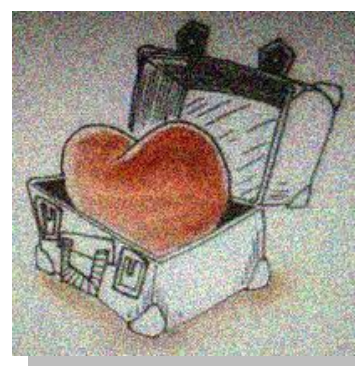


FRATER GRANADA

FRATERNIDAD CRISTIANA DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD



JUNIO 2022 - N° 51



Sumario

Portada
Editorial
Información Equipo Diocesano
Mensajes del Padre François
Fraternas en el Mundo Rural
Cartas Fraternas
Entrevista
No es Oro todo lo que Reluce
En Memoria de...
Poesías
Notas de Prensa
Pasatiempos
Receta Cocina
Contraportada



EDITORIAL

Se dice que la oscuridad es la ausencia de luz y que la guerra es la ausencia de paz.

La Paz se la define como la relación de armonía entre las personas, sin enfrentamientos ni conflictos. Por desgracia la historia de la humanidad, está plagada de belicismo, pocos son los siglos en los que ha reinado la paz... Es un dato que tendría que ponernos los pelos de punta, más aún, estando tan presente en nuestros días...

Hace unos meses se instaló en nuestras vidas a través de los medios de comunicación, la guerra de Ucrania. La invasión de Rusia sobre éste territorio, nos ha traído y trae imágenes que nos muestran en directo, la masacre de personas y destrucción de ciudades... Sin entrar en que en paralelo hay otras guerras causando igual o más estragos, pero que como no están en Europa, no nos preocupan tanto... (Porque una vez más nos chocaríamos de bruces con los intereses y clases, llamémosle materias primas, situación geográfica, etc. entre los países en conflicto y el resto...) Hay una cosa que si nos tiene que quedar clara, las guerras no se justifican, ni nadie gana, todos pierden y sobretodo pierde el pueblo sencillo, al que llevan y traen a su antojo los poderosos de éste mundo.... Sin importarle lo más mínimo la vulneración constante de los Derechos Humanos.

La guerra es la ausencia de paz, como decía al principio, pero también a diario nos encontramos con esta ausencia de paz, en cada una de estas situaciones: cuando se práctica la violencia de género, de condición sexual, doméstica, infantil, verbal, etc.

La violencia está instaurada en nuestras sociedades, y es un reto y trabajo pendiente erradicarla, poniendo a disposición de todos/as sus ciudadanos/as herramientas para contrarrestarla...

La herramienta matriz es la Educación, en el seno familiar, escolar, entorno, sociedad...

Jesús es el maestro de la Paz, nos la da y deja, no como la que da el mundo, sino una paz que nace de dentro hacia fuera y te hace sentir en armonía con el entorno cercano y lejano...

Os deseo un buen verano
en Paz y Armonía



Realización:

M^a José Rodríguez Millán

Montaje:

M^a José Rodríguez Millán
José Manuel Zambrano Sosa

Colaboraciones:

Juan de Dios Peinado
Trini Recio
Manuel Velázquez
Paco Bautista
Amparo Verdejo
Ana Cabrerizo
José Manuel Zambrano
M^a José Rodríguez Millán

Dirección Social:

Frater Granada

c/ Verdiales 13, Bajo
18014 - Granada -
Teléfono: 958 15 74 91



<http://fratergranada.webnode.es/>



Síguenos
en facebook



Información Equipo Diocesano

Queridos hermanos y hermanas; los miembros del Equipo somos conscientes de que aún seguimos viviendo una situación difícil, estresante y desesperante, que está durando mucho, pero, os pedimos fuerza, tranquilidad, paz y esperanza, porque esperamos volver a veros pronto y a compartir nuevas experiencias, besos y abrazos...

Nos hemos adaptado a las nuevas tecnologías, para poder estar presentes, y representar a nuestra Fraternidad, en todos aquellos actos a los que se nos ha invitado.

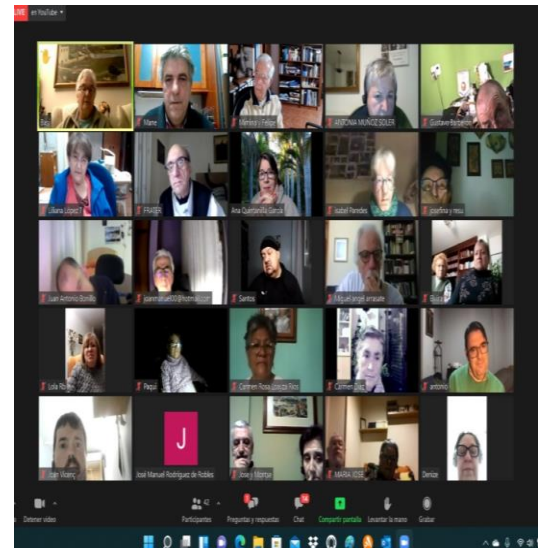
Durante este primer semestre del año 2022, Frater ha estado presente en todos aquellos actos, seminarios, jornadas, cursos, reuniones, asambleas, etc., tanto a nivel **presencial** como a través de **Videoconferencias**. A través de esta última hemos asistido:

Invitados por el Presidente de Frater España a los SEMINARIOS WEBINAR:

- ¿Somos una Iglesia inclusiva? Presentado por Ana Quintanilla, vicepresidenta de Frater España.
- “Mujeres en la Iglesia. Desafíos y Propuestas”.
- “La Fragilidad en el mundo actual: desafíos para la esperanza” expuesto por José María Marín.

Invitados por SERVIMEDIA, a los siguientes DIÁLOGOS:

- XV Premio Cervelló sobre “sostenibilidad y Gobierno Corporativo.
- 2022: ¿Una odisea para el pequeño comercio”
- Los mayores y la Banca.
- Tú eres Europa: Educación, cultura y juventud.
- Tras 40 años de la Lismi es la hora de modificar el art. 49 de la Constitución.
- Portal Notarial del ciudadano



Invitados por COCEMFE a las siguientes Masterclass:

- ¿Cómo han evolucionado las ciudades tras 2 años de pandemia?
- Reforma laboral y su impacto en las personas con discapacidad y las ONG.
- Vida independiente y desinstitutionalización.
- Memoria histórica: Mujer y discapacidad
- Presentación del Libro Blanco de la discapacidad orgánica

Invitados por FUNDACIÓN ONCE a la:

- Presentación del Libro en lectura fácil “Vida de mujeres inspiradoras”
- Presentación proyecto Pulse: Botonera virtual accesible para los ascensores”
- Presentación del Observatorio Estatal de la Soledad no deseada
- Pisadas de Dignidad
- Desayuno Jurídico “Accesibilidad y Movilidad en la vía pública.

