

el semestral

HEPÁTICO

ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA

EJEMPLAR GRATUITO

BOLETÍN Nº 29 MAYO 2016

María Santísima de la
Esperanza Macarena



**NUESTRA
PATRONA**

desde hace

15
años.

Patrona de los
trasplantados hepáticos
de Sevilla

EDITORIAL



DONACIÓN Y TRASPLANTE, dos palabras de profundo contenido. Cuando las pronunciamos o las vemos escritas, lo primero que

se nos viene a la mente es la figura de una persona o familia solidaria y la de un cirujano de élite. Cierto, pero sería injusto e insuficiente si sólo nos quedáramos con palabras de agradecimiento para ambos.

El tema es mucho más complejo y profundo, no podemos olvidar a los más de 100 profesionales de distinta índole que se movilizan desde que surge el posible donante hasta que se finaliza el trasplante. Por citar algunos y con una estricta coordinación (Nacional, Autonómica y Hospitalaria), equipos médicos de distintas especialidades, personal de enfermería, anestesistas, celadores, piloto, chófer, policía, jueces... De la coordinación y eficacia de todos ellos puede depender el éxito del trasplante y por tanto la vida del receptor que espera en el hospital. ¿Qué complicado, verdad?, pero la profesionalidad con la que actúa cada miembro, hace posible la perfección del acto, aunque es inevitable las posibles complicaciones e imprevistos que a veces nos resistimos a entender

Hay que decir también, que para los sanitarios que se dedican al trasplante de órganos, nunca es un impedimento (para realizar la función que a cada uno le corresponda) el día, la hora e incluso festivos o quien sabe, haciendo la compra con su familia en el supermercado o tomando las uvas de Nochevieja. Desde el mismo instante que se detecta el posible donante, ahí están, en el tajo y a trabajar, por si es posible el trasplante, ya que algunas veces después de la movilización y pruebas correspondientes no es posible la intervención.

Por tanto, aquellas palabras de agradecimiento que en principio iban dirigidas a donante o familiares y a cirujanos, tenemos que hacerlas extensivas a todos y cada uno de los que intervienen en un trasplante.

Y como elemento fundamental, ya que sin él sería imposible todo lo demás, tenemos al DONANTE. Ese donante anónimo, vivo relacionado, altruista, cruzado, familia de donante, etc. que en un ACTO DE SOLIDARIDAD, al que yo le pongo apellido "transversal".. Sí, es un acto de Solidaridad

Transversal (Horizontal), porque también existe la solidaridad vertical en la que el rico o pudiente le da al pobre. También es importante, pero la que nos ocupa es la transversal, esa que no entiende de ricos y pobres, de razas, religiones o colores políticos, sólo de donar parte de su cuerpo para que un receptor que no tiene otra opción para seguir viviendo, pueda tener una segunda oportunidad. ¿HAY ALGO MÁS HERMOSO?

Puedo decir que disfruto hablando o escribiendo de este tema y tenemos que sentirnos orgulloso de ser españoles, somos desde hace tiempo líderes mundiales en donación y trasplante, ocupamos el primer puesto mundial, ahí es nada.

Por todo ello y porque necesitamos que cada día seamos más solidarios y estemos más concienciados de que LO QUE NO HACE FALTA EN CIELO, SE NECESITA EN LA TIERRA, no podemos dejar de luchar ONT, hospitales, equipos de coordinación, asociaciones,... para que cada día tengamos más donaciones. En febrero de 2016 superamos los 100.000 trasplantes en España. Fue un trasplante renal llevado a cabo con total éxito en el Hospital Dr. Peset de Valencia. El próximo objetivo de la ONT es alcanzar los 200.000 trasplantes para el 2030. Esperamos lograrlo dado el aumento ostensible de donantes gracias a la donación por parada cardíaca o asistolia. No debemos olvidar, que también son muy importantes las donaciones de tejidos, células y por supuesto las de sangre.

Concluimos recalcando que aunque vamos en buen camino, aún existe una dura y larga lista de espera, por tanto, HAZTE DONANTE, REGALA VIDA.

Manuel López



**Asociación Andaluza de
TRANSPLANTADOS HEPÁTICOS**

ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA

Hospital Virgen del Rocío "Ciudad de la Giralda"

C/ Guadamar, 3 - 2ª Pta. 10 - 41013 Sevilla

Tlf. 954 62 07 81 - Móvil: 630 74 82 92

E-mail: aath@transplantadoshepaticosdesevilla.com

LA PRINCESA Y EL GUERRERO

Buenas noches a todos.

Soy Juan Ignacio Sánchez de los Santos y en enero haré 21 años que padecí, de forma inesperada, una hepatitis fulminante.

Cuando entré en coma y todo parecía estar acabado, mi madre cuenta, cómo apareció en la sala de espera un ser desconocido buscando a mis familiares. Le habló de una posibilidad que a mi madre la sonó a ciencia ficción (era 1995 y los trasplantes eran aún un tema desconocido). Esa persona que venía a ofrecer una leve esperanza de salvación era el doctor don Angel Bernardo, responsable de la unidad de trasplante hepático y uno de los pioneros en la intervención.

Habló de Alerta Cero y de la necesidad de un órgano que salvara mi vida, aunque no fuera compatible.. Luego, ya se vería.

Me intervinieron en coma. Y yo, mientras, vivía la experiencia de la operación desde un sueño, una fantasía que se convirtió en la viva metáfora de lo que me estaba sucediendo. Como director de escena que soy, estaba haciendo mi propia representación.

Cuando desperté lo recordé todo tan cierto como si hubiera sucedido.

Durante el coma pasé de la completa oscuridad a una experiencia absolutamente fascinante: me había convertido en una especie de Guerrero del futuro que flotaba en el espacio astral con una única misión: salvar a una pequeña princesa que llevaba abrazada a mi cintura. Era una niña, y su vida dependía del cuidado que yo tuviera en no hacerla volcar. Yo flotaba horizontalmente en un espacio de paz alejado del concepto tiempo. Ella se aferraba a mí y dormía placenteramente.

La princesa sobrevivió hasta que desperté. La analogía estaba clara: la princesa era el nuevo órgano abrazado a mi cintura, y el guerrero que había sobrevivido a la batalla era el único responsable de su salvación.

Ese órgano ha permanecido conmigo hasta el día

de hoy. Se hizo parte de mí y yo me convertí en su guardián.

Desde entonces, hace ya 21 años, he tenido la oportunidad de vivir los sucesos más importantes de mi vida. Laboral, familiar y sentimentalmente hablando.

