

Nueva Directiva y nuevas ideas en la banda



trumentos existentes, los uniformes...

Te diré que la situación actual es delicada, siempre lo ha sido, pero creo que ahora más, aunque confío en que esta situación se podrá revertir. Como sabéis la Banda la forman en su mayoría jóvenes, que están estudiando o trabajando fuera de Yeste, lo que provoca que, aun siendo un número importante de músicos, en ocasiones no están tantos como necesitamos; el que no estén aquí, incide en que no pueden venir a ensayar; y esto en que el nivel no mejore. Con los músicos mayores ocurre otro tanto, pues tienen obligaciones que cumplir. Pero tengo que subrayar que, gracias a la formación que tienen, los problemas se minoran.

¿Cuáles son los planes, que tenéis para superar estas dificultades que comentas?

La verdad es que no tenemos un minuto de respiro, y los proyectos que ya hemos empezado a desarrollar son muy esperanzadores.

Este año 2016, se celebra el 30º Aniversario de la creación de la Banda de música, y por tal motivo, vamos a volcarnos en esta celebración, que queremos sea el impulso para la vuelta de todos aquellos que un día estuvieron en la Banda; que vuelvan a compartir sus antiguas ilusiones; queremos que vengan, pues tienen conocimientos, instrumentos... solo les faltan las ganas, pero de generar esa ilusión nos encargaremos nosotros.

En la primera semana de Agosto, vamos a celebrar el aniversario con diversos actos, como la realización de un campamento para los músicos

y educandos, que se celebrará del uno al cinco de agosto, aquí en Yeste, con el objetivo de fortalecer los lazos de amistad entre todos los músicos y profundizar en su perfeccionamiento musical.

Vamos a realizar un concierto el día 5 de agosto por la noche en el Castillo, con luz de candiles y antorchas, y por eso lo hemos bautizado como el "CONCIERTO DE LA NOCHE DE LUZ", en el que actuará un cuarteto de cuerda. El día 6 de Agosto, celebraremos el Día del Socio y Aniversario, con un encuentro de las Bandas de Moratalla, Nerpio y Yeste, que se realizará a lo largo de todo el día, con un concierto de todas las Bandas, y en la que esperamos poder dar alguna sorpresa.

¿De puertas adentro como lo habéis planteado?

El futuro de la Banda está en la cantera que consigamos crear, y es por eso que nuestra máxima preocupación es la Escuela de Música. En la actualidad disponemos de 32 educandos y queremos que, para el año próximo o siguientes, este conformado al menos por el doble, de manera que es necesario la ampliación de la Escuela. Para disponer de más infraestructura, que facilite y posibilite la formación de estos nuevos músicos, hemos solicitado al Ayuntamiento un local de mayor superficie y tendremos que contratar más profesores. Este es nuestro gran reto, el más importante.

Además queremos volver a salir a realizar actuaciones fuera de Yeste, como ya se hizo en su momento: Fallas, Feria de Albacete, Moros y Cris-

tianos, Semana Santa (única salida en la actualidad), y cualquier otra que pueda surgir. Entendemos que esto es importante para la motivación de los músicos y para la propia Asociación, como un icono más de nuestro Pueblo.

Pero para ello, también hace falta la implicación y compromiso de todos los yesteros. Desde aquí aprovecho para solicitarles su apoyo, haciéndose socios.

¿Cómo pueden ponerse en contacto con vosotros?

Si están en Yeste, todas las tardes de los Jueves y Viernes en el local de la bajada del Convento a la Plaza, siempre hay alguien de la Junta Directiva. Me vais a permitir que los nombre: Pedro Ángel, el de la Cruzcampo, Tere de la Farmacia, Pili de los Piensos, Benito el anterior Presidente y tres músicos, Mónica, Carlos de Lucio y Miguel del Registro. Además tenemos una cuenta de correo electrónico que es ambeneche@gmail.com, también una página en Facebook: A.M. Beneche, y vamos a iniciar la puesta en marcha de una página web.

¿Quieres añadir algo más?

Ya que me das la oportunidad, me vas a permitir que lance otro de los proyectos de este año, como es la "CESTA DE NAVIDAD", que estará valorada en unos 6.000 euros aproximadamente, y que esperamos sea todo un éxito.

Por último daros las gracias por vuestro interés y deciros que aquí estamos para lo que necesitéis. Gracias.

Pedro Artuñedo

Psicología práctica

Espero que mis artículos os sirvan para la vida cotidiana y resulten sencillos de entender. Podéis mandar las preguntas que queráis al email del periódico y yo contestaré gustoso vuestras dudas.

El optimismo: beneficios

Podemos definir el optimismo como la predisposición a entender y a analizar la realidad desde su aspecto más positivo. Se opone al vocablo pésimo, es decir, lo peor.

