

# Pasando Página

Diciembre 2024

El motor de la Sierra Norte



Nº 31

# Creamos experiencias Digitales

**LUZONMEDIA.COM**

## Diseño Web.

Páginas web bajo plantilla pero totalmente personalizadas en WordPress.

## Diseño Gráfico.

Diseño de logotipos, imagen de marca, dossiers, lonas publicitarias, dípticos, trípticos, luminosos, stands de ferias, presentaciones y todo lo que su negocio pueda necesitar.

## Diseño Multimedia.

Diseño de soporte audio-visual para promocionar su negocio en cualquier tipo de soporte multimedia. Newsletters, Cartelería, Videos, etc...

# Soluciones.

**Diseños personalizados y optimizados**





## CRONOLOGIA

Pasando Página desde el año 2005 dando voz a la sierra norte de Madrid.  
En la actualidad su publicación es trimestral.

## DIRECCIÓN Y EDICIÓN

Pilar Gast

## CONTACTO



### EMAIL

revistapasandopagina@gmail.com



### WEBSITE

www.revistapasandopagina.com

CON LA COLABORACIÓN  
DE TODOS USTEDES...

## SUMARIO

### Poesía

Amor e Ilusiones

### Historia

¿Debe devolver EE.UU. Florida a España?

### Restauración

Sumiller

### Cine

María Adánez

### Turismo y Gastronomía

Propuestas de regalos originales

### Cuaderno de Campo

Asturias

### Relatos

Cambio de piel

### Horóscopos

Baraja española

### Opinión

«Operator» por OpenAI

### Ocio y Cultura

Inverno en Madrid

### Motor

Dakar en estado puro

### Astrología

2025 año de grandes transformaciones

### Actualidad

25 años de lucha

### Viajes

Vipassana, un viaje interior

## REDACCIÓN

Elena Aljarilla, Manuel Barrero, Rubén López, María Isabel Jareño, Esther Abad, Elsa Alonso, Sofia Blanco, David Lopez Cerro, Belén Camín, Eva Aguado, Jorge Herranz, Jorge Del Reguero, M<sup>a</sup> Ángeles Ruiz, Ana Isabel Gallego, Adriana Pardiñas, Luisa Plaza y María Barquero, Bárbara Martínez, Rafa Turnes, Brahim Belfakire, Arantxa Luque.

### Editorial

Ana Isabel Gallego

### Ilustraciones

Andrés Fernández

### Fotografía

María Barquero, Jorge Pascual y Olga Lorenzo

### Imagen de portada

Brahim Belfakire

# Editorial



Estamos viviendo momentos, con los recientes acontecimientos, que a todos nos han conmocionado, a la vez que nos ha hecho emerger el sentido de unidad; ante la tragedia, todos nos hemos sentido unidos a los afectados por la dana.

Es por eso, que recupero uno de mis poemas, que forma parte del libro: "El sendero hacia el despertar", en el que expreso mi sentir por la necesidad de que todos tomemos sentido de la Unidad.

De que ante la tragedia, la necesidad, las pérdidas de vidas, no debería jamás primar los colores, ni distinciones, ni creencias, ni condiciones, tan solo la Unidad como una única humanidad.

Dedico mi poema, a todas aquellas personas que se han sentido una con todas las que han sufrido, con las que han ofrecido ayuda, las que sin pensarlo, han ido voluntarias para ayudar, a todos los que han colaborado, cada uno en lo que ha podido... a todas las víctimas y sus familias, a todos...

Desde el corazón.



## NO HAY SEPARACIÓN

Tuve que besar el suelo  
para poder despertar  
y volver a caminar  
debajo de un nuevo cielo.  
Me costó romper el hielo,  
era nuevo para mí,  
pero al final aprendí,  
que somos parte de un Todo  
y lo que hagas de algún modo,  
nos afecta a ti y a mí.  
Cual micelio de las setas,  
así estamos conectados  
y así hemos sido creados,  
sin galones ni etiquetas;  
y ya no te comprometas  
con banderas ni colores,  
tan solo somos actores  
interpretando la vida;  
un papel hecho a medida,  
con gozos y sin sabores.  
Y al final yo comprendí:  
Pues que todos somos Uno  
y no existe Ser alguno  
que no forme parte de ti.  
Desde entonces entendí  
la verdadera cuestión:  
Que somos una fusión  
con el Universo a Una;  
pues no hay división alguna,  
porque no hay separación.

Julián Quirós Pascual

*Construimos la casa de tus sueños!*



**URIEL ROMERO**

CONSTRUCCION Y DESARROLLO

**TLF-699.472.334 - COTOS DE MONTERREY**

## LA FIGURA DEL SUMILLER: ¿QUÉ ES Y QUÉ HACE UN SOMMELIER?

Tal vez lo hayas podido ver y vivir en algún restaurante, no se trata de un camarero cualquiera. Se le conoce como sumiller o Sommelier en francés, y aquí vamos a explicarte todo lo que hacen estos profesionales, porque es mucho más que abrir una botella de vino y descorcharla adecuadamente.

### ¿Qué es un sumiller?

A grandes rasgos, un Sommelier es un experto en vinos, pero también en cavas, licores, aperitivos y cualquier bebida espirituosa que ofrezca un local. Es el encargado de crear la relación ideal entre el consumidor, los vinos y los platos propuestos en la carta.

Conoce las botellas del establecimiento a la perfección para aconsejar a los clientes cuál es la mejor según la ocasión y el plato elegido. Desempeña un papel muy importante en la sala, porque no solo ejerce sus funciones, sino que su figura otorga prestigio al local.

### ¿Qué hace un Sommelier de vinos?



Además de ser el especialista de la vinoteca y tener conocimientos de varios campos, como son la gastronomía, la agricultura, la enología e incluso la química, son varias sus funciones;

—Es el encargado de conocer y diseñar la carta de vinos del local. Para ello, debe propiciar una relación simbiótica con la cocina, ya que es necesario que conozca los platos del menú para poder estudiar y aconsejar los mejores maridajes perfectos, e igualmente la cocina debe conocer los vinos de la bodega para presentar platos y preparaciones acordes.

—Es importante también que domine las particularidades de su zona geográfica y los productos locales y, por supuesto, de las distintas denominaciones de origen. En la carta siempre debe haber algún vino de la zona y, por supuesto, en la cocina se utilizarán productos locales, por lo que conocerlos le facilitará la tarea de crear esos maridajes.

La Escuela de Hostelería y Turismo de la Cámara de Comercio, Industria y Servicios de Madrid celebró el pasado mes de julio, la prueba de excelencia de la edición número 31 del Curso Superior de Sumilleres.

El jurado que ha participado en la decisión durante la prueba de excelencia lo componen más de 20 expertos del sector, entre los que destaca María José Huertas, recientemente incluida en la lista de los *Top 100 Sommeliers* de España, junto con otros 25 miembros más de la Escuela, entre alumnos, exalumnos y profesores.

Las pruebas se han desarrollado en el Hotel Wellington de Madrid durante tres horas. Esta cita supone el broche de oro al curso y representa una oportunidad para presenciar la habilidad y conocimientos que los estudiantes han adquirido en torno al sector del vino y su servicio.

**Diana García Leite** (Restaurante Arima) ha resultado ganadora de las Pruebas de Excelencia de la XXXI Promoción del Curso Superior de Sumilleres 2024.



Enhorabuena  
Diana !!





*10 Regalos con estilo  
para #winelovers*





## Por si se te acaban las ideas estas navidades:

Rompemos con los clásicos navideños y preparamos este Bazar lleno de estilazo que hemos seleccionado para ti 🧚:

### 1. Un viaje para beberte España con una selección de bodegas y hoteles perfectos: ENOTURISMO SPAIN

Ya sea para realizar una escapada romántica de enoturismo, visitar bodegas, comer entre viñedos o alojarte en un hotel bodega, en Enoturismo Spain encontrarás el mejor plan para ti.

Encuentra el plan perfecto para ti explorando las diferentes regiones vitivinícolas o utilizando su [buscador de bodegas](#).

[Enoturismo Spain](#) | [Las mejores bodegas de España](#)

### 2. Formación en vino de la mano de ARTEAN WINES: ¡la mejor inversión!

Dicen que uno de los mejores regalos es la formación, Artean Wines es la Escuela de Vino donde forman y asesoran a organizaciones, profesionales y amantes del vino. Con su trabajo quieren poner en valor la cultura del vino, y contribuir a tu aprendizaje.

Imparten las distintas [Cualificaciones WSET](#) así como otros [Cursos Propios](#) y [Monográficos](#) sobre vinos y bebidas espirituosas. También cuentan con un Club de Cata a ciegas estable.

<https://arteanwines.com/>

### 3. Este año, ¿por qué no celebrar las navidades con un regalo sofisticado, memorable y que seguro será apreciado: kits de cata y de exploración de lugares de vinos?

E-Tasting es una marca creada por Vinovae, especializada en la producción de muestras de vinos y espirituosos (Vinottes® y Spinottes®), que ofrece una forma práctica y accesible de disfrutar de las catas.

Encontrar los vinos adecuados puede ser todo un reto 🍷, y comprar botellas llenas suele ser un inconveniente. Por eso han desarrollado su cata del tamaño perfecto para tu formación online en cata de vinos, con envases ecológicos ♻️ y reciclables.

Su cuidada selección de vinos está aprobada por el WSET ✅, para que puedas centrarte en aprender mientras te ahorran tiempo y dinero. Disfruta de vinos de calidad sin complicaciones.

[E-tasting / Muestras de vinos y espirituosos para los cursos WSET - E-tasting UE](#)

### 4. Belleza con vino 🍷 y uva 🍇 Lo-Kura Wine Cosmetic - La esencia balsámica de la vid para cuidar tu piel -

Pack "Cuidado Esencial" Dale a tu piel y labios el cuidado que merecen. Diseñado para nutrir, proteger y regenerar de forma natural. Este dúo incluye:

- Bálsamo Multifunción (60 ml)
- Bálsamo Labial (10 g)

Precio: 29,95 €. Puedes comprarlo aquí;

<https://www.lokuracosmetics.com/tienda>

## 5. Apoyo: Tierra Bobal: Donde el bosque abraza el viñedo #devinos

Dando todo nuestro apoyo a la zona de Utiel – Requena

Vivimos en una tierra que huele a vino. Los fenicios trajeron el vino a los pueblos íberos, que hace más de 2.500 años excavaron lagares como La Solana de las Pilillas y hoy sabemos que fueron las bodegas más antiguas en la Península Ibérica. Durante siglos las casas se alzaron sobre bodegas subterráneas como las que puedes visitar en Utiel y Requena. Su vino es del color de la tierra del altiplano, da forma a su paisaje y es su modo de vida. Fueron Denominación de Origen antes que la mayoría. Es el territorio que les identifica sin tener fronteras. La bobal y el Cabriel son la frontera y solo la tierra su bandera.

### EL AROMA DE LA BOBAL EL VINO DE MODA

La uva bobal, característica de la DO Utiel-Requena, ha conquistado a aficionados y expertos de sus vinos opulentos de aromas a frutos rojos y color intenso. Reserva una cata y descubre los secretos de la bobal.

Pincha aquí y descubre este territorio [Los vinos exquisitos de la DO Utiel-Requena - Tierra Bobal](#)

## 6. Los accesorios para el vino como un auténtico Sommelier: ZWILLING

Esta marca que desde 1731, fabrica cuchillería y utensilios de cocina en Solingen, el mundialmente famoso hogar de los fabricantes de espadas, cuchillos y tijeras. Hoy, ZWILLING es una de las marcas más conocidas del mundo e inspira a chefs profesionales y aficionados por igual. Las características innovadoras, el diseño perfecto y la más alta calidad son los sellos distintivos de todos los productos de cocina y mesa. ¡Inspírate y descubre el mundo ZWILLING!

Tiene una línea de ZWILLING SOMMELIER – Realza el disfrute de los vinos Finos

Comprar aquí;

<https://www.zwilling.com/es/zwilling/utensilios/sommelier/>

## 7. Descubre WOW: WORLD OF WINE en Oporto a sólo 45' de Madrid en avión

Un distrito cultural con factor WOW en pleno corazón histórico de Vila Nova de Gaia, a poca distancia del centro de Oporto, y del río Duero, WOW rinde homenaje a la cultura, la historia y las principales industrias portuguesas.

En el corazón histórico de Vila Nova de Gaia, a poca distancia del centro de Oporto, WOW surgió de la renovación de antiguas bodegas de vino de Oporto y dio lugar a todo un distrito con siete museos, doce restaurantes, bares, tiendas y una escuela de vino. El plan ideal es reservar un día entero para descubrir WOW. Puedes elegir los museos que prefieras, los restaurantes que te apetezca probar y completarlo con un taller de vinos o de chocolate. Aquellos que se queden por la noche tienen como recompensa el ver el espectáculo diario de video mapping en la plaza central. Además de todo esto, WOW actúa como catalizador cultural.

