

CRÓNICAS

CUENCA - 12 JULIO 2003 - AÑO VII - Nº 336 - 1,80 EUROS

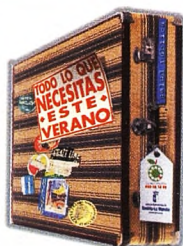
de Cuenca

ENTREVISTA



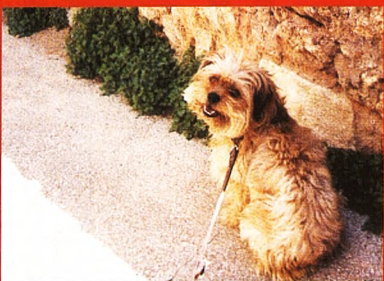
María Jesús Carballo
Presidenta de FEAMCU

CONSUMO



Consejos para unas
vacaciones saludables

SALUD



Por su salud y la tuya:
cuida de tus mascotas

Además

Cursos de verano
y otoño en la UIMP

‘Esta noche toca’:
ocio nocturno en verano

www.aytocuenca.org



Una ventana
en Internet
para todos

Una gran ocasión para conseguir tu primera vivienda



**Obras de Urbanización
ya empezadas**

RESIDENCIAL
Nuevo
PARQUE
SOI

Tenemos para tí lo que estabas esperando, viviendas de protección oficial, de renta libre y viviendas unifamiliares con unas condiciones inmejorables.

¡Haz ya tu reserva!



Información y venta:
Tel. 969 226 211

GRUPO
INMOBILIARIO

www.grupogv.com

ALICANTE
Alfonso X El Sabio, 16-1º
Tel. 965 151 771

MADRID
Fernando el Santo, 9-1
Tel. 913 086 513

CUENCA
Fermín Caballero, 7-1º
Tel. 969 226 211 / 969 226 212



www.aytocuenca.es, una herramienta completa y útil

La Web del ayuntamiento conquense sorprende por su gran cantidad de posibilidades de servicio tanto al turista como al ciudadano. Su objetivo es convertirse en una herramienta habitual, cómoda y útil, para todos.

Pág. 6



Consejos para pasar unas vacaciones saludables

Con la llegada de las vacaciones de verano llegan también los consejos para disfrutar de forma saludable de estos días. No exponerse mucho al sol, tomar precauciones si se viaja al extranjero, etc. son algunos de estos consejos.

Pág. 10



Por tu salud, cuida de tus mascotas

El C. O. de Veterinarios de Cuenca ha puesto en marcha una Campaña provincial de prevención de Zoonosis en animales de compañía. El objetivo es mantener a raya las tres más peligrosas: Rabia, Hidatidosis y Leishmaniosis.

Pág. 15



M^a Jesús Carballo, Presidenta de FEAMCU

Asegura ser muy tímida aunque también afirma estar intentando superar esta faceta 'incómoda' de su personalidad. Hablamos de M^a Jesús Carballo, presidenta de FEAMCU. Hoy, ha querido compartir su vida con nosotros.

Pág. 18

CRÓNICAS de Cuenca

EDITA: Cuenca Comunicaciones S.L., Ramón y Cajal, 22. 1º. 16004 Cuenca. Tlf.: 969 24 00 33. Fax: 969 23 48 52.

DIRECTOR: Manuel Noeda López

Redacción: Esther Ortiz, Luis M. Calvo Rubio, Gema Ortega Gavilán. **Colaboradores:** Alfonso Pellejero, Angel Luis Mota, Enrique Buendía, Aurora Duque, Fernando J. Cabañas, Abelardo Martínez, Pedro Lahuerta, Roberto de Saint Lagú, 'El Kike'. **Departamento comercial:** Angeles Escudero, Carmen Soria. **Administración:** Javier Martínez Górriz, David Alvaro Fernández. **Edición, fotocomposición e impresión:** LINCE Artes Gráficas (926271084) **Distribuye:** Districuen S. L. D.L. : C.R.-98/97.

CORREO ELECTRÓNICO: cronicas@citelan.es

Para el artista Tomás Bux (Soneto)

Enmarcado en el arte y la cultura
Tomás Bux (un ingenio con gran genio)
del preludio impactante del milenio
y de arte estructural de la escultura,
ha escalado niveles con altura
(sin ayuda, 'sin flores', ni convenio)
nacidos de su mente y de su ingenio
de impronta personal, consciente y pura.
Es de ley, de razón y de justicia
que su obra, su labor y su experiencia
labradas con talento y con paciencia
y estilo peculiar e inteligencia
sería sin razón y una injusticia
el no reconocer tal evicencia

Heliodoro Cordente

MILES DE REGALOS DIRECTOS



Veranoski

Consigue  Puntos



EROSKI
Grupo Eroski
Saber comprar

DEL 26 DE JUNIO AL 23 DE JULIO

La página web del Ayuntamiento, reconocida a nivel nacional

Hoy las ciencias adelantan que es una barbaridad, decía la zarzuela, y cuánta razón tenía. Hace apenas un par de décadas, pocos, muy pocos, podrían haber aventurado la gran repercusión que en nuestras vidas tienen actualmente las nuevas tecnologías.

Parece increíble, pero hoy por hoy, quizá valga más y tenga mucha más efectividad, contar con una buena página web 'colgada' en la red, que aparecer en una de las mejores guías impresas en papel que se puedan editar y que cuente con una gran tirada y difusión.

Por ello, es fundamental, a nivel institucional, tener capacidad para no perder el tren del progreso y de las nuevas tecnologías.

La página web del Ayuntamiento de Cuenca, como podemos apreciar en nuestro reportaje de portada, es un instrumento útil, tanto considerándolo como un servicio al ciudadano conquense, como para el posible visitante.

Y esto no sólo lo decimos nosotros. El periódico 'El País' dentro de su suplemento

'Ciberp@ís' publicaba hace unos días un reportaje que bajo el nombre 'Radiografía de las Webs Municipales' tenía como misión evaluar los niveles de funcionamiento de éstas.

En este estudio-reportaje de 'El País', Cuenca ocupaba en la lista del ranking un puesto 39, de 78 páginas totales analizadas, con un total de 157,1 puntos. La posición ocupada por la página conquense se puede considerar como óptima, si tenemos en cuenta que 'luchaba' contra otras de ciudades mucho mayores y con departamentos de Informática mucho mejor dotados económicamente.

Esperamos que fruto del buen trabajo del equipo capitaneado por Carlos Millas Romero, en la próxima edición, Cuenca aparezca más arriba en esa lista, y lo que es más importante, que el trabajo realizado sirva para que los conquenses aprovechemos este servicio que se nos ofrece, y que los usuarios habituales de Internet de fuera de la provincia se sientan atraídos lo suficiente por la página como para honrarnos con su visita.

ESTA NOCHE TOCA...
UNA ALTERNATIVA DE OCIO PARA LAS NOCHES DE VERANO

AYUNTAMIENTO DE CUENCA
Dpto. de Promoción de Castilla-La Mancha

COLABORAN

A.S.C. ESTRATOS	CONSEJO LOCAL DE LA JUVENTUD
NUOVO TENIS CUENCA	ESQUELA ANIMACION JUVENIL "AGORA"
CLUB CICLISTA EN RUTA	ASOCIACION SOCIOCULTURAL GRUPO CINCO
ASOCIACION JUVENIL "ACORDE"	CLUB DEPORTIVO "STALEFRESH"
JUVENTUD SOCIALISTAS	ASOCIACION DE MONTANA "DOLOMITA"
CLUB DEPORTIVO "LAS GRAJAS"	ASOCIACION CONQUENSE DE AEROBIC Y FITNESS

INFORMACIÓN
www.cuencajoven.org
juventud@cuenca.org
Servicio de Juventud
Plaza de España, (Edif. del Mercado 2º)
TF: 969 24 00 53

ACTIVIDADES DEPORTIVAS 18 de Julio, Viernes

Fútbol Sala, Squash, Frontenis

22:00 a 2:00 h. San Fernando

Aerobic, Escalada, Rappel

22:00 a 24:00 h. Poli. San Fernando

Voley-Playa, Tenis y Pádel

22:00 a 2:00 h. Poli. Luis Ocaña

Aventura: Circuito de Karts

22:00 h. a 2:00h. Plaza de tráfico

19 de Julio Sábado

Baloncesto, Squash, Frontenis

22:00 a 2:00 h. Poli. San Fernando

Voley-Playa, Tenis y Pádel

22:00 a 2:00 h. Poli. Luis Ocaña

Danzas: Taller de Ritmos Latinos

22:00 a 24:00 h. Poli. San Fernando

Aventura: Circuito de Karts

22:00 a 2:00 h. Pistas de tráfico

www.aytocuenca.org

Una página web para 'todo' y para 'todos'

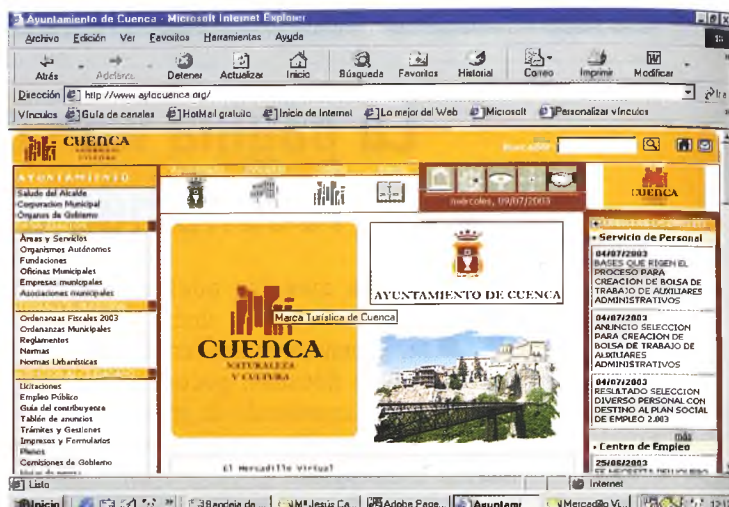
Cuenca disfruta desde el pasado Febrero del 2002 de una página web municipal donde podemos encontrar información de utilidad en relación casi con cualquier aspecto que podamos imaginar de nuestra ciudad. Y es que cuatro grandes secciones (Ayuntamiento, Infociedad, Turismo y Agenda) nos descubren cómodamente, -como turistas o como ciudadanos, es igual- a través de la red, todo sobre Cuenca y provincia.

ESTHER ORTIZ

Al finales del pasado mes de junio, el periódico 'El País' dentro de su suplemento 'Ciberp@ís' publicaba por tercer año consecutivo un reportaje que bajo el nombre 'Radiografía de las Webs Municipales' pretende evaluar los niveles de funcionamiento de éstas. Las conclusiones de este estudio daban como resultado una lista de 78 páginas webs de diferentes municipios de España (todos ellos con más de 75.000 habitantes) clasificadas según la puntuación obtenida en el análisis. En la primera posición encontrábamos la web de Ma-

drid, con 263,3 puntos y en la última la de Castellón, con 25,7 puntos. Pero lo mejor de todo es que Cuenca, nuestra Cuenca, ocupaba en esa fatídica lista (como la denominan ya algunos de los Ayuntamientos que están en la cola) un puesto 39 con 157,1 puntos. Una posición más que honrosa que ha hecho que el Departamento de Informática del Ayuntamiento conquense y, más concretamente Carlos Millas Romero, responsable de nuestra web municipal (www.aytocuenca.org) se sientan realmente orgullosos. Y es que ocupar una posición 39

La web del Ayuntamiento conquense incorpora día tras día nuevos servicios con la finalidad de ofrecer a los ciudadanos una página útil, accesible y capaz de resolver sus necesidades



La web goza de un magnífico diseño y de una sencilla estructura que hace fácil su manejo. (Abajo) Carlos Millas Romero y Sandra A. componen el equipo de informáticos que se ocupan de ella.

no es 'moco de pavo' si tenemos en cuenta, como puntualizaba el propio Carlos Millas, que «estamos compitiendo con grandes ciudades como Madrid y Barcelona que cuentan con más personal y seguramente, con más presupuesto». Millas recuerda todavía (no sabemos si con cierto rencor o con cierta alegría) lo que de Cuenca dijo la primera Radiografía de las Webs Municipales elaborada por Ciberp@ís allá por el verano del 2001 casi recién estrenada www.aytocuenca.org: «venía a ser algo así como que, por fin, Cuenca había salido del analfabetismo digital». Y, en

verdad (para que nos vamos a engañar) era cierto. Desde entonces, nos cuentan desde el Departamento de Informática, conseguir que la web de nuestro Ayuntamiento fuera una de las mejores en esa lista se ha convertido en objetivo constante. Tal es así que día tras día se incorporan nuevos servicios con la finalidad de construir una web útil, sencilla, accesible y capaz de resolver las necesidades de todos nuestros vecinos. Uno de los últimos servicios en incorporarse, por ejemplo, ha sido la sección denominada 'El Mercadillo Virtual' donde, de forma totalmente gratuita, podemos com-



En el ranking elaborado por 'Ciberp@ís', la web municipal de Madrid se sitúa a la cabeza (arriba) con 263,6 puntos y la de Albacete, con 166,3 puntos como la primera de C-LM.

prar y vender objetos de segunda mano, alquilar pisos y, hasta buscar empleo. «Desde el primer momento ha gozado de gran aceptación», afirmaba el responsable de la web en este sentido.

La cuestión, es que después de dos años de duro trabajo aytocuenca.org ocupa el puesto 39 de esa lista tan sólo 10 puntos por debajo de la web municipal de Albacete, la primera de Castilla - La Mancha. «Nuestro reto es que el año que viene Cuenca suba aún más puestos en el ranking general pero sobre todo que supere a la web de Albacete para liderar la región»,

nos comentaba Carlos Millas. Para ello hay en mente nuevos proyectos, «todos ellos muy interesantes» como por ejemplo introducir en la página un segundo idioma (el inglés) o ofrecer un servicio de sms para móviles. «Imagínate que el usuario pudiera recibir en su móvil información de cualquier tipo en relación con la ciudad como las nuevas exposiciones o cuáles son las farmacias de guardia». «El problema es que para eso se necesita mucho dinero y de momento, nos falta presupuesto», comentaba.

Pero, no todo son 'flores' ya que el análisis del Ciberp@ís ponía, por otro

lado, de manifiesto algunos pequeños errores que se habían localizado en nuestra página municipal. En concreto, hacía referencia a 52 errores graves y 55 leves. Carlos Millas quiso quitarle hierro al asunto confirmando que todos y cada uno de esos pequeños fallos se habían corregido ya y que en realidad no eran tan graves como se daba a entender. «Era simplemente que en la página principal algunos iconos no llevaban su correspondiente leyenda. Ésto -en términos de accesibilidad-, el estudio de 'El País' lo considera grave porque ya sabes que en algunas ocasiones las páginas y sobre todo las fotos e iconos tardan más en cargarse e incluso en ocasiones no aparecen. Por eso el que lleven adosada una leyenda indicando para qué sirven o qué podemos encontrar en ellas resulta útil», explicaba. «Eso son los errores graves. ¡Ya ves!».

Un reto personal

Para el Departamento de Informática del Ayuntamiento con cuense las más de 528.872 visitas que www.aytocuenca.org ha recibido desde que se puso a disposición de todo el mundo el

pasado febrero del 2002 no son suficientes. Para ellos, un reto personal (que, por otra parte se considera uno de los defectos principales de la mayoría de las webs municipales) es que esta web se convierta en una he-

rramienta cotidiana para todos los vecinos de la ciudad, además de para los turistas, es decir, que sea conocida, utilizada y explotada hasta el límite que «para eso está». De hecho, protestaba Carlos Millas «Muchos aún no saben la cantidad de servicios y de posibilidades que les ofrece no sólo como ciudadanos sino como empresarios, etc.». Queja que simpáticamente hacía extensiva a sus compañeros de fatigas en el Ayuntamiento con cuense, «ellos deberían ser los primeros en utilizarla y me refiero a todos, no sólo al alcalde o a los concejales». Y es que, se lamentaba Carlos Millas, aunque Cuenca ha salido de su 'analfabetismo digital' aún no hay conciencia de ello.

Pero, el Departamento de Informática no se rinde fácilmente y para que acceder a nuestra web municipal sea aún más fácil ya han comprado un nuevo dominio mucho más llamativo, simple y sonoro: www.

En www.aytocuenca.org podemos encontrar casi de todo: Información sobre la Corporación Municipal, un buzón de quejas y sugerencias, un plano -callejero y hasta un mercadillo virtual

cuenca.es. Aunque de momento no está operativo (se están ultimando los detalles finales), Carlos Millas considera que la simplicidad del nombre puede ser un buen arma contra el desconocimiento que en estos momentos existe acerca de la web. También, explicaba, se van a comprar todos los dominios relacionados para que quien quiera saber algo de Cuenca llegue por un camino o por otro (como si de

Roma se tratase) a nuestra web municipal.

Servicios

Poseer una web municipal, bien concebida y estructurada es algo imprescindible en la actualidad donde Internet se ha convertido en una herramienta básica y muy útil. En el caso de las webs municipales esa utilidad se traduce en información turística para los posibles visitantes, pero, también en servicios para los propios cuenqueses que pueden encontrar en ella información básica como los horarios y las líneas de autobuses, las farmacias de guardia, una agenda cultural y, hasta un callejero que les permite encontrar cómodamente cualquier calle de nuestra ciudad. Se trata en definitiva de «acercar el Ayuntamiento», matizaba Millas.

