la brújula del norte

www.labrujuladelnorte.com

Miembro de la AGRUPACIÓN de MEDIOS DIGITALES AEEPP

Versión

Mayo 2021 / Número 91 / Año IX / Ejemplar gratuito / 30.000 ejemplares

Alcobendas | San Sebastián de los Reyes | Alalpardo | Barajas | Fuencarral-Las Tablas | Hortaleza-Sanchinarro

rehconsa INMOBILIARIA

¡¡VENDEMOS TU PISO EN 30 DÍAS!! Solo tienes que llamarnos

Tenemos una amplia cartera de clientes interesados en él

Alquiler - Venta - Todas las zonas de Madrid

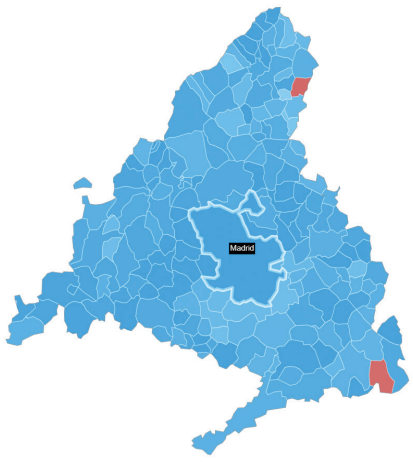
Av. de Colmenar Viejo, 32; S.S. de los Reyes - info@rehconsa.com 91 870 90 19 / 629 77 56 76

SANSE

Lluvia de homenajes

El Ayuntamiento de Sanse homenajeó, en el marco de las celebraciones correspondientes al 2 de mayo, el 529º aniversario de la fundación del municipio, a un conjunto de personalidades ilustres e instituciones en reconocimiento a su vinculación con la ciudad. P. 6

¡¡AYUSO ARRASA EN MADRID!!



Se confirmaron los augurios de las encuestas; Isabel Díaz Ayuso y su Partido Popular han ganado de manera holgada las elecciones en la Comunidad de Madrid. El Partido Popular de la Comunidad de Madrid ha conseguido el 44,73% de los votos o, lo que es lo mismo, 65 de los 136 diputados, lo que le permitirá gobernar con o sin Vox. P. 3

ALCOBENDAS:

Reunión del Pacto Local por el Empleo

Se trata de comenzar a recomponer la normalidad para, poco a poco, para ir saliendo del caos generado por la COVID-19 en la localidad de Alcobendas. P. 4

VALDEOLMOS-ALALPARDO:

Taller para combatir el estrés y ansiedad

Un taller muy interesante y necesario para los tiempos que corren que nos ayudará a combatir y saber enfrentarnos a diferentes situaciones de estrés y ansiedad en el día a día. P. 8

MADRID NUEVO NORTE

MADRID NUEVO NORTE, MODELO DE APLICACIÓN DE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO EN EL URBANISMO

- La Cátedra Unesco-UPM de Género, acompañada por responsables de DCN y el MITMA ha presentado el Toolkit "Género en grandes iniciativas urbanísticas: el caso práctico de Madrid Nuevo Norte".
- Esta guía utiliza la experiencia de Madrid Nuevo Norte para compartirla y convertirla en una herramienta útil para otras iniciativas urbanísticas, en línea con las prioridades de la Nueva Agenda Urbana española.

El toolkit expone las claves del urbanismo con perspectiva de género

La presentación, inaugurada por *Manuel Blanco, director de la Escuela Técnica Superior de Arquitectura de la UPM*, ha contado con la presencia de *Miguel Hernández, director de Estrategia y Desarrollo Corporativo de Distrito Castellana Norte (DCN)*, quien ha destacado que cada vez es más relevante que el diseño de las ciudades procure que el espacio público "tenga en cuenta por igual las necesidades de todas las personas que habitan la ciudad" y que "se piense en el diferente uso que se hace de la ciudad en función de cuestiones como el género, la edad o el grado de dependencia". Esta forma de pensar el urbanismo está fuertemente relacionada con cuestiones transversales y que afectan a toda la población. Hernández ha remarcado la importancia de que esta perspectiva esté presente desde el primer paso de un proyecto urbanístico, es decir desde su diseño, como ocurre en Madrid Nuevo Norte. "Hoy, con este Toolkit, damos un paso más, extractando el aprendizaje de esta experiencia pionera, sistematizándolo y plasmándolo en un documento de fácil lectura, para poder compartirlo con profesionales del urbanismo, con las administraciones públicas y con la ciudadanía en general.", ha concluido. La jornada ha contado con la participación de *David Lucas, secretario general de Agenda Urbana y Vivienda, del Ministerio de Transporte, Movilidad y Agenda Urbana (MITMA)*, quien ha insistido en la importancia de que el urbanismo incluya la perspectiva de género "para garantizar que todas las personas disfruten de las mismas posibilidades para vivir plenamente su ciudad". Lucas ha afirmado que este manual es un instrumento muy útil a la hora de incluir la perspectiva de género en proyectos tan relevantes, "como lo es Madrid Nuevo Norte para Madrid y para España".

Buenas prácticas

El Toolkit Género en grandes iniciativas urbanísticas, elaborado por *Inés Sánchez de Madariaga e Inés Novella, directora e investigadora, respectivamente, de la Cátedra Unesco de Género y Política de Igualdad en Ciencia Tecnología e Innovación de la UPM*, explica cuáles son las principales dimensiones de género y las necesidades específicas de las mujeres en la ciudad.
El manual presenta los principales aspectos que se deben tener en cuenta en la ordenación y el diseño urbano.

Diseñado a modo de una baraja de cartas

Para esta guía práctica se ha optado por un formato atractivo y divulgativo, y se ha diseñado a modo de una baraja de cartas, en la que cada uno de los cuatro palos se asocia a los temas más relevantes para trabajar la perspectiva de género en el diseño urbano: *Áreas Residenciales; Espacio Público; Áreas Terciarias* y *Transporte*. Cada carta analiza un aspecto específico, como la seguridad, la movilidad activa, la iluminación de la vía pública, el tamaño y la localización de los espacios verdes, la mezcla de usos, la vivienda accesible, los equipamientos y muchos otros. En el anverso, cada naipe se centra en una cuestión concreta y cómo darle respuesta, poniendo como ejemplo las medidas tomadas en Madrid Nuevo Norte, mientras que en el reverso cada una de ellas es ilustrada gráficamente con el trabajo llevado a cabo en este proyecto.
Para la *subdirectora general de Políticas Urbanas del MITMA, Ángela de la Cruz*, es importante compartir los conocimientos logrados en experiencias como Madrid Nuevo Norte, "una gran actuación urbanística que ha tenido en cuenta las diferencias de género a la hora de diseñar la ciudad desde las primeras fases de la planificación, y esto es lo que tenemos que buscar en la planificación urbana".

Innovación social para el urbanismo sostenible

Durante la presentación, el caso práctico de Madrid Nuevo Norte ha sido abordado tanto desde la perspectiva técnica como social,

para trasmitir una visión completa de este proyecto, que puede ser un modelo para otras actuaciones urbanísticas.
Sara Muñoz, coordinadora de Planeamiento y Gestión Urbanística de DCN, ha detallado algunos de los aspectos técnicos de la perspectiva de género que están recogidos en Madrid Nuevo Norte, evidenciando desde la experiencia de un proyecto concreto la importancia de que este enfoque esté presente tanto en la fase de planeamiento (cómo se concibe la ciudad) como en la de ejecución (cómo se construye).
La *directora de Compromiso Social de DCN, Gema del Pozo*, ha explicado que la inclusión de la perspectiva de género en Madrid Nuevo Norte responde a la voluntad de "diseñar ciudades que no limiten el derecho de sus ciudadanos a participar plena y libremente y en igualdad de condiciones en sus comunidades, independientemente de su género". El área de Compromiso Social de DCN ha trabajado para fomentar la participación de las mujeres de los barrios colindantes a Madrid Nuevo Norte, buscando fórmulas para mitigar los problemas relacionados con las tareas del cuidado, que ellas asumen mayoritariamente. En esta línea, se han organizado las actividades en horarios compatibles con esas tareas, o se han organizado en paralelo actividades como ludotecas o sesiones infantiles.

