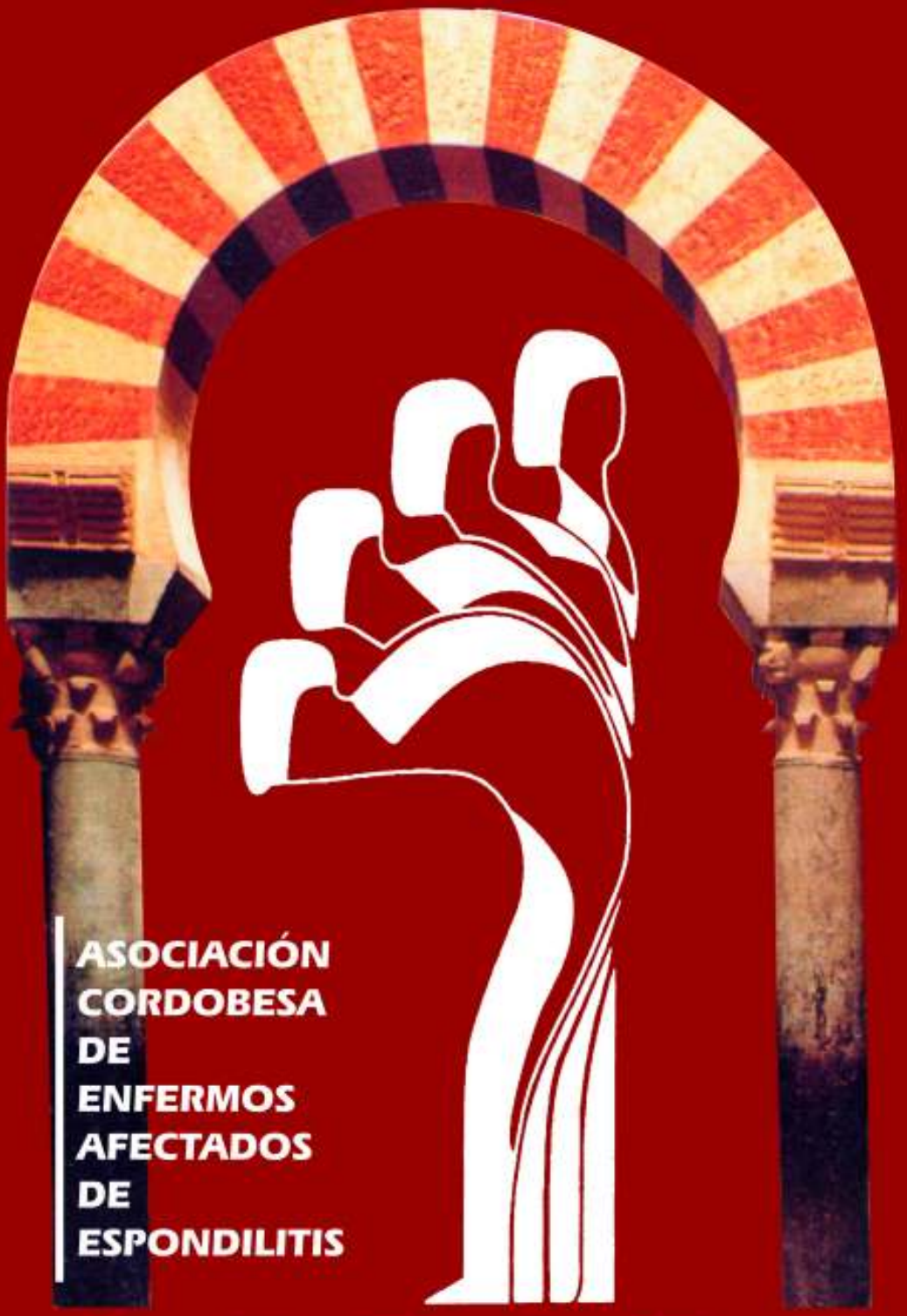
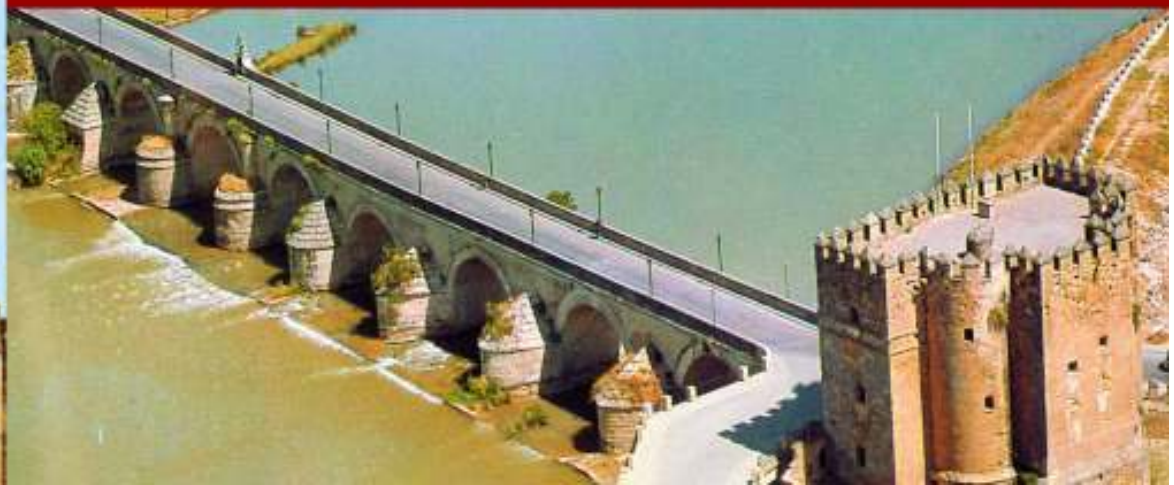
Boletín
N.º 62
Segundo Trimestre
Año 2010
Apdo. de Correos 762
CÓRDOBA
C/. María Montesorri, s/n.
EDIFICIO FEPAMIC
14011 (Córdoba)



ASOCIACIÓN CORDOBESA DE ENFERMOS AFECTADOS DE ESPONDILITIS

ACEADE



Colabora:

AYUNTAMIENTO DE CORDOBA

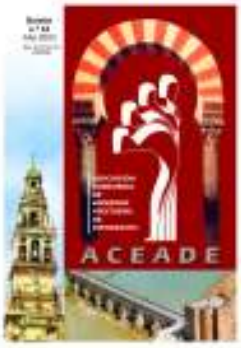
CÓRDOBA 2016
Ciudad Europea de la Cultura

MIEMBRO DE:

* LIRE (Liga Reumatológica Española)
* ASIF (Fed. Inter. de Espondilitis Anquilosante)
* LIRA (Liga Reumatologia Andaluza)
* IAPO (Asociación Internacional de Pacientes)
* CONFEPAR (Conf. Española de Pacientes Reumáticos)
* Coordinadora Española de pacientes con espondilitis anquilosante
* FEPAMIC (Federación Provincial de minusválidos físicos de Córdoba)

ACEADE
Apartado de Correos 762
14080 - CORDOBA

Difusión Gratuita



EDITORIAL 3
NUESTRO PSICOLOGO 4
CARTA ABIERTA A MANOLO RODRIGUEZ 7
XVIII ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA 8
ACEADE EN LA PRESENTACION LITERIA DE ACPACYS 10
COMPROMETIDO CON MI AMIGO DE AÑOS 11
COMUNICADO 12
ACEADE PRESENTA "POESIA PARA TODOS" 13
REUNION DE ACEADE CON EL VICERRECTOR 14
ACEADE PRESENTA EL ACTO DE CONCHA LAGOS 16
RINCON DEL ESPONDILITICO 17
ACEADE EN LA VIII ASAMBLEA GENERAL DE LIRA 18
SI, QUEREMOS 19
MISCELANEAS 20
ACEADE EN EL 3° CONGRESO Y 1° DIA MUNDIAL 21
REFLEXIONES EN TORNO AL CURSO DE QI GONG 23
ACEADE EN LA 4° CONVOCATORIA DE LA COMISION 24
HUMOR 25
PLATO DE CORDOBA 26

LA MEZQUITA - CATEDRAL

Las opiniones vertidas en los artículos firmados son responsabilidad exclusiva de sus autores

BOLETÍN N.º 62
Segundo trimestre
Año 2010

Edita:
ACEADE
(Asociación Cordobesa de Enfermos Afectados de Espondilitis Anquilosante)

