LA RESACCA

Revista bimensual de los usuarios de ADACCA Año III, número IX octubre 2017

LA RESACCA, revista elaborada por los pacientes del taller de prensa de la UED-ADACCA

Sumario

Merecidas vacaciones…….....	Equipo de Menores ….....	2
Mi humor no se entiende ……..	Manolo Rodríguez ……..	3
A un inseparable compañera……..	José Mª Carrillo ……..……	4
Donald Trump, ángel o demonio…….....	José A.Toro ……..	5
Me llaman Malfario…….……	Jesús Lucena……	7
Un antes y un después……	José M. García……..…	8
Ya se hacer un puchero me voy a independizar ……..	Emilio Plazas……..…	9
A Carlos Borrego Abuelo…….….	Karlos Borrego……..	10
Camino sembrado de flores…….	Antonio Aragón……..	13
Las cosas de Uan…….	Juan Almagro……..….	14
El miedo “te je quita”……...	Carmen Espejo…….	16
Mi experiencia en ADACCA……...	María Gámez……...	17
Qué bueno que llegaste …….……...……...	Mirian R. y David L. …….	19
La peluquería de Miguel ……...	Manolo Ragel……..….	20
Mi DCA …….……	Anabel Real……...	21
La pesca ……...	Manuel Gómez……	22
A un decorador de calles ……	José M. Carrillo ……..	23
Romancero marinero ……	José Delgado ……..……	24
Otra historia de superación…….....	Ramón Bárcena……..….	25
Asalto a las 8.00……...	José Antonio Toro……..….	26
Puede ser ……	Antonio Aragón……..….	28
ADACCA 4ever……..……...	Bernardo Agudo……	29
Mi mujer Noni……	Pepe Vélez ……...	30
Hala Madrid ……	Fran Sánchez……..….	31
El Bastinazo……	Karlos Borrego ……..….	33
Pasatiempos ……..	José Antonio Toro …….	34
Chistes ……..	Carmen Espejo……..….	35
Despacito ……	Guillermo Acevedo …….	37
Un adiós de estación ……..….	Julio García……	38
Día a día ……	Jesús Ruiz-Mateos……	39
Grupo de Apoyo Emocional para Ex usuarios de ADACCA…	Magdalena R. y José L…….	40
Tagore, teatro independiente ……	Juan M. García …….	41
La cocina de Reme ……	Remedios Leal……...	42
Nuevo local ……	Ángel Sánchez ……..….	43

Merecidas vacaciones

Equipo de menores

Por fin llegaron las vacaciones para nuestros menores. Ahora es el tiempo para descansar, disfrutar, jugar, ir a la playa y seguir creciendo. Este año ha sido muy especial, en junio de 2016, estuvimos en el parque de juegos Chiki-Park. Da fe la foto de la portada de la revista. Ya en julio, fue el evento en el Baluarte de Candelaria para recaudar fondos. A partir de ahí las familias han tenido más relaciones, se han apoyado entre ellas y las nuevas se han sentido acompañadas.

También este año los menores han disfrutado de proyectos nuevos. Se han beneficiado de una rehabilitación variada. La Asociación Amigo Mío intervino con perros y los chicos estuvieron tan implicados que para ellos un martes era un día especial. Pronto aparecieron resultados: desaparecieron miedos,aprendieron a tener responsabilidades y se modificaron algunas conductas.

Otro proyecto novedoso fue el Taller de Escenificación. Lo llevó a cabo un especialista francés de manera altruista. En el taller se trabajaron actividades cognitivas por medio del movimiento, y además aprendieron técnicas de relajación.

En la fecha de Halloween, Julio nuestro profesor de talleres consiguió activar la inteligencia creadora de los chicos. Hay grandes artistas entre nosotros que necesitan expresar y mostrar fantásticas obras. Prueba de ello, la tuvimos en los talleres de cocina. Las familias en varias ocasiones pudieron degustar ricas galletas de chocolate.

Mucho han trabajado nuestros menores en este periodo (2016-2017). Son un buen ejemplo a seguir, son grandes luchadores. Su vitalidad, sus risas, sus travesuras y su cariño incondicional hacia los profesionales hace que el tiempo de la terapia sea disfrutado por ambas partes.

Hemos terminado este periodo mirando hacia el futuro. Tenemos muchas expectativas. Por fin el proyecto sobre tener un espacio especializado de rehabilitación infantil deja de ser un sueño para hacerse realidad.

Todo hace indicar que después del verano comenzaremos en el nuevo local. Cruzaremos los dedos.

Os deseamos a todos a un feliz verano y en especial a nuestros pequeños luchadores.

MI HUMOR NO SE ENTIENDE

Escrito por Manolo Rodríguez

Las personas tenemos varios tipos de humor: el buen humor, el mal humor y el humor de perros. Entre el mal humor y el de perros, se encuentra el mío.
Pero vamos a lo que nos interesa. Cada país o cada continente tiene su forma de sacar a relucir el humor; por ejemplo, ALASKA: Tú cuentas un chiste en Alaska, dentro de un iglú y no se inmutan ni los pingüinos. Éste sin duda es el humor más frio. Luego tenemos otro más cálido, éste se encuentra en el SAHARA, es un humor más calentito está entre 45 y 50 grados, ni se te ocurra contar un chiste en el desierto, porque puede venir una víbora o un alacrán y hacerte una gracia... Por supuesto, que el humor más serio es el de RUSIA: ¿alguien ha visto alguna vez sonreír a Yeltsin? Creo que no, la primera y única vez que lo hizo aún no había nacido. El mejor humor es sin duda el de los actores americanos, les hacen gracia a todo el mundo menos a mí, recuerdo que mi humor es de perros.

Para finalizar hablemos del motivo por el que mi humor no se entiende. Es un humor que juega con la tergiversación de palabras, añadiéndole alguna parida y es ella, la parida, la que no llega a entenderse. Cuando yo digo "relajarse" hay algunas personas que se enfadan, esto es una simple parida, con la única intención de divertirme pero no conmigo mismo, no lleva otra intencionalidad. Si yo digo que Eufrágides es el marido de Obdulia comprenderán ustedes, ni deben pensar que yo pueda conocer a alguien que se llame ni Eufrágides y ni mucho menos de su partener Obdulia es lo que me faltaba. Para terminar hablaremos un poco del humor negro, pero el negro oscuro que es más fuerte que el negro normal. El que encabeza este tipo de humor es Miguel Gila cuando nos dice por ejemplo que nació solo y que cuando vio a su madre lo bronqueó diciéndole que sea la última vez que naces solo y mucho menos sin yo saberlo. Tiene otra historia que nos habla de cuando paró la guerra por falta de balas dijo, parad un momento y ahora seguimos. Otro representante de este humor pero en negro y blanco es Toni Rodríguez que nos cuenta que había tenido 3.000 vidas anteriores y una de ellas la tuvo en Belén y que había sido Guardia Civil en Belén, entrando en el portal dando patadas en la puerta y disparando como un Tejero cualquiera pero en Belén.
Bueno, termino porque reconozco que soy pesado y cargante, que lo soy, pero me voypues ya es de noche aunque que sea de día. Es que yo me acuesto temprano.
Besitos para todos y adiós.Hasta otra.

A una inseparable compañera

José Mª Carrillo

Mi silla de ruedas, ¡no se confundan! La vi por primera vez el día que recibí el alta médica en el centro hospitalario donde estaba ingresado tras sufrir un derrame cerebral.

Allí estaba.En un rincón del salón de mi casa.Al principio me pareciste fea y distante, pero poco a poco nos fuimos conociendo hasta hacernos inseparables.

En el tiempo que llevamos juntos (más de dos años), muchos son los servicios que me has prestado, muchos los momentos alegres y felices que me has hecho vivir.

Desde navegar en Catamarán por aguas de la bahía, hasta visitar y conocer monumentos y lugares históricos de la capital y localidades vecinas.

Pero cuando te miro, veo en ti la prueba de mi impotencia y discapacidad y, al mismo tiempo, la tabla de salvación que, como al náufrago, me lleva a la orilla.

Por todas las vivencias, me siento feliz y satisfecho de las mismas.

Agradezco y reconozco tus méritos,pero no puedo aceptar que los años que me queden por vivir, tengan que ser dependiendo para todo de tan servicial compañera.

Aunque como usuario, pienso que habría que levantar un monumento a este singular carrito en reconocimiento a los servicios prestados, a los que presta ahora, y a los que seguirá prestando a millones de discapacitados en todo el mundo.

"La vi por primera vez el día que recibí el alta médica en el centro hospitalario"

DONALD TRUMP ¿ANGEL O DEMONIO?

José Antonio Toro Pérez

Las elecciones presidenciales de EE.UU 2016, se celebraron el día 8 de noviembre.

Contra todo pronóstico ganó el republicano Donald Trump (304 votos) frente a la demócrata Hillary Clinton (227 votos), fue paradójico pues el primero tuvo 62.984.825 de votos frente a la segunda con 65.853.516 votos.

El 20 de enero de 2017 fue investido como el 45.° presidente de los Estados Unidos.

Todo el mundo pensaba que aquello sería el principio del fin, que era el anticristo y que el mundo acabaría pronto.