Resulta interesante mencionar que este vocablo tiene su origen en el latín optimum "lo mejor". El escritor y filósofo Voltaire, fue quien popularizó esta palabra al agregarla como sustitutivo en el cuento "Cándido" de 1759.

Como doctrina filosófica se opone al pesimismo (del latín pesimum, que se traduce como "lo peor"), una postura centrada en la idea de que estamos en el peor de los mundos posibles.

Las personas optimistas se enfrentan directamente a los problemas, no huyen de ellos. Guarda relación con la motivación y la persistencia porque esperan un resultado positivo, incluso cuando no lo logran, son capaces de aprender y crecer a partir de la experiencia negativa. Se centran en aquello que pueden controlar y no pierden el tiempo pensando que lo que no pueden controlar deba ser diferente. Viven en el presente y miran el futuro, dejando el pasado en su sitio sin lamentaciones sobre los errores cometidos.

Los optimistas se ven a sí mismos como personas capaces de actuar y producir cambios y no como personas indefensas. Esto repercute de forma positiva en la salud física y mental. Si sabes mirar el lado positivo de la vida, no sólo serás más feliz, sino que además, estarás más sano, vivirás más experiencias positivas y estarás menos estresado.

Entre los beneficios del optimismo están los siguientes:

- Ayuda a lograr éxito: las personas optimistas funcionan mejor que las pesimistas, ya que supone una actitud permanente de volver a comenzar ante

las dificultades y de analizar las situaciones para comprender mejor su naturaleza y tomar de ellas lo positivo.

- Mejora la salud: algunos estudios han asociado al pesimismo con mayores tasas de enfermedades infecciosas, mortalidad más temprana y mala salud.

- Persistencia: los optimistas son más persistentes, no se rinden con tanta facilidad como los pesimistas y por tanto, tienen más posibilidad de alcanzar los logros que se propongan.

- Menor nivel de estrés: los optimistas experimentan menos estrés que los pesimistas. Crean en sí mismos y en sus capacidades y esperan que les sucedan buenas cosas. Ven los eventos negativos como algo que pueden superar y los positivos como prueba de que vendrán cosas mejores. Al creer en sí mismos son capaces de asumir más riesgos.

- Mayor longevidad: los optimistas viven más tiempo y sus enfermedades parecen tener mejor pronóstico.

- Mejor salud emocional: las personas más optimistas tienden a salir más fortalecidos de las situaciones traumáticas.

Después de todos estos factores en los que influye el optimismo, uno se pregunta: ¿Se puede aprender a ser optimista? Podemos decir sin temor a equivocarnos, que para empezar a tener una actitud positiva hay que seguir una serie de pautas. Entre las mismas, se encontraría el analizar la misma desde sus puntos más positivos, el apostar por buscar soluciones en lugar de críticas, el no tomar decisiones a la ligera y finalmente, el pedir ayuda de un profesional, si se necesita.

Eloy Psicólogo

DEPORTES

por Carlos González García y Jorge García Lozano

VII Carrera BTT "Villa de Yeste"

Iván Martínez y Verónica González, claros vencedores en Yeste



Ciclistas locales tras la carrera

El pasado 12 de junio se vivió en Yeste una auténtica fiesta de las dos ruedas.

A las 9:30, bajo un cielo despejado y un sol radiante, Cortes Buendía, (alcaldesa de Yeste), daba el pistoletazo de salida a la VII Carrera BTT Villa de Yeste, concentrando a 350 ciclistas (record participación en la localidad) de todos los rincones de nuestra

provincia y de las provincias aledañas.

La prueba se realizó sobre un trazado de 34 durísimos y a la vez espectaculares kilómetros. La salida, al igual que en ediciones anteriores tuvo lugar en la plaza del convento, dirigiéndose por la calle la orden hacia la salida del pueblo y de ahí por la carretera de Boche hasta llegar al cerro de San Bartolome. En este punto se iniciaba una ascensión de 5km, aproximadamente, dirección Monte Ardal, para después dejarse caer a la zona de Fuentes, por donde transcurriría gran parte de la carrera. En el último tramo, de nuevo, "escalarían" el Monte Ardal para posteriormente descender increíbles sendas a la zona del cerro de san Bartolome y finalizar en la plaza del Convento.

En el plano deportivo, la victoria fue a parar a manos del ciclista Letureño Iván Martínez (HMBikes BMC Team) tras una carrera en solitario de principio a fin. En categoría femenina el primer puesto fue para Verónica González (Conchel Racing Team), consolidando el liderado de la clasificación general.

En cuanto al recorrido alternativo, que en esta ocasión constaba de 22 kilómetros y no exento de dificultad, Julio García Martínez en categoría Junior y Celia Pino y Amado Serrano en categoría Absoluta, se alzaron con la victoria.

En categoría local el vencedor fue Raúl Martínez (Bike&Beer).

Tras la prueba, los participantes y acompañantes pudieron disfrutar de un aperitivo en el polideportivo del colegio.