Presidente:
D. José Blancat Ortiz

Vicepresidente: D. Jesús de la Haza
Secretaria: Dª María del Mar Feria
Tesorero: D. Juan Bosco Romero

Vocal de investigación:
Juan Luis Garrido Castro
Director del Boletín y Publicaciones:
Manuel Rodríguez Jurado
Vocal de Actividades:
D. Francisco Pardo Mansilla
Vocal:
D. Manuel Caldevilla Gutiérrez

Colaboran:
Pilar López

Dibujos: RODO

Coordinador:
Mª José Balsera Antúnez

Directores Ténicos:
Dr. Eduardo Collantes Estévez
Dr. Manuel Arias López

www.espondilitis.info
aceade@fepamic.org

Imprime:
Imprenta Calahorra
Avda. de Cádiz (Esq. C/. Asturias)
Telf. y Fax 957 29 88 84

JUNTA DE ANDALUCIA
Consejería de Salud

EDITORIAL

ACEADE sigue afrontando nuevos retos, y crece en calidad al apostar, firmemente, por el fomento y la motivación de un más intenso examen y estudio de la espondilitis, con la creación del Primer **Premio Iberoamericano de investigación en espondiloartropatías "José Román",** que nace con una decidida vocación, por todas las partes implicadas, de perpetuarse en el tiempo.

Los Socios y la Junta Directiva han mostrado una perfecta armonía y sintonía para apoyar la investigación de las espondiloartropatías.

En la situación de crisis actual, los socios aprobaron por unanimidad, en la última Asamblea General Ordinaria celebrada el 27 de febrero pasado, la subida de la cuota anual en casi un 40%. Así mismo, La Junta Directiva en su proyectado programa anual incidió en orientar los gastos a aspectos científicos y de investigación, sacrificando otros temas, y en detrimento de otros aspectos más lúdicos o de ocio.

El trabajo y dedicación que dejó José Román, Presidente Perpetuo Honorario de **ACEADE**, recibe con la implantación de este singular galardón, una vez más, el reconocimiento a una labor que no tiene parangón. Antes de su añorada desaparición, Román había mostrado su interés y deseo en consolidar un premio que incentivara la investigación en todo lo relacionado con la espondilitis: causas, prevención de efectos degenerativos, terapias, fármacos, rehabilitación, atención integral del espondilítico,...

La acogida del Premio por todos los estamentos e instituciones públicas y privadas ha superado con creces las expectativas previstas.

La Delegación Provincial de Salud, con la Delegada Ilma. Sra. Dª Isabel Baena a la cabeza, la Universidad de Córdoba, representada por el Vicerrector de Investigación, Dr. Sr. D. Enrique Aguilar, el Servicio de Reumatología del H. U. Reina Sofía, personificado en el Jefe del Servicio, Dr. Sr. D. Eduardo Collantes, así un largo etcétera han manifestado su apoyo, y mostrado su mejor disposición para colaborar con la Asociación en la consecución de los objetivos planteados para con el Primer Premio **Iberoamericano de investigación en espondiloartropatías "José Román"**.

Jesús de la Haza

Nuestro Psicólogo

La manipulación en la familia

Había una vez una madre cariñosa y tierna. Viuda desde hacía muchos años, solo tenía una hija que daba sentido a su existencia. Sus noches y sus vigilias, sus entradas y sus salidas, sus pensamientos y sus sentimientos... todo el ser de aquella mujer estaba centrado en su hija.

En las veladas ante el televisor, solía mostrarle a su hija cuánto la necesitaba platicando sobre amor y relación materno-filial.

Estas eran algunas de sus frases:

- "Si tú supieras lo que yo he sufrido cuando eras pequeña para sacarte adelante..."

- "Te amo entrañablemente, por tanto debes amarme y abandonarlo todo, sacrificándolo con gusto por mi amor".

- "Como yo soy mayor -desvalida y falta de fuerzas- y como tú eres fuerte y segura de ti misma... tienes que quedarte a mi lado y cuidarme con cariño."

- "He hecho esto y esto por ti, ¿qué harás tú por mí?".

- "Debes amarme porque sufro y estoy indefensa".

- "Me has hecho sufrir en el pasado, tienes por tanto que ayudarme, cuidarme, sacrificarte por mí".

- "Siento a veces, con verdadero pánico, que te alejas de mí. No quiero ni pensarlo, pero vas a conseguir que un día haga una locura".

- "Te interesa estar a buenas conmigo, porque conozco algunas cosillas de tu pasado que deben quedar siempre en el secreto. Y lo estarán, porque soy una buena madre."

- "El amor más verdadero es el amor que no espera nada a cambio y que se expresa por medio del sacrificio. Así espero yo ser querida por ti."

- "Cariño, no busques a ninguna persona fuera de estas cuatro paredes. Nunca encontrarás a nadie que te quiera como yo te quiero."

Cuando un buen día, la hija alquiló un apartamento, hizo su maleta y se marchó de casa dando un portazo, aquella mujer lloraba por los rincones amargamente:

- "¿Qué pecado habré cometido, Dios mío, para merecer esto? Yo que di la vida entera por mi hija... Está visto: mientras más das, menos recibes. ¡No hay cosa peor que la ingratitud!..."

Moraleja:

No es posible querer por obligación. Cariño manipulado, más tarde o más temprano es cariño muerto.

Las distintas manipulaciones en la familia

***"La pasión de dominar es la más terrible de todas las enfermedades del espíritu humano"* decía Voltaire.**

Y, siempre que en la familia se activa la pasión de dominar, aparece de algún modo la manipulación. En el fondo, sólo se trata de un juego de dominio-sumisión.

La manipulación está presente cuando se intenta controlar lo que dice o hace otra persona, cuando se exige sin dar opción a elegir, o cuando se menoscaba la autoestima ajena de manera más o menos solapada. Implica, en suma, la utilización de otra persona para beneficio propio. De forma más o menos declarada, siempre se produce una especie de chantaje emocional. Sin embargo, existen importantes diferencias de grado.

Así como algunos chantajes son transparentes y casi inofensivos, otros resultan más retorcidos y pueden terminar siendo destructivos. **Ciertos individuos llegan a tiranizar a la persona con la que conviven utilizando el desdén, la humillación o la crítica**. La manipulación llevada al extremo supone un maltrato psicológico, una agresión que no deja marcas ni heridas, pero que no por eso resulta menos dañina.

Pero no es preciso llegar a estos extremos. La mayoría de las veces sólo se trata de un juego, donde se intenta por parte de uno que el otro haga lo que a él le interesa.

Algunos ejemplos:

- La madre que dice a su hija, al despedirla por la noche: *"tú márchate, diviértete y no te preocupes... pero yo te estaré esperando despierta, porque no puedo dormir mientras estás fuera de casa".*
- La hija que dice a la madre: *"estoy tan estresada por el trabajo que tendrás que hacerte cargo de los niños por las tardes y los fines de semana, porque yo necesito descansar. Como tú estás ya jubilada y tus nietos te quieren tanto..."*
- La abuela que dice a la nieta: *"Si no vienes a verme, estaré sola todo el día".*

Una cosa es cierta: para que resulte efectivo, el chantaje emocional debe producir una mezcla de temor, obligación y culpa.

Si se pretende elaborar un diagnóstico subjetivo, algunas preguntas que es preciso formularse son: *¿me siento coaccionado a realizar determinadas acciones sin gana, sin libertad de elección, porque en caso de no hacerlas se derivan consecuencias negativas?, ¿me arrepiento de haber cedido un territorio que ya no puedo reconquistar?, ¿siento que mi espacio personal paulatinamente se empequeñece invadido por el otro?, ¿no sé cómo cortar una costumbre que se me impuso un día y que no me dejan eliminar?, ¿siento culpabilidad por llevar la contraria a la otra persona y defender mis apetencias?...*

De cara a una primera aproximación al tema, podemos analizar las siguientes expresiones.

Frases que normalmente dicen los manipuladores:

Deberías haber hecho esto, ¿por qué lo hiciste así?, deberías estarte satisfecho con lo que tienes, eres el único que se queja, ¿por qué no eres como tu hermano?...

Frases que normalmente se dicen los manipulados:

Sé que las cosas no me van a salir bien, sé que voy a perder, me domina la angustia, pierdo el control cada vez que tengo que enfrentarme a esta persona o situación, le voy a demostrar que no puede tratarme a patadas, si hago lo que quiero herirá los sentimientos de alguien, nunca consigo hacerme valer, ¿qué pasará si hago esto?, la conciencia no me dejará vivir, si hago esto probablemente suceda algo malo...

