LA RESACCA

REVISTA DE LOS USUARIOS DE ADACCA. AÑO V. EDICIÓN XIII 2019

Sumario

Trece.....	J.A. Toro.....	Pg. 03
Bendita resiliencia.....	Karlos Borrego.....	Pg. 04
El patio de mi casa era particular.....	Rafael Yuste.....	Pg. 05
De la anosoagnosia a un exceso de realidad...	Karlos Borrego.....	Pg. 06
Baelo Claudia.....	Antonio Aragón.....	Pg. 07
La mente humana y sus curiosidades.....	Ramón Carrascosa...	Pg. 08
Los Sirenitos.....	Ramón Bárcena.....	Pg. 09
Delicias de cabracho.....	Pilar Quintín.....	Pg. 10
Elegidos para la gloria.....	Pepe Vélez.....	Pg. 11
Hazaña de un bombero.....	Juan Luis Reyes.....	Pg. 12
Yogui, mi fiel compañera.....	Ramón Carrascosa...	Pg. 13
Pasatiempos.....	J.A. Toro.....	Pg. 14
Paciencia.....	Jesús Ruiz Mateos....	Pg. 15
Orgullo de abuelo.....	Bernardo Agudo.....	Pg. 16
Una aguja en un pajar.....	Raúl Según.....	Pg. 17
Para cuando la nueva sede.....	J. M. Carrillo.....	Pg. 18
La crefoundie de Puerto Sherry.....	Karlos Borrego.....	Pg. 19
Ilusión en 2019.....	Pepe Vélez.....	Pg. 20
Carnavales y mujeres.....	J.A. Toro.....	Pg. 21
Biografía política.....	J.M. García.....	Pg. 23
El retorno del Dandy.....	J.M. Carrillo.....	Pg. 25
Cazando jabalís con mi padre	Fernando Guerrero	Pg. 26
Los 7 magníficos en Prado del Rey.....	J.A. Toro.....	Pg. 27

José Antonio Toro Pérez.

Hace ya 3 años que empezamos nuestra andadura en forma de revista. La primera edición eran unos cuantos de folios fotocopiados sujetos con una grapa y ya vamos por la decimotercera edición (y eso que dicen que el número 13 es el de la mala suerte). haciendo una revista que podía competir en calidad con las mejores del mercado.

La terminación que más ha salido en la Lotería Nacional es el 5. el número que antes se acaba es el terminado en trece.

Incluso existe la triscaidecafobia. un trastorno que se caracteriza por experimentar un temor desconsiderado hacia este número.

En el mundo del motor. la superstición por este número se remonta al año 1925. cuando el piloto francés Paul Torcho se convirtió en el primer piloto en tener un accidente cuando portaba el número 13 en su monoplaza. A raíz de los sucesivos siniestros que se tuvieron con este dorsal. en la máxima categoría del automovilismo no se utiliza el número 13 en ninguno de sus vehículos. Además. Ángel Nieto fue muy supersticioso. Era conocido por referirse a sus trece títulos mundiales como «doce más uno». En sus autógrafos y firmas a los aficionados. firmaba como: "Ángel Nieto 12+1".

Incluso los aviones se alejan de la "maldición del 13" al quitar este número de sus filas de asientos. tal y como hacen ciertas compañías españolas. italianas y panameñas. De igual manera sucede con algunos edificios y hoteles que saltan del piso o planta 12 al 14 para evitar las fobias de sus integrantes.

CURIOSIDADES ACTUALES:
Hasta en las grandes empresas y multinacionales hay alguna anécdota relacionada con el número trece:

- La Nasa lanzó al espacio en 1970 el Apolo 13. generándose mucha polémica en torno a este número. Pues bien. esta nave espacial tuvo un accidente varios días después de despegar. precisamente un día 13 de abril. quedando anulada la expedición.
- La casa Renault ha sacado modelos que van desde el R-3 al R-21. pero no sacó nunca el R-13.
- Cuando Microsoft sacó su nueva versión de Office. la que correspondía a la número 13. le puso directamente versión 14.
- La versión española de Gran Hermano (Big Brother) edición número 13 se llamó 12 +1.
- No existe el DNI español número 13. Nunca se puso en circulación.

En definitiva. de éste número se puede hablar largo y tendido pero una cosa importante no es tan fiero el león como el trece.

BENDITA RESILiENCIA

Karlos Borrego

Ya sé que puede parecer un poco cursi el nombre. pero por encima de ello. están las ganas de expresar no solo el significado de la palabra. Puesto que me he identificado con la misma. si buscamos que es resiliencia. encontraremos: es la capacidad que tiene el ser humano para afrontar los golpes duros que recibe durante su existencia y la forma en que afrontamos los mismos para reponernos y en algunos casos. salir fortalecidos de ello.
Si lo llevo a mi vida. hago un repaso breve de la misma hasta la fecha de hoy. creo que la vez que más he sentido esta palabra. es ahora. después de un periodo largo y duro proceso de rehabilitación. Tras mi DCA. pensaba que ya nada sería como antes. nada merecía la pena. ni tanto esfuerzo. Que equivocado estaba una vez más. tras algunos éxitos profesionales y al mismo tiempo también algún que otro fracaso. recuerdo que el más duro vino después del 2007. tuve que tomar decisiones muy importantes para poder mantener la empresa a flote y no tener que despedir a nadie. hacer nuevos planteamientos. reciclarnos y acortar un montón de gastos innecesarios. para así poder continuar con nuestra actividad sin perder la calidad. y profesionalidad que nos distinguía de los demás hasta ese momento.

Después de haber empezado este nuevo artículo. siete días justo. la vida me pone a prueba una vez más. esta vez con la pérdida de mi madre.
Fue el pasado miércoles 6 de febrero cuando después de un duro día de rehabilitación. llego a casa con la idea de poder ir a ver a mi madre que estaba ingresada en el hospital. en principio nada grave o eso creía yo.
Fue mi mujer. quien me dio la noticia. mi madre se había ido. y yo tonto de mí. le pregunte ¿dónde? Ha fallecido. Es cuando empiezo a darme cuenta de lo sucedido. Roto de dolor y asimilando la noticia. empiezan a asaltarme recuerdos y sentimientos difíciles de describir. Le pedí a mi familia que necesitaba tiempo y desahogarme solo. fue entonces cuando empecé a poner mis emociones en positivo. y me dije a mi mismo y me auto convencí que el destino lo había querido así. pero al mismo tiempo me di cuenta que fue por ella. y las ganas de estar a su lado cada sábado. Luché. para poder desplazarme a verla y disfrutar de su compañía como nunca había hecho debido a mi vida anterior llena de ocupaciones y trabajo. Cada sábado nos íbamos a un bar frente a su casa. a tomar una cerveza con unas olivas y patatas. Algo tan simple como eso. pero muy gratificante durante todo el verano pasado. por ello doy las gracias a mi resilencia. que debido a esta he podido disfrutar de ella. cosa imposible si no hubiese sido por disponer de tiempo libre y ganas de superarme.

