

## AGENDA

### CINE DE VERANO

8 de agosto: Hotel Transilvania 3. 22:30h. Recinto Ferial

15 de agosto: Buñuel en el laberinto de las Tortugas. 22:30 h. Recinto Ferial

22 de agosto: Padre no hay más que uno. 22:30 h. Recinto Ferial

29 de agosto: Aladdin. 22:30 h. Recinto Ferial.

14 de Agosto: Maridajes "Ajos y vinos". Polideportivo municipal. 21:30h

## EL ESPAÑOL CIGARRA

*Paco Alonso de Mingo*

Estamos en una crisis laboral y económica solo conocidas hasta ahora en circunstancias tan excepcionales como por ejemplo una guerra. Nunca en España ha habido tanto paro ni la nación ha estado tan endeudada como hoy. Y desde luego tardaremos mucho tiempo en salir de esta situación angustiosa. Lo vamos a pasar mal y algunos muy mal. Estos últimos como siempre, los mas necesitados y desvalidos. Esto me recuerda el sueño de José que presagiaba los siete años de vacas gordas y los siete de vacas flacas. Las vacas que vamos a tener van a ser escuálidas y convendría que nos fuésemos haciendo a la idea porque si no, lo vamos a pasar muy mal: uno pasa bien de lo malo a lo bueno, pero al revés es difícil y penoso.

Por supuesto que el gobierno tiene la culpa de esta situación, pero, ¿solo es culpable el gobierno? Creo que no. Hoy recuerdo un matrimonio amigo. Ella, española, de Córdoba y el alemán de Nüremberg. En una de las pocas veces que le veíamos a él porque decíamos que nosotros íbamos todos los días a tomar la copa al bar. Ellos solo lo hacían un día a la semana y solo cogían el coche para un recorrido largo y no como nosotros que lo cogemos para ir a cien metros.

Y ¿Qué ocurre con todo esto? Que la Comunidad europea lo sabe y no se fía de los españoles. Si el español no es puntual en sus horarios ni en sus obligaciones, si no sabe vivir más que derrochando, si se conforma con poner la mano a fin de mes de un paro fraudulento muchas veces, si hacemos todas las trampas económicas que podemos, ¿seremos fiables ante Europa? Creo que no y esto nos lo hemos ganado a pulso nosotros solitos. Nos consideran una remora para la Comunidad y su buen funcionamiento.

En todo lo malo hay algo bueno y al revés: es el famoso yin-yan. Con esta pandemia que hemos pasado, hemos saneado algo la atmósfera que tan necesitada está de un respiro y los mares tan contaminados como los tenemos. Hemos estado más cerca de la familia, aunque sea en la distancia y creo que si no todos, muchos si, nos habremos dado cuenta de que quizás hay que hacer un cambio de vida, porque esto que nos ha pasado es fácil que se repita (los científicos dicen que es muy probable) y nos debe coger más prevenidos y menos prepotentes de lo que hemos sido. Recuerdo esas palabras pretenciosas que oí decir a un destacado gobernante: “España está preparada para cualquier situación...” ¡Mentira! Se ha comprobado que España no estaba preparada. Para una juerga sí: para eso estamos siempre dispuestos y para eso siempre tenemos tiempo y dinero; para comprar los libros para nuestros hijos no. Vivir al día es lo nuestro, el futuro ya se verá y eso trae malas consecuencias casi siempre. Nos sobran fiestas, premios mal ganados, espectáculos, diversión... pero nos faltan mascarillas, UCIS, desinfectantes, investigadores y muchas más cosas que son vitales. Me gusta mucho la juerga, pero primero está la necesidad. No es que seamos malos los españoles, es que somos “dejaos” como dicen en mi pueblo. ¿Dejaos o inconscientes? Quizá sea lo segundo y no nos demos cuenta de ello.

¿Quién le iba a decir a Esopo que su famosa fábula “La hormiga y la cigarra”, recreada después por La Fontaine y Samaniego, ¿iba a estar en dos mil veinte tan de moda? y todo, a causa de los españoles que los países más adelantados de Europa consideran a España como la desconsiderada y juerguista chillona de los campos, aunque ya, debido quizás a los muchos productos que se utilizan la oigamos menos cantar en los calurosos veranos. Creo que, si algo ha tenido de bueno esta maldita pandemia, ha sido el hecho de que nos demos cuenta de que en adelante tendremos que ser más previsores. A ser más hormiga que cigarra. Esta es una experiencia que nos ha costado bastante cara. Aprovechemos la lección.

## ARREGLO DE CAMINOS

Durante el mes de julio, personal municipal, a través de la Concejalía de Agricultura, se ha encargado de llevar a cabo el arreglo de varios caminos de nuestro término municipal, antes del inicio de las campañas agrícolas.



Valdehorite



Trabajos de adecentamiento Pista las Mansiegas

Entre los caminos que se han arreglado, cabe destacar el camino *Valdehorite*, que se ha hecho totalmente nuevo, ya que del mismo solo quedaba una pequeña vereda. Ahora se ha ensanchado y adecentado. También se ha arreglado la pista de las mansiegas, con casi 10 kms, se ha procedido a la limpieza completa de cunetas y adecentamiento del firme.