Es del todo necesario aprender a defenderse de posibles manipulaciones, cosa muy necesaria si queremos mantener tanto la libertad interior y como la salud mental. Para ello, es preciso conocer lo que sigue:

Estrategias más comunes para manipular al otro

1. Ganar el cariño mediante el soborno: *"Te amo entrañablemente, por tanto debes amarme y abandonarlo todo en aras de mi amor"*.
2. Apelar a la piedad: *"Debes amarme porque sufro y estoy indefenso"*.
3. Llamada a la justicia: *"He hecho esto y esto por ti, ¿qué harás tú por mí?"*.
4. Reparación de una pretendida ofensa: *"He has hecho sufrir, tienes por tanto que ayudarme, cuidarme, sacrificarte por mí"*.
5. Provocar la culpabilidad: *"Si tú no me quieres, la vida no tiene sentido para mí"*.
6. Recurso a las amenazas. Estas amenazas pueden ser de muchos tipos: cometer un acto desesperado, arruinar la propia reputación, agredir físicamente a otros o a sí mismo, suicidarse, desheredar a los hijos, despilfarrar el patrimonio...

Si alguien te pisa repetidamente, la culpa es tuya que la consientes. No olvidemos la frase de Hermann Hesse: *"Cuando alguien nos domina es porque a esa persona le hemos concedido poder sobre nosotros"*.

Alfonso López Caballero

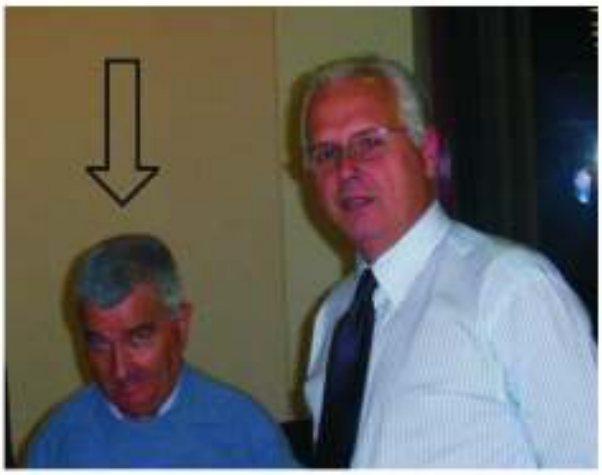
alcaballero@gmail.com

CAJA RURAL

Nuestra Señora del Rosario

Una Caja para un Pueblo

CARTA ABIERTA A MANOLO RODRIGUEZ



Manuel Rodríguez y Jesús de la Haza

Amigo Manolo:

Son muchos los años en los que he tenido ocasión de tratarte, de seguir tu trayectoria al frente del boletín, de compartir momentos de gozo, pocos de monotonía e incluso de pesadumbre en algún momento puntual por la pérdida de un ser querido. ¡Qué veladas más enriquecedoras preparando el "Rincón del Espondilítico"! ¿Cuántas jornadas en reuniones, viajes, congresos, cursos, encuentros,...vividas disfrutando de tu compañía? Tantas y tantas anécdotas compartidas. ¡Qué malos ratos con la demora del vehículo de comunicación para los asociados y personas o entidades relacionadas con **ACEADE**! Y más cosas que no vienen al caso. Todo lo anterior ha cimentado una amistad entrañable.

Tu amor y entrega a la Asociación te hizo merecedor de la nominación como Socio de Honor. Pero no sé si en ese reconocimiento tú percibiste toda la gratitud y cariño que se te profesa.

He aprendido de ti mucho. Fuiste tú el primero en emplear el vocablo **"aceadista",** allí en la sede del Centro Cívico de la c/. Torremolinos**.** Desde entonces, lo uso con el orgullo doble: Uno por la condición de socio de **ACEADE** y, otro, recordando que tú lo creaste. No sé si lo he expuesto en el orden adecuado.

Me admira siempre tu vocación de servicio. Estás permanentemente dispuesto a servir, y nunca a ser servido. Tu demostrado compromiso con la entidad es digno de encomio. Creo que ese referente no tiene parangón, y por ello, estamos tranquilos.

Te animo a seguir creando tus páginas de humor, tanto en el boletín como en la revista "**FEPAMIC**, para todos". Me consta que muchos lectores abren las revistas por tu página de humor gráfico, para comenzar con una sonrisa y una predisposición positiva la lectura de los demás contenidos.

Como siempre estás deseando aprender, te digo que la palabra que a ti te viene como anillo al dedo es **bonhomía.**

Quiero aprovechar estas líneas para enviar un saludo afectuoso a tu ejemplar esposa, Tránsito, paradigma de la paciencia. En ti, Manolo, se hace patente el espíritu senequista que afirma: "Piensa como los sabios, mas habla como la gente sencilla"

Un abrazo de tu amigo Jesús de la Haza

Vocabulario.

Bonhomía: Afabilidad, sencillez, bondad y honradez en el carácter y en el comportamiento.

XVIII ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA

XVIII ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA

Como ya se comunicó, a través de la circular informativa el pasado 8 de febrero, se celebró la Asamblea General Ordinaria, el sábado dia 27 del mismo mes, como es preceptivo estatutariamente, ene el Salón de Actos de FEPAMIC, sito en calle Dolores Ibárruri s/n y en primera convocatoria a las 11.00 h y segunda convocatoria 11.30 h con el siguiente orden del dia:

1ª LECTURA Y APROBACIÓN DEL ACTA ANTERIOR.

Aprobada por unanimidad.

2ª MEMORIA ECONÓMICA 2009 Y PROYECTOS PARA 2010.

Aprobada por unanimidad .

3ª MEMORIA DE ACTIVIDADES 2009 Y PROYECTOS PARA 2010.

Aprobada por unanimidad .

4ª AUTORIZACIÓN REGLAMENTARIA SOBRE ACCIONES Y SOLICITUDES DE LA JUNTA DIRECTIVA.

Aprobada por unanimidad .

5ª REVISIONES DE CUOTAS.

Aprobadas por unanimidad .

6ª RUEGOS Y PREGUNTAS.

El presidente hizo una extensa exposición de la situación económica, dado el actual momento de crisis a propuesta de la Junta Directiva, desglo-sando de forma clara todos los puntos y pidiendo exprésamente someterlo a aprobación en Asamblea General.

También, quiso dejar constancia del intenso trabajo realizado por esta Junta en favor de todos, desinteresadamente y la colaboración " codo con codo " de todo el equipo técnico aunando fuerzas para engrandecer aún más la asociación.

La Junta Directiva no reconoce la dejadez inexplicable y el no aprovechar los medios a nuestra disposición en la asociacion, y el desinterés de los socios , el no solamente asistir a consulta o vernos en el "almuerzo de convivencia", sino que, además, hagamos uso de otras actividades terapeúticas de indudable beneficio.

Con su comparecencia "el socio " muestra que agradece y anima a los que luchan todo el año.

Saber que existe el Premio Iberoamericano de Investigación contra la Espondiloartropatias "JOSÉ ROMÁN ", las charlas médicas, asistencias psicológica y terapeútica, clases de chi-Kung, conocer el desarrollo de estudios sobre espondilitis, información juridica y laboral ,intercambiar con compañeros y compañeras información de los diferentes tratamientos según las patologías, además de seguir en nuestro boletín los infomes ,el humor y la mosca de forma ininterrumpida desde hace más de 16 años y de forma reciente la nueva página www.aceade.es.

Por todo ello, somos reconocidos, envidiados sanamente y admirados en muchas partes del mundo.

Al final de la asamblea, los asistentes tertuliamos tomando un agradable aperitivo en largo coloquio.

Manuel Rodríguez

Hermanos
Almohano, S.L.
SANEAMIENTOS - CALEFACCION - AIRE ACONDICIONADO
INSTALACIONES - REPARACIONES
GRIFERIAS - VALVULERIAS - TUBERIAS PVC - POLIETILENO - PAVIMENTOS - AZULEJOS

ACEADE EN LA PRESENTACION LITERARIA DE ACPACYS

En la tarde del jueves día 4 de marzo, se presentó en el Salón de Actos de ACPACYS, el ejemplar poético titulado "Entre deseos y temores: Gritando un silencio", que contó con la representación de un delegado de ACEADE.

