



ASOCIACIÓN RIOJANA DE
ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Verano 06

Revista-Boletín nº 2

UN RAYO DE LUZ

Estas vacaciones, vayas donde vayas, al campo, a la playa, al pueblo, a la montaña, mira a tu alrededor, seguro que hay algo que merece la pena, sino vas a ninguna parte, no pasa nada, seguro que desde tu casa, lo ves. Y si a pesar de todo, no encuentras nada interesante, recuerda que la belleza siempre puedes crearla tú.



INDICE

- | | |
|----------------------|----------------------------------|
| 1.- Noticias médicas | 4.- Curiosidades |
| 2.- Discapitados | 5.- Colaboraciones de los socios |
| 3.- Conozca la Rioja | |

2.- TARJETA DE ESTACIONAMIENTO DE VEHÍCULOS PARA PERSONAS CON MOVILIDAD REDUCIDA



La tarjeta de estacionamiento es un documento que acredita a su titular para acceder y estacionar los vehículos en los que se desplazan personas con movilidad reducida en aparcamientos reservados, además de otras condiciones específicas que los respectivos ayuntamientos establezcan, en materia de ordenación y circulación de vehículos, en sus ordenanzas.

Va dirigida a personas residentes en la Comunidad Autónoma de La Rioja que tengan reconocido un grado de minusvalía igual o superior al 33% y con importantes dificultades de movilidad e instituciones, entidades u organismos que atienden a personas con discapacidad y/o con importantes dificultades de movilidad.

Si necesitas más información puedes dirigirte a: **CENTRO BASE DE MINUSVÁLIDOS**, sito en C/ Trinidad, 13. 26071 Logroño Tfno : 941-201822.

Ten en cuenta que los grandes amores y logros entrañan un gran riesgo.

Si pierdes, no pierdas la lección.

Aplica las tres erres:

Respétate a ti mismo

Respeta a los demás

Responsabilízate de tus acciones

(Aportado por Julio Pérez)

Recuerda: No es más grande el que triunfa, sino el que jamás se desanima.

(Martín Descalzo)

3.- CONOZCA LA RIOJA.

LA PLAZA DEL ESPOLÓN DE LOGROÑO



Se creó en 1757 y en 1809, se decidió su reforma. Este año, la Corporación Municipal compró el Seminario, ubicado entonces en la manzana delimitada por el edificio que en la actualidad ocupa el Gobierno Civil y colindantes.

A causa de su deterioro, en 1856, deciden crear otro paseo, el cual, desde sus mismos inicios y

según todos los comentaristas, lo que más llamaba la atención eran sus espléndidas arboledas y con el paso del tiempo se fueron incorporando otros ornamentos.

En un plano de la época, vemos que están colocadas seis estatuas de piedra, representativas de otros tantos monarcas (don Pelayo, Ordoño, Leovigildo, Alfonso el Casto, Enrique I y Felipe V). Fueron colocadas en 1858 y a partir de ese momento se llamó Paseo de los Reyes.

En 1895, se trasladaron estas estatuas y se colocó la talla ecuestre del General Espartero.

Otra de las imágenes de obligado recuerdo es el templete de la música, cuya origen se remonta a 1888, era sumamente solicitado tanto por el vecindario como por la banda de música del Regimiento de Artillería, dispuesta a ofrecer gratis conciertos a la población.

A los pocos años de la inauguración del templete, se volvieron a colocar las seis estatuas de los reyes, que estuvieron en la zona del momento a Espartero hasta 1931 y fueron derribadas por motivos políticos.

El templete de la música, fue desmantelado en 1953, para proceder a la construcción del actual Auditorio y con una nueva reforma del entorno de la plaza.

Información facilitada por José Antonio (marido de Irene)

PECES, PAN Y VINO EN LAS FIESTAS DE SAN BERNABÉ

En memoria de la liberación de Logroño, sitiado en 1521 por el ejército francés.

El 11 de junio, día de la fiesta de San Bernabé, tendrá lugar la cita con la “Cofradía del Pez”, con todos los ciudadanos de Logroño.



Como cada año, la cofradía del pez reparte peces fritos, pan y vino en jarritas de barro, junto a las murallas y a la puerta del Revellín, en recuerdo de la liberación de la ciudad, sitiada por el ejército francés en 1521. por aquél entonces, los logroñeses, subsistieron el asedio alimentándose de peces pescados del río Ebro.

El vino que se ofrece en esta celebración es seleccionado previamente por los hermanos cofrades, que realizan varias catas para determinar cual de todos cumplirá las expectativas de los ciudadanos logroñeses.

Con el tiempo, uno empieza aceptar sus derrotas con la cabeza alta, y los ojos abiertos.

Con el tiempo, te das cuenta de que cada experiencia vivida con cada persona, es irrepetible.

Y después de un tiempo, uno aprende que si es demasiado, hasta el calorcito del sol quema. Y aprende a plantar su propio jardín y decorar su propia alma, en lugar de esperar a que alguien le traiga flores.

(Citas de Jorge Luis Borges)

(M^a Mar Adalid)

FRASES CELEBRES

Solo la tenacidad y el trabajo, harán tus proyectos realidad.
El que cree que lo sabe todo, en realidad no sabe nada.
Sólo el que ha sufrido, disfruta al máximo cada acontecimiento
Siempre ten esperanzas, no te rindas jamás.

