

## VI CARRERA POPULAR PARQUE DEL ALAMILLO

**“Muévete por la  
Esclerosis Múltiple”**

**DOMINGO 17 NOVIEMBRE  
2019  
11:00 HORAS**



# Información sobre la Asociación y los servicios que presta

La Esclerosis Múltiple es una enfermedad incurable que afecta al Sistema Nervioso Central, se diagnostica en gente joven y generalmente entre los 20/40 años, aunque también hay niños pequeños.

Es la enfermedad más frecuente en adultos jóvenes y afecta en mayor proporción a las mujeres (3 de cada 4). Su origen es de causa desconocida. No es contagiosa ni mortal. No es hereditaria, aunque tiene componentes genéticos.

Cada caso tiene una evolución distinta. Es diferente en cada paciente, desde formas benignas sin apenas sintomatología, hasta los casos más graves con parálisis parcial e incluso total. Los síntomas son diferentes y variados en las personas afectadas, si bien hay algunos que son más comunes: afectación de la vista, visión doble o borrosa; fatigabilidad; temblor, debilidad y torpeza; problemas de esfínteres; dolor; pérdida de fuerza o de sensibilidad en una parte del cuerpo; problemas de memoria o concentración; vértigo.

Actualmente disponemos de medicamen-

tos para paliar muchos de los síntomas y otros para cambiar notablemente el curso de la enfermedad, pero es necesario acudir al neurólogo cuanto antes y que nos aseguremos de estar recibiendo la mejor medicación para nuestro caso.

La Asociación Sevillana de Esclerosis Múltiple (ASEM), es una entidad sin ánimo de lucro, constituida legalmente en 1996, inscrita en el Registro Provincial de Asociaciones con el nº. 5.835, sección Primera, y declarada de Utilidad Pública en el año 2004, por la Subsecretaría del Interior, por Delegación del Excmo. Ministro del Interior, en virtud de Orden de 12 de julio de 2004.

Disponemos de un Centro Sanitario autorizado por la Consejería de Salud, con NICA 17905, donde llevamos a cabo un Programa de Atención Integral, Rehabilitación (fisioterapia, logopedia, psicología), Talleres Ocupacionales, Formación de personas Cuidadoras, Asistencia Social, Atención Domiciliaria, Transporte Adaptado, Programas de Ocio y Tiempo Libre, etc.

También puedes ser voluntario/a.

## Atendemos las siguientes patologías:

- Leucodistrofia
- Ataxia Espinocerebelosa
- Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA)
- Síndrome de West
- Síndrome de Behçet
- Siringomielia
- Distrofias Musculares
- Encefalopatía Mitocondrial Epiletógena
- Claudicaciones Medulares.
- Charcot Marie-Tooth
- Síndrome de Marfan
- Strumpell-Lorrain
- Guillén Barre
- ICTUS

**Si necesitan ampliar la información, pueden hacerlo a través de:**

**Tfno. 954 523 811**  
**[esclerosismultiple@hotmail.com](mailto:esclerosismultiple@hotmail.com)**  
**[www.emsevilla.es](http://www.emsevilla.es)**

Estamos en la Avda. de Altamira, 29, bl. 11 – Acc. A – 41020 Sevilla

Con gran ilusión comenzamos los preparativos para la realización de nuestra VI Carrera Popular “Muévete por la Esclerosis Múltiple”. La cita será, una vez más, en el Parque del Alamillo, un marco maravilloso que nos permite disfrutar de la actividad al máximo.

Esta publicación está realizada en agradecimiento a todos los que hacen posible esta actividad: Patrocinadores, Colaboradores, Voluntarios y Corredores, a todos ellos nuestro más sincero agradecimiento.

Esperamos veros a todos el día de la Carrera y os rogamos que os inscribáis acompañados de todas vuestras amistades, animadlos a participar, os necesitamos a todos.



