



ASOCIACIÓN RIOJANA DE
ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Otoño 06

Revista-Boletín nº 3

UN RAYO DE LUZ



INDICE

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

2. DISCAPACITADOS. CONCEPTOS RELACIONADOS CON LA DISCAPACIDAD, PENSIONES, MINUSVALÍAS E INCAPACIDAD.



Iniciamos en este apartado una serie de conceptos que por su importancia, creemos sean de interés de todos y que dada su extensión, iremos incluyendo a lo largo de los siguientes boletines. En esta primera ocasión y dada la importancia vamos a explicar los tipos de pensiones más comunes, si bien y dada la brevedad de este boletín, solo expondremos lo más importante de cada una de ellas, debiendo ponerse en contacto con la Administración de la Seguridad Social, para solicitar una mayor información.

1. Pensiones contributivas

Jubilación.- Esta prestación, en su modalidad contributiva, cubre la pérdida de ingresos que sufre una persona cuando, alcanzada la edad establecida, cesa en el trabajo por cuenta ajena o propia, poniendo fin a su vida laboral, o reduce su jornada de trabajo y su salario en los términos legalmente establecidos

Incapacidad permanente.- Prestación económica que, en su modalidad contributiva, trata de cubrir la pérdida de rentas salariales o profesionales que sufre una persona, cuando estando afectada por un proceso patológico o traumático derivado de una enfermedad o accidente, ve reducida o anulada su capacidad laboral de forma presumiblemente definitiva.

Existen otros tipos de pensiones, como pueden ser las de **Viudedad, Orfandad, Favor de familiares y Auxilio por defunción** que cubren la pérdida de rentas salariales o profesionales que van destinadas al cónyuge sobreviviente, a los hijos o a otro tipo de familiares, así como el Auxilio por defunción por un importe de 30,05 € para quien haya soportado los gastos del sepelio



Según información facilitada por Teresa Cibrian, es merecido destacar a José Luis Trell (fallecido), por su trabajo, pues le trajo incluso a Logroño a dar una charla, la 1ª en relación con la EM. Claro sin quitarle el mérito a Teodora que es una pionera en todo lo referente a la Asociación.

3.- CONOZCA LA RIOJA.

EL FUERO DE LOGROÑO

En el año 1095, el rey Alfonso VI, que había integrado La Rioja en la Corona Castellano-Leonesa, concedió el primero y previsor Fuero de Logroño, que garantizaba los derechos de las personas y liberaba de la servidumbre de la tierra a numerosos colonos quienes consiguieron la libertad.

En aquellos tiempos, Logroño formaba parte del condado de Nájera, Calahorra y pertenecía al conde García Ordóñez.

El Cid, enemistado con este conde, irrumpió con sus tropas el valle del Ebro en 1092 y entró en Logroño, villa que saquearon sus huestes. Fue el paso previo para que el rey concediera el fuero que parecía hecho a medida para paliar la devastación producida por sus hombres.

Sin embargo posteriormente se demostró que el motivo era otro: conseguir la mayor tierra para el reino e incrementar los ingresos de la Hacienda Real. Con el Fuero llegaron a instalarse en Logroño personas de muchos lugares, incluso de Centroeuropa con el reclamo de la libertad que el fuero otorgaba.

El fuero de Logroño adquirió una gran importancia en la época y tuvo una gran trascendencia histórica, toda vez que sirvió de ejemplo y guía para muchas ciudades del norte, Bilbao, Lekeitio, Castro Urdiales.

Que Dios no permita que yo pierda el Romanticismo, aún sabiendo que las rosas no hablan...

Que yo no pierda el Optimismo, aún sabiendo que el futuro que nos espera puede no ser tan alegre...

Que yo no pierda las ganas de tener grandes amigos, aún sabiendo y con las vueltas de la vida que ellos se terminan yendo.

Que yo no pierda el equilibrio, aún sabiendo que existen innumerables fuerzas que quieren que me caiga .

Que yo no pierda las ganas de ser grande, aunque el mundo es pequeño....

Y a pesar de todo....

LA VENDIMIA



El 21 de septiembre tiene un significado especial para Logroño es el día central de las fiestas de San Mateo. Una fecha con un único protagonista, la vid. Siglos antes de que apareciera por primera vez el nombre de la Rioja en el Fuero de Miranda, el vino ya era una base de riqueza en esta región.

El inicio de los festejos se anuncia con un chupinazo en el balcón del Ayuntamiento y finalizan el 26 a las 9 de la noche con el entierro de la cuba.

Dos hombres ataviados con la indumentaria tradicional camisa blanca, chaleco, faja roja a la cintura, pantalones recogidos por la rodilla y pies descalzos, van pisando lentamente la uva. Este primer mosto que se recoge en una jarra de barro, es entregado al presidente de la comunidad para ofrecerlo, junto a la Vendimiadora, la reina de las fiestas a la Virgen de Valvanera, patrona de la Rioja y los Cameros.

Por otro lado, no hay que olvidar que los tres ejes fundamentales de San Mateo son la participación popular representada por las peñas, las corridas de toros y el juego de pelota.