---

## FUENTE DE LA ZARZA

Personal municipal ha procedido en el mes de julio a la limpieza de los accesos de la Fuente de la Zarza. Dichos trabajos han consistido en la limpieza y retirada de hierbas que habían crecido en el entorno de la fuente y que hacían imposible su acceso a la misma.

Tras varios días de trabajo, actualmente la Fuente de la Zarza está de nuevo accesible para todos aquellos que quieran contemplarla, aunque sí, en estos momentos, se encuentra cubierta de agua, casi en su totalidad, debido al aumento del cauce de la ribera, tras abrir las compuertas del Pantano de Villalba.

Recordar, que la fuente de la Zarza, se encontraba totalmente abandonada, y que fue entre finales de 2016 y principios de 2017, cuando se iniciaron los trabajos para su recuperación gracias al trabajo minucioso de personal municipal. El objetivo del consistorio ahora, es poder seguir manteniendo esta bonita Fuente en buen estado.



## FINALIZA LA CONSTRUCCIÓN DEL MURO EN LA CALLE ROSAL

A lo largo del mes de Julio han dado por finalizadas las obras de construcción del muro que se ha llevado a cabo en la calle rosal. Se trata de una obra de gran envergadura, que se ha desarrollado durante varios meses y que corresponde al programa AEPSA 2019.



La construcción de este muro de contención, permite la protección de vehículos y transeúntes del terraplenado de los arcenes y ayuda al embellecimiento de la zona. Con la finalización de esta obra, se completan todas las obras previstas en AEPSA 2019, a las que se sumaba la accesibilidad de la calle San Pedro y el empedrado de acceso al parque

de las mimosas.

Además, añadir también que, en la zona de San Isidro, se ha hecho una nueva entrada al camino, la misma, ha sido autorizada por el área de fomento de la Diputación de Badajoz, y ha consistido en la ampliación de la entrada y en la construcción de un pequeño badén para que la tierra no llegue directamente al asfalto.



---

## AYUDAS PLAN REACTIVA EXTREMADURA

El DOE hacía público a finales del mes de julio, ayudas para la activación de la demanda de determinados sectores dentro del Plan Reactiva Extremadura.

### **Finalidad**

Dar apoyo a los gastos operativos y corrientes contraídos por las entidades beneficiarias en un contexto sobrevenido de pandemia de la COVID-19, para satisfacer sus necesidades de liquidez. Asimismo, se pretende activar la demanda mediante la aplicación de los descuentos que se indican en cada Programa de ayudas de manera que se incrementen los intercambios comerciales, aumentando las ventas de las pymes y mejorando de esta forma sus cifras de negocio, lo que contribuirá a generar empleo y riqueza en la región.

El plazo de presentación de solicitudes estará abierto del 17 al 28 de agosto.

Los interesados, pueden recibir más información, poniéndose en contacto con el Agente de Empleo y Desarrollo Local, que se encuentra cada lunes y jueves en dependencias municipales.

## ITACA MANTIENE SU ACTIVIDAD EL VERANO

Pocas son las opciones de entretenimiento de las que disponen los menores en este verano marcado por la pandemia, sin embargo, el club deportivo Itaca Aventura decidió apostar por continuar con su escuela durante el verano, una alternativa de ocio saludable, que hizo extensiva a todos los menores de entre 5 y 17 años de nuestro municipio y de fuera de él, gracias a su escuela de verano y su escuela de raid.

Dicho proyecto nació por la necesidad de ofrecer alguna alternativa de ocio saludable a los menores, especialmente en un verano, en el que las opciones iban a ser muy limitadas por la pandemia, la necesidad de los menores de realizar actividades al aire libre tras meses de confinamiento, y también debido a la insistencia de los progenitores que trabajan fuera de casa, que demandaban alternativas para poder conciliar su vida laboral y familiar. Por todo ello, los responsables del club Itaca



Aventura, decidieron prolongar su escuela de aventura a los meses estivales, eso sí, adaptando su horario, que pasaba a ser matinal y abriendo su proyecto a niños y jóvenes socios o no del club.

Tras poner encima de la mesa la idea, entablaron conversaciones con el ayuntamiento y buscaron entre



ambos, los mejores lugares para su desarrollo y establecieron un protocolo para evitar los temidos contagios por Coronavirus. A partir de ahí, solo quedaba hacer pública la iniciativa, y esperar la respuesta, que sin duda fue muy aplaudida. Desde principios del mes de julio, cada día en horario de 10 a 13 horas, acuden a este campamento medio centenar de menores de entre 5 y 12 años, que están distribuidos en tres grupos, coordinados por varios

monitores, al frente de los cuales está Soledad González. En el caso de los adolescentes de entre 12 y 15 años, son unos veinticinco, los que acuden a esta escuela de raid de aventura, tanto de Aceuchal como

de Almendralejo, y lo hacen tres días a la semana, en entrenamientos de una hora y media aproximadamente, dirigidos por Nerea García, quien cuenta con la ayuda de Alfonso Obreo y Fran Cortés.