Merece la pena seguir el programa <https://shop.wow.pt/>

## 8. Para los amantes del jamón 🐷 y uno de los productos que mejor #match hace con el vino... ¡Déjate seducir por La Comarca de los Pedroches!

Encinas centenarias, y en menor medida alcornoques y quejigos. Un tupido manto de hierba. Clima cálido. Planicies o colinas poco elevadas Belleza serena. Esa es la dehesa que nos encontramos en el Norte de la provincia de Córdoba, el escenario ideal y el mejor ecosistema para que el cerdo ibérico viva en libertad y produzca calmada y suavemente la materia prima que dé lugar a una de las mayores joyas gastronómicas que se conocen. El Jamón Ibérico Puro de Bellota Denominación de Origen Los Pedroches.

Comprar aquí; <https://www.jamondolospedroches.es/>

## 9. El libro que querrás beberte: “El Libro de los Vinos Ibéricos”: Una guía completa de España y Portugal - Sara Peña y Luis Antunes

El Libro de los Vinos Ibéricos presenta un fascinante viaje por las tierras de Portugal y España, dos países que, a pesar de ser hermanos, tienen trayectorias distintas en la historia del vino. Estos dos países comparten una larga tradición de apreciación por la buena comida y, por supuesto, por los buenos vinos. La historia de los vinos ibéricos está profundamente arraigada en las diversas regiones de estos países, reflejando la diversidad y la riqueza de sus paisajes y culturas.

Portugal y España, a pesar de sus diferencias, siempre han encontrado un punto de unión en la mesa, donde el vino desempeña un papel central. Desde tiempos inmemoriales, los vinos ibéricos han sido un elemento esencial de la dieta mediterránea, un pilar que sostiene las tradiciones y costumbres de ambos países. Este libro es una invitación a explorar esa riqueza, considerando la Península Ibérica como una vasta y rica región vinícola.

Bébetelo aquí:

[https://www.amazon.es/dp/BODP31PLHS?ref=cm\\_sw\\_r\\_ffobk\\_cp\\_ud\\_dp\\_VH27D67SJ5K4576DWQ36&ref=cm\\_sw\\_r\\_ffobk\\_cp\\_ud\\_dp\\_VH27D67SJ5K4576DWQ36&social\\_share=cm\\_sw\\_r\\_ffobk\\_cp\\_ud\\_dp\\_VH27D67SJ5K4576DWQ36&skipTwisterOG=1&bestFormat=true](https://www.amazon.es/dp/BODP31PLHS?ref=cm_sw_r_ffobk_cp_ud_dp_VH27D67SJ5K4576DWQ36&ref=cm_sw_r_ffobk_cp_ud_dp_VH27D67SJ5K4576DWQ36&social_share=cm_sw_r_ffobk_cp_ud_dp_VH27D67SJ5K4576DWQ36&skipTwisterOG=1&bestFormat=true)

## 10. Déjate seducir por ARTTIK -Acrílico con alma: cada pieza, ¡una obra de arte!

Joyería creativa, hecha a mano y con los diseños mas innovadores del momento. Tienen colección exclusiva de piezas para #winelovers 🍷❤️ además todo realizado con exclusividad. Y si tienes un diseño en mente, ¡te lo hacen realidad!

Puedes cotillear por aquí ;

<https://arttiksteel.myshopify.com/>

Regalo  
Nº 1



Regalo  
Nº 2



Regalo  
Nº 3



Regalo  
Nº 4



Regalo  
Nº 5



Regalo  
Nº 6



Regalo  
Nº 7



Regalo  
Nº 8



Regalo  
Nº 9



Regalo  
Nº 10



# Alfoli de la Sal

## Gastrosofía

Cena y espectáculo  
en directo gratuito  
Paga sólo una botella  
de vino por pareja



### MENÚ PARA :

Eventos / Comidas  
Cenas de empresa



Visita nuestras  
Cuevas del Siglo XIV

### RESERVA EN NUESTRA WEB

[www.alfolidelasal.com](http://www.alfolidelasal.com)  
[contactoalfoli@gmail.com](mailto:contactoalfoli@gmail.com)



91 843 16 53

 @alfolidelasal

C/ De la Estrella - Torrelaguna ( Madrid)  
Horario: Martes a Domingo de 10:00 a 17:00  
Jueves, Viernes y Sábado dese las 20:00 hasta las 03:00





# HA LLEGADO «OPERATOR DE OPENAI»

## ¿Revolución o Relato de Ciencia Ficción?

### ¿Necesitamos Realmente «Operator» de OpenAI? La Dicotomía Entre Tecnología y Humanidad

El lanzamiento de «Operator» por OpenAI ha llegado como un nuevo canto de sirena en medio de la tormenta digital que azota nuestras vidas.

Se nos presenta como la herramienta definitiva, capaz de hacer que nuestras interacciones con la inteligencia artificial (IA) sean más efectivas y, en teoría, más humanas.

Perdonaaaaa...

¿Realmente necesitamos otra *maravilla tecnológica* en nuestras existencias ya sobrecargadas de gadgets y aplicaciones?

### ¿Qué es «Operator» y para qué sirve?

Para aquellos que han estado aislados en una cueva sin conexión a Internet, «Operator» es, en términos sencillos, una interfaz que promete convertir nuestras peticiones a la IA en algo más cercano a un diálogo humano que a una lista interminable de resultados.





En esencia, se propone como un asistente que entiende mejor lo que decimos y lo que necesitamos.

Estará presente en todos los dispositivos que usamos en nuestro día a día: teléfonos, tablets, PC's, dispositivos inalámbricos, TV's, vehículos, neveras inteligentes, lavadoras inteligentes... y, por qué no decirlo, algún día estará hasta en las tostadoras.

Suena bien, ¿verdad? Como un sueño dorado hecho realidad por la magia de la programación.

### ¿En qué nos va a ayudar?

La promesa es que «*Operator*» facilitará tareas cotidianas: desde gestionar tu email, recordar tus citas, comprar por ti, hasta asistirte en la búsqueda de información en un mar infinito de datos.

Excelente, ideal, perfecto... hasta que nos paramos a pensar en lo que eso implica.

¿Cuántas aplicaciones están ya dispuestas a hacer lo mismo?  
Pues, muchas.

Y, la pregunta, más pertinente, es:

¿Realmente, tan incapaces somos de navegar nuestra propia existencia sin la ayuda de una IA que, a buen seguro, se alimentará de nuestros datos personales y hábitos?

### La necesidad de la IA en nuestro día a día

Ahora bien, pasemos a lo esencial.

¿Es «*Operator*» realmente necesario?

Nos han hecho creer que no podemos vivir sin la ayuda de un asistente inteligente para tomar decisiones triviales.

Pero aquí está el quid de la cuestión:

¿Hemos renunciado tanto al sentido común, al criterio personal, que ahora necesitamos un programa que entienda nuestras necesidades?



La dependencia de la tecnología se instala como una sombra alargada en nuestro día a día, asegurando que cada vez que reemplacemos un pequeño esfuerzo humano por un clic, nos alejamos un poco más de nuestra propia humanidad.

## Un futuro marcado por la dependencia

Es una paradoja:

*Por un lado, la tecnología pretende liberarnos del tedio, y por otro, nos encadena a un ciclo vicioso de dependencia.*

Si el pasado reciente nos ha enseñado algo es, que mientras más simplificamos, más complicamos.

La verdad es que quizás no necesitemos «Operator». Lo que realmente necesitamos es reivindicar el arte de pensar, de decidir, de interactuar sin intermediarios digitales que lean entre líneas lo que en realidad estamos diciendo.

### ¿Innovación o un espejismo?

En resumen, el lanzamiento de «Operator» podría ser considerado como un avance en el mundo de la IA, pero no olvidemos que cada avance viene con su propia carga de consecuencias.

Lo que inicialmente parece ser un generador de eficiencia puede convertirse en un ladrón silencioso de nuestra capacidad de pensamiento crítico.

Nosotros, los seres pensantes, debemos cuestionar:

¿Es «Operator» un paso hacia adelante por la senda del progreso o simplemente otro ladrillo en el muro de la desconexión humana?

Mientras buscamos respuestas, recordemos que no hay algoritmo que sustituya el instinto humano.

En palabras de Sam Altman, su creador:

**«Lo que veremos no son solo modelos más potentes, sino agentes virtuales que pueden actuar y decidir en nombre del usuario»**

¿A quién le suena esto?

A mí, a Skynet (Terminator 2, El juicio final 1991).



Servicio de  
**DISEÑO**  
*Gráfico*

- Logos
- Tarjeta de presentación
- Volantes publicitarios
- Flyers
- Pendones
- Diseño de menú
- Diseño para redes sociales
- Stickers



**¡Contáctanos!**

@ brahimbelfakiredes@gmail.com

# ¿DEBE EE.UU. DEVOLVER FLORIDA A ESPAÑA?

Por varios foros y blog de la red circula la noticia de que La Florida, península norteamericana que forma uno de los cincuenta estados que configuran los Estados Unidos de América, volvería a tener titularidad española a mitad de este siglo.

Los argumentos que se esgrimen para sostener esta teoría serían que España y EEUU firmaron en el "tratado correspondiente" una cláusula que obligaría a EEUU a devolver al reino de España la titularidad de la Florida después de un alquiler pasados 300 años de su "préstamo". Se barajan fechas como 2055 para el saldo de esta cuenta pendiente.

Antes de abordar la cuestión en profundidad, debemos de ponernos en antecedentes. La península de la Florida debe su nombre al ser descubierta un lunes de Pascua de Resurrección, como la Pascua de Resurrección también se conoce como la Pascua Florida, a la península se le llamó: *Península de la Florida*. La conquista posterior colonización española no se produjo hasta el año 1562 en los que La Florida abarcaba los actuales estados de Florida, Georgia, Carolina del Sur, Carolina del Norte, Tenesee, Alabama y Misissippi teniendo aproximadamente por límite septentrional el paralelo 36°N o, algo más al sur el paralelo del *Cabo Medanoso* (Cabo Hatteras). La Florida pasó posteriormente por la cesión a Inglaterra siguiendo el "*Tratado de París en 1763*" junto con los territorios al este y sureste del Misisipi, y la posterior reconquista, que, al finalizar la guerra, La Florida (Florida oriental y occidental) era devuelta oficialmente a España por el "*Tratado de Versalles de 1763*" en el que también mantenía los territorios recuperados de Menorca y recuperaba las costas de Nicaragua, Honduras y Campeche.



Aunque la Florida permaneció oficialmente bajo la soberanía española hasta 1821, España no poseía un control total sobre el territorio por las conciencia independentista de la población local que entre 1808 y 1814, durante el periodo de la intervención francesa en España, adoptaba ideas revolucionarias en consecuencia de la gran demanda de recursos que España requería a La Florida para expulsar al ejército francés, el mayor de la época.

En la Florida Occidental, España tuvo que evacuar sus tropas de Mobile (Alabama) en Abril de 1813 a la capital Pensacola y Estados Unidos se apodero de la ciudad en el contexto de la "Guerra Anglo-Americana entre 1812 y 1815", reclamándola como parte de la compra de la Luisiana a Francia unos años antes. Ante la precaria situación de la Colonia, en 1817, el general Gregor McGregor tomó militarmente Amelia, en la Florida Oriental, y días después, insurgentes floridanos al norte de Vacapilatca, alentaron a la población para proclamar la independencia de España y declarar la "República de Florida", estableciendo su capital en la localidad fortificada de Fernandina.

Aprovechando estos acontecimientos EEUU ordenó una invasión terrestre y marítima para apropiarse de la Florida. En septiembre de 1817, un gran despliegue militar estadounidense apoyado con tropas españolas procedentes de La Habana, desembarcó en Amelia y de allí se dirigieron a Fernandina para someter a los rebeldes que defendían la insurgencia en la Florida. En 1818, EEUU intervino en la Florida Oriental y la presencia española en La Florida tocaba a su fin tras el inicio de negociación, del "Tratado Adam-Onís de 1819" por el que España se vio forzada a vender las dos Floridas al gobierno estadounidense a cambio de preservar sus fronteras en el oeste norteamericano y 5 millones de dólares. La anexión estadounidense del territorio terminó finalmente en 1821 cuando el gobierno liberal que había derrocado a Fernando VII ratificó el tratado, año que marcó la intensificación de la guerra contra las tribus seminolas que habitaban la península para establecer colonos estadounidenses y conformar lo que es hoy el Estado más meridional de los EEUU. Florida se convirtió en el estado número 27 de los Estados Unidos de América el 3 de Marzo de 1845. La mayoría de la población española en la Florida emigró hacia Cuba y la huella española acabó disolviéndose, siendo hoy escasa y reflejándose solo en iglesias, edificios gubernamentales o fortalezas, pero apenas en población.

