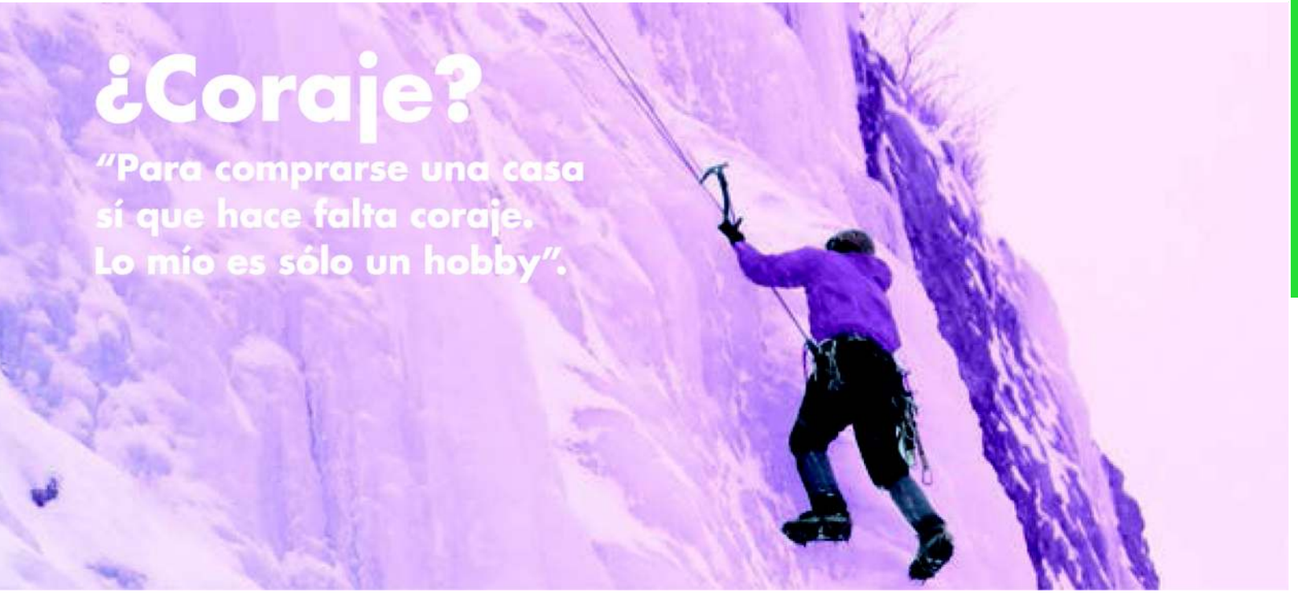


Su seguro de hogar
por solo
150 €*

Oferta exclusiva para socios de ALCER Giralda**

* Precio medio para viviendas de hasta 100m².

** Condiciones válidas hasta el 31.12.2013 para nuevos clientes de hogar de Helvetia mediante contratos suscritos con el agente exclusivo de Helvetia y socio de ALCER Giralda Rafael Camargo Sánchez.

Más información en el teléfono 610.56.90.00 o por email en rafaelcamargosanchez@gmail.com

Tu aseguradora suiza.

helvetia

BOLETÍN
alcergiralda
Boletín informativo de la Asociación para la Lucha contra las Enfermedades del Riñón · **Nº13 · otoño 2013**

Otoño solidario

Además de la habitual cita con Pedaladas de Vida, ALCER prepara la segunda edición de la *Velá* Solidaria, una obra de teatro y un torneo de pádel a beneficio de la entidad

FOTO: KAKO RANGEL / ABC

En estos tiempos de crisis, la solidaridad se hace cada vez más hueco en nuestras vidas. Ayudar a quien más lo necesita se ha instalado ya en nuestra agenda diaria. ALCER Giralda, que se dedica a hacer la vida de los enfermos renales y familiares un poquito más sencilla, ha programado un otoño cargado de actividades que tienen como principal fin fomentar la donación de órganos y recaudar fondos con los que continuar la labor de asistencia al colectivo.