Invitados por la FEDERACIÓN LIRA a las:

- Jornadas sobre “Aspectos Fundamentales en los Planes de Igualdad en el tercer sector

Invitados por FEGRADI a la:

- Reunión de la Comisión de transporte

Invitados por la ASOCIACIÓN DE HEMOFILIA a las Jornadas:

- “Empoderamiento a través de una atención psicosocial”
- Hemofilia y otros trastornos de la coagulación.

Invitados por la FUNDACIÓN LA CAIXA a las Jornadas:

- Investigación e innovación en España y Portugal
- Curar la ceguera: tratar la retina para restaurar la visión.



Invitados por la ASOCIACIÓN ASEMGRA a los siguientes Talleres:

- “Cuidarse para cuidar”
- “Haz de tu móvil una herramienta de utilidad diaria”
- “Técnicas de respiración y relajación.
- “Facilita tu día con internet”

Invitados por la DIPUTACIÓN DE GRANADA a:

- La IV Edición de los Premios Social-Dipgra 2021-2022 en el Auditoria del parque de las Ciencias

Invitados por la JUNTA DE ANDALUCÍA a las:

- Jornadas Técnicas de la Ley 7/2021, de 1 de diciembre, de impulso para la sostenibilidad del territorio de Andalucía.

Invitados por la ASOCIACIÓN DE PACIENTES CARDÍACOS DE GRANADA a la:

- XIV Jornadas Cardiológicas, celebrada en el Colegio de Médicos de Granada



También hemos participado de forma **PRESENCIAL** en diferentes actos, como:

- Acudimos invitados por la Presidenta de Parkinson, con motivo del Día Mundial del Parkinson, al acto celebrado en el restaurante María de la O. Igualmente, asistimos a la lectura del manifiesto con

motivo del día Mundial de Fibromialgia, en la Plaza del Carmen.

- Asistimos a las Jornadas: “Apostando por una atención integral”, organizada por la asociación Parkinson Granada y a las Jornadas Abriendo Puertas, organizado por la Asociación de Esclerosis múltiples y celebradas, ambas, en el Colegio de Médicos de Granada.

- Hemos asistido en la sede de **Fegradi** al:

- Encuentro para potenciar la comunicación entre Fegradi y sus entidades.

- Encuentro con la Plataforma de Asociaciones de Pacientes, para exponer problemas y soluciones relativos a nuestro colectivo.

- A la Junta Rectora de Federación.

- Asistimos en el salón de actos de **Aspace**:

- A la reunión con la Eurodiputada Conchi Insúa

- A la reunión de trabajo sobre accesibilidad turística para personas con discapacidad.

- Asistimos con motivo del Día Internacional del Síndrome de Asperger al acto celebrado en el Auditorio de Caja Rural de Granada.

- Asistimos al Encuentro organizado entre la Asociaciones de Pacientes y el Colegio Oficial de Enfermería de Granada. celebrado en el Salón de Actos de la Delegación de Salud

- Asistimos a la Asamblea Ordinaria de la Plataforma de Voluntariado de Granada, celebrada en el Salón de Actos de la Once.

- Asistimos a la Catedral de Granada, junto con los miembros de la Hospitalidad de Lourdes, para celebrar el Día del Enfermo y posterior convivencia.

Hemos participado en la **elaboración del video** que ha realizado la Federación Andaluza de Asociaciones Frater, con motivo de la celebración de la Convención de los Derechos de las personas con discapacidad de la ONU, el Día 3 de mayo.

Como podéis ver, éstas han sido algunas de las actividades en las que Frater ha estado presente, tanto de forma virtual como de forma presencial.

Queremos recordaros que el pago de la cuota se puede hacer a través del banco, para ello, podéis poneros en contacto con Mané y él os facilitará el número de cuenta para hacer el ingreso.



Queremos terminar con el deseo y la ilusión de volver a retomar nuestro día a día y compartir nuevas vivencias.

Un fuerte abrazo a todos y todas

EL EQUIPO

MENSAJES DEL P. FRANÇOIS



Reflexiones sobre las características de la fraternidad evangélica

“La fraternidad cristiana de enfermos y minusválidos quiere hacer de todos ellos seres “vivos”. ¡Son tantos los que se sienten aplastados por su deficiencia, los que se sienten aplastados por la sociedad..! La fraternidad pide a los enfermos y minusválidos generosos salir de sí mismos para ir a todos. A esos los llama “responsables”, pues desean el desarrollo de todos los que viven junto a ellos. Ninguna acción seria se produce sin los contactos personales, y estos no caben sin el amor fraternal. Para una fraternidad basada en el Evangelio tenemos el ejemplo del mismo Jesús vivo entre nosotros.

El amor fraternal es universal. No hay barreras de edad: el joven ama al anciano y recíprocamente. Si las condiciones sociales son diferentes, el amor supera también estas dificultades... ¿De racismo?... ¡ni hablar! No cabe el amor fraternal allí donde existan barreras.

El amor fraternal es gratuito. Es la característica del amor verdadero. Jamás dice: te quiero, pero... ¡Cuánta gente no actúa sino por el interés! No puede haber peros.

El amor fraternal es recíproco. Si se ama de forma auténtica, normalmente, se desea que el otro ame agradecidamente. Por eso se crean lazos de amistad. Si tú sabes amar como hermano, él también sabrá corresponderte.

El amor es “creador”. Tomamos esta palabra en sentido de eficaz, es decir, hace que se despierten capacidades dormidas. Las palabras reconfortantes, animadoras levantan la moral, ese amor es siempre eficaz, porque quien da recibe.

El amor fraternal va preferentemente a los más pobres y menos amados. Ellos no creen ya en el amor. Han fabricado unas barreras y se han metido detrás. ¿Quién sabe los duros golpes que han sufrido? Es preciso llegar a ellos con corazón muy de hermano y no desanimarse. Tal es el amor fraternal. ¿Puede haber algo más hermoso en este mundo?”