**Tras analizar la trayectoria histórica de la Florida se antoja complicado que podamos hallar un préstamo temporal del territorio de la Florida a los Estados Unidos por parte de España, pero vamos a intentarlo. Debemos remontarnos según lo acontecido hasta el "Tratado Adam-Onís de 1819", que se configuró como un tratado de amistad para el arreglo de diferencias y límites entre el entonces Virreinato de la nueva España y los Estados Unidos de América, siendo el resultado de la negociación entre España y Estados Unidos para fijar la frontera entre ambas naciones. Luis de Onís acudió como representante del rey Fernando VII de España y por los Estados Unidos el secretario de estado John Quincy Adams, prolongándose la negociación desde 1819 hasta su ratificación el 22 de febrero de 1821 por ambas partes.**

Analizando pormenorizadamente el "Tratado Adam-Onís", desacreditamos fácilmente esta teoría ya que según el texto en su Artículo 2, cita textualmente: "***S. M. C. cede a los Estados Unidos en toda propiedad y Soberanía todos los territorios que le pertenecen situados al Este de Misisipi, conocidos bajo el nombre de Florida Occidental y Florida Oriental. Son comprendidos en este artículo las Islas adyacentes dependientes de dichas dos Provincias, los sitios, plazas públicas, terrenos baldíos, edificios públicos, fortificaciones, casernas, y otros edificios que no sean propiedad de algún individuo particular, y los archivos y documentos directamente relativos a la propiedad y Soberanía de las mismas dos provincias. Dichos archivos y documentos se entregarán a los Comisarios u Oficiales de los Estados-unidos debidamente autorizados para recibirlos***".



En ninguna otra parte del texto se hace referencia a un préstamo temporal y menos aun estableciendo fechas para el mismo. Considerándose además en el hipotético caso que así se hubiera establecido una cesión durante 300 años, totalmente errada ∴ la fecha de 2055 debido a que el tratado se firmó entre 1919 y 1921 por lo que la suma de años de ser cierta se prolongaría más allá del próximo siglo.

Por último y volviendo finalmente al "Tratado Adam-Onís", se podría considerar que fue beneficioso para las dos partes, ya que España, recibía la soberanía de Texas a cambio de la soberanía de La Florida que de facto no tenía, y los Estados Unidos ganó su transcontinentalidad, Florida y el territorio sin fronteras definidas del Oregón.

Residencia y Centro de Día

# San Miguel

Pedrezuela

Capacidad para **42 residentes y 21 usuarios del Centro de Día.**

Estas dimensiones hacen posible una atención personalizada hacia nuestros residentes y sus familiares, además de un especial cuidado en los servicios que se ofrecen

*Tu hogar en Pedrezuela*

Tel.: **91 843 48 65**

Paseo de la Ermita, 28 - 28723 PEDREZUELA (Madrid)  
info@sanmiguelpedrezuela.es - www.sanmiguelpedrezuela.es

- Médico y Enfermería
- Fisioterapia (Rehabilitación)
- Terapia Ocupacional y Psicología
- Actividades de ocio, Talleres, etc...
- Cocina Propia
- Posibilidad de estancias cortas (Postoperatorio, vacacional, etc...)
- Transporte Propio para Centro de Día
- Amplios Patios y Terrazas Exteriores

¿QUIERES ANUNCIARTE CON NOSOTROS?

 **690 847 560**

# SERVICIO TÉCNICO

**ORDENADORES  
PORTÁTILES  
TELEVISORES  
PROYECTORES  
CONSOLAS-VIDEOJUEGOS  
ELECTRODOMESTICOS**

**LAVADORAS  
SECADORAS**

**REFRIGERADORES  
VITROCERÁMICAS**

**HORNOS ELECTRICOS**

**CAMPANAS EXTRACTORAS**



**SERVICIO DE ATENCIÓN INMEDIATO - EL MOLAR**

**Cesar Falero**

**25 AÑOS DE EXPERIENCIA**



**642 520 365**





# LA PARANOIA Y LOS DELIRIOS

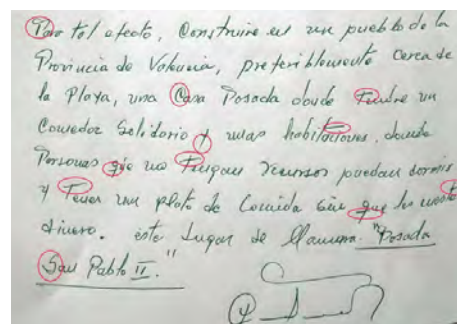


*...“y así, del poco dormir y del mucho leer se le secó el cerebro de manera, que vino a perder el juicio” (Miguel de Cervantes)*

El personaje creación de Miguel de Cervantes, Alonso Quijano, sufría un estado de enajenación mental que afectaba a la percepción de su realidad y que le llevó incluso a cambiar su identidad convirtiéndose en el caballero hidalgo Don Quijote. A lo largo de la psiquiatría se ha puesto como ejemplo al personaje de Cervantes, que lejos de su delirio de caballero andante, era capaz de razonar con gran discreción.

Existe una nueva etiqueta o un término para definir un estado mental contrario a la **paranoia**. La sospecha o convencimiento de que la gente, o el universo en general, planea siempre algo para hacernos felices, cuyos síntomas son el optimismo y el incremento de la buena voluntad. Se trata de la **pronoia** y sería maravilloso que todos fuésemos poseedores de este estado mental para alcanzar un mundo de personas emocionalmente más sanas. Sin embargo, en ocasiones observamos comportamientos en algunos sujetos que son del todo irracionales para muchos de nosotros. Son comportamientos o actitudes a los que no encontramos sentido, pues escapan a la realidad de la mayoría.

Las personas que padecen paranoia sufren un delirio en la interpretación de los acontecimientos sin que su capacidad intelectual se vea deteriorada y con una lógica aparentemente perfecta. Estas personas además son **susceptibles** de forma algo exagerada, son **desconfiadas** por naturaleza, su arquitectura mental es algo peculiar y muestran además una **hipervaloración de su yo**. No comprenden, además, que **están equivocados**. Ya desde su edad temprana cualquier fracaso puede despertar un fuerte sentimiento de resentimiento e injusticia en la persona, dado que sus mecanismos de defensa no actúan de manera correcta.



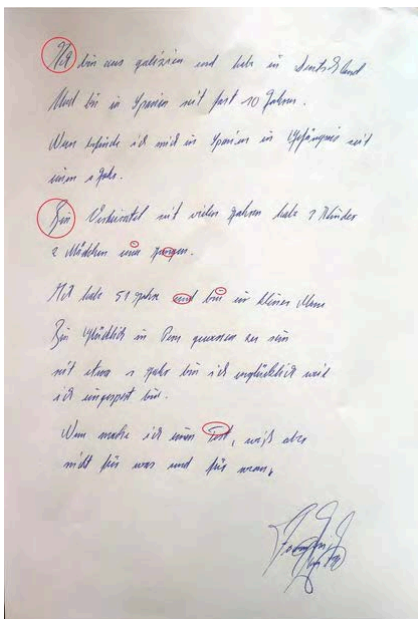


La RAE define la paranoia como *un trastorno de la personalidad por el que el individuo afectado recela, sin aparente lógica, de las personas que lo rodean, atribuyéndoles malas intenciones para con él. En su paranoia, creía que la perseguían.*

El Dr. J.A. Vallejo Nájera describía la paranoia como una enfermedad mental que *se presenta en forma de delirios crónicos, sistematizados, que no son modificables con una argumentación lógica y que están relacionadas con las propias vivencias del sujeto, conservando éste íntegras su inteligencia, memoria y lucidez, así como su capacidad de juicio y raciocinio, siempre y cuando, claro está, que no se trate de su tema delirante.*

Las ideas o creencias que mantienen las personas que padecen este trastorno sufren de manera continua, por lo que su vida se ve lógicamente alterada y perjudicada. En ocasiones optan por **aislarse de la sociedad** como forma de defensa y protección de los peligros que les acechan. Esta **falta de confianza en los demás** afecta también, como es lógico, a la hora de involucrarse en una relación sentimental. Los delirios más recurrentes tratan de **ideas de persecución** o **injusticia, celos, amores y delirios de grandeza** que llevan al sujeto a tener el convencimiento de ser una **persona más importante de lo que en realidad es.**

***“No le sacarán del borrador de su locura  
cuantos médicos y buenos escribanos tiene  
el mundo: él es un entreverado loco, lleno de  
lúcidos intervalos” (Miguel de Cervantes)***



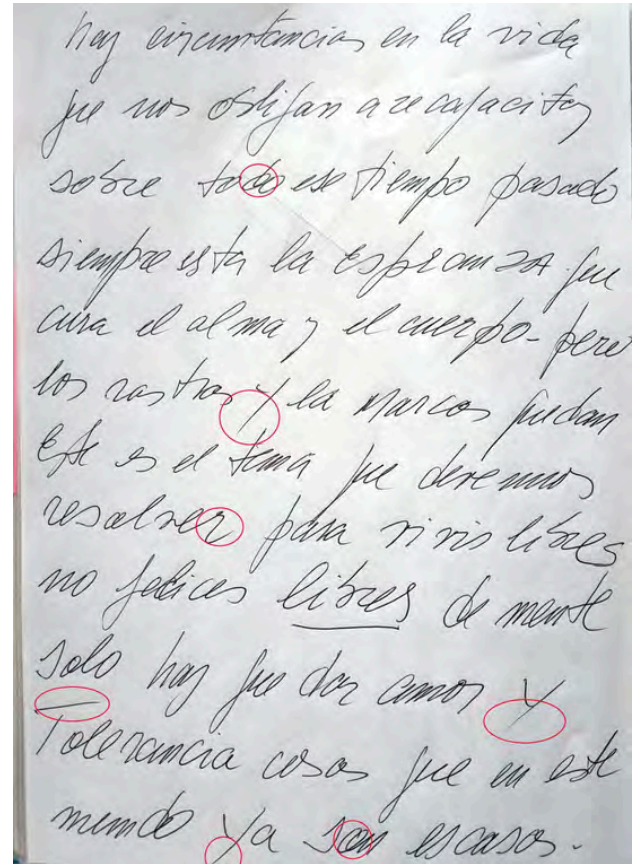
En grafología podemos detectar estos rasgos paranoides a través de una serie de signos gráficos que denotan en general un exceso de **rigidez** que afecta de manera general a varios aspectos importantes. Por una parte su **obstinación, inflexibilidad o intolerancia** le incapacitan para entender que puedan existir otros puntos de vista. Su afectividad se ve perjudicada, pues **no son capaces de mostrar con naturalidad su estado emocional.**

La escritura de estos sujetos suele ser ordenada y de forma cuidada, son textos legibles, de escaso movimiento y velocidad algo lenta. Una escritura de tamaño grande, con mayúsculas, hampas, jambas y firma infladas, algo artificiosa y presión fuerte denota un **exceso de orgullo** e hipervaloración del yo. Una escritura seca, en palotes, cuyas letras parecen casi iguales, sin movimiento, cuyas hampas terminan en punta o se deforman, y cuyas arcadas de “n” o “m” son angulosas muestran una personalidad de **juicio rígido**. La **hipersensibilidad** de estos sujetos se aprecia en los acerados en vertical y una escritura algo regresiva o invertida a la izquierda, además de puntos o acentos lanzados. Una escritura apretada, con un escaso espacio entre letras, óvalos cerrados o con dobles vueltas, rúbrica envolvente, margen superior grande y bucles o dobles vueltas a lo largo del escrito nos muestra a una persona que **desconfía**.

La **obstinación sistemática y reivindicación** podremos detectarla en las barras de "t" que serán movimientos ascendentes en diagonal y a la derecha, o trazos en este sentido, a veces del todo innecesarios como en la letra "q".

En ocasiones podemos tener la sensación de que cada vez son mas las personas que nos rodean las que sufren delirios, y tal vez sea así, o tal vez sean reacciones normales de personas normales frente a un mundo cada vez más anormal. Tal vez la misma percepción tuviera Miguel de Cervantes cuando creó a su caballero hidalgo para describir su percepción de la sociedad de la España de su época.

Elsa Alonso  
(Experta en Grafología -  
Perito Calígrafo y documentoscopia)



Hay circunstancias en la vida  
que nos obligan a reorganizarnos  
sobre todo en tiempo pasado  
siempre esta la esperanza que  
cure el alma y el cuerpo. pero  
los rastros y la marca quedan  
Este es el tema que debemos  
resolver para vivir libres  
no felices libres de mente  
Solo hay que dar amor y  
Tolerancia cosas que en este  
mundo ya son escasas.