El Pueblo de Madrid habló: Díaz Ayuso y su PP, ganadores

Podría haber sido mejor pero la mayoría simple le garantiza gobernabilidad para Madrid

Se confirmaron los augurios de las encuestas; Isabel Díaz Ayuso y su Partido Popular han ganado de manera holgada las elecciones en la Comunidad de Madrid. El Partido Popular de la Comunidad de Madrid ha conseguido el 44,73% de los votos o lo que es lo mismo , 65 de los 136 diputados. Lo que no significa una mayoría absoluta pero sí una mayoría holgada que concluye con que suma más votos que los tres partidos de izquierdas, sin sumar los que podrían ser sumados, en caso de necesitarlo, por parte de VOX. Esto que significa, que el PARTIDO POPULAR se garantiza el cumplimiento de la legislatura porque la Moción de Censura se antoja imposible o, al menos, nadie se puede imaginar a los diputados de Vox votando en armonía con los diputados de MÁS MADRID, PSOE y PODEMOS...¿no les parece?...Ahora llega el momento del cumplimiento de los compromisos; ahora, tras la inapelable victoria de Ayuso y sus Populares, ya no hay excusas ni palos en las ruedas, ahora toca poner en marcha todo lo prometido en campaña y que la presidenta, ahora ya en funciones, ha comentado ya en sus primeras declaraciones a los medios de comunicación...

Recuperación económica

"Soy consciente de que lo que hace falta ahora es la recuperación económica mientras terminamos con la pandemia y, para ello, vamos a poner en marcha todas las medidas que no van a ser contestadas desde dentro ni frenadas en el Parlamento, como me ocurría siempre hasta ahora".

Rebaja del IRPF y Presupuestos

"Podremos tener una rebaja de IRPF, pronto tendremos los presupuestos y empezaremos a legislar en algunas cuestiones hacia un camino que antes no podía, sobre todo, para eliminar trabas burocráticas*. También tenemos que inaugurar muchos centros de salud y colegios porque tenemos muchas obras que hemos tenido que paralizar por la campaña y ahora es el momento de seguir".

Prudencia

"Creo que debemos ser muy prudentes porque soy consciente de que hemos tenido mucho voto prestado y de que lo que ha pasado aquí ha trascendido a las siglas del Partido Popular, es una sociedad, la sociedad madrileña, con ciudadanos de todos los rincones del mundo y, especialmente de España, que se han resistido a que les cambiaran su modelo de vida".

Apuntar que Luis Miguel Torres, de Alcobendas, como Lucía Fernández, de Sanse, han resultado elegidos y, si lo consideran oportuno, podrán disponer de su escaño en la Asamblea de Madrid. Los socialistas Rafael Sánchez Acera, Alcalde de Alcobendas, y Tatiana Jiménez, Portavoz Municipal de los socialistas de Sanse, se han adelantado en felicitar al Partido Popular.

Brujuleando

ESCUELA DE CIRCO EN ALCOBENDAS

El Invernadero municipal situado en el Arroyo de la Vega será la nueva sede de la Escuela de Circo de Alcobendas, un proyecto pionero en España con vocación de saltar fronteras. Esto será posible gracias a un acuerdo firmado entre el Ayuntamiento y Scimmie Volanti que desarrollará en este espacio una completa programación de actividades circenses.

FERIA DEL LIBRO DE ALCOBENDAS

Se trata de la primera Feria del Libro que se celebrará los días 7, 8 y 9 de mayo, al aire libre, en el Parque de Cataluña. Para la concejala de Cultura, Rosario Tamayo (Cs) "La Primera Feria del Libro de Alcobendas nace con vocación de continuidad porque, como otros proyectos culturales que hemos puesto en marcha, queremos que también forme parte de la marca de nuestra ciudad". Genial idea cultural, una más de la Concejala Tamayo.

PLAN ESTRATÉGICO ALCOBENDAS LIDERA 2030

El documento y sus principales conclusiones se presentarán el miércoles 12 de mayo en la Jornada del Plan Estratégico Alcobendas Lidera 2030 y servirá como guía en los Laboratorios que se llevarán a cabo los días 24 (Ámbito Estratégico Económico), 25 (Ámbito Estratégico Social) y 26 de mayo (Ámbito Estratégico Entorno Urbano y Natural).

Se ha reunido el Consejo General formado por Ayuntamiento, Empresarios y Sindicatos

Pacto Local por el Empleo de Alcobendas

Ha tenido lugar una nueva reunión del Consejo General del Pacto Local por el Empleo de Alcobendas del que forman parte el Ayuntamiento de Alcobendas, la Asociación de Empresarios de Alcobendas (AICA), y los sindicatos CCOO y UGT. La estrecha colaboración entre todos los agentes sociales que conforman el Pacto ha permitido que durante el año 2020 se llevaran a cabo acciones conjuntas con el objetivo de dar respuesta a aspectos de interés para las empresas y trabajadores del municipio.

Entre los temas abordados del año pasado destaca la jornada sobre el impacto del teletrabajo en las organizaciones debido a la crisis sanitaria y el estudio sobre el fomento de la empleabilidad en las personas mayores de 45 años, que es el colectivo al que más ha castigado el mercado laboral en el último año.

Seguir trabajando conjuntamente

En la misma reunión, el Consejo General ha acordado seguir trabajando conjuntamente durante este año 2021 en temas tales como el talento senior; la promoción en las empresas de las buenas prácticas en materia de prevención de riesgos laborales y el proceso de la vuelta a la "normalidad" de la actividad empresarial. También se considera que es necesario abordar con las organizaciones la aplicación de la legislación en materia de igualdad entre hombres y mujeres.

"Para este Gobierno municipal la coordinación con los agentes de empleo es fundamental para garantizar la reactivación económica de Alcobendas. Además, seguimos centrados en las políticas de atracción de talento e innovación, con el objetivo de generar puestos de trabajo estables y de calidad y fomentar el acceso al mercado laboral especialmente a aquellos sectores que más dificultades tienen y que más se han visto afectados por la crisis de la Covid-19, como personas mayores de 45, mujeres y la juventud", ha explicado Rafael Sánchez Acera, alcalde de Alcobendas (PSOE).

"RETRATOS", de Pablo Pérez Mínguez, en el Centro de Arte hasta el próximo 29 de julio

Las obras del Fotógrafo de "La Movida" en Alcobendas

Hasta el próximo 29 de julio podrá visitarse en el Centro de Arte Alcobendas la exposición fotográfica de Pablo Pérez-Mínguez: Retratos. La Movida revisitada. Premio Nacional de Fotografía 2006, Pérez-Mínguez fue uno de los artistas y fotógrafos más relevantes del último cuarto del siglo XX en España. Considerado como el retratista de la movida madrileña ha captado las expresiones de rostros tan icónicos de este momento histórico como los de Pedro Almodóvar, Radio Futura, McNamara, Tino Casal, Paco Clavel, Divina May...

Para la Concejala de Cultura, Rosario Tamayo (Cs) "La fotografía de Pablo es fiel reflejo de su personalidad, es color, vida y pasión, como también lo es el movimiento cultural que retrató y vivió, La Movida Madrileña, que durante la Transición fue un grito de libertad y alegría tras un largo silencio."

Comisariada por José Tono Martínez, incluye fondos de la Colección de Fotografía Alcobendas, así como de colecciones institucionales y privadas. La exposición refleja el trabajo de Pérez Mínguez como retratista conceptual, pop, kitsch, posmoderno... Durante los años de la Movida Madrileña participó activamente siendo uno de sus fotógrafos más destacados. Realizó retratos a la mayoría de sus protagonistas con un estilo muy personal, además ha producido una parte importante del material gráfico de la movida.

En su estudio se realizaron diferentes

actividades e incluso se rodaron escenas de la película Laberinto de Pasiones, de Pedro Almodóvar. También descubrirá el visitante un biopic personal que muestra, por primera vez imágenes inéditas de su periplo vital. "Pablo fue un icono al que todos admirábamos y que abrió puertas que nunca se han vuelto a cerrar", dice el comisario José Tono Martínez.

El pintor bilbaíno, afincado en Alcobendas, es uno de los mejores bodegonistas españoles

Javier Larrumbide expone de nuevo en Alcobendas

La exposición se realizará entre los días 12 de mayo y 12 de junio. Los días laborables se podrá visitar la exposición de 10:00 a 21:00 horas, los sábados de 16.30 a 20.00 horas y los domingos y festivos permanecerá cerrada. El autor presenta, en el Centro Cívico Anabel Segura, 27 obras de carácter realista, en las que ofrece una gran variedad temática: el interior del motor de un avión, una moto Zündapp de la 2ª Guerra Mundial, escenas marinas y urbanas, bodegones, trampantojos e incluso algunas excelentes reproducciones, en especial la del célebre pintor holandés del Siglo XVI, Bartholomeus van der Helst. Tiene un amplio currículo nacional e internacional. Exposiciones en Nueva York, San Francisco, Las Vegas, Ámsterdam, Madrid, Barcelona, Bilbao, Zaragoza, Sevilla, etc.