El emotivo acto estuvo presidido por Silvia Cañero, Delegada Provincial de Igualdad y Bienestar Social, Gonzalo Rivas, Director General para la Discapacidad, y Antonio Pérez, Director de ACPACYS.

Los autores del libro son: Ana María Alcázar, Rafael Ayala y Javier Guerrero.

Jesús de la Haza , Gonzalo Rivas y Silvia Cañero

Mercedes Fuentes y Jesús de la Haza , con los autores

El periodista de Canal Sur Radio y TV, José Antonio Luque, Socio de Honor de ACEADE, fue uno de los rapsodas, que recitó con gran brillantez algunos de los poemas recogidos en el volumen literario.

ACEADE, siempre apostando por todas las artes, da la bienvenida a esta obra versificadora, que es un referente para todas las personas interesadas en la poesía, sobre todo de un colectivo hasta hace muy poco tiempo en riesgo de exclusión. Así mismo, quiere manifestar su felicitación tanto a los poetas que han hecho posible con su labor este poemario, como a la Asociación Cordobesa de Parálisis Cerebral y otras Afecciones Similares (ASPACYS) y a la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social.

Jesús de la Haza

"Comprometido con mi amigo de años"

Por Manuel Rodríguez Jurado

Sería una frivolidad no reconocer la labor realizada por la persona que está al frente de un equipo directivo. Dicha labor la ejerce siempre en favor de cualquier institución o asociación de forma estoica.

Yo creo en las personas que voluntariamente prestan servicios altruistas y sin interés lucrativo de ningún tipo.

Sabemos que: "quien no vive para servir, no sirve para vivir". La simple idea de servir para beneficio humano es mérito suficiente para tener en cuenta, porque de "estos cocos, pocos". Hay prestaciones que en muchas ocasiones, sin ser aplaudibles, le cuestan al que lo practica tiempo y dinero. Esto no evita, en ocasiones, que la prestación no esté a la altura exigible o a la hora de desempeñar el cargo (que esto es una chuzonada).

Las prestaciones de corazón al servicio de otras personas, si no se ha meditado el compromiso, pueden conducir a una trampa de desánimo por cenutrio, (se quema por no haber utilizado el cerebro y saber preservar los derechos humanos).

Siguiendo la escuela de mi querido amigo José Román, recuerdo, ya que no dejaba de decírmelo, que si no estuviera a la cota que exige el cargo, me quedaría obsoleto. También, me decía que tuviese presente las palabras del poeta La Fontaine sobre las personas, que las clasificaba en tres categorías:

1ª.El que cree ser. 2ª.El que quiere ser. 3ª.El que es en realidad.

Si pensásemos antes de tener una actuación paupérrima, quedaría a salvo el honor de ser aceadista.

Si en algún momento me equivoqué, pido disculpas, colaboración y comprensión.

Lo peor que puede pasarle a una persona es no sentirse cualificado, pero hay que ser realistas y consecuentes si se trabaja para los seres humanos.

Una asociación, con presidente y equipo, solamente tiene una obligación: Cumplir sus compromisos y hacer realidad lo que demandan los socios.

ACEADE, asociación de Espondilitis pionera en España, tiene responsabilidad, libertad de ideas, renovación de proyectos, y propuestas de diseño para una mejor orientación y servicio a los socios.

Ahora, ya no es lo mismo que cuando crearon la asociación un grupo de nueve amigos. En la actualidad, son exigibles medios más avanzados y técnicos dentro de una razonable disponibilidad económica.

Hay que demostrar los hechos y dejar testimonio de nuestro paso. Esta es la intención del presidente y sus directivos, para no dar lugar a que nos pregunten qué hemos hecho en pro de la misma.

Todos los componentes de la Junta Directiva no deben olvidar que tras una conversación se llegó a un compromiso, sin coacción de ningún tipo, para formar parte de ella.

Obligados están los miembros de la Junta a hacer piña con el presidente, a hablar con claridad y a reconocer los fallos. Esto fue preocupación del recordado Pepe Román, Presidente Honorífico.

También, pienso que para ser socio de la entidad se debe tener la obligación de conocer sus derechos y deberes, y no sólo pensar en el beneficio propio, hay que leer los estatutos.

Como decía el filósofo cordobés Lucio Anneo Séneca: "La mejor recompensa por una buena acción es haberla hecho"

COMUNICADO

Actualmente se está realizando en el servicio de Reumatología del H.U. Reina Sofía el siguiente estudio: "ESTUDIO MULTICÉNTRICO DE LA EFICACIA Y LA SEGURIDAD DEL ANTICUERPO MONOCLONAL HUMANO anti-TNF ADALIMUMAB EB SUJETOS CON ESPONDILOARTRITIS AXIAL", aquellos pacientes que puedan estar interesados en la participación en él, pueden pedir información en dicho servicio, o a su reumatólogo particular. NO SE PUEDEN INCLUIR PACIENTES NI CON ESPONDILITIS ANQUILOSANTE NI ARTRITIS PSORIASICA.

INFORME FACILITADO POR LA SRA. ANA PILAR FONT, DRA. DEL EQUIPO TÉCNICO DE REUMATOLOGIA DE H.U. REINA SOFIA

ACEADE en las Asambleas Ordinarias y Extraordinarias de FEPAMIC

El Viernes, 29 de Enero de 2010, se celebró en el Salón de Actos de la Residencia de FEPAMIC, las Asambleas Ordinaria y Extraordinaria de FEPAMIC con la participación de ACEADE como socio de facto de la Federación.

En la A. Ordinaria se aceptó la solicitud de pertenencia a la Federación de las entidades que lo habían presentado, y se dio amplia información de la Federación y de sus asociaciones miembros.

En la A. Extraordinaria se ratificó a la Junta Directiva presidida por Antonio Hermoso para continuar hasta el año 2013.

Manuel Rodríguez Jurado

Asamblea General de FEPAMIC

Delegados de ACEADE en la A.G. de FEPAMIC

ACEADE presenta "Poesía para todos"

Dentro de la VII edición de COSMOPOÉTICA, Poetas del mundo en Córdoba, se celebró la jornada "Poesía para todos".El acto tuvo lugar en la Sala de Orive, el pasado día 5 de abril, coordinado, como en años anteriores, por FEPAMIC que delegó la presentación en ACEADE.

Nueve fueron los poetas que deleitaron al numerosos público asistente que lleno la sala, entre ellos muchos socios de ACEADE.

En la primera parte actuaron: Iván Vergara, poeta mexicano, músico, antologador y gestor cultural, Pilar Sanabria, periodista y locutora de ONDA CERO Radio, y Socia de Honor de ACEADE desde 1.998, poetisa y escritora, Andrés Rodríguez, maestro, ensayista y poeta, Toñi Yeste, diplomada en Relaciones Laborales, poetisa y usuaria de FEPAMIC, y Dolores Cortés, maestra y escritora de prosa y poesía.

A continuación intervinieron: José Antonio Ramírez, licenciado en Filosofía Escolástica y Teología, pedagogo, licenciado en Filosofía y Letras, doctor en medicina, miembro de la Sociedad Española de Médicos Escritores y artistas (ASEMEYA), miembro de la Asociación de Escritores de Castilla- La Mancha, miembro fundador de la Asociación de Médicos Escritores de Córdoba, miembro de la Sociedad Andaluza de Hipertensión Arterial y Factores de Riesgo Cardiovascular, master en Medicina de Urgencia, fundador y mantenedor durante 12 años de la Revista Fuente de Vida, Noble Caballero del Capítulo de Isabel La Católica, escritor, ensayista, poeta,...Sara Rodríguez, licenciada en Ciencias Económicas, trabajadora de la Federación y poetisa, Rafael Ayala, Administrativo, Informático de Gestión, y escritor, Manuel Gahete, Catedrático de Lengua y Literatura, Doctor en Filosofía y Letras, Miembro del proyecto de investigación "Andalucía literaria" de la Universidad de Córdoba y "Traverses" de la Universidad París, Académico numerario de la Real Academia de Córdoba y Director del Instituto de Estudios Gongorinos, Director de la Web sobre Luis de Góngora en el Portal Virtual Cervantes, Articulista y conferenciante. Traductor, prologuista y estudioso de Góngora, Lope de Vega, el Duque de Rivas y los románticos cordobeses, Juan Ramón Jiménez,... Escritor de obras de teatro, literatura infantil, poesía,...

Las declamaciones tuvieron el acompañamiento musical de Camelia Nicoleta Brubán (violín) y Ana Morera Moreno (v ioloncello).