Soy director de escena y profesor de Dirección de Escena en la Real Escuela Superior de Arte Dramático de Madrid como funcionario de la Comunidad de Madrid.

El trasplante no es solo un remedio, sino también un medio para conseguir las cosas que aún quedaron por hacer. Por eso animo a todos los trasplantados y candidatos a que piensen en la vida más allá de la intervención.

Doy las gracias a aquella familia tan generosa que hizo posible mi intervención, y a todos los profesionales del sector que siguen luchando y batiendo récord de intervenciones.

Os admiro y os deseo lo mejor.

Gracias doctor Ángel Bernardos por cambiar al paciente el concepto tras la operación: "ya no sois enfermos, sois trasplantados."

Quien lee esto es una gran amiga que tuve la suerte de conocer en el hospital y le agradezco las cosas que ella y yo sabemos.

Gracias a mi familia y a todos los que me cuidaron, y a los que hoy me siguen dando tanto. Y a vosotros compañeros solo os puedo decir que sigáis cumpliendo sueños y que cuidéis a la princesa que lleváis abrazada a vuestra cintura.

**Carta leída por Eva Pérez en la Convivencia de Navidad*





REFLEXIONES SOBRE LO VIVIDO Y OBSERVADO

La vida tiene altos y bajos, y no siempre se pueden sortear sin cambiar lo que sentimos.

Entrenar otra forma de pensar es el primer paso para conseguirlo.

Con frecuencia a las personas les cuesta aceptar los problemas que, por desgracia, se presentan; acontecimientos vitales estresantes a los que hay que buscar soluciones en uno mismo. La calma es la mejor forma de afrontarlos, pero también dejarse aconsejar por los profesionales que les rodeen.

Rememorando las conocidas fases de Elisabeth Kubler-Ross (Zurich, 1926-2004), aparecida en su libro *On death and Dying* (1969), en concreto la segunda de las fases, muchas personas se alteran tanto, que suelen culpar al entorno como causante de su malestar o sufrimiento.

A este respecto, entra en bucle, o estancarse en esta actitud, puede tener consecuencias devastadoras, para uno mismo y para las personas más cercanas.

La clave para la resolución de nuestros problemas reside en uno mismo, comprendiendo e identificando el proceso mental que atravesamos, e intentando convertir todo momento de crisis en una nueva oportunidad.

El mundo no es de color de rosa, pero tampoco tan negro y hostil. Se trata de cribar los pensamientos y emociones que no son tan útiles, para que nos permitan salir del pozo. Tener presente que la mejor actitud esta en convertirse en persona super positiva y optimista.

Deje de rumiar, dando vueltas a los problemas y preocupaciones.

Conforme vamos creciendo seguimos acumulando vivencia, experiencias, aciertos y errores, que pueden servir para que seamos, y hagamos, más

felices a los más próximos.

-Acepte lo que dependa de Usted.

-Deposite su confianza en los sanitarios que le atiende.

-No tenga conversaciones absurdas con sus pensamientos, y evite lo negativo que le pueda atormentar.

-Acepte los consejos de los más próximos.

No se debe sentir desgraciado por los problemas. Todos hemos sufrido alguna vez el lado injusto de la vida.

NO HAY MOTOR MÁS PODEROSO QUE LA VOLUNTAD. QUERER ES PODER.

Francisco Martín Castaño.

(Colaborador, como voluntario en visitas hospitalarias con nuestra Asociación Andaluza de Trasplantados Hepáticos)



VOLVER

Aquella tarde presagiaba viento sur
 y el amarillo de su cara se disipa,
 había oído, poco antes, la noticia
 y a eso de las siete estaba lista.
 Fueron momentos dulces y de esperanza,
 los que se imponen a ella y a sus cuitas.
 Veía el color verde por pasillos,
 que reptaban, dejando atrás una camilla.
 Preparada estaba ya para su cita!
 El mismo color verde se hizo rojo...
 Desde aquí, ya no pudo seguir ninguna
 pista!
 Horas más tarde, con los ojos bien
 abiertos, miraba alrededor y alzó la vista:
 Y allí vio la cara de un SER-ÁNGEL
 que, con sudor, le había traído de nuevo,
 a la vida.
 Fue preciso que la vida de a tu lado,
 acabara inmersa en tu vida.
 Y el vacío que en su medio había dejado,
 llenara el espacio de otra vida.
 A muchos, por amor he adeudado,
 la hermosa aventura de la vida.

JOG

DE LA POTENCIA AL ACTO

Y el corazón latió al mismo tiempo,
 aunque se apagara la luz de un otro,
 fueron las explicaciones que han surgido,
 las que sin poder ser, están ya siendo.
 Y murió mi amigo en primer acto,
 siguiéndole velocidad e ir corriendo.,
 y el destino del amor, que está
 durmiendo.
 Amaneció al otro día: Reza despierto!!
 Dando gracias a Dios, por el momento.
 Si ahora tú naciste en primavera,
 fue, por unas rosas rojas en el asfalto, que
 provocaron llantos por su espera.
 Y es que es mayor el dar, que está en vela.

JOG

**Donar órganos,
 es regalar VIDA!!**





A MI DONANTE

Se de una persona, aunque no la conozco, que salvó a otras varias después de muerte. Veo ahí una prueba de que la muerte no es el fin, de que se puede actuar

incluso después de haberla uno padecido. Esta persona generosa y de buen corazón, movida, sin duda, por la gracia de Dios, me ha hecho a mí revivir cuando mi vida ya se doblaba y se dirigía a la fosa, porque mi hígado estaba ya tocando a su fin... pero, por el momento, gracias a ella, mi tumba tendrá que seguir vacía un tiempcito más.

Es verdad, donante mío, es verdad que no te conozco, que no sé nada de ti, ni siquiera si eres hombre o mujer, pero una cosa sí sé, que Dios mismo te tocó con su dedo y te llenó de un amor inmenso por los demás, de un afán de vivir donándote por los demás. Lo hiciste en la vida y en la muerte. Y lo sé porque si no fuera así, si hubieses sido una persona egoísta, dedicada a vivir solo para que te sirvan y no para servir, entonces, ¿cómo hubieras podido tomar la decisión, junto con tu familia, de donar tus órganos después de fallecer? No tendría ningún sentido...