Alberto Cózar, de Llano de la Torre, Campeón de España de Recortadores

Alberto Cózar, nacido el 24 de marzo de 1990 en Llano la Torre, se proclamó campeón de España de recortadores, durante las Fiestas del Pilar de Zaragoza del pasado año 2015.

Ante seis toros de gran presencia y junto a otros catorce compañeros, Alberto ofreció un repertorio de concentración, quietud y osadía, haciendo pasar los pitones rascando su taleguilla goyesca, destacando su actuación en el último toro, el de la finalísima; un toro de Valdefresno, negro, impresionante por su volumen, su cara y su astifina y enorme cornamenta.

Gritos de la Sierra ha querido acercarlo a sus lectores.

Alberto ¿Cómo se llega uno a ponerse delante de un toro?

Eso llega primero aficionándose al toro, y poco a poco vas cogiendo experiencia con los animales hasta que uno mismo se siente preparado para dar el salto y superarse, haciendo lo que venías haciendo con el resto de animales pero ahora delante de un toro.

¿Tienes miedo?

Sí, claro, por supuesto, y el que diga lo contrario mentiría, el miedo es bueno para hacer que respetes lo que tienes delante y darle importancia a lo que haces y a tu vida.

¿Te sientes torero?

No, siento que toreo pero lo hago a mi manera, ya sea quebrando o cortando, y a eso se le llama quebrador y recortador, no torero.

Hay muchas plazas llenas en el espectáculo de recortadores ¿se puede ganar dinero?

No, lo que se gana no es paralelo a lo que hacemos y al riesgo al que nos exponemos. Yo



En Zaragoza, Octubre de 2015

esto lo hago más porque me gusta y por afición, no por el dinero que se pueda llegar a ganar.

Ser reconocido como campeón de España, ¿te hace pensar en parar o es un estímulo para continuar?

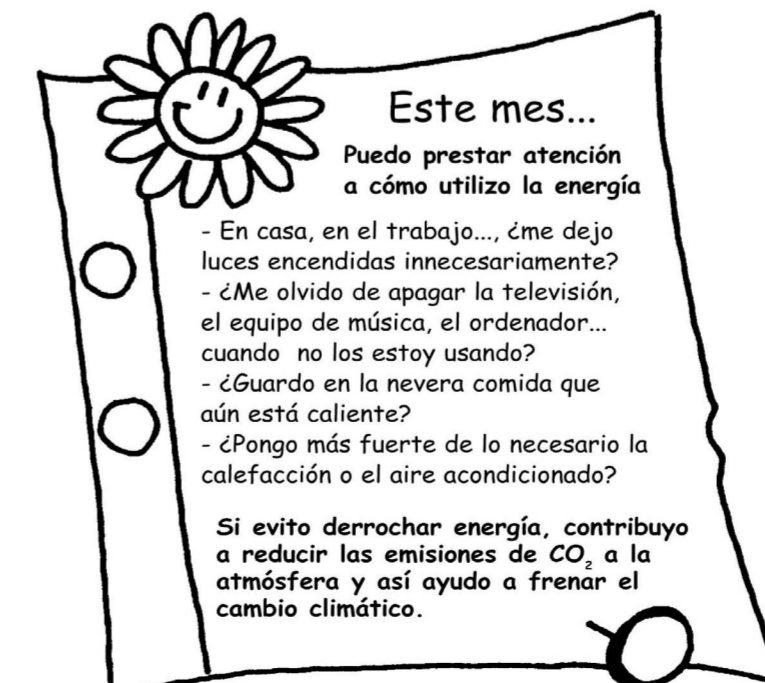
Mi pensamiento es seguir hasta que Dios me lo permita, no sé cuál será mi fin en este mundo. Lo que tengo claro es que haciendo esto soy feliz y yo mismo. No hay otra cosa que iguale lo que siento en una plaza y lo que disfruto con los toros, por eso mismo

dejaré que sea Dios quien lo decida, él me ha dado mucho, por el momento intentaremos continuar.

Ha sido un placer estar contigo. Muchas gracias por tu entrevista.

Pedro Artuñedo

¡Hábitos que valen un mundo!



El deporte no descansa en verano

La temporada estival que comienza estará repleta de actividades de diversa índole en nuestro pueblo, y respecto al deporte no será menos.

Desde la Concejalía de Deportes, concretamente la Escuela Deportiva municipal está organizando una serie de actividades y torneos deportivos de diferentes modalidades para llevarse a cabo sobre todo durante el próximo mes de agosto. Entre ellos destacan;

- Gymcana multideporte
- Torneo Fútbol sala
- Torneo Tenis
- Torneo Frontenis
- Torneo de Padel
- IV Milla urbana nocturna.

Además de carreras infantiles dentro del marco de la Milla urbana Todos ellos serán mixtos y se llevaran a cabo en las instalaciones deportivas del municipio.