



“Deseos de ruines nunca llegan al cielo” (Benita Puentes)



Entrevista a Isaac Palomares.

“Un creador en las Ondas”. Páginas 8 a 11.

“La esperanza es lo último que se pierde”:
María del Pilar Hernández López. Página 19.

Página 2
SUMARIO

Página 3
I FORO DE
TAUROMAQUIA
ARTE, CULTURA
Y VALORES

Página 4
BOADILLA, CIUDAD
AMIGABLE CON LAS
PERSONAS MAYORES

Página 6
BEETHOVEN, 250
ANIVERSARIO

Página 7
LA UNIVERSIDAD
LLEGA A BOADILLA

Página 8
ISAAC PALOMARES

Un creador en las ondas

Página 12
LO QUE SE ENTIENDE
POR CONSCIENCIA

Página 13
¿QUÉ ES NUESTRA
VIDA?

Página 14
FIESTAS PATRONALES
DE SAN BABILÉS 2020

Página 15
LA PRIMAVERA

Página 16
DORAR LA PÍLDORA

Página 17
EJERCITA TU MENTE

Página 19
LA ESPERANZA ES
LO ÚLTIMO QUE SE
PIERDE

Página 20
ACTIVIDADES DE
OCIO

SUMARIO

Debido a las circunstancias excepcionales por las que estamos pasando, nuestra revista se ha visto afectada, como no podía ser de otra manera, en su cita bimestral con los lectores.

Solo hemos podido añadir un artículo de última hora, firmado por nuestra redactora María del Pilar Hernández López, en el que hace mención a la pandemia del coronavirus. Ese pequeño bichito que produce, en palabras del presidente de Brasil, una gripecita o un constipadiño. Que cada uno califique como considere esas opiniones.

En el resto de la revista, nuestros redactores han expresado su pensamiento en los distintos artículos que la componen. En el índice de las distintas secciones quedan reflejados los temas sobre los que cada uno de ellos escribe.

Como se trata de un número excepcional que no podrá ser distribuido físicamente, lo volcaremos en la web:

www.ayuntamientoboadilladelmonte.org/tu-ayuntamiento/servicios-y-areas-municipales/mayores

Podéis poneros en contacto con nosotros a través del correo electrónico:

revistaprotagonistas@aytoboadilla.com

Un ruego: comunicad esta circunstancia a todos vuestros conocidos y amigos.

Prometemos que el próximo número, ya físico si Dios quiere, será muy especial y lo celebraremos con alusiones al dichoso COVID-19, así lo denomina la OMS, como una pesadilla pasada que tristemente legó unos momentos difíciles de olvidar, pero con las esperanzas de que la vida sigue y que el futuro será mucho más hermoso y lleno de ventura para esa humanidad que habrá cambiado porque estará llena de amor, hermandad y generosidad, como durante estos días tristes hemos demostrado unos con otros.

Que así sea.

Julio F. Solano.

EQUIPO DE REDACCIÓN, DISEÑO-MAQUETACIÓN Y FOTOGRAFÍA:

Grupo de Voluntariado Mayores "Protagonistas": Ángela González, Carmen de Silva, Cosme Núñez, Francisco Núñez, Gervasio Mendivil, Julio F. Solano, Leoncio García, Liria Lamiel, M^a Isabel Ventura, M^a Pilar Hernández y Manuel Gómez.

Edita y colabora: Ayuntamiento de Boadilla del Monte, Pza. de la Villa: s/n - Telf.: 916024200 - Fax: 916334728 - DL: M-8748-2017

Web: <https://www.ayuntamientoboadilladelmonte.org/tu-ayuntamiento/servicios-y-areas-municipales/mayores>

Correo electrónico: revistaprotagonistas@aytoboadilla.com

I FORO DE TAUROMAQUIA ARTE, CULTURA Y VALORES

Los cuatro jueves de este mes de febrero del año redondo de 2020, bisiesto, no han podido tener más sabor y aroma taurino aquí en Boadilla del Monte. Por la sala de música de nuestro palacio, testigo de la Ilustración, han desfilado grandes figuras: toreros, escritores, ganaderos, periodistas, cirujanos taurinos y también algún modista de alta costura en este I Foro de Tauromaquia, Arte, Cultura y Valores organizado por nuestro Ayuntamiento, al que deseamos larga vida.

El mundo taurino local ha recibido estas jornadas como un regalo y ha respondido con una nutrida asistencia a todos los actos que a duras penas consiguió espacio para todos.

Partió plaza el maestro Luis Francisco Esplá seguido de Cristina Sánchez, Juan José Padilla, Diego Urdiales, Saúl Jiménez Fortes, el novillero José Ruiz Muñoz, el modista Lorenzo Caprile, los cirujanos de la Monumental de las Ventas don Máximo García Padrós y don Máximo García Leirado, la psiquiatra Isabel Rojas Estapé, todos ellos moderados por Ana Peral, Gonzalo Bienvenida, Juan Carlos Antón, Miguel Aranguren y la periodista y presidenta de la Fundación Víctor Barrio, Raquel Sanz.

Desde Protagonistas extendemos nuestra felicitación a todos los componentes de la organización.

Manuel Gómez



BOADILLA, CIUDAD AMIGABLE CON LAS PERSONAS MAYORES

Boadilla del Monte cuenta ya con su Diagnóstico y Plan de Acción como municipio adherido a la Red de Ciudades Amigables con las Personas Mayores que promueve la OMS y que presentó el pasado día 7 de febrero en el Centro de Mayores Juan González de Uzqueta el alcalde de Boadilla del Monte y la concejala de Asuntos Sociales junto a otras autoridades.

¿QUÉ ES LA RED DE CIUDADES Y COMUNIDADES AMIGABLES CON LAS PERSONAS MAYORES?

Es establecer medidas para la creación de entornos propicios y favorables para la salud y bienestar de las personas mayores, intentando preservar sus capacidades, promover su independencia y favorecer su participación activa como ciudadanos con plenos derechos.

Tras la celebración del XVIII Congreso Mundial de Gerontología de Río de Janeiro, en 2006, la Organización Mundial de la Salud (OMS) creó el proyecto mundial de Ciudades Amigables con las Personas Mayores para impulsar

el diseño y la adaptación de infraestructuras y servicios urbanos que favorecen un envejecimiento activo. Cuatro años más tarde, crearía la Red mundial.

La excelente acogida de este programa entre numerosas ciudades impulsó la creación, desde la Organización Mundial de la Salud, de una red de ciudades comprometidas con un proyecto de mejora continua: la Red de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores.

Esta Red establecerá relaciones entre las ciudades participantes y, entre ellas y la OMS, facilitará el intercambio de información y de buenas prácticas; fomentará intervenciones apropiadas, sostenibles y costo-eficaces para mejorar la vida de las personas mayores y proporcionará apoyo técnico y capacitación.