En su vasta bibliografía se pueden señalar libros de pintura como Diccionario de Pintores y Escultores del Siglo XX (Editorial Forum Artis, S.A.), Quién y Porqué (Editorial Arte y Patrimonio, S.A.), Artistas Vascos (Editorial Bilboarte). Ha obtenido varios Primeros Premios de Pintura, destacando entre ellos el de la XLIII edición de los Premios Ejército, cuyo Jurado estaba presidido por el ilustre Antonio López.

www.laplazadesanse.es

AYUNTAMIENTO DE
San Sebastián de los Reyes

www.ssreyes.org
Síguenos también en

SANSE parte de ti

El Ayuntamiento quiso homenajear a personas e instituciones en el aniversario de la fundación del municipio

Lluvia de reconocimientos en el 529º aniversario

El Ayuntamiento de Sanse homenajeó, en el marco de las celebraciones correspondientes al 2 de mayo, el 529º aniversario de la fundación del municipio, a un conjunto de personalidades ilustres e instituciones en reconocimiento a su labor profesional y su pertenencia o vinculación con la ciudad.

Estas celebraciones, los días 1 y 2 de mayo, tuvieron lugar atendiendo a todas las medidas de seguridad sanitarias.

El Vicealcalde de la ciudad, Miguel Ángel Martín Perdiguero, destacó que "hemos querido dar más fuerza aún a esta fecha emblemática para la localidad, la de la fundación de Sanse, con un acto institucional que añada valor tanto a nuestra ciudad como a nuestras tradicionales celebraciones como la caldereta del mes de mayo, que este año ha tenido que ser suspendida por la pandemia".

Narciso Romero, Alcalde de San Sebastián de los Reyes, explicó que "con este primer acto, que se repetirá en el tiempo, ensalzar a una sociedad civil que se ha implicado con fuerza en estos últimos meses y a vecinos que han llevado el nombre de nuestra ciudad por distintos puntos del planeta".

Personas e Instituciones Homenajeadas

Antonio de la Rosa

Vecino de la localidad que ha desarrollado una carrera deportiva singular. Entre otros, destaca, en 2018, el 'Lapland Extreme Challenge (2018)', donde se convirtió en la primera persona en terminar los 1.000 kilómetros en solitario en el Círculo Polar Ártico.

Roberto Alcaide

Vecino de San Sebastián de los Reyes con un extensísimo palmarés en ciclismo adaptado de pista y ruta, lo que le ha llevado, entre otros éxitos, a ser proclamado cuatro veces Campeón del Mundo y de Europa, además de innumerables campeonatos de España. Destacan, además, sus cuatro medallas en los Juegos Paralímpicos en 2004 (Atenas) y 2008 (Pekín).

Diana Maté

Doctora en Biociencia Molecular con una larga trayectoria de estancias en centros universitarios internacionales de prestigio. En la actualidad, desarrolla su trabajo en el Departamento de Biología Molecular del Centro de Biología Molecular "Severo Ochoa", en la Universidad Autónoma.

Antonio Alcamí

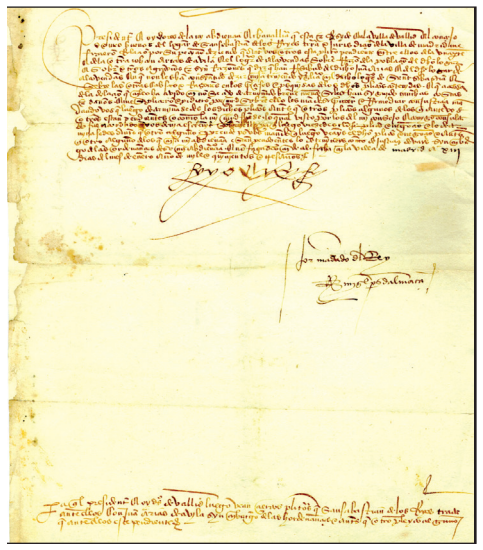
Vecino de Sanse que desarrolla su trabajo en el Centro de Biología Molecular Severo Ochoa (Consejo Superior de Investigaciones Científicas, CSIC), especializado en la investigación en el ámbito de la virología. Gracias a su desempeño y al de otros muchos científicos, la sociedad puede enfrentarse a situaciones de riesgo y resolver grandes desafíos como el que actualmente nos azota a causa de la pandemia producida por la COVID-19.

María Pareja

Desde Sanse, voló hacia Irlanda con el objetivo de completar su formación técnica y de aprovechar una gran oportunidad: la de ser nominada a los Óscar y quedarse a las puertas de la estatuilla dorada por la película de animación 'Wolfwalkers', donde ha trabajado como codirectora de arte.

Luis Pérez Lara

Vecino de San Sebastián de los Reyes y cualificado testigo de algunos de los acontecimientos más importantes de la historia más reciente de España. Entregado a la cultura, a las artes y a la divulgación en el tejido local asociativo del municipio, impulsó el Centro Cultural



Blas de Otero.

Miguel Arranz

Hasta hace muy poco Juez de Paz de San Sebastián de los Reyes, puesto que ha desempeñado con especial dedicación y compromiso durante un cuarto de siglo, alcanzando el reconocimiento singular entre los vecinos, así como de sus compañeros en el campo de la Justicia.

Santiago Pilar Martín

Párroco de la Iglesia de San Sebastián Mártir desde 2007 hasta 2020, habiendo sido co-párroco con D. Hipólito Tamayo hasta la definitiva jubilación de éste. En estos momentos, disfruta de una merecidísima jubilación.

Susana Calvo

Vecina de San Sebastián de los Reyes, Doctora en Historia del Arte y vicedecana de Investigación y Doctorado en la Facultad de Geografía e Historia de la Universidad Complutense de Madrid.

El resto de galardonados fueron la *Fundación GEICAM, Laboratorios Farmacéuticos ROVI* y *ATRESMEDIA.*

MIGUEL ÁNGEL MARTÍN PERDIGUERO - CIUDADANOS SANSE

Vicealcalde y Portavoz de Ciudadanos en el Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes / @MPerdigueroCs

La Política de lo Posible

Hace 5 años, cuando estábamos en la oposición propusimos al Pleno una moción para impulsar la construcción de parques inclusivos en los barrios de San Sebastián de los Reyes. Desde esa política útil que construimos mes a mes en la parte propositiva, ahora desde la parte ejecutiva actuamos sin olvidar nuestras peticiones.

Doble propuesta

Reivindicábamos así una doble propuesta: dotar de nuevos parques a los barrios y de crear espacios de juego para todos. Ahora, desde el Gobierno, lo más gratificante cuando se está gestionando una ciudad es poder ver realizados proyectos presentamos como partido de la oposición.

Parques inclusivos de Dehesa Vieja y Tempranales

Así ha ocurrido en este mandato con los parques inclusivos de Dehesa Vieja y Tempranales, 2.000 metros de áreas infantiles que se añaden a la ciudad, que forman parte ya de las numerosas actuaciones relevantes que están ya en marcha.

Otras actuaciones

En este periodo ejecutivo, a punto de llegar a su ecuador, damos vida a muchos otros propósitos, con otras necesidades que llegarán pronto, con más asfaltado, instalaciones, atenciones sociales como la futura despensa solidaria municipal o la realización de unas fiestas seguras.

Hacer posible lo necesario

En política, hacer posible lo necesario, atender muchas demandas por cumplir, es el mayor de los objetivos.

A ello dedicamos todos nuestros esfuerzos con la mirada puesta en el bienestar de nuestros vecinos.

27 de abril. 4, 11, 18 y 25 de mayo a las **17:00h**

Sesiones ON LINE

Inscripciones: aiomanco2016@gmail.com

Cofinanciada al 50% por el FSE y la Comunidad de Madrid en el marco del Programa Operativo FSE 2014-2020, Eje 1 – Fomento del empleo sostenible y de calidad y de la movilidad laboral-Prioridad de Inversión 8.4-La igualdad entre mujeres y hombres en todos los ámbitos, incluidos el acceso al empleo, la progresión en la carrera profesional , la conciliación de la vida personal y laboral; remuneración igual trabajo igual valor- de la Comunidad de Madrid, y desarrollada en el marco del Programa de Promoción de la Igualdad de Oportunidades y entre Mujeres y Hombres del Convenio entre la Comunidad de Madrid y la Entidad Local para realización de actuaciones contra la violencia de género y para la promoción de la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres, suscrito en diciembre de 2019 y prorrogado en diciembre de 2020.

