



CIENTOS DE PERSONAS SALEN A LA CALLE PARA PARTICIPAR EN EL VII CROSS URBANO DE ACEUCHAL

El cross urbano de Aceuchal, celebraba su séptima edición y ha vuelto a hacerlo con récord de participación. Fue el sábado 26 de octubre, cuando con una climatología inmejorable, cientos de personas salían a la calle para participar de uno u otro modo en esta prueba deportiva que se desarrolla en la zona centro de la localidad y en la que participan niños y adultos. Además de las pruebas competitivas, también se celebra una marcha solidaria, cuyos beneficios este año han ido destinados a la asociación A los pies del arcoíris.



AGENDA

- 5 de Noviembre: Inicio curso Lengua de signos. Casa de Cultura.
- 7 de Noviembre: Pleno ordinario 21:00 h.
- 14 de Noviembre: Un libro es un amigo. Cuentacuentos infantil a cargo de Isabel Benito. Biblioteca pública Mahizflor.
- 22 y 23 de Noviembre: Fiesta “La Bruja de los Ajos”.
- 23 y 24 de Noviembre: X Ruta de la Tapa.
- 30 de Noviembre: Asamblea ordinaria y distinciones Donantes de Sangre. Casa de Cultura.

RAÍCES PROFUNDAS



Paco Alonso de Mingo

No, no voy a hablar de la famosa película del oeste que tenía este título. Si preguntamos a la gente joven por el invento más importante de la humanidad, la inmensa mayoría nos respondería que el GPS, los drones, el ordenador, los robots... es cierto que son importantes y prácticos y ya sin ellos no podríamos vivir, pero, ¿Hemos pensado que todos estos instrumentos funcionan con palancas y con ruedas?

Cuando alguno de nuestros antepasados se dio cuenta de que serrando un tronco salía una pieza redonda sobre la que se podía trasladar algo con poco esfuerzo, logró el primer gran invento. Luego esta rueda se hizo acanalada para las poleas, dentada para los engranajes, excéntrica y circular... y de ahí fueron surgiendo mecanismos complicados. Y con la palanca sucedió lo mismo: cuando el hombre vio que apoyando un palo en algo cerca del objeto a mover se multiplicaba nuestra fuerza, surgió un nuevo invento y hoy las máquinas más complicadas funcionan con ruedas y palancas. ¿Qué aquella invención fue muy simple? Desde luego: pero hay que tener en cuenta que el hombre tenía menos desarrollada su mente y los medios con los que contaba eran nulos.

Hubo una vez un viejo almendro que daba unas sabrosas almendras y todo el mundo alababa a su dueño por el esmero con que los cuidaba, pero nadie recordaba ya a “Siñó Mariano, el Lechuga”, abuelo del dueño que era el que había sembrado el primitivo hueso que echó raíces y originó aquel hermoso árbol del que hoy presumía el nieto. El Lechuga murió sin conocer los frutos de su obra y acabó en el olvido de todos. El almendro y sus hermosas flores se veían: sus raíces no. Pero ¿Habría habido almendras y flores sin El Lechuga y su hueso? Seguro que no. En la vida ocurre igual: hay quien trabaja para los demás y quien coge los frutos y se lleva la fama y la gloria de los logros que otros han sembrado: es lo que recoge el dicho popular cuando afirma: “Unos nacen con estrella y otros estrellados”.

En nuestra vida actual vamos a lo práctico, al fruto, buscando la gloria, al poder y la fama, aunque realmente la hayan trabajado otros. Pero, ¿Y las raíces? ¡Ah, eso ya no cuenta: nadie se acuerda porque no se ven”. Vales mientras tienes poder o produces algo visible y material. Luego, aunque las raíces sigan dando vida a toda la planta, ya nadie se acuerda de ellas. Es injusto pero es la triste realidad. Y lo peor del caso es que del pobre Lechuga no se recuerda ahora nada de lo mucho bueno que hizo y sólo se habla de que una vez se equivocó y regó por dos veces un trozo de huerta, dejando otro trozo sin regar. Y además diciendo que el trozo era más grande de lo que realmente fue. Nuestra sociedad se ha hecho así, desagradecida y crítica pero con esa crítica destructiva que sólo sirve para engrandecerse uno aunque sea pisoteando a los demás. ¿De verdad que esto es agradable?

Todo ello me da que pensar en que verdaderamente habrá otra vida, aunque solo sea por la afirmación del gran científico Lavoisier según la cual la energía nunca se destruye sino que simplemente se transforma en otra. Y ello es bastante esperanzador y reconfortante porque pensamos que alguna vez habrá justicia en algún lugar, ya que aquí en esta Tierra que habitamos parece haber cada vez menos. Y luego hay que saber separar lo más importante de los menos. Recuerdo que cuando hace muchos años llegó el cantante Jorge Negrete hubo una gran aglomeración, mientras que cuando llegó el doctor Fleming que a tantas personas salvó con su penicilina, apenas había una docena de personas para recibirle en el aeropuerto, pasando su llegada casi desapercibida. ¿Dónde estaban los miles de familiares de personas salvadas por él? Eso en el más puro castellano ese llama ingratitud y siempre se ha dicho: “Quien no es agradecido no es bien nacido”.

CORAZÓN SOLIDARIO



Nuestra localidad, cuenta desde el pasado 23 de octubre con un punto de recogida de tapones. Se trata de una estructura de hierro, con forma de corazón en cuyo interior se albergarán exclusivamente tapones para fines solidarios.

Dicho corazón, lleva en el centro, la inscripción del nombre del municipio, y el mismo, se ha ubicado en la zona centro de la localidad, en concreto en la zona peatonal que une la Plaza de la Alameda con la Plaza de España, siendo este un punto céntrico y accesible para todos los vecinos.

La elaboración de este corazón se ha llevado a cabo gracias a personal municipal, a iniciativa del actual equipo de gobierno, sumándose así nuestra localidad a otros municipios extremeños que ya cuentan con un “corazón solidario”.

NUEVO ADJUDICATARIO DEL CENTRO DE OCIO DE MAYORES

Desde el consistorio municipal se hacía público en el mes de octubre el pliego de cláusulas administrativas para la explotación de la cafetería y cocina del Centro de Ocio de Mayores. En el mismo, se anunciaba la forma de adjudicación del contrato que sería mediante procedimiento negociado con publicidad, en el que el adjudicatario sería aquel candidato que ofertara las condiciones más ventajosas, en torno a un presupuesto de 120€/mes al alza.