# HORTALEZA LIVING



## Que ofrecemos;

- Alquilamos
- Vendemos
- Traspasos
- Documentación
- Tasaciones
- Obras

**hortaleza living** 

real estate business by promociones lora



+34 722 283 042



admin@hortalezaliving.com


## Dirección;


C/ Lorca 3, bajo izquierda 28033


# ALGETE FUEL S.L.




**Seguimos  
a su servicio**

 *Tienda 24 hrs*

 *Pan recién hecho*

 *Cambio de aceite y filtros*

 *Equilibrado de neumáticos*

**Tel. 91 628 29 76**

**ALGETE FUEL S.L.**

Carretera de Algete a Nacional 1, km 3,1  
28110 Algete (Madrid)



# J&A

**JARDINERÍA**



- MANTENIMIENTO DE JARDINES Y PISCINAS
- PODAS Y TALAS EN ALTURA CONTROLADAS
- DESBROCES Y LIMPIEZA DE TERRENOS
- RECORTE DE SETOS
- DISEÑO DE JARDINES
- RIEGOS AUTOMÁTICOS
- OBRAS DE JARDINERÍA
- REPARACIÓN DE HUERTOS
- TODO TIPO DE PODAS
- CONTROL DE PLAGAS
- TRABAJOS FORESTALES

 [JYAJARDINERIA@GMAIL.COM](mailto:JYAJARDINERIA@GMAIL.COM)



@JYAJARDINERIA



JUAN - 611557828

ANTONIO - 611713774



## 25 años de lucha

### *#NoHayExcusa: las cifras de la violencia de género que sonrojamos a todas las democracias*



*Según la ONU, cada 10 minutos una mujer o una niña es asesinada en el mundo por su pareja o por otro miembro de su familia. Son 140 asesinadas al día. El pasado 25 de noviembre se cumplieron 25 años de la conmemoración del Día Internacional para la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, un aniversario más necesario que nunca. Sólo en 2023, unas 51.000 mujeres murieron a manos de sus parejas o exparejas, un feminicidio para el que ONU dice NoHayExcusa*

Texto: Elena Aljarilla

Al cierre de esta edición, el número de mujeres asesinadas por violencia de género en España, desde el 1 de enero de este año, ascendía a 44. Aquí se incluye la última víctima de Baleares, el 10 de diciembre, que recibió más de 10 puñaladas por parte de su expareja, dentro del coche y delante de la hija de ambos, de apenas 3 años de edad. No faltaron las voces que señalaron la nacionalidad rumana del asesino para alegar que no es un problema en nuestro país, y achacarlo, de paso, a la inmigración.

Pero las cifras del feminicidio, 51.000 en 2023, no engañan a nadie, y no dejan de aumentar al albur de los mensajes negacionistas propagados desde las opciones políticas de derechas y extrema derecha en todo el planeta. Un mensaje que cala entre los jóvenes y cuyas dramáticas consecuencias se están viendo en nuestro país.

En la víspera del 25 de noviembre, Día Internacional para la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, un adolescente de 17 años, fue detenido por apuñalar en el cuello a la que había sido su novia hasta hacía unos días, otra adolescente de 15 años, en Orihuela Costa (Alicante). Españoles los dos. Aquí no aplica el argumento de la nacionalidad, pero sin duda sí el de la necesidad de educar en igualdad.

### **Mucho más que asesinatos**

La muerte es solo la punta del iceberg de la violencia contra la mujer. Naciones Unidas calcula que, a nivel global, 736 millones de mujeres, casi una de cada tres, ha sido víctima de violencia física y/o sexual al menos una vez en su vida.



La violencia contra las mujeres y las niñas, según la ONU, “es una de las violaciones más generalizadas de los derechos humanos en el mundo” y se producen muchos casos, cada día, en todos los rincones del planeta. Esta violencia tiene graves consecuencias físicas, económicas y psicológicas sobre las mujeres y las niñas, pero, advierte la ONU, “la magnitud de este impacto, tanto en la vida de las personas y familias como de la sociedad en su conjunto, es inmensa”.

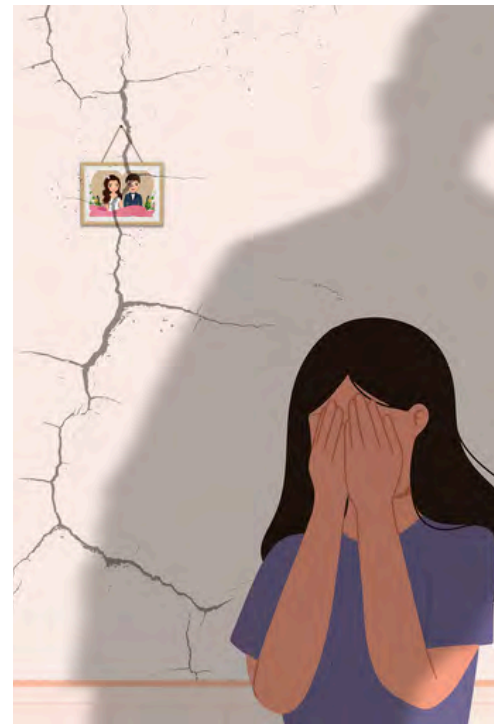
La pandemia, y sus consecuencias -confinamientos, restricciones a la movilidad, mayor aislamiento, estrés e incertidumbre económica- provocaron un incremento alarmante de la violencia contra la mujer, pero no es la única causa. Esta lacra se ha intensificado también en otros entornos fuera del hogar, como es el lugar de trabajo y los espacios online. La solución defiende la ONU “radica en acabar con la impunidad, adoptar y financiar planes de acción e invertir en soluciones que proponen los movimientos por los derechos de las mujeres.

## Que la vergüenza cambie de bando

Cuando hablamos de violencia sexual, los datos también provocan sonrojo. Según un estudio conjunto de la agencia estadística Eurostat, el Instituto Europeo para la Igualdad de Género (EIGER) y la Agencia de la UE para los Derechos Fundamentales, la seguridad de las mujeres aún no se puede garantizar y los datos demuestran que en realidad muy poco ha cambiado en los últimos años.

Según este estudio, en la Unión Europea, el 31% de las mujeres ha sufrido violencia de género, y una de cada seis ha sufrido una agresión sexual. España no sale mejor parada. En nuestro país, el 17,6% dice haber sido víctima de violencia sexual. Este porcentaje varía desde el 3,5% de Bulgaria, hasta el 41% de Suecia, pero esta diferencia se explica en el hecho de que en los países nórdicos hay menos “vergüenza” a denunciar este tipo de delitos.

Dentro del dormitorio, una de cada 5 mujeres en la UE, un 17% ha sufrido violencia física o amenazas y/o violencia sexual. Pero, todavía cuesta entender e identificar la violencia sexual dentro del matrimonio. Este otoño, la serie “Querer” de Movistar, hacía un retrato crudo y revelador de lo que supone denunciar este tipo de violencia. En la serie, Miren (Nagore Aranburu) tras 32 años de matrimonio, acude a una comisaría de Bilbao para denunciar a su marido por violación continuada, con todo lo que eso le va a suponer de confrontación social, personal y emocional.



Imagen; @Roszie

Todavía en la retina de todos nosotros el indignante caso que ha conmocionado a Francia. Gisèle Pelicot, de 72 años, durante más de una década fue drogada por su marido, Dominique Pelicot, para después violarla y ofrecerla para que decenas de hombres la violaran también. El 2 de septiembre comenzó el juicio contra su marido y otros 50 hombres acusados. Ella decidió dar la cara y renunciar al derecho al anonimato para que las sesiones del juicio se hicieran abiertas al público. “Es hora de que la vergüenza cambie de bando”, dijo su abogado al inicio del juicio, y la frase ha sido un lema muy repetido en las más de 40 manifestaciones que recorrieron España el 21 de noviembre.



Imagen; @dianacibotari1991



Imagen; Movistar



Gisele Pelicot, a su entrada a los juzgados  
Imagen: RTVE

## LAS CIFRAS DE LA VERGÜENZA

- 736 millones de mujeres han sido víctimas de violencia física y/o sexual al menos una vez en su vida. El riesgo es mayor entre las jóvenes: 1 de cada 4 adolescentes ha sufrido abusos de su pareja.
- Entre el 16% y el 58% de las mujeres en todo el mundo experimentan violencia de género facilitada por la tecnología, sobre todo la generación Z y las milenials.
- El 70% de las mujeres en conflictos, guerras y crisis humanitarias experimentan violencia de género.
- La mutilación genital femenina ha aumentado un 15% en comparación con los datos de hace ocho años.

# CLIMA DLG

David Luque



## INSTALACIÓN, REPARACIÓN, Y MANTENIMIENTO DE CLIMATIZACIÓN DOMESTICA E INDUSTRIAL



(+34) 699 46 61 37



lukegast@hotmail.com

Presupuestos  
sin compromiso

## TRASLADOS MADRID

TUS SERVICIOS DE TOTAL CONFIANZA

- Contratación por horas con precio cerrado
- Acompañamiento a médicos
- Viajes y eventos
- Aeropuerto
- Chamartin
- Atocha

**ALBERTO SANCHEZ**



(+34 ) 646 819 355



asvtcprivadomadrid@gmail.com

Somos referencia  
en el sector,  
garantizamos el  
servicio precontratado.

Presupuestos  
sin compromiso

# DAKAR EN ESTADO PURO

Alguno de los vehículos más curiosos de esta competición

Estamos a punto de comenzar otro año más el famoso rally Paris-Dakar, una carrera extrema que pone a prueba a pilotos y máquinas en recorridos tremendamente difíciles, con etapas interminables que hacen de esta competencia una de las más duras del mundo.

Este rally está lleno de curiosidades: sus inicios, los participantes, los lugares por los que pasa, los vehículos, etc. Y es precisamente en este último punto donde nos gustaría hacer énfasis: en los vehículos más curiosos que han participado en este rally. Han sido muchos y muy diversos, desde prototipos de las grandes marcas automovilísticas, hasta vehículos modificados por los propios participantes que se lanzaban a vivir una aventura única en un lugar tan icónico.

A lo largo de la historia, ha habido muchos vehículos curiosos en el Dakar, y ahora queremos hacer un ranking en **Pasando Página** con **los 10 vehículos más sorprendentes** que han pasado por esta competencia.

## 1. Rolls-Royce Corniche



*Rolls Royce Corniche, un coche de lujo expuesto en unas condiciones extremas*

El Rolls-Royce Corniche que participó en el Dakar es, sin duda, un caso curioso. Se trataba de una versión modificada de este lujoso modelo para adaptarlo a las exigentes condiciones del rally. Se reforzó la estructura, se mejoró la suspensión y se hicieron otros ajustes necesarios para enfrentarse al terreno accidentado del desierto. Sin embargo, el objetivo de este coche no era necesariamente ganar, sino más bien mostrar la fiabilidad y adaptabilidad de los modelos Rolls-Royce. Aunque no consiguió destacar en la clasificación, el Rolls-Royce Corniche sigue siendo una de las anécdotas más interesantes de la historia del Dakar.

El **Porsche 959** es otro de los grandes protagonistas del Dakar. En 1986, Porsche modificó varios de estos deportivos para participar en la competencia. Equipados con tracción a las cuatro ruedas, suspensión mejorada y un motor modificado, los **959** dominaron la carrera en su categoría, ganando el Dakar en 1986. Este éxito no solo consolidó al 959 como un icono en el mundo de los coches deportivos, sino que también mostró cómo Porsche podía adaptar su tecnología de alto rendimiento a los rallies más exigentes.

## 2. Porsche 959



*Un coche creado para otra competición y aún así Porsche le hizo ganador del Dakar*



El **Citroën 2CV**, conocido por su simplicidad, también pasó por el Dakar en 1980 con una versión 4x4. A pesar de no estar diseñado para competiciones extremas, el 2CV demostró ser increíblemente resistente en el rally, terminando en el puesto 13, lo que fue un logro impresionante para un coche tan modesto. Modificado con tracción integral, suspensión mejorada y un motor más potente, el 2CV se convirtió en un símbolo de perseverancia y fiabilidad, demostrando que incluso un coche pequeño y sencillo podía enfrentarse a los desafíos del Dakar.

### 3. Citroën 2CV



*Un reto de Citroen para obtener buenos resultados con poco presupuesto.*

### 4. Jules II Protos



*Jules II Proto, fue un prototipo de tracción 6x4 sin obtener el éxito deseado*

El **Jules II** Protos fue un vehículo diseñado en 1984 por la marca francesa Jules específicamente para el Dakar. Con tracción a las cuatro ruedas y un motor V6 de 2.9 litros, el Protos fue un intento de competir con gigantes como *Porsche*, *Peugeot* y *Toyota*. Aunque no logró grandes victorias, su diseño innovador y su fiabilidad en el rally lo hicieron destacar como un coche competitivo de la época. A pesar de no alcanzar los primeros puestos, marcó un precedente en cuanto a la capacidad de marcas francesas para crear vehículos de rally.

El **Renault 4** también dejó su huella en el Dakar, aunque de forma menos destacada que otros vehículos más especializados. En 1982, un **Renault 4** modificado participó en la carrera, adaptado con tracción a las cuatro ruedas y una suspensión mejorada para hacer frente a los terrenos difíciles. A pesar de no obtener grandes resultados, el **Renault 4** mostró una gran resistencia y fiabilidad, convirtiéndose en un símbolo de durabilidad en el rally. Es un ejemplo de cómo vehículos aparentemente modestos pueden sorprender en un evento tan extremo.