Unión Europea
Fondo Social Europeo
"El FSE invierte en tu futuro"

Comunidad de Madrid

2016 MANCOMUNIDAD SERVICIOS SOCIALES

Para enfrentarte al estres y la ansiedad del día a día

Taller online contra el estrés

Un taller necesario que nos ayudará a combatir y saber enfrentarnos a diferentes situaciones de estrés y ansiedad en el día a día.

TALLER ONLINE PARA SABER ENFRENTARTE AL ESTRÉS Y A LA ANSIEDAD. Podrás participar en este interesante y gratificante taller durante las jornadas del 27 de abril, y en el 4, 11, 18 y 25 de mayo que se celebrarán a las 17:00 horas.

Seguro que en algunas ocasiones has sentido ansiedad o estrés, pero no te preocupes, es más común de lo que parece.

Contenidos de las sesiones

En la "Escuela de Bienestar" aprenderás las herramientas necesarias para enfrentar el estrés y reducir la ansiedad a la que nos enfrentamos en el día a día. Lograrás manejar eficazmente estas situaciones, lo que repercute en la mejora de nuestro bienestar profesional, personal y familiar. Las sesiones tendrán lugar una vez por semana en horario de tarde en formato virtual.

Todas las sesiones se desarrollan desde un planteamiento práctico, poniendo en marcha distintas técnicas, tal y como: risoterapia, relajación, meditación, respiración diafragmática, mindfulness o parada de pensamiento. Para apuntarte, podrás hacerlo en: aiomanco2016@gmail.com

Organizado por el Ayuntamiento disfrutaron 30 vecinos

Inicio al Geocaching en abril

Una actividad muy demandada por los vecinos del municipio y que ha contado con la participación de 30 participantes con ganas de divertirse y pasarlo bien en plena naturaleza.

El domingo 18 de abril, con un día espectacular, una treintena de vecinos del municipio entre jóvenes y familias con niños mayores de 8 años se divirtieron en una actividad organizada por el Ayuntamiento. Durante el recorrido buscaron tesoros escondidos geolocalizados en un lugar idílico, el Embalse de Pedrezuela, al norte de la Comunidad de Madrid. La excursion tuvo una duración de casi ocho horas, desde las 9:30 de la mañana hasta las 17:00 horas, saliendo desde el Consultorio Local de Alalpardo, donde se recogió a los 30 vecinos.

"GRUYERE", obra de teatro que no te puedes perder

El 8 de mayo a las 19:00 h en el Teatro Casa de Cultura de Alalpardo

SINOPSIS: Una pareja feliz, una triste realidad y tres días por delante. Ambos han alcanzado los cuarenta al tiempo que han perdido todo.

El próximo 8 de mayo a las 19:00 h, en el Teatro Casa de Cultura de Alalpardo, ya se han puesto a la venta las entradas en el Ayuntamiento de Valdeolmos-Alalpardo, y desde una hora antes del inicio de la obra en la puerta de acceso al teatro. con un precio de 5€. Está recomendada para público joven y adulto y tendrá una duración de 85 minutos.

Se llevarán a cabo todas las medidas de prevención en materia COVID. Distancia de seguridad, toma de temperatura, aplicación de gel hidroalcohólico y uso obligatorio de mascarillas. No está permitido comer o beber en el interior del recinto.

Organizado por el Colegio Árula y subvencionado por el Ayuntamiento

Campus Multideporte Urbano

Este verano el Colegio Árula organiza un Campamento de Verano del 28 de junio al 30 de julio, para niños a partir de 3 años. El Ayuntamiento de Valdeolmos-Alalpardo subvenciona el 25% del precio a los empadronados en el municipio presentando el Volante de Empadronamiento. El colegio será el mejor lugar para seguir aprendiendo cargado de actividades y juegos que garantizan la diversión. Para ello se han diseñado unos cursos distribuidos semanalmente por temáticas en el que poder compaginar las necesidades propias de un mes de vacaciones con el objetivo de que los niños continúen aprendiendo.

Puedes reservar días sueltos, por semana, quincena o mes, con comida o sin comida, con horario ampliado o sin él. Para informarte y reservar puedes hacerlo en el teléfono 91 620 51 98 y en el correo y webcampamentos@colegioarula.com y www.colegioarula.com. No será posible superar el máximo de alumnos marcado por la CAM por grupo de edades, respetando el orden de llegada de las solicitudes.

Un canal directo de comunicación con el Ayuntamiento

LÍNEA VERDE: rápido y eficaz

Incidencias como una tapa de arqueta rota o levantada, una papelera arrancada, un banco roto o aceras en mal estado, pueden empezar a resolverse con una simple foto mandada a través de la APP LINEA VERDE, su arreglo será mucho más rápido.

EL SERVICIO DE LINEA VERDE nació en noviembre de 2017. De una forma muy sencilla y rápida, el ciudadano informa de cualquier incidencia. A través de este canal directo de comunicación con el Ayuntamiento, los vecinos se implican en la consecución de un municipio más sostenible. Además, a través de LINEA VERDE, los vecin@s pueden plantear cualquier consulta medioambiental. Para utilizar el servicio a través de Smartphone o tablet basta con descargar la aplicación Línea Verde. Para ello el usuario se conecta a Play Store o APP Store y de una forma fácil se produce la descarga gratuita. Una vez abierta la aplicación en el dispositivo móvil, el usuario decide si plantear una consulta o comunicar una incidencia. Para comunicar una incidencia, se selecciona el tipo de categoría. Por geolocalización, la APP detecta de forma automática las coordenadas exactas. Posteriormente, se puede adjuntar una foto de la incidencia con una breve descripción. Una vez enviada, se recibe la notificación y se inician los trámites para darle solución.

COLEGIO ARULA

CRECER
APRENDER
CREAR

CAMPUS MULTIDEPORTE URBANO 2021

A partir de 3 años
Del 28 de de junio al 30 de julio

INFORMACIÓN Y RESERVAS
Tlf. 91 620 51 98
campamentos@colegioarula.com
www.colegioarula.com

En colaboración con el Ayuntamiento de Valdemolmos-Alalpardo

VALDEOLMOS - ALALPARDO

Actividades y Talleres para jóvenes y familias

Las fechas previstas para la realización de los talleres son las siguientes:
– *19 mayo:* Adicciones a sustancias, pirámide del consumo y primera parte factores de riesgo y protección.
– *31 mayo:* Segunda parte factores de riesgo y protección y estilos educativos en la familia.
– *14 junio:* Resolución de conflictos, estilos de comunicación.
– *25 junio:* Adicción a las tecnologías.
En paralelo, se realizará un taller para niños mayores de 10 años.
Talleres previstos para el mes de mayo:
– *19 mayo:* Bolsas con camisetas recicladas. En colaboración con el Curso de Educación Ambiental en Positivo, proyecto de participación juvenil y sostenibilidad, se realizarán bolsas de la compra reciclando camisetas y/o telas para reducir el consumo de bolsas de plástico.
– *31 mayo:* Gymkana de orientación por el municipio.
Dentro de la programación de mayo se incluye una actividad en fin de semana para el día 23 de 9:30 a 17:30 horas, donde se realizará una ruta de senderismo por los Montes de Patones para mayores de 8 años, jóvenes y familias. Se realizarán actividades para reconocer ecosistemas y paisajes, y se visitarán los pueblos de Patones de Arriba y de Abajo, el coste de la actividad es de 5€/persona y habrá un máximo de 30 plazas.
Se necesitará llevar mochila, agua, comida para todo el día , ropa y calzado cómodo adaptado a las condiciones meteorológicas.
Abierto el plazo de inscripción desde el 30 de abril presencialmente en el Ayuntamiento de Valdeolmos-Alalpardo o llamando por teléfono al 91 6202153.

Celebrado el pasado mes de abril para jóvenes de 12 a 18 años

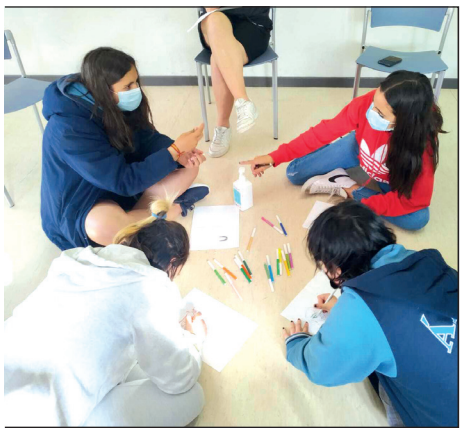
Interesante TALLER DE EDUCACIÓN SEXUAL

Las Concejalías de Educación y Juventus del Ayuntamiento, siguen impartiendo talleres diversos, esta vez fue sobre educación sexual.