El plazo de presentación de ofertas se mantuvo abierto hasta el viernes 11 de octubre, y en total fueron tres los interesados en concurrir a este proceso. Fue en la Junta local de Gobierno, celebrada el día 15, cuando se procedió a la apertura de sobres, resultando ser la oferta más beneficiosa, la presentada por el piporro Diego Gutiérrez.

Enseguida se dio notificación tanto al interesado como al anterior adjudicatario, al que se le dio un plazo de dos semanas para poner fin a su contrato. El nuevo responsable de la cafetería y cocina del Centro de Ocio, iniciará su trabajo a primeros del mes de noviembre, estableciéndose la duración del contrato en 2 años, con posibilidad de prórroga del mismo plazo.

Es importante saber también, que entre los derechos del adjudicatario, se encuentran el derecho a usar y disponer del equipamiento e instalaciones necesarias para la prestación del servicio, así como su reposición o reparación en caso de deterioro, además del derecho al cierre del local un día a la semana.

Entre sus obligaciones se encuentran la de permitir que el personal municipal autorizado inspeccione el estado de las instalaciones, es de obligado cumplimiento mantener y limpiar las instalaciones del edificio así como cumplir con la normativa de protección a la Industria Nacional del Trabajo, Previsión y Seguridad Social entre otras.

NUEVOS TRABAJOS DE ACCESIBILIDAD

Hacer de nuestro pueblo, una localidad más accesible, es sin duda uno de los objetivos del actual equipo de gobierno, así durante el mes de octubre han continuado las labores de conversión de nuestras calles en vías más adaptadas y accesibles.

Encuadrado en el plan de accesibilidad municipal, los últimos trabajos llevados a cabo gracias a personal municipal han consistido en la adecuación de los acerados de la calle El Pilar, en concreto los dos pasos de peatones que dan acceso al parque.



Con acciones como estas, se apuesta por una localidad cada vez más accesible, que permita a sus vecinos, una mayor calidad de vida, promoviendo la autonomía de las personas así como la igualdad de oportunidades, que debe estar al alcance de todos.

AVANCES EN EL PLAN GENERAL DE ORDENACIÓN URBANA

El viernes 18 de Octubre se celebraba en el consistorio municipal una reunión informativa con el objetivo de seguir avanzando en la elaboración del Plan General de Ordenación Urbana. En dicho encuentro, estuvieron presentes el alcalde del municipio, así como el técnico municipal, la secretaria y el responsable del proyecto.

Durante dicha reunión, se revisaron y estudiaron las alegaciones presentadas por los vecinos a este plan, con el objetivo de seguir avanzando en su aprobación definitiva.

Posterior a esta reunión, se convocaba una Comisión Informativa, en la que se daba traslado de los avances realizados a los representantes de los distintos partidos políticos que conforman la corporación municipal.



Un plan, que recordemos, daba sus primeros pasos en enero de 2018 y cuyo objetivo no es otro que conseguir un urbanismo sostenible en nuestra localidad. Tras más de año y medio de trabajo, se redactará un plan definitivo que será remitido a la Junta de Extremadura para que sea esta quién dé el visto bueno definitivo.

FESTIVIDAD DEL PILAR

El sábado 12 de Octubre, se conmemoraba un año más la Festividad del Pilar, una efeméride en la que la Guardia Civil, celebra el Día de su patrona.



En nuestro municipio, como en otros muchos de la región, esta festividad arrancaba con una solemne misa celebrada en la Parroquia de San Pedro Apóstol a las 12 del mediodía. A la homilía, acudían Guardias Civiles acompañados de familiares y amigos, la Corporación municipal así como vecinos del municipio.

Una vez finalizada la misa, se dirigían al Cuartel de la Guardia Civil, para disfrutar de la parte lúdica de este día. Allí se congregaban cientos de personas para disfrutar de una comida de convivencia.

Para este día, como ya es tradición, el Cuartel se adecenta y engalana.

Destacar también, que este mismo día, la Guardia Civil de Badajoz, celebraba su acto institucional con motivo de su patrona, la Virgen del Pilar y la Fiesta Nacional de España. Un acto en el que se impusieron condecoraciones y se hicieron entrega de Menciones Honoríficas a personal ajeno a la Guardia Civil. Entre los que recibieron una mención se encontraba el policía local de nuestro municipio, David Colchón Silva gracias a su colaboración con el cuerpo de la Guardia Civil en asuntos relacionados con drogas o violencia de género entre otros.

LA PARROQUIA Y LA ERMITA DE SANTA ANA SUFREN ROBOS

El pasado 19 de octubre, tanto la parroquia de San Pedro Apóstol de nuestra localidad, como la ermita de Santa Ana, fueron objeto de robos.

En el caso de la Parroquia, han sido diversos los destrozos en bienes y enseres que se han producido, entre ellos el velero y el limosnero de la imagen del Señor de los Reyes, además de desperfectos en las puertas y registro de la sacristía. También se adentraron en la ermita de Santa Ana, donde destrozaron la puerta, se llevaron algo de dinero de lo recaudado con las limosnas, así como unos pendientes de oro de la Virgen.



Estos actos fueron puestos de inmediato en conocimiento de los cuerpos y fuerzas de seguridad, que trabajan por encontrar a los culpables de un acto tan deplorable.

ARRANCA EL PROGRAMA TEI

El martes 15 de octubre arrancaba de manera oficial el programa TEI “Tutoría Entre Iguales”, que se viene desarrollando desde hace ya varios años en el Colegio Público Ntra. Sra. de la Soledad. Se trata de un programa de convivencia y contra el acoso escolar en el que participan los alumnos de 5º de primaria, quienes son tutores de los alumnos de 3º de primaria.



El primer encuentro, en el que se daban a conocer tutores y tutorizados, se llevaba a cabo en el salón de plenos del Ayuntamiento de Aceuchal, en un acto en el que estuvieron presentes los tutores de dichos cursos, el coordinador del programa, Candi, el equipo directivo del centro, y varios representantes del Ayuntamiento.