Jesús de la Haza

1er premio iberoamericano "José Roman" sobre investigación en Espondiloartropatías

Prólogo

La asociación cordobesa de enfermos afectados de espondilitis (ACEADE), en conjunción con la Universidad de Córdoba y la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía, con el propósito de promocionar la investigación en el campo de las espondiloartropatías, convoca el primer premio de investigación para aquellos trabajos en lengua castellana en los cuales se incluyan relevantes

Bases

1. El tema de investigación podrá ser cualquiera relacionado con el grupo de enfermedades reumáticas denominado espondiloartropatías. Se incluyen tanto publicaciones en revistas de alto impacto como Tesinas, Proyectos o Trabajos Fin de Carrera o Fin de Master, realizados por estudiantes de las Universidades Iberoamericanas durante los últimos dos años.

2. Se concederá un premio de 3.000 € y un Accésit de 1.000 € entregándose también a los galardonados un diploma conmemorativo del referido Premio.

3. Para optar al premio de investigación se deberá facilitar original y 3 copias de la siguiente documentación:

- Memoria del trabajo de investigación, con una extensión máxima de 50 hojas DIN A4 a doble espacio, donde debe figurar: justificación de la investigación, hipótesis, objetivos, importancia práctica, material y método.
- "Curriculum Vitae" pormenorizado de los investigadores incluyendo los cargos profesionales que desempeñan y la relación de trabajos publicados.

4. El trabajo de investigación deberá remitirse por correo certificado o mensajería a la Sede de la Asociación de Enfermos Afectados de Espondilitis (ACEADE) C/ María Montessori s/n Edif. FEPAMIC 14011-Córdoba, indicando en el sobre Ref. : I PREMIO DE INVESTIGACIÓN. Es condición indispensable que el mencionado proyecto esté físicamente en la sede de ACEADE **antes del día 31 de Mayo de 2010.** Quedarán automáticamente excluidos aquellos proyectos recibidos después de la fecha señalada.

5. El jurado calificador estará compuesto por los siguientes miembros, siendo su fallo inapelable.

Presidente: El Presidente de la Asociación de Enfermos Afectados de Espondilitis (ACEADE).

Vocales:

- El vocal de investigación de ACEADE.
- Un vocal profesor designado por el Rector de la Universidad.
- Un vocal designado por la Consejería de Salud.
- Tres vocales designados por el comité técnico de ACEADE entre profesores o profesionales de reconocido prestigio del ámbito iberoamericano.

6. No podrán participar las personas relacionados profesional o familiarmente con alguno de los miembros del Jurado Calificador.

7. El fallo del jurado se dará a conocer el **30 de Junio de 2010.**

8. A criterio del jurado, el Premio podrá quedar desierto.

9. Los Premios serán entregados durante el Acto que se desarrollará con motivo de las jornadas anuales que celebra la Asociación de Enfermos Afectados de Espondilitis (ACEADE).

10. Los dos ganadores del premio se comprometen a realizar una presentación resumen del trabajo de investigación, durante la entrega de los premios.

aceade.es

1er PREMIO IBEROAMERICANO "JOSÉ ROMÁN" SOBRE INVESTIGACIÓN EN ESPONDILOARTROPATÍAS

Bases

Tema de investigación

Premios

Documentación

Envío de trabajos

Jurado calificador

Entrega de premios

MSD

Pfizer

Más información en la web de aceade: http://www.aceade.es
y en la dirección de correo electrónico: premioinvestigacion@aceade.es

Bases del Premio de Investigación

ACEADE PRESENTA EL ACTO DE CONCHA LAGOS

En representación de FEPAMIC, el delegado de ACEADE, Jesús de la Haza, realizó la introducción y la presentación del acto "Hermanamiento de Córdoba con la escritora Concha Lagos".

El importante evento, que tuvo lugar en el Salón Liceo del Círculo de la Amistad en la mañana del domingo, día 11 de abril, se desarrolló según el siguiente programa:

1.-Biografía y análisis literario de la escritora, cuyo verdadero nombre era María de la Concepción Gutiérrez Muñoz (1907-2.007), nacida en la cordobesa plaza del Escudo y bautizada en la iglesia de San Nicolás. Contrajo matrimonio con el arquitecto y fotógrafo Mariano Lagos, de quien tomó su apellido. Su domicilio lo fijó en el edificio Capitol de la Gran Vía madrileña, y era lugar de tertulias con autores como Vicente Aleixandre, Gerardo Diego, Valle Inclán, Gómez de la Serna, Jorge Guillén,...

Escritora total porque su obra abarca poesía, narrativa, teatro y ensayo.

Dirigió la revista "Ágora" dedicada a difundir la poesía desde 1.956 hasta 1.964

En el año 1.961 fue nombrada académica correspondiente de la Real academia de Córdoba, en el 2.002 recibió la medalla de Andalucía y el título de Hija Predilecta.

2.-Proyección del corto "Los lugares favoritos de Concha", realizado por Lola Rey González

3.-Recital poético en el que se declamaron magistralmente algunos de sus poemas como: "Por imposibles tardes", "Si estar, estaré", "Monólogo a contratiempo", "Mi norte era un caballo", "Los ojos de mi madre", "Cementerio de cumbre", "Campo abierto","Cuando el niño no se estaba",...por los poetas: Fernando Sánchez Mayo, Miguel Á. Matamala Subiza, Araceli S. Franco, Ángela Jiménez, Pilar Sanabria, Matilde Cabello, Pilar Villanueva y Ana Patricia Santaella Palhén. Estas dos últimas fueron las organizadoras del acto.

Los poetas estuvieron acompañados por la guitarra del excelente artista Antonio Flores Cañero.

4.-Coreografía a cargo del prestigioso bailador Alonso Villarreal, con música de Elvira Ríos.

Villarreal seleccionó, con sincero afecto y expresamente como homenaje a la figura y la obra de Concha Lagos, la obra "Bohemio" inspirada en el amor que se va, se aleja y...no se puede retener.

La sublime interpretación cosechó un cálido y prolongado aplauso del numeroso público y de las autoridades presentes.

Jesús de la Haza

Rincón del Espondilítico

Mi nombre es Isidro Llamas González.

Hace muchos, muchos y más años en un lugar de este planeta, concretamente en la ciudad de Córdoba, vivía y vive un chico de nombre Isidro que a la edad de 26 años, aproximadamente, empezó con grandes dolencias; primero fueron de cadera por lo que le dejo cojo casi dos años y dolores insoportables, noches y noches en vilo, pues no podía dormir más de 4 horas lo que tenía interiormente no le dejaba, después se fueron esos dolores subiendo como si fuese una culebra hacia la zona cervical y espalda, "como si tuvieses un gato clavando sus uñas en tu espalda" y por más que intentas dar la vuelta para quitártelo, ¡que ya bastante tenemos con la poca movilidad de cuelloi imagínense quitarlo por más que lo que le sacudes vuelve a su sitio, llega el momento que dices bueno quédate pero no me muerdas. Total 10 años de médicos, todos traumatólogos los que me visitaron, mi problema tenía una contractura, nada de huesos, resonancias de cuerpo entero, caderas, rodillas, etc. Radiografía ni comento, pues simplemente con decir que cuando llego a casa antes de pulsar el interruptor se enciende la luz de los rayos que llevo dentro del cuerpo. La medicina alternativa, como ellos quieren que le llamen, toda es poca, curanderos creo que ya soy amigos de ellos, casi me queman el nervio ciático por la oreja, pues decían que mi problema era que tenían que quemar ese nervio para solucionar mis dolencias... Eso ya os sonará a todos, pues más de uno paso por todo esto. Bueno, llegó un momento que dijeron te voy a mandar a un reumatólogo haber que pueden ver ¡aleluya, aleluya! dieron con la clave, primero me vio una doctora le comenté los síntomas y el tiempo de mis dolores me volvió hacer una resonancia y unas analíticas y por fin salió EA, B27+

Muy activa, pues me pasaron a la consulta del Doctor: Eduardo Collantes.