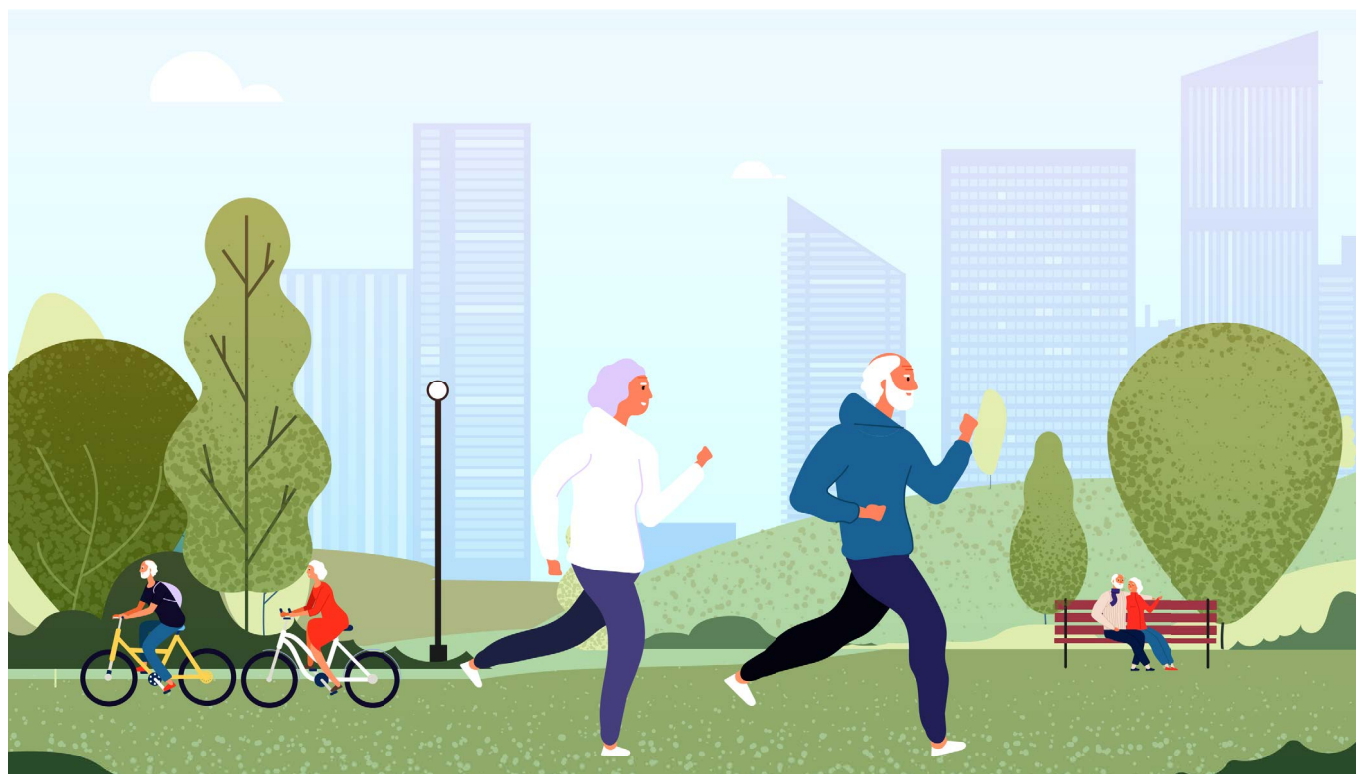
Así, el programa de la Red de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores es un proyecto impulsado por la OMS con el objetivo de contribuir a la creación de entornos que promuevan y faciliten un envejecimiento activo y saludable, es decir, donde vivir dignamente y con autonomía, disfrutar de buena salud y continuar participando en la sociedad de manera plena y activa.

El IMSERSO, además, ha impulsado la creación de un Grupo de Trabajo de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores. Tiene por objetivo la elaboración de protocolos de actuación y herramientas dirigidas a los ayuntamientos interesados en convertir sus ciudades en amigables con la edad que faciliten tanto el proceso de adhesión a la Red como el trabajo posterior derivado de la pertenencia a la misma.

OBJETIVOS DEL PLAN

El presente plan de acción persigue recoger una serie de actuaciones encaminadas a mejorar la amigabilidad de Boadilla del Monte como entorno físico y social, como escenario de la vida de sus ciudadanos. Un entorno amigable es aquel que facilita las condiciones para que las personas que lo habitan se sientan seguras, puedan cuidar de su propia salud y tengan a su alcance herramientas eficaces de participación tanto social como cívica (es decir, que puedan ser partícipes de lo que ocurre en su ciudad tanto a nivel de ocio como de trabajo o actividad política). Así, partiendo de la óptica de las personas mayores de la ciudad, se persigue conseguir una estrategia de mejora continua que revierta en la ciudadanía en su conjunto.





DURACIÓN DEL PLAN

El presente plan de acción tendrá una duración de tres años desde su aprobación. Al finalizar el mismo, se elaborará un informe de evaluación para emprender la siguiente fase del programa de Ciudades y Comunidades Amigables con las Personas Mayores para continuar con el proceso de mejora continua.

RESUMEN DE ACCIONES

1. Espacio al aire libre y edificios

1. Mejora de la red viaria paseable en todo el municipio
2. Mejora de cruces peatonales
3. Reubicación de contenedores de basura
4. Instalación de bancos y grupos de mesas-asiento
5. Accesibilidad universal en edificios públicos de titularidad municipal
6. Fomento del uso de la bicicleta

2. Transporte

1. Mejora de las paradas del servicio de autobús urbano
2. Accesibilidad del transporte público urbano
3. Servicio especial de transporte urbano para mayores

3. Vivienda

1. Ayuda a la eliminación de barreras arquitectónicas en viviendas
2. Reducción de aislamiento y soledad no deseada en la vivienda

3. Nuevos modelos residenciales para personas mayores

4. Participación Social

1. Actividades elegidas por las personas mayores
2. Diseño autogestionado de actividades para personas mayores
3. Infraestructuras para la realización de actividades de mayores

5. Respeto e inclusión social

1. Oficina de atención a las personas mayores
2. Actividades socioeducativas de inclusión de personas mayores
3. Programa de información y buen trato a mayores
4. Comercio Amigable con las Personas Mayores

6. Participación cívica y empleo

1. Programa de mentorización de emprendedores por parte de mayores

7. Comunicación e información

1. Personas mayores mejor informadas de las noticias
2. Facilitar el acceso a las TIC a las personas mayores

8. Servicios de apoyo comunitario y salud

1. Mejora del servicio de atención a domicilio
2. Programas de dinamización comunitaria

Francisco Núñez

BEETHOVEN, 250 ANIVERSARIO

Volvemos a hablar de esos ilustres personajes que son admirados por todos como genios de la labor que han desempeñado. Veamos a Ludwig von Beethoven.

Con influencias de Bach, Haydn y Mozart en sus inicios, muy pronto destaca como pianista y como el compositor extraordinario que conocemos y admiramos. Compu-so nueve sinfonías (quién no ha cantado alguna vez el *Himno a la alegría* o tarareado Para *Elisa*), numerosas canciones melódicas, cantatas, oratorios, misas, obras instrumentales (24 sonatas), música de cámara, obras dramáticas...

Pero el objetivo del artículo es poner de manifiesto las rarezas de estos personajes tan admirados pero tan alejados del mito y tan cercanos al pueblo.

“Beethoven era en toda su apariencia muy torpe y desmañado; sus movimientos no tenían gracia ni destreza”, afirmaba Ferdinand Ries, amigo que veló por ordenar sus manuscritos en aquella especie de “zoo” que era su apartamento.

“Rara vez cogía entre sus manos un objeto sin romperlo o dejarlo caer. Ningún mueble de valor estaba seguro cerca de él. Todo estaba tirado, sucio, estropeado. Era difícil llegar a comprender cómo podía afeitarse él mismo si no prestaba atención a los cortes que normalmente surcaban sus mejillas”, continuaba.

Michil Krenn, que se encargaba de arreglarle la habitación cuando salía a pasear, a menudo se encontraba dinero tirado por el suelo. Lo recogía y, cuando el compositor volvía y se encontraba con el dinero amontonado, le preguntaba que dónde lo había encontrado y se lo regalaba.