**A S E M**  
**Asociación Sevillana**  
**de**  
**Esclerosis Múltiple**

Entidad declarada de Utilidad Pública

**Edita:**

**ASEM**

**Asociación Sevillana de**  
**Esclerosis Múltiple**

Avda. de Altamira, 29

Blq. 11 – Acc. A

41020 Sevilla

Tfno. y fax: 954 523 811

[www.emsevilla.es](http://www.emsevilla.es)

[esclerosismultiple@hotmail.com](mailto:esclerosismultiple@hotmail.com)

**Junta Directiva:**

**Presidenta:**

Águeda Alonso Sánchez

**Vicepresidente:**

José Guerrero Ruiz

**Secretario:**

Manuel de la Cuesta Risco

**Tesorero:**

Francisco Román López Vallés

**Vocales:**

María Márquez Trujillo

Ana Belén Navarro Fernández

Antonia Claire Louise Heyworth

José Luis Rodríguez Lara

**Fotografías:**

Daniel Jaime Zapata

David Rosa González

**Dibujos:**

Cristina Sánchez Palacios

**Depósito legal:**

SE-1824-2015



# La Asociación Sevillana de Esclerosis Múltiple celebró la V Carrera Popular "Muévete por la Esclerosis Múltiple"

**El agua no pudo borrar la ilusión de muchos corredores solidarios, llegados desde todos los puntos de la geografía española, incluso bastantes de Londres, y el 18 de noviembre de 2018, la Asociación Sevillana de Esclerosis Múltiple celebró su V Carrera Popular "Muévete por la Esclerosis Múltiple", en el Parque del Alamillo en Sevilla.**

En esta ocasión tuvimos 1.665 inscripciones, a pesar de las previsiones del tiempo, que finalmente se cumplieron y tuvimos agua en casi todas las carreras.

Participaron los siguientes Clubes y Grupos:

Grupo de Carmen Serrano, Rafa Hipona Team, ADIF, Arroyo Traducciones, CEIP Purísima Concepción, CD Impossible Team, Los Legendarios, CD Triatlínes, Familia "Cabrera Astacio", Grupo Chari Rodríguez Wis, CAS, Grupo Asoc. Granadina de Esclerosis Múltiple, Los Pichas, CD Los Balillas, Héroes sin capa, Los Kemaos, Los amigos del Km. 21, Nenas, Marathopichas, Farmarunning, CA Oripipo, CDA Camas, Olivar de Quintos, CD Trialcor Villalba, CD Triana, Credus, Senderos Bike Team, Las García, Club de Atletismo Rinconada (CAR), Correcarriles, Los Invisibles, AACB, Grupo Hervas, Garrigues, AD Al límite, Club de piragüismo Triana, CPT Triana, Asociación Voluntario Chino en Andalucía España, CEIP Escritor Alfonso Grosso, CA San Pablo, AD Sevilla, Hammer Fitness, Grupo Manolo García Muñoz, Grupo Antonia Heyworth, Amate Runners, I Run With Leiva, Flores Bike Triatlón, CCRD Ferroviario, CA Amigos de la Tosta, Los Lentos, The Midnight Predators, Club Atletismo Las Águilas, Califato Independiente Sevilla, Mercury Runners, Five Ranners, CEIP Pablo Ruiz Picasso, Adus Universitarios, CD Los Balillas, Atletismo Navatalgordo, Simón Verde DOC 2001, Western Wolves Madrid Runners, Universo Sevilla, Triatlón Pedregalejo, Familia Pérez - Bravo, MTSjr, Familia Mónica Ramón, Familia Reyes Valdés, Los Choqueros, Amigos del Cangrejo, IES

Julio Verne, Happy Family, Grupo Mª de la Rosa, Feria, Familia Gómez Oliva, Escuela de Atletismo Ayuntamiento de Gines, Deportivo Coyotes, Deportemanía, CUM Los Cuberitos, Corredores Coleuitas, CA Motril, Chicharuners, CAPA, CA Palacio, CA Brenes, CD Hijos del Viento, CD Trialcor



Villalba, CA Coria, Bicicletas Palma, Balascholl Running, At. Gines, ASEM Joaquín Argente, Alter Technology, AFOPRODEI, AD Sevilla Emotion Running Espartinas, Adharaz – Altasiera de Sanlúcar la Mayor y AACB.