EL PATIO DE MI CASA ERA PARTICULAR

Rafael Yuste

Yo vivía en una casa que era la típica casa andaluza de cargadores de india. constaba de 3 pisos de alto y un patio al que confluían las habitaciones del piso bajo.había una fuente pequeña en el centro y estaba poblado de una gran cantidad de macetas que daban colorido y belleza a la unidad del patio. en el cual pasélos mejores años de mi adolescencia y juventud en compañía de mis familiares. Había algunos vecinos que vivían realquilados en las habitaciones que había en el entresuelo. Todas estas viviendas estaban encerradas entre cuatro paredes que estaban llenas de jaulas donde se alojaban una gran variedad de fringílidos y mezclas de especies que mis tíos. padre y familia iban buscando para obtener mejores ejemplares para poderlo presentar a un concurso de cantes de pájaros.

Cuando llovía no se mojaba como los demás. pero también tenía una particularidad distinta. y era que estaba siempre viviendo y sintiendo nuevas experiencias y conocimiento de la pequeña naturaleza. que correspondía a la vida de los pequeños fringílidos que habitaban en las pequeñas jaulas y un gran jaulón. donde se depositaban aquellos pajarillos que por sus trinos y bellos colores. se distinguían de los demás y eran seleccionados como ejemplares ideales para su conservación y posterior reproducción. mediante mezclas de los más destacados para mejorar la especie y obtener ejemplares que en la naturaleza se adaptasen mejor y pudiesen ser pajarillos que cantasen más bello y así mejorar la especie. aquí. como paradoja de mis vivencias. quizás. empecé a captar la importancia que tiene enseñar a los demás.

Con un pequeño reclamo. yo me encargaba de imitar el cante de los pájaros y así enseñarles a los más jóvenes algunos cantos que imitaban los trinos de los adultos. así iniciaban su aprendizaje de comunicación con su semejante.

Los habituales del patio eran los siguientes miembros o coleguillas. mi abuelo (que sobrevivió a la guerra de Filipinas). su perro Arruza. un rayo de sol y un camaleón que yo tenía para bromear con las niñas del colegio que había cerca. También. al camaleón. lo colocaba entre las hojas de una maceta y de esta forma se camuflaba en el borde del rayo de sol. para que así. el animalito. se encargase de alimentarse y cazar a los pequeños insectos que tomaban energía del calor del sol.

RAFAEL YUSTE

“Con un pequeño reclamo. yo me encargaba de imitar el cante de los pájaros y así enseñarles a los más jóvenes algunos cantos que imitaban los trinos de los adultos.“

También frecuentaba en el patio un tío mío que se llamaba Manuel Borne (que era albañil pero de los buenos) que recogía los desperdicios de la casa para utilizarlos como alimento de sus cochinos. Le tenía mucho cariño por las maravillosas historias que me contaba reposando en las tardes de calor en los veranos de mi infancia. viendo revolotear sobre nuestras cabezas multitud de golondrinas que esperaban para dar de comer a sus crías en los nidos que construyeron en las oquedades donde establecían sus moradas (nidos). Entonces yo le preguntaba: “Tito. ¿Por qué no cazamos esas Golondrinas y así tenemos más pájaros?”. A lo que él contestaba: “No. no se pueden cazar porque son pájaros sagrados. que dios los eligió para quitarle el dolor que causaba las espinas cuando los Romanos lo coronaron mofándose de él haciéndole una corona de espinas y le hacían sufrir tanto”. También le inquiría pesadamente que me contase porqué las golondrinas tenían los colores de su plumaje. y él me explicaba que el lomo lo tenían negro de luto por la pasión y muerte de Jesús y el pecho y cuerpo era blanco en señal de pureza como el alma de las buenas personas que no suelen mentir ni engañar a sus semejante. Al igual que las personas nos cruzamos con gente buena. a los pájaros le pasan lo mismo.

Este artículo se lo quiero dedicar a él. en su memoria. porque se me fue un fin de año sin poderle dar un beso de despedida y probablemente. su alma fue transportada por un ejército de golondrina. a las que él tanto amaba.

De la anosoagnosia a un exceso de realidad

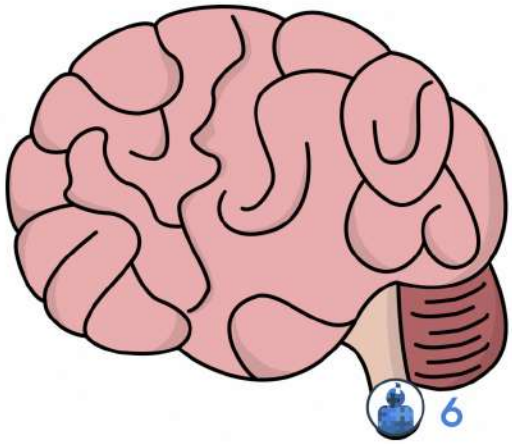
Karlos Borrego.

Tras Haber sufrido un DCA y una larga etapa de convalecencia con sus altibajos. la primera palabra que incorporé a mi nuevo vocabulario fue anosoagnosia. que significa falta de realidad a la que te enfrentas en tu nuevo día a día. En mi caso creo que no tomo verdadera consciencia. a fecha de hoy y después de cuatro años. Es a base del trabajo realizado día a día en los talleres de DCA. y observando todo cuanto ocurre a mi alrededor. a veces demasiado tiempo de observación para darte cuenta de cosas que antes eran mecánicas y sobre la marcha. Ahora tengo que dedicarle un tiempo. demasiado largo y a veces circular. para realizar cualquier tarea un poco compleja.Tanto es así que cuando me doy cuenta de ello para salir de ese bucle. sustituyo ese pensamiento por algo grato o irrelevante.

Si ya antes del daño era muy decidido. pero al mismo tiempo muy analítico. debido a mi trabajo. Ahora hay momentos en que me parezco a la famosa Siri. buscando la mejor ruta para llegar a mi destino: calculando y recalculando una y otra vez por la falta de seguridad a la hora de tomar una decisión importante. No puedo evitar. ahora que tengo tiempo en pararme. a pensar cada paso que doy para no meter la pata o hacer cosas que en realidad no las hubiese hecho en otras circunstancia. Por ello también he reaprendido a no tomar decisiones importantes antes de haberlas meditado. después de haberles dedicado tiempo para tomar una decisión final de algún tema verdaderamente importante para mí.

KARLOS BORREGO.

“ En mi caso creo que no tomo verdadera consciencia. a fecha de hoy y después de cuatro años. “



Por eso como bien digo. en cuanto al exceso de realidad me refiero. que en mi primera fase de recuperación actuaba con una total falta de realismo y desinhibido debido a la falta de consciencia. En el día a día. igualmente se requiere de un tiempo y trabajo para: tomar realidad con tu nuevo yo y un tiempo de aceptación a tu situación y con ello me refiero a tu nuevo día a día. Totalmente distinto a todo lo vivido durante los años que me acompañan que no son pocos. Ahora más consciente de mi nueva situación personal y familiar. Tal vez esta última es la que más me está costando adaptarme y adaptarla a mi nueva vida. porque de la noche a la mañana pierdes tu rol familiar anterior que nada tiene que ver con el existente después del DCA.