Jesús es nuestro Maestro y nos ha dado el mandamiento nuevo: Amar como Él nos ha amado. Aprendiendo de Él haremos verdadera nuestra fraternidad





Fraternas en el Mundo Rural

Hace tiempo que no he podido tener contacto con vosotros pero no por ello os tengo olvidados, FRATER es algo que llevo muy dentro de mí, me ha dado tantos momentos buenos que es imposible que en cualquier conversación no haya una razón para que salga a relucir algo o alguien de mi FRATER, fuisteis, sois y seréis una parte muy importante de mi vida, mi despertar al mundo, el valorarme como persona y ser humano, y sobre todo, aprender y aprender de todos/as y cada uno de vosotros/as.

Los que me conocéis os preguntareis que ha sido de Ana Cabrerizo, pues como para todos la vida sigue y tras el palo de la muerte de mi madre y mi pareja tuve que remontar, un palo muy gordo, en once meses perder a dos personas tan importantes en mi vida, por las cuales vivía y hacia por vivir, olvidándome de mi propia vida. Así que como digo tuve que remontar y lo hice día a día, el médico me mando antidepresivos porque aunque yo no lo reconocía si estaba cayendo en un poco de depre, también me aconsejo ir a grupos de trabajo, reuniones... Fui obligándome a salir y conocer gente, entre ellas a una gran amiga, Puri, las dos nos apoyamos y ahora somos grandes amigas, compartimos confidencias y tiempo libre algo que realmente necesita todo ser humano.

Y bueno como ya sabéis, yo no sé estar desocupada, me meto en todo lo que puedo.

Por medio de un amigo que conocí en anundis, me llevo a mundo xat... aquí hay muchas salitas donde se conversa y se escucha música, y hay como digo yo música con locutor o con dj como les llaman, nada más entrar me propusieron que cogiese radio, me negué en rotundo, yo hablando en radio, si no entiendo de música, no tengo ni una canción en mi ordenador...

Pero un día me enredaron, me liaron de tal manera, que hoy radio en dos salitas y es lo mejor que he podido hacer, me he pasado un invierno toda ilusionada compartiendo mi música con todo el que me quiera escuchar, porque la verdad es que te hace olvidarte del mundo mientras preparas la música, organizas y luego, pues comentas todo aquello que se te ocurre, yo siempre digo que no soy de las buenas, pero a la gente le gusta y eso es lo importante.

Que te valoren tu tiempo y tu trabajo es algo muy bonito y la verdad es que hasta ahora me lo están valorando mucho.

Os digo a continuación, como podéis escucharme, me haría ilusión saludar a la gente de FRATER por mi radio.

He conocido a gente fantástica y también menos, bueno... reservémosnos el nombre jaajajaja.

Si os animáis el xat es mundo xat.com y mi salitas son fuego_de_pasión y otra es los_latidos_del_corazón



La radio de fuego_de_pasión os la podéis bajar en play store, y me podéis escuchar de cuatro a seis, ahí estoy siempre, animaos, acompañarme y visitarme en salita, seguro que os gusta...

Espero no haber sido muy pesada, un saludito para todos y que sepáis que os llevo en el corazón.

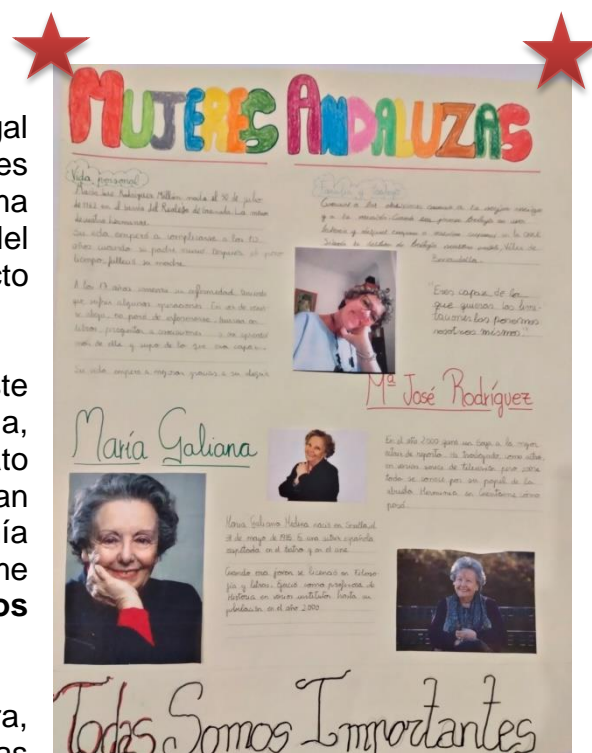
Ana Cabrerizo

El 8 de Marzo, día de la mujer, el colegio CEIP Madrigal y Padial, hizo un trabajo de investigación de mujeres andaluzas y veleñas que han hecho historia, con el lema "Todas Somos Importantes" Se presentó en el patio del colegio el trabajo de todos los cursos, finalizando el acto con la participación de los/as alumnos/as con un baile...

Anterior a éste día, me llamaron para participar en éste proyecto y me asignaron la clase de segundo de primaria, los niños/as de ésta aula, me invitaron a compartir un rato con ellos/as para conocerme mejor... Previamente Habían hecho un trabajo sobre la historia de María Galiana y la mía en un mural. Además habían escogido una frase que me definía, "**Las Limitaciones nos las ponemos nosotros/as**"

Para mí fue una experiencia muy enriquecedora, compartir con ellos/as, mi experiencia vital, la lucha ante las barreras arquitectónicas, la empatía en la diversidad, etc... Fue una mañana agradable e instructiva para todos/as...

Éste proyecto se hizo en colaboración con el ayuntamiento que a su vez elaboró un calendario de 12 mujeres veleñas. Nos asignaron un mes a cada una, a mí me tocó octubre, junto a mi foto está la frase



"Son nuestras elecciones las que muestran quienes somos realmente, mucho más que nuestras habilidades"

Posteriormente a éste día, nos invitaron desde el área de cultura, a visionar la grabación que habían hecho en el colegio sobre el proyecto " Todas somos Importantes" de los distintos cursos, y después colocaron los murales en la casa de la cultura...

Al finalizar el acto, el taller municipal de teatro, representamos bajo la dirección de Mercedes Abellán " Espejos donde mirarnos" pinceladas de la historia de cinco mujeres referentes de distintos ámbitos y épocas, yo escogí interpretar a Santa Teresa de Jesús...Fue un momento muy emocionante junto a mis compañeras...



Un Abrazo Fraternal

Mª José Rodríguez



Barrer mi trocito de acera desde el ámbito rural

Mi militancia en Frater la he desarrollado en la diócesis de Málaga y en el Equipo de Zona. Ahora resido en un pueblito del poniente granadino (Algarinejo) junto a José, mi pareja; y ayudo en la medida de mis posibilidades en la elaboración de la revista de Frater Granada. Estoy desconectada de Frater, pero su espíritu y filosofía me acompañarán y fundamentarán mi acción toda mi vida.

