



La **1ª jornada por una vida saludable en Sevilla la Nueva**, organizada por la asociación "[Discapacitados en Acción](#)" y la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Sevilla, se celebró el domingo 21 de noviembre, adaptada a la discapacidad y abierta a todos los públicos de cualquier edad y condición.

Estas son las segundas Jornadas por una vida saludable promovidas por [ADEA](#), que se realizan en Ayuntamientos de la Comunidad de Madrid. Las primera fueron en Mayo en Miraflores de la Sierra y la meta de Adea es organizar una cada tres meses en diferentes pueblos y ciudades. Las Jornadas te ofrecen la posibilidad de conocer a otros iguales, compartir experiencias y disfrutar de unas horas llenas de energías sanadoras. Las personas que están organizando este evento, conocedoras en primera persona lo que significa vivir con algún tipo de discapacidad física, bien por enfermedad o accidente, creen que pueden contagiar más fácilmente a otras personas que viven una situación similar a la suya, ayudándoles a descubrir que hay muchos caminos para darle la vuelta a la adversidad de la enfermedad y a la discapacidad, a través de las diversas terapias de medicina natural que reunirán en esta muestra y que conocen bien porque ellos las practican y sabemos que son totalmente compatibles con la medicina occidental.

Este vídeo, encantador, muestra lo que pretende conseguir Adea con estas jornadas: acercar la medicina alternativa a la discapacidad física, a sus cuidadores y a todas las personas que deseen conocer este tipo de terapias ofreciendo en ese "día sin barreras" a elección personal, diversas terapias holísticas como Reiki, Shiatsu, masaje sacrocraneal, Libertad Emocional, etc.

La jornada empezó con un "madrugón" para tenerlo todo preparado, en el polideportivo de Sevilla la Nueva, para las 9:00 de la mañana. Y la primera sorpresa fue ver el número de terapeutas que nos juntamos. ¡Más de cincuenta! Casi no cabíamos en la rueda de meditación que realizamos antes de empezar.



El polideportivo se separó en tres partes. Una para los niños, con talleres y risoterapia y las otras dos para las diversas terapias. En una de ellas, Adolfo (un buen amigo) instaló las "cabinas energéticas piramidales" que construye su hermano, para que todos los participantes pudiesen probarlas. Las pirámides están diseñadas de una manera sencilla, cuatro barras de acero con un pináculo, y crean un efecto que facilita enormemente el entrar en un profundo estado de meditación y la liberación de las molestias que sientas en ese momento, o por lo menos esa fue la sensación que yo obtuve.

El recinto se fue llenando rápidamente con los participantes, que según los organizadores llegaron a 200 ;), que pudieron disfrutar de las diversas terapias que se prestaban. Como

siempre, y en este caso un poquito más por la duración del evento, hubo que recortar la duración de las sesiones para poder atender e informar al mayor número de personas posible, pero el esfuerzo por parte de todos mereció la pena y se pudo disfrutar de un gran ambiente y de las sonrisas de los pacientes al descubrir los beneficios de las terapias.

Acabamos la "crónica" con el agradecimiento obligatorio a Amparo (la representante de Adea en Sevilla la Nueva) y Amelia, por su tremendo esfuerzo e ilusión que logra, verdaderamente, mover montañas.

Un besote preciosas y nos vemos en la siguiente.