Baelo Claudia

Antonio Aragón del Cerro

Este poema salió una tarde que nos fuimos a Bolonia. un fin de semana con un levante de miedo. a Ana se le ocurrió dar una vuelta por la playa. todos se quedaron en la casa. yo fui acompáñala y volvimos como los pescados harinados. nosotros volvimos todos arenados y me pidió por el camino que le sacara una de las poesía de las mías y salió eso.
El Trovo es una composición poética. recitada por una o dos personas. uno dice una cosa y el otro le replica. éste está escrito por una sola persona la cual él mismo se replica.

El levante que levantan
las arenas de la playa.
No podemos pasear
ni solo ni con la Ana.

Los de baelos romanos
que les pica mucho el ano.
se bañaban en la playa
con las putas las romanas.

Comían garum cocido
para pasar el calor.
se "arrascaban" mucho el culo
para quitarse el picor.

Construyeron junto al mar
sin saber que les esperaba.
las subidas de mareas
que todo lo arrasaba .

Claudio estaba sin cabeza
y nadie la encontrarías.

Sacaron templos y calles
Lucernas sin pabilos.
tiendas. casas. circo
y vidrios rotos de las botellas
vacías.

Columnas sin capiteles.
las piletas sin atunes
ni una latita de atún
que los Romanos tenían.

LA MENTE HUMANA Y SUS "CURIOSIDADES"

Ramón Carrascosa, el hombre que susurra al alma y encuentra su verdad.

Nos escondemos para hacer el amor y sin embargo para hacer la violencia lo hacemos en la calle, a pleno día a plena luz, que cosa más chocante. ¿Por qué somos violentos, por educación o por nuestra información genética? ¿Por qué matamos a las mujeres, por rabia, odio o quizás por falta de educación o porque algo falla en el sistema educativo o social? ¿O por el efecto dominó estamos acostumbrados a que las mujeres mueran a manos del hombre por un sello machista? Llegará algún día en el que la violencia se detecte en el vientre materno para así hacer una selección infantil. Para conseguir un cambio en la mentalidad de la sociedad y ser conscientes del problema. El día en que esto ocurra, el ser humano habrá subido un eslabón más en la cadena evolutiva o hay que esperar a que la tierra tenga muchos más ciclos helados.

Es una pena que nuestros progenitores, los monos, sean más inteligentes que nosotros. Su comunidad ama, cuida de sus hijos y juegan con ellos. En la comunidad humana les compramos móviles de última generación y les matamos y violamos. Que inteligentes somos los humanos...

En consecuencia con este contexto se me viene a la cabeza la historia de un famoso pirata:

"Dice la historia que Fran Drake atracó en la islas Cíes huyendo de la civilización. En su expedición se refugió en estos parajes de la costa gallega donde encontró los restos del único habitante de esa isla. Cuenta la leyenda que vivía rodeado de animales. Vivió siempre allí hasta que tras una larga lucha contra el cáncer y contra su soledad murió. Días después aparecieron en las playas numerosos barcos piratas con sus banderas a media asta. Su ausencia fue despedida con un solemne silencio pirata".

RAMÓN CARRASCOSA

"A veces te encuentras en medio de la nada y en ese lugar es cuando te encuentras a ti mismo y ves cómo era tu entorno."

Con esta historia podríamos concluir una bonita y real moraleja. A veces te encuentras en medio de la nada y en ese lugar es cuando te encuentras a ti mismo y ves cómo era tu entorno. Este pirata se preguntó ¿Qué es el tiempo? ¿Es la imagen inmóvil de la eternidad? Él prefirió vivir en su soledad a compartir con una sociedad violenta y agresiva. Prefirió ser como un mono a ser un humano más.

LOS SIRENITOS

Ramón Bárcenas

El pasado mes de septiembre un grupo de usuarios de ADACCA comenzamos una actividad de ejercicios de rehabilitación en la piscina. éramos siete usuarios divididos en dos turnos y el propósito era realizar 25 sesiones seguidas todos los martes y viernes. Ha sido una experiencia novedosa para nosotros. entretenida y muy divertida. las sensaciones han sido muy positivas a pesar de terminar supercansados después de cada sesión. Para mí ha sido una buena sensación el encontrarme rendido después de haber hecho mucho ejercicio que es algo que hace tiempo que no me ocurría. teníamos pequeñas partes de competición y ejercicios muy sencillos que para nosotros suponían mucho esfuerzo. Simplemente el camino de ida y vuelta andando desde ADACCA hasta el BODY FACTORY ya suponía un buen ejercicio.
También han ocurrido algunas anécdotas. como el usuario al que le robaron la camisa en el vestuario y luego resuló que bajando las escaleras la tenía metida por dentro del pantalón y otro al que no le abría la taquilla y después de llamar al encargado que vino con la llave maestra. resultó que la taquilla que quería abrir no era la suya. El ejercicio final consistía en hundir entre todos una colchoneta de corcho era algo que costaba muchísimo y más todavía mantenerla hundida en el fondo. Después de esto todos al Jacuzzi con agua caliente para relajarnos un poco y después ducha y vuelta a ADACCA. Las sensaciones han sido muy positivas. los resultados se verán este verano en la Caleta.
Prepárense para ver al equipo español de natación sincronizada.

DELICIAS DE CABRACHO

PILAR QUINTÍN

INGREDIENTES:

1/4 kilo de gambas crudas.
1 paquete de palitos de cangrejo.
Medio kilo de cabracho o gallineta o merluza sin piel.
4 huevos.
3 o 4 cucharadas de tomate frito.
Pimienta blanca molida.
1 bote de leche Ideal.
Sal.

PREPARACIÓN:

1. El pescado se cuece, se desmenuza, lo echamos en un recipiente junto con el tomate frito, los palitos, la pimienta blanca, los huevos, la leche, la sal y las gambas peladas.
2. Se tritura todo y se bate bien hasta que quede una pasta homogénea.
3. Posteriormente se vierte en un molde untado con mantequilla y precalentamos el horno a 150 grados.
4. Con el horno caliente, se mete el recipiente al baño María.
5. Se mete a la mitad del horno hasta que se haga. Vamos comprobando con un palo de pinchito y cuando salga limpio significa que está listo.
6. Lo sacamos del horno y se deja reposar.
7. Cuando está frío se mete en el frigorífico.
8. Lo cortamos como en la foto y lo servimos con un poquito de lechuga o zanahoria a la juliana para acompañar. Con una cucharada de mahonesa al lado y...

¡QUE APROVECHE!

ELEGIDO PARA LA GLORIA

Pepe Vélez. Dandy en exterminio.

Me llamo Pepe Vélez. yo no soy ni científico ni sé mucho de las reacciones del cerebro humano. pero estoy convencido que después de la muerte. hay algo bueno y también malo.
El cuerpo se queda en la tierra y el alma se va para buscar el sitio que le corresponde. Si en tu vida has sido buena persona con tu familia. has respetado y no le ha hecho daño a las personas. animales y naturaleza. tu has sido una persona que ha venido al mundo a disfrutar de la vida y de las cosas tan bonitas que hay en este planeta. para vivir el día a día. Entonces tienes muchas opciones de ir al paraíso. llamado gloria.