Mi espíritu siempre ha sido inquieto, y con los fundamentos de Frater, y desde mi realidad de diversidad funcional y enfermedad, intento aportar mi granito de arena para construir un mundo mejor.

En el pueblo donde resido participo activamente en la Asociación "Un beso, un abrazo y mucho Amor, Elena" una asociación sociocultural y humanitaria, donde realizamos acciones de ayuda a los más desfavorecidos, promoción de la igualdad entre mujeres y hombres, actividades con la gente mayor, cuidado del medio ambiente y promoción de la lectura; hace año y medio pusimos en marcha un punto de intercambio de libros en una de las calles aledañas a la plaza del pueblo, pues pensamos que la lectura favorece la empatía, la convivencia y promueve el desarrollo individual y colectivo y también el bienestar.

Además, de manera individual mi participación en redes sociales también está enfocada en ayudar, informar y divulgar sobre temas socioculturales: administro un grupo sobre los derechos de las mujeres, que se llama " Clara Campoamor, en Facebook, otro en la misma red social que se llama "Frater Sala" sobre diversidad funcional, otro de animación a la lectura y divulgación de la cultura en general que se llama "Trueque de

Libros", y en general, uso esta red social para tratar temas de carácter humanitario, convivencia, empatía, resiliencia y el cuidado del medio ambiente y la sostenibilidad.

Además, en whatsAap también tengo un grupo de animación a la lectura y otro sobre prevención de la violencia de género.

Algunas veces también participo en algún programa de la radio comunitaria Onda Color de Málaga. Siempre intentando sumar y construir. Intentando barrer mi trocito de acera, como decía el P. François, y desde la fuerza en la debilidad.



Un abrazo fraternal

Trini Recio

Si andas por la vida dejando «puertas abiertas» por si acaso, nunca podrás desprenderte ni vivir lo de hoy con satisfacción. ¿Noviazgos o amistades que no clausuran?, ¿Posibilidades de regresar? (¿a qué?), ¿Necesidad de aclaraciones? , ¿Palabras que no se dijeron?, ¿Silencios que lo invadieron? Si puedes enfrentarlos ya y ahora, hazlo, si no, déjalos ir, cierra capítulos. Dite a ti mismo que no, que no vuelven. Pero no por orgullo ni soberbia, sino, porque tú ya no encajas allí en ese lugar, en ese corazón, en esa habitación, en esa casa, en esa oficina, en ese oficio.

Tú ya no eres el mismo que fuiste hace dos días, hace tres meses, hace un año. Por lo tanto, no hay nada a qué volver. Cierra la puerta, da vuelta a la hoja, cierra el círculo. Ni tú serás el mismo, ni el entorno al que regresas será igual, porque en la vida nada se queda quieto, nada es estático. Es salud mental, amor por ti mismo, desprender lo que ya no está en tu vida. Recuerda que nada ni nadie es indispensable. Ni una persona, ni un lugar, ni un trabajo. Nada es vital para vivir porque cuando tú viniste a este mundo, llegaste sin ese adhesivo.

Por lo tanto, es costumbre vivir pegado a él, y es un trabajo personal aprender a vivir sin él, sin el adhesivo humano o físico que hoy te duele dejar ir. Es un proceso de aprender a desprenderse y, humanamente se puede lograr, porque te repito: nada ni nadie nos es indispensable. Sólo es costumbre, apego, necesidad. Por eso cierra, clausura, limpia, tira, oxigena, despréndete, sacúdete, suéltate.

Paulo Coelho



Cartas fraternas

Junio, 2022

SEGUIMOS CON EL SÍNODO -I

Queridos amigos:

Van pasando los meses y tenemos encima el verano, que se ha adelantado este año con un Mayo como si fuera ya Agosto. Son cosas del clima, que ha ocurrido otras veces, aunque nos parezca que como ahora no había pasado nunca, pero lo cierto es que lo del cambio climático va en serio.

En todo este casi medio año la actividad de Frater no ha parado, y Mané sigue firme al timón de la secretaría, como si todo esto funcionase con normalidad y el Equipo directivo continúa con su función de representación y contactos, necesariamente telefónicos y de visita, aunque echando en falta lo que han sido nuestras convivencias, que la pandemia suprimió y que no acabamos de ver la forma de reanudarlas.

En mi última carta de Diciembre pasado, por Navidad, os escribí sobre un tema de actualidad en la Iglesia, que era la convocatoria del **“Sínodo de la sinodalidad”**. En ella os expliqué qué era un Sínodo, y cómo el Papa lo que quiere es que toda la Iglesia, es decir “todos los bautizados”, nos sintamos participantes, para encontrar, con la escucha de lo que Dios quiere para su Iglesia en este siglo XXI, un camino de renovación y misión.

El Equipo Nacional ha elaborado unos temas de reflexión preciosos, que nos han dado pie a la reflexión y aportación de Frater al Sínodo. Hoy voy a glosaros, como en síntesis, lo que nos han aportado.

El Tema 1º titulado **“Caminamos juntos”**, parte de la vivencia que todos tenemos de necesitar comunicarnos, porque somos seres sociales por naturaleza, que precisamos de los demás, y al mismo tiempo tenemos dones que compartir con la familia, los amigos, la comunidad. Como dice un proverbio africano, “Si quieres llegar rápido, ve solo; si quieres llegar lejos ve acompañado”. Y es que si alguien te da la mano es más fácil levantarse. Jesús mismo se rodeó de un grupo de seguidores.

En Frater tenemos experiencia de vivir aquí un espacio de desarrollo personal y eclesial, para impregnarnos del Evangelio y ser una ayuda mutua en todo aquello que podemos, porque “el grupo” es la célula viva de nuestro movimiento, que nos hace más fuertes, y poder sentir que Jesús está con nosotros para vivir de una nueva manera la fe, compartir la vida, la amistad y la lucha por transformar la sociedad. Solos es imposible, porque nos cuesta muchas veces perseverar ante las dificultades, y por consiguiente necesitamos sentir el apoyo de los hermanos.