Una de las primeras cosas que hizo fue mandar la construcción de un muro entre su país y México, que costaba unos 8.000 millones de dólares (lo irónico es que los mejicanos han sacado una cerveza con la imagen de Trump vestido de mariachi).

Todo el mundo se echó las manos a la cabeza, pero no entiendo esa actitud (sobre todo la de los españoles) porque nosotros tenemos nuestro propio muro en las ciudades de Ceuta y Melilla, no es un muro como tal sino que es una alambrada.

La de Ceuta fueron repuestas por el Tercio de la Legión y por Cuerpos de Regulares en 1.996, y en 1999 comienza a sustituirse la valla de alambre de 2,5 metros de altura por otra de acero galvanizado, 3,10 metros de altura y reforzada con alambre de espino.

Son vallas paralelas de 3 metros de altura con alambres de púas encima, con caminos entre ellas para el paso de vehículos de vigilancia. Tienen videocámaras de vigilancia, etc.

La de Melilla comenzó a construirse en 1998, inicialmente era una sola valla y más adelante dos vallas paralelas de tres metros de altura. En 2005 se elevaron hasta los seis metros, 2006 reparaciones, 2007 se añadió un sirga tridimensional de 3 metros de altura entre ambas vallas y 2014 valla anti trepa. Los intentos de treparla se ven frustrados por las características retráctiles de su parte final. Entre la primera y la segunda existe un entramado a modo de tela de araña con cable de acero sin elementos cortantes, que ralentiza la maniobrabilidad.

DONALD TRUMP
¿ANGEL O DEMONIO?

Fue muy criticada la firma del decreto por el que se prohibía por 3 meses la entrada de refugiados e inmigrantes de varios países musulmanes como son Siria, Irán, Sudán, Libia, Somalia, Yemen e Irak.
Fue una decisión muy criticada pero a nadie se le ocurrió preguntarles a los familiares de las víctimas del 11-M.
Es verdad que se equivoca en las formas pero no en el fondo.
Los Poderes que gobernaban entonces (llámense públicos, económicos, etc.) necesitaban un monigote, un actor que fuera el malo malote de la película y encontraron en Trump al candidato perfecto.
Tuvo el valor de atacar una base aérea siria, lanzando un ataque por sorpresa contra el régimen sirio. 59 misiles Tomahawk alcanzaron el campo aéreo de Shayrat (Homs) en represalia por el bombardeo de armas químicas que acabó con 86 muertos, 30 de ellos niños. La decisión de abrir fuego contra las tropas de Bachar el Asad, rechazada hasta hace pocos días por Trump, supone un giro radical en la política de Washington en Siria y abre una posible vía de conflicto con Moscú, principal valedor del régimen.

También dijo que atacaría a Corea del Norte que vive bajo la dictadura de Kim Jong-un, por su programa nuclear.
Una de las últimas acciones de este tipo ha sido el abandono del Acuerdo de París contra el cambio climático, confirmó su decisión de sacar a su país del Acuerdo climático de París, tal y como prometió en campaña electoral y rompiendo el compromiso firmado por su antecesor, Barack Obama, con casi 200 países.

En EE.UU. tres periodistas de la estadounidense CNN, entre ellos el editor jefe de una nueva unidad de investigación creada por la cadena, han dimitido días después de publicar un artículo en el que informaban de la existencia de un vínculo entre personal de la campaña de Donald Trump y Rusia que posteriormente fue eliminado.

En fin, todo esto no ha hecho más que empezar. Quien sabe lo que nos deparará el futuro, algunos dicen que no llegará a cumplir su mandato, otros que será el culpable de la III Guerra Mundial, la pregunta la dejo en el aire, DONALD TRUMP ¿Ángel o demonio?

ME LLAMAN MALFARIO

Escrito por Jesús Lucena

Érase una vez un hombre que entró en el reino de ADACCA, allí conoció a unos de sus habitantes, el señor Dandy con el que comenzó a trabajar junto con otros compañeros en un piso, en el cual ocurrían cosas extrañas. Se caían objetos, las sillas se rompían y algunas grabaciones no salían en cámara, etc., etc.

Un día grabando un video a un compañero trabajando se cayó de una forma inexplicable, pero peor fue intentar ver el video, el cual no se encontraba, caso paranormal.

A la semana siguiente se averió el ascensor; por lo visto un cable se enganchó en la puerta y se rompió.

En una salida al supermercado para hacer la compra para el taller de cocina, un compañero andando por uno de los pasillos del "super" se acercó o apoyó a unas estanterías y ocurrió una medio catástrofe. Se cayeron los alimentos al suelo,

pero no pasó nada, seria porque por una vez, no estaba yo presente e incluso así el famoso señor Dandy me describe con el sobrenombre de "malfario" y desde entonces llevo cargando con ello.

Un antes y un después

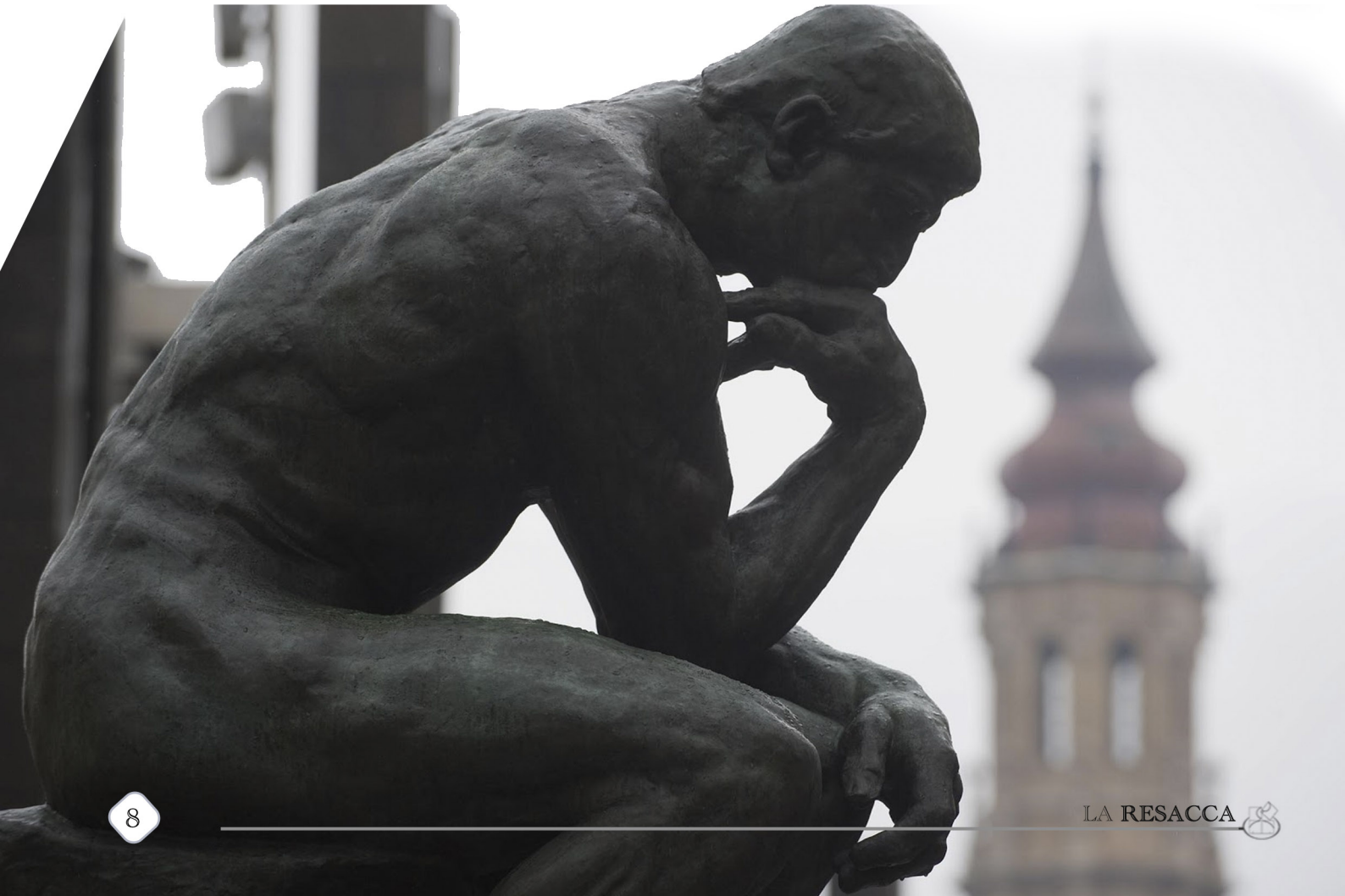
José Manuel García

Antes pensaba y al momento actuaba, no me paraba a pensar en las consecuencias que estas decisiones me podrían acarrear, algunas malas y otras, por mi mala cabeza, pero algunas de ellas marcaron mi vida.

Ahora con el ictus, todo se volvió más lento y es uno de los aspectos positivos que tiene esta enfermedad, que tienes tiempo para pensar y eso es lo que hago, pensar en cada uno de mis movimientos y sobre todo en aquellas decisiones que he de tomar y en su repercusión.