Si es lo contrario y has sido mala persona. has nacido para destruir el planeta. no respetar a tu familia. hacerle daño a todo ser vivo. hacer daño a todo lo que tú puedas. tendrás tu castigo. tu alma de momento para disfrutar. hasta que llegue su momento decir. hasta luego a la tierra.
Creo que he hecho méritos suficientes para irme con mis padres a la gloria del paraíso. que todavía tarde. porque soy joven y quiero hacer varias cosas con mi mujer que tenemos pendientes de disfrutar.

HazañaS de un bombero

Juan Luís Reyes

Entré en el cuerpo de bomberos de Cádiz en el año 1.970, 5 años después ascendí a cabo y 7 años más tarde fui sargento, allá por el 1.982. Durante toda mi carrera profesional, he realizado muchas labores y he ayudado a muchas personas. Hacíamos rescates de personas y animales, apagábamos fuegos y ayudábamos en todo lo que nos fuera posible.

Aún recuerdo el primer incendio al que me tuve que enfrentar, se produjo en una tienda de ropa en Cádiz capital hace muchos años. Todo salió bien, sin percances y sin heridos, pudiendo controlar el fuego sin problemas.

También tuvimos que acudir a un incendio en Chiclana, que se produjo en otra tienda, donde todo transcurrió sin mayores problemas.

En otra ocasión tuvimos que hacer un rescate con 6 personas involucradas, una de ellas un niño pequeño. Esto se produjo en un chiringuito de la playa de Santa María del Mar, el cual se derrumbó a consecuencia de que habían realizado movimientos de tierra sobre la que se había construido el chiringuito. En aquel momento, pude escuchar el llanto de un niño al que pude salvar, pero por desgracia, las otras 5 personas no tuvieron la misma suerte y fallecieron en aquel terrible accidente.

Recuerdo otra ocasión en la que tuvimos que acudir a otro incendio, esta vez en una farmacia. Mientras que estábamos apagando el fuego, nos encontramos con una persona fallecida, minutos después, se la llevó la ambulancia.

Una de las cosas que más orgulloso me ha hecho sentir en mi vida, es que mi hijo mayor se hiciera bombero profesional, queriendo así seguir mis pasos. Mi mujer, que siempre me ha apoyado en todos los momentos de mi vida, siempre se ha preocupado mucho cuando yo salía a trabajar, pero a su vez, se sentía muy orgullosa de mi profesión.

Yogui, mi fiel compañera.

Ramón Carrascosa.

Nuestras mascotas nos entienden en cada gesto que hacemos, en nuestro carácter, en nuestro estado de ánimo. Somos conscientes de ello o quizás no nos damos cuenta de su comportamiento por la vida tan estresada que vivimos. Ellos dan amor y cariño a cambio de nada, solo necesitan amor y cariño, dos valores tan faltos en nuestra sociedad.

En mi caso, cuando vuelvo a casa después de mi jornada de trabajo en el centro de ADACCA cada día, es la que más se alegra de verme. Cuando llego a casa me recibe con mucha alegría y viene a mí dando saltos, me saluda y se va a jugar por el jardín.
A veces cuando nos descuidamos con la puerta se sale a la calle, siempre va al mismo sitio o a la venta donde yo solía ir con mis amigos. En la venta yo solía pasar muchas horas al día charlando con ellos. Le gusta mucho pasear por la arena dela playa, se baña y vuelve a casa tan contenta. Mi hijo Pablo está más pendiente de su educación, le castiga amarrándola a la reja que tenemos en el porche de casa. Yo la observo, sé que es consciente del castigo y lo asume con dignidad y alguna que otra vez protesta.

Bueno, os la presentaré, es una pastora alemana y se llama Yogui, como el oso de la tele, es una perra muy inteligente a la que solo le falta hablar. Es mi cuidadora y enfermera: digo esto porque más de una vez cuando mi querida señora Rosa tiene que salir para llevar a los chicos a sus tareas, mientras yo me quedo con Yogui solo en casa ella está pendiente de mí.

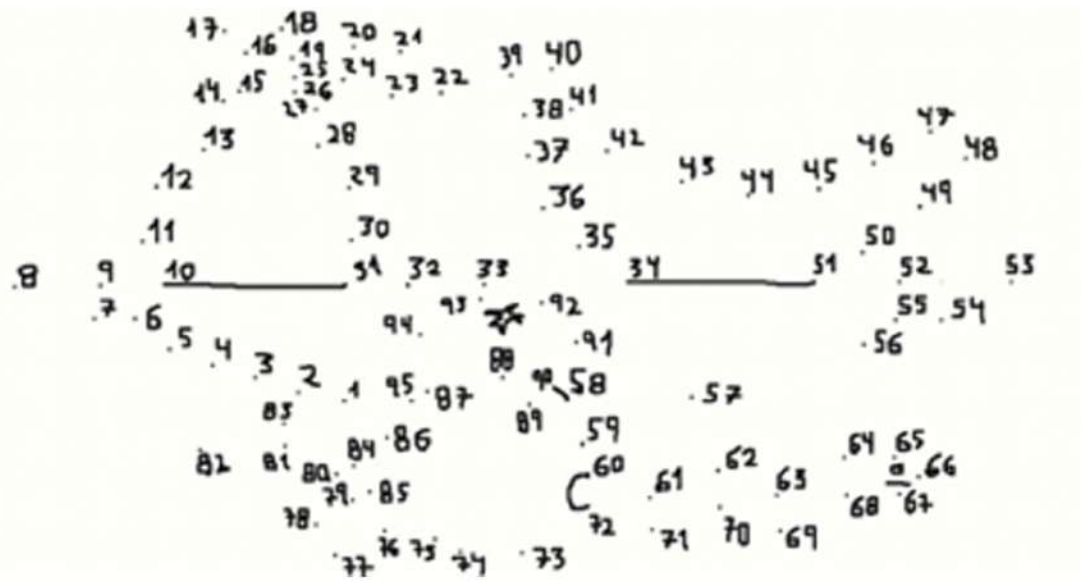
Soy una persona dependiente, afectada con DCA causado por un ictus que tuve hace cinco años, pero ya gracias a ADACCA y mi voluntad de superación voy consiguiendo retos pequeños que son mis propias metas.

pasatiempos

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

AGUILA
ANDROMEDA
AVEDELPARAISO
BERENICE
CAMALEON
CANMENOR
CAPRICORNIO
CENTAURO
COCHERO
COMPAS
PALOMA
QUILLA

Unir los puntos



PACIENCIA

Jesús Ruiz-Mateos Bilbao

En adacca hay unos seres grandes y pequeños que son muy pacientes con su maleza. espesas yerbas de nuestras cabezas.
Paciencia. un arte poco cultivado entre los andantes alineados en filas y andando. volando no terminamos descansando.
Madre y padre de todas las ciencias. en cabezas huecas no entras. que de quebrantos nos quitarías si nos acompañaras por las vías de un tren de cercanías.
Paciencia te queremos. te deseamos. te esperamos en la enfermedad como la mejor medicina. para encontrar la serenidad en la vida.
Te ama el que busca el tesoro como el que ya lo ha encontrado para conservarlo.
Paciencia. manglar de jungla en nuestra naturaleza: estrella fugaz que desapareces en el esplendor de tu belleza. cuando menos lo esperas.
La triste. en la antesala de la espera. de una consulta sorda. muda y ciega. conexión de los tentáculos. que desean rodear un arco del triunfo en su propia guerra: al escribirte te pierdo entre nubes. de que nada es como era.
Paciencia entre lo humano y lo divino cuesta arriba se hace lo construido. no nos abandone. aunque embriagados de lágrimas de vino. estemos hundidos.
A ti te volvemos la espalda. cunando tu orgullo y desprecio. cuando tan solo te dimos de mamar cobijo y cariño.
Nos desesperas cuando no aparece el amor que se queda.
Paciencia aburrida pero leal. fiel compañera. contigo de la mano hasta en la muerte te queremos cerca.
Demos nos las gracias entre todos los usuarios. familiares y profesionales por la paciencia. con nuestros corazones de arena.