Con muchos nervios e incertidumbre, los menores afrontaban el momento de conocer a los que iban a ser sus compañeros de este proyecto que implica a toda la comunidad educativa, y se orienta a mejorar la integración escolar y trabajar por una escuela inclusiva y no violenta, fomentando que las relaciones entre iguales sean más satisfactorias, dirigido a la mejora o modificación del clima y la cultura del centro respecto a la convivencia, conflicto y violencia, gracias a la tutorización emocional entre iguales donde el respeto, la empatía y el compromiso son pilares básicos.

Un programa que viene desarrollándose en el centro desde hace ya varios años y que se extiende también a los alumnos de 3 y 5 años, y que se perpetúa en los alumnos de 1º y 3º de la ESO, en el IES Tierra de Barros. Se trata por tanto, de un programa *preventivo*, ya que actúa sobre los primeros síntomas, generando entorno de Tolerancia Cero, *eficaz*, ya que desaparece el acoso escolar en más del 98% de los centros TEI, *global* gracias a que implica a toda la comunidad educativa, siendo el alumno el principal protagonista de la prevención e *integrador* desarrollando la empatía, el compromiso y el vínculo de clase.

Los alumnos continuaron la jornada con una merienda conjunta junto a profesores y autoridades y después regresaron al centro donde realizaron actividades derivadas de este programa y que se van a ir desarrollando a lo largo del todo el curso.





Ayuntamiento
de Aceuchal

Aceuchal Mágica

22 y 23 de
Noviembre



La Bruja de los Ajos
2019

PROGRAMACIÓN BRUJA DE LOS AJOS

VIERNES 22 de Noviembre

- La Magia de Josefa Zarpazos

Exhibición de magia para los niños del CEIP. Ntra. Sra. de la Soledad con la nueva bajara de naipes de Aceuchal.

- Cuelga de ristres de ajos

Serán los alumnos del colegio, los encargados de colgar ristres de ajo por todo el pueblo. Además todo aquel que lo desee también podrá colgar su ristre de ajos en puertas o ventanas.

- ScapeRoom exterior “Búsqueda del tesoro de Josefa”. De 16:00 a 20:00 h.
- La Bruja de los ajos. Lectura de edictos y cuentacuentos. 19:30 h.
- Entrega de premios del concurso escolar de dibujos y relatos. 20:00 h.
- Migas populares. 20:30h.
- Animación y música en la carpa.



SÁBADO 23 DE Noviembre

- Encendido de la hoguera. 16:30 h.
- Reparto de pañuelos de Josefa Zarpazos (para todos los asistentes) en la carpa.
- Pasacalles a cargo de la comparsa Aquelarre.
- Acto de la Bruja de los Ajos (lanzamientos de ajos al inquisidor y sus secuaces). 17:30 h.
- Concierto de Getbackers en la carpa. 22:00 h.



* Destacar también, que la semana previa a la celebración de la II edición de la Bruja de los Ajos, se realizarán diversas actividades en el CEIP. Ntra. Sra. de la Soledad, como cuentacuentos infantil, taller de manualidades, magia, concurso de relatos, concurso de dibujos así como puzles y coloreables “Aceuchal mágica”, para los alumnos de infantil.

LA ECONOMÍA EN EL SIGLO XVIII

Álvaro Guerrero Matamoros



Un documento muy relevante para la historia de España es el Catastro de Ensenada, realizado en el siglo XVIII bajo el auspicio de uno de los mejores monarcas que ha tenido nuestro país, Fernando VI. Básicamente se compone de un cuestionario a realizar pueblo por pueblo y que nos permite conocer múltiples aspectos de la vida en la Corona de Castilla en este siglo.

También se conserva para nuestro pueblo, Aceuchal, y nos descubre multitud de detalles sobre la sociedad que nos precedió y habitó la villa. Hoy quiero mostrar algunos apuntes sobre qué nos revela acerca de la economía, aunque pueden leer un artículo completo titulado La villa de Aceuchal en el siglo XVIII a través del Catastro de Ensenada, publicado en 2017 en la revista El Hinojal (accesible online).

Lo que nos muestra este documento es que Aceuchal, era en el siglo XVIII, una economía eminentemente agraria (en eso no hemos cambiado mucho). Sin embargo sí que lo han hecho los cultivos y el sistema de explotación, aunque a las personas de cierta edad que lean este artículo tampoco les sorprenderá mucho. La mayor parte de lo que se cultivaba en nuestro pueblo hacia 1750, y suponía un 60% de la superficie aproximadamente, eran cereales y legumbres, con un predominio claro de la cebada, el trigo y los garbanzos. El trigo se sembraba en las llamadas tierras “de pan llevar”, es decir, aquellas destinadas exclusivamente a sustento alimenticio. Es por ello que el vocablo “pan” aludía tanto a la masa ya cocida como al cereal del que se hacía.

Un 25% de las tierras eran dehesas “de pasto y labor”, es decir, en parte se cultivaban y en parte se explotaban para el ganado. Pero no eran dehesas de encinas y alcornoques como la imagen que tenemos hoy en día (es más, el termino estaba casi descuajado de estos árboles). Se refiere más bien a tierras de aprovechamiento comunal, que se arrendaban cada año para su explotación y los beneficios sufragaban los gastos del concejo (administración, médico, maestro...).

El ganado que pastoreaba por estas tierras estaba compuesto principalmente por ovejas, que era la cabaña más importante de la villa. Había tantas cabezas que no bastaban los pastos del pueblo para alimentarlas, teniendo que salir fuera. Esto no es de extrañar si tenemos en cuenta el reducido tamaño de nuestro término municipal, cuya extensión hace trescientos años era bastante similar.

¿Y qué había en el resto de parajes cultivado, ese 15% que nos falta por saber? Pues ni más ni menos que los que ahora son nuestros cultivos estrella dentro del término: la vid y el olivar. Su presencia en el siglo XVIII había comenzado a crecer, aunque como podemos deducir por la superficie cultivada, no tenían un peso económico excesivo. La vid y el olivo se plantaban normalmente intercalados en la misma parcela, que eran normalmente pedazos pequeños de tierra de explotación individual y privada.

Con estos datos debemos imaginar un pueblo bastante distinto al de ahora, aunque muy parecido a lo que vieron nuestros abuelos a inicios del siglo XX, previamente a la introducción de la agricultura de mercado en la comarca: un predominio de los cereales y las legumbres, que constituían el verdadero sustento de la población del siglo XVIII, y que lo han sido hasta hace relativamente poco tiempo.