Carl Czerny, cuando se presentó por primera vez a la casa como alumno, escribió: *“Era una habitación muy sobria: papeles y ropas por todas partes, unas cuantas cajas, paredes desnudas, apenas una sencilla silla y otra desvencijada junto al piano”*.

Lo curioso es que Beethoven era consciente de ello. En una carta al poeta Grillparzer, decía: *“Mi casa está desde hace algún tiempo muy desordenada; de lo contrario, hubiera ido a verle para rogarle que viniera a ella”*.

El barón Von Seyfried dejaba este testimonio: *“Por doquier libros y papeles pautados; restos de una cena fría; botellas destapadas y semivacías; sobre un atril, veloces apuntes para un nuevo cuarteto; en el piano, papeles garabateados con ideas para una sinfonía aún en embrión; pruebas de imprenta en espera de corrección; en el suelo, cartas de amigos y de negocios junto a los charcos de agua producidos por las duchas que Beethoven tiene la costumbre de darse a menudo, en medio de su trabajo”*.

Y Bettina Brentano, a quien el músico pretendía, refleja en una carta la descripción de la casa: *“La vivienda es muy curiosa; en la primera habitación, dos o tres pianos apoyados en el suelo y sin patas; en la segunda habitación, su cama, que, aun siendo invierno, consiste en un jergón y una delgada manta, una palangana sobre una mesa de pino y las ropas de dormir sobre el suelo”*.

Para finalizar, el pianista Ferdinand Ries, amigo y del que ya hablamos al principio, volvía a escribir: *“Beethoven no sentía ningún apego por sus manuscritos autógrafos; frecuentemente, en cuanto estaban grabados, eran arrojados a una habitación próxima o al suelo, en medio de su habitación, con otros fragmentos de música. He ordenado muchas veces su música, pero cuando Beethoven buscaba alguna cosa, lo tiraba todo. Habría podido llevarme todos los manuscritos originales de todas sus composiciones, que estaban ya impresas. Incluso si se los hubiese pedido me los habría dado él mismo sin dudarlos”*.

Todos, en definitiva, hablaban de él, pero con pena. Hoy podríamos exclamar: ¡GENIOS!

Julio F. Solano



LA UNIVERSIDAD LLEGA A BOADILLA

El pasado 20 de febrero tuvo lugar en este municipio un acontecimiento que puede ser un punto de arranque cultural para todos los mayores que, por variadas circunstancias, no pudieron adquirir los conocimientos que hubieran deseado tener.

La Asociación de Mayores de Boadilla del Monte, después de múltiples y complicadas negociaciones, firmó con la Universidad Rey Juan Carlos un acuerdo por el que esta se compromete a ofrecer cursos universitarios a los mayores de 55 años empadronados en el municipio. El único requisito solicitado es la voluntad de querer adquirir o ampliar unos conocimientos que crean necesidad para su satisfacción personal.

No tendrán validez académica, pero sí la satisfacción de poder enmarcar un Diploma de Acreditación Universitaria que, sin lugar a dudas, los llenará de satisfacción personal al culminar algo pendiente.

El rector de la Universidad Rey Juan Carlos, don Javier Ramos López, y el presidente de la Asociación de Mayores, don Jesús Ramiro Descalzo, firmaron el convenio de colaboración entre ambas entidades en presencia del alcalde don Javier Úbeda Liébana y la concejala de Cultura y Personas Mayores doña M.^a Ángeles Martínez Saco.

Debido a lo avanzado de las fechas, en el presente curso se limitará a ofrecer un seminario de 30 horas de duración, distribuidas en dos días semanales de dos horas cada día, comenzando el 16 de abril. Se impartirán en un espacio cedido por el Ayuntamiento y los interesados podrán solicitar su inscripción entre los días 2 y 27 de marzo en los Centros de Mayores.

El tema de este primer seminario no deja de tener un título sugestivo: *Los protagonistas de la historia a través del cine*.

El ciclo de formación continua tendrá similitud con los ciclos académicos universitarios normales, comenzando en el mes de septiembre. Estará compuesto de cuatro asignaturas de 30 horas cada una repartidas en 15 sesiones de dos horas, y la duración del ciclo será de tres años.

En el primer año del ciclo, las asignaturas a impartir, aún sin concretar definitivamente, serán:

- *Homo sapiens; misterios de nuestra especie.*
- *El español como lengua de cultura.*

- *Cómo reconocer un estilo artístico.*
- *Historia moderna de España.*

Lo mejor, sin duda alguna, son los precios para los alumnos: 300 euros por curso académico de cuatro asignaturas y 120 horas lectivas; 100 euros el seminario de 30 horas.

Pero, atención, los socios pertenecientes a la Asociación de Mayores y los mayores de 65 años empadronados en Boadilla gozarán de una reducción del 50 % tanto en el curso académico como en los seminarios, que serán subvencionados con los presupuestos de la Asociación de Mayores de Boadilla.

Solo resta, como dice la máxima de que **el saber no ocupa lugar**, que se aproveche esta oportunidad. Y, parafraseando a un personaje de la Guerra de las Galaxias: **QUE LA CULTURA OS ACOMPAÑE**

Julio F. Solano



UNIVERSIDAD DE MAYORES en Boadilla del Monte

FIRMA DEL CONVENIO DE COLABORACIÓN entre la Asociación de Mayores de Boadilla y la Universidad Rey Juan Carlos

ASOCIACIÓN MAYORES DE BOADILLA 

Jueves, 20 de febrero a las 18:30 horas
Capilla del Palacio Infante Don Luis



Intervienen:

Excmo. y Magfco. Sr. Rector de la Universidad Rey Juan Carlos, D. Javier Ramos López
Excmo. Sr. Alcalde Presidente del Ayuntamiento de Boadilla del Monte D. Javier Úbeda Liébana
Sr. Presidente de la Asociación de Mayores de Boadilla D. Jesús Ramiro Descalzo

Asisten:

Autoridades académicas y municipales
Coro Polifónico de Mayores de Boadilla

Al final del acto se servirá un vino español



ISAAC PALOMARES



En este número, **PROTAGONISTAS** sintoniza Radio Inter, del Grupo Internacional de Medios, y su programa **CRUCE DE CAMINOS**, que capitanea nuestro querido vecino Isaac Palomares.

Pregunta: Háblenos de su infancia. ¿Qué recuerdos de niño tiene del pueblo?

Respuesta: Mi infancia transcurrió hasta los cinco años en mi querido pueblo, Agudo, un pequeño pueblo en los límites de la provincia de Ciudad Real con Badajoz, en el partido judicial de Almadén.

Nací en una familia humilde, una familia generosa que, desde que llegué al mundo, siempre intentó que nada me faltara. Era un niño muy parlanchín. Hablaba, como dicen mis padres, “hasta por los codos”. Un niño que saludaba a todo el mundo y al que le encantaba jugar con sus amigos a los juegos de entonces, como los bolindres (canicas), el clavo, el cinto correa, la burra, el escondite, el balón, por supuesto... Juegos que sobre todo fomentaban la camaradería y la amistad entre niños de diferentes edades.

Hay dos cosas que me marcaron muy profundamente. Una fue las estancias con mi abuelo en la finca en que trabajaba de capataz, una finca situada ya en la provincia de Badajoz, en plena dehesa extremeña, llena de enci-

nas y alcornoques, espliego, jara, romero, que en primavera explotaba como un volcán y se llenaba de colores y de olores que aún hoy recuerdo.