ORGULLO DE ABUELO

Bernardo Agudo

Mi hija Jessica me va a hacer abuelo por segunda vez. quiero que sea como mi nieta. pero si viene un niño mejor. así tendría la parejita. Estoy orgulloso de mi nieta Naara. y si la niña es buena estaré orgulloso de las dos. espero que mi yerno Álvaro esté orgulloso también. Quiero que tenga la parejita como la tengo yo. así estarán más orgullosos. Deseo que venga bien. con salud. esperamos que tenga un buen nacimiento. Y si es un niño espero que sea bien recibido y que mi hija pare el carro. Al fin y al cabo sea niño o niña. estaré contento. Ilusionado con que sea como Naara. es buena. un poco traviesa. muy charlatana y con eso los dos hablarán mucho. Mi nieta sabe mucho. es como una viejecita. si coge la Tablet en mi casa se pone a jugar. o pone música y se pone a bailar. Solamente quiere jugar conmigo. Cuando se enfada no veas las que lía. se apropia de todo lo que haya en casa. A los padres les tiene mucho respeto. sobre todo con el padre.

No esperaba que mi hija fuera a tener nuevamente un niño. ahora me siento completamente orgulloso. No le va faltar nada. la abuela y el abuelo se van a volcar completamente. El padre. Álvaro y la presidenta están muy orgulloso deseando que nazca.

Ahora me falta que mi hijo Adrián me haga abuelo. que venga con salud. sea niño o niña bienvenido sea. Que no les falte el trabajo a ninguno. que está la cosa muy mala.

Cuando mi hija de a luz. si puedo ir. mi regalo será estar con ella en residencia con mi mujer la presidenta porque si a mi yerno Álvaro si le pilla trabajando le costará estar con ella en el hospital.

BERNARDO AGUDO

“Recuerdo que cuando Naara nació. me invadió una felicidad muy grande.“

Recuerdo que cuando Naara nació. me invadió una felicidad muy grande. y mi hijo Adrián. me decía ya eres abuelo y yo tito. Ahora no estoy trabajando. porque antes de nacer Naara estaba en astillero. estaba todo el día currando.

Esperamos que se de por cerrada la familia. que no está la cosa para agrandarla mucho más. aunque si espero que mi hijo Adrián nos haga abuelo. Os dejo una foto de mi nieta Naara. con todo el cariño de sus abuelos y que sus padres no se enfaden pero la ponemos porque estamos muy orgullosos de ella.

Una aguja en un pajar

Raúl Según. Prácticum Psicología

Me senté frente el papel con un bolígrafo casi sin tinta. uno de esos que guardan tanta sabiduría que se empeñan en seguir escribiendo. Preso de mil batallas exhala su último aliento para crear un texto enhebrado con hilos de corazón y agujas de emoción. de las que se clavan profundamente. Porque si es cierto que encontrar un aguja en un pajar es tremendamente complicado. yo tuve la suerte de que al buscar entre mi desorden conseguí deshacer el refrán. pincharme el dedo y sangrar. Emanando el eterno miedo a lo nuevo. esa ansiedad que me acompaña desde pequeño moldeando mi personalidad y la inseguridad propia de una mente diferente. Un corazón que lucha continuamente consigo mismo para ser mejor. construir y sembrar algo bueno por donde pasa. Sangre que sigue brotando pero en la que ya se diluyen los miedos. la ansiedad se calma y la inseguridad poco a poco va dejando su prefijo en el camino.

Y es que...

Cuando la voz no sale. vuestra mirada grita la palabra adecuada.

Cuando la mente se diluye en el tiempo. vuestra expresión describe el esfuerzo del valiente.

Cuando las piernas fallan. vuestra alma se encarna en extremidad para dar un pasito más.

Cuando no recuerdas ni de dónde vienes. vuestro tesón recuerda cómo hay que luchar en la vida.

Cuando viene la tristeza. vuestra sonrisa es sanadora.

Cuando los prejuicios os miran de frente. demostráis que sois la certeza de que jamás hay que juzgar un libro por su portada porque sus páginas guardan un universo de cosas maravillosas.

Habéis curado mi herida sin daros cuenta. La sangre ya no brota. Suerte que encontré la aguja. procuraré guardarla en lo más profundo de mí ser. Volvería a pincharme una y mil veces para volver a sangrar emociones con vosotros. Para volver a empaparme de todos los que os ayudan día a día. Aprender de su profesionalidad pero sobre todo de su interior y que entre todos volvieseis a curarme la herida. Mi gratitud eterna. que este bolígrafo que muere deja en el papel. con la bendita RESACCA que habéis producido en mí. "De cuello pabajo". con una cerveza al sol y un micrófono de papel que se ha vuelto loco.

Porque una vida salvada merece ser vivida.

¿Para cuándo la nueva sede?

Jose Mª Carrillo

Después de 4 años de estancia en ADACCA, tengo que decir que personalmente estaré eternamente agradecido a las personasque me pusieron en contacto con esta Asociación, en la que me encuentro plenamente integrado y muy satisfecho de poder seguir mi rehabilitación. En este centro se nos ofrecen unos servicios profesionales por parte de terapeutas, de neuropsicología, fisio, logoterapia, terapia ocupacional y distintos talleres. Todos encaminados a dotarnos de una mayor independenciaen nuestras vidas.

El centro tiene una demanda de plazas que no puede cubrir por su reducida capacidad. Hace algunos años y pensando en complementar a la actual ADACCA de CÁDIZ ubicada en la zona franca de la capital se nos cedió por parte de la Diputación unos terrenos en la ciudad de Chiclana con vistas a la futura construcción de Adacca 2, que vendría a paliar y mejorar las carencias de Adacca 1. A la vez que se descongestionaría la lista de esperade las personas que aguardan plaza para poder entrar en el centro a comenzar la rehabilitación que tanto necesitan. Por todo ello estamos expectantes y a la vez ilusionados con la inauguración de la primera residencia para usuarios con DCA de Andalucía, que desde hace tiempo se venía reclamando por parte de los afectados y familiares.

LA CREFUNDIE: PUERTO SHERRY

Karlos Borrego

En este artículo no quiero solo reflejar las características del restaurante como tal. que lo haré. para mí lo más importante será basarme en la ubicación y las vistas desde la terraza del mismo. Sin dejar de lado lo que pudimos y podéis comer. así como el servicio. la atención. la accesibilidad y lo más importante. la calidad-precio. La cual está en torno a unos veinticinco euros por persona sin vino. pero con postre y café.