(Aportadas por Alfredo Miruri)

4.- CURIOSIDADES

LAS PERSEIDAS.: LA “LLUVIA” DE ESTELLAS

Las Perseidas o” Lagrimas de San Lorenzo es la lluvia de estrellas fugaces que todos los veranos nos invita a observar el cielo y acercarnos un poquito mas a la astronomía.

Durante dos milenios la humanidad ha venido observando en el cielo estival la lluvia de estrellas fugaces llamada Perseidas. Las Perseidas reciben este nombre porque su radiante, punto imaginario donde se cortan las prolongaciones hacia atrás, de los trazos meteoritos, se encuentran en la constelación de Perseo.



Las estrellas fugaces son el polvo emitido por los cometas que se convierten en trazos luminosos cuando entran en la atmósfera terrestre.



Las Perseidas, también se denominan “lágrimas de San Lorenzo” por la proximidad de su máximo de actividad a la festividad de San Lorenzo, el 12 de Agosto.

Para ver el mayor número de estrellas fugaces es necesario encontrar un lugar oscuro, lejos del alumbrado publico y estar cómodo .Aunque en principio no hay una dirección privilegiada hacia donde dirigir nuestra observación, siempre se recomiendan mirar hacia el norte o el este...

5.- COLABORACIONES DE LOS SOCIOS

RECETAS DE LUIS BLANCO

RANCHO



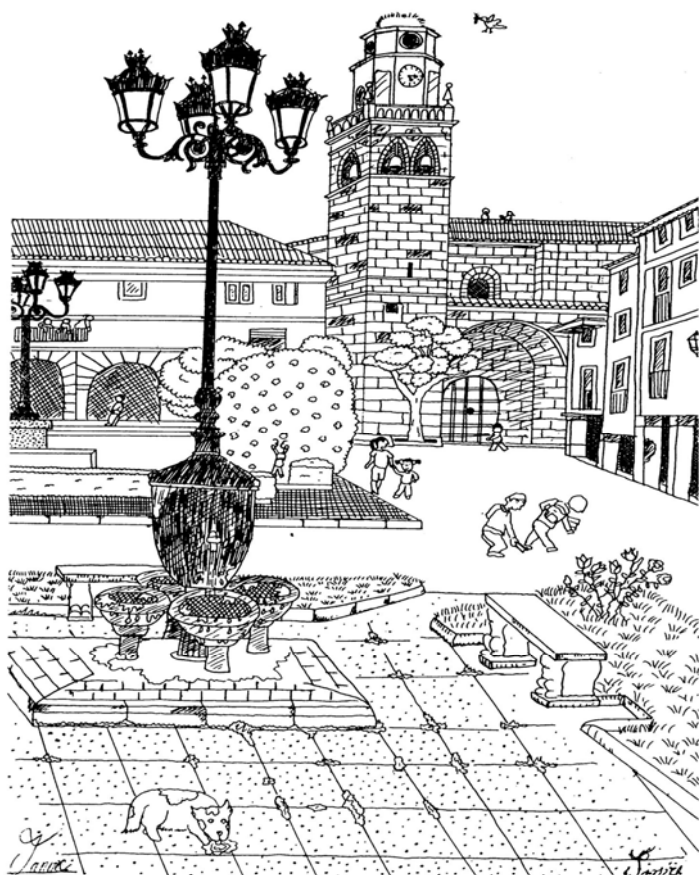
INGREDIENTES: un brazuelo de cordero, patatas, aceite, cebolla, ajos, laurel, vino blanco, sal, azafrán, tomate y pimientos verdes.

PREPARACIÓN: Se echa en la cazuela la cebolla, el cordero, dos dientes de ajo sin pelar, se fondea. Cuando está blanda y blanca la cebolla y la carne más o menos dorada se añaden las patatas, se rehogan, añadiendo el laurel, el azafrán y el agua, hasta cubrir medio dedo (de agua), y se pone todo a hervir y el agua se evapora.

SONREIR

Una sonrisa no cuesta nada y da mucho.
 Enriquece a los que la reciben sin empobrecer a los que la ofrecen.
 Solo dura un instante, pero su recuerdo a veces es eterno.
 Nadie es tan rico que pueda prescindir de ella ni tan pobre que no pueda ofrecerla.
 Es el signo sensible de la amistad.
 Una sonrisa procura reposo al ser fatigado y anima al mas desanimado y si alguna vez
 encuentras una persona que no te ofrece la sonrisa que tu mereces, sé generoso y
 ofrécele la tuya porque nadie necesita tanto una sonrisa como aquel que no es capaz
 de ofrecérsela a los demás.

(Entregado por Teresa Cibrian)



ANGUCIANA

Dibujo realizado por JANIRE MARTINEZ
 SARRIA (8 Años)

Sepamos vivir la vida
 aún con discapacidad.
 Qué podemos ser felices,
 si asumimos con frialdad,
 algo que se nos ha impuesto
 contra nuestra voluntad.
 Qué una cara inexpresiva
 sepa reír y alegrar,
 Qué unas manos temblorosas,
 no dejen de acariciar.
 Si mis piernas no se mueven
 mi mano se moverá
 para seguir transmitiendo
 el deseo de luchar.
 No perdáis las esperanzas
 ni la ilusión de soñar.
 ¡Qué no logre doblegarnos
 una absurda enfermedad!



Aunque la luz sea del atardecer,
 que ilumine nuestros pasos
 María Luisa Vallano Martinez