

## 12 vidas en 60 minutos

### Sesión especial en el cine-teatro Cervantes

Llega el momento de poner *The End*, pero el final no ha llegado. Esta paradoja es porque aunque el proyecto 'Vidas de Verdiblanca' concluye, queremos alargarlo un poco más. Para empezar: vamos a celebrar lo bien que ha ido esta iniciativa, novedosa y pionera en Andalucía, con una proyección en pantalla grande de los 12 capítulos que componen esta idea audiovisual de nuestra Asociación.

Os esperamos; a nuestro@s afiliad@s, a los protagonistas de estos documentales (soci@s y trabajador@s), a vuestras familias, compañer@s y amistades. Queremos que sea un gran día de cine. Por eso hemos elegido el Teatro Cervantes, en pleno centro de la ciudad de Almería, para mostrar estos trabajos en formato cortometraje, con unas excelentes imágenes y música.

**Estreno del último capítulo del proyecto 'Vidas', junto al resto de cortometrajes.**

Además de alguna sorpresa que nos reservamos para este día 31 de enero, a las 18:30h., también vamos a realizar el estreno del último de los capítulos. Es el que corresponde a Mercedes Moreno Berenguel, una de las empleadas de nuestro servicio de Limpieza en la Universidad de Almería, que es la protagonista de esta historia conmovedora, ejemplarizante y llena de ilusiones.

Esta serie de vídeos ha sido vista masivamente a través de nuestro perfil de Facebook y nuestro canal Youtube (donde siguen presentes). Ahora, con la colaboración de Sintagma, toca verlos en la pantalla grande del Cervantes, que es accesible para personas con movilidad reducida. Su capacidad es limitada; por tanto, aunque la entrada es libre hasta completar el aforo, hay que ir con tiempo.

El proyecto 'Vidas' llegó hasta TVE, que emitió los capítulos cada jueves. También se hizo eco Ramón García en la COPE entrevistando a Francisco Cantón. El último capítulo lo protagoniza una entusiasta e ilusionante Mercedes Moreno.



El proyecto 'Vidas' llegó hasta TVE, que emitió los capítulos cada jueves. También se hizo eco Ramón García en la COPE entrevistando a Francisco Cantón. El último capítulo lo protagoniza una entusiasta e ilusionante Mercedes Moreno.

## Los lunes, al cine

Ya se ha convertido en un clásico más de las actividades de ocio y tiempo libre de Verdiblanca, al igual que las Jornadas de Vacaciones de Verano. Por eso no hemos querido demorar más la recuperación de nuestra actividad 'Los lunes, al cine'. En colaboración con la empresa Sintagma, vamos a seguir acudiendo a una proyección cinematográfica a alguna de las salas Monumental, del centro comercial Mediterráneo. Y, como novedad, incluiremos en la oferta de películas las que se proyecten en el Teatro Cervantes; más céntrico y accesible. Quienes tengan interés en acudir deben llamar al teléfono habitual, 950221000, extensión 3, y preguntar por Teresa.

Ya tenemos programada otra actividad adaptada en la Naturaleza. Será el domingo 23 de marzo, al Paraje Natural Karst en Yesos de Sorbas; desde las 9 a las 15h. Llámarnos para reservar plaza.

### APRENDER A CUIDARSE

## Peso ideal tras la Navidad

Continuamos las recomendaciones en colaboración con la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía; en esta ocasión con consejos saludables para contrarrestar los excesos navideños. Conseguir el peso ideal es. Recordemos lo que decía hace 2.500 años Hipócrates: "Que tu alimento sea tu medicina", cuando el secreto de la salud era aprovechar la Naturaleza. Aquí van algunos trucos para adelgazar naturalmente: sólo 4 comidas diarias en horario regular; no llenar los platos ni repetir; más verduras, hortalizas y frutas frescas; retirar la grasa visible de los alimentos; cocinar en sartenes y ollas antiadherentes; utilizar sales bajas en sodio; beber 2 litros diarios de líquido (mejor agua); realizar actividad física 3 veces por semana 30 minutos diarios (bailar, correr, andar...) y, en lugar de dulces, frutas secas o deshidratadas.

## 3.000 € para comprar un coche nuevo adaptado

El Plan PIVE mantiene su apoyo a la discapacidad. El pasado 10 de enero el Gobierno ha prorrogado el Plan PIVE para adquirir un vehículo nuevo mediante una ayuda económica si lo adquiere una persona con discapacidad; y el vehículo necesita adaptación. Son 3.000 €, lo que contribuye a mejorar la movilidad de nuestro colectivo, obligado a hacer grandes desembolsos para adaptar el vehículo.