Por eso, te quedo inmensa y eternamente agradecido y no pasa un día sin que le pida a Dios Padre que reciba tu alma en su divina presencia, si es que aún no lo está. Y también le pido por tu familia, para que sabiendo de mi existencia, de mi recuperación total de la salud, y de mi agradecimiento, encuentren el consuelo que seguramente perdieron con tu pérdida. La paz sea contigo y con tu familia mi querido donante. Has puesto tu listón de amor en el mismo techo, por eso, podría yo llegar, tal vez, a tocarlo, pero nunca a pasar por encima de él.

Luis Miguel Romero Cárdenas

“VETERANO Y NOVATO”

En vísperas de la Semana Santa se fundió un cirio dedicado a los Donantes de Órganos en el palio de la Virgen del Rosario.

Dos miembros de nuestra Asociación, muy relacionados con la Hermandad del Polígono de San Pablo, protagonizaron el acto. Uno llevaba 23 años trasplantado de hígado y el otro, solamente, 23 días.

Luis Romero recibió el trasplante hepático en 1992. José Antonio Gómez se trasplantó de hígado el 27 de Febrero de 2016.

Cuando en la Parroquia del Polígono vieron entrar a José Antonio, muchos no se lo creían. Lo habían visto muy enfermo, sabían que estaba en el Hospital recién trasplantado, pero nunca se podían imaginar que, con solo 23 días de postoperatorio, estuviera allí, rodeado de su entrañable y ejemplar familia, para dar gracias por la Vida y a su Donante.

Es un honor traer a esta sección de “Veteranos y Novatos” a dos luchadores. Luis le transmitió Esperanza de Vida a José Antonio y José Antonio comprobó que los días soñados se habían hecho realidad.

*José Pérez Bernal
Socio nº 2*





Juan Hernández Navarro

La Dama Buena de Lágrimas Doradas

Estuve subido sobre el palo mas alto. Ese que sirve de silla a las águilas para mirar desde el cielo. Desde allí escribí aquello que nadie puede leer con los ojos.

Si acaso con los ojos pálidos del alma cuando se abren a la vida. No tenía una figura porque la había dejado sobre la mesa recta y delgada del quirófano, donde reposaba junto a la muerte.

Cuando Él llegó, mis alas se cerraron y caí sobre la carne abierta de mi propio cuerpo como cae el rocío sobre las hojas de los tréboles nocturnos del estío.



Entre la niebla mas cálida nos fuimos conociendo, a la vez que mi corazón retomaba sus latidos, y otro, que se escuchaba mas lejano, echaba a volar sobre los labios amentolados de las estrellas que le esperaban junto a una bella mujer, que yo no se si era una virgen o un hada llena de magia de los cuentos de niños.

La vida entraba y la toqué con los dedos fantasmas de un sueño que se convirtió en una realidad. Mientras escuchaba cantar saetas que pronunciaban el nombre de la virgen mas bonita. La dama buena de las Lágrimas Doradas, de la que mi amigo me había hablado.

Su Macarena. Su Esperanza. A la que mi compañero rezaba en silencio al caer la noche en el hospital, mientras se cerraban mis ojos y los de todo el Universo.



LA SALUD NACIENDO DE LA HERIDA

Muchos de nuestros lectores conocerán en dónde está tomado el título de este comentario.

Otros, posiblemente, no. La frase está tomada de un Himno litúrgico cristiano del tiempo de pasión.

Comenzando por el primer término, la **salud**, yo la defino como, "la plenitud armónica del individuo consigo mismo y del individuo con la sociedad". También decimos que la salud es una conquista, una tarea, un don, y una aventura, en la que la persona tiene mucho que aportar para poseerla, aunque sea temporalmente.

Cuando nos hacemos una **herida**, o nos la provocan en nuestro cuerpo, entran en lucha los antígenos agresores contra los glóbulos blancos, (fagocitosis dicen los médicos), y en esa lucha que suele ser ayudada desde fuera por tratamiento médicos y químicos, triunfan normalmente los glóbulos blancos, es decir, se cicatriza la herida. "La salud ha salido de la herida".

Cuando un órgano de nuestro cuerpo pierde su función totalmente, recurrimos al trasplante de otro órgano donado y así, el cuerpo entero adquiere su normal funcionamiento. Entonces, decimos, la salud adquirida ha nacido de la herida producida por el órgano dañado, y restablecida por otro nuevo. "La salud naciendo de la herida". ¡Cuántas personas trasplantadas de diversos órganos han pasado de las heridas de sus vidas a la salud, a una nueva vida, a un nuevo aspecto físico de sus caras! "La salud naciendo de la herida".

"La salud naciendo de la herida", es realmente aplicable a otras dimensiones psicológicas y espirituales de la persona humana.

Tengo en mi despacho una fotografía que recorrió el mundo entero y que algunos de vds. recordarán. La niña Phan Thi Phuc, con nueve años, corre despavorida huyendo de la ola de fuego provocado por el napalm, o gas naranja, que los aviones estadounidenses esparcieron sobre Tran Bang el 8 de junio de 1.972 en la guerra del Vietnam. Esa niña, después de pasar por muchas "heridas" en su vida aparece en otra fotografía con una hija suya en sus brazos. Últimamente, la señora Phan Kin Phuc ha pasado por Madrid ante la foto que le hizo tristemente famosa. Resulta impresionante comparar las tres fotografías, la de la niña, la de la

madre y la última, cuando pasó por Madrid. "La salud naciendo de la herida".

El escritor Henri J. Nouwen en su libro, "el sanador Herido", hace un recorrido del "que cura desde sus propias heridas", que es aplicable al mundo de la salud, al mundo de la propia persona. ¡Cuántas "heridas" psicológicas, y espirituales de la vida han provocado un cambio, una madurez, una mejor salud! Cuántos enfermos que conozco han pasado por la "herida" de una enfermedad para llegar a encontrarse con una salud más amplia, más totalizante. En el proceso de la curación de una enfermedad entran en juego, no solamente los recursos técnicos sanitarios, sino los propios recursos personales sanantes que toda persona tiene dentro de sí mismo. Una enfermedad puede vivirse de una forma patológica, o de una forma sana. Detrás de cada enfermedad hay escondido un don. El contacto con el sufrimiento hace fecundo el espíritu humano. Varios sistemas filosóficos (Kierkegaard, Schopenhauer) así como grandes obras musicales (Bach, Mozart) han nacido a la sombra de experiencias de dolor. También escuelas psicológicas (la logoterapia de Victor Frankl) consideran la pérdida de... como tema central de la existencia humana. Las "heridas" de la vida pueden sacar a la luz potencialidades escondidas, talentos desconocidos, sentimientos ignorados y encontrar desembocadura en la creatividad. O vivimos bien las "heridas", las enfermedades, dentro de lo humanamente posible, o éstas nos tumbarán en el pozo de la desesperación.