Ellos, los niños y adolescentes, están siendo todo un ejemplo en estos tiempos de pandemia, cumpliendo con todos los protocolos y medidas establecidas por las autoridades sanitarias, por ello, es obligatorio para todos, el uso de mascarillas, y mantener una correcta higiene de manos. Cada menor, lleva su mascarilla, que debe tenerla puesta siempre, salvo a la hora de la comida y cuando se realizan actividades deportivas de dureza mayor. Además, es imprescindible llevar en la mochila gel hidroalcohólico con el que se lavan las manos a su llegada, antes y después de las comidas y a la salida del campamento. Además, los responsables del mismo, se encargan de la desinfección y limpieza del material usado para la realización de actividades y juegos.

Un ocio activo y saludable, una alternativa al sofá o a las nuevas tecnologías, que permite que los menores y adolescentes disfruten de actividades en la naturaleza.

En el caso de la escuela de verano, en la que participan niños de entre 7 y 12 años, son muy variadas las opciones que se les proponen cada mañana, entre las que destacan actividades de psicomotricidad, juegos de agua, con los que sofocar las altas temperaturas, rutas en bicicleta, patines, rutas senderistas, juegos cooperativos, juegos populares, individuales, con pelota, relevo... talleres de pintura, manualidades, cine, multideporte, juegos con paracaídas, aunque sin duda, uno de los que más ilusión hace es el de actividades acuáticas en el pantano, en la que los niños aprenden también a montar en piragua.



En el caso de la escuela de raid de aventuras, dirigida a jóvenes de entre 12 y 17 años, las actividades que se les ofrecen también son muy variadas, y sobre todo adaptadas a sus capacidades, basadas principalmente en entrenamientos de orientación, rutas en bicicleta, kayak o rutas nocturnas, siempre



con el juego como base y siguiendo el lema de la escuela, *Disfrutar del camino*. Además, siguen cumpliendo con el calendario de la FEXO (Federación Extremeña de Orientación), que les ha llevado los días 24, 25 y 26 de julio hasta el norte de Extremadura, para disputar el III Trofeo Extremadura de

Orientación en el Valle del Ambroz.

## UN VERANO ATÍPICO

Todo hacía presagiar, que este verano, iba a ser diferente, y así está siendo. Desde que se pusiera fin al estado de alarma, hemos intentado vivir esta nueva normalidad, en la que lo más importante es seguir con las recomendaciones de las autoridades sanitarias, no bajar la guardia y tener muy presentes que el virus sigue entre nosotros.

Pero la apertura de fronteras, el libre movimiento y la reapertura de la actividad económica, hacían que en las primeras semanas del mes de julio se produjeran diversos brotes en nuestro país, nuevos casos, nuevos ingresados y de nuevo incertidumbre ante lo que pudiera ocurrir.

Por señalar una fecha, vamos a elegir la del 15 de julio, para repasar en ese momento la situación en nuestro país. En ese momento, había 158 brotes de coronavirus activos que afectaban a 1973 personas, según los datos ofrecidos por las autoridades sanitarias; había brotes en todas las comunidades autónomas salvo en las ciudades de Ceuta y Melilla.

El brote más numeroso y preocupante, era un grupo de al menos 16 focos registrado en la comarca del Segrià (Lleida), que cuenta con transmisión comunitaria, con más de 2.044 contagiados. Primero, la Generalitat decretó el confinamiento perimetral de la zona, y unos días después endureció las medidas y confinó en sus casas a los 160.000 vecinos de ocho localidades. En El Segrià, los hospitales triplicaban los ingresos y en la capital se instalaba un hospital de campaña: había 110 personas ingresadas, 12 de ellas en unidades de cuidados intensivos y dos personas han fallecido.

Preocupante también era la situación en Extremadura, con varios focos activos, tanto en la provincia de Cáceres, como en la localidad de Badajoz. Casi una docena de focos activos en la región, que hacían que de nuevo se tomaran diversas medidas para evitar la propagación de esta pandemia. Así, la Junta de Extremadura, prohibía las visitas a las residencias de Badajoz y hacía obligatorio el uso de la mascarilla.

El uso de la mascarilla, se hacía obligatorio en la vía pública, en los espacios al aire libre y en espacios cerrados de uso público abiertos. También era obligatorio en los centros de trabajo de titularidad pública y privada, además de en las zonas abiertas de atención público. Todos los trabajadores que permanezcan en zonas comunes o zonas de descanso también deberán hacer un uso obligatorio de la mascarilla.



Además, en aquellos lugares donde sólo haya una persona como es el caso de despachos, pero no se pueda garantizar la ventilación natural o artificial directa o indirecta también se tendrá que utilizar la mascarilla.

Del mismo modo también sigue vigente su uso obligatorio en todos los medios de transporte.

Por su parte, se flexibilizaba su uso en todas aquellas actividades laborales al aire libre que conlleven un esfuerzo físico y continuado, como es el caso del campo y la construcción. Aun así, todos los trabajadores deben mantener la distancia de seguridad de 1,5 metros ya que no llevan consigo la mascarilla.