El Tema 2º Lleva por lema “**Comunión con la Naturaleza y la Familia humana**”, y va en línea con la preocupación y llamada del Papa Francisco, en su encíclica sobre el cuidado de la casa común, insistiendo en que caminamos con total interdependencia con la Naturaleza y con las Personas. Tenemos cada día mayor conciencia de que dependemos del universo y de unas personas con otras, porque somos parte del mundo y miembros de una sola humanidad, acuciados tantas veces por nuestra vulnerabilidad y debilidad. Lo estamos comprobando con la pandemia, que no se ha ido. Aunque seamos la parte del universo que es capaz de pensar y sentir, estamos hechos de la misma materia que el resto de la creación.

Jesús nos enseñó que todos somos hijos de Dios y que “en Él vivimos, nos movemos y existimos”, formando la gran familia humana. Como lo llamaba San Francisco, somos hermanos del sol, del agua, de las flores, y debemos sentirnos parte de esta maravilla creada por nuestro Padre, para vivir en alabanza, mientras caminamos hacia una “tierra nueva” guiados por su Espíritu.

El Tema 3º nos dice: “**Vivir el evangelio desde la fragilidad**”. La frase del Señor al parálítico: “levántate y anda”, Frater la ha tomado como lema que ilumina y orienta nuestra existencia como personas creyentes. Nuestras capacidades, aunque no lo creamos, superan a nuestras limitaciones. Tratamos de vivir comprometidos conviviendo con nuestras pobrezas, aunque cuando nos enfrentamos con la fragilidad y sus dificultades, surgen inevitablemente en nuestro interior interrogantes como este: ¿Es posible la esperanza teniendo nuestra enfermedad, con todos sus sufrimientos físicos y psíquicos, en este mundo “del descarte” de todo aquello que estorba a una imagen ideal de felicidad irrealizable? Esta visión idílica olvida que la fragilidad es inherente a nuestra naturaleza, y supone un desafío de búsqueda de sentido, aún en medio del sufrimiento. La esperanza es esencial en nuestra vida. Somos frágiles, pero a la vez fuertes con un anhelo de plenitud. Por ello es preciso no esperar pasivamente, sino superarnos en nuestras limitaciones, sabiendo que abrazar nuestra realidad es una actitud sanadora. Esperamos del Sínodo que salga una Iglesia que abandone viejas ideas de culpa, castigo y sacrificio, para sentirnos acogidos en ella, porque sabemos que Dios es “amigo de la vida”.

Se va agotando el espacio habitual y debo cortar. Seguiré con estas preciosas aportaciones para nuestra reflexión en sucesivas entregas cuando toque. Por hoy solo deseamos un “BUEN VERANO” sorteando los calores que anuncian, aunque sea con “Botijo y Abanico”.

Un fuerte abrazo, como siempre de vuestro amigo

JUAN DE DIOS

LA FUERZA DEL EVANGELIO EN LA FRAGILIDAD



Aportación al Sínodo de la Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad (Frater España)



Entrevista

Hola a todos y a todas, en esta esta nueva edición, vamos a conocer a nuestra querida fraterna, **CINTA MARTÍNEZ** de Frater Huelva.

Cinta, nació en Huelva, el 11 de octubre de 1974.

La mayor de dos hermanos de una familia trabajadora, humilde y unida. Sus padres les han inculcado entre otros, el valor de la humildad y el respeto hacia los demás.

Su vida ha girado en torno primero a los estudios y después a su familia. Se casó en agosto de 2002, y tiene dos hijos, que son su motor de arranque.

En la actualidad, Cinta es miembro de la Junta Directiva de Frater Huelva.

Es una mujer luchadora, implicada en el movimiento asociativo, con grandes valores y mucha personalidad.

- ¿Cuándo y cómo entraste en contacto con Frater?

- Conocí Frater por casualidad. Normalmente, iba a comprar tabaco al estanco de Juan Manuel, tenía una discapacidad (parálisis cerebral) y, era secretario de la Frater de Huelva, por aquel entonces. Me propuso ir a la asociación a ayudarle, ya que debido a su diversidad funcional, le era bastante difícil utilizar la máquina de escribir, pues en entonces no había ordenadores. Así que un día me acerqué, y aquí sigo, 27 años después. Primero como ayudante de Juan Manuel, aunque también ayudaba, a todos y a todas las personas que nos reuníamos. En la legislatura de Pepe Ortega me propuso llevar la secretaría del equipo diocesano y acepté. A partir de ahí conocí la Frater de Andalucía, conocí, a Toñi Colomo, que era responsable de Zona y me ofreció, que llevara, la Función Social y también acepté. Siendo responsable de Frater Andalucía, Pepe Ortega, me dio la responsabilidad de secretaria, en la Zona.

Desde ese año, 1995 y a pesar de las responsabilidades en los distintos equipos, Cinta se ha considerado desde el principio FRATERNA. Nunca le ha gustado que la llamaran colaboradora, ya que siempre se ha sentido como una más, también con sus discapacidades, que a veces sin ser físicas todos tenemos. Siempre se la ha considerado como una más.

- Echando la vista hacia atrás, en estos años que llevas en Frater, ¿Qué te ha aportado y te sigue aportando a nivel personal el ser Fraterno/a?



- A nivel personal, me he dado cuenta que todos/as, como he dicho antes, tenemos discapacidades. La Frater me ha ayudado a entender la vida de las personas con discapacidad. A superar complejos. A ver la vida desde otra perspectiva y sobre todo me ha aportado amigos y amigas para siempre.

- **¿Cuáles son tus aficiones?**

- Son varias mis aficiones, me gusta la lectura, también viajar con mi familia, ir al cine y sobre todo estar con mi familia, amigos, y pasarlo bien.

- **Lo que más utilizamos en nuestra vida son las palabras. ¿Cuál es tu palabra favorita?**

- Mi palabra favorita es la Humildad

- **¿Qué es ser Cristiano para ti?**

- Pues sobre todo ponerse en la piel del otro, ayudar a tu prójimo, básicamente lo que nos dijo Dios a través de Jesús.

- **¿Cómo te describirías en tres adjetivos?**

- Humilde, sincera y responsable

- **¿Qué tres cosas aprecias más en una persona?**

- La sinceridad, la sencillez y la generosidad

- **Si pudieras aprender a hacer algo nuevo ¿Qué elegirías?**

- Pues mira una cosita que se me ha quedado pendiente es aprender a coser. Las bastillas, botones y esas cosas, las hago, pero me encantaría saber hacer patrones y diseñar ropita.

- **¿Cuál es la última película que has visto? ?**

- La última película que he visto ha sido "El método Williams". ¡Fantástica!

- **Cuéntanos que haces habitualmente en un día.**

- Pues en Frater labores administrativas por la mañana, que siempre hay que hacer algo y en casa pues eso, las cosas diarias de una casa de familia

Por último, una situación o acontecimiento que compartir.