En esta ocasión contamos con 39 voluntarios, además de los 10 de Cruz Roja y 15 de Universo Sevilla, que nos ayudaron a que esta actividad se pudiera realizar con éxito. Mención muy especial para D. Francisco Dópido Bonilla, Director Técnico y alma de la Carrera.

Las fotografías corrieron a cargo de Daniel Jaime Zapata y David Rosa González.

Se realizaron 26.000 carteles y se repartieron por toda Sevilla durante meses.

La Carrera estuvo Patrocinada por NOVARTIS, SANOFI GENZYME, BIOGEN y Diario de Sevilla y contamos con la colaboración de la Agencia de Vivienda y Rehabilitación de Andalucía, de la Consejería de Fomento, Infraestructuras y Ordenación del Territorio, Cruz Roja, Instituto Municipal de Deportes, Obra Social “la Caixa”, El Corte

Inglés, Lanjarón, Fundación Cruzcampo, Universo Sevilla, Exclusivas Zapata, MERCK, y ROCHE.

Nuestro agradecimiento a todos los que han hecho posible la realización de esta actividad y a los que han trabajado duramente para mejorar los resultados, gracias a todos ellos hemos conseguido fondos para nuestro Programa de Atención Integral para pacientes de Esclerosis Múltiple y enfermedades neurológicas similares.

Queremos agradecer de modo muy especial a Diario de Sevilla, que un año más se ha volcado con nuestra Carrera y han sido los impulsores del éxito obtenido, sin ellos no habríamos llegado a cubrir las expectativas de este año. También nuestro agradecimiento a todos los medios de comunicación, radio SFC, radio Betis, Cadena Ser, es.radio, Canal Sur radio, periódico Estadio Deportivo, etc.

A todos les esperamos en la próxima Carrera y si pueden, háganse socios colaboradores por 10 € al año, pueden desgravar la donación y ayudar a una buena causa.





# La Clasificación

PUESTO	DORSAL	APELLIDOS Y NOMBRE	TIEMPO	CLUB
SENIOR MASCULINO				
1	1278	Velarde Ramírez Adrián	0:26:48	Balaschoolrunning
2	242	Fito Checa Luis	0:27:07	Credus
3	360	Gutiérrez Praena Daniel	0:27:14	Farmarunning
SENIOR FEMENINO				
1	26	Álvarez García Tamara	0:33:14	Farmarunning CD Los Balillas
2	216	Espinar López Laura	0:33:45	
3	98	Bueno Fernández Blanca	0:34:01	
VETERANO A - MASCULINO				
1	1193	López Barrios José Antonio	0:24:41	Universo Sevilla
2	1139	Chaparro Luque Manuel	0:25:34	Adsevilla
3	339	Gragera Luna David	0:25:36	AACB
VETERANA A - FEMENINO				
1	1282	Portillo Hinojosa Bienvenida	0:34:08	Los Lentos
2	1134	Casin Segovia Chary	0:36:09	Los Lentos
3	28	Álvarez Miñón Cristina	0:37:14	
VETERANO B - MASCULINO				
1	1199	Luzuriaga Dominguez Victor M.	0:29:57	Los Lentos
2	1227	Naranjo Muñoz Pedro Pablo	0:30:49	CDA Camas
3	1195	Lopez Oliva Manuel	0:31:18	Deportivo Charquito
VETERANA B - FEMENINO				
1	968	Rodríguez Herrera Josefa	0:35:43	CCRD Ferroviario
2	839	Vicario Rodríguez Paqui	0:36:36	Rafa Hipona Team
3	559	Navarro Vacas Rosalía	0:38:01	CCRD Ferroviario



# La Clasificación (menores)

PUESTO	DORSAL	APELLIDOS Y NOMBRE	TIEMPO	CLUB
--------	--------	--------------------	--------	------

## PREBENJAMÍN MASCULINO

1	2200	Salido Domínguez Eloy	0:00:18	Escuela Atletismo Gines
2	2311	De La Rosa Carmona Pablo	0:00:19	Grupo María de La Rosa
3	2040	De La Rosa Marín Vicente	0:00:24	Atletismo Gines