Me encantaba acompañar a mi abuelo en los recorridos por la finca, en las labores de pastoreo con ovejas y cabras, aprender todas las labores de cuidado del ganado con él y con los otros pastores de la finca, escuchar historias de otra época, de otras gentes, mirando las estrellas hasta bien entrada la noche.

La otra fue La Escuela. De repente, tras el verano de 1973, todos mis amigos en septiembre desaparecían todas las mañanas cartera en ristre para ir a un sitio que se llamaba La Escuela. Yo, por mi edad, no podía ir; pero, tras darle la monserga a mi madre, ella se presentó allí y les contó el problema que tenía conmigo. Apareció una maestra llamada Doña Maricruz, recién llegada a mi pueblo, y accedió a que acudiera a pesar de no tener la edad. Como digo en el programa muchas veces, “ahora que no nos oye nadie”, he de decir que hoy en día es una de las oyentes fieles de mi programa y cada sábado, cuando acabo, recibo un whatsapp con la crítica de lo que le ha parecido el programa. Para mí supone un tremendo orgullo.

P. Hasta la pesada maleta gris sin ruedas, ¿dónde estuvo?

R. A los cinco años, nos trasladamos a vivir a la capital de la provincia, “la capitaleja”, como la llamamos cariñosamente, Ciudad Real, puesto que mi padre encontró trabajo en una empresa de transportes.

He de decir que mis padres son dos de los seres más excepcionales de este mundo, puesto que su única misión ha sido siempre cuidarnos a mi hermana Lucía y a mí y procurar que tuviéramos los estudios que ni ellos ni mis abuelos habían tenido. Con mucho orgullo puedo aseverar que soy el primer universitario de mi familia.

Estudí EGB en un colegio que ya no existe, el Alfonso X el Sabio, donde tuve la gran suerte de ser formado por magníficos maestros, con algunos de los cuales mantengo todavía el contacto y que también son seguidores de Cruce de Caminos. Podría citar a mis queridos Antonio García Becerra, Ángel Altozano Monsalve y Yolanda Pozo Rivilla.

Pasé a estudiar al Instituto de Bachillerato Santa María de Alarcos, donde acabé de formarme para dar el gran salto a mi sueño, la universidad.

P. Algo sabemos de su llegada al Mendel-Colegio Mayor. ¿Cómo fue?

R. Fue una mezcla de mucha ilusión y algo de miedo. Todavía recuerdo el día que llegué a Madrid, un 3 de octubre de 1988, con una maleta gris nueva, como las ilusiones y retos que se me presentaban por delante.



Tuve la suerte de que un primo hermano de mi padre, que fue el gran responsable de que viniera a Madrid, el gran Faustino, trabajara en el Colegio Mayor, y me sentí muy arropado en esos inicios universitarios. Él fue mi hermano mayor, mi guía, mi amigo, durante todos los años que estuve en el Colegio Mayor Mendel.

P. Háblenos del padre Félix y demás personajes del organigrama colegial.

R. El padre Félix Herrero era el subdirector del colegio cuando llegué, un palentino de la Valdavia, excelente persona, al que muchas veces le tocó hacer el papel de malo, pero sinceramente era más bueno que el pan.

Él velaba para que el orden en el colegio funcionara y los universitarios fuéramos responsables y respetuosos con los demás, no solo con los compañeros, sino con el personal, la dirección... He de decir con mucho orgullo que mantengo una gran amistad con él, que es otro gran caminero y que muy pronto, si Dios quiere, iremos a hacer un programa de radio a su tierra para inaugurar un museo apícola que ha formado con todos los útiles, sellos, fotos y materiales de su gran afición, que es la apicultura. Espero que ese día llegue, y será una forma de agradecerle todo lo que en su día hizo no solo por mí, sino por todos los mendelianos.

Muy importantes fueron los miembros del personal del colegio, con los que guardo una gran amistad.

P. ¿Cuándo aflora su afición por la radio?

R. La radio ha estado siempre presente en mi vida. Desde muy niño me dormía escuchando la radio en la cama, con un pequeño transistor de color naranja de la marca Sanyo, y escuchaba historias, voces, noticias, música, que me hacían soñar y me llevaban a lugares que no conocía pero que, gracias a ella, podía tocar casi con la mano.

El momento clave llega en 2013, cuando un amigo me dice que una emisora de radio llamada RTC tiene un programa jurídico pero que la abogada que lo llevaba se había marchado.

Me hacen una pequeña entrevista y comienzo mi andadura con La Asesoría Jurídica, todos los miércoles de 11 a 12 de la mañana, respondiendo a consultas en directo que la gente me hace sobre temas jurídicos de todo tipo.

Le empecé a coger el gustillo y creé un programa propio llamado Un Viaje Emocionante, que es realmente la raíz de lo que luego ha sido Cruce de Caminos. Era un programa con vocación de servicio, un programa de formación y empleo en tiempos duros de crisis en los que muchísima gente perdió su trabajo y tuvo que reciclarse haciendo formación para el empleo. Entrevistamos a personajes del sector todos los lunes de 19 a 20 horas. En una de esas entrevistas conocí a Pedro Gómez Quirós, otro apasionado de la radio que estaba poniendo en marcha un proyecto llamado Protegidos Radio en Radio Intereconomía, y me pidió que colaborara con el programa.

RTC desapareció y aterricé en una de las emisoras importantes de la radio española, siendo ya el detonante de esta bendita pasión que es la radio.

Cuando llevaba casi dos años haciendo Protegidos, me planteé montar un programa propio. La duda era la temática, aunque rápidamente lo tuve claro: mi gran pasión es mi país, España, y sus gentes. Tenía claro que debía devolverle a mi pueblo, en particular a su gente, a mis padres, a mi familia, todo lo que habían hecho por mí y, cómo no, por el resto de los pueblos, y nació Cruce de Caminos.

Me puse al habla con los que hoy son mis colaboradores: Jesús Recover, amigo desde 2004; Fernando Cocho, otro colaborador en Protegidos; Ángel Luis Lozano; Víctor Valencia, al que conocí gracias a Fernando, y más tarde llegarían Carlos Martínez Balsells y Kathy Montero. Un equipo del que me siento superorgulloso y que cada sábado saca lo mejor de mí para que podamos dar visibilidad a nuestros pueblos, nuestra cultura y nuestros grandes personajes con corazón. Y arrancamos en abril de 2018.

P. ¿Tiene previstos muchos cambios en el programa o lo considera totalmente asentado?

R. La estructura del programa está muy asentada, pero, evidentemente, siempre me gusta arriesgar para mejorar. Iniciamos el programa con tres secciones muy marcadas: “Nuestros Pueblos”, “Y de lo mío que”, con Víctor Valencia, y “Personajes con corazón”.

La llegada de Carlos Martínez Balsells aportó un plus importante por su experiencia en el mundo del cine y la televisión, y decidimos poner en marcha una sección de

ISAAC PALOMARES



cultura muy potente en el momento de cambiar de Radio Intereconomía a Radio Inter.

Espero que, si Dios quiere, el programa siga caminando y podamos introducir otro tipo de secciones que lo hagan, aparte de divulgativo y de conocimiento, un programa con un toque turístico y gastronómico, y que lo lleven a convertirse en una referencia más importante todavía en las mañanas de los sábados de la radio española. Mi sueño sería salir más a menudo del estudio para hacer el programa en los pueblos de España, pero para eso necesitaríamos sponsors y colaboradores más potentes de los que actualmente tenemos.

P. Hace poco tiempo realizó el primer programa en directo desde la capilla del emblemático palacio de Boadilla. ¿Nos puede hacer partícipes de sus emociones?