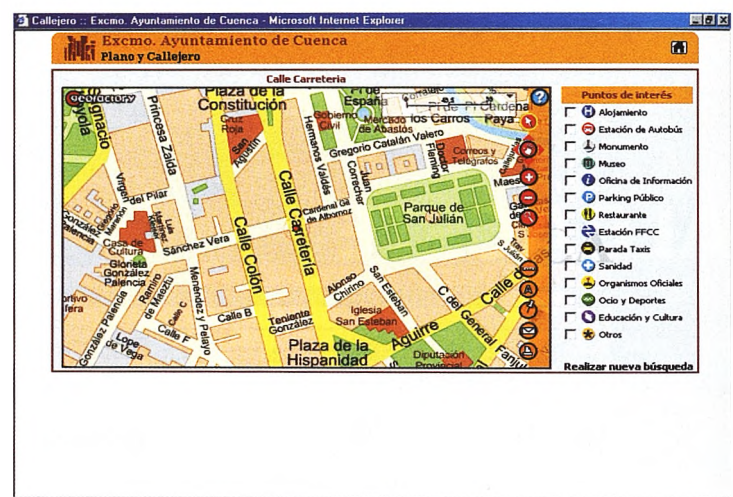
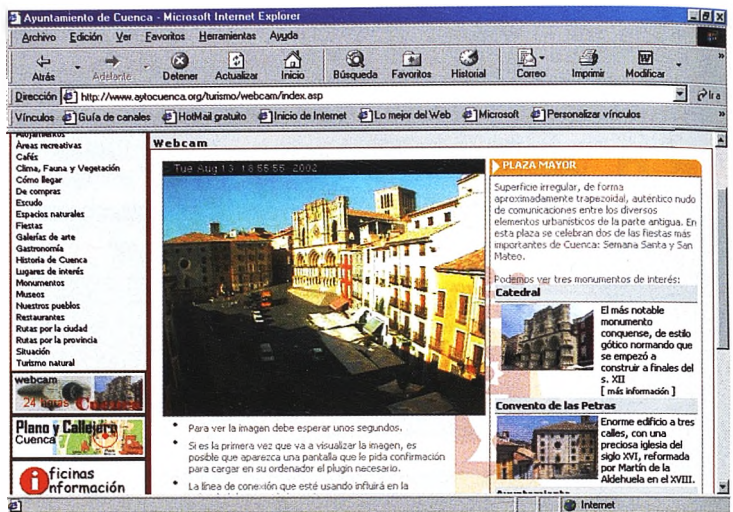
Con esta intención, explicaba el responsable de la web, se ha diseñado una página visualmente atractiva y fácil de manejar donde priman los colores de la marca turística de Cuenca, el rojo y el amarillo. Así pues, la página principal presenta un menú central con cuatro grandes secciones representadas por sus correspondientes iconos: 'Ayuntamiento', donde se facilita toda la información relativa al Consistorio Municipal como la organización del Gobierno local o la legislación municipal y que se representa con el escudo de Cuenca; 'Infociedad', donde podemos encontrar servicios tan útiles como 'El Mercadillo Virtual', un Directorio de Empresas así como diferentes noticias de actualidad relativas a Cuenca y a su provincia. El ico-

no elegido en esta ocasión es una imagen de lo más representativa: nuestras 'Casas Colgadas'; 'Turismo', que representado con la marca turística de Cuenca es una buena herramienta para todos aquellos que quieran acercarse a conocer los bellos parajes y la riqueza de nuestra gastronomía; y, por último la 'Agenda', sección que sigue de cerca el pulso cultural de nuestra ciudad. A través de ella podremos obtener información sobre Museos, exposiciones, cines, representaciones teatrales, conciertos, etc. Como no podía ser de otra manera el logo identificativo es una 'agenda' abierta.

Además de estas cuatro grandes secciones, en la web principal, el departamento de Informática también ha querido destacar los servicios más utilizados incluyéndolos en un 'menú rápido' ubicado en la esquina izquierda superior para que los consultantes puedan acceder a ellos de una forma aún mucho más sencilla. En concreto hablamos de la 'Ventanilla del Ciudadano', 'Cuenca en la Red', una webcam, el plano callejero de Cuenca y 'El Mercadillo Virtual'. Servicios todos ellos que merecen una especial atención por nuestra parte.

La 'Ventanilla'

La 'Ventanilla del Ciudadano' es un servicio clave que se incluye dentro de la sección de 'Ayuntamiento'. Ha sido concebida, según confirmaba Carlos Millas, como una «ventana abierta a la participación ciudadana». Se trata ni más ni menos de que todos los vecinos puedan participar con



La Webcam de la Plaza Mayor y el plano - callejero de la ciudad son también servicios básicos dentro de la web por eso son tantas las visitas que reciben y no sólo de los turistas.

esta sección podemos encontrar un montón de enlaces con otras webs (propiedad de asociaciones, personales, ayuntamientos de otros municipios, empresas, tiendas y comercios, etc.), bajo un denominador común: todas ellas hacen referencia a Cuenca y su provincia. Darse de alta es tan fácil como introducir el nombre y la dirección de los dominios en la web.

este servicio que está muy bien valorado por los visitantes asiduos de la web, recoge los textos enviados por los ciudadanos y los envía directamente a la alcaldía donde se tienen en cuenta y se contestan en caso de que el solicitante (que puede ser anónimo) así lo exija.

Cuenca en la red

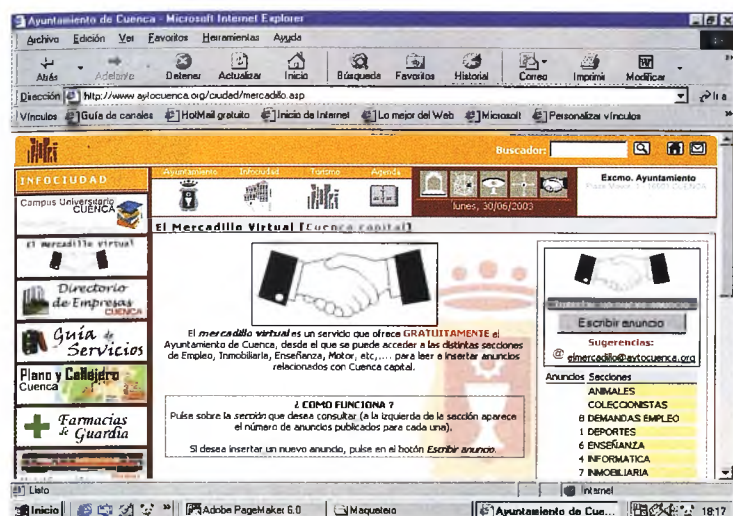
Cuenca en la red es un ejemplo claro de que Internet además de ser divertido y útil, es, para todos. En

La Webcam'

La webcam es sin duda uno de los servicios más atractivos de nuestra página municipal porque nos permite, prácticamente en tiempo real (se actualiza cada 2 segundos) obtener imáge-

El 'Mercadillo Virtual'

Leva funcionando menos de un mes y ya se ha ganado el interés y el respeto de los internautas que visitan con cierta frecuencia nuestra web municipal. Se trata de 'El Mercadillo Virtual', una nueva sección que surge con la intención de ofrecer, tal y como explicaba Carlos M. Romero, «un servicio más a los ciudadanos». El 'Mercadillo Virtual' es, justamente eso, un pequeño mercado donde vender, comprar, buscar y encontrar diferentes 'cosas' desde la comodidad de la red. De momento consta de 12 secciones (animales, coleccionistas, Demandas de empleo, Deportes, Enseñanza, Informática, Inmobiliaria, Libros, Motor, Ofertas de Empleo, Traspasos y Varios) aunque no se descarta que en un futuro éstas aumenten según vayan surgiendo nuevas necesidades y, ya hay inscritos más de 35 anuncios, la mayoría demandas de empleo y diferentes temas (cursos, ofrecimientos para dar clases particulares, etc.) relacionados con la enseñanza. Cuestión ésta que no sorprende en absoluto al responsable de la web porque según confesaba a nuestra revista, en un primer momento El Mercadillo surgió con una clara orientación hacia todo lo relacionado con el empleo, «dentro de la web municipal una de las secciones más consultadas era la de 'empleo público' así que nos pareció acertado ofrecer más posibilidades en este sentido», explicaba. Ahora, mejorado, este 'Mercadillo' es, sin duda, una muy buena idea porque además de ser enteramente gratuito (como el resto de los servicios que ofrece la web) es muy fácil de manejar. Basta con seleccionar la opción deseada. Es decir, si sólo queremos consultar o buscar alguna cosilla lo único que tenemos que hacer es pinchar sobre el icono que identifica esta sección en la web (dos manos en actitud de fuerte apretón de manos) y, posteriormente seleccionar el tema (Animales, coleccionistas, etc.) que más nos interese. Allí, encontraremos todos los datos necesarios para que podamos ponernos en contacto con el ofertante personalmente y cerrar el trato. Pero, si por el contrario nuestra intención es ofertar, tendremos que seleccionar la opción denominada 'escribir anuncio'. Una vez dentro nos veremos obligados a rellenar un pequeño cuestionario en el que deberemos indicar la sección en la que queremos incluir nuestro anuncio, el texto del mismo, un e-mail de contacto así como el número total de días de vigencia (máximo 30, aunque existen posibilidades indefinidas de renovación). La ficha nos ofrece también la posibilidad, aunque no es obligatoria, de introducir otros datos de interés que nos puedan ayudar a vender mejor nuestro producto como por ejemplo una fotografía del mismo.



El 'Mercadillo Virtual' ha sido uno de los últimos servicios en incorporarse. Se puede acceder a él a través del 'menú rápido' ubicado en la página principal.

nes (gracias a una pequeña cámara ubicada en los arcos del Consistorio) de uno de los lugares más emblemáticos de Cuenca: su Plaza Mayor. En un primer momento, nos comenta Millas, se pensó que la webcam sería un buen reclamo turístico porque a través de ella podríamos dar a conocer nuestra ciudad y, sobre todo, algunas de sus tradiciones más significativas cuyas celebraciones tienen lugar, en parte, en la Plaza, como es el caso, por ejemplo de las vaquillas de San Mateo o algunos desfiles procesionales de Semana Santa. Pero, mira por donde, continuaba el responsable de la web, hay gente que

la consulta (a cualquier hora, en cualquier momento) simplemente porque le gusta.

Plano-callejero

El plano - callejero es eso, un callejero de nuestra ciudad. Esta sección, confesaba Carlos Millas, necesita alguna que otra mejora relacionada con la ampliación de la aplicación utilizada. Y es que, Cuenca crece (urbanísticamente hablando) lo que conlleva la creación de nuevas calles que deben incorporarse al callejero. «Estamos en ello», afirma Millas, aunque «es más complicado de lo que parece porque Cuenca no está digitalizada en ningún sitio».

Campaña de la Consejería de Sanidad

Consejos para unas vacaciones saludables

Las Direcciones Generales de Salud Pública y Consumo, dependientes de la Consejería de Sanidad de Castilla-La Mancha, han puesto en marcha una campaña informativa en la que se ofrecen consejos y recomendaciones para disfrutar de unas vacaciones saludables, tanto desde el punto de vista sanitario como de producción de los derechos de los consumidores.

Crónicas de Cuenca

Con 'Todo lo que necesitas este verano' la Consejería de Sanidad ha puesto en marcha una campaña en la que ofrecen consejos y recomendaciones para unas vacaciones de verano saludables.

El delegado de Sanidad, José Antonio Olmeda, acompañado por Margarita Abel, jefe de Servicio de Salud Pública y Ángel Tomás Godoy, jefe de Servicio de Consumo, presentaron esta campaña con la que se pretende ofrecer a la ciudadanía consejos y recomendaciones para disfrutar del verano sin contratiempos y en la que se in-

cluye información sobre diferentes aspectos relacionados con la salud y el consumo.

Para el desarrollo de esta campaña además de la difusión de la información de las radios de la región, la Consejería de Sanidad ha

Las recomendaciones hacen referencia tanto a aspectos relacionados con el consumo como con la salud. Asimismo se ofrecen consejos a la hora de organizar nuestros viajes

editado 15.000 folletos en los que se resumen las recomendaciones para disfrutar del verano y un millar de carteles con el lema de la campaña: 'Todo lo que necesitas este verano'.

Las recomendaciones hacen referencias tanto a aspectos relacionados con el consumo como con la salud. Así, se ofrecen consejos a la hora de organizar nuestros viajes, haciendo



Arriba, imagen de la rueda de prensa ofrecida por José Antonio Olmeda, delegado de Sanidad, que presentó la campaña «Todo lo que necesitas este verano». Abajo, uno de los múltiples crueros que se programan en estas fechas de ocio estival.



especial hincapié en los derechos que nos asisten de contratar los servicios de una agencia de viajes, y se agrupan las recomendaciones relacionadas con distintas actividades veraniegas como al ir de fiesta, de camping, a la hora de bañarse, de tomar el sol o ir de compras. Además, se informa de los procedimientos que existen a la hora de reclamar nuestros derechos.

El delegado de Sanidad, José Antonio Olmeda, destacó que la campaña de verano hace especial hincapié en recordar que se debe consumir con moderación, especialmente alcohol, e informa sobre las precauciones que se deben adoptar

para tomar el sol y evitar los efectos nocivos que pueden tener nuestra salud, sobre la prevención de intoxicaciones alimentarias tanto en casa como en los lugares públicos, e incluso se recuerda la importancia de disfrutar ahorrando agua o cuidando el medio ambiente.

Rebajas

Al igual que en años anteriores, las rebajas también se facilitan consejos a los consumidores para enfrentarse mejor a las compras de esta época del año.

El Servicio de Consumo de Cuenca, Ángel Tomás Godoy, señaló que en estos momentos se están desarro-



Todo lo que necesitas este verano

El Viaje

Para todos aquellos que estén a punto de marcharse de vacaciones o para los que se encuentren en el momento exacto de contratación de un viaje en una agencia, el folleto de la Consejería de Sanidad les ofrece los siguientes consejos. 1/ En viajes combinados la agencia tiene la obligación de facilitar al consumidor un programa o folleto que ofrezca información clara y precisa sobre el viaje. 2/ Que los cambios en dicha información se hayan comunicado por escrito al consumidor por escrito antes de la celebración del contrato. 3/ Que los cambios se produzcan después de la firma del contrato previo acuerdo entre las partes contratantes.

Viajes internacionales

Si las vacaciones tienen como destino un país exótico o tropical, existe el riesgo de exposición a enfermedades diferentes. Al menos un mes y medio del inicio del viaje es necesario consultar con un Centro de Vacunación Internacional dependiente de Sanidad Exterior.

Transportes

Si viajas en tren:

El billete incluye un seguro obligatorio de pérdida del equipaje facturado; puede adquirirse de forma anticipada desde 60 días hasta dos horas antes de la salida del tren; podemos anular el billete hasta 15 minutos antes de la salida, dependiendo del tipo de tren; si tienes un enlace y lo pierdes por culpa de la Compañía tienes derecho a la devolución del dinero, a que subas a otro tren, o a que te abonen los gastos de manutención y hotel que te pueda haber originado esa pérdida.

Si viajas en avión:

El billete es un documento nominal e intransferible; si el equipaje sufre alguna pérdida o desperfecto, tienes derecho a una indemnización por un valor de 16,23 euros por cada kilo, con un máximo de 324,55 euros en vuelos internacionales, la cantidad es de 20 dólares por kilo de equipaje. En caso de 'overbooking', el pasajero puede elegir entre el reembolso del precio del billete, la conducción lo más rápidamente posible hasta el destino final, y la conducción hasta el destino en la fecha que convenga al pasajero.

Folleto informativo de esta campaña para esta época estival que ha puesto en marcha la Consejería de Sanidad.

lizando las inspecciones necesarias para llevar a cabo una labor preventiva de vigilancia y control del mercado en los periodos de rebajas, se encargan de tramitar las quejas, de recoger las reclamaciones de los consumidores y de analizar tanto los datos de la inspección como los datos de reclamaciones de los consumidores para conocer en qué aspectos es necesario incidir.

En este sentido, el jefe del Servicio de Consumo, Ángel Tomás Godoy, señaló que en estos momentos se están desarrollando las inspecciones necesarias para llevar a cabo una labor preventiva, observándo-

se que, en líneas generales el grado de cumplimiento es muy alto y agradeció a los comerciantes la colaboración prestada.

Durante el año 2003 los inspectores del Servicio de Consumo de la Delegación de Sanidad de Cuenca han realizado un total de 134 actuaciones inspectoras en rebajas, de las cuales 56 se han desarrollado en el periodo de rebajas de verano.

Del número total de actuaciones, sólo se han detectado 17 irregularidades, relacionadas con los precios y el etiquetado, y con el periodo de rebajas, que debe ser de una semana como mínimo y de dos meses como máximo.

'Esta noche toca...'

Adrenalina y diversión para las noches de verano

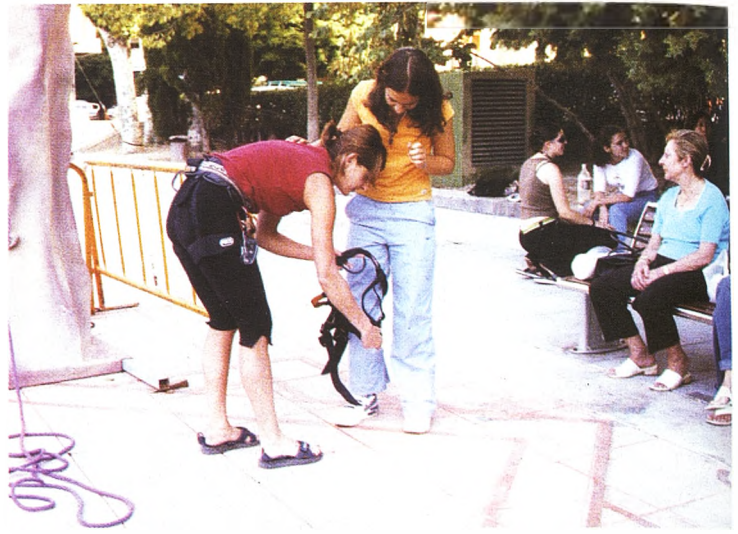
El ayuntamiento conquense y el Plan Municipal de drogas (PMD) a través de sus programas 'esta noche toca' y 'Alcazul' ofrecieron el pasado fin de semana a los jóvenes conquenses otra forma de gastar su tiempo libre: un divertido circuito de aventuras que despertó su faceta más salvaje.