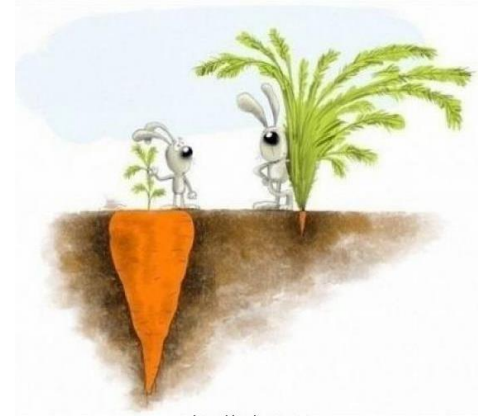
- Me gustaría compartir con vosotros y celebrar el final de la guerra en Ucrania y en todos los países que actualmente están atravesando una situación igual. Ya está bien que en estos tiempos se solucionen las cosas con guerras y viendo morir a inocentes.

Cinta, te damos las gracias, por dejarnos conocerte un poco más, y sigue siendo TÚ. Muchas gracias.

DEBERÍAMOS ESTAR ORGULLOSOS DE NUESTRAS DIFERENCIAS. PORQUE, EN EL FONDO, ¿QUÉ ES SER NORMAL? ¿Y QUÉ ES SER DIFERENTE?.



NO ES ORO TODO LO QUE RELUCE



El tiempo es como una criba enorme que va cerniendo las cosas que pasan y las cosas que quedan.

El tiempo es como el biello que aventa la vida para que el viento se lleve la paja, lo que no tiene consistencia, lo que no vale y permanezca el grano de la cosecha.

El tiempo es como el fuego que destruye la escoria y purifica el oro.

Y si nos preguntamos cuales serán esas cosas que el tiempo se llevará como un río, corriente abajo, y cuáles de ellas permanecerán, lo primero que hay que decir es que no hay que dejarse impresionar por las apariencias.

Porque hay cosas que parecen firmes, que brillan y encandilan a la gente, que hacen mucho ruido... pero que, a la hora de la verdad, como no tienen consistencia, todo se desmorona.

Por eso, ninguna de nuestras obras grandes, suntuosas, lujosas, violentas o injustas resistirá la prueba.

De ellas "no quedará piedra sobre piedra" como dijo Jesús de aquel suntuoso templo de Jerusalén, cuyas cúpulas doradas brillaban bajo el sol.

Entonces, qué quedará de nosotros y de nuestra vida y de nuestras obras en la historia convulsa de este mundo injusto?

Pues está claro, que solo resistirá la prueba del tiempo y solo permanecerá para siempre aquello que en nuestra vida personal y comunitaria, se haya construido sobre el sólido cimiento del amor y la solidaridad.

Y de todo lo demás... de nuestras maldades, orgullos, ambiciones y frivolidades no va a quedar nada de nada...

No va a quedar, como dice el profeta Malaquías, "ni rama ni raíz".

Manuel Velázquez Martín.



VIVIR DE LOS DEMÁS



EL HOMBRE LIBRE Y DESNUDO FRENTE A LOS MONIGOTES DEL PODER

Por un lado, están los monigotes del poder, que nos intentan dar una falsa imagen de seguridad, pero que en realidad, no son nada.

No son más que vulgares muñecos de trapo, mediocres y vacíos...

Son como fantasmas sostenidos por sus corruptos y apesebrados clientes y aduladores que se pegan como garrapatas a las ubres del poder que ellos ostentan, para hacerles la pelota y

ver lo que rebañan.

Ellos tienen siempre sus incondicionales seguidores y sus perros falderos, codiciosos, arribistas del pelotazo o del dinero fácil y bastantes satélites de los que buscan la forma de medrar...

Se consideran importantes porque creen que lo tienen todo... pero solo son esclavos de sus propias ambiciones y dueños absolutos de la nada... porque a la hora de la verdad, sólo cuentan con el desprecio de la gente honorable y de las personas decentes.

Y por otro lado, está el HOMBRE DESNUDO ...

El hombre libre y despojado de ambiciones, verdadero rey, dueño y señor de sí mismo y de las cosas...

El hombre que no necesita rodearse de ejércitos, asesores, guardaespaldas o matones... pues su mayor aspiración es tener solo verdaderos amigos...

El hombre que, en vez de discursos y falsas promesas, ofrece a la gente semillas que deben sembrar y cuidar con tesón, para que den su fruto...



El hombre que, con su propia existencia, nos ha dado a conocer la clave de la verdadera grandeza humana que consiste en dejar de vivir para sí mismo y empezar a vivir para los demás.

Manuel Velázquez Martín.

EN MEMORIA DE...



Al caer la tarde, o la mañana o al anochecer, da igual la hora que marque el reloj... Tenemos que mudarnos, otra morada nos espera, ¿Cómo será...? No lo sabemos, pero parece que pinta bien...

Durante pocos o muchos años, la muerte camina a nuestro lado, ignorada, negada y odiada por algunos/as o deseada por otros/as.

Cuando se presenta en la casa de un ser amado, el día se paraliza, pierde su aceleración. La pena te oprime el pecho, como si un regimiento de soldados estuvieran haciendo maniobras encima de él. La cabeza se convierte en un tiovivo que va saltando de Caballito en Caballito... Unos te dan una vuelta por el pasado, otros en cambio te llevan al futuro y entre medias de saltar de uno a otro, te dejan en el presente con un sordo dolor...

La música del carrusel suena a tú alrededor y te trae momentos de felicidad vividos junto a la persona amada... Pero el resto de músicas, ya no las podremos componer todos juntos, sonarán bien, pero con espacios en blanco o con músicas pasadas.

La vida con sus quehaceres te sale al paso, quiere que empieces a caminar con ella, te coge de la mano y tira de ti, te resistes, no quieres... Sentimientos se mezclan en tu mente contradictorios, por un lado te sientes como si estuvieses traicionando al ser amado y por otro la vida tira de ti con tanta fuerza que te dejas llevar por ella.

M^a José Rodríguez Millán

La vida nos ha sido dada para buscar a Dios.
La muerte para encontrarlo,
y la eternidad para poseerlo.



ANTONIO MARTÍN RODRÍGUEZ

Sentimos comunicaros el fallecimiento de este amigo y fraterno de Almería, actual Responsable de Zona de Andalucía que partió, el día 2 de junio de 2022 hacia la casa del Padre.

Nos despedimos de él, con la confianza de que ya está disfrutando de días bellos junto al Padre.