### 5. Renault 4



*El renault 4 luchando en las dunas de la prueba mas dura de la automoción, el Dakar.*

### 6. Jaguar XJ6



*Un Mercedes G es remolcado por el Jaguar Xj6 en el Dakar.*

El **Jaguar XJ6** es un sedán de lujo que participó en el *Dakar 1977* de una manera insólita. Un equipo británico modificó el XJ6 para competir en el rally, pero a pesar de su elegancia y confort, el coche no tuvo el rendimiento esperado. Su participación en el Dakar se considera más una curiosidad histórica que un intento serio de ganar. El **Jaguar XJ6** se retiró antes de completar la carrera, pero su presencia en la prueba mostró cómo el Dakar ha sido un terreno donde incluso vehículos no convencionales han sido parte de la historia.

En 2009, el **Smart ForTwo** hizo su sorprendente aparición en el *Rally Dakar* con una versión modificada por el equipo *Team Dessoude*. Adaptado con tracción a las cuatro ruedas y una suspensión mejorada, el Smart fue un intento audaz de llevar un coche urbano compacto a uno de los rallies más duros del mundo. Aunque no completó la carrera, la participación del **Smart ForTwo** sigue siendo una de las más curiosas y divertidas en la historia del Dakar, demostrando que a veces la innovación también pasa por lo inusual.

## 7. Smart ForTwo



*Un coche de los coches más urbanos convertido en un todo terreno.*

## 8. Tweekoppige Monster



*Un camión con dos motores uno delantero de 450CV y otro trasero de 420CV.*

El **Tweekoppige** fue un coche muy peculiar que participó en el *Dakar 1985*. Su nombre, que significa “dos cabezas” en neerlandés, hacía referencia a su diseño con dos cabinas separadas para los pilotos y copilotos. Aunque la idea era innovadora, las dificultades técnicas y las extremas condiciones del rally fueron demasiado para este vehículo. A pesar de no completar la carrera, el **Tweekoppige** es recordado como uno de los vehículos más inusuales de la historia del Dakar.

En 1980, un grupo de cuatro amigos franceses decidió competir con una Vespa 200 modificada en el *Rally Dakar*. Estos amigos, conocidos como “Los Cuatro Amigos”, adaptaron sus Vespas con suspensiones reforzadas y neumáticos más robustos para afrontar las condiciones extremas del rally. Lo increíble es que **la Vespa completó el Dakar**, convirtiéndose en un símbolo de resistencia y perseverancia. Esta hazaña se ha quedado en la historia como una de las más entrañables y curiosas del Dakar.

## 9. Vespa 125

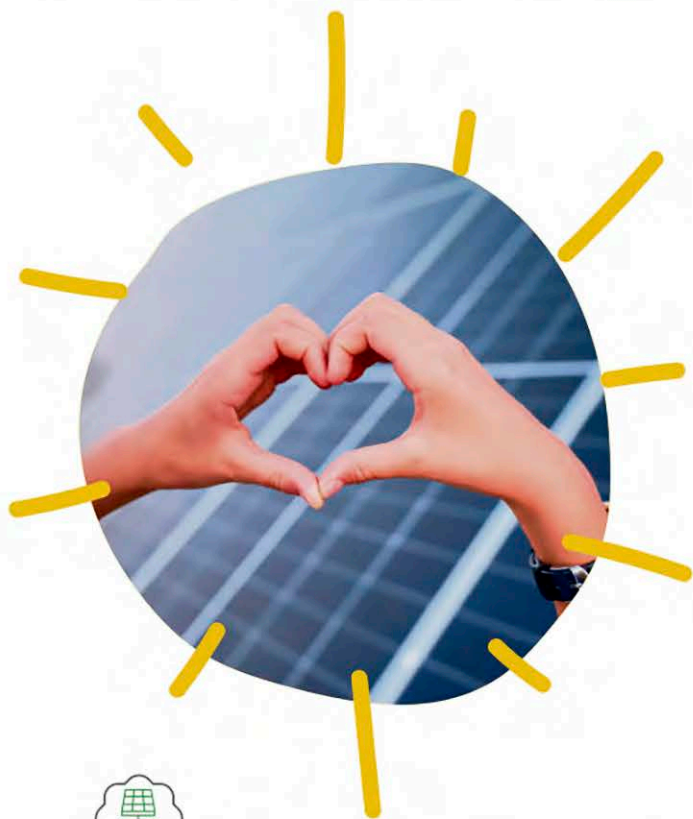


*Una de las Vespas 200 que terminaron la prueba para de las cuatro que empezaron.*

*Este rally, lleno de historias sorprendentes, siempre nos deja momentos inolvidables y vehículos que desafían las expectativas. ¡Y estos son solo algunos de los más curiosos!*

ELECAM INSTALACIONES FOTOVOLTAICAS DE ALTA CALIDAD Y EFICIENCIA ENERGÉTICA

RESIDENCIAL • INDUSTRIAL • COLEGIOS • POLIDEPORTIVOS • ESPACIOS COMERCIALES



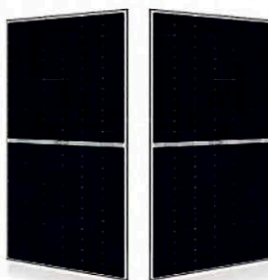
# Elecam

El mejor precio  
para tu instalación  
fotovoltaica

**“Aumenta tu ahorro  
un 20% instalando nuestros  
sistemas con baterías”**



Más de 200 proyectos  
realizados en 2023



Te ofrecemos  
la más alta garantía  
de calidad  
en nuestros paneles

Model YLM 3.0 Pro

Monocristalino  
Alta eficiencia



530-555 W

144  
CÉLULAS  
POR PANEL

0-5 W  
PODER.  
TOLERANCIA

12 años  
Garantía  
producto

25 años  
Garantía  
rendimiento



**BUENO**  
PARA TU BOLSA!

Bueno para  
el planeta



 **Elecam**  
ENERGÍA SOLAR

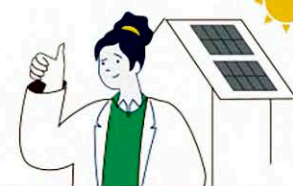


**¡Contratando  
ahora tu instalación  
te gestionamos la  
bonificación del IBI!**

**¡Información  
y presupuesto  
sin compromiso!**

Llámanos: 91 843 51 48

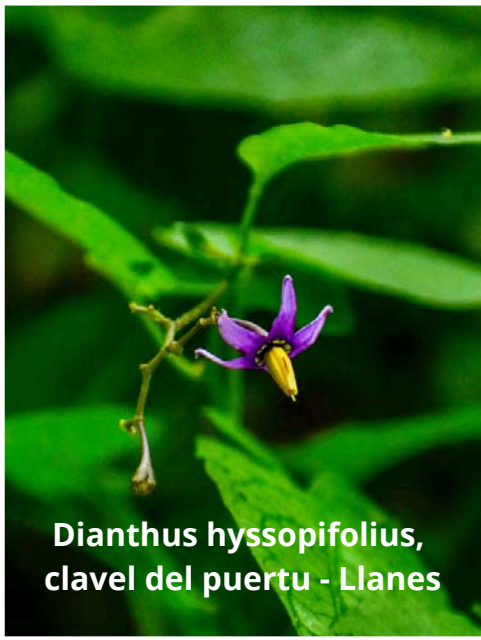
609 426 099



contacto@elecam.net  
Servicio 24/7

 | [elecam.es](https://www.elecam.es)

Calle Puente de San Antonio, 6 - San Agustín del Guadalix - 28750 Madrid



**Dianthus hyssopifolius,**  
clavel del puertu - Llanes



**Malus domestica,**  
manzana - Bárzana, Quirós



**Lotus corniculatus,**  
zapaticos de la virgen -  
Santa Marina, Quirós



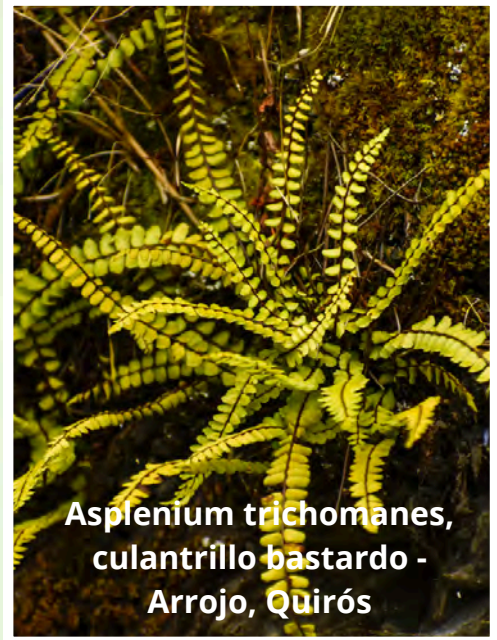
**Astrantia major,** sanícula  
hembra - Arrojo, Quirós

# Naturaleza

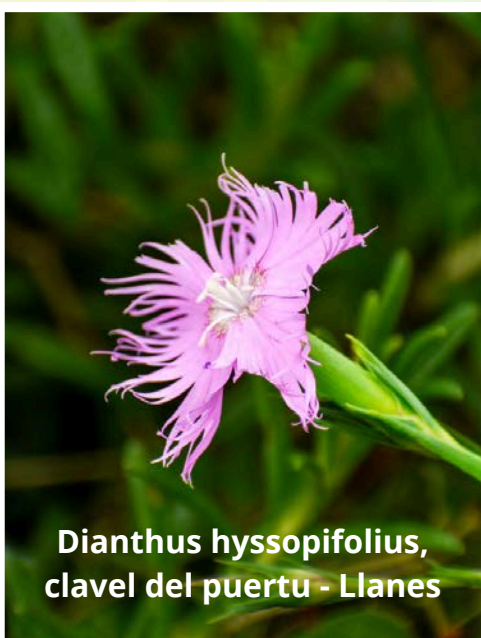
EN LA ESPAÑA  
VERDE



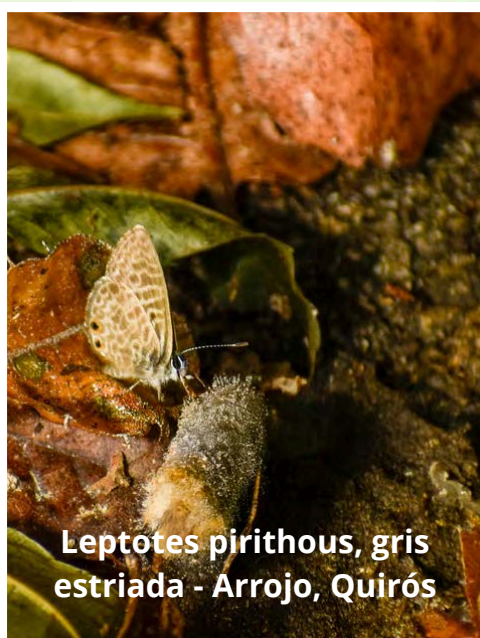
ASTURIAS



**Asplenium trichomanes,**  
culantrillo bastardo -  
Arrojo, Quirós



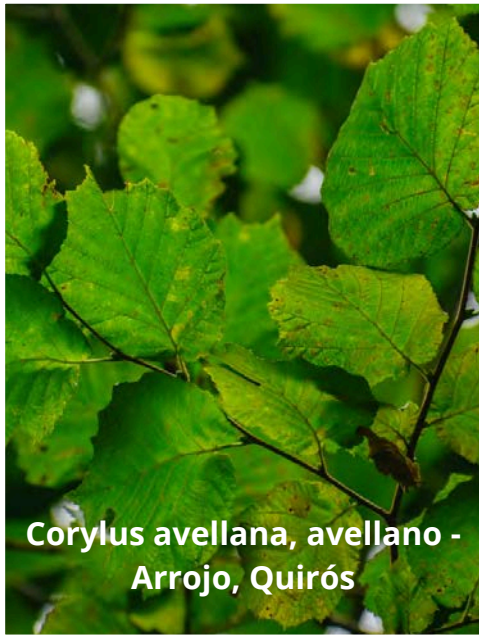
**Dianthus hyssopifolius,**  
clavel del puertu - Llanes



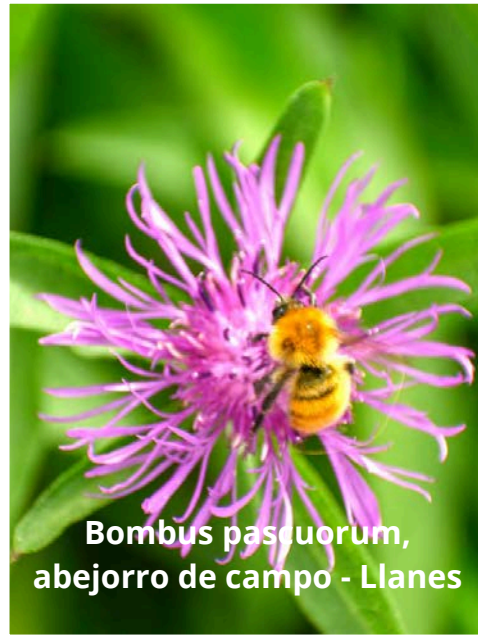
**Leptotes pirithous,** gris  
estriada - Arrojo, Quirós