Las motivaciones para vivir sanamente la enfermedad pueden ser muy variadas.

Ya en la antigüedad, el profeta Isaías dijo: "sus heridas nos curaron".

Lo que es verdad biológicamente, puede ser verdad en un concepto más amplio de salud biográfica. Que la enfermedad puede ayudar a madurar no hay duda. Que la enfermedad, puede tumbar a una persona, también. Cada uno de nosotros tenemos experiencia de cómo vivimos nuestras propias heridas. Como la tienen, también, todas las personas que han sido trasplantadas en alguno de sus órganos.

*Dionisio Manso, M.I.
Capellán Hospitales "Virgen del Rocío"*

SENSIBILIZANDO A LOS MÁS JÓVENES

En los últimos meses venimos impartiendo una serie de charlas-coloquio en diferentes Institutos de Educación Secundaria y Colegios de Sevilla y provincia y Huelva. Por nombrar algunos, citaré el Colegio de Nuestra Señora de las Nieves en Los Palacios (Sevilla), el I.E.S Don Bosco de Valverde del Camino (Huelva), o el I.E.S SAN FERNANDO de Constantina (Sevilla).

El objetivo de las mismas consiste en acercar a la población, en particular a alumnos de diferentes cursos de Educación Primaria, Secundaria, Bachillerato e incluso universitarios (mencionar nuestra visita a la Facultad de Psicología de Sevilla), la realidad del trasplante hepático y reflexionar acerca de ella.

En nuestro discurso hacemos hincapié en la prevención y en la promoción de conductas saludables, así como en la sensibilización en cuanto a la donación de órganos, todo ello en un lenguaje asequible según la edad de los oyentes y fomentando su participación activa.

A dichas charlas hemos acudido, por lo general, el Presidente de nuestra Asociación, Manuel López, el Presidente de ALCER (Riñón), Pepe Soto y un/a coordinador/a de Trasplante de alguno de los Hospitales de referencia en este ámbito, y un servidor, Daniel Lobato López en calidad de Psicólogo.

De este modo, y cada uno en función de su experiencia y su trabajo, realizamos una revisión de nuestras vivencias y de nuestro trabajo, tratando de transmitir un mensaje claro que esperamos todos logremos interiorizar: **Donar es salvar vidas, y cuidarse, también.**

Daniel Lobato López. Psicólogo AATH



CONVIVENCIA DE NAVIDAD 2015

Un año más, llega uno de los días más esperados por todos los que pertenecemos a esta gran familia de familiares de enfermos y trasplantados hepáticos, equipo sanitario y colaboradores.

La jornada comenzó con la tradicional Misa de Acción de Gracias en la Basílica de la Esperanza Macarena, oficiada por D. Dionisio Manso, capellán del Hospital Virgen del Rocío.

Al llegar al Cortijo de Juan fuimos recibidos con una copa de bienvenida, momento que aprovechamos para saludar a nuestros amigos y conocidos, antes de pasar al salón para comenzar al almuerzo.

En los postres, nuestro presidente Manuel López y el Dr. D. Miguel A. Gómez, dirigieron unas palabras a todos los presentes, y a continuación comenzó la entrega de premios.

El primer premio fue **"Periodista Solidario 2015"** a Víctor García-Rayó Luengo, por su larga trayectoria fomentando la cultura de la SOLIDARIDAD y las Donaciones de Órganos en Sevilla, por conocer en su propia familia los sentimientos de Angustia y de Esperanza que viven los enfermos hepáticos ante un trasplante, por demostrar que ejerciendo un periodismo ejemplar, como es el suyo, también se puede salvar Vidas; presenta al periodista nuestro Vicepresidente honorario, el Dr. Pérez Bernal y entrega el premio la Junta Directiva de nuestra Asociación; a continuación el periodista premiado dirige unas palabras muy emotivas a todos los presentes.

A continuación la entrega de los **Pines de Plata** a socios y socias que cumplen diez años de trasplantados, que fueron los siguientes: Francisco Fabián Rivero, José Villadiego Tovar, Santiago Rodríguez Rodríguez, Antonia Saborido Rojas, María Gómez Millán, José Luís Fernández Jiménez, Antonio Ponce García, Carlos Lama García, Salvador Rodríguez Muñoz, M^a Nieves Aragón Dueñas, M^a Ángeles García González, José M^a Cava Cepeda, Enriqueta García-Junco Gutiérrez, Francisco Pérez Díaz e Ildefonso Peña Peña.

Después se entregaron **Placas a los que cumplen 20 años o más de trasplantados** a: Eva Pérez Bech, entrega el premio el Dr. D. Ángel Bernardos;

Mario González Vera, entrega el premio, Conchita, esposa del Dr. Bernardos; Juan Ignacio Sánchez de los Santos, recoge el premio Eva Pérez que procede a leer una carta escrita por el premiado; Joaquín Cózar Infante y Oscar Curado Rodríguez. Durante la entrega de estas placas, se vivieron momentos muy emotivos por la sorpresa que supuso para el Dr. Bernardos y su esposa la entrega de los premios.

Otro momento emotivo fue la entrega del **"Premio a las Familias Excepcionales"** a los familiares de María Gómez Millán y Carmen Redondo, esta segunda no asiste por encontrarse hospitalizada. Hace la presentación el Dr. Pérez Bernal y entrega el premio la Junta Directiva de Aath.

Y para terminar, se entrega una Placa de agradecimiento al Personal Sanitario de Quirófano, en reconocimiento por su labor.

Cerró el acto nuestro presidente con unas palabras de despedida.







QUIERO SER DONANTE

Sólo necesité escucharlo una vez para convencerme. Seré donante, y mi familia lo va a saber hoy, esta misma tarde. La decisión estaba tomada desde que escuché al doctor José Pérez Bernal, uno de esos hombres que Dios nos pone en el camino para sacudirnos, zarandearnos, quitarnos de un plumazo las tonterías.

Tienen en el rostro esa sonrisa de quienes saben que están viviendo gracias a la generosidad del prójimo. Son personas trasplantadas, gentes que siguen entre nosotros porque algunas familias de personas que fallecieron decidieron donar sus órganos.

Los trasplantados no viven de prestado, siguen aquí por una cuestión de generosidad sublime, de amor a la vida, de respeto a los demás. Siguen aquí porque hay gente muy buena en el mundo, seres capaces de –en un trance de dolor infinito– despojarse de prejuicios y pensar en el *tú* antes que en el *yo*. Tiene tanto mérito donar órganos que esas familias deberían estar más reconocidas. Son salvadores de vidas, donantes de esperanza.