Todo ha cambiado con mi enfermedad y por eso creo que el tener más tiempo es positivo.

Antes soñaba despierto y pensaba dormido y ahora pienso despierto, porque los sueños me vienen cuando estoy bien dormido.



YA SÉ HACER UN PUCHERO, ME VOY A INDEPENDIZAR

Emilio Plazas

Siempre en casita que es donde tengo los útiles para cocinar.
Se puede hacer a fuego lento.
Con una buena cazuela.
Se introducen los condimentos necesarios.
Y a cocinar.
Que siempre es necesario saber un poco de todo.

Y aunque lo mío no es la cocina. Siempre es necesario caminar de la forma correcta y es necesario andar siempre hacia delante, que cuando caminas de espalda es cuando te caes. Siempre es necesario ir aprendiendo cada vez algo más y en casita es donde puedo cocinar mejor. Siempre es posible aprender algo nuevo.
Como ya sé hacer un puchero, ya puedo independizarme, es decir que si puedo cocinar ya lo tengo todo y no necesito nada y ya puedo defenderme.
Aunque la cocina no es lo mío. Vivir y aprender. Siempre es mejor que morir y desaparecer. Porque morir y desaparecer, cuanto más tarde mejor, porque al patio de los callados, no. Que vivir y aprender todo es uno. En fin, serafín, que siempre hay que avanzar en vez de retroceder. Porque avanzando es como mejor se vive. Y vida solo hay una y cuanto más larga mejor. Y ya no sé qué más decir ni contar, que para cuentos está el cuento de la buena pipa.

A Carlos Borrego ABUELO/PADRE/ PERSONA /AMIGO:

A mi padre.

No ha sido fácil empezar este relato, puesto que es parte de lo más personal y dentro de mí, pero es mi necesidad y después de mi experiencia con el equipo que trata mi daño cerebral adquirido(DCA), maravilloso equipo, me he lanzado a expresar lo que siento, pero que nunca me he atrevido a expresarlo, quiero hacerlo de la mejor manera que sé, desde el corazón. En el mes de abril cumplí cincuenta y cuatro años y este mes de mayo hace tres años que sufrí un ictus, por lo que he tenido tiempo más que suficiente para pensar en mi padre y la forma en que se fue de esta vida. Fue un 6 de enero de hace treinta años,tendría yo unos 23 años. Miro para detrás y recuerdo a una persona: amigo de sus amigos currante, padre de siete hijos y abuelo de dos nietas que lo hicieron muy feliz hasta que se marchó esa señalada noche sin decir adiós. Sus últimas palabras que recuerdo fueron: me voy a acostar que no me encuentro bien y estoy muy cansado, dos horas más tarde infarto de miocardio fulminante sin posibilidad de reanimación (fumador empedernido).

A partir de ese momento y sin ofrecerme yo, mi madre decide que me encargue de todos los trámites, tanto de papeles como de decisiones que le afectaban a toda mi familia, tampoco nadie dijo yo lo hago, esto me recuerda aquello de... un voluntario, tú mismo. Desde ese instante me hice mayor, responsable y también hoy creo que padre de familia de hijos mayores que yo, hermanos, puesto que todos mis hermanos en ese momento eran mayores yo ocupo el puesto cinco de siete hermanos. Tengo grabado en mi memoria recuerdos tan bonitos que de vez en cuando les narro a mis hijos algunas de sus fantásticas locuras que relato ahora:

Esta foto es un montaje que me hizo mi sobrino utilizando una foto suya de las ultimas que se hizo.

Gracias por este regalo.....Karlos Borrego hijo

A Carlos Borrego ABUELO/PADRE/ PERSONA /AMIGO:

A mi padre.

Otro 6 de enero de otro año mucho antes de su fallecimiento me levanto un día de reyes y me encuentro que mis reyes se habían olvidado de mí o eso creía yo, mi padre me dijo: no te preocupes y confía en mí. Yo lo hacía pero con catorce años me preguntaba, que podría haber pasado si yo no me portaba mal y mis notas sin ser excelentes tampoco eran malas. Transcurrido unos días, después de llegar de clase llegó ély me dijo: ¿qué tienes que hacer ahora? Nada lo que tú digas. Pues móntate en el coche y nos vamos, yo obedecí como siempre y lo esperé en el coche hasta que llegó, arrancó y sin saber dónde íbamos nos dirigimos dirección Arcos de la Frontera, lugar muy frecuentado por él, puesto que la mayoría de sus clientes residían en dicho lugar.

Cuando entramos en el pueblo, recuerdo que cada vez que pasábamos por esa calle yo me estiraba y sentía como mi cabeza subía un palmo para ver una tienda muy grande, de bicicletas. Paró en la misma puerta y una vez dentro de la tienda me dijo, mira las bicicletas, piénsatelobien y dime cual te gusta más que nos la llevamos.

A dos pasos de mí estaba ella: una BH verde y blanca de carreras impresionante y le dije ésta.

Lo de pensarlo bien seria en otro momento porque en ese momento solo pensaba en meterla en el coche de mi padre y llegar a casa para probarla y enseñársela a mis amigos.

Al cabo del tiempo me comentó mi madre que lo hizo de esa manera porque le dejaron de pagar unas comisiones de unos vehículos que él había vendido y en ese momento no podía ponernos reyes a todos y pensó que yo lo entendería, más tarde así fue y esas cosas difíciles, le hacían muy grande.

Otro recuerdo es cuando compró la primera tele en color. Llegó como cada tarde, aparcó en la puerta y tocó el claxon en señal de que había llegado, salí corriendo para saludarlo y después de darle un beso me dijo: no digas nada, llama a tus hermano y a mamá que os tengo una sorpresa, yo por más que miraba solo veía una caja grande tapada con un trapo. Cuando salieron todos, nos dijo, ayudarme a meter esta caja para dentro. Una vez dentro y situada en el suelo la destapó, ¡guau! era un televisor telefunke de 28 pulgadas en color, pero lo más sorprendente fue que dijo la vamos s poner junto a la ventana, la giramos hacia afuera y dejamos que los vecinos y críos de la calle puedan verla, dicho y hecho.

A Carlos Borrego ABUELO/PADRE/ PERSONA /AMIGO:

A mi padre.

Mi casa durante ese verano parecía un cine donde se agolpaban los niños para ver la película de turno que normalmente, era de romanos o un western de indios y vaqueros porque en aquellos tiempos no había TV por cable y solo dos canales.
Otra vez se convirtió en mi héroe.

Creo que sigo enfadado con él por la forma en que, como y cuando se fue. Después de tantos años hace solo tres, el día de mi DCA creo firmemente que fue él, quien me dio fuerzas y ganas para luchar. Salir adelante y poner todo de mi parte para que cuando llegue mi día no me deje cosas pendientes importantes como la de ver crecer a mis hijos.

Me ha regalado también por sorpresa una vez más estos tres años. Tiempo junto a mi familia. Ahora le doy las gracias por ver amanecer cada día y haberme dado este último regalado.
Creo que ya no estoy enfadado por eso me río cada vez que puedo y solo le doy importancia a lo realmente importante.
A CARLOS Borrego de su hijo Karlos.

CAMINO SEMBRADO DE FLORES

Antonio Aragón

Esto es lo que dice el pasodoble Chiclanero de los maestros Luis Vega, Rafael Oropesa y Antonio Carmona; canción que popularizó Angelillo, en un disco Manolo Escobar la grabó, y en uno

Ahora en invierno no es como dice la canción: "De Cádiz para Chiclana, camino sembrado de flores": está lleno de vinagrillos, una planta espontánea que crece en todos lados. No es delicada, nace en terreno salobre o muy pobre y sus campanitas color amarillo limón, copan todos los muros de las salinas -hoy en día abandonadas- y las cunetas de las carreteras, dando un toque de color uniforme. Si no veríamos el del barro y el asfalto, o los escombros que tira la gente por todos lados, sin importarle que estropee el ecosistema.

Ya en verano cambia de color con otras flores.

Las cosas de Uan

Juan José Almagro Cabrera,
el chico para todo

Hace ya un mes que, como muchos antes que yo, se terminó mi estancia de prácticas en ADACCA.
Entre muchas, una de las cosas que más me llamaron la atención fue el trabajo que se realiza con la RESACCA, un lugar donde expresar lo que uno quiera y sienta, un lugar donde plasmar la experiencia de cada uno con sus condiciones, un lugar donde poner con palabras y mostrar las reflexiones que cualquiera que lo desee puede hacer público. Un proyecto iniciado con ilusión para dar voz a todo eso que nos ronda o simplemente para informar, así que cuando los compañeros del taller de prensa me propusieron que escribiera un artículo para ella... me hizo muchísima ilusión, y entre una mezcla de vergüenza y

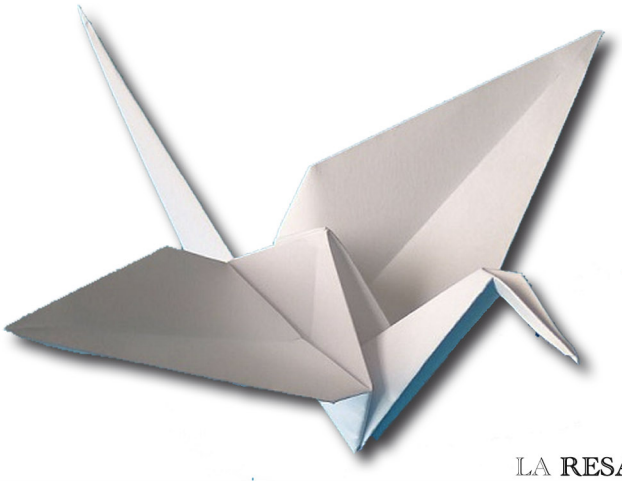
He estado unos 4 meses en el centro haciendo prácticas como neuropsicólogo, y sin lugar a dudas, puedo afirmar que la imagen normal que seguramente se tenga de mí es una totalmente distinta: con un portátil, en una esquina solo con un fajo de folios metiendo números en tablas durante horas, siempre de camisa negra o de colores oscuros.