R. La principal emoción fue la de haber cumplido un sueño y poderle demostrar a mi localidad de adopción, el lugar en el que vivo con mi familia, todo lo que me ha dado.

Fue un día apasionante. Bueno, mejor dicho, días. Porque ya días antes, gracias a la inestimable ayuda de mis amigos Ángel y Kathy, los corazones de la Revista Ayer & Hoy Boadilla-Pozuelo, colocamos una lona en la fachada del Palacio del Infante Don Luis, conmemorativa del evento dentro de los actos de los 70 años de Radio Inter. Ver el Palacio iluminado la noche que se colocó fue más

que emocionante, no tengo palabras.

El programa fue muy dinámico, con muchos invitados, y, a pesar de los problemas de acústica de la capilla, he de decir que me siento muy orgulloso de él. Pero de los que más orgulloso estoy es de verme arropado aquel día por muchos amigos que no dudaron en pasar un rato de su sábado compartiendo mi pasión y mi ilusión por la radio. Podría dar nombres, pero prefiero no hacerlo para que todos y cada uno de los que vinieron se sientan destinatarios de este mensaje. Muy importante fue, eso sí, la presencia institucional del Director General de Radio Inter, mi querido amigo Carlos Peñaloza, que ejerció de fedatario público de ese maravilloso día.

P. ¿Cómo compagina el mundo del derecho con el de la radio?

R. Hay un dicho que tengo: soy abogado toda la semana menos el sábado por la mañana, que dirijo un programa de radio.

Con mucho esfuerzo y sacrificio, sobre todo de mi familia, que me ve muy poco pero que asume que la radio para mí es muy importante. La profesión de abogado es muy dura, por la situación ética y moral que atraviesa este país, y gracias a este maldito virus que nos golpea se va a convertir en una profesión muy devaluada en la que se valorará mucho más el precio bajo en vez de un buen servicio.

P. ¿Su afición favorita?

R. Me gusta mucho escuchar, conocer historias de la gente, experiencias, momentos de su vida, su historia, sus problemas, sus sueños, para intentar ser cada día mejor persona y poder ayudar a mucha más gente.

Me encanta cocinar, pues es una forma de relajarme; escuchar música; ver una buena película; el balonmano; y, cómo no, escuchar radio.

P. ¿Cine o teatro?

R. Ambas. Son muy diferentes, aunque quizás últimamente, dado el gusto que le he cogido a hacer radio en directo, me gusta más el teatro.

Llevo tiempo sin que una película actual me apasione o me sorprenda. Se está perdiendo el gusto por hacer buen cine. Se busca solo el momento, el tema comercial, y no el llegar al fondo del corazón o de la mente del espectador.

He de decir que hay dos películas que han marcado mi vida, Murieron con las botas puestas, de Errol Flynn, y Cinema Paradiso, la que yo llamo la película de mi vida, por la gran similitud de la historia de los protagonistas con la de mi abuelo y yo. Mi abuelo Isaac era todo para mí, y, desde que murió, la vida dejó de ser igual.

P. ¿Prosa o poesía?

R. Me gusta mucho escribir, cada vez más; expresar lo que siento en cada momento, y no descarto algún día escribir un libro sobre ello.

La poesía me gusta también mucho. Una buena poesía bien recitada con una buena música es algo maravilloso y que hace aflorar lo mejor del ser humano.

P. Díganos su plato preferido y si lo acompaña de un buen vino.

R. Unas buenas gambas al ajillo con un vino blanco como el K-Naia es como levitar.

P. Llegamos a la pregunta número trece. ¿Es usted supersticioso?

R. Cada vez menos. De hecho, nací un día 13. Lo que sí tengo claro es que cada día Dios me guía y me sigue marcando el camino.

P. ¿Por qué escogió Boadilla del Monte como tierra de adopción?

R. Pues la culpa no fue del chachachá, la culpa fue de uno de los actuales concejales del PSOE de Boadilla, Vicente Gómez Montanari, con el que colaboraba allá por el año 1999, y que me contó que había una población muy cerca de Pozuelo en la que se estaba construyendo mucho y cuyos precios eran más asequibles que Madrid o Pozuelo. Y la verdad es que fue una de las mejores de-



cisiones de mi vida, porque aquí soy feliz y he conocido a gente estupenda, los cuales también se han hecho camineros.

P. Como colofón, siempre solicitamos el relato de alguna anécdota divertida. ¿Nos cuenta alguna?

R. Hay una que, siempre que la recuerdo, pues la verdad es que me río solo.

Y sobre todo porque en ella participaron dos primos míos con los que pase muchos veranos en Agudo, mis primos Julián e Isaac.

Era un día de verano, y todos los veranos yo me iba al pueblo a pasar las vacaciones con mis abuelos. Mi primo Julián y yo vivíamos en Ciudad Real, e Isaac, en el pueblo, y siempre estábamos juntos. Íbamos con la bici tipo “verano azul”, a todas partes. Un día fuimos a ayudarlo a coger higos, y se subió a una higuera. Julián y yo empezamos a tirar de las ramas de la higuera; él, a columpiarse en una rama muy gorda. Y de repente, la rama, el cubo y mi primo, al suelo tras romperse la rama. El camino desde el sitio donde estaba la higuera a la casa de mi primo Isaac para contar la hazaña nos lo pasamos encima de la bici tronchándonos de risa, hasta que llegamos a su casa y nos echaron la bronca.

Todo nuestro agradecimiento a este ilustre abogado y gran amigo de PROTAGONISTAS.

Manuel Gómez

LO QUE SE ENTIENDE POR CONSCIENCIA

Según el diccionario, es la capacidad del ser humano para percibir la realidad y reconocerse en ella.

No obstante, nadie percibe la realidad de la misma manera. Hay variantes que nos hacen ver las cosas de diferente forma, con distintas interpretaciones según sea el ángulo de observación individual. Hay que intelectualizar el contexto. Según el refrán, a cada cual su verdad. En cierto modo, nuestro conocimiento está marcado por el entorno, las apariencias personales de la vida, recuerdos relegados del pasado que permanecen ocultos, pero que nos inducen a tomar partido, a veces consciente, o como instituciones cuando respondemos a las cosas sin pensar.

Se entiende que no pueden tener la misma consciencia de las cosas las personas que trabajan y viven en pueblos rurales que aquellas acomodadas que viven en grandes ciudades y se educan en universidades de renombre, por lo que se podría decir que hay diversos casos de consciencia:

CONSCIENCIA, INCONSCIENCIA, SUBCONSCIENCIA, SUPRACONSCIENCIA

De la **CONSCIENCIA** hemos hablado ligeramente.

La **INCONSCIENCIA** sería una forma de expresión irreflexiva, no apropiada, en torno a la idea que nos promueve. Puede ser por desconocimiento de la realidad que se trata, por descuido o como reminiscencia residual de un hecho o conocimiento anterior. Generalmente se actúa sin pensar o por rutina, sin entrar a dilucidar el tema.

La **SUBCONSCIENCIA**: dada la complejidad en el almacenamiento del inconsciente, se forma un cúmulo de conocimiento difuso al que difícilmente le damos acceso. En un diálogo, la respuesta suele ser instantánea y raramente reparamos en ello, dependiendo del ritmo de la conversación y de nuestro interlocutor. Existen factores múltiples que pueden desviar el sentido, como pueden ser las ideas preconcebidas o no prestar la suficiente atención.

