  
hasta cuándo"

**P. ¿Cómo ha afectado la pandemia a los enfermos de Esclerosis Lateral Amiotrófica?**

**R. Lucas:** Ha sido muy duro, ya que a nosotros nos viene muy bien acudir a ciertos tratamientos, como es el de fisioterapia, además de realizar actividades como la natación. Durante el confinamiento no pudimos realizarlo. Además, mi experiencia no fue tan mala, ya que disponía de espacio en casa para poder caminar, pero no es el caso de otros muchos, por lo que la privación de estos servicios no les ha beneficiado en nada.

**Rosa:** En el confinamiento todavía no me habían diagnosticado la ELA, pero el uso de la mascarilla me dificulta la correcta respiración.

**P. Si tuvierais que lanzar un mensaje a una persona recientemente diagnosticada de ELA, ¿cuál sería?**

**R. Lucas:** Que no mire para atrás, siempre hacia delante, que busque ayuda en asociaciones. Hay que vivir el día a día, no se sabe cuánto te va a afectar la enfermedad ni hasta cuándo. No hay que quedarse con el diagnóstico, sino mirar la evolución

**Rosa:** Que viva el día a día, que no piense en lo que hacía y vea lo que es capaz de hacer. Que disfrute de la familia y los amigos. Que no deje de hacer las cosas que le gusten, mientras pueda. Y que intente ser feliz.

# Un viaje de superación

Por Carlos Díaz

**Alberto Pérez** es un joven que acude a ASPACE Cáceres bisemanalmente a sesiones de fisioterapia para tratar la ataxia cerebelosa que padece. Es un trotamundos. Estudió el Bachillerato Internacional en el Colegio del Mundo Unido de Noruega, y más tarde se graduó en Psicología en la Methodist University de Fayetteville, en Carolina del Norte (Estados Unidos). Actualmente es el vicepresidente de la sección de Erasmus Student Network de la Universidad de Extremadura (ESN UEx), una asociación internacional cuyo objetivo es apoyar y ayudar a que los estudiantes que vienen de intercambio tengan la mejor experiencia posible fuera de su casa.

**Pregunta. ¿Por qué recomendarías a un estudiante español disfrutar de una experiencia internacional?**

**Respuesta.** Toda experiencia fuera de tu zona de confort es positiva para cualquier persona. Aprendes a marchas forzadas a resolverte la vida por ti mismo. Además de la adquisición lingüística que te ofrece estudiar en el extranjero. Solo con salir de tu casa y tratar con gente de todas partes, tu mente se abre de una forma extraordinaria.

**P. A ti, personalmente, ¿cómo te cambió la vida estar tantos años estudiando fuera?**

**R.** Tengo una discapacidad física del 33% y, como muchas personas que pertenecemos a minorías, sufrí de bullying en el colegio. Entonces, aquí en España estaba bastante encerrado en mí. Hasta que yo no pude salir de ese entorno hostil, no empecé a ser yo mismo.



Al principio, me costó mucho tomar la decisión de irme, pero una vez llegué a Noruega y conocí a tanta gente de tantas culturas diferentes, me cambió la visión totalmente. Maduré muchísimo. Yo no era una persona muy proactiva, y gracias a irme todo eso cambió: ahora tengo una capacidad de liderazgo que antes era impensable.

**P. ¿Cómo asimilaste el proceso de irte a vivir al extranjero siendo tan joven?**

**R.** Mi tía Mamen —terapeuta ocupacional, presentadora de televisión y usuaria de ASPACE Cáceres— estudió en un Colegio del Mundo Unido en Estados Unidos y me recomendó vivir esa experiencia. A mí me parecía muy guay, pero no me planteaba hacer lo mismo. Sin embargo, una vez pasé al instituto y fui resurgiendo, abriéndome más, mi madre me animó a irme a estudiar fuera. Al principio dije que no porque me daba mucho miedo, pero me convenció.

**P. Una vez en Noruega, ¿te adaptaste rápido?**

**R.** Sí, allí todo el mundo estaba deseando conocerte, empaparse de otras culturas. Me parecía una pasada.

**P. Entiendo que la gente, como debe ser, valoraba a la persona por encima de todo.**

**R.** Yo nunca he tenido miedo a decir que soy discapacitado. Mis compañeros y compañeras, en seguida se ofrecían a ayudarme. Incluso aquellos con los que no tenía tanto trato.

**P.** Cambiando de tema, ¿cuál es tu función como vicepresidente en Extremadura de la Erasmus Student Network?

**R.** Me encargo del seguimiento de la implicación del voluntariado, de la organización de la bienvenida de los Erasmus, la preparación de las actividades... Aparte, también soy responsable del reclutamiento de nuevos voluntarios.