EL PROGRAMA D`RULES HACE PARADA EN ACEUCHAL

La compañía de teatro profesional *Suripanta Teatro*, llegaba a nuestra localidad el pasado sábado 5 de octubre, para poner en escena la obra “De vacaciones”. Una comedia del dramaturgo extremeño Miguel Murillo, dirigida por Esteve Ferrer, uno de los más exitosos directores de escena en nuestro país. Una obra, que nos situaba ante una realidad perfectamente reconocible. Contaba con mucho humor, la peripecia de un matrimonio que se encierra durante un mes en su casa para hacer creer a todos que están fuera, pasando unas idílicas vacaciones en el Caribe. El marido, que acaba de perder el empleo, no quiere que nadie piense que es un perdedor, por eso organiza el engaño, arrastrando con él a su esposa.



Una obra que pudieron ver un nutrido grupo de espectadores de manera gratuita, gracias a la Diputación de Badajoz y su Programa de Teatro Profesional D`rule, que lo que persigue es una mejora de la calidad de la programación cultural en la provincia de Badajoz y una mayor participación de los ayuntamientos en la gestión de los programas culturales ofertados desde Diputación.

LA ASOCIACIÓN DE COROS Y DANZAS PARTICIPA EN LOS ACTOS CON MOTIVO DEL DÍA DEL MAYOR EN CORTE DE PELEAS

La asociación de Coros y Danzas Ntra. Sra. de la Soledad, inauguraba su nueva temporada con una actuación en la localidad vecina de Corte de Peleas. La misma se llevaba a cabo la tarde del domingo 6 de Octubre, y se enmarcaba dentro de los actos organizados por el consistorio de Corte de Peleas, con motivo del Día del Mayor.



Para la agrupación, se trataba de una actuación financiada por la Diputación de Badajoz, en la que participaron los grupos infantil, juvenil y el grupo titular, quienes ofrecieron un amplio y variado repertorio de danzas de toda Extremadura, sin olvidar las jotas más representativas de nuestro municipio como la Jota y el Fandango de Aceuchal.

La actuación que duró algo más de una hora, fue muy aplaudida por el público asistente, quienes no dudaron en dar la enhorabuena a la agrupación al término de la muestra.

V FESTIVAL CULTURAL FLAMENCO

Un año más, y ya van cinco, Aceuchal, volvió a ser sede, al menos por una noche, del flamenco más mágico y puro, gracias a un espectáculo que otro año más, ha sido organizado por Cayetano Vega y ha contado con la colaboración del Ayuntamiento de Aceuchal, a través de su área de cultura así como con la ayuda de empresas locales, que siguen apostando, para que eventos de este tipo se celebren en nuestro municipio.

Pasadas las nueve y media de la noche del viernes 18 de octubre, Cayetano Vega, tomaba la palabra en el salón de actos de la Casa de Cultura, para presentar un espectáculo que terminó dejando a todos sorprendidos gracias al arte de la compañía de Jesús Ortega, la voz de Esther Merino, el toque de Juan Manuel Moreno y las voces de Manuel Pajares y José Gómez “Fefo”.



Jesús Ortega es sin duda el bailar extremeño de flamenco más internacional, para él el flamenco es más que una forma de vida, es una forma de expresarse, de sentir, de romper con aquello que le ata, y así lo demuestra cada vez que se sube a un escenario. Sigue conservando aquella ilusión con la que empezó desde niño y que lo ha llevado a pisar los mejores escenarios de todo el mundo. Una pasión que compagina con la docencia, gracias a la escuela de flamenco que dirige en Badajoz y con la que nos confirma, “ayuda

humildemente a la gente de aquí para que no se tengan que ir porque no haya nada en nuestra tierra; que la gente se vaya porque quiera irse, no porque tenga que irse”.

En el espectáculo que ofreció en la Casa de cultura de Aceuchal, volvió a dejarse la piel, despertando emociones en todo el público asistente, disfrutando y haciendo disfrutar con cada baile, derrochando energía y positivismo.

La noche, continuó con la actuación de la artista Esther Merino, ella es la pasión femenina del flamenco extremeño. Con su voz, interpretó como pocas, seguidillas, bulerías y fados, que arrancaron el aplauso unánime de los presentes.



Sin duda, un festival con artistas extremeños de gran nivel, que fascinó al público y que terminó con la intervención del alcalde del municipio, D. Joaquín Rodríguez, quien quiso aprovechar la ocasión para agradecer y felicitar a todos los artistas participantes, así como a Cayetano por su trabajo. Además, junto a la concejala de cultura, D^a M^a Carmen Hermoso, hicieron entrega de su obsequio a los artistas.

EL NUEVO CENTRO DEL CONOCIMIENTO SIGUE OFRECIENDO FORMACIÓN EN ALFABETIZACIÓN TIC Y COMPETENCIAS DIGITALES

Pablo Jesús Delgado Saavedra - Experto en Alfabetización Tecnológica

Desde el pasado 23 de septiembre, el NCC de Aceuchal continúa con su labor formativa, informativa y de sensibilización en torno a la adquisición de competencias digitales.

Hasta este momento han sido muchísimas las personas usuarias que han pasado por nuestras instalaciones con el fin de recibir el asesoramiento y la formación adecuados que les permitan adquirir unas competencias digitales básicas, aplicables tanto desde el punto de vista personal como profesional.

Esta acogida por parte de la población, desde que el NCC está presente en la localidad, ha permitido redoblar esfuerzos para seguir ofreciendo a todos aquellos que han pasado, y siguen pasando, por nuestras instalaciones talleres de Competencias Digitales Básicas, talleres de Telefonía Móvil, sobre Aplicaciones Google y computación en la nube, charlas de Alfabetización Mediática e Informativa, así como poner a su disposición asesoramiento para realizar trámites y gestiones con la administración.



Pero nuestros objetivos van mucho más allá y queremos llegar a los **Jóvenes** de la localidad, a ese colectivo con edades comprendidas entre los 16 y los 30 años con el fin de proporcionarles una serie de herramientas y recursos que fomenten sus habilidades y que son esenciales para enfrentarse a futuros proyectos profesionales. Para conseguir este ambicioso objetivo contamos con el taller de **Plan de Empleo Joven**, taller basado en un sistema de aprendizaje muy dinámico e innovador que tiene como base “aprender practicando”.