Situado en la avenida de la bahía dentro de puerto Sherry. casi a final de la misma. cuenta con una zona interior acristalada donde predominan los tonos verdes y madera natural. Diría que la decoración es sencilla. aséptica y muy agradable a la vista. Fuera del establecimiento cuenta con una terraza rectangular larga y amplia. montada sobre una tarima de madera dividida en su ancho a todo lo largo por un espacio de césped artificial de unos dos metros de ancho. lo suficiente para una mesa de terraza con sus cuatro sillas. A partir de esa zona ya nos quedan las piedras donde rompen las olas y la arena de la playa.

Sobre la carta podría decir que es un poco diferente a lo habitual. porque asimilamos la palabra crep con temas de sabor dulce. Tampoco es así y para ello haré algunas sugerencias. Cuando voy con mi familia solemos empezar con algo al centro para compartir. Como recomendación. nachos. que son rápidos de preparar y nos sirve para hacer boca. Además de que están riquísimos. También están muy ricos. el tartar de salmón ahumado. los Works de verduras y para mí un imprescindible es la ensalada griega con queso de cabra.

También recomiendo que. si es posible. se deje un hueco para probar algunos postres. Un clásico es la Fondue de chocolate con frutas de temporada y una gama extensa de creps variados. Del servicio diré que las veces que hemos estados ha sido más que satisfactorio. Hay dos bolsas de aparcamientos. una antes de llegar al restaurante y otra a continuación. al final del paseo. Si la hora de llegada no es muy tarde. no suele haber problemas de plazas libres. Para terminar comentar que lo mejor es ir y probar (abstenerse los días de mucho viento o levante).

Ilusión en 2019
Pepe Vélez

Mi mujer Noni y yo tenemos mucha fe e ilusión puesta en este año 2019. Tenemos muchos proyectos en mente que queremos realizar y creo que lo vamos a conseguir.
El año pasado logramos uno, después de llevarme 6 años sin poder viajar con ella por temas de males y tomarnos unas buenas vacaciones, lo conseguí. Estuvimos en un hotel con piscina y jacuzzi, lo pasamos genial.

Este año 2019 en septiembre, repetimos viaje y espero disfrutar al máximo porque la vida se vive sólo una vez.

Otra ilusión que tengo es irme a vivir a la calle Ancha, donde hay un piso que me encanta, ya lo he visto dos veces y espero que sea para mí.

CARNAVAL Y MUJERES

José Antonio Toro Pérez.

El pasado día 8 de marzo celebramos en el Centro nuestro Día del Carnaval. empezamos bien temprano. con todos los usuarios que querían pintándose la cara en el Taller de Arte. Los demás íbamos disfrazándonos para más tarde. en dicho taller. maquillarnos.
Había disfraces de los más variopinto como el de espantapájaros. de oso panda. de romano. de monja. de abeja. de india. de cruella de vil. etc.
El ganador fue nuestro compañero J.A.T. con su disfraz "el Ørco de Adacca". donde cuenta la historia de Gert. un orco de la Tierra Media que pertenecía a la 9ª legión. capitaneados por el malvado mago blanco Saruman que estando en primera línea de combate. sufrió una enfermedad en los ojos. siendo relegado a cuidador de un trol que se dedicaba a empujar las torres de asedio.

Después de la batalla en el Abismo de Helm en la que los orcos la perdieron ante los hombres. éstos marcharon hacia la Puerta Negra de Mordor para darle tiempo a los hobbies Frodo y Sam para destruir el anillo en el Monte del Destino. Al final lo consiguieron justo cuando todas las criaturas de Mordor salieron para aniquilar a los hombres que venían a hacerles frente. En ese justo momento en el que el anillo era destruido. el suelo se abrió ante las criaturas. tragándoselas sin remedio. dejando a los hombres solos. delante de la Puerta Negra.
En ese momento Gert se despertó en el campo de batalla y viendo a todos sus compañeros caídos decidió volver a Mordor. Pero cuando llegó sólo pudo ver la Puerta Negra abierta y un gran cráter delante de ella. al entrar observó que no había nadie y se dio cuenta de que estaban todos muertos así que decidió comenzar un peregrinaje que le llevaría lejos de su país.

Cruzó toda la Tierra Media. viajando de noche y durmiendo de día. evitando caminos y senderos para no ser descubierto. Y así andando llegó a España y más tarde a Cádiz. donde llegó en época de carnavales. hizo varios amigos. aprovechándose de que todos iban disfrazados y nadie huiría de él

JOSÉ ANTONIO TORO

"El pasado día 8 de marzo celebramos en el Centro nuestro Día del Carnaval.

Por otro lado. celebramos también el día de la mujer."

.Allí probó el pescaito frito y la cerveza bien fría y decidió quedarse allí. para más tarde apuntarse al I.E.S. Cornelio Balbo para estudiar un ciclo de grado Medio de Atención a personas en situación de dependencia. haciendo las prácticas en Adacca. En el pasillo del centro había un cartel anunciando que próximamente se celebraba un concurso de disfraces y decidió apuntarse. quedando en primer lugar.

Por otro lado. celebramos también el día de la mujer.
La ONU. en 1975. institucionalizó de manera oficial el 8 de marzo como el Día Internacional de la Mujer.
Hicimos un pequeño homenaje todo el personal masculino a todo el personal femenino del centro. haciéndole entrega de una placa conmemorativa que le hizo entrega un usuario de Adacca a una profesional y después se le entregó a una usuaria unas orquídeas.

Para finalizar tuvimos la actuación de la chirigota callejera "Andaluces. levantaos". de la que uno de sus componentes era uno de los Prácticums que tenemos ahora en el centro.

Mi vida política

Juan Manuel García Candón

No se si mi pasado familiar. un hermano de mi madre con solo 19 años era fusilado en 1936. hoy su nombre figura en el monumento a la memoria histórica del Cementerio de Puerto Real. o mi educación. estuve 9 años en el Seminario de Cádiz . un seminario revolucionario para aquellas fechas. en las que era obispo de Cádiz Don Antonio Añoveros Ataún. aquel al que Arias Navarro. Presidente del Gobierno. le puso un avión para que "se marchara " fuera de España. ya que expulsarlo no podía: quizás fueran ambas cosas las que influyeron en mi vocación política. que bien hablado sería decir la "lucha por las libertades y contra el franquismo".

Un tinte social tenía mis comienzos en el enrolamiento en el movimiento "obrero" de los años 70: pero mi desembarco no fue inmediatamente en un partido o sindicato. con anterioridad fundé con un grupo de jóvenes el centro juvenil "la alegría de vivir". nido donde se incubaron aquellos valores y aquellas ideas "revolucionarias". posteriormente fundé el grupo de teatro independiente Tagore. que fue una tapadera de los que comenzamos a militar en partidos y sindicatos clandestinos: un grupo de teatro que escenificaba obras de teatro todas de calado social. crítico y "respondón" y además lo hacía por las calles y plaza del pueblo.