**"Toda experiencia fuera de tu zona de confort es positiva"**

**P.** Si alguien quiere ser voluntario de ESN en Cáceres, ¿qué trámite ha de seguir?

**R.** Lo primero que tiene que hacer es rellenar un formulario (<https://forms.gle/djacfr5fjK1b2vAu7>). Luego, si resulta preseleccionado, se le contacta para hacer una entrevista de selección.

**P.** ¿Qué disponibilidad horaria tiene que tener una persona voluntaria?

**R.** Cada voluntario aporta lo que puede. Tienes la posibilidad de formar parte de uno o varios comités.

**P.** ¿Qué es lo que más motiva a una persona a entrar en ESN?

**R.** El poder ayudar a los estudiantes que vienen a tu ciudad, organizando actividades, viajes, yendóte a tomar algo con ellos, charlar, conocer culturas.



# SABOREANDO DERECHOS



Fundación  
**Valhondo**

*Por Carlos Díaz*

ASPACE Cáceres es una de las 64 asociaciones cacereñas beneficiarias en la convocatoria anual de ayudas sociales de la Fundación Valhondo. Con la subvención recibida, podremos hacer realidad el proyecto "**Saboreando Derechos**", cuyo objetivo es seguir trabajando en la línea de una alimentación segura, eficaz y placentera, mejorando la formación de nuestros profesionales y la equipación de nuestros centros.

Charlamos con ellos sobre el presente y futuro de una entidad que lleva facilitando la realización de proyectos sociales desde 1985.

**Pregunta. ¿Cuánto tiempo lleva Fundación Valhondo convocando ayudas sociales para mejorar la calidad de vida de distintos colectivos cacereños?**

**Respuesta.** La Fundación lleva concediendo ayudas para la realización de proyectos sociales en la provincia de Cáceres desde 1985.

**P. Con la COVID-19, ¿ha habido un incremento considerable en el número de solicitudes recibidas?**

**R.** No especialmente. Ha habido el incremento que se suele ir produciendo año tras año.

**P. En ASPACE, nuestro proyecto 'Saboreando Derechos' pretende seguir mejorando la alimentación segura, eficaz y placentera de las personas con discapacidad. ¿Se encuentran con muchas iniciativas de este tipo?**



**R.** A la convocatoria de ayudas se presentan proyectos dirigidos a diferentes ámbitos. Sin duda, la mejora en la calidad de vida de las personas con discapacidad es una de las líneas importantes, ya sea en alimentación, como en desarrollo personal, formación, empleo y ocio.

**P. Ustedes abarcan tres líneas de subvenciones: las 'Ayudas Valhondo', que son las de mayor cuantía, el 'Legado Antonio Rodríguez' y el 'Legado San Lázaro', ¿en qué consisten estas dos últimas?**

**R.** Las 'Ayudas Valhondo' están dirigidas a proyectos relacionados con personas con diversidad funcional, con discapacidades físicas o psíquicas, con enfermedades raras, mayores, colectivos en riesgo de exclusión social y desempleados.

En cuanto al 'Legado Antonio Rodríguez', este abarca los proyectos que promueven las mejores condiciones de vida de los niños y la asistencia e integración social y educación de los niños en situación de necesidad.

Y, por otro lado, el 'Legado San Lázaro' subvenciona los proyectos destinados a personas con escasos recursos económicos o en situación de riesgo de exclusión para ayudas de primera necesidad o para comedores sociales.

Las 'Ayudas Valhondo' y los dos Legados constituyen la convocatoria de Ayudas Sociales anuales de la Fundación.

**P. Además de las mencionadas ayudas, Fundación Valhondo destaca por su apuesta por las becas de investigación en la Universidad de Extremadura, incluso en tiempo de crisis.**

**R.** Efectivamente, los fines fundacionales esenciales de la Fundación son las ayudas sociales y las becas predoctorales. Es muy importante apoyar a los jóvenes que deciden embarcarse en la investigación aquí, tanto para ofrecerles la oportunidad de quedarse en Extremadura como para seguir prosperando como región.

"La Fundación lleva concediendo ayudas para la realización de proyectos sociales en la provincia de Cáceres desde 1985"

**P. Mencionaba lo de tiempo de crisis porque llama la atención que su buen hacer no haya sido frenado por el difícil contexto que hemos vivido el último año, ¿cómo ha gestionado su entidad la pandemia?**

**R.** La Fundación ha sufrido la pandemia desde el punto de vista económico en forma de disminución de ingresos, que en su mayoría viene de la gestión del patrimonio Valhondo, como son el alquiler de fincas y locales cacereños. Pero, a pesar de la disminución de ingresos, la Fundación decidió tirar de remanentes para seguir manteniendo en pie sus fines fundacionales y aportando su grano de arena en esta situación tan complicada para todos.