El objetivo del Taller de Plan de Empleo Joven es que los jóvenes aprendan a programar con herramientas visuales, esas que antes estaban al alcance de solo unos pocos, y que ahora hacemos más accesibles. Conocerán plataformas que albergan contenidos y repositorios 3D que después podrán materializar con las impresoras 3D que forman parte del equipamiento NCC; aprenderán a desarrollar aplicaciones para teléfonos móviles, hologramas, realidad virtual y mucho más. De todas estas formas, podrán explorar un mundo de posibilidades de difícil acceso por otras vías.

Por todo ello, desde el NCC de Aceuchal invitamos a que éstos jóvenes venga a conocernos, estamos deseando de vivir esta experiencia con y junto a ellos.

El Plan de Alfabetización Tecnológica es un programa financiado por la Junta de Extremadura - Consejería de Educación y Empleo-, a través del Servicio Extremeño Público de Empleo (SEXPE), gestionado por la Asociación de Universidades Populares de Extremadura (AUPEX).

CONSEJOS PARA CONTROLAR LA ANSIEDAD



Mª Jesús Rodríguez

Graduada en Nutrición Humana y Dietética

<http://nutrisalex.wordpress.com>

Sentir ansiedad por la comida, es una sensación que todos hemos experimentado en alguna ocasión, por ello es importante seguir unas recomendaciones para evitarla:

1. **Dormir 7-8 horas al día**: Debemos llevar una correcta rutina del sueño para que este sea reparador. Entre algunos trucos están: apagar pantallas 1 hora antes de dormimos, acostarnos siempre a la misma hora, pensar en las cosas positivas que nos han pasado durante el día...También hay apps que recuentan las horas de sueño y transforman la luz del móvil (twilight).
2. **Alimentación adecuada**: evitar comidas copiosas, tomar una correcta cantidad de proteínas (serotonina), el calcio (lácteos) y el magnesio (almendras o chocolate 90%) ayudan con las conexiones motoras. Evitar excitantes como el café, el té, cola, cacao...
3. **Deporte**: Elije actividades que te gusten y te resulten agradables. Se recomienda hacer deporte en contacto con la naturaleza y antes de las 7 de la tarde para descansar bien. Truco: las pulseras de actividad o las apps del teléfono que cuentan km o pasos nos ayuda a tener conciencia de la cantidad de actividad que hacemos.
4. **Socializarse** con un entorno positivo, que nos ayude a salir y desconectar de nuestras rutinas.
5. **Relajación**: algunas técnicas como pilates, yoga o mindfulness nos pueden ayudar a relajarnos y desconectar antes de dormimos. Además, el pilates y el yoga ayuda a fortalecer los músculos, mejora nuestra elasticidad y nos ayudan con algunos problemas de espalda. Eso sí, antes de realizarlo, si tienes problemas de espalda o cualquier otro tipo de problemas (circulatorios o de corazón) pregunta a tu médico o especialista.
6. **Otros consejos** que nos pueden ayudar son: debemos centrarnos en el presente, organizarnos, priorizar y delegar tareas (vivir más lento), respirar profundamente para relajarnos física y mentalmente, hablar con profesionales que puedan ayudarte en caso que sea necesario.

NUEVOS GALARDONES PARA EL BALONMANO PIPORRO

El domingo 6 de Octubre, se celebraba la Gala del Balonmano Extremeño en el Centro Cultural Alcazaba de Mérida. Un acto, en el que se hacía entrega de los premios de la temporada pasada, encontrándose entre las premiadas cuatro integrantes de la Escuela Municipal de Deportes de Aceuchal.

Las premiadas de la temporada 2018/2019 han sido:

- Rocío Pérez Piñero (Mejor jugadora senior femenina)
- Mar Flores Maroto (Máxima goleadora infantil)
- Juan Pedro Moreno Corchuelo (Mejor entrenador senior femenino)
- Miranda Pozo Colín (Portera menos goleada senior femenino).

Una gran noticia para el balonmano piporro, cuyo trabajo vuelve a ser premiado un año más en esta gala del balonmano extremeño, convirtiendo a la sección de balonmano de la EMD Aceuchal en un referente regional. En dicha gala,



también se hacía un reconocimiento especial, otorgando una insignia de oro a título póstumo a Pedro Montero Montero y a Antonio García Rodríguez. También se reconocía con insignia de plata a Sonia Sierra Mora, Isaac Bogeat Sánchez Piqueras y Gonzalo Falcó García.

Previo a la Gala, se disputaba a las 10:30 h en el Pabellón Miguel Periañez de Calamonte la Supercopa de Extremadura Sénior Masculina entre CP Paideuterion y UB Pacense.



TRES EQUIPOS PIPORROS REPRESENTARAN A EXTREMADURA EN EL CAMPEONATO DE ESPAÑA DE ORIENTACIÓN

Un total de tres equipos de nuestro municipio, representaran a Extremadura en el Campeonato de España de orientación que se celebrará los días 5 y 8 de diciembre. Se trata de la recompensa, tras



proclamarse campeones del Campeonato Extremeño de Orientación por centros escolares, celebrado el pasado 16 de octubre en la localidad vecina de Fuente del Maestre, y que estuvo organizado por la FEXO (Federación Extremeña de Orientación).

Una prueba en la que participaron más de 300 escolares de diferentes centros de toda la región, y en la que tuvieron que enfrentarse a dos pruebas, la denominada “bosque” que tenía lugar en una finca del municipio fontanés y la “sprint”, que se desarrollaba por el centro de la localidad. Tras toda una jornada de competición, tres de los equipos vencedores eran piporros, como fue el caso del equipo alevín masculino mixto del CEIP. Ntra. Sra. de la Soledad y los equipos masculino y femenino de categoría infantil del IES Tierra de Barros.

Los tres equipos vencedores de nuestra localidad, junto con el resto de ganadores del resto de categorías participarán en el Valle del Ambroz, del campeonato de España de Orientación, lo que supone una nueva oportunidad de seguir disfrutando del camino.