Tampoco será obligatorio su uso en las piscinas mientras que se permanezca tumbado en las sombrillas y se respete la distancia de seguridad. Además, en los paseos individuales o con convivientes en espacios naturales al aire libre donde no haya una gran afluencia de personas tampoco será obligatorio su uso, siempre y cuando se mantenga la distancia de seguridad.

Se mantenían las excepciones a su uso anteriormente establecidas como es el caso de actividades deportivas, personas con problemas de salud o personas dependientes, además de niños menores de seis años.

Por esos días, también conocíamos a través de un comunicado del grupo Acebuche Teatro, que su festival de teatro anual, se posponía hasta 2021. En el mismo, comunicaban que tras meses de análisis y reflexión decidían no celebrar este año el XXXI Certamen de Teatro No Profesional de Aceuchal. La *Asociación ACEBUCHE-TEATRO* -como organizadores- y la *Concejalía de Cultura del Ayuntamiento de Aceuchal* -que patrocina el evento- han mantenido conversaciones tanto al inicio como al final del Estado de Alarma, siendo conscientes de la nueva normalidad a la que nos enfrentamos todos y cada uno de los ciudadanos.



La Asociación ACEBUCHE-TEATRO, siendo conocedora de los protocolos que rigen la reanudación de las actividades escénicas y musicales en España, considera oportuno posponer la celebración del certamen al próximo año 2021, ante la imposibilidad de poder cumplir con las medidas sanitarias debido a la pandemia del COVID-19. Desde el grupo, anuncian que, sin duda, es una triste noticia, ya que los amantes del teatro esperan esta cita ineludible cada año con la misma ilusión, ávidos de nuevos montajes teatrales que llenen el escenario de nuestra Casa de Cultura y alberguen a un público fiel, agradecido y entusiasta con esta iniciativa que tantas ediciones ha celebrado.

No obstante, anuncian que volverán a abrir el telón más pronto que tarde; porque el teatro es como la vida, y la vida debe seguir adelante.

En lo que, a casos de afectados por coronavirus se refiere, nuestra localidad, seguía manteniendo alejado al bicho de su territorio, y se pedía mantener las medidas de higiene para evitar unos contagios que si que estaban llegando a otros puntos de Extremadura.

Mientras todo esto ocurría, desde el equipo de gobierno, se seguía incentivando el comercio local, y durante el mes de julio, continuaron cada lunes los sorteos de bonos de 100 € para consumir en los establecimientos locales. En este mes, las agraciadas han sido; Montevirgen Gil Guerrero, Flora Contreras, María Nacarino Obreo y Eva Romero Encinas. Una iniciativa, que se mantendrá hasta mediados del mes de agosto, cumpliendo así con la idea inicial, de que se prolongue durante 10 semanas.

En cuanto al número de casos, este no para de crecer en nuestro país. Al cierre de este número, en Extremadura, había 168 casos activos y 670 contactos en seguimiento. En total había 12 pacientes ingresados en hospitales extremeños, tres de ellos en UCI. Se han dado 7 altas más, lo que hace un total de 4.548 pacientes curados en la región desde que comenzó la pandemia. También había que lamentar un nuevo fallecimiento, el de una mujer de 83 años, procedente de un brote de Peraleda de la Mata, que se encontraba en estado crítico, en la UCI del hospital de Plasencia. Con este nuevo fallecimiento, son 520, las personas que han perdido la vida en Extremadura desde el inicio de la pandemia.

En nuestro país, el mes de julio terminaba con 483 rebrotes con 5.700 casos asociados a los mismos, de acuerdo con los datos del Ministerio de Sanidad, que ya habían dado por cerrados otros 131 focos. En total, desde que España comenzó oficialmente la desescalada el 11 de mayo, se han declarado 614 clusters infectivos con más de 7.900 positivos asociados a ellos. Todas las comunidades se han visto ya sacudidas por los rebrotes, de los que, por el momento, solo se libraban las provincias de Salamanca y Ourense y las dos ciudades autónomas.

## NUESTRA HISTORIA UN POCO MAS CERCA

*Álvaro Guerrero Matamoros*



Este mes nos trae la oportunidad de conocer la microhistoria de Aceuchal un poco más de cerca con un pequeño viaje sin salir de nuestra provincia. Para ello tenemos que volver a hablar de una pieza que ya hemos tratado en esta revista en otras ocasiones, el conocido como “ladrillo de Aceuchal” una pieza de época romana cuya singularidad viene dada por aparecer en ella una inscripción de la *Eneida*, obra cumbre de la épica latina, junto a un crismón paleocristiano, uno de los símbolos que identificaba al cristianismo primitivo.

Pues bien, como hemos indicado en otras ocasiones, la pieza fue depositada en el Museo Arqueológico



Nacional a principios del siglo XX procedente de Aceuchal, y allí se encuentra expuesta. Sin embargo, la actividad cultural desarrollada en Mérida, antigua capital de la Lusitania romana, durante el verano nos permite conocer esta pieza ligada al pasado de nuestro pueblo mucho mejor. El Museo Nacional de Arte Romano ha organizado, hasta el mes de diciembre, la exposición “ARTES ROMAE. Arte y artesanía en Emérita Augusta”, en la que se recorre, mediante una selección de piezas, distintos aspectos de la artesanía en época romana como la escritura, el trabajo en bronce o la piedra.