Siempre dispuesto a todo y de un lado para otro: me podríais haber visto perfectamente tirado en el suelo apretando los tornillos de una mesa, en un ordenador preparando trabajo o arreglándolo, echando una mano/asistiendo/aprendiendo/siendo partícipe de algún taller, ayudando a preparar la RESACCA, moviendo material, descifrando el horario... vamos, me gusta pensar que he estado para hacer todo lo que he podido.

Alguna vez me han llamado "chico para todo" y eso me enorgullece porque me gusta ser útil, de hecho, por favor no os cortéis por mí, ¡seguid haciéndolo!

No soy una persona que le guste regalar el oído, y con el riesgo de sonar cliché, de mi estancia me llevo unos recuerdos muy buenos y una experiencia invaluable. He podido conocer a personas que me han aportado bastante a nivel personal y profesional, como por ejemplo, formas de trabajar que desconocía y perspectivas de vida que cuesta encontrar fuera de este ámbito. Aún tengo un largo camino por delante, pero puedo asegurar que mi tiempo en el centro supondrá un punto de inflexión en mi carrera profesional, porque aparte de haberme dedicado a todo, he podido darme cuenta de algunos puntos débiles que tenía respecto a esto y a los que voy a tener que dedicarle un poco más de esfuerzo para suplir.

También me gustaría dar las gracias a todos por aceptarme tan rápido en el centro, creo que no soy el único prácticum que ha pasado por aquí (que somos muchos y muy cambiantes) que puede afirmar que sentimos que desde el primer momento se nos acoge y se adaptan a nuestra presencia con mucha velocidad.
Y sin más voy a ir despidiéndome, que esto parece más una carta que un artículo... y hablando de despedidas, se me dan realmente mal, no me gustan nada de nada... pero tampoco es cuestión de desaparecer sin más, ¿no?. Cuando terminó mi último día y comencé a despedirme de todos, por unas cosas u otras, me quedé con las ganas de hacerlo de mucha gente. ¡Culpa mía! Aunque supongo que ésta es otra de "Las cosas de Juan".



EL MIEDO "TE JE QUITA"

Yo no soy una persona miedica, nunca lo he sido. Siempre que los demás no hacían algo porque les daba miedo, lo hacía yo.
Soy una usuaria de ADACCA que cuando me dio el derrame cerebral perdí el equilibrio. Voy a todos lados con andador, pero siempre bajo supervisión.
Me van a quitar la supervisión. Por un lado estoy muy contenta, pues eso me da mucha independencia, ya que puedo ir dónde quiera y cuándo quiera sin tener que esperar a que los demás puedan.

Pero por otro tengo mucho miedo pues me puedo caer y a va ser peor el remedio que la enfermedad.

Pero tengo que coger al toro por los cuernos sino nunca se me va a quitar el miedo.

Carmen Espejo Cubero

Mi experiencia en Adacca: Destino.

María Gámez

El título que he elegido para este artículo es sencillamente la mejor manera de definir mi paso por ADACCA.

Cuando el último año de carrera tuve que elegir sitio para la realización de mis prácticas, no tenía ni idea de la existencia del centro, puesto que en la carrera, del daño cerebral adquirido (desgraciadamente) se habla más bien poco.

Después de meses intentando encontrar un centro acorde con mis intereses y gustos, y tras muchos intentos fallidos, un buen compañero de carrera me comentó que él iba a realizar las prácticas en ADACCA Cádiz, y por qué no decirlo, como estaba un poco desesperada ese mismo día fui a preguntar junto con mi compañero si había un sitio allí para mí también.

Desde el primer día noté un clima especial, no solo por las ayudas y facilidades que me encontré por parte del equipo, sino también por el "buen rollo" que desprendían muchos de los usuarios del centro, aunque también decir que entender el funcionamiento del famoso horario no fue tarea fácil, me costó días y días de esfuerzo y comederos de cabeza.

Poco a poco me iba sintiendo como una más, tanto que mi último día como prácticum tenía muy claro que no me podía ir de allí fácilmente, sentía que yo podía aportar un granito de mi tiempo y más importante aún, que ellos me aportarían muchísimas cosas a mí, por lo que decidí empezar mis días como voluntaria

Mi experiencia en Adacca: Destino.

María Gámez

Poco a poco me iba sintiendo como una más, tanto que mi último día como prácticum tenía muy claro que no me podía ir de allí fácilmente, sentía que yo podía aportar un granito de mi tiempo y más importante aún, que ellos me aportarían muchísimas cosas a mí, por lo que decidí empezar mis días como voluntaria. Mis primeros días estuve un poco en todos los sitios donde hacía falta, desde la playa hasta el piso, pasando por salidas de ocio, pero personalmente para mi uno de los mejores sitios, donde he pasado y paso mi mayor tiempo como voluntaria es en el taller de arte, ese lugar tan especial y olvidado a la vez. Allí he podido descubrir otro lado de la rehabilitación, igual de importante que el resto de áreas que componen el centro; la creatividad, la concentración, la motivación…procesos importantísimos y fundamentales en el objetivo último del taller.

De las cosas más especiales que me llevo de allí es poder ver la cara de satisfacción tras ver sus trabajos terminados, el ambiente tan acogedor y de confianza que se respira con esas charlas improvisadas, la originalidad de cada idea o disfraz que se les ocurre para cada fiesta, como el famoso disfraz de ostra para la fiesta de carnaval y las ganas que transmiten cuando piensan en sus futuras obras; como no destacar obras tan especiales para mí como los famosos relojes del paso del tiempo de Dalí o las barquitas de la caleta que tanto nos gustan a todos.

Para ir terminando, quiero dar las gracias en nombre de todos los voluntarios que están y de los que no, a cada uno de vosotros por abriros como personas, aunque muchas veces no sea tarea fácil puesto que somos muchos los que pasamos por aquí "vamos y venimos", pero os aseguro que dejáis en cada voluntario valores importantísimos, y sobre todo las ganas de seguir luchando.

¡QUÉ BUENO QUE LLEGASTE!

Sergio…recuerdo como hace unos meses, todos lloramos tu emotiva despedida, aunque en nuestro fondo, sabíamos que no era la última vez que nos veríamos.
De repente, sin esperarlo, apareces como un soplo de aire para refrescar nuestro verano con tu sonrisa y tu alegría.
Cuando nos enteramos de tu llegada, todos te esperamos emocionados, des
eando saber cómo habían transcurrido estos meses en Sevilla.
Nos sorprendes recordando cada uno de los nombres de nuestras mascotas, hijos, familiares… ¡¡Vaya memorión!!

Nos ha encantado ver que todo te va genial y que sigues luchando por superarte cada día.
Hay personas que dejan huella y tú eres una de ellas. En esta ocasión, la sensación es la misma. Emoción por despedirte y deseo de que vuelvas muy muy pronto.
Ha sido todo un placer volver a trabajar contigo. Sabes que en ADACCA siempre tendrás abiertas las puertas y nuestros corazones.

Escrito por Miriam Romero. Neuropsicóloga de ADACCA y David Lucena. Fisioterapeuta de ADACCA.

“LA PELUQUERÍA DE MIGUEL”

Manolo Ragel

Para los que no lo sepáis, hay un taller de Terapia Ocupacional con Miguel el T.O. que consiste en que entrenemos actividades básicas de la vida diaria como es el autocuidado.

Ahora estamos entrenando EL AFEITADO.

En el taller, somos cuatro personas: Carrillo, Manolo Rodríguez, Diego Moreno y yo, Manuel Ragel. Como nos ponemos delante del espejo con todas nuestras cositas delante para afeitarnos, lo llamamos “La peluquería de Miguel”. Nos lo pasamos bien, porque al estar todos juntos mirándonos al espejo y viendo cómo se equivoca uno y otro, nos reímos de nosotros mismos.

Al principio, por ejemplo, me pasaba una cosa muy curiosa. Cada vez que cogía la crema de afeitar, ¡me la metía en la boca! ¡¡¡Pero era sin querer, yo no queríaaa!!!

La primera vez que me vio Miguel, se asustó un montón y ¡¡corriendo me quitó el bote de la mano!! Desde ese momento, yo le hacía a Miguel la broma de ponerme la crema en la boca y a hacerle el gesto de meterme el bote en la boca como si fuera un bote de nata montada.

