



APAC

ASOCIACIÓN COMARCAL DE PERSONAS
AFECTADAS POR EL CÁNCER VILLENA

Nº 30 DICIEMBRE 2023

EL SENDERO

Hablamos de

TERAPIA, MEDITACIÓN Y CÁNCER

Fisioterapia

Ejercicio Terapéutico y el Cáncer

Cáncer

PREDISPOSICIÓN GENÉTICA

Tipos de

Discapacidad e Incapacidad



INCLUYE 2 RECETAS

FÁCILES, LIGERAS Y MUY SALUDABLES

¡para chuparse los dedos!



Síguenos en



“

CON UNA
MANO AMIGA A
NUESTRO LADO,
NINGÚN CAMINO
ES DEMASIADO
LARGO.

”

1 La ASOCIACIÓN HABLA

Querido socios/socias esta asociación, cada día tiene más demanda por ser de personas afectadas por el cáncer, **¿Quién no tiene en su proximidad a alguien que haya sido golpeado por esta enfermedad?**

Al mismo tiempo son cada vez más los que superan con éxito esta travesía y experimentan, una segunda oportunidad, la posibilidad de proyectar de nuevo sus vidas, tenemos como experiencia el grupo de ayuda mutua que saben transmitir alegría, porque hay que vivir con entusiasmo, siempre dispuestas y conscientes de ayudar a quien nos necesite, eso nos aporta y también aportamos nuestros testimonios como en las charlas, que ofrecemos en los institutos junto con la trabajadora social o psicóloga, siendo una experiencia muy gratificante compartiendo momentos con chicos y chicas, que dedican toda su atención, es increíble verles tan integrados, preguntan y quieren saber, cuando les estás contando tu experiencia con el cáncer, es una buena labor y al compartirla nos hace ver que dentro de uno mismo hay energía al compartir se hace magia.

Sumando el trabajo voluntad y cariño, por todo lo que hacemos de trabajadores, voluntarios, grupo GAM y directiva, pensando siempre en avanzar para beneficio de los afectados, incluyendo la ayuda del ayuntamientos de Villena y comarca, subvenciones tanto privadas como públicas y la solidaridad de todas las personas, siempre agradeciendo vuestra colaboración,

La directiva os deseamos con todo cariño, que el 2024 os traiga mucha salud, porque es nuestra mejor aliada, pidiéndolo con fe, esperanza y amor.

Si piensas que podemos ayudarte o quieres formar parte de APAC nuestra asociación está en:

C/ Maestro Chanza número 14

La Directiva de APAC.





GRACIA CON MAYÚSCULAS
A ESE GRANITO DE ARENA.

SABER

Que el esfuerzo y constancia dan su fruto

Querido socios / socias, amigos y para todo el que lea este sendero, otro año más tengo el honor de ponerme en contacto con todos vosotros / vosotras, y solo puedo desearos lo mejor para uno.

Gracias por estar ahí, al empezar a escribir y recordar se me fatiga mi mente, pero la fe me devuelve a la vida, porque cada minuto vivido es vida, siempre siendo agradecidos.

Este año el sendero está de aniversario, ha cumplido **25 años**, pero ya han salido 30 ediciones de esta revista.

Por medio de fotos veréis todas las actividades que se hacen durante el año, porque aparte de cuidar nuestro cuerpo (fisioterapeuta) nuestra mente (psicólogas) y nuestra situación personal (trabajadora social) cuidamos nuestro estado de ánimo, teniendo días de ocio y alegrías disfrutando del presente, sé que por esta enfermedad, hay muchas familias que nos rompieron los sueños.

Se busca consuelo, mirando a las estrellas, recordando todo lo bueno que tuvimos, pero la vida es así y tenemos oportunidades y sorpresa, y yo tuve y tengo la oportunidad de formar parte de esta familia, tan grande y cariñosa que siempre está ahí, los llevo conmigo, son mi fortaleza, y a personas maravillosas que me han hecho soñar y valorarme, mi sueño... ha sido como un cuento que se hizo realidad.

El día 8 de octubre creo que valió la pena los meses que estuve con el proyecto, como algo que tenía que hacer porque alguien antes, lo había imaginado y se puso en marcha y se fundó APAC, y 25 años después, satisfecha de haberlo conseguido, doy las gracias, esta asociación nos hace ver la vida de otra manera, un poco agríndice por la falta de los seres queridos, pero no se puede dejar de sonreír es la fuente de la vida.