D.E.P.

POESIAS



No es culpa mía
si en mis ojos no hay barreras,
ni en mi corazón tampoco.

No es culpa mía
si sé ver lo que importa,
y lo que importa muy poco.

No es culpa mía
si sé distinguir la belleza vana,
de la belleza con fondo.

No es culpa mía
si puedo apostar por Amor,
y darlo sin reservas todo.

No es culpa mía
si puedo luchar sin falsos cobijos,
si no me mimetizo ni acomodo

No es culpa mía
si busco en la vida la excelencia,
y veo en lo perfecto un valor bobo.

Trini Recio



AUNQUE NADIE LO SEPA

Me llega la emoción de sentir,
aunque nadie lo sepa,
tu temblor de esta mañana,
inesperado,
porque el calendario te agregue
con cifras que son angustia,
sucesos que no son ciertos.

Me llega el olor,
aunque nadie lo sepa,
de tu café con leche, íntimo,
en la cocina solitaria,
que te trata con la indiferencia
de una mañana nueva de trabajo.

Me llega el corazón intrépido,
aunque nadie lo sepa,
de tu caminar contigo,
en soliloquio de esperanza,
porque sabes quitarle a las horas
sus amenazas e impiedades,
con el lúcido evangelio, que tanto
me gusta compartir contigo,
aunque nadie lo sepa...

Paco Bautista. SMA.

AQUÍ TIENES TUS ALAS, QUE NADIE TE LAS CORTE



TENGA A BIEN

Me tenga usted
el buen gusto,
caballero, caballeros,
de dejarme ir en paz
si voy sola por la calle:
quiero tener el derecho.

Y es que se da por hecho
que si eres mujer y sola
eres una mujer "sin"...
¡Y a mí no me falta nada!
Así es como Dios me ha hecho.

Tenga a bien, señor doctor,
el no meterme en un saco,
que soy individuo único.
Edad o sexo sean sólo
para orientarle mejor.

Ten a bien, sociedad mía,
el no olvidar mi existencia.
Te entregué mi fuerza útil
y ahora que soy mayor...
¡Tengo derecho a la vida!

Amparo Verdejo 2022



CUENTO IMPOSIBLE

-¿Dónde vas, querido niño?
¿Dónde vas, querida niña?

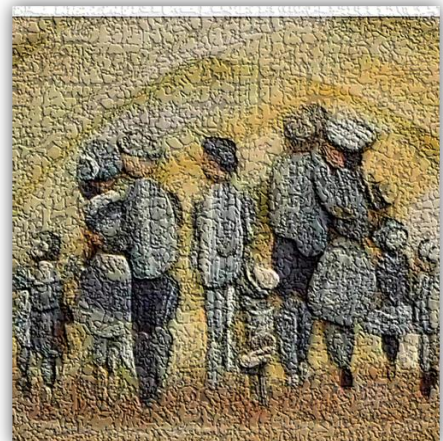
Me voy a estirar las piernas,
que apenas puedo dormir

-De acuerdo, pásalo bien.

Y la criatura anduvo
viendo grupos que reían,
tiendas abiertas de noche,
el camión de la basura...
Y, como a la hora y media,
volvió con calma a su casa.
Se lavó dientes y manos
y, al fin, se metió en la cama.

Sus padres, medio dormidos,
sonrieron complacidos.
"Qué tranquilo que es vivir
donde nunca pasa nada"

Amparo Verdejo



ECHA LAS REDES



Desde que Tú te fuiste no hemos pescado nada.
Llevamos veinte siglos echando inútilmente las redes de la vida, y entre sus mallas solo pescamos el vacío.

Vamos quemando horas
y el alma sigue seca.

Nos hemos vuelto estériles lo mismo que una tierra cubierta de cemento.

¿Estaremos ya muertos?
¿Desde hace cuántos años no nos hemos reído? ¿Quién recuerda la última vez que amamos?

Y una tarde Tú vuelves y nos dices: “Echa la red a tu derecha, atrévete de nuevo a confiar, abre tu alma, saca del viejo cofre las nuevas ilusiones, dale cuerda al corazón, levántate y camina”

Y lo hacemos solo por darte gusto. Y, de repente, nuestras redes rebosan alegría, nos resucita el gozo y es tanto el peso de amor que recogemos que la red se nos rompe cargada de ciento cincuenta esperanzas.

¡Ah, Tú, fecundador de almas!
Llégate a nuestra orilla,
camina sobre el agua de nuestra indiferencia, devuélvenos, Señor,
a tu alegría.

**José Luis Martin
Descalzo**

En los fríos pasillos de hospital hay veces en que las largas esperas rompen la esperanza.

Un diagnóstico, palabras como torrentes de aguas se precipitan al vacío: Anestesia, fentanilo, estadio oncológico, suero, analítica, dieta cirugía, riesgo, plazos, terapias...

Todas dichas entre la erudición y la didáctica, dependiendo, claro, de quién las dice y cómo las dice. Raras veces la frialdad anida en ellas, bueno, no tantas, y, aunque ocurra, la humanidad sostiene los discursos, la conmisericordia también.

Aun así hay cierta tristeza que el paciente no sabe descifrar. El vértigo y el desconcierto al borde de un precipicio sin asideros lo siente fugaz en su mente aunque esté acompañado. Las preguntas que le inquietan no acuden a la cita y marchan por el sumidero de la memoria con más pena que gloria.

Luego volverán recurrentes cuando la ambulancia lo devuelva a casa tras una nueva espera que seguirá resquebrajando su esperanza.

Y sí, volverá la rutina de la vida, reaparecerá el ánimo, le dirán que tiene que luchar, que están con él incluso quienes no conoce.

Pero esa noche, esa misma noche, estará solo. Mirará la luna desde su terraza y evocará un pensamiento: en los fríos pasillos de hospital hay largas esperas que rompen la esperanza..., pero no la suya.

Paco Bautista. SMA.



LA PLATAFORMA DEL TERCER SECTOR ESTIMA QUE SE PODRÍAN RECAUDAR HASTA 186 MILLONES ESTE AÑO CON LA CASILLA EMPRESA SOLIDARIA

La Plataforma del Tercer Sector ha calculado que en este ejercicio se podrían recaudar hasta 186 millones de euros a través de la Casilla Empresa Solidaria del Impuesto de Sociedades, destinada a financiar proyectos de interés social gestionados por el Tercer Sector.

