



Los cursos podrían repetirse en enero debido a la gran demanda, que ha rebasado los cálculos de la organización

Gran éxito de asistencia a los cursos de Autoestima de la psicóloga Noblejas Solís.

Jóvenes alumnos también reciben clases sobre auxiliar de ayuda a domicilio y aplican sus conocimientos en la Residencia de Ancianos



Desde el pasado 13 de octubre se está impartiendo un curso sobre Autoestima en el Salón de Actos del Centro Social Polivalente, organizado por el Área de Servicios Sociales del Ayuntamiento. Las jornadas, que llevan el título: «Cómo cambiar nuestras percepciones y sentimientos negativos y valorarnos en nuestra justa medida», están dirigidas por la psicóloga Blanca Noblejas Solís, conocida ya en la provincia de Ciudad Real por sus aportaciones en conferencias y charlas sobre la enfermedad del Alzheimer, mal que ataca directamente al cerebro de las personas mayores.

El curso está dirigido a aquellas personas que se vean en la necesidad de incrementar su nivel de autoestima. Además, la psicóloga Noblejas Solís realiza con los alumnos diferentes técnicas de entrenamiento de la memo-

ria, pautas y trucos para perder el miedo a hablar en público y ejercicios de relajación. Las clases se imparten los lunes, miércoles y viernes, entre las 11 y las 12,30 de la mañana, y hasta el día 19 de diciembre.

Sin embargo, debido a la gran demanda de plazas que han tenido estas clases pedagógicas, quedándose muchas personas fuera, se está estudiando la posibilidad de volver a repetirlo en el mes de enero de 1998.

Ayuda a domicilio

Por otra parte, Blanca Noblejas también se ha hecho cargo de unas jornadas que comenzaron el 16 de octubre en el mismo lugar y que están destinadas a jóvenes de entre 14 y 20 años de edad. El objetivo de este curso teórico-práctico es inculcar una serie de conocimientos para auxiliares de ayuda a domicilio. También se programan visitas a la Residencia de Ancianos «La Milagrosa», donde la psicóloga Noblejas -miembro de la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Ciudad Real- imparte las diferentes pautas para ayudar a las personas mayores. Las clases para estos jóvenes se desarrollan los martes y jueves de las 4,30 a las 7 horas de la tarde, y finalizan el 14 de noviembre.

Algo de Pluviometría y Ecología

Pluviometría, 2º cuatrimestre:

Ha pasado el segundo cuatrimestre del año; la lluvia ha caído como es normal en estas fechas, que incluyen el verano. No obstante, hemos estado por debajo del año pasado. Veremos si el tercer cuatrimestre es más pródigo en lluvias, aunque yo creo que septiembre y octubre estarán en niveles más bien bajos.

Agua caída en este segundo cuatrimestre:

Mayo: 33'3 L/m2.

Junio: 32'1 L/m2.

Julio: 19'3 L/m2.

Agosto: 13'5 L/m2.

Total de agua caída desde primero de enero: 209'4 L/m2.

Beneficio medio ambiental, 2º cuatrimestre:

Como ya saben ustedes, Cáritas Interparroquial sigue realizando la recogida de cartón y papel en tiendas, empresas y almacenes; todo ello conlleva



por FRANCISCO LÓPEZ DE LA MANZANARA

un beneficio ecológico que a continuación voy a reflejar:

2.022 árboles salvados de la tala.

14.902.000 litros de agua ahorrados gracias al reciclado de papel y cartón.

66 años ahorrados de energía eléctrica en un hogar medio.

519'85 m3 de vertedero que no ha sido necesario excavar para enterrar el cartón y el papel recogidos.

Hasta mi próximo informe, que será D.m., a finales de año.