## PREBENJAMÍN FEMENINO

1	2073	García Acevedo Lucía	0:00:21	
2	2298	Murillo Sancho Carmen	0:00:27	
3	2130	Martín Costoyas Noa	0:00:28	

## BENJAMÍN MASCULINO

1	2202	Salido Domínguez Nicolás	0:02:04	Escuela Atletismo Gines
2	2194	Rosa Rodríguez David	0:02:39	CEIP Escritor Alfonso Grosso

## BENJAMÍN FEMENINO

1	2037	Chamorro Canchado Alba	0:02:24	
2	2383	Sánchez Cadena Judith	0:02:31	
3	2080	García Santos Carmen	0:02:34	Escuela Atletismo Gines

## ALEVÍN MASCULINO

1	2193	Romero González Alfonso	0:06:32	
2	2201	Salido Domínguez Diego	0:07:14	Escuela Atletismo Gines
3	2265	Polo Chaves Manolo	0:07:35	

## ALEVÍN FEMENINO

1	2394	López Muñoz Anastacia	0:05:49	
2	2023	Cabezas Moreno Carla	0:05:52	CA Orippe
3	2161	Ortega Fernández Ana	0:05:54	CA Orippe

## INFANTIL MASCULINO

1	2317	Ortega Martín Ismael	0:06:15	CA Orippe
2	652	Ramón García Pablo	0:06:32	
3	2314	Priego de La Rosa José Ant.	0:06:50	Grupo Maria de La Rosa

## INFANTIL FEMENINO

1	2236	Yust Gutiérrez Blanca	0:06:09	CA Orippe
2	2315	Moriano Sánchez Daniela	0:06:12	CA Orippe
3	2000	Acosta Hernández Valeria	0:07:31	

## CADETE MASCULINO

1	2221	Torres Cid Manuel	0:05:37	CA Motril
2	2262	Moreno López Pablo	0:08:12	IES Julio Verne

## CADETE FEMENINO

1	2205	Sánchez Rodriguez Elsa	0:06:34	Adsevilla
2	2395	Ruz Rivas Palacio	0:07:12	
3	2264	Polo Chaves Lucía	0:08:16	



# Los Premiados

















# La Salida

























# La Carrera













































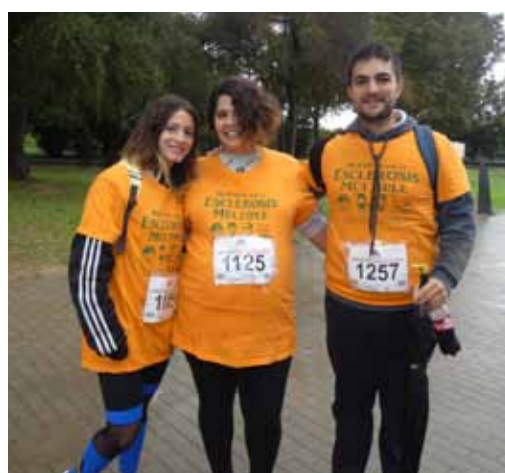








# Momentos

























# Los Voluntarios





# II Maratón de Fitness

El 2 de junio tuvo lugar el II Maratón de Fitness “Muévete por la Esclerosis Múltiple”, en el Parque del Alamillo, con el patrocinio de Sanofi, Novartis, Fundación Once y Diario de Sevilla y la colaboración de McFit, Natural-Fit y Lowfit Viapol, IMD, Agencia de Vivienda y Rehabilitación de Andalucía, de la Consejería de Fomento, Infraestructura y Ordenación del Territorio y Universo Sevilla.

Tuvimos que trasladar el evento a otra zona del parque, debido a las altas temperaturas que se esperaban, buscando

una zona sombreada para evitar los golpes de calor. Fue un magnífico día, la actividad pudo realizarse completa y resultó muy divertida.

Agradecemos a McFit, Natural-Fit y a Lowfit Viapol su generosa colaboración, porque entre todos han hecho posible la realización de esta actividad.

Nuestro agradecimiento a los que han hecho posible este acto. Les esperamos en próximas ediciones, necesitamos la ayuda de todos.





