Quiero aprovechar para agradecer a mis compañeros todo lo que hacemos, los buenos ratos que echamos juntos y a Miguel por ponernos juntos, por ayudarnos y... por quitarme la crema de la boca!!

MI DCA

Mi problema fue, que en un momento determinado de mi vida me quitaron un quiste coloidal del hemisferio izquierdo del cerebro y lo pasé muy mal, igual que el resto de mi familia. Mi madre no sabía a quién recurrir, pero gracias al buen equipo médico que tenía s e portaron muy bien conmigo.

Estuve en psicólogos, amén de otros profesionales sanitarios, donde asistía diariamente a Jerez de la Fra. y así poco a poco me fui recuperando.

Actualmente estoy en este centro llamado ADACCA que gracias al buen equipo que lo forman, me ayudan todos muy bien y nada más, un abrazo para todos de una paciente del centro llamada Anabel Real.

LA PESCA

La pesca es una distracción para el hombre, también se puede vivir de ella.
En la bahía de Cádiz se cogen varios tipos de pescado, por ejemplo la caballa, el lenguado, el boquerón, la dorada, el pulpo…
A mí me gusta pescar en la muralla del Campo del Sur, con gusanas, con muergo, con queso, con cangrejito, con camarones...
La mejor hora para pescar es la noche porque está más silencioso y se acercan más los pec-es.El pescado más grande que he cogido en mi vida fue un pargo de 5 kg. Hace 40 años lo co-mimos juntos en casa con la gente.

A un decorador de calles mañanero, mi amigo José Vélez.

Cuando recalé en ADACCA, en la primavera del año 2.015, llegue al centro cargado de reservas y temores ante una institución que me era totalmente desconocida y que me imponía el simple hecho de mencionar su nombre, "ADACCA". No me digan que no se las trae el nombrecito. Pero temores y reservas fueron desapareciendo progresivamente propiciado por el ambiente tan amigable y familiar que se respiraba en el centro, tanto en el trato entre los profesionales como el de éstos con los usuarios.

Este ambiente, como ya he dicho, fue lo que más me impresionó a mi llegada, pero he de reconocer que hubo otro hecho que llamó mi atención, que fue escuchar un día tras otro la voz de un personaje que me recordaba a los vendedores ambulantes anunciando sus productos por las calles, así una y otra vez decía; "ya está aquí el DANDY MAÑANERO en peligro de extinción, el pez limón..." así a cualquier hora y en cualquier lugar: sala de fisio, comedor, baños, etc.
Los días pasaban y yo cada vez sentía más curiosidad por conocer al dueño de aquella voz que, insistentemente, nos machacaba con sus chascarrillos fantásticos y sus burlonas historietas.

Pero por fin, un día cualquiera, le puse cara a tan popular voz, entonces, me propuse conocer mejor a nuestro personaje. Y empecé a estudiar y observar su comportamiento con el personal del centro, profesionales y usuarios. Así como procuré mantener frecuentes conversaciones con él sobre diferentes temas a fin de poder alcanzar un mayor conocimiento sobre su persona.
Casi sin darme cuenta, llegó el día en que descubrí al verdadero José Vélez, el que se escondía detrás de aquella fachada de charlatán empedernido que es una persona muy sensible de corazón noble, amigo de sus amigos siempre dispuesto a echar una mano a cualquiera que lo necesite.
Desde entonces, mantenemos una sana amistad basada en el mutuo respeto y la confianza.
Actualmente, nuestro Dandy continua con sus "Velezidades" entre la fantasía y el esperpento, contento y feliz con la conciencia muy tranquila pues, según dice, ni hace daño ni ofende a nadie con su proceder.
Por mi parte, valoro y aprecio su amistad que espero seguir disfrutando junto a su gracejo gaditano durante mucho tiempo.

ROMANCERO DEL MARINERO

José Delgado

Soy marinero español,
marinero de la armada
que tuvo más poderío
sobre el azul de las aguas.
Las tierras de un nuevo mundo
nacieron para mi patria.
Y las estrellas del cielo
y la arena de las playas,
y hasta los rayos del sol
nuestro esplendor envidiaban.
Todas las olas del mar
besaron naves de España;
y todos los continentes
saludaban su arribada.
Estaba el agua orgullosa
del bajel que reflejaba,
si ondeaba el pabellón
de Castilla, entre las jarcias.
Era un trono cada nave
del más potente monarca;
era un palacio español
en la flota cada Alcázar,
edificado de encina
sobre la mar de esmeralda;
y oro llevaba la espuma
que sus estelas rizaban.

Eran las nubes del cielo,
de pólvora de andanadas
que tronaran los cañones
de los navíos de España.
Frente a sus velas temblaron
extranjeros y piratas;
y aún lleva el viento los nombres
del Bravo Roger de Lauria;
del Marqués de Santa Cruz,
de Oquendo, de Juan de Austria,
de Lezo, de Mazarredo,
de Barceló, de Tejada;
del Marqués de la Victoria,
del Marqués de la Ensenada,
de Churruca, de Gravina…
de tanta figura hidalga;
de tanto noble marino
que hicieron grande a la Armada.
Ya no recorta el cielo
las velas de las fragatas
ni los pesados navíos
Se mecen sobre las aguas:
ni gimen los cabrestantes
ni silba el viento en las jarcias
ni rechinan las cadenas
ni se columpian las anclas
sobre remotas bahías
frente a las costas lejanas.

UNA HISTORIA DE SUPERACION

Ramón Bárcena

Cisco García, un cordobés en la cumbre del tenis nacional sobre silla de ruedas. La vida nos plantea diversos infortunios que debemos estar preparados para superar. Cisco García un cordobés de 35 años, sufrió el 28 de diciembre de 2015 un accidente practicando snowboard que le dejo en silla de ruedas. Le marco su estancia en el hospital de parapléjicos de Toledo cuatro meses que le hicieron cambiar la mentalidad tras ver el estado de pacientes tetrapléjicos "yo podría estar igual porque me mantuve 10 metros en el aire y haber caído en la zona del cuello o una lesión más alta" por ello reconoce que no tiene derecho aquejarse y cree fervientemente en la posibilidad de una futura recuperación y el tenis tiene gran culpa en esta historia de superación. Empezó a formarse con la fundación Emilio Sánchez Vicario mientras aún estaba hospitalizado.Fue tal su mejoría que recortó los plazos para volver a casa y ponerse a entrenar. Por las mañanas ejerce la abogacía. Ya en casa sigue el trabajo "estoy convencido de que saldrá la cura". Actualmente ocupa el puesto 353 del mundo y el 15 de España; su ascenso clasificatorio comenzó gracias a la final de consolación que disputó en Portugal y el campeonato de España por CCAA donde representó a Andalucía. Actualmente se prepara para los próximos juegos paraolímpicos donde cuenta con serias posibilidades de medalla. MUCHA SUERTE CISCO.

ASALTO A LAS 8

Escrito por José Antonio Toro Pérez.

7:45 de la mañana, esperando en la parada al transporte de Adacca, hace frío, no porque yo lo tenga sino porque veo a la gente que pasa por mi lado muy abrigada, yo como siempre tengo frío y calor a la vez,por eso no tengo esa sensación de frío que tienen todos.

Por fin llega el transporte,se ve la furgoneta a lo lejos, llega, se abre la puerta de atrás y sale el auxiliar dando los buenos días, como siempre, indicándome que me siente delante, al lado del conductor. Pues detrás no hay sitio debido a que llevamos a un compañero que necesita permanentemente alguien a su lado.

Todavía queda por recoger a dos usuarios, cuando llegamos a recoger al último, el auxiliar le indica a otro compañero que también pase delante y se sienta a mi derecha.

Parecemos un cuadro, la furgoneta con los cristales tintados, el conductor con unas bragas en el cuello y un gorro de lana en la cabeza (sólo se le ven los ojos), y yo con parche en el ojo parecemos la banda del "Vaquilla".

Ya estamos todos, arrancamos y salimos de allí.

Queremos buscar un banco o una joyería pero viendo la hora que es lo mejor será buscar una gasolinera.

Avanzamos por la carretera dirección Cádiz y no tardamos en encontrar una, entramos en ella como si fuéramos " El Equipo A".

Dejamos al conductor en su sitio con la furgoneta arrancada, los demás nos dirigimos para dentro, pistola en mano, nos colamos todos en el Autoservicio para llevarnos la caja registradora cuando se escucha la voz de nuestra compañera que dice: "uiuiuiuiuiuiuiuiuiuiuiu, Pepe no te comas las chuches, que hemos venido a por el dinero, no a comer", a lo que Pepe responde con la boca llena de gusanitos: "¿nos vamos ya?"