ESTHER ORTIZ

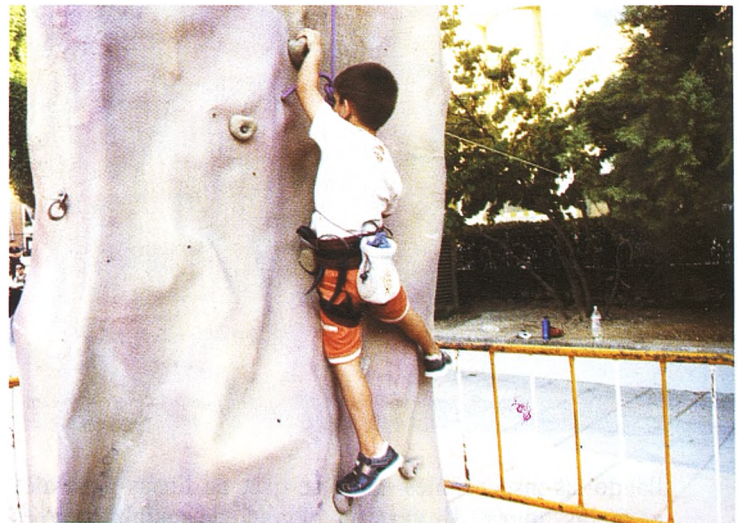
No es tan difícil como parece», afirmaba Paula tras participar en el Circuito de Aventuras que el Área de Juventud del Ayuntamiento de Cuenca y el Plan Municipal de Drogas (PMD) habían montado el pasado fin de semana en la conquense Plaza de España como una más de las diferentes actividades deportivas, culturales y lúdicas que se están ofreciendo este verano a los menores de treinta y cinco años desde los programas 'Esta noche toca' y 'Alcazul' respectivamente. Una pared artificial salpicada de presas donde practicar la escalada, un puente tibetano situado a ocho metros de altura y una tirolina con bastantes grados de pendiente conformaban este peculiar circuito que desde las ocho de la tarde del viernes y, desde las ocho de la tarde del sábado, los jóvenes conquenses se atrevieron a probar como otra forma dife-

rente de diversión. En definitiva, el Circuito de Aventuras cumplía su objetivo al convertirse en una perfecta alternativa de ocio en las largas y calurosas noches de verano. Y es que como ya hemos comentado en alguna ocasión en las páginas de nuestra revista tanto desde el Ayuntamiento de Cuenca como desde su Plan Municipal de Drogas, con este tipo de iniciativas, se pretende una vez más concienciar a los jóvenes de que para divertirse no hacen falta ni drogas ni alcohol sino, simplemente, muchas ganas de disfrutar de la vida y de hacer cosas diferentes.

Paula y Margarita recibían perfectamente el mensaje y se presentaban allí, las primeras en la cola, para experimentar en sus propias carnes si el Circuito de Aventuras era tan 'alucinante' como habían oído decir. Desde luego, sus caras tras realizar la actividad las delataban: obviamente escalar la pared, pasar el puente tibetano y dejarse



El Circuito de aventura instalado el pasado fin de semana en la Plaza de España es una iniciativa más dentro de 'Esta noche toca' que en esta ocasión se comparte con 'Alcazul'.

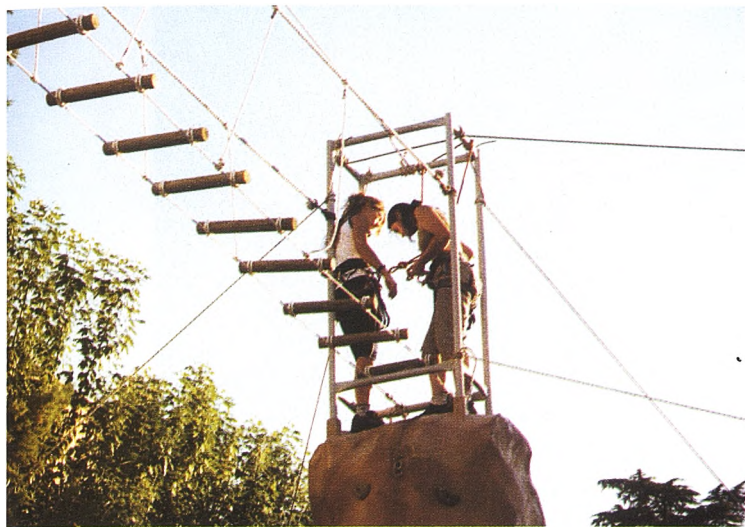


caer por la tirolina habían supuesto todo un reto y toda una satisfacción. «Estoy dispuesta a repetir», afirmaba Paula aunque, nos confesaba, «reconozco que sobre el puente lo he pasado un poco mal porque tengo algo de vértigo y desde allí arriba... pero, la tirolina ha sido lo mejor».

Margarita, quien con sólo trece años de edad aseguraba ya haber realizado este tipo de aventuras en un campamento de verano se mostraba de acuerdo con su amiga en lo divertido que es dejarse caer desde lo alto, «parece que estás volando», nos decía, así que, aun-

que se la hubiera desatado la adrenalina y, el miedo, más de lo normal al escalar los cuatro o cinco metros de pared vertical («no sabía muy bien dónde poner los pies», afirmaba), al final del trayecto y ya, en el firme suelo, repetía una y otra vez que la experiencia había merecido la pena. Mientras tanto, el resto de los chavales y chavalas que se concentraban allí, en la Plaza de España, y, como si la hubieran escuchado, iban, poco a poco, animándose a participar.

«Estamos hablando de un nivel muy sencillo, así que todos van a poder ha-



Constaba de tres partes: una vía de escalada, un puente tibetano a ocho metros de altura y una tirolesa con una inclinación nada desdeñable. Fueron muchos los jóvenes que participaron.



cerlo con facilidad. Basta con que se atrevan», afirmaba Luis, uno de los monitores de la actividad quien resaltó lo positivo de la ini-

ciativa e incluso afirmó que después de tener esta experiencia algún que otro joven ha terminado aficionándose a la escalada, lo cuál

«está muy bien». De la seguridad, nos decía, no hay que preocuparse porque el material utilizado es profesional, está testado y además «lo hemos probado antes».

De las tres partes de este original circuito la que Luis más valoraba era la parte de escalada. En primer lugar, indicaba, porque «la practico habitualmente» y, en segundo lugar «porque de las tres es la que exige mayor concentración y mayor forma física». Las otras, proseguía «son más de aventura, de disparar adrenalina».

Adrenalina, y mucha, fue la que se vio en el rostro de todos los jóvenes que el pasado fin de semana decidieron dejar las copas y divertirse de otra manera. ¿Es un buen principio, no creen?

Más ocio

Pero, como decíamos, el Circuito de Aventuras ha sido, simplemente, una propuesta de ocio más de las muchas que se engloban dentro del programa 'Esta noche toca' que por primer año comparte con 'Alcazul' algunas de las actividades que ha programado para todo el verano. Así pues, desde mayo y hasta aproxima-

madamente finales del mes de agosto los jóvenes de Cuenca estamos disfrutando totalmente gratis de la práctica del squash, del rappel, de los ritmos latinos, del frontenis, del fútbol sala, del aquaeróbic, de la hípica, del cine, del fútbol 3x3, del Voley-playa, del pádel... Todas estas actividades divertidas y originales que buscan sacarnos de la rutina en la que en la actualidad vemos inmerso nuestro tiempo libre. «Me parece fenomenal que nos den estas oportunidades y, sobre todo en verano que tenemos tanto tiempo libre. A veces ya no sabemos ni que hacer», indicaba Margarita.

Y, como vemos que esto de la aventura ha gustado a más de uno, desde aquí queremos recordar que los intrépidos no se pueden olvidar de las próximas citas: un improvisado cine de verano al aire libre en la Plaza de Toros que tendrá lugar durante este fin de semana con la proyección de diferentes películas de acción, un emocionante circuito de Karts los próximos 20 y 21 de julio en la Plaza de España y, otras 'cosillas' más de las que podéis informaros en el servicio de juventud.



Programa *en marcha*
 Por pequeños
 que sean,
 nuestros clientes
 se merecen
 algo grande.

Si tus hijos tienen entre 0 y 13 años, elige para ellos el Programa *en marcha* y podrás cubrir todas sus necesidades de hoy y prevenir las de mañana.





DONDE BRILLA GEMMA, BRILLA SU EQUIPO.

LA VENTANA ES EL PROGRAMA MÁS ESCUCHADO DE LA TARDE.

Javier Cansado, Juan José Millás, Boris Izaguirre, Terenci Moix, Rosa Regás, Rosa Villacastín, Carlos Carnicero, Jaime Figueras, Nativel Preciado, Los Niños, David Picó, Jesús Alvarado, Sol Alonso, Angel Orgaz, Xosé Hermida, Antonio Galeano, Juan Carlos Ortega, Roberto Sánchez, Gregorio Benítez, Santiago Carrillo, Miguel Herrero de Miñón, Pere Portabella, Javier del Pino, César Álvarez, Florenci Rey, Julio Seoane, Víctor Amela, Carles Flavià, Eduard Delgado, Ignasi Guardans, Rosa Aguilar, Juan Fernando López Aguilar, Esteban González Pons, Eduardo Haro Tecglen, y el equipo habitual de la Ventana, con la colaboración especial de Toni Marín. Así se hace la buena radio.

Cuenca 98.2 F.M.
CADENA
SER
cadenaser.com



Campaña provincial de prevención de las zoonosis

Por su salud y por la tuya: ¡cuida de tus mascotas!

El C. O. de Veterinarios de Cuenca ha emprendido su lucha particular contra las zoonosis transmitidas por los animales de compañía a través de una sencilla campaña de carácter provincial. Esta iniciativa centrará sus esfuerzos en tres de las zoonosis más comunes: la Rabia, la Hidatidosis y la Leishmaniosis. La vacunación, la desparasitación, un reconocimiento completo del animal así como el censado y la identificación de éste, serán las claves.

ESTHER ORTIZ

Tener una mascota exige responsabilidades, sobre todo porque pueden transmitirnos ciertas enfermedades. Nos estamos refiriendo a las denominadas zoonosis. Evitar los riesgos tomando las

medidas de precaución adecuadas es importante porque asegura nuestra salud pero, también, la de nuestros animales de compañía. Por eso, el Colegio Oficial de Veterinarios de Cuenca ha comenzado una Campaña de carácter provincial que tiene por objeto infor-

mar, concienciar y prevenir la aparición de tres de las zoonosis más peligrosas: la Rabia, la Hidatidosis y la Leishmaniosis.

Medidas concretas

Para combatir estas enfermedades se va a contar con la ayuda de 40 profesiona-

les del sector a quienes se les han asignado los diferentes municipios de la provincia con la finalidad de que todos los cuenqueses puedan participar en esta campaña de una manera rápida y cómoda.

Aunque las zoonosis no son exclusivas de los perros (también las padecen los gatos y otro tipo de animales de compañía) el Colegio de Veterinarios ha preferido comenzar esta experiencia piloto con esta especie por una razón fundamental: la población canina, por sus características y su relación con el hombre, es más fácil de controlar. No obstante y, según confirmaba Vicente García García, presidente del Colegio Oficial de Veterinaria, la intención es hacer extensiva esta campaña a otro tipo de mascotas en los próximos años.

De momento, como decíamos, la iniciativa se cen-

trará en los perros y perseguirá tres objetivos fundamentales: con respecto a la rabia, se pretende continuar en el camino emprendido manteniendo en la población canina el índice de inmunidad adecuado para evitar que vuelva a surgir dicha enfermedad; por otra parte, y, con respecto a la Hidatidosis, el objetivo es la información. En este sentido, se cree que una adecuada campaña de educación sanitaria diseñada específicamente para los dueños de los animales permitirá que éstos puedan alejar de sus mascotas los factores de riesgo más claros y de esta manera evitar que se contraigan la enfermedad; por último, con la Leishmaniosis se persigue, a parte de la prevención, una detección precoz de la enfermedad en los animales, único modo de asegurar que el tratamiento de ésta sea efectivo.

Para conseguir dichos objetivos se van a realizar acciones concretas entre las que se encuentra una campaña informativa dirigida a todos y cada uno de los Ayuntamientos de la provincia con objeto de recabar su apoyo en la realización de la campaña así como la organización de diferentes actividades para dar a conocer a la población en general (propietarios, o no, de mascotas) los distintos objetivos y el alcance de ésta.

Pero, sin duda, la acción más importante será la que se realice directamente sobre la población canina. Vacunación, desparasitación, reconocimiento, y, censo e identificación serán los cuatro niveles básicos de actuación sobre ella.

Así pues se vacunará voluntariamente contra la

rabia a todos los perros mayores de tres meses, para posteriormente realizar una desparasitación adecuada del animal vacunado con objeto de eliminar las tenias que transmiten la hidatidosis en caso de que las tuviese o, simplemente para prevenir, en caso de que el animal se encontrase absolutamente limpio. Llegados a este punto y bajo el principio de que la mejor manera de 'evitar' es 'prevenir' y que para ello es vital la información, se enseñará a los dueños la pauta de desparasitación que deben seguir en el futuro para el control de dicho parásito.

El tercero de los niveles de actuación pasa por un reconocimiento completo de nuestra mascota con la finalidad de detectar síntomas que nos hagan sospechar que el animal puede padecer Leishmaniosis: problemas de piel (caspa, calvas, úlceras), adelgazamiento, apatía, hemorragias nasales, etc. En este sentido, Vicente García, recordaba que la Leishmaniosis es una enfermedad difícil de detectar en sus fases iniciales puesto que los síntomas son, en ese período, poco claros y porque, además, el período de incubación (desde que el animal se contagia hasta que empieza a desarrollar la enfermedad) es muy variable pudiendo durar varios días o, incluso, varios meses. Por ello, matizaba el presidente del Colegio de Veterinarios, es importante realizar periódicamente un examen de salud a nuestro perro que debemos completar con un análisis de sangre, única manera de descartar que éste es portador del parásito.



La Leishmaniosis es una de las zoonosis que en la actualidad preocupa más a los profesionales de la veterinaria por su rápido contagio; a través de la picadura de un mosquito infectado.

Para finalizar, la Campaña prevé el censo y la identificación de absolutamente todos los animales que participen en esta iniciativa. Este censo, afirmaban desde el Colegio de Veterinarios, será remitido a los Ayuntamientos correspondientes con objeto de que éstos tengan un mayor control de la población canina que habita en su zona.

En esta fase, se dotará a cada animal de una cartilla sanitaria individual, en la que se hará constar todo su historial sanitario. Además, se les otorgará una chapa identificativa de color blanco en la que se señalará el año de realización de este amplio reconocimiento como pauta para exámenes posteriores y, por último, en caso de que el animal examinado no posea el 'microchip identificativo' y siempre que el propietario así lo desee o sea obligatorio (según las ordenanzas municipales de cada Ayuntamiento o porque el perro en cuestión sea considerado por Ley como perro peligroso), se procederá a su implantación. En este sentido, Vi-

cente García quiso recordar la importancia de la identificación electrónica que próximamente será obligatoria en toda Castilla - La Mancha ya que gracias a este procedimiento que, por otra parte es rápido, limpio e indoloro, nuestra mascota estará controlada en todo momento otorgándonos más posibilidades de encontrarla sana y salva en caso de que, por ejemplo, se perdiera.

Las zoonosis hoy

Aunque siempre han despertado la alarma de los profesionales de la Veterinaria, hoy en día las zoonosis han adquirido una peligrosidad aún mayor debido, en gran parte, a la proliferación de animales de compañía en las ciudades. Y es que, según matizaba Vicente García, anteriormente el riesgo de contagio se limitaba a las zonas rurales, zonas en las que solían vivir la mayor parte de estos animales. Hoy, los hábitos sociales y el incremento del nivel de vida han convertido también a la población urbana en población de ries-



Aunque la Campaña se centrará en la prevención sobre la población canina, el C.O. de Veterinarios tiene intención de ampliar la iniciativa a otras especies como los gatos en próximos años.

go. De ahí la importancia de prevenir.

De las tres zoonosis que contempla la campaña la única que en la actualidad se encuentra completamente erradicada es la Rabia. Esta enfermedad que se transmite a través de la saliva y que puede ser mortal en el hombre si no se trata correctamente y a tiempo se encuentra, sin embargo, presente en otros lugares del mundo. Concretamente y, ahí radica su peligrosidad, en Europa y África donde los casos se han multiplicado significativamente en los últimos tiempos. España, al ser 'zona de paso', se convierte, por tanto, en uno de los países con más riesgo de albergar dicha enfermedad.