El grupo se tuvo que disolver. ya que casi todos militábamos en formaciones políticas y sindicales distintas y era difícil el montaje de obras al gusto de todos. además del peligro que suponía para nuestra seguridad e integridad saber que militábamos y que cayéramos en manos de la policia franquista.

En los años 72-73 comienza mi militancia en la Unión General de Trabajadores y en el Partido Socialista Obrero Español. dos entes con escasos militantes (unos 10) y que teníamos que implantar en nuestra provincia: nuestra militancia. pues. es " de dedicación plena": implantar el sindicato y el partido en los pueblos de Cádiz. el trabajo diario en las plataformas que se crearon por aquellas fechas. la contestación también diaria a los problemas. y un largo etcétera.

JUAN MANUEL GARCÍA

"un hermano de mi madre con solo 19 años era fusilado en 1936"

Este trabajo . comprenderán. no tenía otras miras que la caída de la dictadura y la llegada de las libertades. nada tenía que ver con lo que hoy se entiende por política. era una vida sacrificada. arriesgada. pero ilusionante. idealista pero entusiasta. en la que compañerismo. solidaridad. austeridad y demás eran estandartes. virtudes sanas: todo ello era capaz de llevarnos. como fue el caso de otro compañero. Alfonso Perales. y a mi a entrar a trabajar en una empresa . Bazán. para la que nuestros estudios nada servían. o más aún. trabajamos en unas tareas y con unos sueldos muy bajos. con el objetivo de implantar en la misma la UGT.

Todo ello. decía. era arriesgado. el 12 de febrero de 1976. el dictador había fallecido en noviembre de 1975. 9 compañeros y yo. fuimos despedidos del colegio donde trabajábamos. yo era el director de EGB. por motivos "políticos y sindicales". y no solo eso. ya podía engrosar unas listas que te haría no poder entrar a ejercer tu profesión. porque te ponían reseguida el precinto de "rojo".

Mi vida política

Juan Manuel García Candón

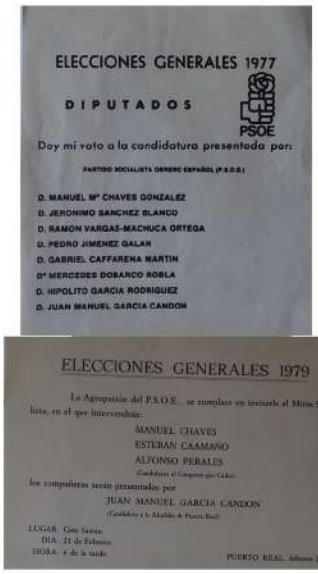
En 1977. el 15 de junio. se van a celebrar las primeras elecciones democráticas. en ellas tuve el honor de figurar para el Parlamento..... el partido socialista estaba implantado en escasas poblaciones de nuestra provincia. ello conllevaba que los propios candidatos arreglábamos el salón del colegio. del teatro..... donde se iba a celebrar el mitin. anunciábamos el mismo en coche por las propias calles del pueblo. dábamos el mitin. recogíamos los bártulos y al otro día otro pueblo y otra vez lo mismo. Una satisfacción: los locales se llenaban. rebosaban de gente.... la mentira estaba ausente en aquellas proclamas.

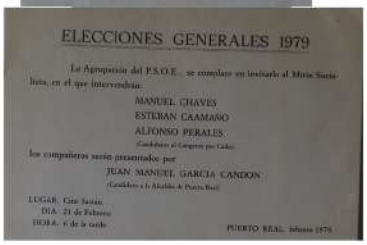
En 1979 se celebran las primeras elecciones municipales. aquello supuso que la democracia estaba "a las puertas de tu casa". lo más cercano al ciudadano. el Ayuntamiento. iba estar gobernado por vecinos nuestros y votados por nosotros mismos.

Fui candidato por el PSOE a mi ayuntamiento y el pacto de las izquierdas hizo que tuviéramos que votar al candidato del PTE. el más votado por escasos votos de diferencia con la lista socialista.

Constituida posteriormente la Diputación Provincial fui diputado provincial por mi partido judicial. ocupando el cargo de Vicepresidente durante cuatro legislatura. es decir hasta 1995. año en el que decidí "cortarme la coleta" por los cauces que estaba tomando la política. en la que la mentira. la calumnia. la zancadilla era lo común y. lo que es peor. lo natural. lo consustancial con la política..... dejo la política de partido. pero no el PSOE. aunque sin participar ya en su vida orgánica. ni . por supuesto. dejo la labor social en mi población .ni el debate político. ni la opinión hacia el público.....

La transición hizo unos políticos. como se dice de los toreros. con una pasta especial. la ética. la tolerancia. el diálogo. lo público. el estar al servicio de los demás. el compañerismo son unos valores a practicar..... todo ello hizo unos políticos (pocas políticas) muy "profesionales".





es decir. que hacían una labor muy eficiente. pero no hacían de la política su profesión. nadie se metió en la política para "vivir" de ella. la política era una vocación. una pasión . una entrega. no era el uso del "poder" la política. sino lo que etimológicamente significa..... A pesar de todo lo que la política me haya podido perjudicar... sigo siendo. a pesar de ciertas políticas y políticos. un animal político.

Ese tránsito desde aquellos años en que ansiábamos las libertades y la democracia. en que el sacrificio. el riesgo. pero también la ilusión y los sueños por un mundo. por una España democrática. era el factor común. a los tiempos que corren ha sido muy rápido. en el mismo "arribistas" y "chaqueteros" han hecho de esta noble arte. la política. algo indeseado y corrupto. que hace que la política / el político ha dejado de ser la persona respetada y ocupa un puesto muy bajo en la consideración de la ciudadanía.

El Retorno del DANDDY

José Mª Carrillo

Y al final vino el lobo disfrazado de decorador de calles mañaneras, pero en lugar de una escoba portaba una muleta caletera. Esto podría ser el final de un chascarrillo, que fue durante mucho tiempo la comidilla de ADACCA, y que el día que volvió dejó de ser chascarrillo para convertirse en realidad, con gran pesar para muchos compañeros y compañeras del centro que sentimos un considerable vacío en nuestro quehacer diario por ADACCA. Pues sin él, nos falta esa chispa que ponen algunas personas, y que en un momento dado son capaces de provocar la risa, e incluso el entusiasmo en el público presente, dejando atrás sinsabores y negros nubarrones. Ahora al estar ausente Pepe, es cuando echamos en falta su presencia, particularmente tengo que decir que había días que, me levantaba el ánimo tan solo con su presencia y sus cómicas ocurrencias.

Ahora nuestro "DANDDY" vuelve a estar con nosotros y parece que retorna con renovados ánimos, y de continuar con sus cansinas verborreas que a muchos nos dejan boquiabiertos, y algo sorprendidos aunque al fin y al cabo, Pepe continúa siendo nuestro "DANDDY" caletero para todos aquellos que le apreciamos y disfrutamos de su buen humor y desenfado.

Pero ante todo, lo que deseamos aparte de las bromas y chascarrillos es que él se encuentre bien de salud y feliz de estar de nuevo entre nosotros.

Veremos cuanto aguanta entre nosotros, teniendo en cuenta, que es culo de mal asiento como se suele decir y pronto comenzará a decir que se quiere marchar. Así es él y así lo aceptamos. Y qué pensará la Sra. NONI al respecto.