Para las familias que tienen hijos adolescentes, las Concejalías de Educación y Juventud del Ayuntamiento organizó este Taller sobre educación sexual. Porque una correcta educación sexual es crucial para los jóvenes de entre 12 y 18 años. Un taller que les aportó mucho además de la que ya les dan los padres, al estar impartido por profesionales en la materia.
El periodo de la adolescencia en los jóvenes, son tiempos de cambios biológicos y psicológicos. Cambios que muchas veces cuesta comprender, y es un momento clave en la formación de la personalidad y también un momento crítico para abordar el tema de la sexualidad, pues es una etapa que define la transformación del niño en adulto. La adolescencia es una fase de descubrimiento de la identidad y la sexualidad es parte de ello.

Relaciones sexuales física y mentalmente seguras

El Taller promovió la cultura de la educación sexual en la etapa de la adolescencia. Se habló abiertamente de las relaciones sexuales seguras física y mentalmente, relaciones para prevenir embarazos prematuros e infecciones de transmisión sexual. Se habló sobre el tema de la sexualidad con total libertad y sobre todas sus dudas que genera. El



taller fue celebrado el lunes 26 de abril de 18:00 a 20:00 horas en el Aula en Casa de Cultura de Alalpardo y fue gratuito para todos los asistente, llegándose a cubrir las 15 plazas que habían sido establecidas para realizar el taller.

Curso de Primeros Auxilios organizado por PAEVA

Las Pymes, Autónomos y Emprendedores de Valdeolmos-Alalpardo -PAEVA-, organiza un Curso de Primeros Auxilios impartido por Cruz Roja, con diploma acreditativo y compatible con la Ley de Prevención de Riesgos Laborales. La duración del curso será de10 horas, de las cuales, 6 serán de teoría online y 4 de prácticas presenciales. La teoría es del 5 al 10 de mayo en horario libre y con tutor disponible online. El curso teórico es obligatorio antes de realizar las prácticas el 12 de mayo de 17 a 21 horas en la Sala de Cristal de la Casa de la Cultura de Alalpardo. El precio por persona será de 25 € para asociados y sus empleados y 45 € para no asociados y sus empleados. El 50% del curso ha sido subvencionado por el Ayuntamiento.

PARA GENERAR UNA RED DE EMPRENDEDORAS DE REFERENCIA

Actividad de Emprendimiento Rural Femenino, para identificar y captar la participación de mujeres que desean emprender negocios propios o que ya han iniciado su carrera profesional como empresarias. Se plantean diferentes acciones interconectadas dirigidas a poner en contacto a distintas emprendedoras para identificar necesidades, promover espacios de intercambio y aprendizaje, generar buenas prácticas, dar a conocer sus negocios y adquirir formación y habilidades que les capaciten en su camino de emprender y trabajar por cuenta ajena.

Brujuleando

MEJORAS EN EL ASFALTO DE VARIAS CALLES DE MIRAVAL

El pasado mes de abril se realizaron varias mejoras necesarias en varias calles de la Urbanización Miraval, exactamente en la calle Tauro y en la avenida de La Paz, que quedaron en mal estado tras el famoso temporal Filomena. los operarios municipales, una vez más, las realizaron en tiempo record.

CLASES GRATUITAS DE ENSEÑANZA DE ADULTOS

Las Enseñanzas de adultos se imparten en la antigua clínica rural durante los lunes de 16 a 18 h: clases de primaria para adultos y de 18 a 20 h: de informática. Los miércoles la misma clase para adultos con el mimo horario, y de 18 a 20 h clases de ingles inicial, y por último, los jueves de 16 a 18 h clases de inglés nivel B1.
Aunque pronto acabará el curso, todavía puedes matricularte y asistir a las clases. Los adultos interesados solo tienen que asistir a las clases a la hora indicada con un fotocopia de su documentación personal y rellenar allí una inscripción con los profesores. Los cursos impartidos son gratuitos. En el mes de junio se abrirá la matriculación para el nuevo curso 21-22.

Ceremonia de entrega de las Medallas y Condecoraciones de la Orden del Dos de Mayo

La presidenta regional, Isabel Díaz Ayuso, ha elogiado a los galardonados en el 2 de Mayo, “todos ejemplos de que somos capaces de salir adelante y construir el futuro, pase lo que pase”. Durante la ceremonia de entrega de las Medallas y Condecoraciones de la Orden del Dos de Mayo, con motivo de la festividad de la Comunidad de Madrid, ha tenido especial mención para los niños de la región, que han recibido la máxima condecoración, la Gran Cruz de la Orden del Dos de Mayo, por su “valiente y solidario comportamiento durante la pandemia”. “Por haber sabido renunciar a montar en bici, ver a los amigos y abrazar a los abuelos, por inventar nuevos juegos y aventuras dentro de casa y por adaptaros a una nueva metodología de enseñanza en la que no había pupitre, balón o recreo”, ha señalado la presidenta.

4 PARTIDOS DE LAS SELECCIONES ABSOLUTAS DE FÚTBOL EN JUNIO

La Comunidad de Madrid y la Real Federación Española de Fútbol, han alcanzado un acuerdo para que la región sea sede de dos partidos amistosos de la selección absoluta masculina y dos de la femenina, que se celebrarán el mes de junio. De esta manera, la selección que dirige Luis Enrique culminará en la Comunidad de Madrid su preparación para afrontar la primera fase de la EURO2020, que se disputarán el 4 y 7 de junio, y el 10 y 15 la absoluta femenina que se medirá con Bélgica y Dinamarca.

Como "Institución Digital del Año", por su eficaz labor de su Servicio de Informática durante años

El servicio SUMMA 112 ha sido galardonado

El gerente, Pablo Busca, recibió el premio de manos de Clara Cuervo, Transformation Manager de Novartis, y del consejero de Sanidad, Enrique Ruiz Escudero, quien destacó que el SUMMA 112 ha pilotado un proceso de transformación digital sin el que hubiese sido imposible coordinar esa ingente labor asistencial. "Un trabajo de informatización que se ha convertido en un referente mundial", señaló. El Grupo Mediforum, editor de ConSalud.es y SaluDigital.es, convoca estos galardones, que han celebrado su V edición, para reconocer las iniciativas desarrolladas en el área de e-Salud.

SE REACTIVA EL PLAN RENOVE DE ELECTRODOMÉSTICOS

La Comunidad ha reactivado la solicitud de las ayudas del Plan Renove de Electrodomésticos adaptado al nuevo etiquetado energético europeo. Están destinadas a la adquisición y sustitución de lavadoras, lavavajillas y frigoríficos por nuevos equipos de clase A, B o C, incluidos en la base de datos de electrodomésticos elaborada. Las solicitudes de ayuda se podrán tramitar hasta el 31 de diciembre de 2021, siempre que existan fondos disponibles, a través del sitio web del Plan Renove de Electrodomésticos. El importe de las ayudas ascenderá a 150 euros en frigoríficos y frigoríficos combi, 110 euros en lavavajillas y 70 euros en lavadoras, no pudiendo superar el 25% del importe de la inversión subvencionable.

FUENCARRAL - EL PARDO

Martínez-Almeida comprueba los trabajos realizados en el aparcamiento intermodal Fuente de la Mora

El alcalde de Madrid, José Luis Martínez-Almeida, acompañado del delegado del Área de Medio Ambiente y Movilidad, Borja Carabante, y el concejal de Hortaleza, Alberto Serrano, ha comprobado el pasado mes de abril el progreso de las obras del aparcamiento intermodal de Fuente de la Mora que estará operativo desde el próximo 14 de mayo. Es el primero finalizado de los 14 que se contemplan en el Plan de Aparcamientos Disuasorios que recoge la Estrategia de Sostenibilidad Ambiental Madrid 360.

El objetivo de estas instalaciones es mejorar la calidad del aire al ofrecer a residentes de Madrid o zonas periféricas la alternativa de dejar su vehículo junto a un punto de transporte público que les lleve de forma rápida, segura y cómoda a su destino final dentro del término municipal. En este sentido, todos los aparcamientos disuasorios serán gratuitos para usuarios del transporte público Además, los residentes podrán estacionar sus vehículos de 16:00 h a 8:00 h y sábados, domingos y festivos las 24 horas por una tarifa de 12 euros al mes.