Es en este contexto en el que el Museo Arqueológico Nacional ha cedido el conocido como “ladrillo de Aceuchal” para ser expuesto en Mérida,

como ya ha ocurrido en otras ocasiones. Así que es una buena oportunidad para que los piporros acudamos, con las debidas precauciones, a la capital autonómica a admirar este trocito de nuestra historia que habitualmente se custodia en Madrid. Ya de paso podemos aprovechar para recorrer el Museo Nacional de Arte Romano o cualquiera de los monumentos que nos ofrece la antigua Emérita, contribuyendo así a potenciar el turismo en nuestra región.

Para acabar el artículo, les dejo los versos del Libro V de la *Eneida* que podemos leer en la placa de barro, muy inspiradores para los tiempos que corren:

Interea med(i)/um Eneas iam/ classe tene/bat"

(Entretanto Eneas mantenía seguro su rumbo)

## DOS VOCES PIPORRAS SE EN EL ÁLBUM “EN FEMENINO”

Las piporras Ana Alonso y Sara G. Meléndez, junto con Paloma Pascua, Aida Palma, Aurora Samino, Cristina Escobar, Hache Retamar, Laura Durán, Sara Lugarda, Silvia Cruz y Vanesa Deleiva, son las once chicas extremeñas que han hecho realidad el proyecto discográfico “En femenino” con el que se pretende impulsar la figura de la mujer y el feminismo a través de la música.

Se trata de once cantantes extremeñas de estilos y edades diferentes que justo antes de que la música les uniera eran desconocidas entre sí. Las letras de estas canciones versan sobre historias de mujeres libres y valientes, de hecho, uno de los temas es *Alma libre*, que trata sobre una experiencia personal de su autora en torno a la liberación de un amor tóxico. La música, como forma para transmitir los valores necesarios para una sociedad justa y libre.

Este disco, iba a presentarse a mediados de marzo, pero la COVID19 obligó a aplazar un concierto que finalmente se desarrollaba el sábado 25 de julio en la Plaza de Toros de Almendralejo. Sirvió como homenaje a la música y a las mujeres sin olvidar tintes reivindicativos. Las voces de este álbum, recuerdan que todavía hace mucha falta seguir luchando por el feminismo, así, sus once temas, se convierten en once momentos cruciales para una mujer.



La piporra Sara G. Meléndez interpreta su primer single *Zalamera*, una canción rompedora, salvaje y libre. Por su parte, Ana Alonso, interpreta el tema *rompiendo el miedo*. Ambas han logrado llegar hasta aquí, después de ser seleccionadas entre las más de 60 voces que se presentaron al primer casting y tras pasar una entrevista personal.

En femenino, también ha llegado en forma de talleres a algunos centros educativos de Almendralejo de la mano de sus protagonistas, lo que permite fomentar la música y trabajar en igualdad también desde los colegios.

Un proyecto, que también ha aterrizado en Spotify y que ha sido financiado por la Concejalía de Igualdad del Ayuntamiento de Almendralejo.

## NUEVOS PREMIOS PARA CALDOS PIPORROS

El pasado 10 de julio se fallaban los XXI Premios Espiga Vinos Denominación de Origen Ribera del Guadiana y el VIII Premio Espiga Tapón de Corcho que son organizados por Caja Rural de Extremadura, como parte de apoyo a los productos de la región, en colaboración con el Consejo Regulador de la Denominación de origen Ribera del Guadiana y el Centro de Investigaciones Científicas y Tecnológicas de Extremadura.

Este año se ha celebrado una gala inédita, por primera vez de manera online. En ella han concurrido 95 vinos procedentes de 22 bodegas, el 95% de las acogidas a la Denominación de Origen. La cata por parte del jurado, como en ediciones anteriores, se ha realizado bajo el sistema de cata a ciegas.

La cooperativa Ntra. Sra. De la Soledad, de nuestro municipio, se convertía en esta edición, en la cooperativa más premiada, obteniendo un total de tres galardones.

- Premio Espiga de Oro, modalidad rosado, para “Señorío de Pedraza Ella” Garnacha Dulce 2019.
- Premio Espiga de Bronce, modalidad rosado, para “Orgullo de Barros” Syrah 2019.
- Premio Espiga de Bronce, modalidad vinos tintos cosecha, Señorío de Pedraza”, Tempranillo 2019.



Unos galardones que enorgullecen a la cooperativa piporra, quien no dudaba en felicitar a través de las redes sociales, a todos los viticultores y trabajadores de la entidad por el buen trabajo realizado.

En el acto de entrega de premios han participado de forma telemática el secretario general de Economía y Comercio de la Junta de Extremadura, Antonio Ruiz; el presidente de Caja Rural de Extremadura, Urbano Caballo; el director general de la entidad, José María Portillo; el presidente de la Denominación de Origen Ribera del Guadiana, Nicasio Muñoz; y el director técnico del concurso, Emiliano Zamora de Alba.