En la **SUPRACONSCIENCIA** está la capacidad de lo inexplicable, como es la videncia, el arte, la intuición que va más allá de lo desconocido. De hecho, en ella nos abrevamos para traspasar los límites del conocimiento. El **INCONSCIENTE COLECTIVO**, término acuñado por el médico Gustav Jung, haría parte de las estructuras de la mente supraconsciente, compartidas entre muchos de la misma especie. Va mucho más lejos de nuestras capacidades de entendimiento y abarca todo el sentir de la humanidad bajo el influjo del fluido universal. Entronca con



la física y, en cierto modo, nos envuelve con un manto de misterio para inspirar a quienes lo saben captar. Es algo que nos viene dado del más allá, del misterio de la vida.

Somos más de lo que pensamos. En cierto modo, somos, entre tantos elementos, el motor de la evolución.

Liria Lamiel

¿QUÉ ES NUESTRA VIDA?

“Nuestra vida está llena de cosas sencillas que son las que nos hacen felices”

Dicen que es un camino que tenemos que recorrer. Al final del camino, ¿qué nos espera? ¡Misterio! Todo depende del que hayamos tomado.

Muchas veces nos encontramos con una encrucijada que no nos deja caminar. Paramos, miramos, observamos y, de pronto, estamos en un laberinto. ¿Dónde está la salida? ¿Somos presa del destino?

Entonces, lo mejor es no complicarse la vida y escoger lo más sencillo. ¿Qué es lo más sencillo? Si lo pensamos fríamente, es aquello que no nos complica la vida, la que tenemos, la que vivimos, y, en un momento determinado, se nos enciende la bombilla y exclamamos: “¡Anda!



¿Por qué no lo habré pensado antes?”.

Efectivamente, nuestra vida está llena de cosas sencillas que son las que nos hacen felices, y no hay que ir a Salamanca para aprenderlas. Por ejemplo, nos empeñamos en llenar nuestra vida con años, con meses, semanas, y nunca nos acordamos de que nuestra existencia está llena de millones de segundos, que son rápidos, sencillos, pero imprescindibles.

Los desiertos se componen de millones y millones de granos de arena que hacen que su configuración sea un deleite para nuestros ojos. ¿Hay algo tan majestuoso, tan bello y arquitectónicamente tan perfecto como una duna, que no guarda las formas, que no se atiene a ningún proyecto de arquitecto; un capricho de la naturaleza? ¿Cuáles son los materiales que la componen? Millones y millones de granitos de arena despreciados y no valorados por la mano del hombre.

“Un grano no hace granero, pero ayuda al compañero”. Una riqueza de nuestro idioma, por lo que es y por lo que significa. Su sencillez nos da ejemplo de que él ha de morir para que otros granos puedan nacer y, así, llenar nuestros SILOS de vida que quitan el hambre en el mundo entero. Nos da ejemplo de ayuda a los demás y a nosotros, ayuda mutua.

Los hombres más ricos del mundo poseen millones de euros, pero muchos más millones de céntimos de euro. Seguimos con las cosas sencillas. ¿Cuántas personas se agachan para coger un céntimo del suelo? Sencillo y despreciable y, al mismo tiempo, IMPRESCINDIBLE. Esto nos da idea de que lo más sencillo es lo más necesario.

Siempre hay que sacar conclusiones sencillas, como la vida misma, tomando ejemplo de nuestra madre naturaleza. La sencillez en las personas es necesaria si queremos que los que nos rodean nos aprecien como lo que somos, y, de esta manera, al final de nuestras vidas, sacaremos MATRÍCULA DE HONOR.

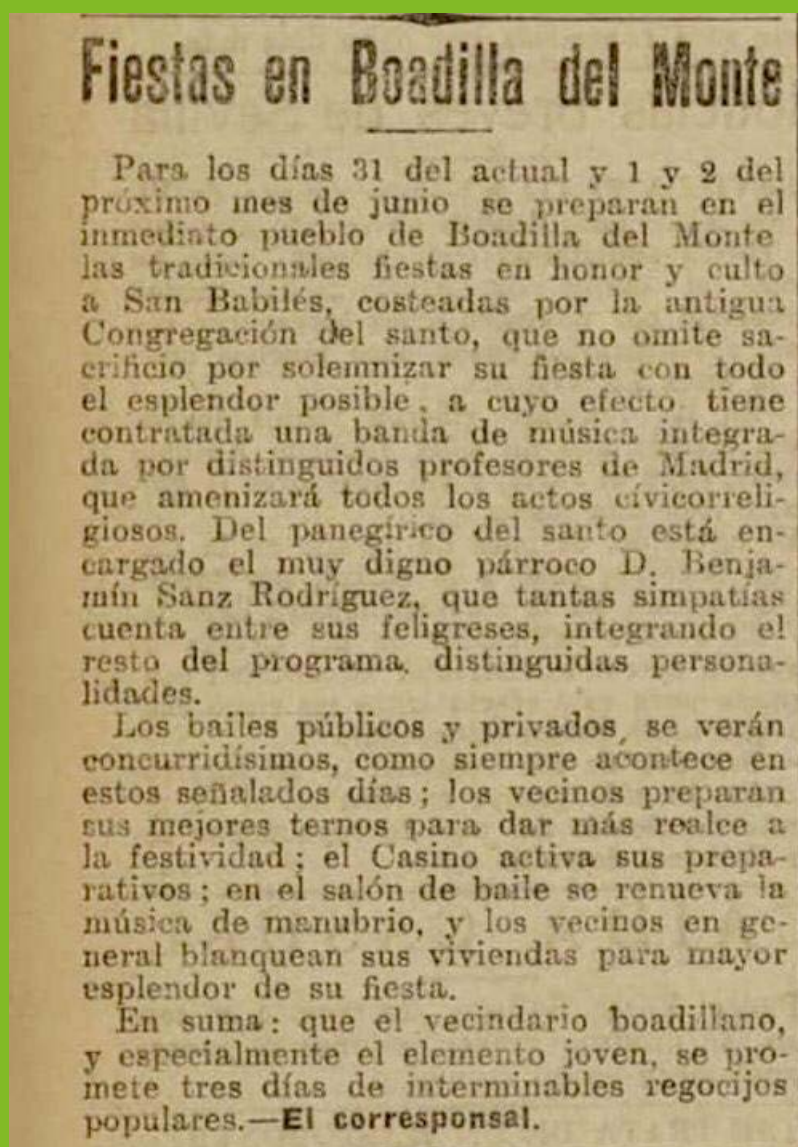
Leoncio García

FIESTAS PATRONALES DE SAN BABILÉS 2020

En el mundo de las redes sociales circula toda clase de información. Y, afortunadamente, en esta ocasión nos regala parte de la historia de la Hermandad de San Babilés y su fiesta principal.

Este artículo relativo a la celebración, correspondiente al año 1925, hace prácticamente un siglo, nos relata costumbres no tan antiguas de nuestra ciudad; nos habla de música, de la banda integrada por distinguidos profesores de Madrid y, en el salón de baile del Casino, la correspondiente de manubrio. Los vecinos estrenaban vestimenta —ternos nuevos— y blanqueaban las fachadas; este año tendrán lugar casi en el mismo periodo de tiempo, los días 29, 30 y 31 del mes de mayo y el 1 de junio con la peregrinación al cerro.

Manuel Gómez



LA PRIMAVERA

“Es una delicia poder disfrutar este clima en casa como en la calle”

Es una de las cuatro estaciones del año. Está llena de motivos positivos que contribuyen a hacernos la vida más agradable y a olvidarnos de los problemas que surgen en nuestra cotidiana vida diaria, a cada hora, sin buscarlos, y que no son nada agradables.

Entre sus propiedades se puede destacar su clima templado, ni frío ni calor, alrededor de veinte grados. Es una temperatura como para exclamar: “¡De aquí no me muevo!”.