La Leishmaniosis, por otra parte, es una de las zoonosis más nuevas y que en la actualidad más preocupa a los profesionales de la veterinaria porque se contagia rápidamente y, porque, sólo en Cuenca, podemos afirmar que entre un 5 y un 10% de la población canina la padece. Además, se trata de una enfermedad

complicada tanto en su prevención como en su tratamiento; en su detección porque, como veíamos anteriormente, en sus primeras fases los síntomas son equivocados y, en su tratamiento, porque si no se detecta a tiempo en el 95% de los casos éste no es efectivo siendo imprescindible sacrificar al animal enfermo.

En el 5% de los casos en los que el tratamiento sí puede llevar a la curación de nuestra mascota hay que tener en cuenta, tal y como puntualizaba Vicente García que éste ha de ser adecuado, completo e ininterrumpido y que ha de hacerse siempre bajo la supervisión de un profesional porque si el tratamiento se aplicase mal, podemos contribuir a originar resistencia del parásito a los medicamentos empleados, cuestión ésta que posteriormente puede dificultar la curación en las personas infectadas.

El caso de la tercera zoonosis, la Hidatidosis, es radicalmente distinto porque su prevención es muy fácil. Basta con poseer la información adecuada.

Lo que debe saber

La mejor manera de curar es prevenir. Si tiene animales en casa (sobre todo perros y/o gatos) ésto es lo que debe saber sobre las zoonosis más frecuentes:

Rabia

La Rabia es una enfermedad mortal que es transmitida a los humanos por perros, gatos y otros animales. Para que alguien sea contagiado de Rabia basta con la saliva del animal enfermo: un mordisco, un rasguño o un simple lamido en una herida puede infectarte. Y, una persona infectada de Rabia puede morir, si no recibe atención médica inmediata.

Si te muerde un animal, sea conocido o desconocido: lava la herida con abundante agua jabonosa, y enjuágala con un chorro de agua limpia. Después, acude al Centro de Salud para que te den la atención y el tratamiento adecuado. Averigua también si el animal está o no vacunado y habla con el veterinario del Centro de Salud por si fuera necesario mantenerlo en cuarentena.

Si el animal se comporta de manera extraña, está enfermo por lo que, aunque no te haya mordido, debes llevarlo inmediatamente al veterinario.

Hidatidosis

La Hidatidosis es la enfermedad producida por la tenia Echinococcus que se desarrolla en el intestino de los perros, afectando también al ganado y al hombre, en los que produce quistes en hígado, pulmón y otros órganos.

Sus consecuencias son graves, su prevención fácil: no de comer vísceras crudas a su perro; no toque a los perros sin necesidad y, sobre todo, evite que le lamen; lávese las manos antes de comer y siempre después de haber estado jugando con el perro; desparasite periódicamente a su mascota siguiendo las indicaciones de su veterinario. No olvide quemar las heces del animal durante las 48 horas después del tratamiento; use recipientes exclusivos para darle de comer y de beber; y, por último, impida que vaya a vertederos y basureros.

Leishmaniosis

La leishmania es una enfermedad que padecen algunas mascotas y que, en ocasiones, pueden padecer también las personas. Se transmite por un tipo de mosquito que pica a un animal enfermo y después a otro por eso en verano (de junio a noviembre) hay más posibilidades de contagio. Lo mejor es evitar los riesgos así que impida el desarrollo de los mosquitos utilizando insecticidas; no deje que su mascota duerma en la intemperie; y, evite la acumulación de vegetales ya que suelen ser importantes focos de infección.

Presidenta de FEAMCU

M^a Jesús Carballo

«La mejor filosofía es tirar para delante»

ESTHER ORTIZ

Asegura ser una persona tímida, aunque, desde luego, no lo aparenta. «No me gustaba verme ni en fotografías», nos confesaba divertida María Jesús Carballo, actual presidenta de FEAMCU (Federación Provincial de Asociaciones de Minusválidos Físicos de Cuenca). Lo que ni ella misma nos puede negar es que, a parte de una gran fuerza de voluntad, posee un gran sentido del humor. Esta actitud optimista ante la vida es la que en última instancia la ha ayudado a superarse así misma y a asumir su minusvalía no como una limitación sino como un constante reto. Licenciada en Derecho, desde FEAMCU, lucha para que los demás minusválidos disfruten de las oportunidades que a ella

tanto le costó conseguir. Abrir el camino para que los que vengan detrás anden en su objetivo más anhelado.

En el año Europeo de las personas con discapacidad, desde Crónicas de Cuenca, hemos querido rendir un homenaje a todos los discapacitados que día a día luchan por sus derechos y, lo hemos hecho, a través de María Jesús Carballo a la que apreciamos y agradecemos que nos hable sin tapujos de su experiencia personal.

«En mi época lo normal es que no acudieses a la escuela. En el fondo, el sector educativo esperaba que tus padres decidieran que para ti lo mejor era no estudiar. De este modo, no había problemas para nadie»

- **María Jesús, ¿nos hablas de tu minusvalía?**
- Tengo una minusvalía de más del 65% lo que me obliga a depender en casi todo momento de terceras personas. Es lo que se denomina una discapacidad crónica. En mi caso, lo que me ha provocado esta minusvalía es una enfermedad de tipo genéti-

co de esas que se denominan 'raras'. De hecho, en España, existen muy pocos casos como el mío. En la actualidad, me muevo gracias a la utilización de una silla eléctrica porque ni siquiera puedo usar las sillas de tipo manual.

- **¿Cómo viviste tus primeros años de vida?**

- Pues si te digo la verdad casi no tengo recuerdos de esa época de mi vida. En primer lugar porque cuando eres pequeño no eres consciente de que posees una discapacidad ya que es normal depender de otras personas y, en segundo lugar, porque la mente es caprichosa y tiende a esconder esos sentimientos que supongo fueron dolorosos. Ten en cuenta que a mí me diagnosticaron la enfermedad bastante tarde porque cuando yo nací, hace ya 35 años, no era habitual hacer todos los análisis que ahora les hacen a los niños pequeños. Mis padres sabían que algo me pasaba pero no sabían exactamente qué era. Así que estuvimos varios años de pruebas hasta que en Valencia fueron capaces de diagnosticarme.

- **Entonces, cuándo comenzaste a ser consciente de que poseías una minusvalía?**

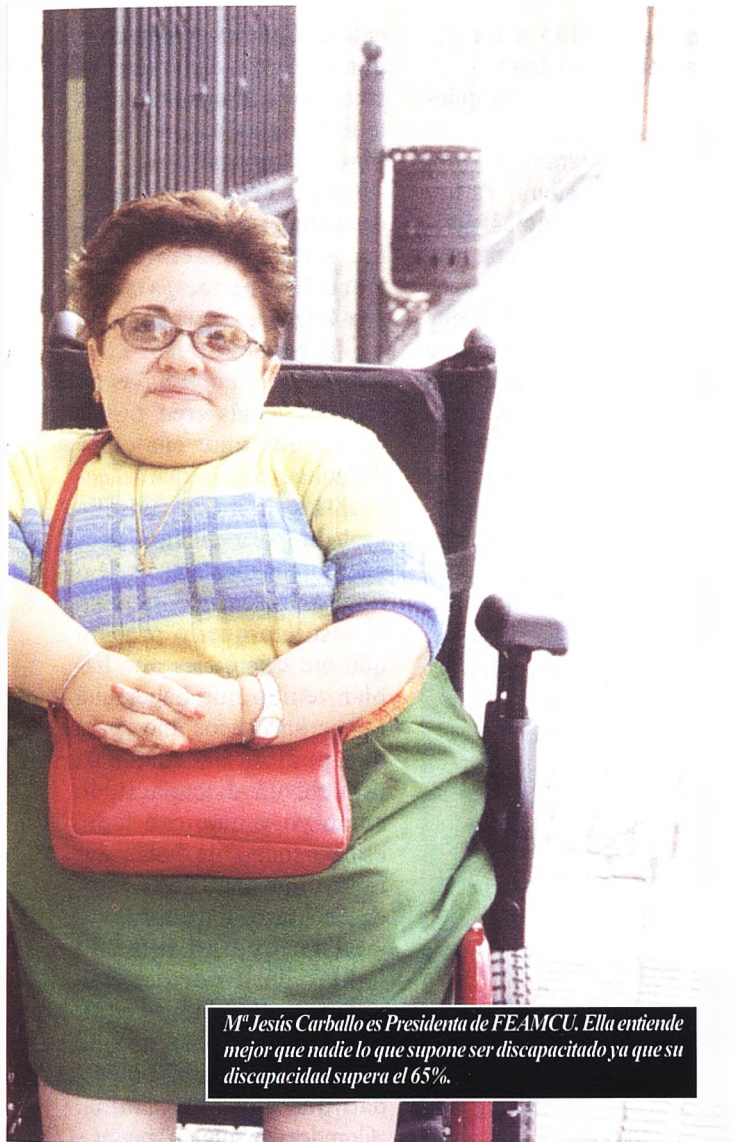
- Cuando más claramente empiezas a tomar conciencia de que posees una minusvalía es cuando llegas al colegio porque empiezas a darte cuenta de todas las dificultades que tienes que afrontar. Dificultades que, por otra lado, sólo tienes tú y no el resto de tus compañeros. Allí, en el colegio, te encuentras con barreras arquitectónicas pero, también, con barreras mentales puesto que no éramos recibidos con demasiado agrado.



do.

Ahora las cosas han cambiado y, aunque las barreras arquitectónicas siguen existiendo, por lo menos existen puntos de referencia y el trato es diferente. En mi época aunque la enseñanza era también más o menos obligatoria, lo normal es que te quedaras en casa y no acudieses a la escuela, es más, en el fondo, el sector educativo esperaba que tus padres decidieran que para ti lo mejor era no estudiar; de este modo, no había problemas para nadie.

- **¿Realmente se ha producido un cambio?**



M^{ra} Jesús Carballo es Presidenta de FEAMCU. Ella entiende mejor que nadie lo que supone ser discapacitado ya que su discapacidad supera el 65%.

- En algunas cosas sí. Ahora los chavales cuentan con profesores de apoyo y pueden seguir sus estudios aunque tengan que ausentarse del aula por motivos médicos. Pero sobre todo, donde más se ha notado el cambio es en la mentalidad de los propios padres. Lo normal hasta hace relativamente poco y, sobre todo en las zonas rurales, en los pueblos, es que ellos mismos te mantuviesen escondido. Y, al final, todos te consideraban el tonto del pueblo... Lo malo es que realmente eras el tonto del pueblo porque el no haber tenido acceso a la cultura, quisieras o no, te

convertía en un analfabeto. En eso, yo, personalmente, reconozco haber tenido mucha suerte porque mis padres siempre lucharon porque siguiera estudiando. Pero sé que, desgraciadamente, mi caso es una excepción.

- Y, FEAMCU ha contribuido en este cambio...

- Desde luego. FEAMCU y todas las Asociaciones de minusválidos que trabajan día a día por nuestros derechos. Desde siempre he tenido claro que el hecho de que, por ejemplo, no se pusieran ascensores, rampas, etc. o, no se facilitase el acceso de los minusválidos

a la educación no se debía permitir porque era, ni más ni menos, una injusta barbaridad. Por eso uno de mis objetivos y mis retos ha sido siempre luchar, desde la Federación, antes sin que se me viese y ahora, como presidenta, para cambiar esto y ciertamente hemos logrado avanzar en muchas cosas sobre todo a nivel educativo y de integración social. Impartimos cursos de formación, facilitamos el acceso al mercado laboral, planteamos actividades de ocio adaptado, ayudamos a obtener el carnet de conducir, etc. Y, ahora estamos asegurándonos de que en las zonas rurales, todos los discapacitados físicos que lo deseen tengan un fácil acceso a su educación bien en la propia escuela, bien con profesores de apoyo. Es una labor difícil porque aún hoy, nos cuesta luchar con algunos directores para que simplemente pongan una rampa o para que el alumno con discapacidad no tenga que moverse de aula cada vez que cambia de asignatura. También es verdad, que nos llevamos más de una alegría

porque existen muchos otros centros escolares donde la integración se está consiguiendo. Se lleva incluso a los alumnos con discapacidad de excursión, con la responsabilidad que esto conlleva y eso, es maravilloso.

Además, es una gran satisfacción oír a una madre decir: - «Por lo menos

aquí, me escucháis».

- Porque un simple escalón limita vuestra vida y, nosotros, los no discapacitados, no nos damos cuenta...

- Sí.

- ¿Te has sentido muchas veces limitada?

- Pues la verdad es que sí. Sobre todo antes de tener la silla eléctrica, hace 11 años, y, aún hoy, cada vez que tengo que acceder a algún lugar y no me encuentro con otra cosa que no sean escalones.

- ¿Qué supuso para ti esa silla?

- Imagínate. La libertad absoluta. Poder moverme por mí misma. Salir a la calle; hacer amigos... Y es que, la silla me ha permitido tener relaciones sociales cosa que para nosotros no es nada fácil ya que tener una minusvalía en muchas ocasiones asusta a los demás y exige, de tus amigos, una responsabilidad extra; un compromiso. La situación es aún más grave cuando eres jovencillo porque de mayor, es más normal que algún amigo tenga un coche y que pueda llevarte y traer-

«Tener relaciones sociales para nosotros no es nada fácil porque tener una minusvalía en muchas ocasiones asusta a los demás y exige, de tus amigos, una responsabilidad extra; un compromiso»

te o, que tu mismo puedas sacarte el carnet y conducir con un coche adaptado pero, a los doce, trece, dieciséis años, ningún amigo puede cargar contigo y con tu silla.

- ¿Es falta de sensibilización por

nuestra parte o es más bien discriminación?

- Es más bien que no sabéis cómo tratarnos. Os cuesta

poneros en nuestro lugar.

- Y, ¿cómo debemos tratarlos?

- Como a cualquier otra persona; ayudándonos cuando necesitemos ayuda. Aunque también es verdad que las relaciones de amistad son cosa de dos, es decir, que también es, en parte, responsabilidad nuestra. Nosotros tenemos que romper nuestras propias barreras mentales. Debemos 'reírnos' de lo que nos pasa, de nosotros mismos. Si ellos ven que te 'ríes' de tu discapacidad se relajan y se acercan; dejan de ver sólo tu silla. También te digo otra

- Pero, a veces es difícil ofrecer ayuda porque no sabemos hasta donde llega vuestra discapacidad, es decir, qué podéis hacer por vosotros mismos y qué no podéis hacer. Es una situación incómoda, ¿no crees?

- No tiene porqué serlo. Es normal que queráis ayudarnos y a nosotros no tendría porqué molestarnos. Aquí tiene también mucho que ver la educación. Si no necesitas ayuda basta con que le digas a esa persona: - «No, gracias. Ya puedo yo» -. Y basta. El problema es cuando te dan una mala

ejemplo, debido a un accidente de tráfico?

- Sí. La persona que adquiere la discapacidad una vez mayor es, queramos o no, mucho más madura. Ya tiene unas experiencias vividas y, por lo tanto, una personalidad formada. Y, aunque un accidente así rompe esquemas, es muy duro y te exige empezar de nuevo, a los ojos de los demás y, sobre todo de tu familia y de tus amigos, la discapacidad no es tan grave porque ellos te han conocido siendo autónomo; saben que puedes hacer cosas y te animan a que las consigas. Además,

anime a seguir estudiando y, por otro, debe darse otro factor: que tú mismo tengas la mentalidad, las ganas, de seguir avanzando.

- En tu caso, se dieron esos dos factores y ahora eres Licenciada en Derecho, pero, ¿alguna vez llegaste a pensar que no lo conseguirías?

- Para mí siempre fue un reto y además creo firmemente que ante cualquier dificultad con la que te encuentres, la mejor filosofía es tirar para delante. Recuerdo cuando tenía doce o trece años, cuando entré en el Instituto que lo primero que me dijeron es que habían tenido que hacer una rampa hace unos años para que pudiera acceder a la escuela un discapacitado como yo y que, con todo, esa persona sólo había durado cuatro meses...; yo, desde luego, duré más.

- Dicen que no te gusta hablar de ti porque eres una gran tímida, ¿se equivocan?

- No, en absoluto. Es verdad que soy muy tímida. ¡Con decirte que no me gustaba verme ni en fotografías!. Ahora ya lo voy superando. Para mí vencer esa timidez es otro tipo de reto que he asumido por mí misma aunque bien es cierto que para que lo esté consiguiendo han hecho falta personas a mi alrededor apoyándome. Sin esos apoyos es muy difícil que tu actitud ante la vida pueda cambiar, que dé un vuelco, como ha ocurrido en mi caso.

- Pero, ser la presidenta de FEAMCU, te obliga a ser personaje público... ¿no es una contradicción?

- Sí, pero por eso mismo. A



M^a Jesús Carballo reconoce que trabajar en FEAMCU le ha dado mucho. Entre otras cosas, la posibilidad de romper su gran timidez.

cosa: no tenemos porqué caerle bien a todo el mundo. Es pura cuestión de afinidad o, ¿tú te llevas bien con todos?.

Mira, en cuestión de amistad, lo mejor es dejar que las relaciones fluyan naturalmente. Ahora ya no es tan raro ver por la calle a gente en silla de ruedas. Ya no imponemos tanto. La gente está más acostumbrada a los discapacitados y muchas veces las relaciones de amistad salen solas, sin necesidad de forzarlas.

contestación (que a veces pasa) como por ejemplo, - «¿qué te crees, que no puedo hacerlo yo solo? -. Ante eso, claro, es lógico que te asustes y te sientas incómodo. Lo malo es que a lo mejor la próxima vez no ofreces ayuda y en esa ocasión tu ayuda sí es necesaria.