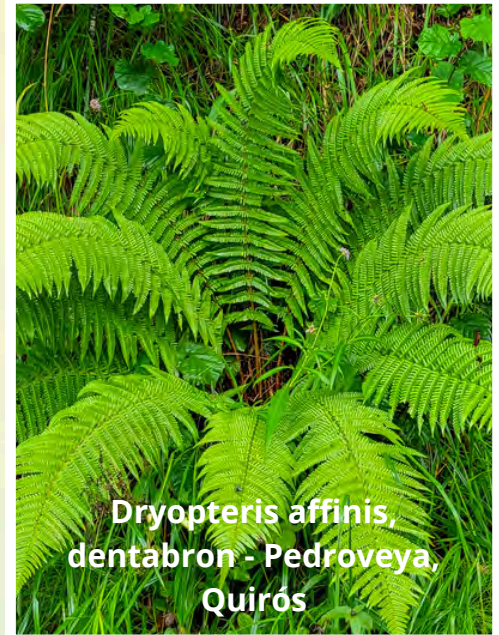
**Hypericum androsaemum,**  
sanalotodo - Arrojo, Quirós



**Corylus avellana, avellano -  
Arrojo, Quirós**



**Bombus pascuorum,  
abejorro de campo - Llanes**



**Dryopteris affinis,  
dentabron - Pedroveya,  
Quirós**



**Lamium maculatum, ortiga  
muerta - Arrojo, Quirós**



**Equisetum telmateia, cola  
de caballo - Arrojo, Quirós**



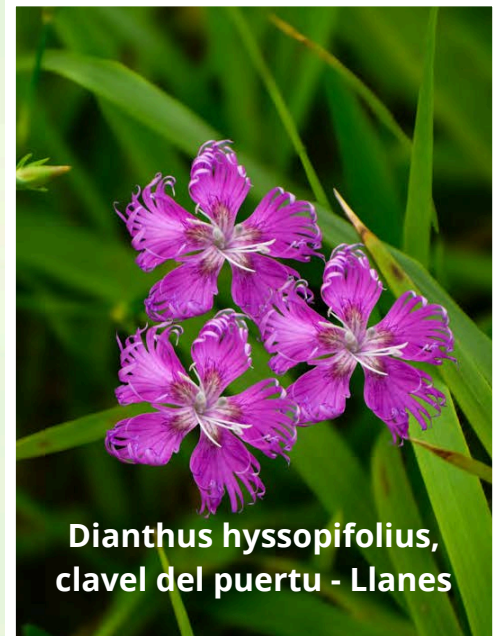
**Erica vagans, brezo - Llanes**



**Calystegia sepium,  
correhuela mayor- Llanes**



**Hypericum androsaemum,  
sanalotodo - Arrojo, Quirós**



**Dianthus hyssopifolius,  
clavel del puertu - Llanes**



## MARÍA ADÁNEZ:

**Algún día quiero llevar al cine el bagaje que me está dando el teatro.**

María Adán (Madrid, 1976) empezó su carrera como actriz en cine cuando tenía solo cinco años. Y desde entonces no ha parado de trabajar. Así se explica mejor que alguien tan joven como ella recibiera un Premio de honor a toda su carrera, televisiva, en este caso. Fue en la II Edición del South Series International Series Festival, celebrado en Cádiz el pasado mes de octubre. Allí también se presentó la 15ª temporada de *La que se avecina*, en la que Adán vuelve a formar parte del elenco.

También rostro muy habitual en el teatro, la actriz ya forma parte de la historia de nuestra televisión, habiendo participado en series tan míticas como *Farmacia de guardia* o *Aquí no hay quién viva*, por poner sólo dos ejemplos. En Cádiz pudimos hablar con ella para repasar brevemente su carrera.

**-No es común recibir un Premio Honorífico con menos de cincuenta años, ¿cómo te has sentido?**

Lo recibo con alegría. Después de ser mamá y estar casi tres años retirada, agradecidísima por el enorme abrazo que me da la profesión y las personas que han decidido que me merezco este homenaje. No puedo estar más contenta. Encima viene acompañado de la presentación de la 15ª temporada de *La que se avecina*, a la que he vuelto después de diez años. Ha sido el paquete regalo perfecto.



**-Empezaste en este mundo muy pronto, y por casualidad. Quería saber cómo lo llevaste, porque a veces empezar tan pronto puede ser complicado. Supongo que el apoyo de la familia fue fundamental.**

Sí, porque cuando empiezas con cinco años el soporte y la protección de tu familia es decisivo, y más que necesario. Lo más asombroso de mi caso es que ya en el rodaje de la primera película supe que quería ser actriz, porque estaba como pez en el agua. Era feliz, me resultaba fácil. La palabra es esa, facilidad. Y mis padres se dieron cuenta enseguida. Luego las cosas vinieron muy rodadas. Hice ocho películas de los cinco a los siete años, enseguida llegó también la oportunidad de hacer teatro. Si tuviera que definir esa época, fue como que estaba predestinado, porque fue todo sencillo. Sí, tenía que ser actriz.



**-Aparte de la televisión, haces mucho teatro también. Supongo que hay un equilibrio ahí, porque es un medio que te puede complementar con cosas que quizás no te dé la televisión.**

Sí, totalmente. Siempre he sido una actriz muy inquieta, y que he querido ponérmelo difícil. Me quería desencasillar de tanta comedia en televisión y sobre todo quería seguir creciendo como actriz. No había tocado tanto el drama, no había hecho teatro clásico, y sentía que ese iba a ser también mi lugar. En pleno éxito de *Aquí no hay quién viva* le pedí una prueba al maestro Miguel Narros, que iba a montar *Salomé*, de Oscar Wilde. Y a partir de ahí empezó una carrera meteórica de personajes dramáticos en teatro: *Las brujas de Salem*, *La señorita Julia*, *La escuela de la desobediencia*...hasta hoy en día. Porque realmente llevo dieciocho años sin bajarme de un escenario.

**-Respecto al cine, has estado más de diez años sin hacer una película hasta que volviste en 2021, ¿lo echaste de menos?**

Siempre digo que los actores tenemos tres amores: el cine, el teatro y la televisión. Por supuesto que lo he echado de menos y que tengo muchísimas ganas de llevar al cine un buen personaje dramático. Ese bagaje que me está dando el teatro quiero llevarlo un día al cine. Pero por otro lado no lo he echado de menos, en el sentido de que no me han faltado buenos personajes en el teatro.

Digamos que la parcela creativa y de crecimiento personal como actriz lo tenía cubierto con el teatro, pero claro que se echa de menos el cine, como también echas de menos la televisión. Cuando me preguntan, siempre digo que no podemos elegir, son tres medios distintos y todos nos hacen feliz y nos desarrollan artísticamente de maneras distintas, pero igual de satisfactorias.

**-En la televisión has hecho historia, siendo parte de series míticas como *Farmacia de guardia* o *Aquí no hay quién viva*. ¿Se es consciente de esto, o un premio como este te ayuda a serlo?**

Uno no es consciente de sus méritos y premios como este te hacen recordar. Y está muy bien recordar lo que has hecho. Porque tiene su valor, su mérito y su esfuerzo. Y más en mi caso, que empecé muy joven. Como dije cuando recogí el premio, me doy las gracias también a mí misma. Por mi perseverancia, mi valentía, por el aguante, la resiliencia, y por creer en mí misma. Que son todas esas cosas que se necesitan para seguir en este oficio durante tanto tiempo.

**-La ficción española televisiva vive un gran momento, con muchas series “de prestigio”. Tú participas más en las “populares”, ¿pero te gustaría participar también en esas series más aclamadas por la crítica?**

Claro, por supuesto. Creo que la televisión actualmente goza de una espléndida forma física. Ha habido un boom televisivo en parte por las plataformas privadas de Amazon, Netflix, HBO...

**-Te he escuchado decir que en la televisión antes las cosas se hacían con más tiempo.**

Sí, se rodaban las cosas con más tiempo. Antes, media hora se hacía en una semana.

**-Es curioso, que ahora con el auge de las plataformas, haya menos tiempo.**

Todo depende del dinero. Hay grandísimas producciones que dan más tiempo, y hay otras que van mucho más rápido. Pero al final todo es cuestión de dinero.



Texto: Manuel Barrero Iglesias  
Fotografías: José María Reyna







## OCO THE SHOW

DEL 13 DE DICIEMBRE AL 2 DE FEBRERO 2025

**OCO** The Show no es solo un espectáculo de flamenco contemporáneo llevado al rock.

Es todo un homenaje al amor por el arte flamenco y rock del propio Pino Saggiocco.

23 músicos sobre el escenario, entre los que destacan el cantaor Antonio Carbonell, bailaores como Belén López y la participación estelar de los míticos Tim Ries y Chanelle Haynes, de los Rolling Stones.

Un elenco espectacular que demostrará que el flamenco y el rock and roll son artes hermanas.

# UNA APASIONANTE FUSIÓN ENTRE ROCK Y FLAMENCO



En palabras de Pino Saggiocco para los que aún no sepan qué es OCO: “Es una entidad que desafía la descripción y las palabras, una fusión de almas que ha crecido gracias al amor de una familia unida. Es una fantasía que ha tomado vuelo y ha trascendido las fronteras de la música convencional. Aunque su esencia es indescriptible, representa una fuerza imparable que cambia la perspectiva de lo posible en la música y la vida. OCO es un viaje hacia la comprensión y la conexión, una plataforma para la creatividad y la expresión. Es más que una experiencia, es un estado de ser que invita a explorar las profundidades y encontrar la luz. En última instancia, OCO es amor: amor por la música, el arte, uno mismo, los demás y la vida. Es un recordatorio de que el amor es lo único que realmente importa”.

Toda la info y entradas:

[ocotheshow.com](http://ocotheshow.com)

Viajes



JORGE HERRANZ

# VIPASSANA, *un viaje interior*

2025

## “ A veces los viajes te traen sucesos inesperados, pero si además este suceso es interior, te marcan de por vida”

Después de casi un mes por las montañas de la Cachemira india, decido visitar la región del Rajastán a más de 2000 kilómetros al sur. Es una región con un fuerte carácter cultural e histórico que hace de esta zona del subcontinente la más turística por sus bellos edificios y donde todos los tópicos de la india son más palpables.

Ya en 2007 intenté visitarla pero las fiebres tifoideas me dejaron anclado en Jaipur, las puertas de Rajastán. Esta vez estaba decidido a recorrer las ciudades más representativas de esta tierra dura y bella.



Tras unos días en Jaipur decido seguir a Pushkar como parada obligada hacia Jaisalmer. Esta ciudad sagrada concentra una gran actividad comercial y religiosa en torno a un lago sagrado en medio de la ciudad. Visitar sus calles, restaurantes, joyerías y demás lugares es una delicia. El olor a incienso se mezcla con los de la comida que se prepara en cualquier rincón de la ciudad. Pushkar me fascina pero a la vez me invade una sensación de angustia como nunca había sentido viajando.

De repente las 14 horas de autobús para llegar a Jaisalmer me parecieron años. Desconcierto, impaciencia, sudores, algo que un actor con años de preparación podría llamar miedo escénico. Súbitamente te llena un fuerte rechazo a seguir viajando. Como si estuviera agotado. Creo que a muchos viajeros les ha pasado, no encontrar sentido a seguir viajando. Pero no quería volver, ni adelantar 15 días mi vuelo, así que decidí hacer algo que siempre quise y que el azar me trajo a mi vida.



En la terraza de una tetería, conozco a un hombre muy agradable que me después de un rato hablando me regala unos libros de meditación de Osho, un gurú indio conocido por sus enseñanzas de la meditación. Así decido buscar el centro de retiro más cercano donde se pueda hacer un Vipassana.

Vipassana es una práctica de meditación profunda de 10 días que lo inició Goenka en la India. El lugar que encontré se ubicaba a unos 300 kilómetros de Pushkar pero a más de 14 horas de autobuses. Al llegar me encontré con Churu, una ciudad inhóspita al más estilo India. Pude no sin problemas contactar con el centro de Vipassana para intentar pasar allí esa noche anterior al comienzo de la meditación y aceptaron. Me di cuenta rápido que era el único extranjero allí, y que casi nadie hablaba inglés. Intentaron disuadirme de hacer el retiro explicándome que un extranjero no estaba hecho para esto, pero intuí que era una táctica para ver cuánto interesado estaba en hacerlo.



Mujeres en Pushkar



Conductor del ciclo Rickshaw

Las normas son claras, unas 12 horas de meditación profunda en el Hall central repartidas por todo el día, el despertador a las 4:00 am, no se puede hablar con nadie, no se puede leer, ni escribir, ni hacer yoga ni ejercicio, ni consultar el móvil, ni se puede mostrar ningún tipo de emoción con nadie allí. Básicamente solo puedes meditar y en todo caso pasear por una calle de 200 metros que había dentro del centro, eso si los más de 45 grados centígrados te lo permitían.

Había tres comidas al día. Siempre iguales y donde generalmente no podías repetir. Todos comíamos mirando a la pared para ni siquiera cruzarnos la mirada. Y eso por 10 días. Todo un reto.