**P. Otra de las becas que conceden anualmente está destinada a la formación profesional de graduados en Periodismo o Comunicación, ¿dónde tiene su origen este proyecto?**

**R.** Este proyecto tiene su origen en un convenio firmado con la Asociación de Periodistas de

Cáceres, que comunicó a la Fundación las dificultades laborales de la profesión, y que da la oportunidad cada año a uno de los asociados en situación de desempleo que desee seguir formándose y trabajando en la Asociación y en los Gabinetes de Prensa de las instituciones cacereñas que lo requieran.

**P. ¿Puede comentarnos de qué trata el Programa de Innovación y Talento (PIT) que promueven desde 2018?**

**R.** La Fundación Valhondo es entidad promotora del Programa de Innovación y Talento (PIT) desde 2018, una iniciativa que combina la formación de tecnólogos con la práctica profesional en empresas privadas para facilitar la inserción laboral de personas jóvenes desempleadas y potenciar las capacidades del talento de la región.

**P. Y por último, con la normalidad cada vez más cerca, ¿tienen en mente lanzar nuevas iniciativas el próximo año?**

**R.** La prioridad de la Fundación es mantener sus principales líneas de actuación, que son las Ayudas Sociales y las becas predoctorales y de formación. No obstante, se están estudiando iniciativas que se pondrán en marcha en los próximos meses si la situación lo permite.

# COCINA CON ASPACE CÁCERES

## HOY COCINAMOS



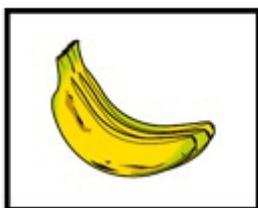
Helado de  
plátano



Guacamole



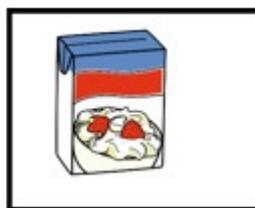
## Ingredientes para el helado



Plátano



Zumo de limón



Nata líquida



Azúcar



# ELABORACIÓN

1. Cortar un limón, exprimirlo y hacer zumo de limón.



2. Pelar los plátanos y hacer los trocitos.



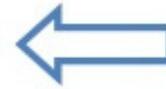
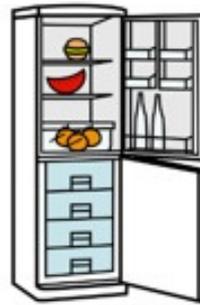
3. Batir los plátanos con el zumo de limón



4. Batir la nata con el azúcar



5. Mezclar todo bien y meter en el congelador durante 5 horas



6. Una vez congelado sacar una bola y a comer





## Ingredientes para el guacamole



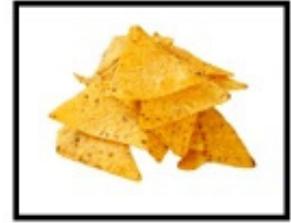
Aguacate



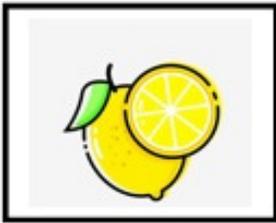
Cebolla



Cilantro



Nachos



Lima



Sal



## ELABORACIÓN

1. Picar un cuarto de cebolla.



2. Pelar aguacate y batir el aguacate.



3. Mezclar en un bol el aguacate y la cebolla, sal y chorrito de lima.



4. Poner los nachos en el guacamole.





ASPACE

Cáceres

**¡SÍGUENOS EN FACEBOOK!**  
**(CLICK EN EL LOGO DE ASPACE)**





Cáceres

**ENRÉDATE EN NUESTRA RED**  
**(CLICK EN EL LOGO DE ASPACE)**

# Quiénes somos

- X **José Acevedo** / Gerente de ASPACE Cáceres  
mail: jose.acevedo@aspacecaceres.es
- X **Cristina Burgos** / Coordinadora de Comunicación de ASPACE Cáceres  
mail: cristina.burgos@aspacecaceres.es
- X **Carlos Díaz** / Redacción y maquetación  
mail: carlos.diaz@aspacecaceres.es
- X **Ester Clemente** / Responsable de comunicación del centro de Cáceres  
mail: ester.clemente@aspacecaceres.es
- X **Virginia Gómez** / Responsable de comunicación del centro de Jaraíz  
mail: virginia.gomez@aspacecaceres.es
- X **Irene Valhondo** / Responsable de comunicación del centro de Plasencia  
mail: irene.valhondo@aspacecaceres.es
- X **Elena Galán** / Responsable de comunicación del centro de Trujillo  
mail: elena.galan@aspacecaceres.es
- X **Fátima Rodríguez** / Responsable de comunicación del centro de Moraleja  
mail: fatima.rodriguez@aspacecaceres.es



# Principales financiadores



Cáceres



Trabajando por la calidad



ER-0354/2015