Pedaladas de Vida

Por tercer año consecutivo, ALCER Giralda organizará, en colaboración con la asociación ciclista A Contramano, la Cadena SER y el Club Patinadores de Sevilla, la marcha en bici por la donación de órganos Pedaladas de Vida. La cita es el **domingo 29 de septiembre a las 12.00 horas** y, en esta ocasión, la salida será desde los Jardines de Cristina, donde se iniciará un recorrido que discurrirá por las principales calles de la ciudad hasta desembocar en el Parque del Alamillo, donde tendrá lugar el habitual fin de fiesta con comida, bebida, música y animación.

Velá Solidaria

Antes de Pedaladas de Vida, el **viernes 13 de septiembre**, celebraremos la segunda edición de la *velá* solidaria en la plaza del pasaje Nebli, junto a la sede de ALCER. Como el año pasado, viviremos momentos emocionantes y diver-

Sigue en la página siguiente ▶

◀ *Viene de página anterior*
tidos, con diferentes actuaciones y con la celebración de una tómbola solidaria.

Torneo de Padel
El **20 de octubre** celebraremos un torneo de pádel en el Club de Pádel Brenes, en el que los fondos que se recauden por las inscripciones serán destinados a ALCER. En paralelo al torneo se celebrará una jornada de convivencia entre los participantes y los socios y voluntarios de ALCER con comida y bebida para pasar un buen rato en el club.

Teatro Solidario
Cuando el calendario ronde por el mes de noviembre, la Asociación Teatral La Platea, ofrecerá una representación de Don Juan Tenorio, en la que los fondos que se recauden irán destinados a financiar la labor social que realiza ALCER Giralda. La fecha y el lugar están aún por confirmar.

Edita:

ALCER GIRALDA
DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA

C/ Luis Montoto, Pasaje Nebli, Local 3,
Módulos A y B - 41018 Sevilla
Tel:954.42.38.85 - Fax: 954.41.12.16
info@alcergiralda.org
www.alcergiralda.org

Imprime:

saxoprint.es

Notas

Convivencia del grupo de jóvenes con ALCER Badajoz

ALCER Giralda y ALCER Badajoz han organizado un encuentro de convivencia entre jóvenes con enfermedad renal de ambas asociaciones. La actividad se realizará en el mes de septiembre en un lugar intermedio entre ambas ciudades aún por determinar.

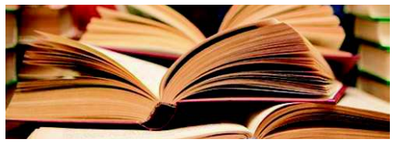
Con esta iniciativa se pretende fomentar las relaciones sociales entre los jóvenes con enfermedad renal, al tiempo que comparten experiencias que ayuden a convivir mejor con la enfermedad.

Ya a la venta el número 67.011 de Lotería de Navidad

Ya se pueden adquirir participaciones y/o décimos de la Lotería de Navidad que, como cada año, jugará ALCER Giralda y que en esta ocasión corresponden al número 67.011.

Tanto los décimos como las participaciones llevan un recargo en concepto de donativo que sirve para financiar los proyectos sociales que realiza ALCER Giralda. Por eso es importante que colabores con nosotros en vender cuanta más lotería mejor. Y si encima toca como ya pasó hace un par de años... Porque con ésta lotería ganamos todos.

El Club de Lectura se pone en marcha en septiembre



Si te gusta la lectura y la literatura, ALCER Giralda pondrá en marcha, a partir de septiembre, un Club de Lectura donde compartir la lectura de diferentes textos, enriqueciendo la comprensión e impresión sobre los mismos. Si te interesa, infórmate en nuestra sede.

Vuelven los grupos de memoria y ayuda mutua

Con el regreso tras las vacaciones de Verano, se reanudan las sesiones del **grupo de ayuda mutua** que **cada miércoles** se realizan bajo la supervisión de la psicóloga de la asociación, Carmen Rosendo. En éstas sesiones, se pretende establecer un marco donde compartir experiencias y colaborar los unos con los otros en superar las adversidades que propone la enfermedad renal.