En su intervención, Urbano Caballo ha destacado el compromiso de Caja Rural de Extremadura con la tierra y con el sector agroalimentario, más si cabe en momentos complicados como el actual. Por su parte, José María Portillo ha puesto el acento en que el mensaje de la entidad es que las empresas extremeñas no están solas.

Por otro lado, destacar, que el vino rosado Señorío de Pedraza Ella Garnacha 2019, conseguía, además, el premio al mejor rosado en la XI edición del concurso Los Vinos del Museo, organizado por el Museo de las Ciencias del Vino de Almendralejo patrocinado por Caja Almendralejo.

En el acto, estuvo presente, la secretaria general de cultura, Miriam García Cabezas, el alcalde de Almendralejo y representantes de las distintas bodegas participantes.

## NUEVO MANTO PARA LA DOLOROSA

*Miguel Ángel Rodríguez Parra*

La ermita de Santa Ana, se ha vestido de gala para exponer a los pies de la Virgen Dolorosa, su nuevo manto.

Dicho manto, será estrenado el próximo 15 de septiembre, con motivo de la festividad de la Virgen de los Dolores. Dicho manto, ha sido confeccionado en la localidad de Jerez de la Frontera, y cuenta con las medidas necesarias para que el día que se requiera, la Virgen Dolorosa, pueda procesionar con él.

El coste de la realización de este manto, que ya pertenece al ajuar de la Virgen, ha sido donado por el piporro Inocente Martínez Rubiales, quien es un gran devoto de esta imagen. Algo que le viene de familia, ya que su abuela Dolores Matamoros, fue la persona que se encargó durante años tanto del cuidado como de engalanar la Virgen, un legado que ahora continúa su nieto.

Destacar que recientemente, también se ha restaurado la Cruz de Madera antigua que había en la ermita; unos trabajos de remodelación que ha realizado Isidoro Noriego.

Tanto el manto como la Cruz, están expuestos en la ermita de Santa Ana desde el 25 de julio, Festividad de Santiago, para que puedan ser contemplados por todos los que visitan la ermita.



## CONSEJOS PARA LLEVAR UNA ALIMENTACIÓN SANA

*M<sup>a</sup> Jesús Rodríguez*



**Graduada en Nutrición Humana y Dietética**

<http://nutrisalex.wordpress.com>

Ya estamos inmersos en el verano, y aunque algunos llevan cuidándose ya mucho tiempo, a otros les entran las prisas por cuidarse y hacer la conocida operación bikini en dos días. Por ello, en este artículo voy a daros algunos consejos para inculcar hábitos de vida saludables durante este verano y no recuperar los kilos bajados con tanto esfuerzo durante el año.

**1. “Si tu propósito es adelgazar rápido, lo que conseguirás es engordar”** como dice Griselda Herrero: Si tu propósito es hacer una dieta relámpago que promete bajar mucho peso en poco tiempo, los resultados son siempre los mismos, volver a coger el peso que has perdido con ese tipo de alimentación. El cuerpo necesita tiempo para bajar peso de forma más relajada, inculcando hábitos, y la mente también, la solución NO SON los batidos, o X tipos de dietas relámpagos, LA SOLUCION ES APRENDER A COMER SANO SIEMPRE.

Durante este proceso se deben hacer muchas cosas, y entre ellas, aprender a comer tanto dentro como fuera de casa. Tómate tu tiempo, pero haz las cosas bien. Piensa que cada vez que bajes peso y lo recuperes, costará más trabajo a tu cuerpo y mente volver a bajarlo con las consecuencias que esto queda en tu salud.

**2. Toma alimentos de temporada**; frutas, verduras, carnes, pescados y huevos como alimentos habituales y evitar refrescos, snacks y dulces.

**3. La bebida de hidratación por excelencia es el agua**. Que necesitas que sepa a algo, añade limón, té, frutas rojas, pepinos, entre otros para que tenga sabor y éntrala en la nevera para que esté fresquita. Te saciará más que cualquier otra bebida y será mucho más saludable.

**4. “Mientras menos alcohol, mejor”**. Esta es la recomendación de la Organización Mundial de la Salud y las recomendaciones generales para una persona normal, pero, si tienes alguna patología, tomas medicamentos, el alcohol pasa a estar prohibido. No aporta beneficios y puede empeorar tus enfermedades o hacer que la medicación no haga efecto.

**5. No te olvides del ejercicio a diario**, coge las horas de menos calor o cambia por ejercicios más fresquitos como la natación. El caso es moverse todos los días todo lo que se pueda, dentro de las posibilidades de cada uno.

6. Si necesitas adaptar tu alimentación a alguna enfermedad o mejorarla y no sabes cómo, **acude a tu nutricionista** más cercano, estará encantado de atenderte.

Espero que pasen muy buen verano lleno de energía y salud.

## LA EMD ACEUCHAL TRABAJA EN LA PLANIFICACIÓN DE LA NUEVA TEMPORADA

Aunque hace ya varios meses que el balón dejó de rodar por los campos de tercera división, desde la Junta Directiva de la EMD Aceuchal, no dejan de trabajar en la planificación de la nueva temporada, y lo hacen con ilusiones renovadas y con plena confianza en un proyecto que ya va tomando forma.