Cuando lo vi por primera vez me dije para mi mismo ¡uhhh! Aquí hay algo raro cuando me dijo el nombre Espondioloartritis B 27 + Le dije muy bien, estupendo y... ¿qué coño es eso?, ¿cuánto me queda de vida? Total, el mundo se me vino abajo, me recomendó que fuese a ACEADE. Yo había tirado la toalla, pero conocí a Pepe Blancat como solemos decir los Andaluces un tío estupendo que me explicó todo, me dio ánimos, conocí a otros compañeros los que me devolvieron la sonrisa en mi rostro. Son muy grandes todos ellos. Y así, volver a sonreír para nosotros los enfermos de Espondilitis es la mejor terapia como dicen mis compañeros. Es reír y no dejar que nada ni nadie con sus problemas nos pueda borrar la sonrisa de nuestro rostro. No quiero alargarme más, dar las gracias por todo y a todos los que hacen que exista ACEADE día a día. Para todos ellos y los que se marcharon, gracias y una gran sonrisa para todos. Y al Doctor Collantes y a su equipo médico, ¿qué sería de nosotros sin ustedes? Mil gracias por entendernos y aplacar nuestros dolores.

Termino con estas palabras: A las empresas que tienen en sus nóminas enfermos de Espondilitis sólo les pido tres cosas: respeto, respeto y una sonrisa, que ya es suficiente la carga llevamos en los hombros.

Isidro Llamas González.

ACEADE en la VIII Asamblea General de LIRA y IV Encuentro Asociativo

Se celebró en Jaén, desde el 25 al 28 de marzo de 2.010, la Asamblea General Ordinaria de LIRA y el IV Encuentro Asociativo de asociaciones miembros de la Liga Reumatológica Andaluza, con la participación del delegado de ACEADE, Manuel Rodríguez Jurado. El programa fue el siguiente:

VIERNES 26 de Marzo
08:00 - 9:30 h.: Desayuno.
10:00 - 14:00 h.: Visita guiada a la Catedral y al Casco Antiguo de Jaén.
14:00 - 15:00 h.: Almuerzo.
Parte teórica de la Escuela de Espalda.
Ponencias:
- 16:30 h. "Beneficios y Contraindicaciones del Reposo y la Cinesiterapia", por la Dra. Dña. Mª del Mar Carrión Martín. Médico Rehabilitadora del Complejo Hospitalario Ciudad de Jaén.
- 17:30 h.: "Escuela de Espalda", por el Dr. D. Manuel Arias López. Médico Rehabilitador y Coordinador de la Unidad del Aparato Locomotor del H.U. Reina Sofía.

18:30 h.: Descanso
20:00 21:00 h.: Cena.
SÁBADO 27 de Marzo
08:00 09:30 h.: Desayuno.
10:00 - 14:00 h.: Parte práctica de la Escuela de Espalda: Ejercicios prácticos en agua, o Circuito y masaje terapéutico en el Spa INTURJOVEN.
14:00 - 15:00 h.: Almuerzo.
18:45 - 20:30 h.: Visita al Castillo de Santa Catalina.
20:30 h.: Cena despedida y actuación "Aires de Jaén".
DOMINGO, 28 de Marzo
10:00 h: Clausura

Todos los actos brillaron por su perfecta organización y espíritu colaborador de todas las asociaciones participantes.

En nombre de ACEADE y en el mío propio, quiero dar las gracias al Presidente de LIRA y a su Junta Directiva, por el trato dispensado y por las menciones a nuestro recordado y querido Pepe Román, así como las muestras de preocupación por el estado de salud del actual Presidente de ACEADE, Pepe Blancat que estaba hospitalizado por un problema transitorio, gracias a Dios.

Manuel Rodríguez Jurado

Sí, queremos

Invitados por la Directora de la Agencia Andaluza del Voluntariado en Córdoba, Dª Maite Velasco Múrez, asistimos al acto programado para la presentación de propuestas del P.S.O.E. para Córdoba, con el lema "¿lo sabías ? Andalucía sostenible. sí, quiero".

Contando con una masiva asistencia, fueron muy aplaudidas las intervenciones de los representantes del partido, destacando la presencia de D. José Antonio Griñán, Presidente de la Junta de Andalucía y D. Francisco Pulido, Presidente de la Diputación de Córdoba.

Entre todo el contenido de la alocución del Sr. Griñán, sería injusto no destacar la adulación dedicada a nuestra ciudad, al afirmar que Córdoba no es una capital de paso, sino que hay que vivirla y sentirla sea o no foráneo como él, percibir su poesía y su olor a azahar.

Además de dichas propuestas, nosotros incluiríamos por la parte que nos afecta por nuestras deficiencias patológicas ayuda a la dependencia y el trabajo, la asistencia multidisciplinar sin barreras, las subvenciones a viviendas adaptadas en pensiones bajas de incurables, los servicios gratuitos de odontología y oftalmología, incluidas las prótesis para no inducir a nuevas patologías, como puede ser los derivados de otorrinolaringología y de alergología, en Córdoba y el resto de Andalucía, es lo que deseamos nosotros .

Presidente de Andalucía, Sr Griñán

Presidente de la Diputación Provincial, Sr. Pulido

MISCELÁNEAS

Presentación del Pregónero de la Virgen de la Cabeza

En la noche del sábado, día 17, tuvo lugar, en la Parroquia de San Francisco y San Eulogio, el Pregón de las fiestas de la Hermandad de Córdoba en honor de la Virgen de la Cabeza a cargo del Dr. Ramírez Nuño, que fue presentado por el Vicepresidente de ACEADE, Jesús de la Haza. El acto estuvo amenizado por la banda de música "Nuestra Señora la Santísima Virgen de la Esperanza"

La Fundación FEPAMIC patrocina nuevos poemarios

En la víspera del "Día del Libro, jueves, 22 de abril, se celebró en el Salón de Actos de la Residencia de FEPAMIC, un acto para presentar los tres ejemplares que ha financiado la Fundación de la Federación de Asociaciones de Minusválidos Físicos y Orgánicos de Córdoba.

Los tres poemarios, que han sido prologados por el Vicepresidente de ACEADE, Jesús de la Haza, son:

"Pinceladas con alma II", compilación de los poemas recitados en "Poesía para todos" de la VII edición de Cosmopoética.

"Códigos y espías", de Pilar Sanabria Cañete, que obtuvo en 1.998, el título de "Socia de Honor" de ACEADE.

"Experiencias vividas" de Rafael Ayala Marín.

Al finalizar el evento, se distribuyeron ejemplares entre los asistentes, y se procedió al acto de firma de libros.

Clausura del Curso de Chi Kung

El Presidente de ACEADE, José Blancat, clausuró en la tarde del martes 27 de abril, el Taller de Chi Kung, que se ha realizado en las instalaciones del Gym Sierra bajo la Dirección del Maestro Luis Rodríguez, Socio Fundador de ACEADE.

De forma solemne se hizo entrega de los diplomas acreditativos de la participación en el curso. A continuación, se sirvió un aperitivo donde se compartieron las experiencias y anécdotas vividas en este interesantísimo taller que ha patrocinado la Asociación con la colaboración inestimable del Gym Sierra, siempre comprometido con las iniciativas de ACEADE, que aprovecha esta ocasión para reiterar su agradecimiento a la Dirección y Gerencia del Gimnasio

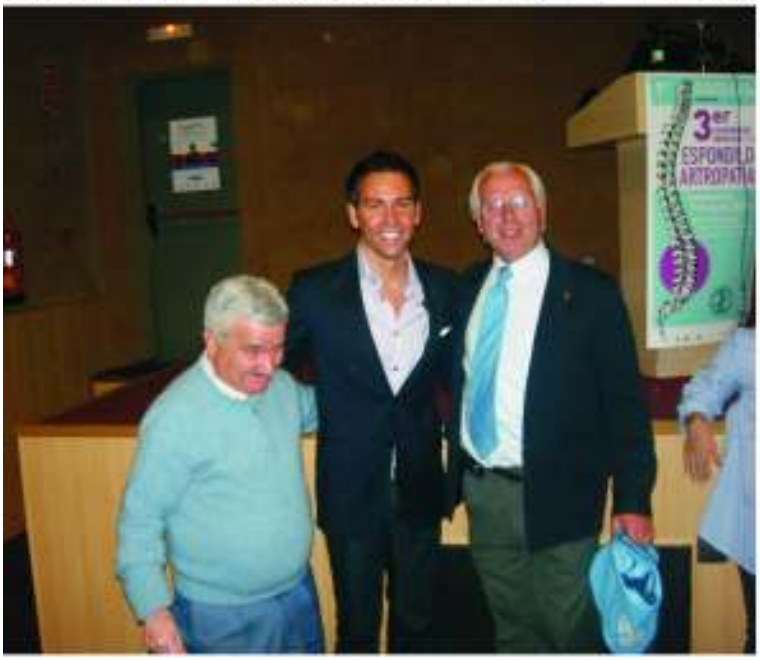
Jesús de la Haza

ACEADE EN EL 3º CONGRESO Y 1º DIA MUNDIAL DE LA ESPONDILO-ARTROPATÍAS

Durante los día 7 al 9 de mayo se celebró en Salamanca el Primer Día Mundial de las Espóndilo-artropatías y el tercer Congreso Ibérico, con la participación de dos delegados de ACEADE: Manuel Rodríguez y Jesús de la Haza.