Por otra parte, la trabajadora social Irene Carrasco reanudará también los **talleres de estimulación a la memoria** con los que se intentan facilitar estrategias y técnicas efectivas para potenciar la adquisición, mantenimiento y recuperación de la información y preservar la capacidad de memoria de la persona durante más tiempo. Estos talleres se realizarán los días **17 de septiembre, 15 de octubre y 19 de noviembre**.

Agenda Alcer — Ocio y tiempo libre — Talleres — Otras actividades

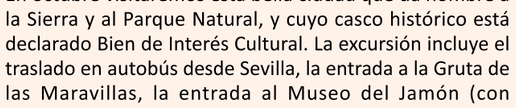
17-septiembre

▶ Taller de psicomotricidad

Para que nuestro cuerpo y nuestra mente no se oxiden os proponemos un taller donde utilizaremos ejercicios de psicomotricidad que mejoraran nuestra movilidad corporal, nuestra postura y nuestras relaciones con el entorno. El taller se realizará en la sede de ALCER Giralda y será gratuito, teniendo preferencia los socios.

13-octubre

▶ Excursión a Aracena



En octubre visitaremos esta bella ciudad que da nombre a la Sierra y al Parque Natural, y cuyo casco histórico está declarado Bien de Interés Cultural. La excursión incluye el traslado en autobús desde Sevilla, la entrada a la Gruta de las Maravillas, la entrada al Museo del Jamón (con degustación incluida) y un paseo en tren por el entorno.

El precio de la excursión es de **20€ para los socios de ALCER Giralda** y de 25€ para los no socios. El almuerzo será opcional (precio por confirmar). Los plazos de inscripción son:

■ **Del 9 al 23 de septiembre:** socios enfermos renales y acompañantes (uno por socio). ■ **Del 23 de septiembre al 6 de octubre:** resto de socios y acompañantes (uno por socio). ■ **Desde el 7 de octubre:** público general acompañando a un socio. **PLAZAS LIMITADAS.**

18-octubre

▶ Taller de psicología: "Aprende a vivir"

Quizás todos los días no sean buenos pero siempre hay algo bueno todos los días. Por eso, con esta actividad queremos buscar dentro de cada uno de nosotros todo lo que necesitamos para superar los desafios de la vida y aprender juntos a sacar partido de estas herramientas. El taller se realizará en la sede de ALCER Giralda y será gratuito, teniendo preferencia los socios.

27-octubre

▶ II Torneo Intergeneracional de Wii

Apúntate a divertirte en éste torneo en el que padres e hijos pasarán un rato agradeble jugando a ésta conocida videoconsola. Participarán parejas cuyos integrantes pertenezcan a diferentes generaciones y uno de ellos sea paciente renal. La inscripción es gratuita.

24-noviembre

▶ Visita a Rute

En visperas de las fiestas navideñas visitaremos esta localidad cordobesa, conocida por sus mantecados y su anís, y podremos conocer de primera mano como es la elaboración de esos productos que días después consumiremos.

La visita es **gratuita para los socios** (aunque deberán depositar una fianza de 5€) y tendrá un precio de 10€ para los no socios. El almuerzo será opcional (precio por confirmar). Los plazos de inscripción son los siguientes:

■ **Del 9 de septiembre al 27 de octubre:** socios enfermos renales y acompañantes (uno por socio). ■ **Del 28 de octubre al 17 de noviembre:** resto de socios y acompañantes (uno por socio). ■ **Desde el 18 de noviembre:** público general acompañando a un socio. **PLAZAS LIMITADAS.**

26-noviembre

▶ Taller de fofuchas

Tras el éxito de la primera edición, os convocamos para una segunda cita en la que aprender a hacer nuevas y divertidas fofuchas en familia. El taller se realizará en la sede de ALCER Giralda y será gratuito, teniendo preferencia los socios.