Su presidente José Castaño, ha querido atendernos para contarnos las últimas novedades del club piporro, que este año, disputará su cuarta temporada consecutiva en esta categoría.

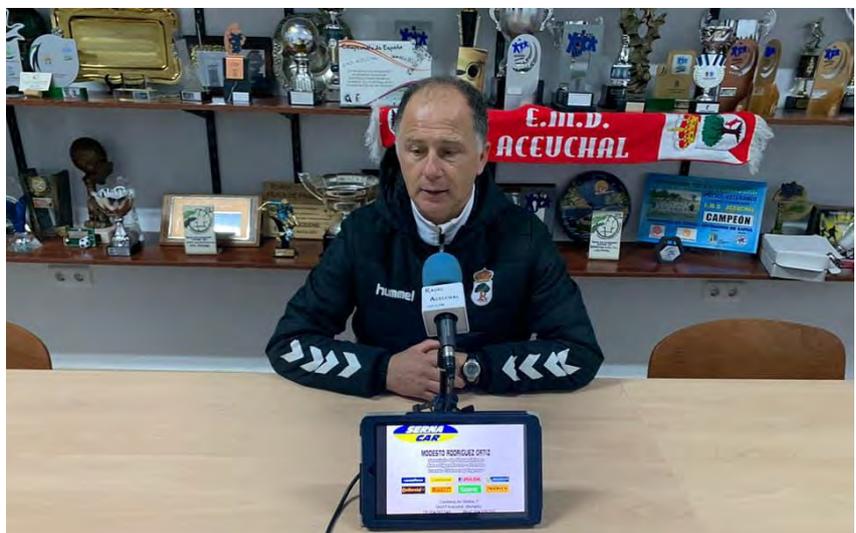
**- Ha sido una temporada sin duda atípica, ¿Cómo se ha vivido desde el club esta situación?**

Desde el club, a pesar de ser una temporada atípica por muchos motivos, estamos muy satisfechos con el trabajo del equipo. Ha sido una campaña distinta, el equipo ha estado un tercio de la liga campeando por la zona de play off e incluso liderando la clasificación en alguna que otra jornada, algo impensable para un club modesto como el nuestro. Después, debido a la

pandemia, como todos ya sabemos, no pudo terminarse la liga, pero el equipo cerraba la campaña en su mejor puesto histórico y la recordaremos como un año muy bueno en lo deportivo para la EMD Aceuchal.

**- Una vez que se dio por concluida la temporada 19/20, desde la directiva os habéis puesto a trabajar. ¿Cómo se presenta la nueva campaña? ¿Se esperan novedades?**

Una vez que supimos de forma oficial, que la liga se daba por finalizada, nuestro primer objetivo era saber quien iba a ocupar el banquillo piporro la próxima campaña. Rápidamente nos pusimos en contacto con el entrenador, para poner sobre la mesa su renovación. Para ello, hubo que mantener varias conversaciones, hasta que finalmente pudo llegarse a un acuerdo, que vincula a Cisqui, una temporada más con el club piporro. A partir de ahí se confeccionó todo el cuerpo técnico, en el que se mantendrá como segundo Tomy y como entrenador de porteros, Manu Vicente. Un cuerpo técnico, que se completa con los ayudantes Maxi y Juan Pedro, y al que se incorpora esta temporada, José Ignacio Fernández, como preparador físico.



- **En cuanto a la plantilla, ¿Está ya confeccionada?**

Pues a día de hoy, podemos decir que la plantilla está prácticamente perfilada. Podemos confirmar un total de 15 renovaciones y 2 fichajes, que casi completan el número de fichas disponibles.

Desde el club, se han mantenido diversas conversaciones con los jugadores, y poco a poco han ido anunciando las primeras renovaciones de cara a la nueva temporada. La primera renovación era la del capitán Iván Colín, el defensa piporro, es uno de los buques insignia de esta plantilla, un jugador de la casa, siempre dispuesto a darlo todo por su equipo.

Repetirá una temporada más en la portería piporra, el cancerbero almendralejense, Juan Francisco Ortiz, sin duda, uno de los grandes porteros de la categoría. También han vuelto a confiar en el proyecto piporro una temporada más el pacense José Luis Aguza, el jugador sub-23 Alfonso Corbacho, el emeritense Miguel Macías, que jugará su segunda temporada en el club, el jugador de Almendralejo Rafa Izquierdo y Cristian Mesías.

Se ha confirmado la permanencia también en el equipo de Alberto Izquierdo, Leandro Izquierdo, que jugará su cuarta temporada en el club piporro, el defensa Álex Murillo y el joven Fran Rosales.

En el apartado de bajas, señalar solamente la marcha de Juan Vélez y el portero pacense Alejandro Guillén. En cuanto a la situación de Pablo Platero y Marcos, todavía no podemos decir nada, ya que ambos siguen estudiando distintas ofertas.

En el capítulo de altas, destacar la de Juan Peñato, un conocido de la casa, que vuelve al club piporro, procedente de la SPV Villafranca, además de la incorporación del portero Aitor, procedente del Extremadura División de Honor.