Terminamos el trabajo y nos dirigimos a la furgoneta, a paso lento, (parece que vayamos a cámara lenta). Nos subimos todos en el vehículo y salimos pitando de allí.
Estamos llegando y hay un control en la esquina de la calle Algeciras con la avenida Alcalde Sánchez Cossío. Está todo lleno de policías, incluso está Manolito Santander con la familia Pepperoni, apuntándonos con una metralleta hecha con un salchichón y una lata de caballa.
A punto de chocar con ellos, (el conductor no tiene intención de frenar), el golpe es inevitable.
PLAFFFFF

En un segundo hemos atravesado el control policial, vamos por la calle Algeciras, en la radio de la furgoneta suena la canción de los Chichos "Yo el vaquilla", pasamos el Tanatorio y llegamos a la Avenida Ronda de Vigilancia, desde allí vemos la calle Eslovaquia y el centro ADACCA. Aparcamos y paramos el motor...
Todo ha sido un sueño. Se acabó el asalto a las 8.

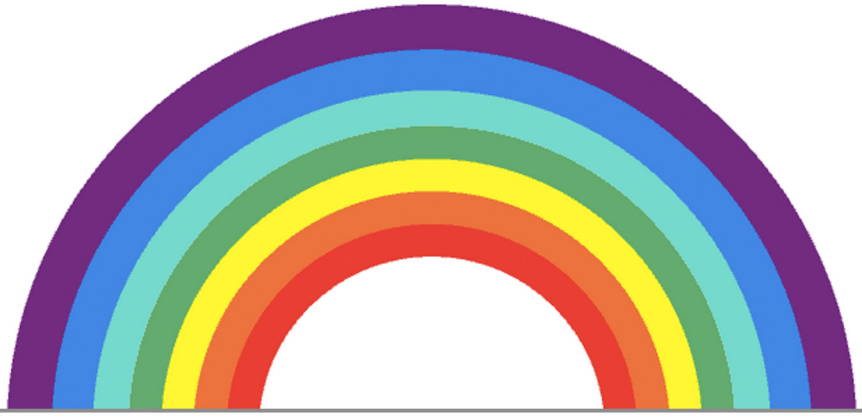
Quisiera dar las gracias a las siguientes personas:
A Karlos Borrego, usuario y compañero (por la idea de este artículo).
A su mujer, Ana Erdozain, (por la foto).
A Ramón Bárcena, usuario y compañero (por la idea del título).
Y a los miembros del Equipo de Transporte de Jerez Dani y Edu (por su inestimable ayuda).

PUEDES SER
Antonio Aragón

Planta tus pies en el suelo
es verano y no hay nubes.
El camino es de rosas
de rosas con espinas.
Que con la prisa de construirlo
No se la hemos quitado.

Mete tus pies en el agua
El rio está claro.
Agua cantarina
Con bellos sonidos,
No te fíes, ve con cuidado
El rio también arrastra,
tiene corrientes y cascadas.

Pon tus pies en el aire
¡Con cuidado! lento, lento,
Puedes conseguir
Lo verás todo mejor, diferente.
Es bello pero no real.
Pon tus pies en el suelo
Y podrás hacerlo todo...



ADACCA 4EVER

Me llamo Bernardo. Entré en ADACCA de paciente en el año 2000, tras un TCE y todavía sigo viniendo cada día después de 17 años. Que se dice pronto.
Me han ayudado tanto en este tiempo que ahora soy voluntario de la asociación. Mi labor consiste en estar pendiente en todo momento de mis compañeros por si alguno me necesita. Pendiente para que no se caigan, dándoles los buenos días a todos y agradándoles su estancia diaria en la UED. Otra misión importante es clasificar las tareas cognitivas de cada usuario y guardarlas en sus carpetas correspondientes. También voy a comprar lo que haga falta en el momento que sea, como café, pan, fruta, etc. Como yo bebo mucha agua, les recuerdo a mis compañeros que hay que beber y les lleno el vaso del tirón. Y reparto los cafés en la sobremesa. Me encargo de dejar apagados los aires acondicionados y cerrar todas las ventanas y puertas al irnos.
Por otro lado, no dejo de vigilar a los nuevos que entran en el equipo (voluntarios y/o prácticum) y si hay alguien que no me entre por el ojo, y no trate bien a los usuarios, lo comunico en dirección de inmediato. Porque para nosotros es importante sentirnos a gusto y en familia, como yo me he sentido siempre en ADACCA.
Si algún día falto porque estoy enfermo, me entra nervios y me pongo más malo por no poder atender a mi trabajo.
Sin duda, no voy a dejar de venir nunca ni desatender mis obligaciones hasta que no pueda más, hasta que mi cuerpo no responda. Mientras que me de fuerzas Dios, seguiré viniendo.

Llevo aquí tanto tiempo, que si bajas al bar y pides un “bernardito”, te dan mi desayuno preferido, la tostá de jamón serrano y queso.

Bernardo Agudo

mi mujer Noni

Cuando nos conocimos, éramos jóvenes con muchas ganas de disfrutar y vivir el día a día.Como si el mañana no existiera.
Yo desde el primer día sabía que estábamos hechos el uno para el otro. Teníamos todo para triunfar en este planeta llamado tierra.Éramos atractivos y jóvenes, teníamos salud y trabajo.
A los pocos años de estar de novios decidimos que había llegado el día de casarnos. Pero está visto y comprobado que en vida no se puede tener todo. Hace 3 años yo caí malo con un derrame cerebral y ahí estaba Noni para darme de todo. DURANTE AÑO Y MEDIO fue mis manos y piernas, llevándome en silla de ruedas a la calle porque Noni sabe que la calle y la tierra de un bar es mi pasión. Iba al mercado todos los días, me daba ánimo, me decía Pepe tu eres joven y vas a volver a caminar.Noni ha sido un gran apoyo en mi recuperación, por eso gracias Noni. DANDY en exterminio
Visto y comprobado.

HALA MADRID

EN ESTA SECION HABLAREMOS SOBRE SERGIO RAMOS

CARASTERISTICAS DEL JUGADOR:
POSICION: Defensa
LUGAR DE NACIMIENTO: Camas (Sevilla)
AÑO DE NACIMIENTO: 30/03/1986
PESO: 75 KG ESTATURA:1,83M
SU LEMA: "UN JUGADOR DE CARÁCTER Y COMPROMETIDO CON MI CLUB"

Su garra y desparpajo le convirtieron en jugador revelación dela liga en la temporada 2004-2005. Por aquel entonces vestía la camisa del Sevilla, en cuya cantera se formó. Su enormecalidad no pasó desapercibida para el Real Madrid, que se hizo con sus servicios ese mismo verano. Desde que aterrizo en el conjunto blanco, Ramos ha sido uno de los referentes de la defensa, alternando las posiciones de central y lateral derecha. Siempre ha sido un ejemplo de trabajo, compromiso y proyección, lo que le ha convertido en elcapitán.Sus cualidades defensivas se complementan con su rápidez, potente disparo y olfato goleador. Su sobriedad en la zaga también le hace indiscutible en la selección, con la que debuto con tan solo 19 años defendiendo el escudo español. Fue uno de los protagonistas del combinado que conquistó el mundial 2010 y las Eurocopa 2008 y 2012.

HALA MADRID

EN ESTA SECION HABLAREMOS SOBRE SERGIO RAMOS

3 Champions league	2 Copa de Europa de selecciones nacionales
2 Copa mundial de clubes	1 Campeonato de Europa sub-19
2 Supercopa de Europa	1 Balón de oro del mundial de clubes
4 Liga	7 Once mundial FIFA fifpro
2 Copa del rey	1 Mejor jugador de la final de la champions
2 Supercopa de España	1 Mejor jugador de la supercopa de Europa
1 Copa del mundo de selecciones	

Estoy contento porque el Madrid ha ganado la liga y Champions league,que son los torneos más constantes. La plantilla ha estado espectacular este año, los jugadores que más me han gustado son Ronaldo, Sergio Ramos, Asencio e Isco. Por ultimo: "Piqué cabrón, saluda al campeón".

Un saludo, Fran.

El Bastinazo

columna gastronómica

Carlos Borrego

SHERRY GOLF JEREZ

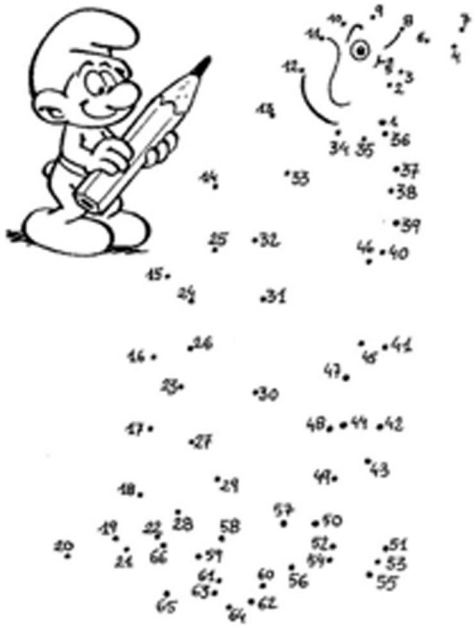
Sherry Golf Jerez se trata de un club de golf cerca de mi casa, el cual se ha convertido en mi cuartel general, por varios motivos: * por comodidad, puesto que cuando quedo con alguien para tomar algo es obligado pasar cerca de la puerta de mi casa, por ello no desvío a nadie del recorrido hasta el club.* accesibilidad, algo tan importante para nosotros los hemiplépicos, como yo puesto que desde la misma entrada carece de barreras arquitectónicas* fácil aparcamiento, amplio y señalización de parking para vehículos con personas de movilidad reducida, aunque yo, suelo bajarme en la misma puerta principal mientras la persona que me acompaña aparca el coche. Y me dirijo para la mesa, los baños por supuesto también adaptados y amplios, este lugar cuenta con varias zonas dentro de todo el club la entrada grande, con buena luz natural debido a una cúpula de cristal en el centro de la misma, a la derecha hay una tienda de suvenir con artículos relacionados con el golf, pasada la entrada principal asedemos al salón restaurante con una amplia barra que conecta con otra sala por si no te apetece estar en la terraza o el tiempo no acompaña, aunque la sensación sea la de estar fuera puesto que esta acristalada toda entera y desde la misma se puede observar todo el exterior de un verde intenso que te transmite paz y serenidad. Debido a lo amplio del mismo cuenta también con varios salones para eventos y celebraciones privadas y aunque no lo parezca por mi descripción del lugar. Como exclusivo y lujoso he de decir que los precios del mismo son semejantes a los de cualquier bar de la zona sur de Jerez yo diría que es un lugar muy recomendable para visitar, tomar un café, una cerveza e incluso almorzar o cenar.