Vivimos una época de alta cualificación entre nuestros cirujanos. Tienen nuestros hospitales los medios técnicos necesarios y contamos con equipos de profesionales capacitados, sensibles a la problemática y especializados incluso en una red nacional de trasplantes perfectamente coordinada y diseñada para salvar vidas. Todo este mecanismo que, seguramente a esta hora está funcionando, no serviría de nada si no contamos con la donación, con ese acto de generosidad incondicional.

En este preciso momento hay familias, muchas familias, que en toda España atraviesan el desierto de la espera y la esperanza, aguardan una llamada que por fin haga posible el milagro, sueñan y rezan. Ya saben que la única posibilidad para seguir viviendo es que alguien decida donar ese órgano que no funciona. Después toca esperar que llegue, la operación y el resultado de la misma. Es una encrucijada que quien la ha vivido reconoce como inquietud sin límite.

Por fortuna hay familias que donan, y personas que

dedican su vida a convencerlos a los demás. Sólo necesité escucharlo una vez para convencerme. Seré donante, y mi familia lo va a saber hoy, esta misma tarde. La decisión estaba tomada desde que escuché al doctor José Pérez Bernal, uno de esos hombres que Dios nos pone en el camino para sacudirnos, zarandearnos, quitarnos de un plumazo las tonterías.

Pepe Pérez Bernal supo un día que había que tocar a las puertas de las hermandades de Sevilla, que allí encontraría a personas que hablarían su idioma de la Esperanza. Y dio en la diana, acertando de pleno. Luchó cada plaza, cada sede, visitó todos los despachos y las salas de cabildo. Se personó allí donde querían escucharlo y se arrodillo delante de todas las imágenes de nuestras devociones. Aún hoy lo sigue haciendo. Ha encontrado buena respuesta. Y es que al doctor Pérez Bernal es terriblemente difícil decirle que no. Mucho menos cuando lleva toda la razón.

Creo que Pérez Bernal tiene trasplantada el alma. Conoce demasiado bien el dolor y el miedo, la duda y el reloj, esa incertidumbre que sólo ha vivido quien mira a la ventana del tiempo esperando que asome el viento nuevo de una vida que se está escapando minuto a minuto. Yo quiero ser donante porque el doctor Pérez Bernal me abrió los ojos, me enseñó que el sol no sale igual para todo el mundo, porque hay personas que viven en noche permanente, y me explicó, siempre con una sonrisa, que no cuesta tanto esfuerzo seguir viviendo de alguna forma dentro de otra persona. Dar vida, me dice siempre, qué importante es dar vida.

Ahora mismo hay personas muy cerca de nuestra reunión familiar que están rodeado de los suyos pidiendo al cielo que llegue un órgano, que alguien haya dicho que sí. Es necesario ser donante, hacerse donante. Yo tuve la suerte de encontrar al doctor Pérez Bernal. Tú deberías buscar a alguien trasplantado para que te ofrezca su testimonio y puedas decir lo que ahora me sale a mí del corazón: yo quiero ser donante.

Víctor García Rayo
 El Correo de Andalucía
 Sevilla 26 diciembre de 2015

ÉXITO DEL BELÉN DE LA SOLIDARIDAD

CON MÁS DE 600.000 VISITAS, ES LA MEJOR CAMPAÑA ESPAÑOLA PARA FOMENTAR LAS DONACIONES DE ÓRGANOS

El pasado 5 de Enero finalizó la **14ª edición del Belén de la Solidaridad**, la iniciativa creada por personas trasplantadas para disfrutar de la Navidad y transmitir a la sociedad un mensaje lleno de Vida: **“UN TRASPLANTE ES OTRO NACIMIENTO”**.

El **Belén de la Solidaridad** recibió, desde el 8 de Diciembre al 5 de Enero, **50.000 visitantes**. Las espectaculares maquetas de los edificios derribados en la Plaza del Duque por los años 60 para construir un centro comercial, alrededor de las cuales presentamos el Nacimiento, causaron admiración y sensibilizaron a los sevillanos en la conservación del patrimonio de la ciudad.

Los **medios informativos**, un año más, se han volcado con el Belén, logrando multiplicar el impacto y la difusión de nuestros mensajes. El **Pregón de Navidad**, pronunciado por el **“Padre Pateras”** atrajo mucho público. La visita del **Alcalde de Sevilla** en la mañana del 5 de Enero, coincidiendo con la presencia de los **Reyes Magos** en el Belén, ha supuesto una gran motivación para las personas trasplantadas que trabajan durante todo el año para lograr el principal objetivo de la Asociación: **luchar por la Vida de los enfermos**.

Otras visitas destacadas, además del Alcalde de Sevilla D. Juan Espadas, fueron la de D^a María Dolores de Cospedal y D. Juan Ignacio Zoido, líderes del Partido Popular, el Vicario General de Sevilla D. Teodoro León, el Director de Fiestas Mayores D. Miguel Bazaga o el Concejal del Área de Bienestar Social D. Juan Manuel Flores Cordero.

Las maquetas del Belén 2015, como todas las realizadas en años anteriores, se exponen en el **Hogar de la Virgen de los Reyes** (c/ Fray Isidoro de Sevilla - Macarena), sede del Área Bienestar Social y Empleo del Ayuntamiento de Sevilla. Allí se pueden visitar, prolongándose durante todo el año esta singular campaña.

El **Belén de la Solidaridad**, en sus 14 años de existencia y con **más de 600.000 visitas**, ha tenido un gran papel en la sensibilización de los sevillanos hacia las donaciones de órganos. Gracias a ello, **el pasado 2015 se han podido trasplantar en Sevilla**

209 personas, una cifra récord: 123 de riñón (15 de ellos son niños), 69 de hígado y 17 de corazón.

Todos los que hemos participado en esta iniciativa nos sentimos orgullosos de haber colaborado en transmitir Esperanza y regalar una segunda oportunidad en la Vida a los enfermos terminales de Sevilla.