Fuencarral-El Pardo: un distrito que es más de uno

José Martín, vecino de Fuencarral-El Pardo y gran conocedor de su historia, nos acerca al distrito, y más concretamente, a El Pardo y a su pasado vinculado a la aristocracia, del que dan cuenta sus monumentales palacios y construcciones. También paseamos por el casco antiguo de Fuencarral, que corresponde al barrio de Valverde, y que aún hoy conserva su estructura, carácter y tradiciones del pueblo que en su día fue. Además, hemos comprobado el urbanismo tecnológico presente en este distrito de negocios, con edificios inteligentes que acogen a alguna de las empresas más punteras de nuestro país, localizadas en los nuevos proyectos urbanísticos que han crecido a la sombra de barrios más históricos como el Barrio del Pilar.

Un poco de historia

Lo que ahora se conoce como Fuencarral-El Pardo no lo fue así hasta la pasada década de los 70, ya que con anterioridad se denominaba simplemente Fuencarral. El distrito se formó con los municipios del Real Sitio de El Pardo y la antigua villa de Fuencarral, ambos incorporados a Madrid en 1949. Administrativamente está dividido en los barrios de El Pardo, Fuentelarreina, Peñagrande , Pilar, La Paz, Valverde, Mirasierra y El Goloso.

DIVERSAS ACTIVIDADES PARA CELEBRAR EL DÍA DEL LIBRO

La biblioteca pública municipal José Saramago quiso vivir el Día del Libro con todos los lectores del distrito, preparando diversas actividades para fomentar la lectura, conocer qué se lee en Fuencarral-El Pardo y cuáles son los gustos literarios de los vecinos y, en definitiva, hacer de la literatura una auténtica fiesta. Ese día se entregaron los premios, en cada una de las categorías, a los finalistas de esta biblioteca que han participado en el XX Concurso de marcapáginas, convocado por la Red de Bibliotecas Municipales. La biblioteca José Saramago tiene 23.173 personas usuarias adscritas, de las que 19.638 son adultas (a partir de 14 años), y 3.535 pertenecen al público infantil.

HORTALEZA

HOMENAJE A LA LECTURA EN HORTALEZA

Abril es el mes de Cervantes, de las letras, de los libros, y el distrito de Hortaleza se sumó a estos homenajes que tienen como objetivo el fomento de la lectura entre la ciudadanía. La Biblioteca Huerta de la Salud organizó para el 23 de abril una jornada especial abierta a todo el vecindario. De 11 a 13 h, el parque Huerta de la Salud acogió una lectura abierta de poemas y textos breves retransmitida por Radio Enlace, la radio comunitaria del distrito.

Centro Cultural Sanchinarro: Música por San Isidro

EL CENTRO CULTURAL SANCHINARRO ofrece para el mes de mayo un buen programa de música:

- El 7 y 8 de mayo a las 19 h, la Orquesta de la Universidad Alfonso X El Sabio visita el centro con obras de Tchaikovsky y Dvorak. Concierto de entrada libre hasta completar el aforo.

- El 15 de mayo a las 19 h, con motivo de la celebración del patrón de Madrid, San Isidro Labrador, habrá una Gala Lírica de Zarzuela, a cargo de la Agrupación Lírica de Torrejón de Ardoz.

- El 22 de mayo a las 19 h, un nuevo concierto góspel con SoulConnection.

- El 29 a las 12 h, será el turno del coro infantil de los Pequeños Cantores de la Joven Orquesta de la Comunidad de Madrid.

En el ámbito literario, acogerá la presentación del libro “Haz de tu vida la mejor película”, de Jorge N. Fernández.

- El 18 de mayo a las 19 h (con entrada libre, aforo limitado). “Una propuesta de cambio y reflexión de los paradigmas actuales del arte en general y del cine en particular. Para dignificar, concienciar y recuperar los auténticos valores y motivos de la creatividad.”

- Del 10 de mayo hasta el 26 de junio, en la Sala de Exposiciones, habrá una exposición de alumnos/as de los cursos y talleres de bellas artes del propio centro.

Recuperada una parcela en el distrito como zona verde y estancial

Esta parcela, situada a la altura de la avenida de San Luis, 114, presentaba un alto estado de abandono, con grandes socavones en el terreno que se inundaban cuando llovía y arbolado seco o degradado que presentaba riesgo de caída. Ahora, tras esta intervención que forma parte de la estrategia ‘Madrid, isla de color’, se ha convertido en una zona verde acondicionada para el paseo.

Barajas invertirá el Remanente de Tesorería en Centros Educativos, Culturales y Deportivos

Sofía Miranda ha detallado en el Pleno el destino de las mejoras

La Concejala del distrito de Barajas, Sofía Miranda, ha detallado en el Pleno del Distrito las mejoras que se van a llevar a cabo en estos equipamientos.

La cantidad asciende a 5,97 millones de euros, entre los que destacan las mejoras en las dotaciones educativas, deportivas y culturales y la remodelación de zonas verdes. “Desde la junta municipal se ha hecho un trabajo a contrarreloj para poder acometer el mayor número posible de proyectos, ya que estos remanentes se entregan una vez iniciado el año y los proyectos con cargo a ellos han de ser ejecutados antes de que finalice el mismo”, ha explicado la concejala Miranda.

Mejoras en centros docentes

Entre los proyectos de los que se van a beneficiar los vecinos del distrito, destacan las obras de conservación de las tres escuelas infantiles con que cuenta Barajas, cuya inversión total asciende a 135.000 euros. También se van a realizar obras de conservación en tres colegios públicos por un importe estimado de 310.000 euros y se sustituirá la caldera y se acondicionarán la cocina y patios del CEIP Ciudad de Zaragoza por valor de otros 255.000 euros. Por último, 360.000 euros se destinarán a la subvención de las cuotas de escolarización de las tres escuelas infantiles.

Obras en instalaciones deportivas y culturales

Los remanentes presupuestarios del distrito servirán también para acondicionar y mejorar distintas instalaciones deportivas de Barajas. Entre ellas, el Centro Deportivo Municipal Barajas, con un coste estimado de 500.000 euros.

En la Instalación Deportiva Básica (IDB) Alameda de Osuna II se va a construir un parque de parkour por valor de 540.000 euros; en la IDB Orión Júpiter se va a proceder a su cubrición e iluminación, con un presupuesto de 300.000 euros y se reconstruirán los vestuarios de la IDB Los Coronales, con una inversión aproximada de 390.000 euros.

Asimismo, se destinarán 580.000 euros a la nueva IDB Barrio del Aeropuerto. En cuanto a dotaciones culturales, se han presupuestado otros 750.000 euros para realizar distintas obras de mejora y acondicionamiento de los centros culturales del distrito.