ÉXITO DE PARTICIPACIÓN EN EL VII CROSS DE ACEUCHAL

Fueron cientos las personas que salieron el pasado sábado 26 de octubre a la calle para participar o simplemente para presenciar las pruebas del VII cross urbano de Aceuchal. Una cita deportiva en la que tienen cabida todos los aficionados al deporte, que un año más, y ya van siete, ha estado organizada por el responsable del área de deportes del Ayuntamiento de Aceuchal, Antonio Fernández Manchón, y en la que han colaborado el club Ítaca Aventura, CAPEX, así como la Policía Local, Guardia Civil y miembros de Protección Civil.

Puntuales, tal y como marcaba la norma de desarrollo de la prueba, a las 16:45, cientos de personas abarrotaban los alrededores de la Avenida de la Cerca, para presenciar la primera de las pruebas de la tarde, en la que participaban Chupetines y Pre- Benjamines. Todos ellos, los más pequeños en participar, recibieron una medalla y un cartucho de chuches, corriendo una distancia de 50 y 100 metros respectivamente.



Estos, dieron paso a las pruebas ya de carácter competitivo, como fueron las categorías benjamín, alevín, infantil y cadete, con premios para los tres primeros clasificados y que recorrieron una distancia de 450, 900, 1800 y 2500 metros, unas pruebas que a pesar de ser competitivas tenían una inscripción gratuita, contando todas ellas con numerosos participantes.

En cuanto dieron las 18:00 horas, y antes del inicio de las pruebas competitivas y con coste de inscripción, se llevó a cabo un homenaje a un deportista local. En esta ocasión, desde la concejalía de deportes, quiso reconocerse la labor del piporro Iván Colín Matamoros. Él es un apasionado del fútbol, desde pequeño ha jugado en las diferentes categorías de la EMD Aceuchal, y desde hace varios años, es el capitán del equipo de tercera división de nuestro municipio, siendo parte activa de los últimos logros conseguidos por el citado equipo. Por su constancia, esfuerzo, sacrificio y pasión por el deporte, en este caso por el fútbol, se decidía que fuera él quien en esta edición recibiera una placa a modo de homenaje, que Iván recibió agradecido y emocionado.



deportes, quiso reconocerse la labor del piporro Iván Colín Matamoros. Él es un apasionado del fútbol, desde pequeño ha jugado en las diferentes categorías de la EMD Aceuchal, y desde hace varios años, es el capitán del equipo de tercera división de nuestro municipio, siendo parte activa de los últimos logros conseguidos por el citado equipo. Por su constancia, esfuerzo, sacrificio y pasión por el deporte, en este caso por el fútbol, se decidía que fuera él quien en esta edición recibiera una placa a modo de homenaje, que Iván recibió agradecido y emocionado.

En cuanto dieron las 18:00 horas, y antes del inicio de las pruebas competitivas y con coste de inscripción, se llevó a cabo un homenaje a un deportista local. En esta ocasión, desde la concejalía de deportes, quiso reconocerse la labor del piporro Iván Colín Matamoros. Él es un apasionado del fútbol, desde pequeño ha jugado en las diferentes categorías de la EMD Aceuchal, y desde hace varios años, es el capitán del equipo de tercera división de nuestro municipio, siendo parte activa de los últimos logros conseguidos por el citado equipo. Por su constancia, esfuerzo, sacrificio y pasión por el deporte, en este caso por el fútbol, se decidía que fuera él quien en esta edición recibiera una placa a modo de homenaje, que Iván recibió agradecido y emocionado.

DEPORTES

Tras este emotivo homenaje, arrancaron las pruebas competitivas de categoría juvenil, absoluta, veteranos A, veteranos B y veteranos C. El recorrido un circuito por las principales calles de nuestra localidad que constaba de 2500 m y al que los corredores dieron dos o tres vueltas según la categoría en la que participaron.



Un año más, el vencedor de la prueba absoluta fue Bruno Paixao con un tiempo de 22 minutos, seguido de Jorge González Rivera y José Manuel Blanco Martínez. En la general absoluta femenina, las ganadoras de la prueba fueron Raquel Trabuco, M^a Jesús Domínguez y Estefanía Carretero. Todos ellos se llevaron un trofeo, premio en metálico y productos de la tierra.

En cuanto a los deportistas locales, los vencedores masculinos fueron Juan Diego Indias, Antonio Hernández y Juan Carlos Castillo García y ya, en la modalidad femenina las vencedoras fueron Juli Guerrero Guerrero, Solmari Baquero Noriego y

Jennifer Gutiérrez Baquero.

Una prueba deportiva, que cada año tiene un fin solidario, ya que parte de lo recaudado va destinado a un colectivo o asociación que lo necesita. Este año, lo recaudado ha decidido destinarse a la asociación *A los pies del Arcoiris*. Ellos centran su labor, en ayudar a los animales en todo lo que les sea posible, protegiéndolos, dándoles hogar, o sanándoles sus heridas.

Para ello, se realizó al final de la prueba competitiva una marcha solidaria a la que se inscribieron 250 personas, todas ellas lucían una camiseta, en esta edición de color blanco, con las letras de la asociación en color violeta, recorriendo las calles del municipio.



Esta jornada deportiva, se cerró con la entrega de trofeos y subida al pódium de los ganadores, así como con una exhibición a cargo del gimnasio Duet.

Desde la organización se muestran muy satisfechos con el desarrollo de esta nueva edición y hacen un balance muy positivo, ya

que un año más, la misma ha tenido una gran aceptación por parte de todos.

**CLASIFICACIÓN VII CROSS
URBANO ACEUCHAL**

ABSOLUTA MASCULINO

1º	Bruno Paixao
2º	Jorge González Rivera
3º	José Manuel Blanco Martínez

ABSOLUTA FEMENINO

1º	Raquel Trabuco
2º	Mª Jesús Domínguez
3º	Estefanía Carretero

VETERANOS A

1º	Juan Diego Indias Rodríguez
2º	Antonio José González
3º	Javier Porrino Ruiz

VETERANAS A

1º	Mariana Carretero
2º	Lourdes Pérez Prieto
3º	Vanesa Díaz Rodríguez

VETERANOS B

1º	Fco. Javier Mesías Álvarez
2º	Fco. Javier Chacón Chamorro
3º	Pedro Santos

VETERANAS B

1º	Esther Pizarro
2º	Juli Guerrero
3º	Ana María Sánchez

VETERANOS C

1º	Miguel Coronado Rodríguez
2º	Darío Alvano
3º	Lope Durán Campos

LOCALES MASCULINO

1º	Juan Diego Indias Rodríguez
2º	Antonio Hernández
3º	Juan Carlos Castillo García

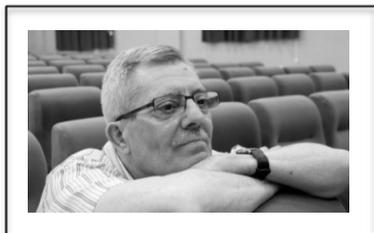
LOCALES FEMENINO

1º	Juli Guerrero
2º	Solmari Baquero
3º	Jennifer Gutiérrez



* El resultado del resto de categorías inferiores no puede publicarse debido a la ley de protección de menores.