Mati fuiste una fundadora y tesorera ejemplar en APAC, por eso yo te había comprometido a participar en la eucaristía, pero unas personas a quien tanto quieres lo hicieron por ti, con todo su corazón, porque Enrique es un voluntario nato.

En la celebración de la iglesia yo estaba muy feliz, es como si unos ángeles estuvieran dándome la mano para que no flaqueara, hasta el último detalle estuvo bien por parte de todos los que participaron, con toda su alegría, y Marta con el canto del ave María nos transmitió, paz y energía positiva, hasta el cura se veía feliz, mil gracias a los asistentes sin ellos no hubiera significado lo mismo para mí.

Con todo mi cariño .
Vuestra vicepresidenta
Isabel Domene



AVANZA CON CONFIANZA.



3 TERAPIA, MEDITACION Y CÁNCER

Tras un diagnóstico oncológico el cerebro y las emociones se ven alterados (miedos, estrés, angustia...) por el impacto de la noticia tan abrumadora en la vida de una persona.

Sin embargo, cada vez más son los profesionales de la salud que apuestan por un abordaje integral de la enfermedad, tratando a la persona como un todo y no sólo como un síntoma. Es decir, cada vez más los médicos trabajan de la mano de psicólogos, nutricionistas, fisioterapeutas...y se preocupan por aquellos aspectos que componen al paciente como hábitos, alimentación, calidad del sueño... De esta forma, la persona afectada toma un papel más activo, donde ella también es una pieza importante de su propio tratamiento con actividades o autocuidados.

La meditación es uno de los tratamientos, no farmacológicos que pueden acompañar al tratamiento convencional. Sociedades científicas como la Sociedad Americana de Oncología ya lo incluye en el programa de Reducción de Estrés basada en Mindfulness (MBSR) o meditación.

Dentro de este programa se cultiva la capacidad de llevar la atención al momento presente, sin juicio, con una actitud amable y de autocuidado. Se trata de programas grupales, de 8 semanas de duración, con una reunión semanal. En el programa se proporciona un marco teórico y se realizan ejercicios de indagación, meditación y yoga; tanto en la clase como en casa durante la semana.





Los resultados de estos programas, muestran que los participantes presentan una mejora significativa:

- En bienestar emocional.
- Disminución de sus niveles de ansiedad y de depresión.
- Mejora respecto a cómo se relacionaban con su enfermedad, con su familia, con el personal sanitario.
- Una mejoría de síntomas físicos como el dolor, el cansancio y del sueño.

En APAC contamos profesionales que pueden enseñarte y acompañarte en la técnica de Mindfulness/Meditación. Una herramienta, no sólo para la persona afectada, sino para toda la familia. Creándose así un buen hábito y recurso para toda la vida.

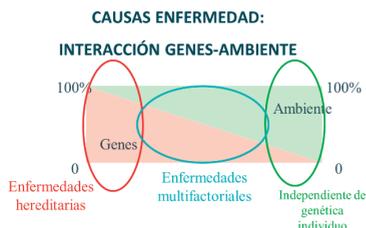
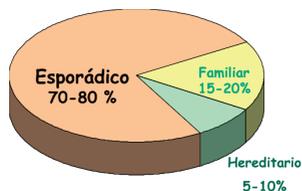
Porque en APAC nos importas y queremos acompañarte en tu salud.

*Andrea Pardo Gisbert
Psicóloga - psicooncóloga
"Cuidar la vida es un arte"*



PREDISPOSICIÓN GENÉTICA AL CÁNCER

Los cánceres, o tumores malignos, son enfermedades cada vez más frecuentes. El 70-80% son casos esporádicos, entre el 15-20% de los pacientes con cáncer refieren antecedentes familiares previos, que pueden ser debido a factores ambientales comunes, estilos de vida similares o a factores genéticos. Entre el 5-10% se deben a predisposición genética, por una alteración en un gen concreto que favorece el desarrollo de uno o unos tipos determinados de cánceres.



El inicio de un cáncer se debe a daños sucesivos en el material genético o ADN de una célula como sustancias químicas, radiaciones, infecciones, tipo de alimentación, alteraciones del metabolismo o incluso el envejecimiento, que dan lugar a una multiplicación descontrolada e invasión de tejidos vecinos o a distancia.