- Existe mucha diferencia entre una persona que nace con una discapacidad como la que tú tienes y una que la adquiere posteriormente, por

una persona madura encara este tipo de situaciones de otra manera.

Por otra parte, creo que donde más puede notarse esa diferencia es en el tema de la educación, que además, como estamos viendo en esta entrevista es la base de casi todo. Y es que una persona discapacitada de nacimiento se encuentra con más dificultades a la hora de desarrollar estudios superiores. Por un lado, tienes que haber nacido dentro de un ambiente que te

mí FEAMCU me ha dado mucho y entre otras cosas me ha ayudado a ir poco a poco venciendo esa timidez y, a hacer frente a la discriminación que a veces sufrimos los discapacitados físicos. También a aplicar todos esos conocimientos teóricos que aprendí en la carrera y que parecían totalmente ajenos a la realidad y que luego resultaron ser de lo más útil.

- **Supongo que el intercambio entre FEAMCU y tú habrá sido recíproco porque, tú también le has dado mucho a esta Federación, ¿no crees?**

- El trabajo de FEAMCU es más bien un trabajo en equipo. Y, justamente eso, trabajar en equipo, es lo mejor que tiene. Lo único es que a mí me toca, como tú bien dices, 'dar la cara'.

Además, nuestra manera de trabajar en la Federación conlleva, digamos..., algo de imaginación. Se trata de vencer esos obstáculos con los que los discapacitados físicos nos encontramos día a día. Es decir, si por aquí no podemos seguir, nuestra responsabilidad es encontrar una solución; ofrecer un camino alternativo. Y, la mejor manera de hacerlo, de que se nos ocurran alternativas que poner en práctica, es, trabajando en equipo.

- **En el 2003 estamos celebrando el Año Europeo de las personas con discapacidad. Esta celebración, ¿es positiva? ¿aporta beneficios reales?**

- Pues la verdad es que sí porque aparte de que se desarrollan más actividades de todo tipo, supone un gran reclamo, una gran llamada de atención hacia la pobla-

«Las relaciones de amistad son cosa de dos, es decir, que también es, en parte, responsabilidad nuestra. Nosotros tenemos que romper nuestras propias barreras mentales. Debemos 'reírnos' de lo que nos pasa, de nosotros mismos»



«Una minusvalía es siempre una minusvalía y no se es mejor por ser discapacitado físico que por ser discapacitado psíquico. Lo que sí puede ser verdad es que, desde las Instituciones, siempre ha existido una tendencia más definida de apoyo hacia los psíquicos»



«El Trabajo de FEAMCU es más bien un trabajo en equipo. Y, justamente eso, trabajar en equipo, es lo mejor que tiene. Lo único es que a mí me toca, como tú bien dices, 'dar la cara'. Nuestra responsabilidad es encontrar una solución; ofrecer alternativas»



ción en general y, hacia las Instituciones públicas en particular. Es una manera más (muy bonita, por cierto) de decirles una y otra vez: -«¡Eh, que estamos aquí!»-. De hecho, con este tipo de celebraciones conseguimos que gente que nunca se había parado a pensar en nuestra situación y en nuestras necesidades, se detenga por un instante y lo haga.

- **Según tu experiencia, ¿Entre los discapacitados, existen clases?**

- No, no hay clases. Lo que hay son diferentes grados de discapacidad. Obviamente nunca puede ser igual una persona cuyo grado de discapacidad es bajo a una persona como yo cuyo grado de discapacidad supera el 65%. Las necesidades de uno y de otro siempre van a ser diferentes. Es lógico y hay que tenerlo siempre en cuenta.

- **Pero, sí es cierto que, por ejemplo, los discapacitados físicos siempre han sido 'mejor vistos' por el grueso de la sociedad que los discapacitados psíquicos, ¿crees que vosotros lo tenéis más fácil?**

- Eso es un gran error. Una minusvalía es siempre una minusvalía y no se es mejor por ser discapacitado físico que por ser discapacitado psíquico. Lo que sí puede ser verdad es que en general y, sobre todo desde las Instituciones, siempre ha existido una tendencia más definida de apoyo hacia los discapacitados psíquicos (fundamentalmente en el tema educativo), quizá porque se entendía como más necesario, que nosotros hemos ido arrastrando hasta hoy.

29 actividades hasta finales de 2003

Cursos de verano y otoño en la sede de la UIMP

La Universidad Internacional Menéndez Pelayo de Cuenca continúa su actividad académica y se enfrenta a un verano y otoño repleto de interesantes seminarios, unos provenientes de la Consejería de Sanidad de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha y otros propios de esta sede universitaria.

GEMA ORTEGA GAVILÁN

La Universidad Internacional Menéndez Pelayo de Cuenca continúa con su actividad académica y se enfrenta a

un verano y otoño repleto de interesantes seminarios. Además de los cursos tradicionales de esta sede, la sanidad y los estudiantes sanitarios han encontrado en el Antiguo Convento de Carmelitas un lugar idóneo

para acercarse a los asuntos más interesantes de su profesión. No hace tanto tiempo que esta sede en Cuenca fue pionera y única en la organización y celebración de aquellos cursos de comunicación, que finalmente acabaron en la sede de Santander. Además del

apretado programa del que nos haremos eco en estas páginas, podríamos destacar que es la propietaria de este inmueble, la Diputación Provincial, la que ha sacado a concurso el restaurante y bar de esta universidad.

En lo que va de año se han realizado 27 actividades, que se reparten entre cursos de la Consejería de Sanidad y los cursos propios. Desde ahora y hasta que fi-

nalice este 2003 quedan otras 29 actividades por celebrarse. Entre los cursos estrellas de esta sede en Cuenca de la Universidad Menéndez Pelayo están por ejemplo: el 'IV Seminario de Nutrición', 'Análisis musical', 'Régimen Ambiental de Caudales', y 'Vivencia e

Prosigue la actividad académica en la sede en Cuenca de la UIMP. Desde cursos propios hasta los cursos dirigidos al personal sanitario, abren una amplia oferta



En la imagen superior, Vicente Acebedo, coordinador de la sede conuense de la UIMP. En la imagen inferior, una de las aulas que alberga este edificio.

interpretación. Estética de la recepción'.

Sin embargo, este año la UIMP no realizará el tradicional 'Curso de español para Marroquíes', tal vez por las relaciones que en este momento España mantiene con Marruecos.

Durante el año 2002, 1.668 personas de 13 comunidades autónomas pasaron por esta sede para cursar alguno de los seminarios programados, y 251 fueron las jornadas en las que tuvo lugar alguna actividad.

Los cursos más solicitados en el año 2002 tuvieron

como temas centrales la nutrición y la rehabilitación de las riberas de nuestros ríos.

Rosa M^a Ortega y Ana M^a Requejo, directoras del 'IV Seminario de Nutrición' volverán a la UIMP con la intención de hacernos reflexionar y recapacitar sobre la importancia de la buena alimentación. Durante los tres días que durará este seminario, expertos en la materia harán un repaso sobre la utilidad sanitaria de los esteroides vegetales, los efectos de los frutos secos sobre la salud, el papel de

Folleto genérico de unos cursos que suelen registrar un gran nivel de matriculaciones de alumnos.

diversos componentes de frutas y verduras en la prevención de enfermedades degenerativas, etc.

Este seminario, que se celebra por cuarta vez, que se celebrará entre los días 9 y 10 de octubre, está dirigido a farmacéuticos, médicos, veterinarios, licenciados en Ciencia y Tecnología de los Alimentos, Biólogos, Ingenieros agrónomos, etc. El impacto que una nutrición correcta tiene en la prevención y curación de diversas patologías y en la promoción del rendimiento, bienestar y calidad de vida

de la población es la justificación de este seminario. Nunca como en la actualidad se ha podido disponer de tanta variedad de alimentos, tan rigurosamente controlados y tan seguros, sin embargo tampoco ha habido en ningún momento en el que los celos y temor a ingredientes, o pecos sea más elevado.

‘El Régimen ambiental de caudales’, dirigido por Carolina Martínez, es otro de los cursos propios de la UIMP cuyo registro de matrículas es mayor. Entre el 29 de septiembre y el 3

de octubre, profesionales relacionados con la ingeniería de los ríos, la gestión de los recursos hídricos y los ecosistemas fluviales, profesores y estudiantes, podrán acercarse a este foro de encuentros en el que científicos, técnicos, políticos, administradores públicos y privados para actualizar conocimientos sobre esta materia.

El asunto central de este seminario está en el concepto ‘caudal ecológico’, sufriendo en muy poco tiempo, una profunda evolución: de una concepción meramente cuantitativa y orientada a satisfacer un mínimo, se pasó a contemplar los requerimientos de la ictiofauna -mantener el hábitat-, para, más recientemente, desde la consideración holística del río, concebir el régimen ambiental de caudales como el que permite mantener la composición, estructura y funciones básicas del ecosistema fluvial, contemplando, en consecuencia, tanto los aspectos bióticos - acuáticos y de ribera- como los abióticos -morfología fluvial, dinámica sedimentaria y variabilidad el régimen de caudales-.

Uno de los términos que más se utiliza en esta clase de cursos es el de ‘ríos vivos’. Para mantenerlos así es imprescindible desarrollar en los ámbitos científico, técnico, político, legal y social, tanto de los instrumentos como las conciencias para que el río y

el hombre puedan vivir cara a cara.

‘Análisis Musical’, dirigido por Luis Ángel de Benito Ribagorda, profesor de Armonía del Real Conservatorio Superior de Madrid y en la Saint Louis University (Madrid Campus), se centrará en tres líneas de trabajo fundamentales: la forma musical desde el Barroco hasta Beethoven: constantes estructurales para el análisis; los nuevos criterios analíticos para la percepción de la música romántica y post-romántica: análisis tradicional y análisis narratológico; y Pautas de análisis musical para los principales estilos y autores del siglo XX.

Este interesante curso, que se celebrará entre el 28 y el 31 de julio, está orientado a profesores y estudiantes de música: profesores de instrumento, profesores de Enseñanza Secundaria, profesores de Análisis y estudiantes próximos a ingresar en Conservatorios superiores.

Uno de los seminarios más cercanos en el tiempo es el que se celebrará del 15 al 17 de julio, y con el título de ‘Vivencia e interpretación. Estética de la recepción’, di-

Entre los cursos propios de la sede se encuentran: ‘Vivencia e interpretación’; ‘Análisis Musical’; ‘Régimen Ambiental de Caudales’; y el ‘IV Seminario de Nutrición’

rigido por Miguel Cereceda Sánchez y Claude Bussac, se encargará de propiciar el debate entre los asistentes sobre la nueva actitud del espectador con respecto a la obra de arte. La cuestión presentar la relación que el hombre tiene desde el Romanticismo con la obra de arte.

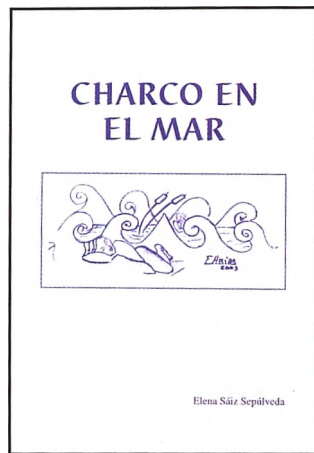
Publicaciones

Elena Sáiz Sepúlveda y su 'Charco en el mar'

El Café Hispano acogió el pasado día 4 de julio la presentación de 'Charco en el mar', poemario del que es autora la joven poetisa Elena Sáiz Sepúlveda.

'Charco en el mar' se centra, sobre todo, en el tema amoroso, abordado desde enfoques distintos pero siempre buscando un lenguaje en el que lo íntimo convive con lo expresivo y apuntando sobre todo a una poesía clara en la que el hombre, en este caso la mujer, intenta ahondar en su

propia vida a través de las palabras.



Nueva colección
Nueva sección de Novias

CENTROMODA
MODA PARA LA MUJER
JOSE COBO nº9 - CUENCA -
969 214 281 - 969 214 280

PLANTA SOTANO
CENTROMODA
www.centro-moda.net

tramontana
bar tapperia

LA
CASA
DE LOS
MEJILLONES

C/ República Argentina, 2. Telf.: 969 214 065
Cuenca - www.tramontana.net

Tunick

Una masa es una masa: esté vestida o desnuda



ANGEL LUIS MOTA

No hace mucho, Jordi Costa escribía que hay que desconfiar de todo artista que aparezca demasiado en los telediarios. El comentario venía a cuento de Spencer Tunick, ese fotógrafo que ha alcanzado renombre internacional no por la calidad u originalidad de sus instantáneas, tampoco porque sea más creativo que ningún otro creador con cámara, sino porque es capaz de convocar a masas de ciudadanos para que se desnuden ante su objetivo en lugares señalados.

En Barcelona han sido siete mil las personas que acudieron a Montjuic para formar una alfombra de cuerpos que se movía dócilmente a las órdenes del megáfono del fotógrafo que, como recompensa, les enviará una foto en la que el modelo anónimo aparecerá entre otros miles de modelos anónimos, seguramente incapaz de localizarse entre esa marea rosácea, desvaída, dispersa, falta de identidad, de personalidad, quizás el mejor símbolo de una época, porque en muchas ocasiones son estos artistas mediocres y mediáticos, capaces de usar magistralmente los mass-media, los que mejor estén reflejando esta época donde predominan las ocurrencias sobre las ideas.

El desnudo ha perdido su capacidad de sugerencia, de atracción, también su capacidad de rebeldía, porque sumergido en la masificación no sabemos muy bien si nos encontramos en un campo de concentración, en una playa nudista o en una consulta desmadrada del seguro de enfermedad. Los desnudos de Tunick aparecen vestidos de masa como símbolo de una época despersonalizada, capaz de -como diagnosticara Marcuse- absorber lo diferente para integrarlo en el todopoderoso sistema eliminando su capacidad diferenciadora, crítica. Tunick ha elaborado un discurso en que envolver, explicar y justificar sus desnudos masivos, lo que ya resulta preocupante, pues el arte de verdad se debe explicar por sí mismo; pero, además, ese discurso aparece tan vestido de falsedad que no nos resulta convincente, porque no es, desde luego, la verdad desnuda, sino la disfrazada contradicción de un mundo en el que todo aparece esterilizado. Ya no hay desnudos como los de antes, vamos, porque ahora, y en masa, seguramente ni siquiera es pecado, aunque nos recuerden esos cuadros del juicio final llenos de almas a la espera de su postrimería. La rebelión de las masas se ha quedado en cueros.

CASTILLA-LA MANCHA
2003
XXIII CURSO
Y FESTIVAL INTERNACIONAL DE MÚSICA

Martín Códax

CONCIERTOS

Día 12, Sábado
Inauguración Festival: Dúo de Trompa y Piano Miguel Ángel Quirós, trompa y Amaya Zapata, piano

Día 14, Lunes
Trio de Flautas: Mari Fe Calero, M^a Dolores Parada y Ángel Luis Rodríguez, flautas traverseras

Día 15, Martes
PREGIO (*) Cesa de la Cultura. Inauguración Curso de Verano de la UCLM
Trio de Flautas: Mari Fe Calero, M^a Dolores Parada y Ángel Luis Rodríguez, flautas traverseras

Día 17, Jueves
Selección de alumnos del XXIII Curso de Música. I Sección.

Día 18, Viernes
ACTO Y CONCIERTO DE CLAUSURA. I SECCIÓN DEL XXIII CURSO
JOVEN BANDA REGIONAL CASTILLA-LA MANCHA
Federación de Sociedades Musicales de Castilla-La Mancha

Día 21, Lunes
Dúo de Voz y Piano
Luis Llácer, voz y Juan I. Fernández, piano.

Día 23, Martes
Final del Concurso de Guitarra "Arturo Sanzano".

Día 26, Sábado
Canto y Piano
M^a Carmen Vicent, soprano / Ivan Villa, tenor y Juan A. Vicente, piano.

Día 27, Domingo
Selección de alumnos del XXIII Curso de Música. II Sección.

Día 28, Lunes
ACTO Y CONCIERTO DE CLAUSURA. II SECCIÓN DEL XXIII CURSO
IYO INTERNATIONAL YOUTH ORCHESTRA.
Sinfonía Inacabada de F. Schubert y Arias de Ópera y Zarzuela.
MARÍA DEL CARMEN VICENTE, Soprano
IVAN VILLA, Tenor
MANUEL VILLENUEVAS, Director.

LUGARES Teatro Auditorio Días: 12, 14, 18, 21, 26, 28 3 €
Teatro Auditorio Días: 17, 27 ENTRADA GRATUITA

HORARIO: Todos los conciertos comenzarán a las 21.30 horas.
(*) Día 15, Informados de horario Remando al Ayuntamiento de Priego.

La actuación de la Joven Banda Regional de Castilla - La Mancha o la de la Iyo International Youth Orchestra, serán los puntos culminantes de este encuentro estival con la música.

Música

Un año más, el 'Martín Códax' vuelve a Cuenca

Como todos los veranos, el 'Martín Códax' con su curso y festival internacional, pone música a los calores del julio cuenseño. Buena ocasión para refrescar musicalmente los ardores estivales.

Hoy sábado, el dúo de Trompa y piano Miguel Ángel Quirós y Amaya Cípitria inaugura una nueva edición -y van veintitres- del 'Martín Códax'.

A ellos les seguirán, en días sucesivos, el trío de flautas integrado por Mari Fe Calero, María Dolores Parada y Ángel Luis Rodríguez y otros grupos que a lo largo de lo que queda de julio compaginarán el aprendizaje y la práctica con la muestra de sus ingentes co-

nocimientos.