NOSOTROS



Antonio Rodríguez Gordón

Cada uno en el quehacer de sus trabajos elabora un afán, a diario. A veces sin quererlo, sin saberlo; otras, deseándolo. El campesino en el surco, el olivar, la vid, el ajo; el albañil en el andamio; el carpintero de madera; de frío ventarrón cuajado de mar el pescador; el herrero a golpes de yunque, fuego; el pintor con su cal, pared, colores. Cada uno elabora un brío con lo que tiene a mente, mano, talento.

Así, nuestra tierra.
Así, nosotros.

Cada uno en el quehacer de sus trabajos elabora un afán, a diario. A veces sin quererlo, sin saberlo; otras, deseándolo. De tinta, esencia, pasión quien escribe, deja el verso empapado en su verdad; en un *Guernica*, unas *Meninas*, una *Maja desnuda*... Picasso, Velázquez, Goya, tantos; en el pentagrama de Albéniz, Falla, Granados, Turina... En la cámara de cine de Buñuel, Berlanga, Trueba, Garcí, Erice, Almodóvar, Amenábar, más... Cada uno elabora el arte con lo que tiene a mente, mano, talento.

Así, nuestra tierra.
Así, nosotros.

Cada uno en el quehacer de sus trabajos elabora un afán, a diario. A veces sin quererlo, sin saberlo; otras, deseándolo. El parvulito la moldea en plastilina, en colores, flor, ilusión; los adolescentes en la raíz cuadrada, las ecuaciones, los fonemas, la historia, la filosofía... y una sonrisa, y el romanticismo de la edad del amor; el universitario anhelando abogacía, arquitectura, lingüística, medicina, informática... Y el profesor: exponiendo, buscando, educando. Cada uno elabora deber con lo que tiene a mente, mano, talento.

Así, nuestra tierra.
Así, nosotros.

Cada uno en el quehacer de sus trabajos elabora un afán, a diario. A veces sin quererlo, sin saberlo; otras, deseándolo. De aquí, de allí, de sacrificio y entrega el ama de casa; de cariño, procuro, valores: madre y padre; de entendimiento, compartir, vibraciones guapas: los amigos; de agradezco a aquellos que en la noche y el día procuran protegernos con las fuerzas del orden, nos cuidan en clínicas, en residencias, con sus servicios, haciéndonos más agradable la existencia. Cada uno elabora cariño con lo que tiene a mente, mano, talento...

Así, nuestra tierra.
Así, nosotros.

Quedan arrestos, matices a coincidir, sobran disparidades: avanzar juntos. Libres de pensamientos, unidos a la tierra: nosotros.

LAS DROGAS DE ABUSO



Miguel Carmona Romano

Profesor de Formación Vial en Autoescuela Aceuchal

El uso de sustancias ilegales es algo de por sí muy peligroso, pero si a esto le sumamos la conducción, es probable que pueda llevarnos a perder la vida en cualquiera de nuestros trayectos. El abuso de las drogas que pueden afectar a la conducción puede ser ocasionado bien por consumir sustancias ilegales o bien por tomar medicamentos de una forma no recomendada por el médico o por el fabricante.

La conducción es una actividad para la que necesitamos estar en perfectas condiciones tanto físicas como psíquicas y las drogas tienen un efecto que disminuye de forma considerable nuestras facultades. A continuación hablaré de distintos tipos de drogas y de sus consecuencias.

Vamos a diferenciar en este artículo tres grandes grupos de drogas con los que nos podemos encontrar: drogas depresoras, drogas estimulantes y drogas perturbadoras.

- Las drogas depresoras son aquellas que disminuyen o enlentecen las distintas funciones del sistema nervioso central. Las más conocidas son el alcohol, los derivados del opio como podrían ser la heroína, la morfina o la metadona entre otros. Y las consecuencias más visibles son la alteración de la percepción, aumento de las distracciones, mayor probabilidad de sufrir somnolencia o sueño y una un aumento del tiempo de reacción.
 - Las drogas estimulantes aceleran el funcionamiento normal del cerebro y provocan un estado de activación elevada. Dentro de este grupo podemos encontrar la cocaína, anfetaminas, el speed o incluso estimulantes menores como la nicotina del tabaco, la cafeína, la teína, además de la teobromina que está presente en el cacao. Las principales consecuencias serán comportamientos impacientes, ansiedad, sobrevaloración de nuestras capacidades o mayor tolerancia al riesgo.
- 
- Imagen de revista.dgt.es
- El último gran grupo del que vamos a mencionar son las drogas perturbadoras que son aquellas que alteran gravemente el funcionamiento de nuestro cerebro y entre las que podemos encontrar el LSD, el peyote, derivados del cannabis como el hachís y la marihuana y algunos inhalantes como colas y disolventes. Con estas drogas la percepción y la atención quedarán gravemente alteradas y además podrá haber una disminución de los reflejos así como alteraciones del estado de consciencia.

Estas son algunas de las sustancias que pueden llegar a alterar nuestra capacidad de conducción. La sociedad tiene que concienciarse de los peligros que conlleva el uso de estas drogas y es importante recordar que mientras se conduce no solo está en juego nuestra vida, sino que ponemos en juego la vida de quien nos acompaña y de todos los usuarios de la vía que se cruzan con nosotros.

A MI NO ME ENGAÑAN

Belén Román

Técnico del Consorcio Extremeño de Información al Consumidor

El pasado 1 de Octubre, se celebraba el Día Internacional de las personas Mayores, y para conmemorar esta efeméride, desde el Consorcio Extremeño de Información al Consumidor han llevado a cabo diversas actividades en nuestro municipio.