Es una delicia poder disfrutar este clima en casa como en la calle. Un día de campo en esta estación es algo así como un regalo de dioses. Se hacen cortísimos porque toda la naturaleza está a nuestro favor, dispuesta de tal manera que, hagas lo que hagas, mires donde quiera que mires, todo nos habla de disfrutar a pleno pulmón. Nuestro cuerpo está lo suficientemente distendido, despreocupado, relajado, sin estrés y con predisposición a digerir todo lo que vemos y tocamos.

Árboles verdes, brillantes, con sus hojas aterciopeladas que nuestras manos acarician como si fueran un peluche de terciopelo. Hay cientos y cientos de hierbas del campo floridas exhalando perfumes diferentes que vuelven locos a nuestros sentidos. Variedades de árboles frutales con sus yemas a punto de ser flores, convertidas luego en fruto, y que nuestra mente

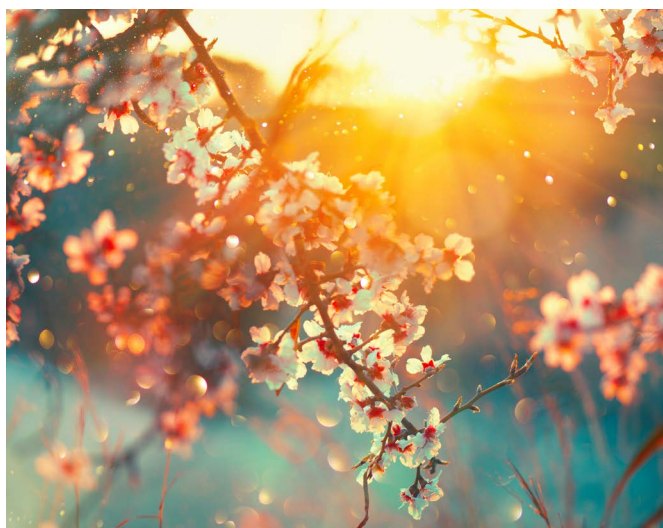
sueña con esos jugosos sabores, que juegan a la suabasta, a la competencia de saber quién será la más dulce, la más agradable a nuestros paladares.

Paseando y observando la naturaleza, encontramos arroyuelos de agua cristalina, con sus riberas verdes, rojas, amarillas. Árboles llenos de trinos, porque muchas de sus especies anidan en sus ramas poniendo música relajante a pesar de no haber estudiado solfeo. El almendro es el primero en florecer en las laderas de los montes. El espino es el primero en la ribera de su arroyuelo.

Los pájaros forman parte de la nueva vida que la primavera incluye en su agenda. Por eso los veranos afamados construyen un nuevo hogar, su nido, para albergar a los polluelos que serán o formarán una nueva familia.

Los campos, los caminos, las veredas se llenan de vida en primavera. El arcoíris, con su gama de colores, adorna sus tardes de tormentas; los árboles frutales colman nuestra despensa de ricas y variadas frutas con sabor ocal, agri dulce. Que esos sabores no nos hagan olvidarnos de nuestra naturaleza. Respetemos las reglas del juego, poniendo en práctica mucho mimo para la que nos da tanto a cambio de nada. MUCHAS GRACIAS POR ADELANTADO.

Leoncio García



Sabías que...

DORAR LA PÍLDORA

Según el diccionario, la píldora es una bola pequeña que se hace mezclando un medicamento con un excipiente adecuado para ser administrado por vía oral. Aunque también la define como pesadumbre o mala nueva que se da a alguien dulcificándola.

Covarrubias, en su *Tesoro de la Lengua Castellana*, escribe: “Píldora: unas pelotillas medicinales y purgativas que se toman por la boca y los boticarios suelen dorarlas para disimular el amargor del acíbar que llevan dentro”.

Dorarlas consistía en sumergir esas pastillas en una serie de concentrados dulces para después secarlas a fuego lento hasta obtener una capa dura y dorada para que no supieran tan desagradables.

Hoy día no hay problema con el sabor porque los laboratorios farmacéuticos ya se encargan de dulcificarlas para que sean más fáciles de consumir.

Si nos fijamos en otra acepción del diccionario, pesadumbre o mala nueva que se da a alguien dulcificándola, nos acercamos más al sentido que en la actuali-

dad le damos.

Dulcificamos una noticia mala para no herir, o herir lo menos posible, a la persona a la que se la damos.

También la utilizamos para adular a alguien para conseguir algo, o para hacer la pelota o dar coba a alguien. Todo esto es muy humano.

Aunque, si volvemos al diccionario, también habla de “tragarse alguien la píldora”. Quiere decir que nos creemos las patrañas que nos cuentan los demás.

¿Cuántas noticias falsas (ahora se las llama *fake news*, que ya somos muy políglotas) nos cuentan los periódicos, la radio, la televisión, y nos las tragamos como “palabra de Dios”?

Y no quiero mencionar a los políticos, que eso ya sería un tema aparte.

J. F. Solano



SUDOKU 16

	6	1		5			8	
3		7			8	5		
				1	7		2	4
5		2					7	8
		4			9	6		
9	7					4		2
4	5		1	3				
			7			8		3
	2			9			4	

Rellenar cada cuadrícula en blanco con una cifra del 1 al 9, de modo que no se repita ninguna cifra en una misma fila, columna o grupo de 3 x 3=9

SOLUCIÓN SUDOKU 15

7	4	1	8	9	5	3	6	2
2	5	6	1	4	3	9	7	8
3	9	8	2	6	7	5	4	1
5	6	3	4	7	2	1	8	9
8	2	9	6	5	1	4	3	7
4	1	7	9	3	8	2	5	6
1	3	4	7	2	6	8	9	5
9	7	2	5	8	4	6	1	3
6	8	5	3	1	9	7	2	4

CIFRAS CRUZADAS 16

Colocar en el tablero inferior los números siguientes

1	2	3	4	5
6	7	8	9	

de manera que sumándolos vertical y horizontalmente se obtengan los resultados

$$\begin{array}{r}
 \square + \square + \square = 13 \\
 + \quad + \quad + \\
 \square + 9 + \square = 20 \\
 + \quad + \quad + \\
 \square + \square + \square = 12 \\
 = \quad = \quad = \\
 16 \quad 12 \quad 17
 \end{array}$$

SOLUCIÓN CIFRAS CRUZADAS 15

$$\begin{array}{r}
 \square + \square + \square = 13 \\
 + \quad + \quad + \\
 \square + \square + \square = 14 \\
 + \quad + \quad + \\
 \square + \square + \square = 18 \\
 = \quad = \quad = \\
 16 \quad 14 \quad 15
 \end{array}$$