La actuación de la Joven Banda Regional de Castilla - La Mancha o la de la Iyo International Youth Orchestra, serán los puntos culminantes de este encuentro estival con la música que incluye entre sus actividades el concurso de Guitarra 'Arturo Sanzano' que contribuye a que este encuentro anual se consolide año tras año en una demostración del acercamiento a la mejor música.

Teatro

Almagro y el teatro clásico español

Mientras se celebra una nueva edición del Festival de Teatro Clásico de Almagro, en la que una vez más se dan cita los mejores especialistas en este apartado fundamental de nuestra literatura áurea, llega a nuestras manos la edición de las actas de las XXIV Jornadas que se celebraron en el 2001 bajo la dirección de Felipe B. Pedraza, Rafael González y Elena Marcello. Estas jornadas giraron alrededor de 'La comedia villanesca y su escenificación' y en las mismas participaron especialistas tan destacados como los directores Ángel Facio o José

Luis Alonso de Santos junto con estudiosos como José María Díez Borque o Juan Antonio Hormigón.



La comedia villanesca y su escenificación

Actas de las XXIV JORNADAS DE TEATRO CLÁSICO
Almagro, 14, 15 y 16 de julio de 2001



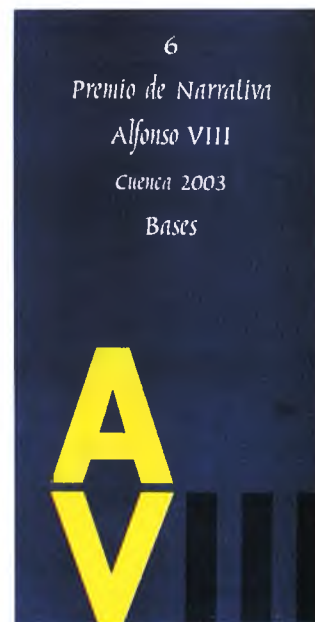
Edición coordinada por
Felipe B. Pedraza Jiménez
Rafael González Collado
y Elena Marcello

Actas de las XXIV Jornadas de Teatro Clásico de Almagro.

Premios

La Diputación Provincial convoca sus premios

Los premios Fray Luis de León de Poesía y Alfonso VIII de Narrativa de la Diputación Provincial tras remontar el bache y aspirando a su consolidación definitiva, aparecen ahora convocados en sus ediciones II y VI, respectivamente. El primero cuenta con una dotación de 12.000 €, mientras que para el segundo asciende a los 9.015 y las bases están a disposición de los interesados en el departamento de Cultura de la Diputación en la calle Sargal s/n. El plazo finaliza a las 14 horas del día 10 de setiembre.



Escolástico Jiménez Cuevas

Síntesis estética

Profesor de Piano

Si se trata de fechar la primera incursión que, en el mundo de la música, realizó Escolástico Jiménez Cuevas (Alcázar del Rey, Cuenca 1962), es necesario retrotraernos a 1970 cuando, contando con tan solo 8 años de edad, fue animado a ello por su padre, un verdadero entusiasta de todo lo vinculado al mundo del acordeón. Pasado el tiempo, nuestro músico siente gratitud por la insistencia demostrada entonces por su progenitor ya que, de no haberse producido, posiblemente nunca hubiese despertado en él algo que, al margen de convertirse posteriormente en el pilar básico de su inquietud profesional, llegaría a materializarse en forma de verdadera vocación.



FERNANDO J.
CABAÑAS ALAMÁN

Comienzos académicos

Dados sus primeros pasos guiados ya en Cuenca, concretamente en la academia de música que ya por entonces tenía el llorado Ismael Martínez, “de quien guardo un entrañable y grato recuerdo”, la formación en ella recibida sería periódicamente revalidada en el Real Conservatorio de Música de Madrid al que acudiría en calidad de alumno libre. Pero también sería algún tiempo después cuando, iniciada la andadura del conservatorio conquense, este flamante centro se constituiría, por algunos años, en el centro neurálgico de su formación musical. En él, al margen de ver cómo su preparación pianística era orientada por el magisterio recibido de Ángel Zarzuela, contactaría con Antonio Zamorano quien, a partir de

entonces, se convertiría en uno de sus principales orientadores musicales. Lógicamente, no estando entre la oferta educativa del Conservatorio de Cuenca la disciplina de acordeón, ésta perdería trascendencia en su incipiente base formativa, siendo sustituida por la que le llevaría hacia el piano.

De igual manera, el contacto mantenido en Cuenca con profesionales de la talla de José Luis Turina, entre otros, le harían descubrir que, “para mí, la música había dejado de ser una mera afición, para

convertirse en una verdadera vocación” que garantizaría ya su permanente contacto con el mundo de la música.

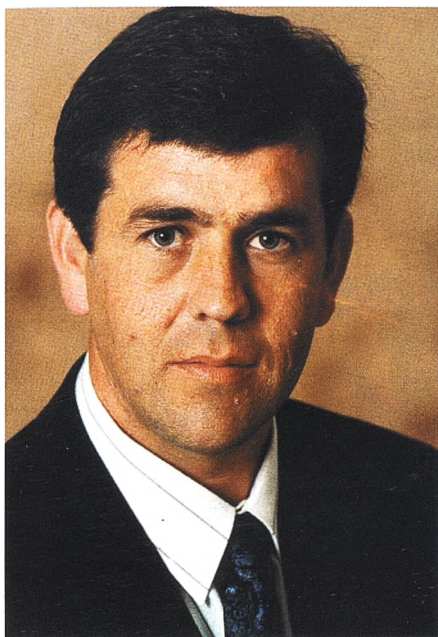
Tentando al futuro

Teniendo claro que, ya por entonces, su deseo era que sus “esfuerzos me condujesen hacia la posible profesionalidad musical”, Escolástico no escatimará sacrificios ni trabajo, ya que ansiará una formación musical integral que, bien sabrá, que sólo podrá alcanzar dedicándose, al margen de otros menesteres, al estudio de materias de carácter humanístico y de honda raíz compositiva. Sin embargo, motivos diversos le obligarían algún tiempo después a abandonar sus estudios musicales.

Posteriormente, y “siguiendo los consejos de mi buen amigo Antonio Zamorano, reiniciaré mi vida musical cursando estudios en el *Centro de música Diapasón* de Madrid, donde complementaré mi



«Es en la docencia donde ha despertado, precisamente, mi más sólida vocación musical, siendo la faceta que más me satisface»



«Es en la docencia donde ha despertado, precisamente, mi más sólida vocación musical, siendo la faceta que más me satisface».

formación pianística con José Luis Fajardo, al tiempo que estudiaba acompañamiento con José Luis Valderrama”. Y será por entonces cuando, a fin de obtener las necesarias acreditaciones oficiales, su andadura le lleve hasta el Conservatorio de Arganda del Rey, en Madrid.

Pero nuestro músico, sabedor de que los esfuerzos realizados deben ser aprovechados al máximo, aprovechará su periplo madrileño para asistir a actividades complementarias que, a modo de ejemplo, le permitirán contactar con Pedro Machado de Castro, a través de los ciclos de conferencias y cursos que aquel dicta regularmente en Madrid.

Algún tiempo después, una nueva etapa de su vida musical le conduciría hasta el Conservatorio “Arturo Soria” de Madrid para, inmediatamente después, obtener la titulación de Profesor de Piano en el Centro Autorizado “Cité de Roma” de Zaragoza, donde concluiría sus estudios. Paralelamente, su inquietud docente quedaría de manifiesto al impartir clases en el Centro de música “Diapasón” de Madrid y en la Académica de Música de Tarancón (Cuenca). “Es en la docencia donde ha despertado, precisamente, mi más sólida vocación musical, siendo la faceta que más me satisface y en la que más disfruto”, esperando que sea en ella donde se realice profesionalmente en el futuro.

Vaivenes

Metida en lo más hondo de su ser la música, sus sonidos, acordes, sentimientos y desvelos, motivos ajenos a su voluntad motivaron en él un necesario alejamiento de todo lo que con el arte de los sonidos tenía que ver. Y fue por entonces cuando empezó a constatar, precisamente por ese divorcio no deseado, lo mucho que echaba de menos la música.

Y lleno de gozo se sintió cuando, entre un grupo de amigos, surgió la idea de formar un grupo de música moderna en la que su formación musical le acreditó para asumir la responsabilidad de tocar los teclados. Y así, durante siete años, verbenas, fiestas, bodas, bautizos o saraos diversos, se vieron realzados merced a la música que brotaba de sus instrumentos.

Y fue a partir de entonces, tras el lógico y grato impacto que este tipo de actividad despierta entre aquellos que a ella se dedican, y tras conocer gentes diversas, múltiples sociedades y tierras variopintas, cansado de hacer ruido a diestro y siniestro, que no hacía si no facilitar que otros bailasen, cuando el consejo de un amigo, unido a su propia reflexión, le hizo retornar al mundo de esa música, intemporal y ajena a todo tipo de plazo de caducidad, que hace años había sentido verdaderamente como suya.



Tras una experiencia de siete años en la música ligera, retornó a la música clásica, siendo en ella en la que más satisfecho se siente

Andion y Oliva, frente a este proyecto

‘Memoria y resistencia’: Jorge Pérez Troya

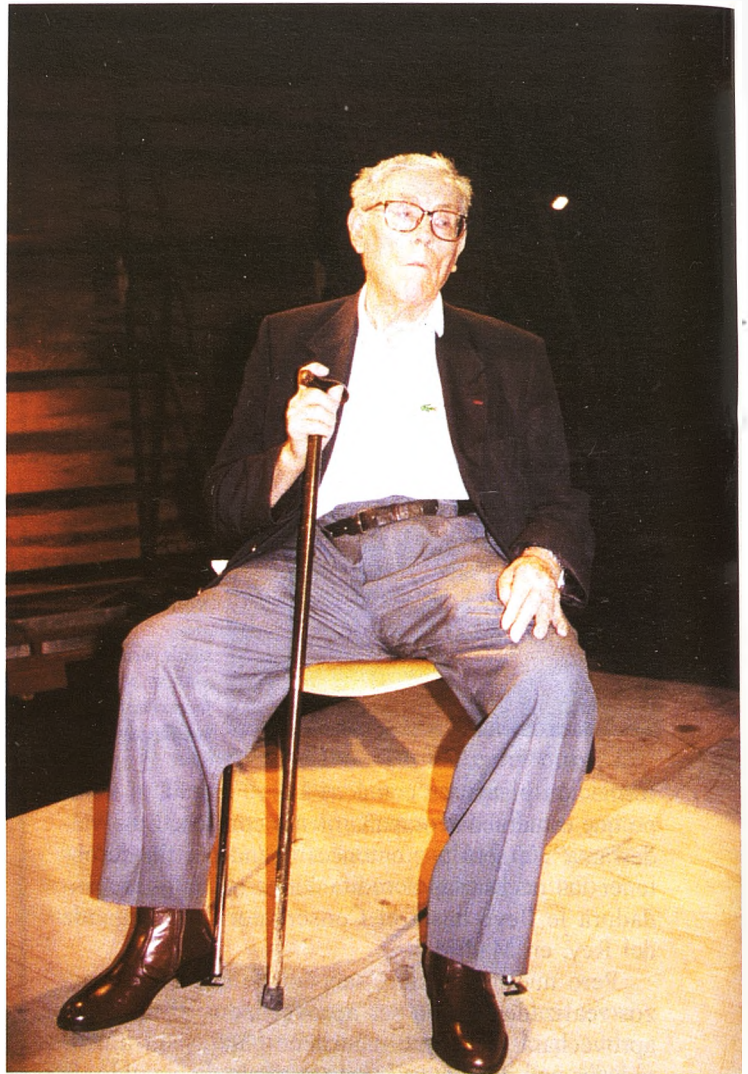
Con este título se cuenta la historia y vivencias personales de Jorge Pérez Troya, nacido en Torre de Juan Abad (Ciudad Real). Es un hombre de frágil salud, voz suave y dulce, y memoria lúcida. Este documento cinematográfico nos permitirá acercarnos a aquellos años recientes, que no deben olvidarse simplemente para que no se repitan.

GEMA ORTEGA GAVILÁN

Memoria y resistencia, Jorge Pérez Troya es el título del medimetraje que comenzó a rodarse hace unos días en el Auditorio de Cuenca. Jorge Pérez Troya es un castellanomanchego, que durante la Guerra Civil tuvo que huir a Francia, país en el que permaneció trabajando para la resistencia. En un constante peregrinaje, Pérez Troya,

acabó en el campo de concentración de Mauthausen. Sobrevivió a esta mala época y es ahora, de la mano de los co-diretores del ICA de la Universidad de Castilla-La Mancha, cuando podremos conocer la historia de Pérez Troya que luchó desde fuera por restablecer las libertades en este país.

Jorge Pérez Troya, natural de Torre de Juan Abad (Ciudad Real), es un hombre de frágil salud, voz suave y dulce, y memoria lúcida;



En la imagen superior, Jorge Pérez Troya, el protagonista de este trozo de historia que será convertida en documental.

da; lo que nos permitirá a lo largo de este año conocer de cerca esta interesante historia.

Sobrevivir a Mauthausen

Pérez Troya fue «fundador del movimiento de los Maquis y combatiente como sol-

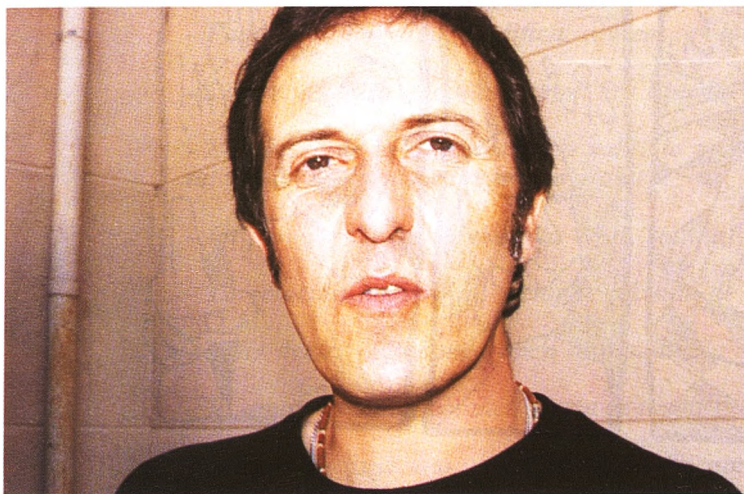
Zarzuela y Valera de Abajo, 6 de Julio
 Horcajo de Santiago y Priego, 13 de Julio
 Huerta del Marquesado y Huete, 20 de Julio
 Cuenca y Las Pedroñeras, 27 de Julio
 Aliaguilla y Motilla del Palancar, 3 de Agosto

Final: Cuenca, 10 de Agosto

- Billa
- Boleo
- Calva
- Téngano
- Pelotaco
- Pelota mano
- Balos conquenses
- Barra castellano
- Reja

XVIII COMPETICIÓN PROVINCIAL DE JUEGOS Y DEPORTES TRADICIONALES CUENCA 2003

DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA



Preparando el espacio para entrevistar a Jorge Pérez Troya. En la foto inferior, Ignacio Oliva, codirector del ICA de la UCLM.

La memoria reciente

Es cierto que son muchos los cortometrajes, medietrajados y películas que han sido ambientados en nuestra Guerra Civil. Tal vez sea también real esa sensación que tienen algunos espectadores sobre que existe un cierto abuso a la hora de escribir un argumento ambientado en esta época de nuestra historia reciente. Lo cierto es que tanto directores de renombre como directores jóvenes, estudiosos, etc. se han servido del medio audiovisual para recoger gran cantidad de testimonios gracias a los cuales se ha ido conformando una memoria histórica, que no solo se refleja en los libros. Se han sucedido grandes títulos desde que el director Inglés Ken Loach rodara 'Tierra y Libertad'; 'Silencio roto', de Montxo Armendáriz, 'Soldados de Salamina', de David Trueba, 'La guerrilla de la memoria' son los títulos más conocidos de un sinfín de historias rodadas que se han basado en historias reales, en vidas reales de personas que nos han legado su testimonio y con él su participación en la historia. Por eso 'Memoria y resistencia' será un documento que aportará y arrojará nuevos datos para los investigadores.

dado profesional de la República. Con la presión franquista huyó a Francia por Cataluña y allí inmediatamente es detenido y enviado a los campos de prisioneros. Entregado por el gobierno de Vichy a los alemanes es internado en los campos de trabajo franceses. Logró escaparse y entró en contacto con La Resistencia en Burdeos. Desde aquel momento empezó a tener un trabajo muy activo dentro de este movimiento.

Pérez Troya fue capturado y conducido al campo de concentración de Mauthausen, logrando sobrevi-

vir», explicó a Crónicas Ignacio Oliva.

Después de su etapa en este campo de concentración todavía tuvo tiempo de entrar y salir de España, plantando cara al franquismo.

Jorge Pérez Troya es uno de esos supervivientes españoles que son la memoria reciente de la Guerra Civil y de la posguerra.

Como él otros muchos,

hombres y mujeres, lograron salvar la vida y con ella su ideología venciendo finalmente. Sabemos de la existencia de ellos gracias a unas jornadas organizadas por la Universidad de Castilla-La Mancha y la Gaviña Verde en la localidad de Santa Cruz de Moya.

Durante estas jornadas,

historiadores, supervivientes y estudiantes han tenido la oportunidad de compartir tiempo y conocer por boca de los propios protagonistas las situaciones desgraciadas a las que tuvieron que enfrentarse.

El Teatro Auditorio de Cuenca se ha convertido por un día en un plató. Sobre el escenario se ha colocado una cámara, capaz de moverse sobre raíles y otras tantas más que se encargan de rodar las tomas fijas del personaje. Pero el resultado final solo se verá después del montaje, tal vez antes de acabe este mismo año.