# Noticias

## Entrega de Premios 2018 - ASEM

El 2 de octubre la Asociación Sevillana de Esclerosis Múltiple entregó sus premios anuales:

- **“Mejor Voluntaria 2018”**: D<sup>a</sup> Carmen Serrano Míguez.
- **“Asociación Más Solidaria 2018”**: Asociación de Mujeres Giralda.
- **“Hermandad Más Solidaria 2018”**: Hermandad de Nuestra Señora del Rosario Coronada de Carrión de los Céspedes.
- **“Solidaridad en Comunicación 2018”**: “Grupo Joly – Diario de Sevilla”.
- **“Ayuntamiento más comprometido 2018”**: Ayuntamiento de Mairena del Aljarafe.
- **“Responsabilidad Social Corporativa 2018”**: Fundación ONCE.
- **“Compromiso Social – Mejor Organismo Autónomo”**: Consejería de Igualdad y Políticas Sociales de la Junta de Andalucía.







## Encuentro en Islantilla en mayo, subvencionado por Fundación ONCE y NOVARTIS



**Crucero  
por el  
Guadalquivir,  
gracias a  
Cruceros  
Torre del Oro**



CRUCEROS TORRE DEL ORO  
VENTAS POTENCIADAS POR EL ICAJAS



# ¿CÓMO SE NOS PUEDE AYUDAR?

## DONACIONES

### INCENTIVOS FISCALES AL MECENAZGO

Los contribuyentes del IRPF tendrán derecho a deducir de la cuota íntegra el resultado de aplicar a la base de deducción correspondiente al conjunto de donativos, donaciones y aportaciones con derecho a deducción, la siguiente escala:

DEDUCCIONES POR DONATIVOS A ENTIDADES DE UTILIDAD PÚBLICA			
	DONACIÓN		DEDUCCIONES
PERSONAS FÍSICAS (IRPF)	Hasta 150 € de donación en una o varias entidades durante el ejercicio		75%
	Resto de donaciones a partir de 150 €	Norma General	30%
		Si se ha donado al menos 150 € a una entidad durante el ejercicio y si en los 2 ejercicios anteriores también se ha donado a esa misma entidad	35%
PERSONAS JURÍDICAS (IMPUESTO DE SOCIEDADES)	Si en los dos ejercicios anteriores NO se ha donado a la misma entidad		35%
	Si en los dos ejercicios anteriores SÍ se ha donado a la misma entidad		40%

### DONACIONES POR BODA

Algunos novios cambian el regalito que habitualmente se hace a los invitados, por una donación a nuestra entidad.

A los invitados se les entrega una tarjeta que indica que en su nombre han realizado un donativo a nuestra entidad.

### DONACIONES POR PRIMERA COMUNIÓN

Para las primeras comuniones podemos estudiar alguna opción con las chuches.

### TESTAMENTO SOLIDARIO

Existe la posibilidad de hacer testamento a favor de nuestra asociación, de todos sus bienes o de alguna parte de ellos.

### NÚMERO DE CUENTA PARA DONATIVOS



ES46 2100 2543 0702 0102 6297



ES66 2085 8236 2803 3015 0246



Rogamos a todos que no nos olviden, que sigan corriendo a nuestro lado,  
participando en nuestros proyectos y colaborando con nuestra causa

# TODOS NECESITAMOS DE TODOS "MUÉVETE POR LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE"

## HAZTE SOCIO COLABORADOR DESDE 10 € AL AÑO



**NECESITAMOS 1.000 NUEVOS SOCIOS, AYÚDANOS A CONSEGUIRLOS**



**Asociación Sevillana  
de  
Esclerosis Múltiple**  
*Entidad declarada de Utilidad Pública*

Avda. de Altamira, nº29 - Bq. 11 - Acc.A  
41020 - SEVILLA  
Tlfo. y fax: 95 4 51 39 99 - 95 4 52 38 11  
E-mail: esclerosismultiple@hotmail.com

### FICHA DE SOCIO-COLABORADOR

Deseo colaborar con... ☐ ..... €/Año ☐ Anualmente

¿Desea recibir correspondencia? SI ☐ NO ☐

Apellidos	Nombre	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	
D.N.I.	Domicilio	Código Postal
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Localidad	Provincia	Teléfono
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
E-mail	<input type="text"/>	

### DATOS BANCARIOS

IBAN	Entidad Bancaria	Sucursal	D.C.	Nº de cuenta
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Muy Sres. Míos:

Les agradeceré que hasta nuevo aviso carguen a mi cuenta los recibos que a mi nombre presente la Asociación Sevillana de Esclerosis Múltiple (ASEM).