Zonas verdes

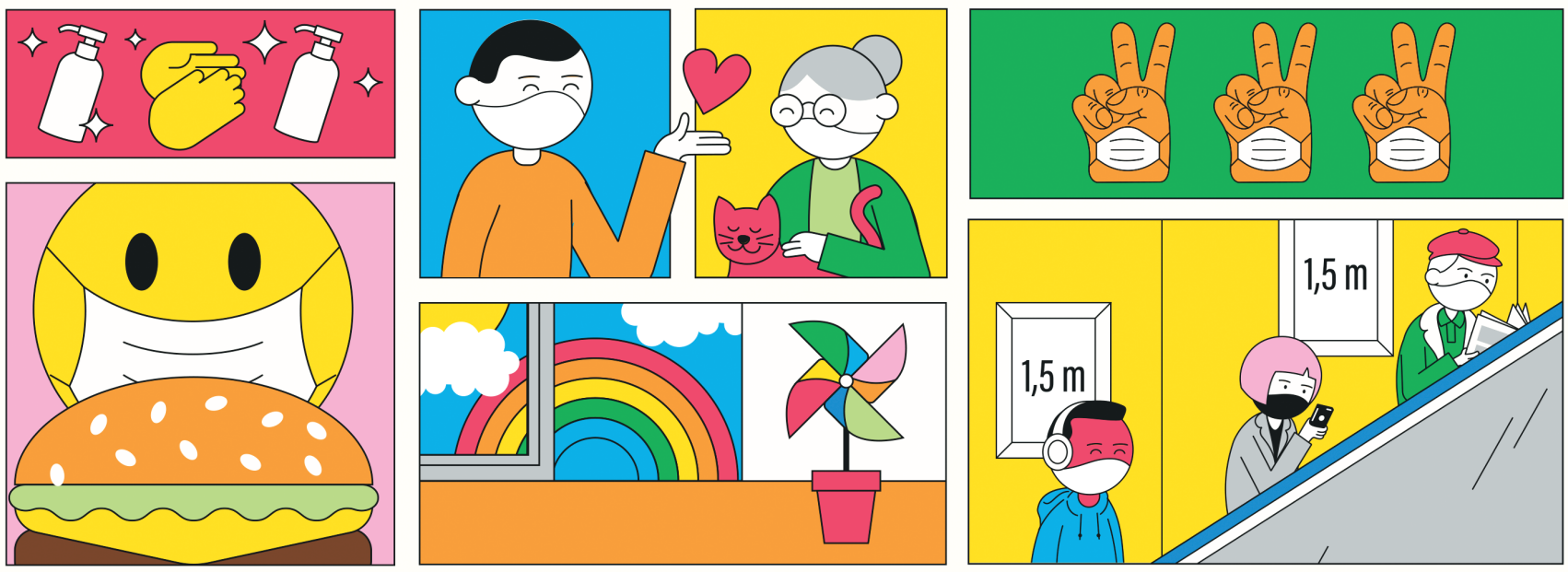
Un último bloque lo componen la remodelación integral de la zona verde situada en la calle de Acuario (frente al centro de mayores), con un importe estimado aproximado de 475.000 euros y las obras de mejora y acondicionamiento del terreno que será cedido por AENA al distrito.

PARTICIPA EN EL CONCURSO EUROPAN DE IDEAS URBANAS Y ARQUITECTÓNICAS

En este certamen europeo, que cumple este año su decimosexta edición con el lema “Ciudades vivas: metabolismo & inclusividad”, están invitados a participar arquitectos menores de 40 años con el objetivo de hacer una reflexión sobre diversos emplazamientos urbanos de todo el continente. Puedes consultar toda la información en la página web Europan.

La filosofía del concurso es combatir las fracturas sociales y convertir los entornos habitados en lugares de intercambio, capaces de unir lo social y lo ecológico. Se trata, en definitiva, de generar un modelo de cultivo urbano o de espacio productivo, que mejore el paisaje y que sea fuente potencial de empleo en diversas zonas de la ciudad.

Frente al Covid-19



NO BAJES
LA GUARDIA

MADRID

"Clásicos en zapatillas" por Pedromaría Rivera

Couperin el Grande, virtuoso del teclado

El compositor parisino François Couperin -nació el 10/11/1668- destacó en el Barroco y en la denominada etapa pre-Clásica, por su extraordinaria labor de creación e interpretación con el clavicémbalo y el órgano. Estimado lector, le invito a escuchar 'Les Barricades Mystérieuses', al clave o a la tiorba (laúd barroco) mientras prosigue esta lectura. El sobrenombre de "Le Grande" se incorporó para diferenciarlo del resto de familiares, muchos de ellos también músicos. La situación familiar le sirvió a François para su formación inicial pues tanto su padre, Charles Couperin, como su tío François "El Viejo" fueron sus principales profesores. El padre de François falleció cuando éste tenía sólo once años y la madre le apremió para incrementar su entrenamiento e incorporación a puestos de organista y ayudar en la situación económica familiar. Couperin fue relevando a familiares mayores y otros instrumentistas en las diversas iglesias en las que eran titulares para las celebraciones litúrgicas, etc. A los 17 años era ya organista oficial en la Iglesia Saint-Gervais de París y cinco años más tarde, en un ascenso importante, reemplazó a uno de los maestros que habían continuado su formación, Jacques Thomelin, como organista de la Capilla Real.

Actividad en la corte francesa

La incorporación en la Capilla Real le supuso la titulación de "organiste du Roi" Luis XV. Así mismo fue profesor de composición del duque de Borgoña, nieto del rey. Su progreso social resultó relevante: en 1696 poseía escudo de armas y fue nombrado Caballero de la Orden de Letrán.

Años después -1717-, era designado compositor de la corte; su actividad principal era generar creaciones para las celebraciones religiosas y música de cámara para las fiestas palaciegas, ofreciendo conciertos semanales. Todo ello le propició gran fama por sus suites -violín, viola, oboe, clavicémbalo- y sus interpretaciones con este último instrumento, su preferido.

Dictó clases a lo más selecto de la nobleza francesa, centrando su impartición en sus propias publicaciones "Régles pour l´accompagnement" y "L´Art de toucher le clavecin" en las que plantea ejercicios de digitación, pulsacióny aspectos técnicos para el teclado.

De salud frágil, en 1730 Couperin abandonó su puesto de organista real. Tres años después, el 11/09/1733, falleció en París.

Obras principales

Su música ofrece un estilo francés de aquella época con más ornamentación que los procedimientos alemanes e italianos. El prestigioso musicólogo español Jordi Savall dice de él: «es músico poeta por excelencia; creía en la habilidad de la Música para expresarse a sí misma en su prosa y verso; si se penetra en la poesía de la música, se descubre que es más bella que la propia belleza».

Su armonía y modelos de digitación tuvieron gran repercusión en otros compositores tan relevantes como Bach; igualmente influyó en la obra para piano de Brahms, quien además interpretó composiciones de Couperin en conciertos contribuyendo a la primera edición de sus obras para Clavecín; Richard Strauss orquestó algunas composiciones del clavicémbalo; Ravel le rindió homenaje en 'Le Tombeau de Couperin'.

Compuso 220 obras para clavicémbalo, presentadas durante los años 1713/1730, en 4 libros de suites, aglutinadas en lo que el denominó ordres. De sus creaciones de enfoque religioso destacan 42 partituras para órgano agrupadas en dos Misas y más de 50 obras corales.

Otras obras corales lo fueron de orientación laica. Entre su música de cámara brillan diversas sonatas -'5 Sonatas en Trío'-, varias suites -'Les Nations'-y su colección de conciertos titulados 'Concert Royaux'.

"Curiosidades de grandes escritores"

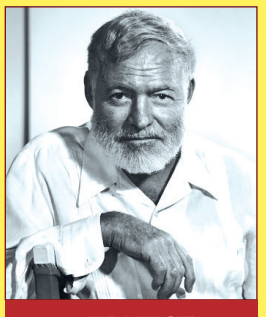
Por Javier Adrada de la Torre

En este número nos ocuparemos de un novelista estadounidense: Ernest Hemingway, galardonado con el Premio Nobel de Literatura. Sus dos obras más aclamadas son *Adiós a las armas* y *El viejo y el mar*; lo curioso es que aquella fue la primera que escribió y esta, la última. Entre medias quedan títulos que la historia del arte no siempre ha tenido en cuenta; quizás por ello, tras el éxito de *El viejo y el mar,* Hemingway prefirió no publicar más obras y despedirse de la fama por todo lo alto.

Nuestro escritor participó en la Primera Guerra Mundial, pero no como soldado, sino como conductor de ambulancia: era miembro de la Cruz Roja en Italia y en Francia. Aun así, no se libró de alguna que otra herida —que inspiró varios de sus textos—; también sufrió un accidente aéreo en África, tan terrible que los periódicos lo dieron por muerto y anunciaron erróneamente su fallecimiento en 1950.

Por otro lado, Hemingway solía visitar con frecuencia España —fue corresponsal durante la Guerra civil— y, en concreto, en Murcia. Fue en esta ciudad mediterránea donde, en 1959, un carterista —sí, parece que ya existía este oficio— le robó el billetero al novelista. Este lo comunicó a las autoridades: llevaba 9000 pesetas y, además, el billetero profesaba en él un cariño especial. «Quiero, por lo menos, recuperar la cartera. El dinero se lo puede quedar el ladronzuelo como recompensa por su destreza», cuentan que pidió el literato. El alcalde, apoyado por murcianos de renombre como el escritor Castillo-Puche, promovió una campaña para encontrar al responsable de la fechoría; tiempo más tarde, el billetero apareció anónimamente en la puerta del domicilio de Hemingway. Cabe añadir que el alcalde, lejos de admitir que el carterista era murciano, dedujo que se trataba de un madrileño que había visitado Murcia en aquellas fechas.