SOPA DE LETRAS GIGANTE

COMUNIDAD DE MADRID IV

AJALVIR	A	F	S	L	D	E	F	I	O	D	R	O	G	E	R	B	O	R
ANCHUELO	J	G	F	O	A	O	G	X	L	E	G	S	L	I	E	Z	D	L
ESTREMEIRA	I	R	H	Z	I	C	D	B	E	Z	A	C	R	O	T	N	A	S
GALAPAGAR	D	I	S	O	H	A	N	V	U	X	E	V	I	A	I	B	H	E
GASCONES	R	Ñ	I	Y	E	J	C	E	H	I	N	A	K	G	E	E	V	A
GRIÑÓN	I	Ó	G	U	B	G	A	S	C	O	N	E	S	J	L	S	G	D
LOZOYUELA	B	N	E	E	J	B	F	V	N	I	C	Ñ	E	J	M	J	Z	A
PINTO	A	J	A	L	V	I	R	O	A	D	A	J	E	T	E	B	I	R
QUIJORNA	T	O	G	A	J	C	M	V	N	A	V	A	S	B	S	L	S	U
RIBATEJADA	E	A	I	C	L	U	T	I	T	O	V	S	M	D	G	E	N	T
ROBREGORDO	J	Ñ	A	J	E	Z	I	N	M	J	Z	C	A	Z	I	B	J	N
SANTORCAZ	A	K	I	G	V	V	A	L	D	E	M	A	N	C	O	G	M	E
TIELMES	D	E	A	S	J	M	H	A	H	A	J	S	O	H	T	E	L	V
TITULCIA	A	S	J	I	A	R	E	M	E	R	T	S	E	X	N	L	D	B
VALDEMANCO	Z	G	A	L	A	P	A	G	A	R	C	I	L	A	I	L	O	J
VENTURADA	A	C	L	B	E	I	O	C	Ñ	E	J	L	H	D	P	E	V	A
VILLALBILLA	N	I	Z	D	Q	U	I	J	O	R	N	A	B	S	O	J	S	C
VILLAMANTA	V	G	E	I	N	S	A	L	L	I	B	L	A	L	L	I	V	E

PALABRAS MEZCLADAS

A continuación hay 3 palabras con las letras mezcladas, con cada mezcla podemos escribir una FLOR, por ejemplo OSRF (ROSA)

LVANADA
ZANACEU
LELACV

LA ESPERANZA ES LO ÚLTIMO QUE SE PIERDE

El 12 de marzo teníamos programado un viaje en el que íbamos a seguir la ruta que Miguel Delibes describió en su libro *El hereje*. Visitaríamos el Archivo y la villa de Simancas, Urueña, el románico palentino, etc.

Pero no habíamos contado con un acontecimiento terrible que se nos avecinaba desde un país muy alejado del nuestro como es China. De allí nos iban llegando noticias de que las personas estaban siendo atacadas, con mucha violencia, por un virus desconocido al que los científicos llamaron coronavirus (COVID-19).

La mayoría de los vecinos de Boadilla pensábamos que aquí, a España, no llegaría, ya que estábamos muy lejos, pero en las noticias nos dijeron de pronto que ese virus ya estaba causando muertes en Italia, y eso nos hizo pensar que se estaba acercando y habría que estar prevenidos. Aun así, algunos seguían creyendo que nosotros nos libraríamos de su ataque. ¡Cuán lejos estaban de la verdad! Pues el maldito virus, escondido en algunas personas, se introdujo también en nuestro país y, tal como cuenta el escritor Miguel Delibes que la peste se propagó en sus tiempos, ahora en nuestros tiempos también se ha propa-

gado ese bicho hostil al ser humano, privándonos de nuestra libertad y dejándonos a casi todos encerrados en nuestras casas esperando a ver si consiguen mientras tanto algún remedio para vencerlo.

Los españoles, que solemos tener un carácter dicharachero y cariñoso, ahora nos vemos obligados a ser más fríos, a tener que guardar distancia de seguridad, y damos gracias a los profesionales de la medicina y de todas las actividades relacionadas con nuestra salud porque están haciendo muy bien su trabajo.

Las cámaras de televisión proyectaron imágenes de uno de nuestros doctores de Boadilla, D. Manuel Ignacio García del Valle, preparado para ayudar a las personas afectadas por el coronavirus. Eso nos da muestra de su solidaridad y nobleza en una sociedad necesitada de colaboración en estos momentos cruciales.

Gracias de corazón

María del Pilar Hernández López.



ACTIVIDADES DE OCIO

PROGRAMACIÓN ACTIVIDADES DE LA CONCEJALÍA DE MAYORES DE BOADILLA DEL MONTE

MES	DIA	HORA/CENTRO	ACTIVIDAD
MAYO	LUNES 3	MARÍA DE VERA, JUAN GONZÁLEZ DE UZQUETA Y MAIL	SECCIÓN EL ENIGMA DEL MES
	VIERNES 8	10:00-12:00 H JUAN GONZÁLEZ DE UZQUETA Inscripciones hasta el martes anterior a la actividad. Del viernes 23 de mayo al viernes 26 de junio.	TALLER EN FORMA El taller En forma ofrece ejercicios de equilibrio, fuerza y potencia muscular que nos ayudan a mejorar nuestra condición física a través de metodologías innovadoras como el «Eurythmics». Objetivos: Mejorar la condición física de las personas mayores mediante la realización de ejercicio físico focalizado en la fuerza, el equilibrio y la potencia muscular. Tomar conciencia de la importancia de realizar ejercicio físico adecuado para conservar una buena forma física y prevenir síntomas que puedan producir fracturas en los mayores. Generar el hábito de la realización de ejercicio físico. Favorecer que los conocimientos adquiridos en el taller se integren en el día a día. Fomentar la costumbre de la realización de ejercicio físico adecuado a las necesidades de cada persona.
	JUEVES 29	9:00 H JUAN GONZÁLEZ DE UZQUETA 9:15 H MARÍA DE VERA Inscripciones hasta el lunes 25 de Mayo	VISITA GUÍADA A MUSEO DE LA HISTORIA DE MADRID Conoceremos la historia de Madrid de una manera gráfica, la visita será guiada para que conozcamos todos los detalles que el museo contiene. Descubriremos también los edificios más representativos que rodean a este museo.

MES	DIA	HORA/CENTRO	ACTIVIDAD
JUNIO	LUNES 2	MARÍA DE VERA, JUAN GONZÁLEZ DE UZQUETA Y MAIL	SECCIÓN EL ENIGMA DEL MES
	VIERNES 5	10:00-12:00 H JUAN GONZÁLEZ DE UZQUETA	CONTINUA EL TALLER EN FORMA El taller En forma ofrece ejercicios de equilibrio, fuerza y potencia muscular que nos ayudan a mejorar nuestra condición física a través de metodologías innovadoras como el «Eurythmics».
	LUNES 8	18:30 H AUDITORIO MUNICIPAL	FESTIVAL DE FIN DE CURSO Como en ocasiones anteriores al finalizar el curso, mostraremos lo que hemos aprendido este año, disfrutaremos de las actuaciones de los grupos de; Gimnasia aeróbica y mantenimiento, Zumba, Baile individual y de parejas, Guitarra, Coro polifónico,...., sin olvidar los grupos de la Asociación de Mayores que nos acompañaran. La gala será presentado por el Grupo de Teatro.
	MARTES 16	10 a 12 H MARTES Y JUEVES MARÍA DE VERA Inscripciones hasta el viernes 12 de junio. Del martes 16 de junio al jueves 9 de julio.	TALLER ENTRENA “Entrena” es un taller preventivo y de promoción del envejecimiento saludable que impulsa la autonomía funcional y la actividad física en las personas mayores. Objetivos Aprender trucos para mejorar la calidad de vida e incorporar hábitos saludables. Realizar actividad física. Compartir experiencias de autocuidado y descubrir las de otras personas. Reforzar la autonomía personal. Aprender a gestionar el dolor. Tener más seguridad y perder el miedo a las caídas.

ACTIVIDADES DE LA ASOCIACIÓN DE MAYORES DE BOADILLA DEL MONTE

ASOCIACIÓN MAYORES DE BOADILLA

REAL JARDIN BOTANICO

MIÉRCOLES 20 DE MAYO, (50 plazas)
Salida a las 10:00 h desde la Rotonda de Virgen de las Angustias. PRECIO: 5€

Ayuntamiento de Boadilla del Monte