..... a ..... de ..... de 201\_.

Firmado

De conformidad con lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, (en lo sucesivo LOPD) la Asociación Sevillana de Esclerosis Múltiple (en lo sucesivo ASEM), domiciliada en la Avda. de Altamira, 29, bl. 11 - Acc. A - CP 41020 de Sevilla, le informa que los datos que nos ha proporcionado, formarán parte de un fichero de datos de carácter personal responsabilidad de dicha entidad, con la finalidad de gestionar la relación que mantendrá con ASEM, cobro de cuota, envío de información, etc. El socio colaborador no estará sujeto a la disciplina asociativa, confirma la veracidad de los datos aportados y se compromete a comunicar cualquier variación de los mismos. En el supuesto de que desee ejercitar los derechos que le asisten de acceso, rectificación, cancelación o/ y oposición, puede dirigir un correo electrónico a [esclerosismultiple@hotmail.com](mailto:esclerosismultiple@hotmail.com).





# Asociación Sevillana de Esclerosis Múltiple

Entidad Declarada de Utilidad Pública



## CENTRO SANITARIO NEURO-REHABILITACIÓN

Funcionamiento autorizado por la Consejería de Salud de la Junta de Andalucía NICA 17905



### CITAS



954 52 38 11



esclerosismultiple@hotmail.com

### Programa de Rehabilitación Integral, Talleres Ocupacionales y Taller de PILATES

#### ATENDEMOS LAS SIGUIENTES PATOLOGÍAS

ESCLEROSIS MÚLTIPLE  
DISTROFIAS MUSCULARES  
STRUMPELL-LORRAIN  
CHARCOT MARIE-TOOTH  
GUILLÉN BARRE  
ATAXIA ESPINOCEREBELOSA  
ELA (ESCLEROSIS LATERAL AMOTRÓFICA)  
SÍNDROME DE WEST  
SIRINGOMIELIA  
CLAUDICACIONES MEDULARES  
SÍNDROME DE MARFAN  
ENFERMEDADES RARAS, EN GENERAL  
TODAS LAS ENFERMEDADES NEUROLÓGICAS

#### DISPONEMOS DE:



Médico Rehabilitadora



Psicóloga



Logopeda



Trabajadora Social



Fisioterapeutas



Transporte adaptado

#### LLEVAMOS A CABO UN PROGRAMA DE:



Atención Domiciliaria



Asesoría Jurídica



Ocio y Tiempo Libre

### ASEM

Avda. de Altamira, 29 - blq. 11 - Acc. A - 41020 Sevilla

[www.emsevilla.es](http://www.emsevilla.es)



# VI Carrera Popular

## "Muévete por la Esclerosis Múltiple"

El 17 de noviembre vamos a celebrar la VI Carrera Popular  
"Muévete por la Esclerosis Múltiple".

Os necesitamos a todos y os esperamos.

Inscribiros a través de:

<http://www.corredorespopulares.es/inscripcion/esclerosis/index.php>

[www.emsevilla.es](http://www.emsevilla.es)

### PATROCINADORES DE LA VI CARRERA



### COLABORADORES DE LA VI CARRERA



Agencia de Vivienda y Rehabilitación de Andalucía  
CONSEJERÍA DE FOMENTO, INFRAESTRUCTURAS  
Y ORDENACIÓN DEL TERRITORIO



Asociación Sevillana  
de  
Esclerosis Múltiple

Entidad declarada de Utilidad Pública

Avda. de Altamira, 29, bl. 11 - Acc. A - 41020 Sevilla

Tfno. 954 523 811

[esclerosismultiple@hotmail.com](mailto:esclerosismultiple@hotmail.com)

[www.emsevilla.es](http://www.emsevilla.es)