José Pérez Bernal
Socio nº 2



Melchor: José A. Santos, enfermero Unidad Trasplante Cardíaco H.U. Virgen del Rocío

Gaspar: José Villadiego, trasplantado Hepático

Baltazar: Manuel González, Hermano Mayor Hdad. la Estrella



IV FERIA TEMÁTICA EXPODEPORTE Y XXXVII EDICIÓN MEDIA MARATÓN SEVILLA-LOS PALACIOS

Con motivo de la IV Feria Temática Expodeporte celebrada en el municipio de Los Palacios y Villafranca, nuestra Asociación ha estado presente en la misma, en un stand facilitado por el Ayuntamiento, por el que, desde el día 10 al 13 de diciembre, han pasado numerosos visitantes para interesarse por la DONACIÓN. Hemos recibido el apoyo de toda la Corporación Municipal, de trasplantados de otras asociaciones, familiares de donante, director@s de colegios y president@s de ampas y de vecinos, el pequeño campeón de España y Andalucía de minimotos "RR99", que han querido estar presente apoyando nuestra causa; con toda seguridad, nuestro stand ha sido el más visitado de la Feria.

Por último el domingo día 13 se dio salida a la 37 edición de la Media Maratón Sevilla Los Palacios y una vez terminada, pasaron por nuestro stand el primer clasificado de la general, Abdelhaid el Movaziz, y el primer clasificado local, Samuel Lay, que no dudaron en hacerse con el carnet de futuro donantes.

Estamos muy agradecidos a uno de los pueblos más solidarios de nuestra provincia, a Juan Carlos Rodas, trasplantado hepático, que junto a un numeroso grupo de vecinos realizan una labor magnífica por la Donación en esta localidad, y por supuesto a la Corporación que los representa, y a la radio televisión local por la cobertura que siempre nos facilita para expandir nuestro mensaje.

¡GRACIAS!



LA SEMANA SANTA DE SEVILLA SE VUELCA CON LAS DONACIONES DE ÓRGANOS

La idea de fundir cirios dedicados a los Donantes de Órganos, iluminando a nuestras imágenes en las candelерías sus pasos, surgió en Sevilla en el año 2008. En el cartel de la Semana Santa que el Consejo de Cofradías encargó al pintor D. Emilio Díaz Cantelar, que reprodujo genialmente unos detalles del palio de la Amargura, escribió en uno de los cirios que la iluminaban una leyenda de agradecimiento dedicada al donante de órganos de su esposa, trasplantada de hígado y riñón. El Presidente del Consejo, D. Manuel Román, nos reunió al pintor y a mi para decirnos que ese detalle tenía mucha fuerza, que no se podía quedar en un papel. Y lo hicimos realidad.

LUCES DE VIDA Y ESPERANZA DESDE EL 2008

Ese año 2008 la Virgen de la Amargura llevó ese cirio que, por cierto, no llevó escrita ninguna leyenda. Se fundió en un emotivo acto presidido por el Cardenal D. Carlos Amigo, en presencia de donantes y trasplantados. También lo llevaron la Virgen del Sol y la del Dulce Nombre de Bellavista con el mensaje "Dar para Recibir" y son ya 9 Semanas Santas llevando estas "luces de Vida y Esperanza"

En 2009 se unió la Virgen de la Estrella que, desde entonces, lo funde en la primera fila de su candelera con el mensaje "Una Estrella para la Vida". La Virgen de los Ángeles, de mi Hermandad de los Negritos, comenzó a llevarlo a su izquierda con el mensaje "Ángeles para la Vida".

31 HERMANDADES CON CIRIOS EN 2016

Año tras año se han ido uniendo Hermandades a esta iniciativa. En este 2016 han sido 31 en Sevilla y muchas en sus pueblos. Esta idea comienza a extenderse por las provincias de Cádiz, Málaga y Huelva.

Cada Hermandad escribe en esos cirios una leyenda relacionada con su advocación, siempre con la palabra Vida. Otras no escriben nada en el cirio, como en las Hermandades del Silencio, Cachorro o Veracruz. Algunas sencillamente ponen "A los Donantes de Órganos" como en el Valle o la Esperanza de Triana.

"Paz y Vida" en la Virgen de la Paz; "Mercedes, Don de Vida" en la Virgen de las Mercedes de Santa Genoveva; "Hiniesta Madre de Vida" en la Hiniesta"; "Luz y Vida" en las 7 Palabras; "Luz de Esperanza" en

la Virgen de Gracia y esperanza de San Roque; "Con Esperanza siempre hay Vida" en la Esperanza de la Trinidad; "Madre de Vida" en Madre de Dios de la Palma de Cristo de Burgos; "Un corazón de Vida" en los Servitas; "Lágrimas de Vida" en la Virgen del Rosario de Montesión, Virgen de Regla de los Panaderos, Nª Sª del Rosario del Polígono y en la Patrona de los Donantes de Órganos de Sevilla, la Virgen de las Angustias de los Gitanos...

3 MENSAJES CON ESTOS CIRIOS

1) Representan un homenaje a los Donantes de Órganos. Quienes se fueron al cielo regalando vida, tienen que estar en un sitio privilegiado del cielo, junto a la Virgen, convertido en un Ángel o en una Estrella. Son una Luz de Esperanza y de Vida.

2) Los familiares de los Donantes sabrán que nunca nos olvidamos de ellos. Ni las personas trasplantadas, ni sus familiares, ni los sanitarios, ni la sociedad. Con estas luces Sevilla entera, desde sus sentimientos mas profundos y en su Semana Santa, rinde homenaje a unos héroes que salvaron vidas.

3) Estas Luces salvan vidas, pues desde las Hermandades están sembrando una semilla de solidaridad, de amor al prójimo y de concienciación sobre las donaciones de órganos. El gran aumento de las donaciones y de los trasplantes en Sevilla no ha sido una casualidad.

ACTOS SENCILLOS Y EMOTIVOS

Los cirios siempre los funden familiares de donantes de órganos fallecidos, donantes vivos o trasplantados relacionados con la Hermandad. En unos actos muy emotivos exponemos los mensajes que encierran las luces de estos cirios. El Hermano Mayor comenta el compromiso de la Hermandad con el apoyo a las Donaciones de órganos. También intervienen las personas trasplantadas y los donantes, emocionando siempre a los presentes. Tras subirse al paso la persona designada para fundir el cirio, se canta una saeta.

Ana Pérez Melero, una de las mejores saeteras de Sevilla, siempre nos acompaña. Termina estos actos dando las gracias por la Vida como ella sabe hacerlo: cantando. Su esposo, Ramón Mora, está disfrutando de una maravillosa "prórroga" en la vida con su trasplante hepático, gracias a su donante.