En la mañana de la jornada del viernes, día 7, los congresistas fueron recibidos en el Palacio de La Salina, sede de la Diputación Provincial. A continuación, se hizo una suelta de globos y se leyó un manifiesto sobre las espóndilo-artropatías.

Por la tarde comenzó el Congreso con las siguientes ponencias: "Motivación, Superación y Desarrollo Personal", por David Meca, Pluricampeón mundial de natación, "Los protocolos de actuación en Espondilitis e investigaciones actuales", por el Dr. Javier del Pino, Jefe del Servicio de Reumatología del H. U. de Salamanca y Profesor titular de la Facultad de Medicina, "Mi experiencia como deportista de competición y afectado de espondilitis", por José Antonio Aráez, Campeón de España de Natación para discapacitados, "Impacto social de las Enfermedades Reumáticas en España" por Raquel de ASEA(Asociación Salmantina de E.A.) . Como final de la jornada se proyectó el corto: "Diario de Manuel" dirigido por Chus Fernández.



Por la noche hubo una cena de gala en la que se homenajeó al anterior Presidente de ASEA, al desaparecido Dr. David Thomsom, primer presidente de la asociación Nacional de E.A., y, al final, se proyectó un entrañable montaje en Power point como prueba de reconocimiento a los fallecidos: José Román(ACEADE), María Tornay (ADEAL), Javier Gutiérrez (ADEAVA) y María José Jiménez (ASEA).

El sábado, día 8, se realizó el Encuentro Hispano-luso con la intervención de Pedro Nobre, delegado de la Asociación Nacional Portuguesa de Espondilitis Anquilosante, que disertó sobre la organización de su asociación. Siguió el Dr. Kenneth Thomsom Okatsu, profesor universitario, médico de atención primaria y Secretario del Sindicato Médico de Salamanca, que habló con una profunda emoción de su padre, el Dr. David Thomsom, fundador de la

primera asociación de espondilitis que hubo en España.

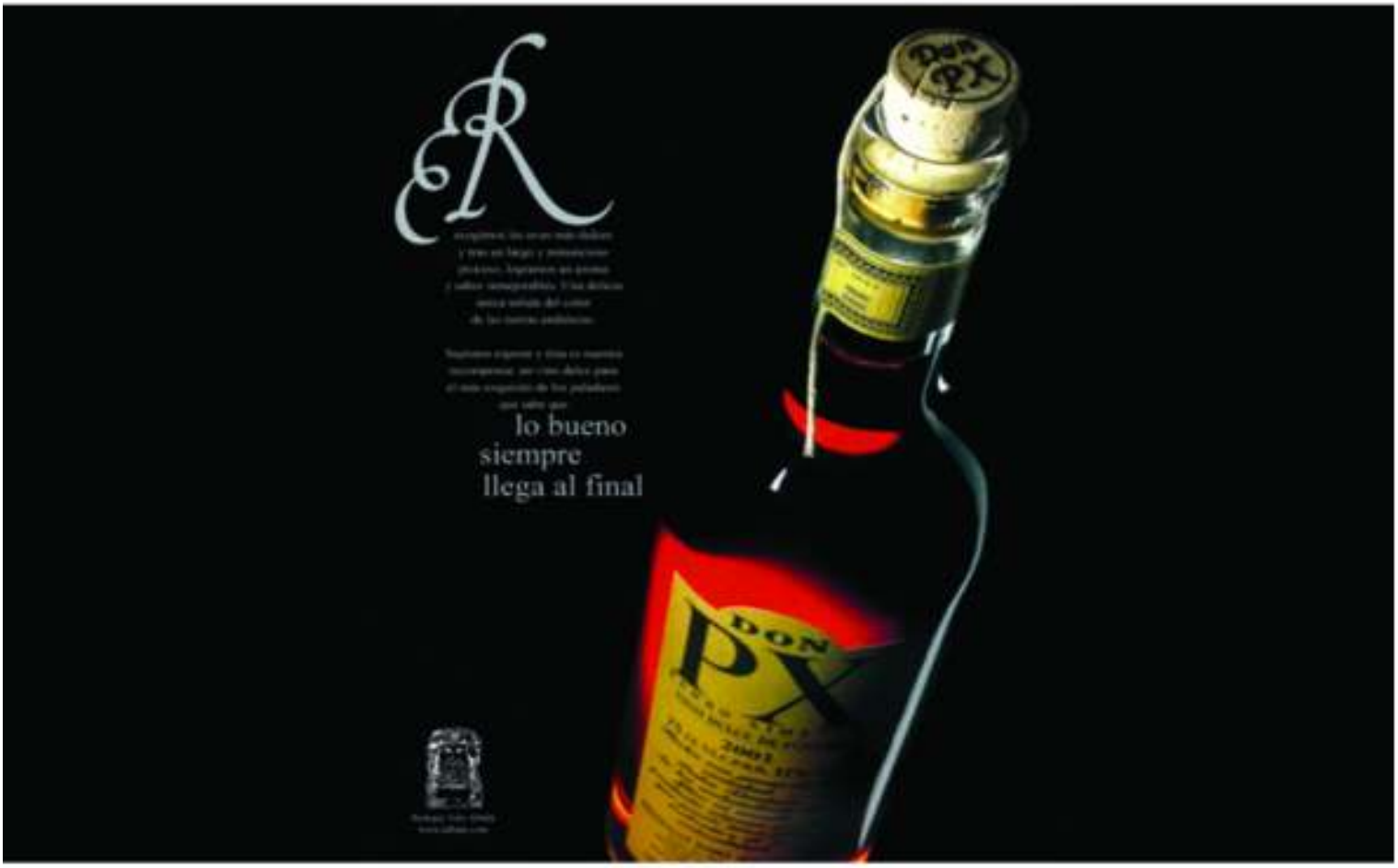
A continuación, el Dr. Bernardino Basas, médico especialista en podología, expuso "La afectación del pie en la espondilitis. Especial atención a las fascitis plantar".

Los actos finalizaron con la Asamblea General de la Coordinadora Nacional de Asociaciones de Espondilíticos que estaba presidida por ASEA, y cuya presidencia ha sido transferida a APERG (Asociación Provincial de Enfermos Reumáticos de Guadalajara).

En la mañana del domingo, día 9, se realizó la evaluación, conclusión y despedida del Congreso.

Desde estas páginas queremos felicitar y agradecer a ASEA la excelente organización y las atenciones dispensadas, al tiempo que deseamos a APERG toda clase de éxitos en la Presidencia de CEDADE.

Jesús de la Haza



REFLEXIONES EN TORNO AL CURSO DE QI GONG (CH'I KUNG)

Entrando ya en la recta final del curso de Qi Gong para miembros de Aceade, celebrado en el Club Gym Sierra durante los meses de febrero, marzo y abril de este año 2010, Manuel Rodríguez, director del boletín, me ha pedido que elabore un escrito sobre los pormenores del mismo.

Yo podría decir a secas: "Pregunta a los que lo han recibido", porque son ellos los que mejor evaluarían los efectos de su experiencia con este arte terapéutico y milenario como es el Qi Gong, pero voy a decir algo más.

Al cabo de la primera sesión y ante algunos titubeos propios de la toma de contacto con algo nuevo, con unos movimientos lentos, suaves y aparentemente sencillos y fáciles de ejecutar, estando un poco perdidos ante la variedad de los mismos, me preguntaron si existía algún manual o guía donde se recogiera lo que estábamos haciendo para memorizar y practicar después en casa. Les respondí que se podrían encontrar diferentes manuales y una extensa bibliografía al respecto, pero lo que estábamos aprendiendo era fruto de mi búsqueda y experiencia con distintos maestros pasado por el tamiz de un espondilítico y que intentaría realizar un resumen lo más acorde con nuestra práctica y nuestro estado.

Algunas semanas más tarde aparecía el "Resumen curso de Qi Gong para socios de Aceade", donde se desarrolla y se estructura, en distintos capítulos, el contenido del mismo, pensando que serviría de recordatorio a los asistentes cuando se dispusieran

a practicar fuera de las sesiones o cuando finalizase el curso. Allí les recalco el eje vertebral del contenido: "la voluntad de curarse, la intención y el esfuerzo. Quién quiere algo, algo le cuesta". También que, tanto el Qi Gong, Ch´i Kung, como el T´ai Chi no son sólo una serie de movimientos. Son, además, una meditación en movimiento, una terapia y una filosofía basadas en el principio de la polaridad y la ley del cambio que nos aportan la esencia para una vida sana, feliz y armoniosa.

Hacia final de curso me propusieron alargar la duración del mismo, ya que temían que cuando terminara no iban a seguir practicando en sus casas. Acordamos continuar durante el mes de mayo fuera del gimnasio, en un sitio abierto, al aire libre y decidimos que sería en una explanada con césped y altos árboles en el Parque Cruz Conde, frente a la Ciudad de los Niños. Desde aquí les animo a seguir las palabras con las que el maestro Won Kiew Kit termina una de sus obras: "practicar, practicar, practicar..."

En la última sesión de abril, se presentó Pepe Blancat, presidente, para hacernos entrega de los diplomas a los asistentes, agradeciendo su presencia en el curso. Acordamos también, para el próximo año, iniciar uno nuevo en el Club Gym Sierra. Después fuimos invitados a tomar unas tapas y refrigerio en nombre de Aceade.

Para mi, la experiencia con el grupo está siendo muy interesante y fructífera, pues además de transmitir y compartir mis conocimientos sobre el asunto, me permite recordarlos y sobretodo al practicarlos y, de manera egoísta, beneficiarme de su utilidad como vehículo de sanación. También, una oportunidad de compartir mi plena convicción, como afectado de espondilitis, de que el descubrimiento de los movimientos de este arte milenario ha sido uno de los mayores logros que he encontrado y, en su conjunto, me ha dado y sigue dando una gran calidad de vida. Desde esa convicción he ido desarrollándolos y adaptándolos dentro de las limitaciones que impone nuestro proceso anquilosante, intentando aminorar su evolución y, en el mejor de los casos, retroceda.

Tanto el Ch´i Kung como el T´ai Chi han sido estudiados científicamente por algunos investigadores y su potencial terapéutico "funciona" para cierto tipo de enfermedades, aunque debemos de tener presente que no son elixires "cúralotodo".

También, a su vez, estados de alegría, de gozo, de bienestar, de agilidad, de armonía y de serenidad que se obtienen con la práctica de estas disciplinas no pueden medirse con máquinas ni se pueden objetivar con la ciencia. Esperemos que la relación y el diálogo que se han establecido entre la tradición china y la medicina occidental nos beneficie a todos con lo mejor que las dos puedan incorporar.

Luis Rodríguez, socio fundador de Aceade

ACEADE EN LA 4º CONVOCATORIA DE LA COMISION DE PARTICIPACION CIUDADANA

Durante la mañana del día 14 de mayo se celebró en el H. U. Reina Sofía la 4ª Reunión de la Comisión de Participación Ciudadana, que estuvo coordinada por Julián Sanz García Sanz de Dionisio.

Asistieron delegados de 17 asociaciones y el Responsable del Servicio de Atención al Ciudadano, Alfonso Cepeda.

El delegado de ACEADE, Manuel Rodríguez, que representaba, también, a FEPAMIC expuso el programa de Accesibilidad Universal, y el Primer Premio de Investigación en Espondiloartropatías "José Román"

En el transcurso de la Reunión, Alfonso Cepeda como miembro responsable del Departamento de Participación Ciudadana del H.U. Reina Sofía, explicó las "Recomendaciones para las visitas a los pacientes ingresados, con las propuestas y logros alcanzados.

Manuel Rodríguez Jurado

ASAMBLEA EXTRAORDINARIA DE CONFEPAR

En Madrid tuvo lugar la Asamblea General de la Confederación de Pacientes Reumáticos (CONFEPAR), que se celebró el lunes, día 24 de mayo, para tratar la elección de nueva Junta Directiva.

Por ACEADE, asistieron el Presidente, José Blancat, y el Vicepresidente, Jesús de la Haza. Ambos participaron activamente en el desarrollo de la Asamblea, que eligió la única candidatura presentada, que estaba presidida por Antonio Torralba de AMAPAR (Asociación Madrileña de Pacientes de Artritis Reumatoide).

Jesús de la Haza

ACEADE
HUMOR
HLA-B·27
NOVEDAD 2.010
MUCHO H2º.
(PARA "EL GAZPACHO")
DIME DE QUE... PRESUMES Y TE DIRÉ DE QUE CARECES
VAYA POR DIOS ESTOS... ESPONDILIARTROPATAS CADA VEZ ESTAN "MAS SALIDOS"
...YO DE COCHES, NI ARMAS NO ENTIENDO.. PERO SIEMPRE CREÍ QUE "UNA BUENA CULATA" ES ESTO...
SE VENDEN
• PISOS AL 100x100
• COCHES 2X1
• TOMATES DE HUERTA
ESTA PAGINA VA DEDICADA A TODOS LOS QUE COMO "YO" NO PERDEMOS NUNCA EL HUMOR NI LA.... ESPERANZA
TRANQUILOS NO HAY PRISA
¿DONDE ESTA EL... BELEN?
LA PUTADA DE "UNTAL" Sª CALDEVILLA
EL SOCIO QUE YA PAGO Y... TENGA ESTE Nº
LE TOCO EL PREMIO DE: 2.000-€
...Y YO.. DANDO VUELTAS TODAS LAS MAÑANA PARA PONER LA "POSTURA"
...JODER CON LAS TERAPIAS ¿ESTO NO SERA CHIKUNG?
ESTO DE VER LA ESPONDILITIS DESDE OTRO "PRISMA".. Y VISTA "SOCIAL" ¿NO LO ENTIENDO?

PLATO DE CORDOBA

Manos de Cerdo "EL RAFALITO"

Ingredientes:

-3 kg. de manos de cerdo
-2 cebollas grandes
-3 tomates grandes pelados y troceados
-1 cabeza de ajos pelados y troceados en rodajas
-250 grs. de chorizo
-3 cornetillas
-1 cucharada con colmo de pimentón dulce
-1/2 cucharadita de pimienta molida
-1 vaso de aceite de oliva
-1 vaso de vino blanco
-1 vaso de agua
-sal
-azafrán en hebra

Preparación:

Lavamos bien las manos de cerdo utilizando para ello agua caliente y chamuscándolas si fuera necesario. Las partimos por la mitad longitudinalmente.

Colocamos en una olla a presión todos los ingredientes en crudo. Añadimos agua que los cubra. Cocemos durante tres cuartos de hora.

Sugerencia:

Debemos dejar reposar el guiso durante un mínimo de 12 horas antes de consumir.

Dedicado a todos los socios de buen comer, y en especial al presidente José Blancat, por su paladar exquisito y "yantar".

CUIDAMOS SU SALUD CON CALIDAD

DISFRUTE DE LO MEJOR

TARIFA ESPECIAL ACEADE

INSTALACIONES:

PISCINA CLIMATIZADA, GIMNASIO COMPLETO, SALA CARDIOVASCULAR, SALA DE MUSCULACIÓN, CIRCUITO EXPRESS, SALA DE SPINNING, SALA GIMNASIAS DULCES, SALA MULTIACTIVIDADES, PISTA DE PADEL, CAFETERIA.

SPÁ:

PISCINA CLIMATIZADA SALADA, JACUZZI, BAÑO TURCO SAUNA FINLANDESA, HIDROMASAJES VARIOS.

ACTIVIDADES:

PROGRAMAS DIRIGIDOS EN GIMNASIO, HIDROGIM, NATACIÓN ADULTOS, ESTIRAMIENTOS, STEP, PILATES, GIMNASIA ESPALDA, JUST PUMP, G.A.P., TONIFICACIÓN, SPINNING, CIRCUITO EXPRESS, BAILES DE SALÓN,

OTROS SERVICIOS:

GABINETE MÉDICO, GABINETE DE FISIOTERÁPIA, GABINETE DE DIETÉTICA Y GABINETE DE ESTÉTICA.

C/. Poeta Luis Cernuda 13 Urbanización. "El Tablero" (14012) Córdoba tlf. 957280711

WWW.CLUBGYMSIERRA.ES clubgymsierra@clubgymsierra.es