## Lleno del Auditorio con 'BSsB'

El año 2013 no pudo terminar mejor para la familia de Verdiblanca. El Auditorio Municipal Maestro Padilla se llenó para conmemorar el Día Internacional de la Discapacidad y clausurar el Año Español de las Enfermedades Raras. Para esto último acudió a nuestra invitación Ignacio Tremiño, Director General de Políticas de Apoyo a la Discapacidad del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. La emoción fue la nota predominante en la celebración del gran concierto benéfico 'Bandas Sonoras sin Barreras-BSsB' que organizamos. Soci@s, plantilla, amistades, familiares y muchos representantes de entidades e instituciones públicas acudieron a la cita hasta abarrotar el recinto. Un público entregado a la causa y a los 70 artistas que desfilaron por el escenario de forma altruista; empezando por la Orquesta Joven de Almería y la banda de rock

APOL, hasta los cantantes, músicos y bailarines como Alberto Ruiz, Anabel Veloso, Ángel Luis Pérez, Carlene Graham, Chelo García, Chochi Duré, Darío Rodríguez, Lunático, Marta Fernández, Ramón García y Sensi Falán. Todo con el apoyo de Ayuntamiento de Almería, Cajamar, CASI, InterAlmeríaTV y Productópatas.



Bajo la dirección de la magistral batuta del británico Michael Thomas, Verdiblanca alcanzó un nuevo hito en su historia de la inclusión social del colectivo haciendo vibrar al público que acudió a disfrutar de este novedoso espectáculo en torno a la música y el cine sobre la discapacidad.

Cuida tus ojos con las últimas tecnologías

Descuentos especiales para soci@s de Verdiblanca

- 25% en gafas graduadas completas.
- 15% en cristales graduados.
- 15% en gafas de sol.
- 15% en audífonos.

\* Revisiones de vista y audiometría gratis  
\* Instalaciones y servicios de optometría y audiometría adaptados para personas en sillas de ruedas

No acumulable a otras promociones



SantaRita  
óptica

Plaza Santa Rita 5/N (Adaptada)  
(Esquina C/ Juan Lirola) Tlf: 950270220 - NICA 3961  
Avda. Padre Méndez, 52 Tlf: 950271246 - NICA 28823  
www.santaritaoptica.es

## GENTE CAPAZ



## “Soy como soy y no me supone un problema”

### Lucía del Rey García

#### Una afición:

escuchar música de Dani Martín.

**Un plan perfecto:** ver un partido del Real Madrid en el Bernabéu.

**Un momento del día:** cuando vuelve del instituto a casa.

**Un deseo futuro:** ser psicóloga.

**Un lema:** quien la sigue la consigue.

Lucía, de 15 años, padece síndrome de regresión caudal. “Nací así, es como soy, no me supone ningún problema. Salvo la timidez”, reconoce. Es, efectivamente, muy tímida, y de pocas palabras, tras las que se atisba ironía y una inteligencia rápida. Lo suyo hubiera sido haberla entrevistado en su salsa: durante unas vacaciones, en casa y relajada o con su primo, divirtiéndose los dos a costa de los magos y las adivinas que leen el tarot en televisión; de los que luego apuntan sus nombres y los siguen en Twitter.

Esta adolescente ha protagonizado esta Navidad la postal de felicitación de Verdiblanca, de la que es la socia 3.511, y usuaria de nuestro Centro de Fisioterapia. Estudia 4º de la ESO en el IES Bahía de Almería. Buena estudiante, más de lengua que de matemáticas, sus amigas son las del instituto. Le gustaría cursar Psicología, lo mismo que su hermana mayor. Tiene claro el consejo para un chico o una chica con discapacidad que no lo viva con tanta naturalidad como ella: “Que salga para adelante, que no pasa nada por ser así”.

Además de dar tus sugerencias, puedes recibir este boletín por mail. Solicítalo en el correo electrónico [info@verdiblanca.com](mailto:info@verdiblanca.com)



Invierno 2014

Boletín nº 16

Edita: Verdiblanca

Presidente: José Gómez Amate

Dirige: Antonio Sánchez de Amo

Jefa de Prensa: Elena Sevillano

Fotografía: Juan Jesús Gómez