Jorge Pérez Troya es uno de esos supervivientes españoles que son la memoria reciente de la Guerra Civil. Gracias a él y a otros como él conocemos más de cerca lo que vivieron

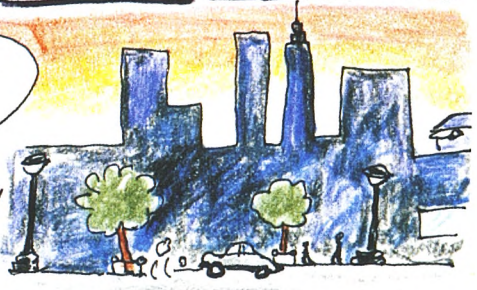


M M M M M
HOY NO HUELE A MIERDA
M M M M M
BUENO, SI HUELE PERO MUCHO
MENDOS



LOS POLITICOS... JA, JA, JA...
¡ESTAY DE VACACIONES!!
JA JA JA

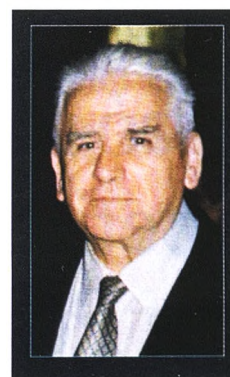
ES ESOW
SI



JA, JA
JA
JA
JA

ENHORA BUENA A
TODOS
UN TIEMPO SIN
ECHAR PESTES

Kike



Greguerías apócrifas

- *Sobre la interminable duración de un minuto de espera.*
- *La muerte es tan culpable por llevarse al joven con todo por hacer como por no llevarse al viejo con todo ya hecho.*
- *El cerebro es como el chocolate: se vuelve espeso si le damos demasiadas vueltas.*
- *Padre solo hay uno; lo difícil, a veces, es localizarle.*
- *Lo menos falso que había en él era la peluca.*
- *La autora de la conocida frase sobre la mujer del César parece que le ponía los cuernos al tal César de forma compulsiva y diaria.*
- *La juventud, pero también la vejez, son enfermedades que se curan con el tiempo.*
- *La relación botón-oyal: ejemplo máximo de monogamia y fidelidad.*
- *Solía decir: «¡Qué me quiten lo «bailao»!» Y le quitaron hasta lo «bailao».*
- *El amor -como el contacto entre la tierra y el cielo- no pasa de ser una ilusión óptica.*
- *El que confiesa una envidia sana realmente quiere decir que la tiene fuerte y robusta.*
- *El ojo de cristal era lo que hacía decididamente irresistible su mirada.*
- *Las botas de vino, hijas casquivanas y frívolas de los solemnes y orondos pellejos.*
- *Los pañuelos de papel le quitan categoría al llanto.*
- *En la esfera armilar queda únicamente la parte no comestible.*
- *La nube solitaria en el cielo despejado es una nube que se ha comido a sus hermanas.*
- *Para el gran ejecutivo que firma los billetes de banco la tentación de hacerse falsificador debe ser casi irresistible.*
- *La letra PI es el tren del alfabeto griego.*
- *Ahora habrá que decidir qué valor se le da al as de oros en euros.*
- *Los órganos «tocan» siempre música de tormenta.*

Carlos Flores

En Zarzuela y Valera de Abajo

Arrancó la XVIII Competición de Juegos Populares

El pasado domingo, día 6 de Julio, se puso en marcha la XVIII Competición Provincial de Juegos y Deportes Tradicionales de Cuenca. La primera jornada tuvo lugar en su desarrollo comarcal en las localidades de Zarzuela y Valera de Abajo.

CRÓNICAS de Cuenca

La organización de la Jornada corría a cargo de los Ayuntamientos, cabeceras de Comarcas, con el apoyo del Servicio de Deportes de la Diputación Provincial y la asistencia técnica de Jueces de apoyo al desarrollo competitivo. Todo ello hizo posible una mañana de agradable participación deportiva alrededor de 'nuestros' Juegos Tradicionales.

Día muy caluroso para una competición que comenzaba a las 9,30 horas de la mañana, media hora después de realizadas las pertinentes inscripciones. El programa deportivo permitía a los asistentes a estas localidades el que pudieran practicar juegos y deportes que pertenecen a la cultura de raíz tradicional de nuestra provincia. Juegos de habilidad y puntería como La Billa, El Caliche, o La Petanca, junto con otros de potencia y precisión como La Calva, o de fuerza y téc-

nica como los Lanzamientos de Barra y Reja, el Tiro de bola. También hubo competición de Bolos Serranos en Zarzuela y Valera de Abajo.

En Valera de Abajo y en el Campo de Fútbol 'Manuel Luján' se dieron cita los jugadores y jugadoras, con participación destacada en Tángano y Billa, donde se superaron los 30 jugadores en cada una de estas modalidades. Buenas marcas igualmente en Tiro de Barra y Reja, así como en el desarrollo competitivo del Boleo, donde se enfrentaron parejas de alto nivel provincial, procedentes de Villaverde y Pasaconsol, Barchín del Hoyo y Arcas, entre otros pueblos.

En Zarzuela y en el Polideportivo 'Mirabueno' amplia participación de los jugadores de la localidad, Cuenca y otros llegados desde Horcajo de Santiago. Destacaron las marcas conseguidas en los Lanzamientos de Barra y Reja, por parte del campeón provincial Raúl Soria, con 19,60 m.



en Reja y 16,40 en Barra. Igualmente concurridos fueron los juegos de La Billa y El Tángano con puntuaciones altas.

Tanto el Ayuntamiento de Zarzuela como el de Valera de Abajo pusieron todos los medios para que los jugadores se «refrescaran» del calor reinante. Al acabar la jornada, las organizaciones comarcales dispusieron de una ágape de convivencia para todos los presentes.

Felicitaciones, pues, a estos Ayuntamientos.

El próximo domingo que

viene continúa esta primer gran Fase Comarcal con el desarrollo de la competición en PRIEGO Y HORCAJO DE SANTIAGO con el mismo horario de inicio de Jornada.

Entre las novedades para este año, los más pequeños van a tener un trato especial entre la competición y la enseñanza práctica de estos juegos 'nuestros', con un juez monitor a su disposición, que les introducirá en las distintas modalidades deportivas con materiales y distancias adaptadas a la edad.

Ganadores Fase Comarcal Valera de Abajo 2003

BILLA MUJERES

1º CORAL LUJAN MADRIGAL

BILLA JUVENIL

1º DAVID RODA MARTINEZ

BILLA ABSOLUTA

1º ELEUTERIO HUERTA RECUENCO

BILLA VETERANOS

1º EMILIANO ELOY CIFUENTES

TIRO DE BARRA JUVENIL

1º JOEL APARICIO HARO

TIRO DE BARRA VETERANOS

1º PEDRO MARCO OSMA

TIRO DE BARRA ABSOLUTA

1º ANTONIO CANO OSMA

TIRO DE REJA

1º ANTONIO CANO OSMA

BOLEO JUVENIL

1º VICTOR SANTIAGO VISIER
JOSE ARCANGEL MOTOS MARCO

BOLEO VETERANOS

1º PEDRO MARCO OSMA

BOLEO ABSOLUTA

1º FERMIN MARTINEZ SAIZ
BENJAMIN MARTINEZ SAIZ

PETANCA ABSOLUTA

1º JOSE OSMA MARTINEZ
FEDERICO CANTERO MOTOS
GRACIANO LOPEZ MARTÍ

PETANCA VETERANOS

1º ANTONIO LOPEZ SAIZ
PEDRO CAÑAVATE CASAS

PETANCA MUJERES

1º MARIA DOLORES MARTINEZ CAMPILLOS

LA CALVA

1º JUAN PINAR PINILLA

EL TÁNGANO ABSOLUTA

1º VENANCIO MADRIGAL MORENO

EL TÁNGANO MUJERES

1º CORAL LUJAN MADRIGAL

LOS BOLOS DE CUENCA

1º JESUS CANO BUENO
AMADOR BLANCO VARQUERO
HILARIO BELMAR MARTINEZ
JESUS GUIJARRO GALLARTE

Ganadores Fase Comarcal Zarzuela 2003

BILLA MUJERES

1º ALICIA SORIA GOMEZ

BILLA JUVENIL

1º DAVID BALLESTEROS CARRASCO

BILLA ABSOLUTA

1º PEDRO CONTRERAS BASCUÑANA

BILLA VETERANOS

1º MANUEL CARRASCO

TIRO DE BARRA JUVENIL

1º EDUARDO HERRAIZ GALDRAN

TIRO DE BARRA VETERANOS

1º MODESTO ORDOÑEZ VALLADOLID

TIRO DE BARRA ABSOLUTA

1º RAUL SORIA IGLESIAS

TIRO DE REJA

1º RAUL SORIA IGLESIAS

BOLEO JUVENIL

1º DAVID PAGE ARRIBAS
EDUARDO HERRAIZ GALDRAN

BOLEO VETERANOS

1º MODESTO ORDOÑEZ VALLADOLID

BOLEO ABSOLUTA

1º FERNANDO PERALTA RODRIGUEZ
EMILIO REYES PERALTA

PETANCA ABSOLUTA

1º JULIAN CASTELLANOS DOLZ
LUIS FERNANDEZ RUIZ
JESUS CONTRERAS BASCUÑANA

PETANCA VETERANOS

1º JESUS PEYTAVI RODRIGUEZ
ANDRES SEVILLA PEREZ

PETANCA MUJERES

1º CARMEN GOMEZ ARCOS
JULIA REGAL SORIA

LA CALVA

1º DAVID BALLESTEROS CARRASCO
AURELIO CULEBRAS ORTEGA
JOSE RAMON CULEBRAS GOMEZ
ISIDORO SORIA MARTINEZ

EL TÁNGANO ABSOLUTA

1º RAUL SORIA IGLESIAS
ISIDORO SORIA MARTINEZ

EL TÁNGANO MUJERES

1º JULIA REGAL SORIA

LOS BOLOS DE CUENCA

1º JULIAN CASTELLANOS DOLZ
MODESTO ORDOÑEZ VALLADOLID
JOSE GARCIA HONTECILLAS
JOSE SANCHEZ FERNANDEZ

Cervicalgias (II)

Síntomas

Los síntomas que pueden aparecer y que varían en función de la mayor o menor gravedad del origen de la cervicálgia en cuestión son:

- Dolor en musculatura posterior y lateral del cuello.
- Contracturas musculares muy palpables (durezas musculares).
- Impotencia funcional parcial, limitada por el dolor y las contracturas musculares que existen.
- Dolores irradiados a brazos, antebrazos o dedos, y hormigueos o acorchamiento (más ligados a los casos de hernia o protusión discal).
- Dolores de cabeza, por la comprensión que ejercen las contracturas musculares sobre vasos y nervios, imposibilitando el normal desarrollo sanguíneo (se reduce el aporte de oxígeno) y nervioso.
- Sensaciones de vértigo, vahído o inestabilidad (aunque también pueden deberse a problemas de oído, vista, tensión arterial; para ello el médico especialista debe distinguir de donde provienen).
- En estado de gran contractura en musculatura lateral del cuello, especialmente de los músculos esternocleidomatoideos por su inserción distal en clavícula, se nota opresión en la garganta al realizar la deglución al comer.
- Dolor en la cara posterior de la cabeza (occipital), con reflejo que recorre la cabeza hacia delante llegando a los ojos, pudiendo afectar a uno o a los dos lados (Neuralgia de Arnold).

Diagnóstico

Según la sintomatología referida por el paciente, el profesional médico realiza la exploración física en busca de contracturas musculares, así como una valoración de la movilidad de las extremidades superiores para comprobar si existe compromiso radicular. También es conveniente evaluar mediante pruebas musculares la hipertrofia o hipotrofia de un grupo muscular concreto.

Con pruebas radiológicas se determina finalmente el origen exacto de las cervicalgias: rectificaciones vertebrales, protu-

sión o hernia discal, artrosis vertebral, etc... Si radiológicamente no se evidencia ninguna causa aparente, podemos pensar que su origen radica en problemas musculares por sobreefuerzo, deficiente higiene postural, por acumulación de tensiones en el trabajo o por problemas personales o familiares que conlleva una mayor tensión en la musculatura del trapecio, cuello y paravertebrales cervico-dorsales.

Tratamiento

«Un cuello sin contracturas musculares se puede decir que es un cuello sano».

Tratamiento conservador; el primer paso siempre es el de reducir y eliminar las contracturas mediante:

- termoterapia (aplicación de calor local).
- ultrasonidos en la zona contracturada (no aplicando en apófisis espinales, sólo en la musculatura paravertebral).
- masaje relajante.
- masaje descontracturante.
- Shiatsu (digitopuntura).
- Cyriax en inserciones tendinosas (siempre que no produzcan mareos).
- Movilizaciones pasivas de cuello (cuidado con las sensaciones de mareo), para dotar de mayor elasticidad a la musculatura (contraindicado en casos de hernia discal).
- Trabajo de movilidad articular de cuello, hombros y cintura escapular.
- Es recomendable dormir con bufanda de lana, para que se mantenga el calor corporal por la noche, resolviendo la contractura poco a poco; también protegerse el cuello durante el día con ropa caliente, no collarín cervical -éste sólo se recomienda en casos evidentes de esguince cervical, pues de no ser así atrofia los músculos cervicales y endurece las contracturas).
- Higiene postural: procurando evitar posturas inadecuadas con cabeza muy baja (costureras), coger el teléfono entre hombro y oreja (telefonistas u operadoras), dormir con almohada que se adapte a la anatomía del cuello, no dormir boca abajo.
- Técnicas de relajación.

**CENTRO DE MEDICINA DEPORTIVA
Y
REHABILITACIÓN**



VÍCTORIA



**BENEFICIESE DE NUESTRAS
TARIFAS ESPECIALES:**

- ◆ PRECIOS REDUCIDOS A: PENSIONISTAS Y JUBILADOS
- ◆ PRECIOS ESPECIALES A DEPORTISTAS FEDERADOS
- ◆ IGUALS DEPORTIVAS PARA EQUIPOS
- ◆ SOCIEDADES

PARA CUALQUIER CONSULTA NO DUDE EN VISITARNOS O LLAMARNOS POR TELÉFONO, ESTAMOS A SU ENTERA DISPOSICIÓN EN HORARIO.

DE LUNES A VIERNES: DE 10 A 14 H. Y DE 17 A 20,30 H.
SÁBADOS: 10,30 A 13,00 H.

C/ PRINCESA ZAIDA, Nº 8 - 16002 CUENCA
TEL. Y FAX: 968 23 68 25

TRATAMIENTOS:

- ARTROSIS
- CERVICALES
- COLUMNA VERTEBRAL
- RECUPERACIÓN DE LESIONES DEPORTIVAS Y POSTQUIRÚRGICAS
- LESIONES NEUROLÓGICAS
- LUMBALGIA
- CIÁTICA
- ESGUINCES
- CONTRACTURAS Y DISTENSIONES
- HOMBRO DOLOROSO
- ETC.

Hoy les sugerimos....

Barcelona hoy

Lo que es imposible es imposible e intentar forzar la capacidad de las cosas, además de ingenuo, es perder el tiempo. Porque el tiempo, aparte de inexorable en su imparable andadura, está dotado de una estructura rígida, no es elástico, y un segundo es un segundo; un minuto sesenta unidades del anterior; una hora otros tantos módulos de este último y un día, veinticuatro veces esta ya apreciable magnitud, de las cuales, no hay que olvidarlo, dedicamos un tercio, normalmente, a dormir, tiempo que en la práctica, además del descanso, sólo nos depara la utilidad del mundo onírico, cuando recordamos lo que sucede durante esta actividad de nuestra mente, incontrolable desde la perspectiva volitiva, que es poco.

La oferta gastronómica de Barcelona es prácticamente inabarcable en toda su variedad, e intentar dar una visión del conjunto en un artículo sería comparable a la agustiniana conversación con el niño en la playa. En cuatro días no fue poca la actividad, intentando aglutinar en nuestro recorrido la mayor cantidad de oferta variada y ambientes diversos. Los clásicos, han estado representados en mayor número, pero no por ello desmerece el acierto en los segundos. El restaurante Salamanca, en la Barceloneta, sustituyó al designado inicialmente: Casa Leopoldo, el primero del orbe carvalhiano, por un error en las circunstancias del acercamiento; sitio turístico en apariencia y consecuencia, pero que sirve unos arroces —en nuestro caso uno con bogavante— a los que, sinceramente, no se les puede hacer ningún reproche consistente cuando se los tiene delante para desmentir cualquier calumnia que se pueda verter en su presencia. Jaume de Provença, mantiene el tipo en la calle que ha sustituido como apellido comercial al de su propietario, Jaume Bagés, que con su humanidad campechana sigue recibiendo a la clientela en la entrada, tras la barrita dispuesta para cuando hay que esperar; su carta se mantiene en la intencionalidad inicial de mostrar una cocina catalana pasada por el filtro de la modernidad y en continua renovación. La bodega, excepcional, sobre todo en caldos catalanes.

Remontándonos más en el tiempo, en días del *ancien régime* español reciente, un restaurante tradicional de la época: Vía Veneto, donde José

Monje mantiene el estilo de siempre en el trato hacia los que por allí recalán; cocina de alto copete con grandes reflejos de los platos más típicos de la cocina internacional iluminados por unas materias primas de la tierra escogidas meticulosamente. Un templo modernista de la más rancia cocina señorial que mantiene sus señas de identidad, donde aún se llama al pan, pan y al vino, vino, nunca mejor dicho, pues la carta de su bodega, despierta añoranzas sentimentales que deberían estar prohibidas por los cardiólogos.