A lo largo de todo el mes, y durante el espacio radiofónico del que dispone la técnico del consorcio en la emisora municipal de Aceuchal los jueves en torno a las 10:30 de la mañana, Belén, aprovechaba para tratar temas de especial interés para nuestros mayores como son la venta telefónica, los productos bancarios o los seguros.

Además, y de manera presencial, la técnico del Consorcio Extremeño de Información al Consumidor, Belén Román, impartía una charla a las participantes del programa *El ejercicio te cuida*, la misma se realizaba en el pabellón municipal el pasado 24 de octubre. Durante su intervención, ha recordado a las asistentes que existe una guía sobre consumo dirigida a las personas mayores y les ha explicado cómo deben reclamar y evitar posibles fraudes en materia de consumo.



RECOMENDACIONES BÁSICAS

1. Guarde siempre el TIQUE de compra, facturas, albaranes de entrega... imprescindibles para poder reclamar.
2. Lea bien la LETRA PEQUEÑA.
3. NO FIRME nada de lo que no esté seguro.
4. Aprenda a decir NO ME INTERESA.
5. INFÓRMESE DE SUS DERECHOS antes de comprar un bien o de contratar un servicio.
6. SOLICITE UN PRESUPUESTO PREVIO antes de una reforma, reparar un coche o un aparato...

7. PEDIR SIEMPRE COPIA de todo lo que firme y compruebe de que su contenido es idéntico al original que deja a la empresa.
8. EXIJA FACTURA o comprobante y guárdelo durante el periodo completo de garantías (dos años).
9. La gran mayoría de los establecimientos deben disponer de HOJAS DE RECLAMACIONES, que constan de tres copias: **verde** para el establecimiento, **rosa** para la persona consumidora y una tercera **blanca** que debe remitirse a la Administración competente.
10. En ventas a distancia o fuera del establecimiento mercantil el periodo de DESISTIMIENTO será de 14 días naturales.
11. NUNCA SE DEBE FACILITAR DATOS PERSONALES, ni número de cuenta bancaria, ni tarjeta de crédito por teléfono, puede ser un timo.
12. Es importante COMPROBAR BIEN LA FACTURA para saber qué servicios hemos contratado con la compañía y qué nos están facturando.

¿CÓMO RECLAMAR?

Las reclamaciones en consumo siempre debe hacerlas una persona consumidora o usuaria de un servicio frente a una empresa o profesional. La legislación vigente en materia de consumo excluye de su ámbito de aplicación reclamaciones de empresas a consumidores, entre empresas y de particulares entre sí, ya que estos cuentan con sus propios mecanismos de defensa.



1. Debes dirigirte al establecimiento y comunicarle los hechos.
2. En caso de no llegar a un acuerdo o si la solución que te ofrecen no es satisfactoria, puedes presentar una queja, reclamación o denuncia en los siguientes lugares:

- En la oficina del Consorcio Extremeño de Información al Consumidor más cercana.
- En la oficina Municipal de Información al Consumidor (OMIC) de tu localidad.
- En cualquier ventanilla única, dirigiendo el escrito al Instituto de Consumo de Extremadura.
- También puedes pedir asesoramiento a una asociación de consumidores.

3. No es preciso realizar la queja/reclamación/ denuncia en el modelo oficial aunque es obligatoria su tenencia a disposición de las personas que lo soliciten para la mayoría de los establecimientos abiertos al público.
4. Junto a este escrito, donde hará constar tus datos (nombre, domicilio, DNI..), y una breve exposición de los hechos, deberás adjuntar toda la documentación de que dispongas (factura, tique, contratos, presupuestos).

CONSUMO

CONCURSOS

I CONCURSO DE DIBUJOS

Y para ti... ¿qué es el Consumo Responsable?

El Consorcio Extremeño de Información al Consumidor convoca la 1º edición del concurso de dibujo infantil y juvenil bajo el lema “Y para ti... ¿qué es el consumo responsable? con el fin de involucrar a los niños y jóvenes en el papel que juega el consumo en su desarrollo y la aplicación personal y relacional que impulsa contextos que favorezcan estilos de vida sostenibles.

Los dibujos deben estar elaborados por niños entre 4 y 14 años (ambos inclusive), serán trabajos individuales y no se aceptará más de uno por participante. Los dibujos deberán ser realizados en un folio/cartulina de color blanco y en tamaño A4 y la orientación de la hoja será en horizontal. El plazo límite de presentación de dibujo será el miércoles **20 de noviembre a las 14:00 h.**

Los trabajos se presentarán:

- Por vía electrónica, enviándose fotografiados o escaneados al correo consultas@masamano.com y con el asunto Concurso Dibujo “Y para ti... ¿qué es el Consumo Responsable?

Las 6 obras mejor puntuadas serán premiadas con una tarjeta regalo por valor de **75€** en material de papelería que podrá canjear en una **tienda de su localidad** o centro comercial cercano. Las bases completas del certamen se pueden descargar en la página www.masamano.com

VIII CONCURSO DE BELENES DE MATERIAL DE DESECHO

“MONTATUBELÉN”

El Consorcio Extremeño de información al Consumidor, convoca la octava edición del concurso de belenes realizados con material de desecho y bajo el lema “montatubelén”. Se busca belenes curiosos, propuestas arriesgadas y originales que rompan con la norma, sin olvidar, obviamente, que el fin último de este concurso en cuanto a la utilización de material de desecho para la elaboración del trabajo.

El concurso está dirigido a mayores de 14 años, solo se admitirán una obra por participante y el mismo deberá presentarse en un soporte o base de un máximo de 100x60cm, y las figuras que los conformen tendrán como máximo 50 cm de alto. Las obras deberán ser originales, inéditas y no premiadas en otros concursos.

La inscripción puede realizarse en la oficina de consumo y presentarse en la misma en un plazo que expira el 2 de diciembre a las 14:00 horas.

A los finalistas y ganadores se les dotará con obsequios donados por las empresas colaboradoras en este concurso.



RADIO ACEUCHAL

107.5 FM

TFN/FAX: 924687295

radio@aceuchal.com



Aceuchal Noticias

WEB

www.aceuchal.com