Comida basica en el centro Vipassana.

THE COURSE TIMETABLE	
4:00 a.m.	Morning wake-up bell
4:30-6:30 a.m.	Meditate in the hall
6:30-7:00 a.m.	Breakfast break
8:00-9:00 a.m.	GROUP MEDITATION IN THE HALL
9:10-11:00 a.m.	Meditate in the hall
11:00-12:00 noon	Lunch break
12noon-1:00 p.m.	Interviews with the teacher
1:00-2:30 p.m.	Meditate in the hall
2:30-3:30 p.m.	GROUP MEDITATION IN THE HALL
3:40-5:00 p.m.	Meditate in the hall
5:00-6:00 p.m.	Tea break
6:00-7:00 p.m.	GROUP MEDITATION IN THE HALL
7:10-8:30 p.m.	Teacher's Discourse in the hall
8:30-9:00 p.m.	GROUP MEDITATION IN THE HALL
9:00-9:30 p.m.	Question time in the hall
9.30 p.m.	Retire to your own room-Lights out

- Be Happy

Horario diario del Vipassana

El primer día es la novedad. Se pasa lento pero vas ajustándote a la realidad. Observas a tus compañeros y poco a poco vas intuyendo cosas de ellos. A este retiro parecía haber gente de todas las clases sociales. De hecho, es algo que así promovía Goenka en sus enseñanzas. El que comía a mi lado parecía de una casta baja, igual era un conductor de taxi o incluso de un ciclo rickshaw. Son gente de piel más oscura pero no negra. Había otro que parecía de cara amable, otro enorme que comía de una forma rápida, otro que al pasear siempre cogía una hoja de un árbol y la masticaba, como un mantra. Poco a poco fui imaginando a cada uno de mis compañeros en su vida anterior. No había más que hacer cuando no estabas meditando, hasta que poco a poco vas entrando a mirar en tu interior y es ahí donde ocurre todo. La meditación consiste en entrar en los niveles más bajos de consciencia, donde nunca llegamos de forma natural por la cantidad de estímulos que tenemos. A partir del cuarto día comienzas a experimentar una sensación de querer huir, de que nunca va a terminar. Te preguntas constantemente que haces allí. El séptimo día asumes que ya queda menos y piensas que ya está todo solucionado. Has visto la luz, pero no, son esos últimos días los más interesantes, donde ves todo con más claridad. El noveno día, los compañeros empiezan a relajarse en su comportamiento y empiezas a ver cómo te miran a los ojos, buscando un saludo, algo que pueda aliviarles su curiosidad.

Cuando por fin puedes hablar y comunicar después de 10 días es una sensación extraña. Suelen tener el último día para acostumbrarte a esta nueva realidad antes de enfrentarte a los claxon, la multitud, el ruido, los olores y el caos que reina en la ciudad justo al otro lado de la puerta del centro.

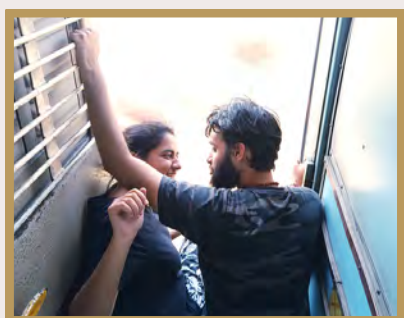
Después de un año de haber estado en el Vipassana, me doy cuenta que lo único que conseguí es un comienzo. La meta es el camino y ese retiro pudo ser un comienzo de algo que todos los que lo hacemos seguimos buscando, y quizá es conseguir conocerte un poco más y mejor.



Habitación del Vipassana



Un baño al amanecer en el lago sagrado de Pushkar



Pareja enamorada en el tren de vuelta New Delhi



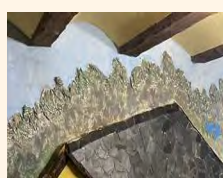
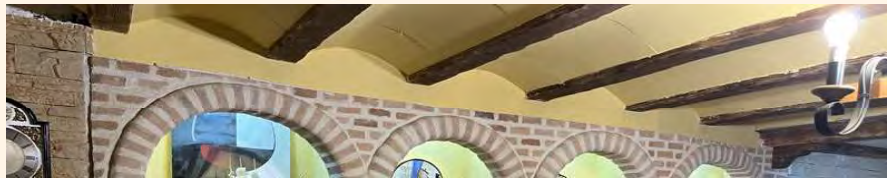
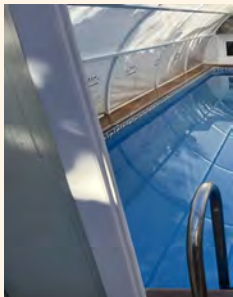


# Chalet en Valdetorres de Jarama 310 m<sup>2</sup> construidos 607 m<sup>2</sup> de parcela

Una maravilla de vivienda  
amueblada y equipada  
que cuenta con dos espacios independientes  
en los que se distribuyen sus

2 cocinas, 5 baños,  
5 dormitorios, salón-comedor,  
bodega con sala de estar y comedor,  
trasteros, sala gym con Jacuzziy ...

¿Quieres  
saberlo todo  
sobre este hogar ?





Restaurante  
El Lago les desea..  
¡Felices fiestas y un  
próspero año nuevo!



## MENÚ DE VIERNES

A MEDIODIA


### ENCENDEMOS LA PARRILLA

Degustación de parrilla Argentina  
Empanada criolla, chorizo, Morcilla,  
Tiras de asado, Vacío y Entraña  
Bebida y postre casero.

**16,50€**

Precio por persona, únicamente los viernes

Reservas y consultas:  91.868.71.38

 ellagocerveradebuitrago

Abierto de martes a domingo



## Cactus

Quise ser una flor  
Una rosa, una orquídea  
O un tulipán mejor.

Tanto lo ansiaba  
Que mirando al cielo  
Se lo rogaba al sol.

Y crecí siendo un cactus  
Sin ninguna sutileza  
Ni aroma, ni vibrante color.

Sólo un basto  
Cuerpo duro  
De rebosante verdor.

Nadie me admiraba  
Invisible era yo,  
Pero tampoco me  
arrancaban  
Para aspirar mi olor.

Y pensé:  
“Pues tampoco  
Es tan malo,  
Ser como yo”.

Ser tan bella es efímero  
Y víctima del que a otros  
Profesa su amor.

## Mi amiga

Ojos de mirada directa  
De sinceridad entendida.

Labios que disparan  
La verdad sin causar herida.

Brazos que son el refugio  
Donde caer rendida.

Cofre lleno de secretos  
Y de inocencia perdida.

Amplificador de mi risa  
Árnica para penas y caídas.

Dos regueros gemelos  
De lágrimas vertidas.

Compañera de caminos  
andados  
Y veredas que son enigmas.

Rumor que con amor me grita  
Que para ella soy un tesoro.

Pues soy su amiga.

## Ingrata vida

Ríos de lágrimas  
Donde la sed de tristeza se sacia.

Collares de penas  
que los días engarzan.

Tristes lamentos  
Que la mente desbaratan.

Desamores, que como cuenta gotas,  
Dosifican esta vida ingrata.







✂ HAIR CLIPPER  
✂ SHAVE FOAM  
✂ HAIR DRYER

EN EL MOLAR

# BARBERÍA JAVIER



PELUQUERÍA Y  
BARBERÍA DE  
REFERENCIA EN  
LA ZONA

CITA PREVIA



629.60.75.43  
91.844.02.08



AVDA. DE ESPAÑA Nº49  
LOCAL 2 , EL MOLAR

**R**  
RAYWELL  
DESIGN

2025

# AÑO DE GRANDES TRANSFORMACIONES

**E**stamos finalizando un año, en el que astrológicamente, hemos visto terminar otro de tantos ciclos por los que ha pasado la humanidad. A lo largo de la historia, los grandes maestros que van marcando las civilizaciones y la evolución, han ido recorriendo distintos signos, aspectos entre ellos, diferenciando la manera de pensar, la economía, la manera de vivir las relaciones, según el elemento que predominaba.



Hemos estado en los últimos años, con una predominancia de los cambios en el elemento tierra, hemos tenido a Urano en Tauro, Plutón en Capricornio, que nos han traído grandes cambios en todo lo relacionado con la materia, con la economía, con las estructuras como las familias, las religiones, la política...

También con la entrada de Neptuno en Piscis, vimos como grandes movimientos humanos, a través de la migración, hacía moverse a los movimientos humanitarios hacia la ayuda y la apertura al sentimiento de unidad.

En el 2020 se marcó claramente uno de los movimientos más oscuros, de aislamiento, de soledad, de miedo en la humanidad, propiciado por los aspectos Saturno y Plutón, y finalmente en diciembre, se produjo la famosa Gran Conjunción, de Júpiter y Saturno, dando el pistoletazo de salida a la Era de Acuario y poniendo fin a un ciclo que comenzó con la era industrial.

A lo largo de este año, el gran transformador Plutón, ha estado en una danza entre Capricornio y Acuario, dando los últimos movimientos al fin definitivo de una era. Para ello, Plutón, ha ido sacando todo lo que estaba corrupto en las grandes estructuras, como la religión, los gobiernos, las monarquías, y todas aquellas estructuras jerárquicas, de forma piramidal, para hacer una gran limpieza.

Ahora, este gran gigante kármico, que es Plutón, acaba de entrar por un largo período, definitivamente, en Acuario, y acabamos de ver esa energía latente en los trágicos sucesos acaecidos en Valencia.

Hemos escuchado a los voluntarios y a las personas que esperaban ayuda gritar: "El pueblo salva al pueblo".

Y realmente así ha sido. Lo mejor del Ser Humano, ha emergido. Mareas humanas, y sobre todo juventud, que son los que traen el cambio y las nuevas maneras de hacer las cosas, se han dirigido, como una sola energía unificada, a ayudar, sin pensarlo, siguiendo la llamada interior, sin pensar en distinciones políticas, ni creencias, ni religiones... tan solo la solidaridad, los mejores valores del ser humano emergió ante la catástrofe y el dolor.

Y así, se transmutó el dolor en amor.

El lema de Acuario, que antaño inició la Revolución francesa, se volvió a escuchar: Igualdad, Libertad y Fraternidad. Y esa es la energía que ha de primar, en los años venideros.

El 2025 se inicia con grandes movimientos astrológicos, pues serán varios los Planetas que entrarán en distintos signos, trayendo con ello, el movimiento de cambio y transformación.

La oposición que tenemos ahora de Marte y Plutón es la que más tenemos que atender, desde la conciencia, pues son tambores de guerra. Es el movimiento que tuvimos, solo que, en signos contrarios, al inicio de la Segunda Guerra Mundial. Pero esta vez, Marte está en Leo y Plutón en Acuario y este aspecto planetario permanecerá por unos cuantos meses en el 2025.

Todos podemos estar sintiéndonos con un sentimiento de inquietud, de incertidumbre, de sensación de que algo muere en nosotros. Trabajos, relaciones, formas de vivir... lo que nos puede llevar a discusiones y conflictos. Poner conciencia y reconocer en nosotros, esa energía, esa necesidad de cambio y transformación y permitir fluir la energía hacia donde nos lleva la vida, hará que encontremos un sentido a todo lo que nos pasa, viviéndolo de otra manera, gestionando el estrés y abriéndonos a un nuevo periodo, que nos traerá nuevas maneras de vivir.

Jung, decía que todo lo que no vivimos con conciencia en nuestra interior, se manifiesta fuera. También la energía de la guerra, por ejemplo, cuando no expresamos nuestro enfado, nuestra ira, de una manera constructiva, esa energía no expresada, se manifiesta fuera, como si fuera un espejo, o quizás de manera colectiva.

La información que emitimos a través de nuestros pensamientos y emociones queda en el ambiente y la compartimos, todos, digamos que “la volcamos en la nube” a la que accedemos todos.

Por eso, observarnos interiormente y ver qué cambios nos está diciendo la vida que tenemos que llevar a cabo y hacerlo con conciencia, dirigiendo nuestra energía de Marte hacia la conquista de nuevos territorios, de proyectos laborales, de conocimiento, de aportar lo mejor de cada uno de nosotros, de manera creativa, no sólo será beneficioso para nosotros, sino para el colectivo.

La energía nueva hacia la que vamos es la de construir entre todos un mundo mejor, aportando cada uno de nosotros, lo mejor que tenemos para dar, nuestros propios talentos y dones.

Con la entrada de Saturno en Aries, Plutón en Acuario y Neptuno en Géminis, se empezarán a acelerar los ritmos e inicios, nuevos tiempos comienzan.

Abrirnos a la energía de Acuario, a nuevas maneras de vivir con un sentido de humanidad, es lo que nos toca. Iremos viendo a lo largo del año, cada uno de los movimientos de manera más detallada, así como los eclipses, los primeros serán el 14 de marzo, de Luna total y el segundo el 29 de marzo, de sol parcial, el tercero el 7 de septiembre de Luna total y el 21 de septiembre solar parcial.