En el ADN está escrita la información presente en todas las células del organismo y que necesitan para cumplir sus funciones. Se estima que el genoma humano contiene unos 20000 genes que producen proteínas que realizan distintas funciones.

Los seres humanos tenemos dos copias de cada gen, una heredada de nuestra madre y otra de nuestro padre. La alteración de las dos copias impide que se produzcan las proteínas correspondientes o que éstas realicen correctamente su función, lo que puede dar lugar a desarrollar un cáncer. Estas alteraciones se denominan mutaciones o variantes patogénicas.

Hablamos de que una persona tiene predisposición hereditaria a cáncer cuando presenta una variante patogénica en una de las dos copias de un gen asociado a cáncer y que está en todas las células de su cuerpo. Si a una célula se le altera la segunda copia tiene mayor probabilidad de convertirse en cáncer. Por ello decimos que tiene mayor riesgo de un tipo concreto de cáncer, **pero no quiere decir que lo desarrollará seguro.**

Estas alteraciones se pueden transmitir a los hijos si están presentes en el material genético del óvulo de la mujer o en el del espermatozoide del hombre.

La indicación de realizar o no un estudio de diagnóstico genético a una persona se basa en si tiene cáncer, las características de éste, la edad joven de diagnóstico o la presencia de otros antecedentes similares en la familia. Es muy importante una buena comunicación entre los familiares y tener certeza de los tipos de tumores, confirmándolo con los informes médicos.

Los médicos especialistas suelen ser los que consideran la posibilidad de estudio y solicitan la valoración a la Unidad de Consejo Genético en Cáncer.

Se debe hacer un asesoramiento previo, informando de la utilidad e implicaciones para la persona y familiares.



Habitualmente se requiere una muestra de sangre, de la que se extrae el ADN, y se analizan los genes relacionados con el tipo de cáncer o cánceres presentes en el paciente y su familia.

El cáncer de mama es el tipo más frecuente en la mujer. Aproximadamente un 7% de los cánceres de mama se consideran hereditarios, por predisposición genética, así como el 15% de los cánceres de ovario de alto grado. BRCA1 y BRCA2 son los genes que se asocian con una mayor proporción de casos al cáncer de mama y ovario hereditario.

Por ejemplo, para estudio genético de predisposición a cáncer de mama y ovario sería mujer con: cáncer de mama \leq 40 años, cáncer de mama bilateral (el primero diagnosticado \leq 50 años), cáncer de mama triple negativo \leq 60 años, cáncer de ovario epitelial de alto grado (o cáncer de trompa de Falopio o peritoneal primario); en familias con 2 o más casos de primer grado: cáncer de mama bilateral + otro cáncer de mama < 60 años, cáncer de mama < 50 años y cáncer de próstata o cáncer de páncreas < 60 años, cáncer de mama y cáncer de ovario, dos casos de cáncer de mama < o igual 50 años; en familias con 3 o más casos de primer grado con cáncer de mama (al menos uno premenopáusico) y/o cáncer de ovario y/o, cáncer de páncreas o cáncer de próstata. En hombre con cáncer de mama, independientemente de la edad.

Para cáncer de colon y cáncer de endometrio, primero se realiza estudio en el tejido tumoral mediante tinciones especiales (inmunohistoquímica de proteínas reparadoras del ADN) que pueden indicar la indicación de estudio por si hay predisposición genética. También si hay más de tres casos de cáncer de colon o cáncer de endometrio en la familia.

Si se confirma un síndrome de predisposición genética a cáncer se pueden seguir programas de diagnóstico precoz, mediante exploraciones dirigidas (mamografías, resonancia magnética, colonoscopias, ecografías ginecológicas, etc.) más frecuentemente que en la población general (prevención secundaria). En algunos casos se puede optar por cirugías reductoras de riesgo como mastectomías, salpingooforectomía bilateral, colectomía (prevención primaria). Una vez que se ha identificado una alteración genética de predisposición a cáncer en un paciente, se ofrece a sus familiares el estudio directo de esa alteración. Primero a los más cercanos o de primer grado y según sus resultados a los de segundo grado, así sucesivamente. De esta manera se pueden identificar personas portadoras, con mayor riesgo de desarrollar ciertos cánceres y que se pueden beneficiar de los programas de diagnóstico precoz y de prevención.

Asociaciones de pacientes y personas con predisposición genética:

Asociación de cáncer de mama y ovario hereditario AMOH

<https://amohasociacion.org/>

Asociación de Síndrome de Lynch AFALynch

<https://afalynch.org/>

Asociación de Paraganglioma y Feocromocitoma Pheipas

<https://pheipas.org/>

Asociación española de afectados por la poliposis adenomatosa familiar AEAPAF

<https://www.poliposisfamiliar.org/>

Sofía Catalán

Psicóloga de APAC.

DISCAPACIDAD e INCAPACIDAD

DISCAPACIDAD

Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), la discapacidad es un fenómeno complejo que refleja una relación estrecha y al límite entre las características del ser humano y las características del entorno en donde vive.

Uno de los equívocos más comunes es asociar discapacidad a enfermedad. Aunque ciertas dolencias ligadas a la discapacidad conllevan enfermedades, o mala salud, no siempre es así: las personas con discapacidad no tienen por qué tener una enfermedad.

La OMS también recuerda que es probable que casi todas las personas experimenten alguna forma de discapacidad (temporal o permanente, reconocida o no) en algún momento de su vida.

Tipos de discapacidad

1. Discapacidad física o motora

La discapacidad física es aquella que reduce la capacidad de movimiento de las personas. En muchas ocasiones, es sobrevenida (la persona no nace con ella). Dentro de este tipo de discapacidad, también existe mucha variabilidad, ya que puede deberse a la falta de una o varias extremidades, afecciones neurológicas, problemas en la musculatura y un largo etcétera. Como en todos los tipos de discapacidades, la discapacidad física puede ser de diversos grados (según su levedad o gravedad).

2. Discapacidad sensorial

Es la que hace referencia a las personas que han perdido su capacidad visual o auditiva o a quienes presentan problemas para comunicarse o para utilizar el lenguaje.

3. Discapacidad intelectual

La discapacidad intelectual es aquella que provoca que las personas presenten una serie de limitaciones a la hora de adquirir las habilidades diarias que sirven para responder a distintas situaciones en la vida, para comprenderlas y para comunicarse con los demás. Y pueden ser: leve, moderado, grave y profunda

La discapacidad intelectual es irreversible pero, con los apoyos correctos, las personas con discapacidad intelectual pueden progresar y lograr muchos objetivos, así como mejorar su calidad de vida.

4. Discapacidad psíquica

Se relaciona con el comportamiento del individuo o con alteraciones de tipo emocional o cognitivo. Está ligada a las enfermedades de tipo mental como, por ejemplo, bipolaridad, esquizofrenia, depresión, trastornos del pánico, síndrome de Asperger o trastornos del espectro autista (TEA).

Aunque, en ocasiones, una persona puede presentar discapacidad psíquica y también intelectual, no siempre están asociadas.

Podéis solicitar la tabla de beneficios económicos y asistenciales en APAC.

INCAPACIDAD

Incapacidad es no ser capaz de desempeñar un trabajo y que esa imposibilidad se reconozca por quien corresponda en cada caso.

En general, se trata de no tener capacidad para trabajar, y claro, el reconocimiento oficial o legal de esa situación.



TRANSFORMA TUS HERIDAS EN UNA GRAN SONRISA.

Pero se puede estar incapacitado de muchas maneras, y con muy distintos efectos, con requisitos distintos y con sus propios tiempos.

Incapacidad Temporal

Es la conocida también como baja por enfermedad. Se produce mientras el trabajador recibe asistencia sanitaria y está impedido temporalmente para trabajar. Por tanto, se trata de una prestación contributiva pensada para cubrir la pérdida de rentas que se produce mientras persiste esta situación. Esta prestación se origina cuando el trabajador recibe la baja médica y, si la situación se prolonga, se confirma con sucesivos partes de confirmación de la baja. Cuando desaparece la causa, recibe el alta médica y se reincorpora.

Si la situación de incapacidad temporal se prolonga hasta 365 días se abre la vía a la posibilidad de que la incapacidad se convierta en permanente. Es el Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS) el encargado de valorar si da el alta médica o si abre un procedimiento de incapacidad permanente.

Incapacidad permanente

Un trabajador está en situación de Incapacidad Permanente cuando, 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, y que puede causar derecho a una prestación de cuantía variable según el grado de la incapacidad.

Es al INSS a quien corresponde determinar que esta dolencia es susceptible de afectar

definitivamente a la capacidad laboral de un trabajador. Ahora bien, aquí se abre un abanico de posibilidades:

- *Incapacidad Permanente Parcial* (IPP). Cuando las secuelas producen una disminución en el rendimiento normal para su profesión habitual (la que venía desempeñando) que no sea inferior al 33% y al tiempo no le inhabilite completamente para realizarla.
- *Incapacidad Permanente Total* (IPT). Inhabilita al trabajador para la realización de todas o de las fundamentales tareas de su profesión habitual, siempre que pueda dedicarse a otra distinta.
- *Incapacidad Permanente Absoluta* (IPA). Inhabilita por completo al trabajador para toda profesión u oficio.
- *Gran Invalidez* (GI). El trabajador afectado por una incapacidad permanente y que necesite la asistencia de otra persona para los actos más esenciales de la vida. Esta situación añade un complemento económico a la prestación por incapacidad que tuviese reconocida para costearse esa asistencia.

Todas estas situaciones son los llamados grados de la Incapacidad Permanente. Son revisables, y es posible, en función de la evolución de la dolencia, pasar de uno a otro.

Tania Azorín García
Trabajadora Social de APAC.

EJERCICIO TERAPÉUTICO Y EL CÁNCER





El ejercicio terapéutico es una de las armas más potentes de tratamiento

con la que contamos los fisioterapeutas hoy en día. Sin embargo, en el ámbito oncológico es menos común encontrar a profesionales de la salud preinscribiendo ejercicio como parte del tratamiento.

Pese a las mejoras en los pronósticos, la mayoría de las personas que padecen la enfermedad se enfrentan a numerosos efectos negativos tanto durante como después del tratamiento, pudiendo encontrar efectos hasta décadas más tarde.

Entre ellos encontramos afectaciones del sistema musculoesquelético, disminución de la calidad de vida, fatiga, efectos psicológicos y emocionales, entre otros.

Está demostrado que el comportamiento físicamente inactivo aumenta la incidencia de los efectos adversos tanto físicos como psicológicos anteriormente nombrados y que puede desencadenar problemas secundarios a la falta de actividad que pueden complicar más la mejora de la calidad de vida del paciente.

Los comportamientos de salud, incluida una actividad física planificada o estructurada por un profesional de la salud, en este caso el fisioterapeuta, puede ayudar a controlar los efectos adversos tanto durante como después del tratamiento y brindar importantes beneficios a corto y largo plazo.

Los beneficios que se asocian van desde el control de los síntomas, mejora del bienestar físico y psicosocial, beneficios en la capacidad cardiorrespiratoria y la fuerza y mejoras en el ámbito cognitivo como la memoria de trabajo y el tiempo de reacción.

Para la realización del ejercicio debemos tener en cuenta los componentes principales del mismo, siendo la frecuencia en la que lo realizamos, el tipo de ejercicio, el tiempo y la intensidad. Todos ellos van a influir en el paciente, pudiendo jugar tanto a favor como en contra. Por este motivo, es necesario individualizar a cada paciente y planificar y estructurar el ejercicio a lo largo de las diferentes fases y situaciones clínicas para que nos aporte beneficios significativos.

Uno de los factores más complejos a la hora de implementar el ejercicio es el propio desconocimiento de los propios pacientes y la poca adherencia al tratamiento. De ahí que sea tan importante el concienciar y educar a la población en general, y a pacientes oncológicos en particular, de la importancia del ejercicio y de la gran cantidad de beneficios que puede tener en muchos aspectos.

*Clara
Fisioterapeuta de APAC.*

7 Para tí MUJER

Eres una mujer fuerte y valiente, que enfrenta cada día con detenimiento, con la fuerza de un guerrero, y la ternura de un corazón.

Tu cuerpo lucha contra la enfermedad, y tu alma se mantiene firme en la verdad, de que eres más grande que cualquier dolor, y que puedes vencer cualquier temor.

A veces la oscuridad amenaza con vencer, pero tú nunca dejas de creer, en la vida, en la esperanza, en la alegría, y en el poder de tu energía cada día.

Fabiola Martínez





**HOY ES UN MARAVILLOSO DÍA
PARA SONREIR.**





ESTOFADO DE POLLO CON BONIATO Y SETAS SHITAKE

INGREDIENTES:

- Pollo troceado (muslo y pechuga)
- 1 bandeja de setas Shitake
- 1 boniato blanco y 1 uno rojo
- 1 cebolla dulce
- 1 zanahoria
- Sal, pimienta negra, laurel y perejil fresco
- Aceite de oliva virgen

ELABORACIÓN:

1. Pelar y cortar el boniato en cuadrados medianos, la cebolla en trozos pequeños, la zanahoria en medias lunas y las setas en láminas.
2. Trocear el pollo en cuadrados. En una cazuela añadimos un chorrito de aceite de oliva virgen extra, cuando esté caliente añadimos el pollo y lo doramos, lo sacamos y reservamos.
3. Añadimos la cebolla, el laurel y una pizca de sal y de pimienta negra a la cazuela, rehogamos hasta que dore, seguidamente añadimos el resto de las verduras y cocinamos durante 5-6 minutos.
4. Incorporamos el pollo y agua hasta que cubra, tapamos y dejamos cocer a fuego lento 20 minutos. Servir con perejil picado por encima.

¡Buen provecho!





TORTITAS DE AVENA CON COMPOTA DE MANZANA Y CANELA

INGREDIENTES TORTITAS:

- 2 huevos
- 100-110 g harina de avena
- Chorrillo de bebida vegetal
Avena, almendra, coco
(Sin azúcares añadidos)
- 2 dátiles sin hueso
- Aceite de oliva virgen

ELABORACIÓN:

1. Colocar todos los ingredientes en el vaso de la batidora. Batir hasta conseguir una textura que no quede ni muy líquida ni demasiado espesa.
2. En una sartén, colocar unas gotas de aceite de oliva. Cuando esté caliente, añadir unas 3-4 cucharadas soperas de la mezcla, dejar unos 30 segundos y dar la vuelta.

INGREDIENTES COMPOTA MANZANA:

- 2 manzanas blancas
- 1 ramita de canela
- Piel de un limón
- Chorrillo de agua

ELABORACIÓN:

1. Pelar las manzanas y trocearlas. En una olla ponemos las manzanas, un chorrillo de agua, la ramita de canela partida por la mitad y la corteza de un limón.
2. Ponemos la olla a fuego lento, tapamos y vamos removiendo de vez en cuando. Una vez la manzana esté blandita podemos retirar del fuego.
3. Colocamos la manzana en un bol y chafamos con la ayuda de un tenedor hasta lograr una textura de compota.
4. Para servir este plato colocaremos en la base del plato una tortita de avena, por encima la compota y terminaremos espolvoreando con canela molida, ya estará listo para comer.

¡Buen provecho!



ACTIVIDADES 2023

“Vivir la vida y aceptar el reto, recuperar la risa, ensayar un canto, bajar la guardia y extender las manos, desplegar las alas, e intentar de nuevo, celebrar la vida y retomar los cielos. No te rindas, por favor no cedas, aunque el frío queme, aunque el miedo muerda, aunque el sol se ponga y se calle el viento, aún hay fuego en tu alma, aún hay vida en tus sueños, porque cada día es un comienzo nuevo, porque esta es la hora y el mejor momento, porque no estás solo, porque yo te quiero”. **Mario Benedetti**



PASEOS SALUDABLES



TALLER AUTOCUIDADO, MAQUILLAJE Y PELUQUERIA



CHARLAS PREDISPOSICIÓN GENÉTICA



GALA BENÉICA
CENTRO JUVENIL DON BOSCO



CAMPAÑA COLEGIOS A TODO PULMÓN con Txutxi y Sofía Catalán



GALA BENÉICA
CENTRO JUVENIL DON BOSCO



CHEQUE - BROCHAS SOLIDARIAS



RASTRILLO SALUDABLE



TARDEO SOLIDARIO - COLOSSEO BAR



CHICAS GAM



CHARLA SE + SOBRE EL CÁNCER



GALA - YO BAILO POR TÍ



ZUMBA APAC



VELADA LITERARIA





TALLER GANCHILLO



CELEBRACIÓN 25 ANIVERSARIO APAC



RISOTERAPIA



TALLER NAVIDEÑO



19 OCTUBRE - DÍA DEL LAZO

¡Gracias por estar siempre ahí familia!





C/ Maestro Chanza, 14,
03400 Villena · Alicante · España
T. 965 34 06 65
M. 695 93 23 40
info@apacvillena.org
www.apacvillena.org



COLABORADORES



C/Ramón y Cajal, 2 Villena