La medida, que está presente desde el periodo impositivo de 2018, fue impulsada por la Plataforma del Tercer Sector y, desde entonces, ha supuesto una inyección de fondos para atender a los 12,5 millones de personas víctimas de la pobreza o exclusión social, un 26,4% de la población española. Los proyectos subvencionados tienen como finalidad acabar con las desigualdades, la pobreza y la exclusión de los colectivos en situación de vulnerabilidad en España.

En el ejercicio de 2018, la cantidad recaudada superó los 24 millones de euros, un importe que ha ido en aumento en los años posteriores logrando un total de 33 y 36,6 millones de euros en 2019 y 2020, respectivamente.

Esta organización defendió que marcar la Casilla Empresa Solidaria “supone una decisión libre y altruista, con coste cero para las empresas, con la que tienen la oportunidad de implicarse directamente en la reconstrucción social igualitaria e inclusiva”.

Los fondos recaudados van dirigidos a financiar proyectos sociales y medioambientales, desarrollados por entidades del tercer sector, considerados de interés general.



MANDAMIENTOS PARA PRESTAR UN EXCELENTE SERVICIO



En este sentido, el presidente de la Plataforma del Tercer Sector, Luciano Poyato, afirmó que “tener impacto significa apostar por un nuevo modelo de relación entre las empresas y la sociedad, significa ir más allá del compromiso y entender que no vamos a acometer los desafíos sociales si no nos involucramos en la acción de manera conjunta. En términos empresariales, la Casilla Empresa Solidaria es una acción pragmática, eficiente y eficaz y, además, las empresas que optan por marcarla se legitiman socialmente, es un acto de coherencia por las personas que conforman la propia empresa”.



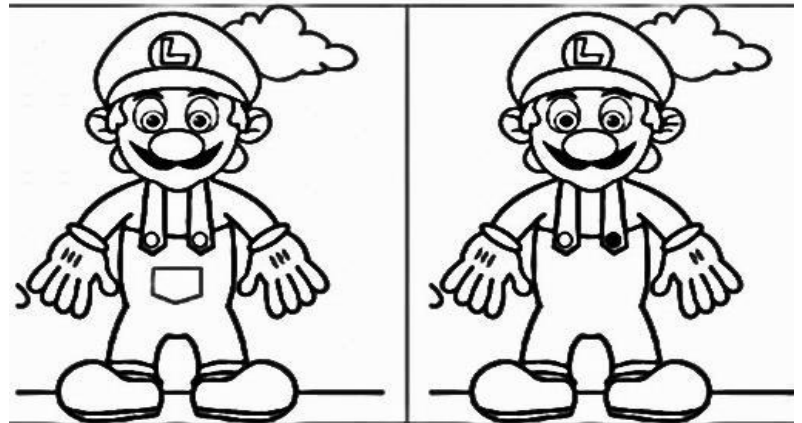
PASA TIEMPOS



HOMBRES Y MACHOS LO TIENEN,
HEMBRAS Y MUJERES NO, HASTA
EL OBISPO EN PERSONA TIENE,
COMO EL TORO, DOS... ¿QUÉ ES?
LA LETRA **O**

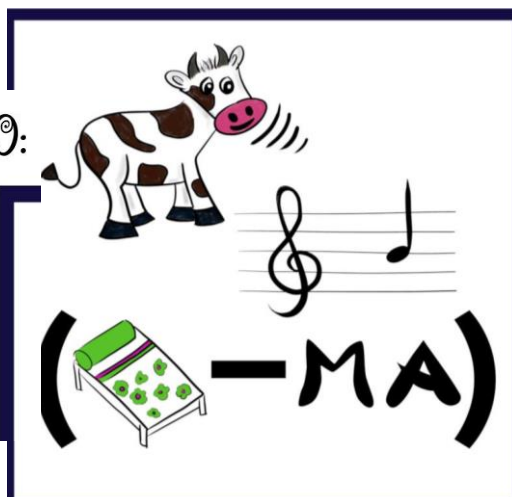


Encuentra las 5 diferencias

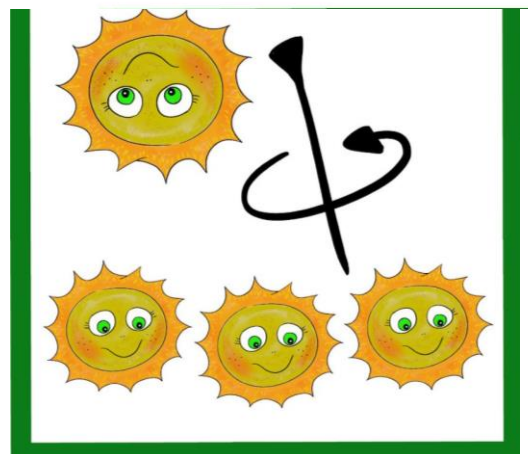


JEROGLÍFICO:

¿Qué estudia Javier los miércoles por la tarde?



JEROGLÍFICO: Nombre de un cuadro famoso





ALITAS DE POLLO A LA CERVEZA

Elaboración:

Ingredientes:

1kg de alitas de pollo
1 lata de cerveza
2 dientes de ajo
1 cucharadita de tomillo
1 cucharadita de orégano
1 cucharadita de romero
1 puñadito de perejil fresco
sal y pimienta
aceite de oliva

1.- En un recipiente amplio, colocamos las alitas de pollo y la cerveza. A continuación, añadimos los dientes de ajo enteros y el perejil bien picado. Agregamos también el tomillo, el orégano, el romero y salpimentamos. Ponemos un chorrito de aceite y removemos todos estos ingredientes para que se mezclen bien. Dejamos reposar unos 30 minutos para que las alitas de pollo se impregnen con las especias y la cerveza.

2.- Hecho esto, en una fuente de horno, colocamos las alitas de pollo a la cerveza marinadas y los ajos y sobre ellos, añadimos un chorrito del líquido que nos ha sobrado del marinado. Introducimos la fuente en el horno, previamente calentado a 180°C, calor arriba y abajo, y dejamos que se cocine alrededor de unos 30 minutos.

3.- Pasado este tiempo, cuando las alitas hayan cogido un poco de color, retiramos la fuente del horno. Damos la vuelta a las alitas, añadimos otro poco más del líquido del marinado y las volvemos a introducir en el horno. Dejamos que se cocine todo otros 30 minutos más por su otra cara, hasta que queden bien doradas. Servimos inmediatamente.

Con solamente 3 sencillos pasos hemos preparado unas deliciosas **alitas de pollo a la cerveza**. Una receta pensada para los amantes de la carne de pollo perfecta para tomar como aperitivo en cualquier ocasión.