ACTO MULTITUDINARIO ANTE LA PATRONA DE LOS DONANTES

La noche del Viernes de Dolores en la Hermandad de los Gitanos ya se ha convertido en un clásico en

Sevilla. Donantes y trasplantados acuden para la fundición del cirio que iluminará a la Virgen de las Angustias. Las emociones están aseguradas. Este año expusieron sus vivencias cuatro familiares de donantes fallecidos, tres donantes vivos y doce personas trasplantadas con historias, como son todas ellas, excepcionales. Saetas payas y gitanas, aplausos en un santuario abarrotado de gente y lágrimas, muchas lágrimas de agradecimiento por la Vida. Por eso, Angustias de los Gitanos lleva desde hace 7 años un cirio con el mensaje "LÁGRIMAS DE VIDA".

GRACIAS

Desde estas páginas quiero dar las gracias, en nombre de todos los que no tienen voz, a Sevilla, a sus Hermandades y a toda la buena gente que están luchando para que muchos enfermos terminales, sin otra solución que el trasplante de un órgano, puedan disfrutar de una segunda oportunidad en la Vida.

José Pérez Bernal
Socio nº 2 y Vicepresidente Honorario AATH



LA MÚSICA COFRADE DE SEVILLA CON LAS DONACIONES DE ÓRGANOS

14 BANDAS DE MÚSICA CON LAZOS EN SUS BANDERINES CON EL MENSAJE "HAZTE DONANTE – DONA VIDA"

En Sevilla la música cofrade tiene muchísima fuerza e importancia. Las Bandas y Agrupaciones Musicales son una referencia para todos los músicos de Andalucía y España. Son centenares de miles sus seguidores. Este año 2016 han hecho una gran campaña para fomentar las donaciones de órganos.

VERACRUZ DE UTRERA, TRES CAÍDAS DE TRIANA, CIGARRERAS.....

La idea surgió de la Banda de Cornetas y Tambores Veracruz de Utrera. Decidieron celebrar su XXX Aniversario ayudando a los demás, fomentando las donaciones de órganos. Estrenaron una marcha dedicada a los Donantes de Órganos: "Lágrimas de Vida", anualmente celebran el Concierto dedicado a los Donantes de Órganos y, desde hace 5 años, su Banderín lleva un lazo negro con el mensaje "HAZTE DONANTE-DONA VIDA".

Para celebrar su XXXV Aniversario organizaron un concierto histórico en Utrera, invitando a las Tres Caídas de Triana y a las Cigarreras. Sus directores, Julio Vera y Dionisio Buñuel pidieron para sus banderines esos lazos y se los pusimos en el concierto, rodeados de donantes y trasplantados.

La reacción de todas las Bandas de Sevilla fue inmediata: pidieron llevar esos lazos en sus banderines.

DONANTES Y TRASPLANTADOS PUSIERON LOS LAZOS

Hemos ido a sus ensayos y a sus conciertos para atar esos lazos en sus banderines y sembrar en los músicos la semilla de la Solidaridad con mayúsculas.

En cada caso les hemos hablado sobre lo que significa las donaciones de órganos. Donantes y trasplantados les han emocionado con sus vivencias. Hemos disfrutado con la música que nos han dedicado en sus ensayos y, sobre todo, con la humanidad que transmiten gentes excepcionales. Las fotos de los músicos con sus Tarjetas de Donante inundaron las redes sociales.

Virgen de los Reyes, Cristo de la Sangre y la Encarnación de San Benito, Redención, María Magdalena de Arahal, San Juan Evangelista, Veracruz y Santa María la Blanca de Los Palacios, Nuestro Padre Jesús de la Salud y la de

María Stma. de las Angustias ambas de los Gitanos... lucen sus lazos negros con letras doradas.

Para la Centuria Macarena el lazo fue "verde Esperanza" y lo lució en el banderín de la "gandinga". Se le impuso en una Basílica de la Macarena llena de gente, durante el Pregón de los Armaos. Para las Tres Caídas de Triana, cuyo uniforme es blanco durante la Madrugá, hicimos otro lazo blanco.

"LÁZARO": MARCHA DEDICADA A LOS DONANTES DE ÓRGANOS

Mis amigos de la famosa Banda del Sol me dijeron que ellos no tienen banderín, pero querían participar en esta iniciativa con algo distinto. Nos dieron una gran sorpresa: compusieron una marcha dedicada a los Donantes titulada "Lázaro". En el cartel de presentación ponen que está "dedicada a todos los que necesitan de ese milagro para seguir viviendo".

Nos presentaron la marcha en un ensayo, una noche fría y lluviosa de febrero. Acudimos un buen grupo: muchos familiares de donantes, donantes vivos y personas trasplantadas de las 5 Asociaciones de Sevilla. El acto fue entrañable y muy emotivo. Nos gustó la marcha y, como siempre, la actitud de ayuda y apoyo de unos músicos altruistas y solidarios.

"Lázaro" se estrenó el Sábado Santo de 2016 en La Campana, mientras entraba la Hermandad del Sol en la Carrera Oficial, tras una levanta dedicada a los Donantes de Órganos. Me invitaron a acompañarles y, aunque me resistí, lo hice. Los sonidos dedicados a los donantes que surgían de unos músicos excepcionales y en un ambiente lleno de sentimientos, me hicieron vivir unos de los momentos más emocionantes de mi vida.

SALVANDO VIDAS DESDE LA MÚSICA COFRADE

Cada Banda, cada Agrupación Musical, ha recibido una carta de agradecimiento de la Dirección General de Trasplantes del Colegio de Médicos de Sevilla. En ella se les ha dado las gracias por esta muestra de Solidaridad y se les comunicaba que, con toda seguridad, desde la música cofrade se salvarán muchas vidas.

Estos músicos han transmitido unos mensajes que apoyan la lucha por la Vida de los enfermos terminales que necesitan del trasplante de un órgano para seguir disfrutando de una segunda oportunidad en la Vida.

Muchas GRACIAS en nombre de los que no tienen voz.

José Pérez Bernal
Director Gral. de Trasplantes
del Colegio Médico de Sevilla



CAMPAÑA SOBRE DONACIÓN EN EL CÍRCULO MERCANTIL DE SEVILLA

El día 5 de marzo de 2016, en un acto organizado por la Dirección General de Trasplantes del Colegio de Médicos de Sevilla para fomentar las donaciones de órganos, las asociaciones de trasplantados de riñón, corazón e hígado, junto al Director General de Trasplantes del Colegio de Médicos de Sevilla, José Pérez Bernal, han participado, en el Círculo Mercantil de Sevilla en la presentación de las nuevas camisetas que llevarán todos sus deportistas, en la que figura el logo que ellos han diseñado con el mensaje, **SOY DONANTE, REGALA VIDA, ¿TE APUNTAS?**

Nuestro agradecimiento a la Junta Directiva del club y a José Pérez Bernal, incansable promotor de iniciativas a favor de la DONACIÓN.