JOSÉ Mª CARRILLO

"Pepe continúa siendo nuestro "DANDDY" caletero para todos aquellos que le apreciamos y disfrutamos de su buen humor y desenfado."

Cazando jabalís con mi padre

Por Fernando Guerrero Moreno

A mi padre. le encantaba cazar... ¡más que la hostia! Mi abuelo. lo inició en esta afición a mi padre. y él después me inició a mí. A él le gustaba cazar. sobre todo conejos. recuerdo que iba mucho a cazar a la "berea" y a campos abiertos.

Con diez años. ya me iba con mi padre y mis tíos a cazar. ellos utilizaban una escopeta de dos cartuchos y yo una de un cartucho. Eso junto con mi inexperiencia. me daba mucha desventaja a la hora de cazar. pero eso nunca me restó interés ni ilusión. por ir a cazar. Al principio. siempre fallaba los tiros. ¡Era más malo que pegarle a un "pare"! pero con el tiempo mi puntería mejoró y aprendí a cazar.

Recuerdo. cuando tenía 20 años. fuimos a Cazorla de cacería con mi padre y mis tíos a cazar jabalís. Yo vi el primer jabalí. pero me quedé callado porque me entró mucho miedo. Entonces el jabalí me vio y empezó a chillar. chillaba mucho. un montón. fue entonces cuando mis tíos y mi padre lo vieron. Primero mi tío le disparó. hiriéndole en la pata y después mi padre le disparó ylo mató.

Al día siguiente. lo llevamos al matadero. pesó 38 kg. era un jabato pequeño pero con unos colmillos grandes. de 10 cm ¡por lo menos!. Después de examinarlo el veterinario. nos dijo que estaba sano y que nos lo podíamos comer. ¡Nos pegamos un buen festín! Estaba rico. rico... jajaja.

Fue una gran experiencia. pero la última de caza mayor para mí. porque no me gustó para nada ver tanta sangre. Después me aficioné a cazar pajaritos con trampas. sólo me comía los que las trampas mataban. los que sobrevivían. los soltaba. Porque. puedo decir que matar por matar. no me gusta a mí. pero la afición de cazar sí.

En recuerdo a mi padre Fernando Guerrero Gómez.

LOS 7 MAGNÍFICOS EN PRADO DEL REY.

José Antonio Toro Pérez.

En 1960 se estrenó la película "Los 7 magníficos", dirigida por John Sturgese interpretada entre otros por Yul Brynner, Steve McQueen y Charles Bronson (luego se haría una versión en 2016). ¿Qué tiene que ver todo esto con el fin de semana que pasamos en la casa rural de Prado del Rey? Muy sencillo: el título. Ese fin de semana lo pasamos con los 7 magníficos de ADACCA.

El tiempo acompañaba, hacía un poco de calor, no para bañarse en la piscina, claro, pero se estaba muy a gusto en el porche. La casa era inmensa, con 8 habitaciones con un total de 26 plazas aunque íbamos sólo 18 personas (11 usuarios y 7 profesionales), 6 cuartos de baño, 2 salones, uno de 80 metros y otro en el que solíamos estar todos de 120 metros cuadrados y 2 chimeneas, que venían de lujo porque por las noches refrescaba.

Lo único malo que tenía la casa era la escalera pero nada que no se pudiera superar con la ayuda de los profesionales.

Normalmente. dormíamos dos en cada habitación pero en la nuestra éramos tres porque había una cama de matrimonio y una litera.

El temor más grande que tenía era tener que levantarme a medianoche para ir al servicio. despertando y molestando al profesional que dormía en mi cuarto. pero al final lo conseguí. me levanté y no se enteró de nada. ni él ni otro compañero que también dormía allí.

Pero lo mejor con diferencia a nivel personal fue que me levanté el domingo temprano para ducharme. cogí toda la ropa del armario para ponerla encima de la cama. los bártulos de la ducha y me fui al baño: todo esto sin despertar a mis compañeros de cuarto incluso tuve que esquivar un andador que estaba detrás de la puerta.

JOSÉ ANTONIO TORO PÉREZ.

" El tiempo acompañaba, hacía un poco de calor, no para bañarse en la piscina, claro, pero se estaba muy a gusto en el porche. "

Todo empezó en el centro, se notaban los nervios en el ambiente, llegaron las furgos y embarcamos todos en ellas. El ambiente era distendido, el viaje no se hizo muy largo. Por fin llegamos al lugar, la casa era impresionante. Estábamos todos deseando de bajarnos, nos sentamos en el porche mientras los profesionales nos bajaban las maletas, las pusieron cerca de nosotros para que llegado el momento pudiéramos coger cada uno las nuestras.

Subimos a las habitaciones para dejar el equipaje, el día anterior ya hicimos el reparto de camas, yo pensaba que todas las puertas serían iguales y que en medio de la noche si iba al servicio después no sabría cual sería mi cuarto (he de decir que no veo muy bien), así que me llevé una linterna de esas que usan los ciclistas en la cabeza para tener las manos libres, un rollo de fixo y un papel en blanco para marcar la puerta, pero al final no me hizo falta porque la puerta de la habitación es la que estaba más pegada al baño.

LOS 7 MAGNÍFICOS EN PRADO DEL REY.

José Antonio Toro Pérez.

A la hora de la cena, bajamos todos al salón grande y encendimos la chimenea. Los profesionales nos prepararon una buena cena, a base de pizzas, patatas fritas, queso, aceitunas, etc. Cuando llegó la hora nos fuimos retirando paulatinamente, acompañados claro, para no tener riesgo de caídas.
La noche pasó sin incidentes, nos levantamos por la mañana, aseo y bajamos todos a desayunar.
La mañana pasó muy rápida, cuando llegó la hora del almuerzo, teníamos programado hacer una paella, cada uno echó una mano en la medida de sus posibilidades. Cortando las cebollas, pimientos y tomates para hacer el sofrito.
Dos compañeros se dedicaron a hacer la paella, viéndolos a los dos nadie hubiera apostado que iba a salir bien pero contra todo pronóstico he de decir que salió buenísima (yo me comí tres platos.).
Después de almorzar, subí a la habitación para dormir la siesta, cogí el ipod, le enchufé los cascos y me tumbé en la cama para escuchar música. Estuve tres horas durmiendo hasta que vinieron a despertarme, aún así dormí como un bebé por la noche. ¡Benditas pastillas!
A la mañana siguiente después de un buen desayuno, nos quedamos en el porche charlando hasta la hora de irnos.
Embarcamos todo el equipaje en las furgos y nos montamos dirección a Prado del Rey, al bar donde teníamos concertada la comida.
El bar estaba muy bien y la comida muy rica, cuando terminamos pusimos rumbo a Adacca, donde nos esperaban nuestros familiares para llevarnos a casa.
La aventura tocaba a su fin.
He de decir que yo soy un tipo dado a no expresar lo que siento pero la experiencia fue muy positiva y la repetiría sin pensarlo, siempre y cuando vinieran con nosotros los 7 magníficos.

LA RESACCA

REVISTA DE LOS USUARIOS DE ADACCA. AÑO V. EDICIÓN XIII 2019