PASATIEMPOS

N	C	N	J	E	R	K	B	F	K
O	J	U	X	I	E	U	J	M	Y
N	A	L	Ñ	O	S	M	P	R	M
R	M	A	N	M	F	E	M	F	E
E	I	T	A	A	E	T	E	M	T
T	O	I	L	X	N	A	T	A	A
S	M	P	U	I	O	C	M	N	T
E	O	I	C	L	I	A	O	D	A
N	P	C	I	A	D	R	I	I	R
O	L	C	V	R	E	P	D	B	S
R	A	O	A	Z	S	I	E	U	O
E	T	R	L	B	N	A	S	L	V
P	O	Y	C	H	R	N	Q	A	A
W	E	C	Z	L	H	O	Y	C	V
U	O	L	L	I	T	R	A	M	R

CLAVICULA
ESFENOIDES
ESTERNON
ETMOIDES
MANDIBULA
MARTILLO
MAXILAR
METACARPIANO
:TATARSO
)CCIPITAL
/IOPLATO
PERONE

Unir los puntos



LOS CHISTES DE CARMEN

Estaba Dios poniéndoles nombre a los animales.

Tú te llamarás león, tú burro, tú hormiga, tú camello, tú cocodrilo...

¿Yo cómo? Tú burro.

Tú delfín, tú mariposa, tú colibrí, tú mono...

¿Yo cómo? Tú burro.

Tú jirafa, tú caballo, tú merluza, tú tigre...

¿Yo cómo? Tú burro, imbécil.

Ahora que me estaba aprendiendo el nombre, vas y le pones apellido.

- - - - - - - - - - - - - - - - -

Se encuentra un negro el pasaporte de Leonardo Dicaprio y le cambia la fotografía.

Va a pasar la aduana y le dice el cabo al sargento.

Mi sargento, el Titanic ¿se hundió o se quemó?

- - - - - - - - - - - - - - - -

Un mariquita que se muere su madre y dice:

¡Ay, llévame contigo! ¡Ay, llévame contigo!

Y cuando cierran la tapa le pillan la corbata.

Y dice: ¡Ay, que todo te lo tomas en serio!

- - - - - - - - - - - - - - - - -

Dos mariquitas que están haciendo la mili y se muere la ma

otro yo se lo digo de manera muy sutil.

Oye mariquita si se tuviera que morir una madre que preferirías ¿qué fuera tu madre o la mía?

La tuya.

Pues chínchate, que ha sido la tuya.

LOS CHISTES DE CARMEN

En un concurso de mises le preguntan a una.

¿Cuántos son 3+5?

Contesta 7.

Dicen todas: ¡Otra oportunidad! ¡Otra oportunidad!

Contesta 9.

Dicen todas: ¡Otra oportunidad! ¡Otra oportunidad!

Contesta 8

Dice la rubia: ¡Otra oportunidad! ¡Otra oportunidad!

Una rubia le pregunta a uno. ¿La acera de enfrente, por favor?

Allí enfrente.

A ver si os ponéis de acuerdo. Los de allí me dicen que aquí, los de aquí me dicen que allí.

despacito

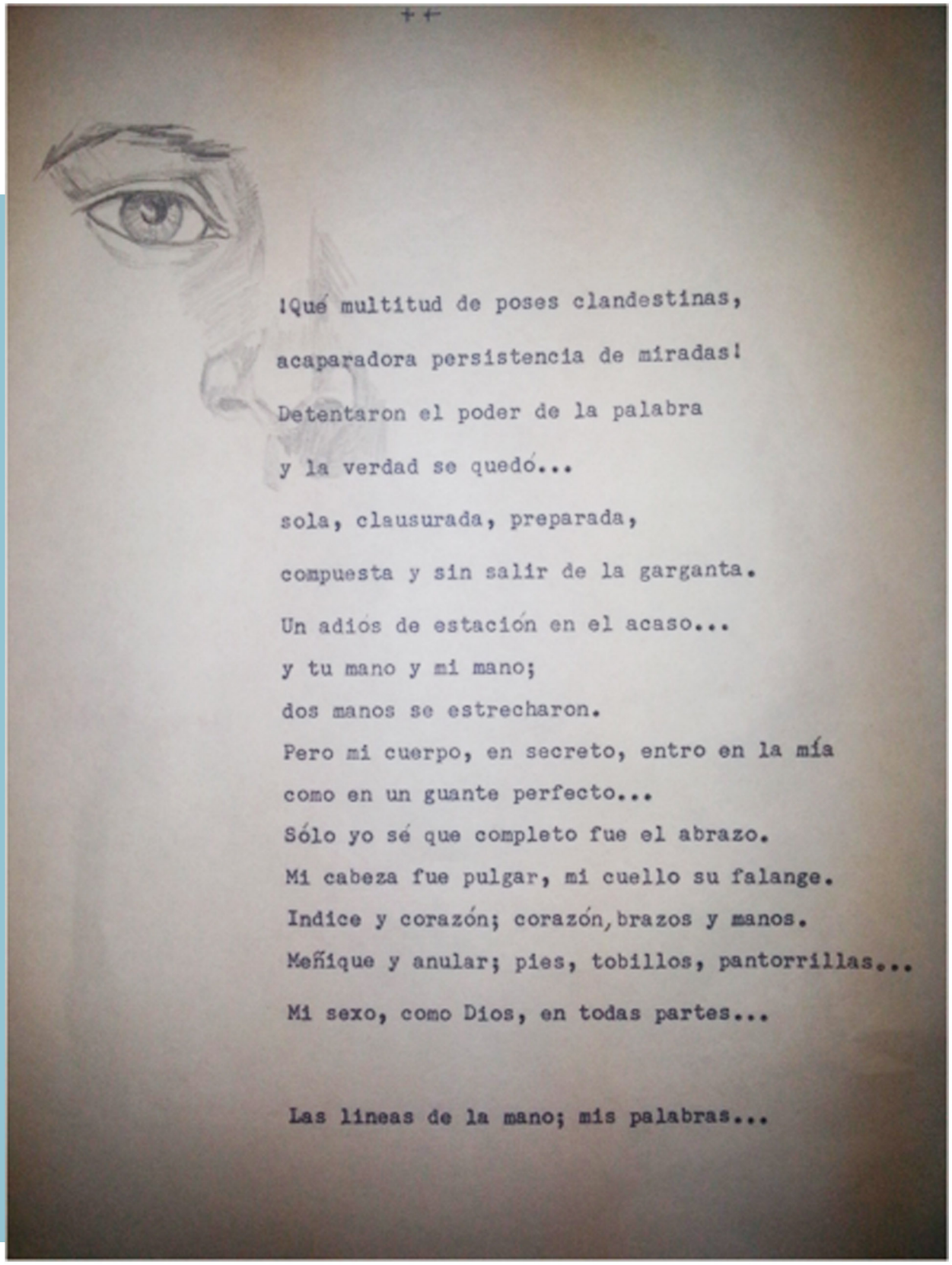
Guille

Despacito es el single del momento, compuesta e interpretada por Luis Fonsi y eso está directa o indirectamente relacionado con la rehabilitación debido a que ésta de be ser despacito y poco a poco, pero con interés y con "ritmo". Sin grandes parones. Esto es duro pero a lo largo gratificante y si se hace bien la cosecha será gratificante con creces. Y esta canción en su transcurso traerá fructíferos resultados.

Si esto es realizado por un grupo de personas comprometidas y compenetradas, el resultado será seguro un éxito como ocurre aquí en ADACCA, que casi todo lo que te propones y comprometes, por medio del trabajo y compromiso, llega a buen puerto y alcanzas el éxito.