Hemingway solía anunciar a sus amigos que algún día se suicidaría. Al principio, ellos se lo tomaron a broma; sin embargo, pronto se dieron cuenta de que el escritor no estaba bien de la cabeza: sus heridas en la guerra y en el accidente en África le habían arrebatado la cordura. Combatió durante años con la depresión y trató de encontrar consuelo en el alcohol; ni siquiera acudió a Estocolmo a recibir el Premio Nobel porque sus problemas de salud eran ya demasiado graves. Finalmente, en 1961, se colocó la boquilla de una escopeta en la frente y presionó el gatillo. Irónicamente, de aquel mismo modo se habían suicidado años atrás su padre y su abuelo.



ERNEST HEMINGWAY

"Frases para cambiar vidas" por Ignacio Novo (www.frasesparacambiarvidas.com)

"Has tenido éxito en la vida cuando todo lo que realmente quieres es solo lo que realmente necesitas"
(Vernon Howard)

Creo que todos hemos experimentado en algún momento de nuestras vidas esa incómoda sensación de agobio que nos provoca el no saber ya dónde colocar los objetos adquiridos y que vamos apilando año tras año, unos sobre otros, empujándonos incluso al alquiler extra de espacios para contener todo lo que en nuestra casa ya no cabe.

¿Por qué guardamos o seguimos comprando cosas que no necesitamos? Según los psicólogos las razones son diversas, por ejemplo, una vez satisfechas las necesidades básicas como lo son el disponer de un techo o la comida y la ropa que vestimos, nuestra lógica nos hace creer que más posesiones nos aportarán una mayor seguridad, siendo fieles al concepto de "cuanto más, mejor". No hay que olvidar tampoco esa malsana necesidad tan humana de impresionar a los demás o quizá el motivo más poderoso de todos: el apego sentimental, y es que determinados objetos están unidos a emociones y sentimientos que van desde el lugar en donde los adquirimos a quién fue quien nos los regaló o los recuerdos asociados a su uso o a su mera contemplación.

La salida más racional a toda esta espiral acumulativa es la simplificación en todos los órdenes de nuestra vida y para ello nos puede ayudar, y mucho, el minimalismo.

Menos, es más

Según la RAE, el minimalismo es la «tendencia estética e intelectual que busca la expresión de lo esencial eliminando lo superfluo». Un estilo de vida basado en el desapego y en la adquisición solo de lo estrictamente necesario, priorizando lo fundamental y desprendiéndose de lo superfluo. En definitiva: una revalorización de nuestras prioridades.

La sabiduría tradicional nos dice que el apego por lo material nos esclaviza, que la acumulación nos hace perder tiempo limpiando, ordenando o manteniendo, suponiendo ello un obstáculo para poder emplear nuestros recursos en asuntos más trascendentes.

De esta manera, los minimalistas vacían cajones y armarios, eliminando aquello que ya no sirve para nada. Lo que se pretende es liberar horas, dinero y energías para enfocarse en lo verdaderamente útil. Los minimalistas sostienen que hemos de proyectarnos hacia el futuro, no hacia el pasado

Identifica lo esencial, y elimina todo lo demás

Existen minimalistas extremos que viven con apenas 100 cosas, existe también el proyecto "33 prendas", que consiste en disponer de sólo 33 piezas de ropa o, incluso, se ha desarrollado una especie de juego llamado "30-Day Minimalism Game" que estriba en retirar de tu vida tres objetos al día durante un mes. Se debe mencionar igualmente el «entra uno sale uno» que sí que aplican cono norma casi todos los minimalistas y en esencia significa que, si compras una cosa nueva, desechas su versión antigua.

Y como colofón para el artículo de este mes, y con el afán de vayáis en busca de información específica sobre el tema, os dejo estas reflexiones sobre el minimalismo que os harán seguro replantearos alguno de vuestros comportamientos y tal vez algunas de vuestras rutinas.

1. «Las cosas más simples son a menudo las más verdaderas». Richard Bach
2. «La perfección se logra, no cuando no hay nada más que agregar, sino cuando no hay nada más que quitar». Antoine de Saint-Exupery
3. «Simplicidad es la máxima sofisticación.» Leonardo da Vinci.
4. «Hay dos maneras de ser rico: una es adquirir mucho y la otra es desear poco». Jackie French Koller.
5. «Lo simple puede ser más difícil que lo complejo. Tienes que trabajar duro para limpiar tu pensamiento y hacerlo simple». Steve Jobs.
6. «El minimalismo es la búsqueda de la esencia de las cosas, no la apariencia». Claudio Silvestrin.
7. «La sociedad de consumo nos ha hecho sentir que la felicidad radica en tener cosas, y no nos ha enseñado la felicidad de no tener cosas». Elise Boulding.
8. «Además del noble arte de hacer las cosas, existe el noble arte de dejar las cosas sin hacer. La sabiduría de la vida consiste en la eliminación de lo no esencial». Lin Yutang.
9. «Demasiadas personas gastan dinero que no han ganado, para comprar cosas que no quieren, para impresionar a las personas que no les gustan». Will Rogers.
10. «Uno puede amueblar una habitación muy lujosamente sacando muebles en lugar de colocarlos». Francis Jourdain.
11. «El minimalismo no se trata de tener menos de lo que necesitas. Se trata de poseer exactamente lo que necesitas «. Joshua Becker.
12. «Deberíamos elegir lo que queremos conservar, no lo que queremos eliminar». Marie Kondo.
13. «No tenga nada en su casa que no sepa que sea útil, o que crea que es hermoso». William Morris.
14. «Limpia tu mente, tu corazón, tu hogar. Deja ir la pesadez que te agobia. Haz tu vida simple, pero significativa». Maria Defillo.
15. «La simplicidad es hacer el viaje de esta vida con el equipaje suficiente». Charles Dudley Warner.

En Facebook @ignacionovoescritor
En Twitter @ignacionovo

"Juglaresca" por Manuel López Azorín (http://manuellopezazorin.blogspot.com.es/)

ANDALUCÍA
-Romance, parte I de III-

¿Qué tienes tú, Andalucía,
que el que te conoce sueña
permanecer a tu lado
y ser parte de tu tierra?

Te engalanan de colores
y con perfumes que huelan
a jazmín, azahar y rosas
para que luzcas de fiesta.

Se encalan –blancas– paredes
de las casas en tu tierra
para deslumbrar al sol,
para que al sol resplandezcan.

Y se visten los balcones
con flores en las macetas,
en las calles y los patios
y las ventanas de rejas.

Te hacen la reina de coplas,
toreros, tonadilleras,
reina del cante, de luz
y de alegría: princesa

Y te pasean luciendo
caballos, yeguas, espuelas,
faralaes y zahones
y sombreros y peinetas.

Batas de cola te adornan,
guitarras y castañuelas:
bulla, jarana, alegría…
¡Como si no padecieras!

Solo los cantes flamencos
que por el aire resuenan
cantando, lloran riendo,
el dolor que dentro llevan.

Y te acompañan con palmas
como si solo vivieras
en continua algarabía
sin amargura ni penas.

Pero hay otra vida en ti
que parece no interesa
y que camina a diario
codo con codo con esta.
Gente que seca su llanto
cantando con voz flamenca,
gente que llora por dentro
para que nadie lo sepa.

Gente del pueblo, valiente
y gente noble y sincera,
gente que calla y escucha,
gente honesta, gente buena.

Gente que fue reflejada
por los más grandes poetas:
Alberti, Lorca, Machado,
gente que de ti naciera.

Y reflejaron tu vida
con su alegría tan plena
y también con su amargura,
su dolor y su tragedia.

Que no es lo que más reluce
lo más bueno que tu tengas
que llevas otra hermosura
que va por dentro y te alienta,

pues llevas prendida al alma
y dentro, por la cabeza,
la paciencia de los sabios
y el lamento de tu queja.

Has vivido conociendo
Árabes, judíos, mezclas
y jamás has repudiado
lo que te vino de fuera.

Pues tu misma te has mezclado
y nunca has tenido en cuenta,
ni razas, ni religiones,
solo personas, maneras…

y te habita cualquier gente
que llega, te ve y se queda
encerrada voluntaria
entre tus mares y sierras.

¿Qué tienes tú, Andalucía,
que el que te conoce sueña
permanecer a tu lado
y ser parte de tu tierra?.

Primavera
Verano
2021
Todo cambio
Empieza en ti.
A-1 CTRA. DE BURGOS SALIDAS 17 Y 19
SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES (MADRID)
AUTOBUSES: LÍNEA 156 DESDE PLAZA CASTILLA
www.plazanorte2.com
PLAZA NORTE 2
CENTRO COMERCIAL
La Cúpula de Madrid.