Este año existe un nuevo proyecto, liderado por La Rioja con el objetivo de crear un itinerario cultural de la Vid y del Vino, que cuenta con la participación de 13 comunidades autónomas y varios países de la cuenca Mediterránea. Entre las actividades programadas destaca la exposición "La Vid y el Vino en los pueblos del Mediterráneo" instalada hasta el día 30 de septiembre en el Centro Cultural Caja Rioja.

Otra de las actividades que se pueden realizar estas fiestas es la Ruta Riojana de la Gastronomía Popular. Para ello se ha editado un completo plano con más de 100 establecimientos de Logroño y alrededores.

ACTIVIDADES IMPORTANTES MES DE SEPTIEMBRE

Servicio de Informática en "La gota de Leche": introducción a Internet avanzado, mensajería instantánea, de compras por Internet, de viaje por Internet.

C/ Once de junio nº 2; Teléfono 941201615

www.logro-o.org

"Fotógrafos de la naturaleza 2006". De nuevo La Casa de las Ciencias ofrece esta muestra, relativa al año 2006, con las mejores imágenes presentadas al certamen promovido anualmente

por el Museo de Historia Natural de Londres. Es el concurso de fotografía sobre naturaleza más prestigioso del mundo que recibe más de 20.000 imágenes, para la exposición se han seleccionado 83.

Podrá visitarse del 21 de julio al 1 de octubre,

4. CURIOSIDADES

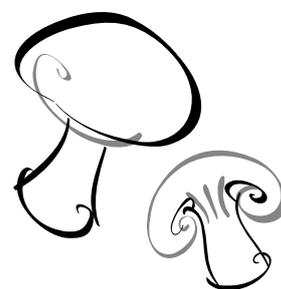
PROTAGONISTAS DEL OTOÑO. LAS SETAS



El interés de los riojanos por su patrimonio mitológico viene de tiempos muy recientes. En tiempos pasados las únicas especies que llegaban a los fogones riojanos eran los vulgarmente llamados bola de champiñón silvestre o simplemente hongo., ocasionalmente recogida por pastores, vulgarmente seta de chopo, recolectada por algún habitante de uno de nuestros ríos, que casi siempre acababan en una caldereta para regocijo de comensales.

Hoy en día, la cosa ha cambiado y existe una cultura y conocimiento mitológico, y cada vez son mas los riojanos que se acercan a los bosques en busca de tan preciado trofeo.

Al mismo tiempo también aumenta el aprovechamiento de las mismas y no es raro encontrar entre manteles y fogones riojanos todo tipo de preparaciones, revueltos, salteados, ensaladas, guarnición de carne o pescado o como base principal de salsas y cremas.



5.- APORTACIONES DE LOS SOCIOS



Recetas de Luis Blanco

Sopa de ajo

Ingredientes: aceite de oliva, dientes de, ajo, pan del día anterior, pimentón o caldo preparado.

Preparación: en una cazuela se pone una base de aceite, unas láminas de ajo, pan troceando, erguidamente se rehaga, se añade el pimentón y el agua hirviendo, con la sal al gusto.

Aunque el camino sea difícil, nunca te detengas.

A veces lo mejor viene después de una gran tormenta.

Todo lo que se hace con dedicación y esfuerzo, está destinado a perdurar en



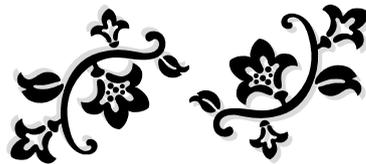
No permitas que una pequeña discusión empañe una gran relación

Cuando te des cuenta de que has cometido un error, toma inmediatamente las medidas necesarias para corregirlo.

Pasa algún tiempo todos los días solo.

Vive una buena vida honrada.

Después cuando seas mayor y mires hacia atrás, serás capaz de disfrutarlo de nuevo.



Con el tiempo te das cuenta de que aunque seas feliz con tus amigos algún día a llorarás por aquellos que dejaste ir.

Con el tiempo comprendes que apresurar las cosas o forzarlas a que pasen ocasionará que al final no sea como esperabas.

Con el tiempo te das cuenta que en realidad lo mejor no era el futuro, sino el momento que estabas viviendo justo en ese único instante.



El tren de la vida.

Hace algún tiempo atrás leí un libro que comparaba la vida con un viaje en tren. Una lectura extremadamente interesante cuando es bien interpretada.

La vida no es mas que un viaje en tren: repleto de embarques y desembarque, salpicado de accidentes, sorpresas agradables en algunos embarques y profundas tristezas en otros. (seguiremos).

**El cielo se tornó rosa,
en una tarde, de nuevo.
rosa, fucsia, gris, turquesa,
oscuro, claro, azul intenso.
En una tarde cualquiera
por la ventana en silencio
veo el cielo de colores
y escucho soplar el viento.
Una vez mas apagado,
el rosa dejo de serlo.
los colores infinitos
se perdieron en el cielo.**

**Ni te imaginas, desde lo lejos que se
puede ver con un rayo luz**



María Luisa Vallano

*Siempre hay un poco
de locura en el
amor, siempre
hay un poco de
razón en la
locura..*

F.Nietzcch

*Nunca andes por el
sendero que pasaron
los demás, pues el te
conduce hacia donde
fueron los otros.*

Graham Bell

Redacción y fotografía: María Luisa Vallano