Un adiós de estación

Julio García



¡Qué multitud de poses clandestinas,
acaparadora persistencia de miradas!
Detentaron el poder de la palabra
y la verdad se quedó...
sola, clausurada, preparada,
compuesta y sin salir de la garganta.
Un adiós de estación en el acaso...
y tu mano y mi mano;
dos manos se estrecharon.
Pero mi cuerpo, en secreto, entro en la mía
como en un guante perfecto...
Sólo yo sé que completo fue el abrazo.
Mi cabeza fue pulgar, mi cuello su falange.
Indice y corazón; corazón, brazos y manos.
Meñique y anular; pies, tobillos, pantorrillas...
Mi sexo, como Dios, en todas partes...

Las lineas de la mano; mis palabras...

Día a día

Mañanas que comienzan con sonrisas inacabadas.
Tardes que terminan con pensamientos de juicios en el amor, Ofrendas calladas, silenciadas.

Noches cautivas en una cascada.
Sueños de nubes grises, donde sudor en lluvia corre, alcantarillas, buscando cloacas de comprensión desesperada.
Retornando al arcoíris sobre la mar del perdón que todo lo abarca,
En un mundo de puertas abiertas y ventanas cerradas.
Años de amores incomprendidos a una vocación sencilla,
Tal vez sucia,
Pero nunca amada, simplificada, por caretas tristes,
Poco coloreadas, casi nada...
A vosotros, mis lunes a viernes,
Usuarios y trabajadores de ADACCA,
Os deseo mil alegrías
Por soportar mi día sin gracia.

Jesús Ruiz-Mateos Bilbao
Cuidador

GRUPO DE APOYO EMOCIONAL PARA EXUSUARIOS DE ADACCA

Yo, José Luis Domínguez Galván, con Daño Cerebral Adquirido el 05/07/2007 recibí rehabilitación en el centro ADACCA y tuve la suerte de recibir el alta tras aproximadamente un año y medio.
Actualmente, también he tenido la suerte de poder volver a dicho centro como ex usuario para formar parte de un nuevo seguimiento de apoyo en grupo, con el cual me siento apoyado a razón que compartimos, exponiendo problemas que aún seguimos teniendo en terapia de grupo y con eso aprendemos y ayudamos a todos, junto a un profesional.
Bajo mi humilde percepción, opino que las personas que hemos adquirido secuelas de daño cerebral necesitamos rehabilitación crónica.
Personalmente, en la actualidad, yo me encuentro bastante mejorado aunque sigo teniendo partes de las secuelas, pero menos acentuadas, lo que me lleva a tener problemas puntuales en momentos inoportunos que me perjudican.
Muchísimas gracias a ADACCA y a todos sus profesionales y voluntarios.
Gracias.

José Luis Domínguez Galván

Desde hace varios meses ADACCA cuenta con un grupo de psicoterapia para antiguos usuarios, aunque fui un poco reacia al mismo. Sin embargo he de reconocerque me hace muy bien. Estoy encontrando mi propia esencia, esa de la que he renegado durante muchos años. El reunirme con antiguos compañeros me ha hecho valorar la discapacidad como una dificultad pero NO como un rechazo. Me habéis ayudado a soltar parte de mi dolor a través de lágrimas y a recuperar mi sonrisa con el calor de un abrazo, que hacía mucho tiempo que nadie me abrazaba tan fuerte como nos hemos abrazado.
Es muy bonito compartir nuestros sentimientos y emociones, por eso, OLE.
Y gracias a todos, a María y a los compañeros.

Maleni Rodríguez

"TAGORE. TEATRO INDEPENDIENTE"

Juan Manuel García Candón. Director del grupo Tagore

Iglesia San José, por los años 1970 se formó un centro de jóvenes. Le llamamos "Centro La Alegría de Vivir".

De ahí salieron muchos grupos de jóvenes con inquietudes, que luchaban por sus derechos. Muchos empezaron a militar en partidos políticos. También de ahí nació el grupo de teatro "Tagore". Por medio del teatro se podía explicar y llevar al pueblo la situación política y laboral que existía en el país.

Muchos jóvenes unidos hacíamos obras muy reivindicativas por pueblos de la provincia y barriadas.
Se nos ocurrió el modo para llegar el pueblo: hacer una campaña de Teatro Popular por barrios y plazas por las calles de los pueblos.

"Los esclavos", "Metamorfosis complicadas", "Don Quijote liberado", "Antígona", "Historia del hombre que se convirtió en perro"...
La gente llevaba sus sillas y se sentaba a ver el teatro, versiones en las cuales intentábamos hacer críticas de la situación que vivíamos en España de represión, los trabajadores, los estudiantes... Fueron muchos años de lucha por conseguir los derechos.
En Cerro del Moro, en Lebrija, muchos pueblos de la provincia. Todo clandestino pues la censura nos vigilaba.
Éxito del grupo "Tagore. Teatro Independiente" tras 23 años de ausencia (1970-1998). Semana de Historia del instituto Antonio Muro, en Puerto Real. Teatro Principal lleno, completo, el público se puso de pie en varias ocasiones.

ATASCA BURRAS

Reme Leal

INGREDIENTES

ACEITE DE OLIVA
3 DIENTES DE AJOS
300 GRAMOS DE BACALAO DESALADO
2 HUEVOS COCIDOS
UNAS NUECES
1 KILO DE PATATAS
PEREJIL

PREPARACIÓN

Cocemos las patatas cortadas en trozos grandes y las retiramos.

Cocemos el bacalao en el mismo puchero, lo retiramos y conservamos en el mismo agua de cocer. Majamos el ajo en un mortero y lo mezclamos con las patatas en un bol grande.

Machacamos con un tenedor añadimos un poco de agua de la cocción e incorporamos el bacalao desmigado que lo mezclamos y añadimos el aceite de oliva poco a poco hasta conseguir una especie de puré.

Acabado del plato:

Servimos en un plato y añadimos por encima unas rodajas de huevos, unas nueces y perejil picado.

"Buen provecho"

Nuevo local asociativo

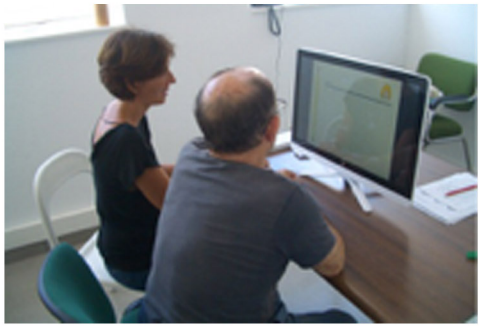
Ángel Sánchez
Director de ADACCA

La segunda necesidad que se crea es la de tener un espacio para las personas que componen el programa de mañana, con secuelas moderadas. Por lo que se decide que este espacio se utilizaría por las mañanas para el programa de Rehabilitación matinal cuyo número de usuarios ya está en torno a doce, hasta la apertura del centro de Chiclana que permitirá disponer del espacio necesario en la U.E.D.

Por último, se ha destinado un espacio común a todos los programas, menores, mañana, tarde y Unidad de Estancia Diurna, que es la cocina, que se utiliza para realizar distintos talleres culinarios, donde se trabaja la programación, planificación y ejecución de distintos platos que son degustados por los propios usuarios.

Gracias a la Fundación La Caixa se ha podido sufragar los gastos de panelación del local para dividir los espacios y comprar el mobiliario y material para el programa menores.

Coincidiendo con la celebración del Día del Daño Cerebral Adquirido inauguraremos nuestro nuevo espacio asociativo, y presentaremos las instalaciones donde se dará la Rehabilitación de Menores con DCA.



Nuevo local asociativo

ADACCA como todos sabéis, va creciendo por el aumento de personas que sufren DCA y como consecuencia,tienen la necesidad de recibir rehabilitación de las secuelas que sufren. Por tal motivo, hemos tenido que ampliar nuestros servicios ante la gran demanda de personas que necesitan y quieren recibir en nuestro Centro su Rehabilitación.
Ante este incremento de servicios, nos hemos encontrado con falta de espacio suficiente en nuestras instalaciones para atender tanta demanda. Ante tal situación de urgencia y reunida la Junta Directiva se decidió, por mayoría,solicitar a Zona Franca la posibilidad de que se nos alquilase un local anexo con un alquiler social que además sería la sede de nuestra Asociación. Asíse seguiría el modelo del resto de Asociaciones, de separar la Unidad de Estancia Diurna de dicha sede y de los programas que realiza la propia Asociación.

Este acuerdo se materializó en la firma del contrato el 25 de julio de 2016 entre el delegado de Zona Franca y la Presidenta de ADDACA. Empezó en ese momento un proceso de asignación de espacios a los distintos programas que nuestra Asociación desarrolla.
La primera necesidad que se analiza es la de dotar a nuestro programa de Rehabilitación infantil de un espacio que reuniese las características necesarias para dicho programa y que ADACCA pudiese sufragar los gastos, dado que hasta la fecha la búsqueda de este espacio no había tenido un resultado satisfactorio. Planteado en la Asamblea General se decide ceder parte de dicho espacio a nuestro programa infantil por las tardes. Comenzando en ese momento un largo y trabajoso camino para buscar financiación para poder adecuar el espacio a las necesidades del programa.

LA RESACCA

Revista bimensual de los usuarios de ADACCA Año III, número IX noviembre 2017

ASOCIACIÓN DE DAÑO CEREBRAL ADQUIRIDO DE CÁDIZ

ADACCA