Bajando al terreno de la más rabiosa actualidad posmoderna, regresamos en incursión nocturna a la Barceloneta, una zona que suponemos heredera del remozamiento general olímpico, que parece un centro donde quedar con gente guapa, sin inhibiciones ni protocolos. Elegimos Agua, al azar, que yo creí hasta que la realidad impuso su máxima de que las cosas no son lo que parecen, y el acierto simuló obsequio de la suerte. Cocina despreocupada para gente joven de cuerpo o espíritu, con combinaciones de aspecto imposible que en el paladar justifican su porqué y unas materias primas excepcionales, con un tratamiento sabio y serio que no desmerece al que pueda darle el chef más malas pulgas con bigote de húsar que pueda representarnos nuestro imaginario. Ganas de volver.

Finalizamos el periplo degustativo —en todas sus variables— en Tenorio, brasería italianizante de diseño, de amplio aforo y clientela que lo justifica. Servicio joven, rápido y competente multirracial y cosmopolita. Cocina correspondiente que no cierra a mediodía y mantiene horario continuo de servicio. Ambiente *cool* diseñado para ver y que te vean en el Paseo de Gracia, un poco más abajo de la Casa Batlló.

De correprisas una licencia para la nostalgia que nos reclamaba Carvalho desde la ventana de su garito en La Rambla, viéndonos pasar de arriba abajo y viceversa sin detenernos, un poco amoscado. Paseo rápido, pero nutricional, por el mercado de La Boquería, ese templo donde se abastece la cocina mediterránea. Y copa vespertina en Boadas. Ya.

A manos



llenas



¿Es posible otro mundo?

El valor de la identidad

En el río revuelto de la *globalización* existe una tendencial creciente a la uniformidad. La vorágine del *pensamiento único* y su inmersión virtual en los campos de la economía y de la tecnología nos ha arrastrado también a la mundialización de la cultura. La primacía de esta unidimensionalidad sitúa en grave riesgo a la multiculturalidad como expresión y suma de visiones y versiones del mundo. El universo cultural de la llamada posmodernidad y sus axiomas, conducidos por los *mass-media* y demás lógicas forzadas por la cultura dominante, está poniendo en un trance preocupante la supervivencia de los múltiples y variopintos universos relativos de la diversidad cultural: *las identidades*.

Mediante un escape -un *simulacro*, al decir de Jean Baudrillard- el sistema amordaza e implosiona las potencialidades culturales y las sustituye, con suplantación de lo real, en una abstracción aparente a escala planetaria. Esta hiperrealidad, implantada por un macroproceso de fascinación a través de la ficción, deja sumidas a aquéllas en un hiperconformismo destructor real. Este modelo pujante imprime una dinámica devoradora de la energía cultural espontánea y autónoma e induce, a través de este nuevo laboratorio de ficciones, al amodorramiento y al engullimiento de la diversidad cultural de lo auténtico. Las masas, estimuladas por cotidianidad embrutecida del consumo, se muestran más permeables a la domesticación de las relaciones culturales. La disuasión cultural es un mecanismo de vaciado mental alienante para la masa silenciosa, que absorbe energía y no la refracta. Es la cultura oficial para la mayoría callada, que atrae las radiaciones producidas por la espontaneidad y los aspectos diferenciales de la determinación, y llega a neutralizarlos con el amilanamiento pasivo del hombre, concibiéndolo sólo como productor/consumidor satisfecho en un mundo feliz.

Ante estas situación de involución, impuesta por el rasero monolítico de lo global, nos preguntamos: ¿cabe sólo la aceptación de la derrota a través la asunción pasiva, o la evasión? ¿Existe alternativa posible para la victoria? Podemos responder a estas y a otras preguntas con una sola afirmación: es posible.

Esta posibilidad puede ser realidad mediante la reivindicación de la autenticidad radical, de lo propio, con sentido y sentimiento, desde el territorio y por las personas. La UNESCO así lo ha entendido en sus recomendaciones, proclamando: "... que cada pueblo tiene derecho sobre su propia cultura y que su adhesión a esta cultura pierde a menudo su fuerza bajo la influencia de la cultura industrializada difundida por las media". Por parte de algunos organismos y expertos internacionales se está postulando por esta nueva tesis de salvaguarda de la biodiversidad cultural y por la preservación y revitalización de este patrimonio inmaterial o intangible, aunque real, como el más preciado



Juan Vicente Casas
Abogado
ex-senador y
alcalde de Iniesta

tesoro de los hombre y de la Humanidad.

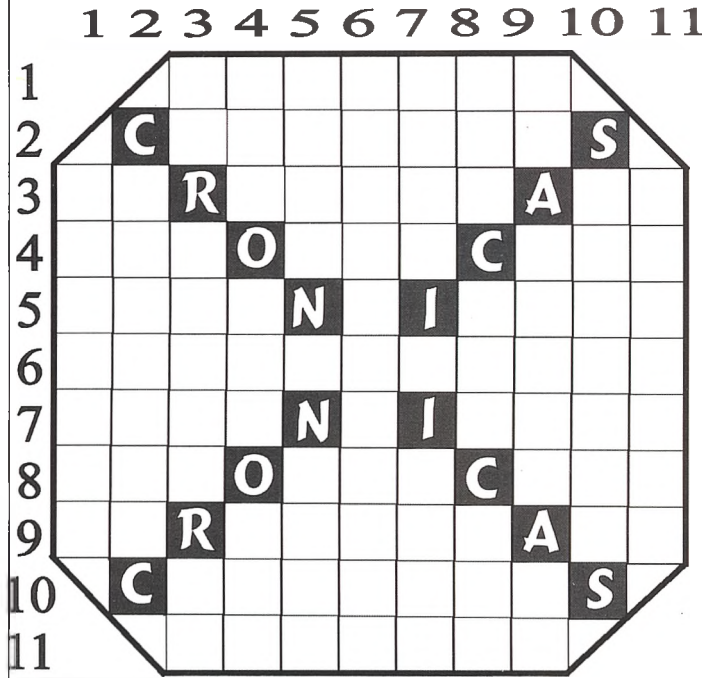
Frente a la monocultura oficial y estandarizada de la *globalización*, fuera de nostalgias de horizontes cerrados y de posibles tentaciones de reaccionarismo, debe tomar la palabra la multiculturalidad. La pluralidad cultural se concibe como la emanación propia y legítima, libre y autóctona de las comunidades respondiendo a su diversidad, fundada su idiosincrasia, su tradición, su historia, etc., y se expresa como un estado diferencial y diferenciador de la propia vitalidad de cada grupo. Esta apuesta de respeto por la esencia y la integridad de cada colectivo, y la forma de hacer valer su espíritu particular, es la clave para de mantener vivo y activo su acervo cultural, antropológico, etnográfico, histórico y el fundamento para perpetuar sus

raíces y su memoria colectivas. Sólo a través del afloramiento y recuperación de sus afectos y autoestimas, como referentes individuales y sociales de pertenencia -transmitidas generacionalmente de muchas maneras: formas de hablar y de expresarse, patrones de comportamiento, modos y modas, costumbres y tradiciones, artesanado, arquitectura, etc.- sirven como un cemento inmaterial que aglutina, vertebrada y estructura al conjunto. Y además, es el más potente factor de cohesión social que constituye e instituye la garantía de su propia supervivencia.

Estos elementos, que son el nutriente funcionalmente integrador de cada comunidad, han de ser puestos en valor de forma continua, dinamizados y realimentados por cada grupo para mantenerlos vivos y activos, y proseguir, eslabón a eslabón, construyendo su cadena histórica. Además, en la relación con los valores de otros grupos, para que sean respetables y respetados, han de situarse en un plano horizontal, de igualdad y tolerancia, de tal manera que se pueda conseguir una armónica y pacífica coexistencia: la convivencia intercultural. Es ahí, en la conciencia de la diversidad o multiplicidad cultural, y con la asunción por todos de los hechos diferenciales de todos y sus interacciones no excluyentes, donde reside la clave del enriquecimiento social.

Frente al simulacro, la realidad. Frente a la involución, la revolución. Frente a la implosión cultural, la explosión cultural. Frente al papanatismo de la cultura homogeneizada, la autenticidad de la propia cultura para fomentar el lenguaje, el amor, la información y la creatividad. Éste es el nervio y la fuerza motriz para el desarrollo del territorio y sus gentes. La alternativa a la cultura global se alberga en la cultura local. Sólo en este ámbito cotidiano (territorio y personas) reside la palanca para cambiar el mundo. Y sólo en la autenticidad, mantenida y potenciada como valor de identidad, se halla el hilo conductor para que la energía social, desde la libertad y la creatividad, no se neutralice y siga impulsando los procesos de desarrollo en el futuro.

CRUCIGRAMA

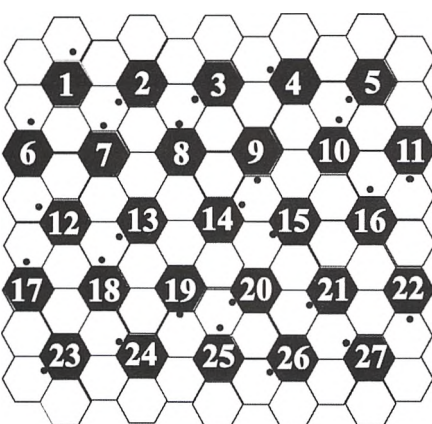


HORIZONTALES.- 1:Conveniencia.- 2:Cuentos, historias.- 3:Doscientos. Áridos. Antes del medio día.- 4:Piedra sagrada. Igualdad de nivel. Lío.- 5:Árbol verbenáceo de flores blanquecinas. Consonante. Humor que fluye de ciertas llagas.- 6:Que acapara.- 7:Composición poética. Oeste. De palabra.- 8:Composición lírica. Recto. Cierta cerveza.- 9:Sodio. Da cobijo. Pronombre.- 10:Armarito hecho en la pared, para guardar comida.- 11:Curólas.-
VERTICALES.- 1:Probaron.- 2:Avenida.- 3:Voz de mando. Dobla el viento las mieses. Primero.- 4:Ciertas letras. Asociación de padres. Flanco de un ejército.- 5:Percibir un olor. Vocal. Tuestan.- 6:Aplicase al lenguaje incorrecto y de mal gusto.- 7:Autillos. Antes, Alicante. En cierto sentido, bobo.- 8:Número par. Mal de la cabeza. Antigua medida de longitud.- 9:Interjección. Acongoja, aflige. Campeón.- 10:Atascalo.- 11:De ellos salen las moras.-

EL PANAL

Los resultados se escriben en el sentido de las agujas del reloj, empezando por el punto.

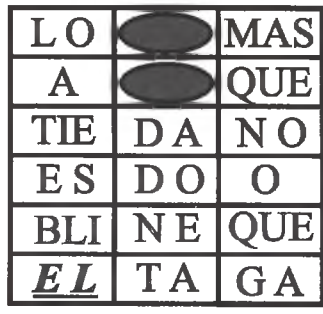
- 1:Empezar a mostrarse, 2:Arbol moráceo. 3:Flojo, poco activo.
- 4:Pobres, indigentes. 5:Lleno de poros.
- 6:Abertura. 7:Mata de pelo. 8:Huella dejada por una rueda. 9:Arrimes por la espalda. 10:Quitase las ramas superfluas. 11:Mal de la cabeza.
- 12:Persona que vende ajos. 13:Lance de red. 14:Poned mote o apodo. 15:Tráeme hacia dentro. 16:Argumento formado por dos proposiciones contradictorias. 17:Reunión o grupo de esporangios. 18:Dícese del halcón pequeño que salta de rama en rama. 19:Nombre de varón.
- 20:Cierto armario. 21:El que impulsa una embarcación. 22:Espécie de criba. 23:De piel tostada. 24:Se desprenden de los cuerpos las sustancias volátiles. 25:Instrumento antiguo para pesar. 26:Tardío en el pago. 27:Rezamos



SOLUCIONES

AL CRUCIGRAMA HORIZONTALS (Solo) - 1:Acomodo.- 2:Relatos.- 3:Ce. Secos. Am.- 4:Ar. Ras. Ato.- 5:Tea. R. Icor.- 6:Acopradora.- 7:Rima. O. Ornl.- 8:Oda. Avo. Ato.- 9:Na. Asila. Os.- 10:Alconas.- 11:Samolas.-
EL PANAL - 1:Acomar. 2:Morera. 3:emiso. 4:Imopos. 5:P:rosos. 6:Raja. 7:Madaja. 8:Redada. 9:Adosos. 10:Podase. 11:Idos. 12:Ajera. 13:Redada. 14:Apodad. 15:Reseme. 16:D:lema. 17:Soro. 18:Rimero. 19:Amador. 20:Ropero. 21:Remero. 22:Arej. 23:Moreno. 24:Emumen. 25:Romema. 26:Moroso. 27:Oramos.
AL SALTO DE CABALLO - El que da lo que tiene, no está obligado a mas.-
AL JEROGLIFICO - D-primero.- L-en tejas.- De primero, lentijas.-

SALTO DE CABALLO



Empezando por la sílaba que más resalta y siguiendo los movimientos del caballo, encontrarás un refrán.-

JEROGLIFICO



¿Que tomasteis?

KIOSKO SANTA ANA



- ARTÍCULOS PARA DESPEDIDAS DE SOLTEROS/AS.
- PRENSA, REVISTAS, CHUCHERIAS, REGALOS.
- SE PREPARAN BOLSAS PARA CUMPLEAÑOS.

Escultor Jamete, 3 bajo. Tel.: 969 22 12 27. CUENCA

Inyección de **sensaciones**



Ahora JTD en 3 y 5 puertas. Llega Alfa 147 JTD. Con la potencia y la tecnología del sistema Common Rail. Con el equipamiento de serie más completo de su categoría. Y con el estilo deportivo más avanzado de Alfa Romeo. Pura sensación.

En versiones 1.9 JTD, 115 CV y gasolina 1.6, 120 CV y 2.0, 150 CV, cambio normal o Selespeed. Pruebalos llamando al 902 147 000. www.alfa-es.com

Concesionario Oficial Alfa Romeo

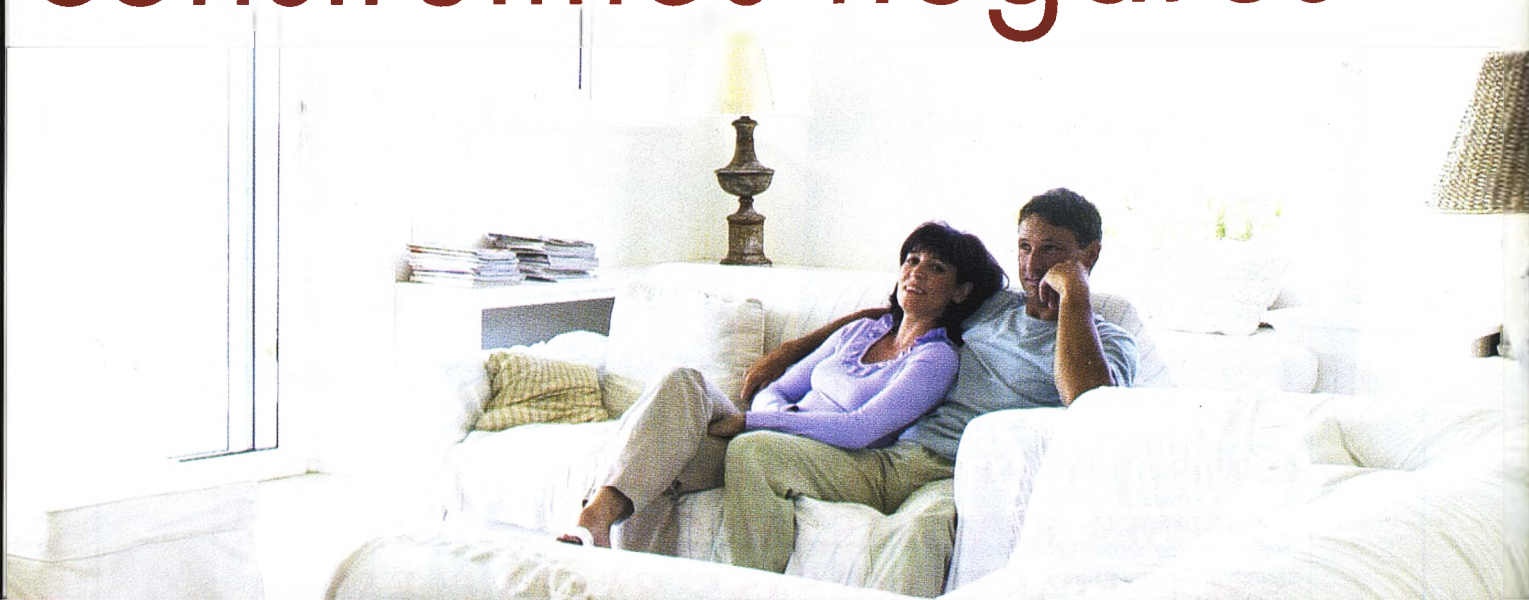
HUECAR MOTOR, S.A.

Avda. Cruz Roja, s/n
Telf. 969 23 55 12.
CUENCA



Quone Sportive

construimos hogares



► **Alicante**

► **Cuenca**



Residencial Nuevo Parque Sol



Residencial Universidad



Residencial Buenavista

► **Madrid** Próxima construcción



GRUPO
INMOBILIARIO

www.grupogv.com