Todos están muy cerca del equinoccio de primavera y de otoño, trayendo más energía de cambio, como son los que marcan los eclipses y los equinoccios, transformaciones, ciclos y ritmos, que es lo que es la vida, como vemos en la Naturaleza, algo a lo que cuando nos resistimos, nos produce bloqueos y dolor.



Como siempre mi consejo es pasar tiempo en la Naturaleza, fluir y observar los ciclos en ella, para integrarlos en nosotros y por supuesto, cultivar la paz en nosotros, para que cada uno de nosotros sea un faro de Luz allí donde estemos.

*Os deseo de todo corazón un final del 2024  
y un 2025 lleno de Luz, Paz, Salud y Amor.  
Ana Isabel Gallego.*



Krystal Esmeralda

Meditaciones disponibles en:



Centro.krystal.esmeralda



Krystal Esmeralda

## INVERFEST 2025



Inverfest regresa en 2025 con una nueva edición que promete hacernos entrar en calor con una de las mejores programaciones de música en vivo en las salas de la capital.

El cartel se presentó este martes en el Teatro Circo Price, donde La Bien Querida y Pedro Guerra fueron los encargados de darle un toque sentimental a la cita con emotivos acústicos. Entre el público no faltaron caras conocidas de la industria, artistas y representantes de agencias, todos listos para un Inverfest que promete un invierno de infarto. Serán 102 conciertos, aunque quedan algunos secretos que aún están por revelar.

## EL FESTIVAL DE INVIERNO EN MADRID

Para este undécimo aniversario, el festival tendrá 102 conciertos. Como gran novedad, Inverfest no solo se queda en Madrid, sino que por primera vez llega a Zaragoza, y se estrena Negufest en Bilbao.

Los escenarios madrileños que recogerán la música y magia de este ciclo serán el Teatro Circo Price, el Centro de Cultura Contemporánea Condeduque y la Casa de la Música de Fuenlabrada, además de espacios icónicos como el Wizink Center, La Sala del Wizink, La Riviera, Sala But, El Sol y Sala Siroco.

Por el festival pasan artistas de lo mejor y más variado de la escena nacional y este nuevo año no será distinto ya que entre las primeras confirmaciones están artistas de la talla de **Coque Malla, Marwan, Rodrigo Cuevas, Los Zigarros, Tarque, Kiko Veneno** o **Xoel López** junto a nuevas promesas como **Merino, Ángeles Toledano** o **Antía Muño**.

Toda la info y entradas:

<https://inverfest.com/conciertos/>



# charanga PDT

Pon un PDT en tu vida



[charangapdt.es](http://charangapdt.es)



# TU FIESTA LA HACEMOS NUESTRA

[info@charangapdt.es](mailto:info@charangapdt.es)



# Cambio de piel.

Ella, no importa su nombre, porque ni siquiera tiene certeza de cómo ocurrió todo, de quién era y quién es después de lo que voy a relatar, como en tantas otras ocasiones, estaba leyendo en su sillón preferido *Un mundo sin fin* de Ken Follett; dejó caer el libro en su regazo, y se quedó suspendida de sus pensamientos.

Desde que pasó de los ochenta, había empezado a darle vueltas al encuentro con la pelona, a ese enfrentamiento inevitable que todo ser humano tiene que cumplir por el hecho de estar vivo. No sentía miedo del momento, pero sí sentía respeto por cómo se produciría y por lo grave del combate.

Como todos, no quería sufrir. Cuando veía o leía las desgracias ajenas, se felicitaba por la suerte que había tenido, pues vivía en un lugar en paz desde hace muchos años, tenía una vida placentera, había ido consiguiendo tener una estabilidad vital y emocional, y disfrutaba de un aspecto y una salud por debajo de lo esperable a estas alturas de la vida.



Tenía que haber algo, pensaba en los últimos tiempos, algo que los humanos éramos incapaces de descubrir desde nuestras miserias y limitaciones. No terminaba de asumir que algún día desaparecería, que su identidad como la de tantos miles de seres antes y después de ella se trasmutaría en polvo, en nada.

En sus lecturas, había tratado de encontrar una explicación que calmase su incertidumbre, su desasosiego. Pero no hallaba consuelo ni en las religiones monoteístas, pues quién le aseguraba a ella que unos seguían a un dios verdadero, y los otros estaban equivocados; ni en las politeístas, donde se proyectaban los vicios y las virtudes humanas en unos seres intangibles, volubles y caprichosos.

Tampoco le convencían esas creencias modernas, influidas por religiones exóticas, que vivían predicando que éramos almas en tránsito buscando trascender; ni le consolaban las distintas explicaciones que habían dado los autores a los que leía, y por supuesto, aunque había tenido una vida ejemplar a su manera, no esperaba que la muerte se sentara con ella tranquilamente a decirle que había llegado el momento, como contaba su admirado Jorge Manrique de su padre.



-¡Nos deberían educar desde la infancia para este olvido, para este desvanecerse, con la misma intensidad que nos preparaban para la vida! -se repetía a menudo. Le gustaba jugar a hacerse la muerta ante el espejo, levantaba la cabeza y miraba bajo los parpados, dialogando con el vacío, por tratar de hacerse a la idea.

Había ido perdiendo conocidos, amigos y familiares, desde que podía recordar, aunque en los últimos años el devenir iba a toda máquina. Y aunque en muchas ocasiones había bromeado con unos y con otros pidiéndoles que, por favor, el que se fuera primero, viniera a contarle como era el otro barrio, y que como

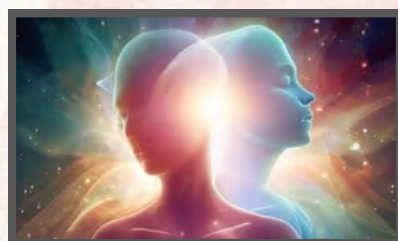
había confianza, esas ánimas amistosas no la espantarían, todos se olvidaban del encargo.

Y llegó la cita. Aquella tarde, como venía siendo habitual en los últimos años, más poblados de achaques, soledad, recuerdos y fantasmas se quedó traspuesta. Entre la vigilia y el sueño fue perdiendo la conciencia, y se entregó, dejó de respirar.

Casi al mismo tiempo, en otra parte del mundo, en un territorio en guerra, los equipos de rescate sacaban con vida de entre los escombros a un joven que respiraba, pero con el cuerpo herido y la conciencia perdida.

Días después, se fue recuperando, sus recuerdos eran vanas apariencias, de entre las que rescataba estar leyendo *Un mundo sin fin* de Ken Follett, en un idioma, en un sillón y con una percepción que nada tenían que ver con su realidad cuando se produjo la deflagración que lo sepultó bajo una tonelada de cascotes. Y en las interminables tardes de convalecencia se percibía siendo otro. Relámpagos de una realidad y un ser que no eran él, sino ella, con una edad y un tiempo que no eran los que vivía.

Poco a poco se fue curando de sus laceraciones en el cuerpo y en el alma, aunque ya nunca volvería a ser el mismo. A menudo le asaltaba la idea de ser otro, y se interrogaba sobre hasta que punto vivir no es bucle, una metamorfosis infinita donde las almas deambulan de un cuerpo a otro en un infierno sin fin.



*Las historias de Violante.*



**DISEÑOS RULAR**  
DAMOS IMAGEN A TUS SUEÑOS

# Creamos tus ideas

Anuncios para publicidad  
impresa o digital, tarjetas de  
visita, pegatinas, cartelera, etc.

Contacto;

 [creacionesrular@gmail.com](mailto:creacionesrular@gmail.com)

 606.68.10.86

# Annawyn

Sintergética

Talleres de Meditación y Crecimiento Personal.

Cursos de Cristales.



Cartas Natales




## Sesiones de Sonido con Cuencos de Cuarzo



Email: [anuska\\_gaia@hotmail.com](mailto:anuska_gaia@hotmail.com)  
Teléfono: 626 11 26 23

 [centro.krystal.esmeralda](https://www.instagram.com/centro.krystal.esmeralda)  
 [krystal.esmeralda7](https://www.tiktok.com/@krystal.esmeralda7)

 Krystal Esmeralda  
YouTube: Krystal Esmeralda



# CHIMEDECOR

GRANDES OFERTAS,  
LAS MEJORES MARCAS Y  
EL MEJOR SERVICIO TÉCNICO

VISITENOS

Abierto de Martes a Domingo

C/ Torote 12 -28791

Soto del Real ( Madrid )

Tel. 918478592

[www.chimedecor.com](http://www.chimedecor.com)



HASTA AGOTAR  
EXISTENCIAS

CONSULTA PRECIOS



MOD. 2 VALENCIA  
DE BRONPI



MOD. C-370 NHE  
DE HERGÓN



MOD. 2 VALENCIA  
DE BRONPI

# HOROSCOPOS

## "TIRADA DE CARTAS"

P.G



### ARIES

Vas a experimentar un despertar, acompañado de nuevas ideas y conceptos que cambiarán tu visión del mundo y tu vida para siempre. Esta carta te recuerda que tienes grandes reservas personales de fuerza, que puedes invocar para dar forma a tu mundo con tu intelecto.



### GÉMINIS

Es un tiempo de estabilidad emocional y material, de buena salud y de gran felicidad. Las dificultades han sido superadas y todos tus esfuerzos sostenidos recibirán su recompensa. Debes asimilar lo que has aprendido, a fin de crear unos cimientos fuertes antes de intentar seguir progresando.



### LEO

Serás un guerrero intelectual armado de coraje de tus convicciones. Tus ideas tienen mucho potencia. Requerirás de mucha fuerza de voluntad y dedicación para seguir tu visión. Si escoges la seguridad cómoda y aburrida, nunca tendrás la oportunidad de saber de qué eres capaz realmente.



### LIBRA

Estás empezando a alcanzar el éxito que soñaste y será un éxito reconocido por otras personas. Puede significar que has culminado unos estudios, has ascendido en un trabajo, has ganado una carrera o has interpretado tu música en público. Además, anuncia un tiempo de armonía y estabilidad económica.



### SAGITARIO

Inicias un tiempo de gran percepción y conciencia, un tiempo de desarrollo y comprensión espirituales. Decídate si no has sido resolutivo, es tiempo de actuar. La indecisión puede significar que no estás consiguiendo nada, y que te estás frustrando y volviéndote furioso contigo mismo, y trasladando eso a otros.



### ACUARIO

Estás revolcándote en lamentaciones por algo que has perdido, ignorando todo lo que todavía te queda, que a la larga puede ser más valioso. Puede ser que un asunto amoroso se estropee, conduciendo a infelicidad y quizás separaciones, pero la situación no es terminal, hay algo que puede ser recuperado.



### TAURO

Anuncia una renovación de ambiciones dirigidas hacia la creación material y el éxito financiero. Puede ser el comienzo de una nueva empresa que traerá consigo recompensas financieras. Tienes ahora la energía para hacer que las cosas funcionen.



### CÁNCER

Indica una ganancia financiera proveniente tanto de tus esfuerzos y ahorros como de un dinero no ganado por ti mismo, como una herencia o un regalo. Sin embargo, hay algo en ti que no se satisface y tendrás ganas de nuevos desafíos como una nueva aventura, viajar o dar un cambio a tu vida.



### VIRGO

Serás el beneficiario de la generosidad de otra persona. Quizás recibas una beca, una recompensa o un regalo monetario, o simplemente un buen consejo. También se te advierte de que no te precipites en un asunto amoroso, pues la relación no será muy duradera.



### ESCORPIO

Tendrás que enfrentarte a una gran competencia en el área creativa. Podrás alcanzar nuevos niveles de creatividad para conseguir que tus ideas sean aceptadas ante tus rivales. El mejor modo de conseguir esto es ser firme, si es que quieres que la gente escuche y acepte tus ideas.



### CAPRICORNIO

Marca el final de un periodo de inactividad, e indica que es el momento de ponerse a hacer cosas. Tu imaginación fluirá ahora libremente, y cualquier bloqueo creativo que puedas haber experimentado se vendrá abajo. Las cosas marcharán ahora fácilmente para ti.



### PISCIS

Estás en un momento en el que has tocado fondo. Sientes mucha pena por la ruptura de amistades y relaciones queridas. Puedes sentir que has alcanzado el límite de lo que eres capaz de soportar. No desesperes, esta situación ha surgido porque las cosas no podían continuar de siempre como estaban. Las cosas sólo pueden mejorar de ahora en adelante.

# TENEMOS UN ESPACIO PUBLICITARIO DIGITAL PARA TU NEGOCIO



PONTE EN CONTACTO  
CON NOSOTROS, TE  
ASESORAMOS PARA  
ELEGIR TU ESPACIO E  
INCLUSO A DISEÑAR EL  
ANUNCIO

ESCRIBE A:

[revistapasandopagina@gmail.com](mailto:revistapasandopagina@gmail.com)



[WWW.PASANDOPAGINA.COM](http://WWW.PASANDOPAGINA.COM)



[REVISTAPASANDOAPAGINA](#)



[REVISTA PAGANDO PAGINA](#)