MES DE LA SALUD EN LAS CABEZAS DE SAN JUAN

El pasado 12 de abril de 2016 y encuadrado dentro de las actividades programadas por el Excelentísimo Ayuntamiento de las Cabezas de San Juan con motivo del Mes de la Salud, nuestra Asociación junto a las demás asociaciones de trasplantados de Sevilla y la Asociación del Belén de la Solidaridad, estuvimos presentes en diferentes puntos de información de la localidad, con el objetivo de informar y concienciar sobre las donaciones de órganos y tejidos.



COLABORACIÓN DEL RICOMS CON LAS ASOCIACIONES DE PACIENTES

El Colegio de Médicos de Sevilla y un nutrido número de asociaciones de pacientes han firmado un convenio de colaboración por el que a partir de ahora la institución se compromete a trabajar codo con codo con todas ellas para desarrollar actividades conjuntas ofreciendo además las dependencias de la sede colegial para estas acciones.

Este convenio lo han firmado un total de 18 asociaciones de pacientes que agrupan a colectivos afectados por importantes patologías y que necesitan de la colaboración de todos para solucionar sus problemas.

El Colegio de Médicos de Sevilla quiere servir de apoyo a estos colectivos para colaborar con ellos en la solución de problemas médicos y asistenciales con los que se encuentran diariamente y servir así mismo de plataforma de denuncia de situaciones complicadas con las que se encuentran estos enfermos ante la sociedad y ante las administraciones.

A través de este convenio todas las asociaciones de pacientes firmantes podrán desarrollar actividades conjuntas con el Colegio en áreas formativas y de investigación además de poner a disposición de todas ellas los departamentos del Colegio de Asesoría Jurídica, para las reclamaciones, y la Unidad de Valoración de Daño Corporal y Peritaciones Médicas

Las Asociaciones firmantes son las siguientes: Alzheimer, Enfermedades Mitocondriales, Enfermedades Neuromusculares, Asociaciones contra el Cáncer, Ataxias, Ictus, CONESCAPAR, Crohn, ELA, Epilepsia, Miastenia, Trasplantes, Paz y Bien, Belén de la Solidaridad, Fibrosis Quística, ASANOL, ASANES y AEPA.

LA CALLE DE PEPE

Ay Pepe, ¿una calle? Tú te mereces medio Monopoly con las 20.000 de la casilla de salida, por lo menos. Y estoy segura de que te recorrerías cada una de ellas explicando a todos lo necesario que es donar nuestros órganos.

Tuve la fortuna, gran fortuna, de conocer al doctor Pérez Bernal, hace muchos años. Más de los que él sabe. Hacía servidora sus pinitos radiofónicos en la desaparecida emisora San Pablo de la calle Sierpes, y una tarde me senté a esperar en la pecera de control a que comenzara mi programa. Un compañero entrevistaba a un señor sobre las donaciones de órganos a propósito de la, tan acertada, carta de Amigo Vallejo “No te lleves al Cielo lo que necesitamos aquí”. Y había tanta pasión, tanta verdad, tanta bondad en las palabras de aquel médico, que al terminar, aprovechando los minutos de la publicidad, le abordé para preguntarle qué tenía que hacer para ser donante.

Después la vida cruzó nuestros caminos de las formas más variopintas hasta convertirnos en amigos. Desde pregonar juntos a nuestra querida hermandad de la Sed (donde me ganaste por goleada, no me canso de recordártelo cada vez que nos vemos), hasta como adversarios en las candidaturas del Ateneo. Esas candidaturas en las que una cae sin saber cómo y terminas entre risas dándote cuenta de que tienes más amigos que adversarios.

Pepe y su tenacidad, Pepe y sus cirios, Pepe y su incombustibles días de 30 horas, donde salva vida tras vida, sin contabilizarlas, sin apuntárselas en el carnet de baile que todos tenemos en el alma. Pepe demostrando que la bondad es la forma más natural de la inteligencia. Pepe y su eterna sonrisa

que te abraza y ya no te suelta para el resto de tu vida.

Sabes que me alegra muchísimo saber que tu nombre señalará una calle, aunque ya te dije que era poco, amigo, muy poco. Y si pasan los años, y la gente no recuerde quién era aquel doctor Pérez Bernal (a qué si no todo lo que se publica para explicar quién era quién en el callejero de Sevilla), te aseguro que en cada generación, en cada pequeño trozo de nosotros que viva en el cuerpo de otro, estarás tú, Pepe. Siempre, con tu bata blanca y tu bondad como armas para vencer a la muerte. Y eso no hay Catastro ni mala memoria histórica que lo borre. Bendito seas.

Publicado el 14 abril, 2016 por Rosa García Perea en Andalucía Información



COLABORAN



Las Niñas
Churrería
Freiduría y Asador

C/ Mártires nº 8 Constantina-Sevilla 674 492 410

¿BUSCAS UN PSICÓLOGO EN SEVILLA?



www.psicologiascorpio.com
644 39 40 53 - Daniel Lobato
(Sevilla)

***INFÓRMATE DE NUESTROS DESCUENTOS
PARA TRASPLANTADOS**

**Floristería
La
Gardenia**



Plaza de la Carretería, 34
Constantina (Sevilla)
Telf. 667 698 060

**ASADOR
LOS NAVARRO**



Alameda, 39
Constantina (Sevilla)
T. 954 49 63 61
T. 619 793 608 -David-
T. 686 450 314 -Israel-
www.asadorlosnavarro.com

**ASADOR
LOS NAVARRO**



SERVICIOS
de CATERING

TECO




INSTALACIONES ELÉCTRICAS EN GENERAL

Calefacción *Alta Tensión*
Estudios Energéticos *Estufas de Pellet*
Aire Acondicionado *Energía Solar*

Isidoro Escalada, 7 - **CONSTANTINA**
Teléfono y Fax: 955 880 835 - Móvil 651 867 864
E-mail: comercial@teconlu.es



Recogida a Domicilio

672 275 700
cuka.peluqueriacanina@gmail.com

- ✿ Tienda
- ✿ Peluquería
- ✿ Alimentos
- ✿ Accesorios
- ✿ Complementos
- ✿ Paseos
- ✿ Estilismo
- ✿ Y mucho más

the Cuka
Tienda & Peluquería



NUESTRO AGRADECIMIENTO POR EL PATROCINIO Y COLABORACIÓN DE:

