

FELIZ NAVIDAD TODO EL AÑO, AMIGOS



Queridos amigos, socios, colaboradores, suscriptores... la FUNDACIÓN ALTER os desea un año más, "FELIZ NAVIDAD".

Este año el chiste tiene que ver con la que está cayendo. **San José** se dirige a un **Jesús** recién nacido haciendo una lectura de los *dimes* y *directes* que circulan por **Belén** con una discreta **Virgen María** que con buen criterio escucha las mismas cosas *pero desde el corazón*. Genial, ¿a que sí?

Puestos a tener sentido común, la verdad es que el padre, ataviado con su bastón distintivo, tiene mucho de realismo y cordura mundana. Sopesa el *problemón* para nuestras estabildades personales y sociales qué tiene eso de que **el Hijo** se encarne en este mundo para anunciar el "Reino de Dios" a una sociedad que está a *otra cosa*. Sabe **San José** que si su **Hijo** va en serio -y no duda de que así será-, nos obligará a re- visarnos y reconducir el rumbo de muchas cosas que hacemos y que vemos en nuestro entorno.

Digamos que desde la cordura de los tiempos difíciles que nos ha tocado vivir este año invitan a replegarse, al *sálvese quien pueda* por la inestabilidad que ya su frimos y que no acabamos de remontar, donde muchas

familias pasan situaciones ciertamente difíciles. Pero es ahí donde vemos que **iniciativas de economía social** como el gabinete de audífonos **Alteraudio** están llamados a permanecer en la fidelidad a los principios y a sujetar con todos vosotros la esperanza de que pequeñas empresas planteadas con rigor y con solidaridad anuncian tiempos nuevos. Para intentar ser justo y humano no es necesario el visto bueno de las *fuerzas políticas del territorio* que diría el chiste y bastantes disgustos nos ha dado ya el capitalismo de la usura y el egoísmo cuando uno echa la vista atrás al cerrar el 2009. Enricherse sin mirar atrás ha dejado a los débiles más débiles que nunca.

La **Fundación Alter** seguirá en el empeño de estar ahí. Sin esperar nada a cambio, sin mucho ruido pero con algunas nueces. Terminamos con el mismo párrafo que el año pasado porque sigue igual de vigente: "Gracias sinceras una vez más por tu aportación como **socio, amigo, paciente o colaborador** que has entendido que hasta que la **Navidad no llegue a todos**, no será **verdadera NAVIDAD**. Con mayúsculas." ■

PUEDES ENTREGAR TU SUSCRIPCIÓN A CUALQUIER MIEMBRO DEL PATRONATO O REMITIRLA POR CORREO POSTAL A :
CALLE CALLEJA Y ZURITA, 17 09001 BURGOS

SUSCRIPCIÓN

Ruego atienda con cargo a mi cuenta el recibo que le llegará a mi nombre, procedente de la Fundación Alter, con la periodicidad y cantidad establecida.

Nombre:
 Apellidos:DNI:
 Domicilio:
Nº:.....Piso:Puerta:.....

CODIGO CUENTA CORRIENTE			
ENTIDAD	OFICINA	DC	NUMERO DE CUENTA

Deseo colaborar económicamente con la FUNDACIÓN ALTER mediante la aportación mensual, bimensual, trimestral, semestral, anual de:

Fecha: Firma: _____

La FUNDACIÓN ALTER fue clasificada por Orden del Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales el 25 de Marzo de 2003 (B.O.E. Número 97, de 23 de abril de 2003) como Fundación de Asistencia Social. Esta Fundación se encuentra incluida entre las reguladas en el Título II, Capítulo I, de la Ley 49/2002, de 23 de diciembre, "De Régimen Fiscal e Incentivos Fiscales al Mecenazgo" y su Patronato está obligado a rendir cuentas al Protectorado, siendo sus cargos de carácter gratuito.

Los suscriptores que sean contribuyentes del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas tendrán derecho a deducir de la cuota íntegra del mismo el 25 por 100 de las donaciones con los límites que la ley establece.



Sumario:

Editorial	1
Financiación solidaria	2
Rincón de la audición	3
Gracias a todos	4
Suscripción	4

Editorial

Es una alegría, como cada año, ponernos en contacto con vosotros, siendo éste buen momento (ahora que el año acaba), para repasar el año y tomar impulso para el que viene.

Y la verdad es que en estos tiempos que corren la situación es complicada.

En nuestro país seguimos inmersos en plena crisis, el paro continúa creciendo (ya estamos en más de cuatro millones), cerrándose cada vez mas fábricas y empresas y dejando cada vez mas familias enteras con todos sus miembros en paro. En el mundo las cosas no van mejor: la cifra de hambrientos no deja de crecer superando la cifra record de 1.100 millones de personas.

Son tiempos muy difíciles en los que más que nunca es necesaria la



solidari-
dad con
aquellas perso-
nas que más sufren éstos
problemas. En la Fundación Alter
hemos tenido claro siempre que
es con los más necesitados con
los que tenemos que estar, por
eso seguimos poniendo nuestro
pequeño granito de arena para
ayudar a éstas personas

A través de nuestra iniciativa económica del gabinete de audioprotésis **Alteraudio** seguimos trabajando día a día para garantizar el derecho a una correcta audición a todas las personas, independientemente de

sus recursos. Este año han sido más de 20 las personas que se han beneficiado de las ayudas para la adquisición de un audífono, personas que han llegado a nosotros gracias a diferentes CEAS de la provincia, Cáritas, Fundación Lesmes ...

También seguimos colaborando con otras asociaciones como Aspanias o Aransbur (Asociación de Familias de Personas Sordas de Burgos), con la que realizamos todo nuestro material de difusión (folletos, carteles), las cuales también nos derivan pacientes.

Este año hemos "internacionalizado" los audífonos adaptando un aparato a Luis, un misionero en Perú, y también esperamos el año que viene adaptar otros dos audífonos a un niño de Costa de Marfil en colaboración con la Asociación Ambó.

Además, nos felicitamos por el nacimiento de una nueva socia de Alter, Elena, hija de Marta Ordóñez, nuestra audio-protésista. Para cubrir el permiso de maternidad de Marta, la Fundación ha contratado a Virginia, una joven Titulada en el Ciclo de grado Superior de Técnico en Audioprotésis en

Palencia, que sustituirá a Marta hasta junio del 2010. En la Fundación Alter hemos querido apoyar la maternidad de Marta y hemos optado por añadir un mes más de descanso, a cargo de la Fundación, al permiso por maternidad al que tiene derecho.

Esperamos que todas estas acciones que os comentamos, junto con las que emprendamos en el futuro, sean semillas que contribuyan a crear y demostrar que otro tipo de economía y trabajo es posible. ■

Financiación solidaria



Cualquier actividad económica o social, incluyendo la que realiza la **Fundación Alter**, utiliza la financiación para obtener los recursos necesarios para el desempeño de sus fines. Aunque los beneficios obtenidos por la Fundación no se pueden repartir sino que tienen que ser reinvertidos en los fines de la misma, la autofinanciación es en muchos casos insuficiente. Es necesario por tanto recurrir a fuentes externas de financiación para mantener el correcto funcionamiento de

las actividades que se llevan a cabo así como para acometer nuevos proyectos.

Lo particular de todo esto es que **Fundación Alter** ha recurrido a vías solidarias de financiación, lo cual, lejos de ser un hándicap, ha constituido una de las claves del éxito de nuestras iniciativas. Si en el escenario de crisis actual, muchas empresas convencionales se ven ahogadas por la falta de financiación bancaria, nosotros podemos estar orgullosos de no haber obtenido aún ningún préstamo de entidades de crédito ni ninguna subvención oficial.

Tanto unos como otros, los que realizan estas aportaciones han buscado más la rentabilidad social del dinero que el interés monetario exclusivo.

Pero entonces, ¿cuáles son nuestras vías de financiación? Habría que pensar de partida que la nueva racionalidad económica que inspira nuestras actividades impregna también, como no podía ser de otra manera, la actividad financiera. Por un lado se cuenta con las **donaciones**, en forma de suscripciones periódicas o aportaciones puntuales. Son donaciones de particulares que creen en nuestro proyecto y que implican la generosidad de las gentes, que se desprenden de lo propio para otros fines (algo muy a contrarriorrente con el pensamiento egoísta de nuestros días). Desde el patronato se fijan criterios para que las iniciativas sean **autosostenibles** económicamente, pero también se consideran las donaciones como una manera de implicarse en nuestro proyecto, aunque desde Alter preferimos que la donación no se circunscriba a lo monetario sino que incorpore también el trabajo gra-

Por otro lado, la Fundación ha obtenido créditos de otras fuentes. De una parte, se cuenta con los miembros del Patronato, que, como promotores de Alter, han asumido su responsabilidad en la cuestión financiera, respondiendo siempre con su patrimonio personal a prestar dinero para socorrer las necesidades financieras de la Fundación. Por otro lado, Alter ha recibido financiación de **FondoSur** (un fondo de dinero creado por particulares para financiar actividades solidarias). Tanto unos como otros, los que realizan estas aportaciones han buscado más la rentabilidad social del dinero que el interés monetario exclusivo. Estos créditos, que podríamos llamar **créditos solidarios**, se garantizan con plazos de devolución razonables y con aplicación de intereses bajos o nulos, pues el valor del dinero se supedita a los beneficios sociales que se puedan lograr.

Nuestro esfuerzo se encamina por tanto a mostrarnos como **creíbles** y **honestos**. El objetivo es marcar una trayectoria y un comportamiento que den garantía de saber cumplir los compromisos que asumimos. Es necesario convencer a los que tienen los recursos de que nuestras **ALTERnativas** son válidas, eficaces y coherentes con los principios que nos hemos marcado. Y esto sólo es posible invirtiendo nuestro trabajo, nuestro tiempo, nuestro dinero, nuestra vida, etc., demostrando así la confianza en el proyecto que nos une. Nuestro testimonio es nuestro mejor aval. ¡Manos a la obra! ■

Audífonos financiados a 3 años

Nuestra filosofía de financiación nos ha permitido dar facilidades de pago hasta 3 años a personas que demuestren una renta baja a la hora de adquirir una audífonos. Incluso, a este tipo de personas se les añaden reducciones en el precio. Fieles a nuestra consigna, consideramos que oír no debe ser un privilegio, y que los más necesitados o desfavorecidos deben estar siempre en primer lugar.

¿QUIERES COLABORAR?

¡PARTICIPA!



Deseamos hacer participe al mayor número de personas posibles en este proyecto entusiasmante. Por eso nos dirigimos a ti. Creemos que es tarea de todos y cada uno la implicación en proyectos transformadores de la realidad. La solidaridad es compartir hasta lo necesario para vivir. El "otro" te necesita, "Alter" te espera.

"En ocasiones oigo ruidos..." Son acúfenos.

¿Alguna vez ha escuchado ruidos y estaba todo en silencio? ¿Oye ruidos dentro de su cabeza?... No está loco ni son fantasmas: son acúfenos o *tinnitus*.

¿Qué son?

Los acúfenos, "zumbidos de oído" o "ruidos en la cabeza", son sensaciones de oír sonidos o ruidos, cuando no hay ninguna fuente real sonora, que los produzca. Se denominan *tinnitus*, palabra que deriva del latín y quiere decir "tintineo de una campana". Se calcula que alrededor del 18 % de la población padece algún tipo de acúfenos.

En la mayor parte de los casos se asocian a disminución de la audición. Los acúfenos pueden tener una tonalidad aguda o grave, presentarse como un ruido puro o como una mezcla de sonidos, asemejarse a un grillo, o al silbido del vapor de una pava hirviendo, entre otros. Puede percibirse en un oído, en ambos, en la

cabeza o alrededor de la misma, rara vez puede latir como el pulso, o aparecer sin asociarse a hipoacusia.

Las causas son múltiples. De hecho casi todas las enfermedades del oído tienen acúfenos como síntoma asociado,

algunas son muy sencillas como los tapones de cera, otras muy raras como los tumores del nervio acústico. Otra de las causas frecuentes de acúfenos son los ruidos muy fuertes que alteran los oídos como los disparos de armas de fuego, los conciertos de rock o los trabajos con maquinarias ruidosas.

¿Qué suponen en la vida diaria?

Por suerte la mayor parte de las personas que padecen acúfenos, se adaptan paulatinamente al síntoma, pero en un porcentaje (10-15% de quienes los padecen), aparece una variante grave, crónica, que produce alteración del sueño, pérdida de la concentración y una intensa angustia emocional, interfieren en la audición. Los acúfenos tienen en su evolución natural ciclos de fluctuación en intensidad, pero a la larga del tiempo tienden a atenuarse.

CALENDARIO Y AGENDA 2010



En el local de la Fundación podéis encontrar calendarios y agendas solidarios que ha editado la asociación Promoción Solidaria. Cuestan 0,70€ y 2€ respectivamente.



Pero, ¿qué empeora los acúfenos?

Entre las razones más comunes están:

- La exposición a ruidos intensos por lo que deben evitar a toda costa ruidos fuertes como los de motos, armas de fuego, música a altas intensidades, aspiradoras ruidosas, usando tapones o auriculares de protección para los oídos.
- El uso del alcohol y de cafeína.
- Fumar habitualmente
- La aspirina y otros medicamentos
- El stress. Los acúfenos empeoran en situaciones de estrés (fallecimiento de familiares, separaciones de parejas, estrés laboral, jubilación, conflictos sociales, intimidaciones...). Típicamente desaparecen o se hacen imperceptibles cuando el paciente se concentra o durante el día, cuando el ruido exterior enmascara su propio ruido.

¿Qué tratamientos existen?

Actualmente los mecanismos por los que los acúfenos se producen se encuentra en estudio. Los tratamientos para su atenuación o desaparición son varios:

1. Amplificación auditiva: Si un paciente tiene una disminución auditiva, muchas veces colocándole un audífono, algunos acúfenos pueden desaparecer o atenuarse mucho mientras el paciente usa el audífono, y esto se logra porque el paciente oye los ruidos del ambiente, en vez de su propio acúfeno.

2. Terapia de reentrenamiento para acúfenos / terapia sonora: Esta es una forma de terapia novedosa y de buenos resultados. Se reentrena la audición del paciente, con generadores específicos de sonido, que se utilizan varias horas por día, durante 12 a 24 meses, con la guía del especialista, hasta conseguir importante reducción de la intensidad del síntoma.

3. Medicamentos.

4. Los tratamientos psicológicos: con distintas variantes de terapia se puede atenuar el stress que rodea al acúfeno, mejorando la calidad de vida de los pacientes.

En todo caso, lo primero es hacerse asistir por un especialista, para determinar en lo posible, la enfermedad que causa los síntomas y hacer el tratamiento específico para cada caso particular. ■