- **¿Cuál es el objetivo que os planteáis en el club esta temporada?**

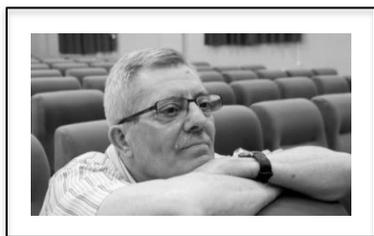
El objetivo esta temporada es muy claro y fácil, el Aceuchal en su historia, ha permanecido cuatro años consecutivos en tercera allá por la década de los 80 y ahora, tenemos la posibilidad de igualar esa marca simplemente con la salvación; por ello nuestro objetivo va a ser la salvación.

- **Una última cosa, ¿Cuándo está previsto que empiece a rodar el balón?**

Esta es una pregunta, con muchos matices, porque a día de hoy, poco sabemos de la próxima temporada. Una de las ideas que se está barajando, es que haya dos grupos de 11 equipos, pero todo va a depender de cómo evolucione la situación del COVID-19. Como fecha de la posible vuelta del balón a los terrenos de tercera división, se habla de la primera semana de octubre, aunque a día de hoy, no sabemos quienes van a ser nuestros rivales, si vamos a estar en dos grupos de 11 o en uno de 22, no sabemos si los socios o aficionados van a poder entrar en los campos... a día de hoy todo aún es una incógnita.

## UN DEBER DE ALEGRÍA

*Antonio Rodríguez Gordón*



¡Coge entre tus manos arena, construye castillos!

Todavía, mientras dura la noche y acaricias esa soledad -tan tuya-, y rozas esa tristeza, tan sedienta -tan sin sosiego- sonreímos. Reconoces que bastante suerte tenemos con vivir. Apruebas que llevamos enganchada la alegría de un cielo encantado. Y, a solas, se nos alumbra el brillo y descubrimos que no eres tú, que no soy yo, que en ello estamos.

¡Qué hermoso dudar!

Hay quienes lo tienen clarito -todo-, y para qué van a cuestionarse sus cimientos. Si dudas, te preguntas o tienes que preguntar. Si dudas, algo roza en el alma y no la deja dormir. Si dudas, se aprieta la frente por abrirse a atajos y a veredas. Si dudas, se aflojan los ojos y despiertas, y avivas la pobre vida combatida y cansada, y te fatigas -qué bien- con el baile de los fundamentos del ser, y -bonito- pareciera que fuéramos.

¡Qué derroche tomar asiento!

Algo grande de la persona es el ansia de estar. Conocer el amor, conocer al de al lado, que edifica su mundo sin complicaciones y su ojeada se hace guapa porque mira en paz, sin ser esclavo de la inteligencia.

¡Salvemos el tiempo!

Crear en la gente de tu pueblo, y de otro pueblo, y de la ciudad, y de otra ciudad, esos que llegan del trabajo a casa -con el ánimo cerrado-, pero al ver a los suyos se le va la mala leche, y encuentran y sienten un deber de alegría.

¡Que no se olvide nada!

Amplio es acompañar los pasos primeros de un niño, generoso abrir un libro -cada hoja un revuelo de alas-, inmenso es escuchar *The Lonely Shepherd* en el violonchelo de Hauser, ingente es ver y sentir que quienes tú quieres -porque te quieren- te aguantan.

¡Cuánto barro!

Ante la inercia de una sociedad arraigada en el número, congelada en la relatividad, revolucionada en el pragmatismo, resignada a la idea de que la marea sube y el altruismo desapareció, no habrá otro remedio que no darnos por vencidos, echarnos a la calle, aun viendo que no hay norte ni sur.

¡Qué triste!

Al gran sueño de Europa, se le vertió la copa y poco nos puede prometer. Aquellos que creen en los credos siguen radiantes, dichosos; los de las dudas renunciamos a las conjeturas, seguimos descontentos. Al niño -mujer y hombre del mañana- cada vez le ponen más centinelas de caprichos e idioteces.

A la postre.

Nadie se fía. Las verdades ya no demuelen barreras, se duda si en la muralla pueda haber alguna verdad. Pocos se atreven a crear nuevas maneras, no saben cómo alzar y cómo defender otro nuevo orden. El tiempo de las viejas creencias, de la esencia y de la simplicidad no se arriesga a volver, ni a respirar. Me dice la *Niña de las Espumas*:

-Cuéntame una historia de las de pensar.

Me expulso de la tristeza, sonrío, siento cómo la aurora iza una bandera grande, luminosa de ilusión. Me voy al río. Allí corre el viento, allí puedo contarte mil consejas de las que no dan miedo.



### **LA IMPORTANCIA DE LA HIDRATACIÓN**

*Miguel Carmona Romano*

**Profesor de Formación Vial en Autoescuela Aceuchal**

Cuando conducimos necesitamos estar atentos y no perder en ningún momento la concentración. Algo muy importante, sobre todo en estos meses de calor, es mantener un nivel constante de hidratación, esto repercutirá positivamente en los niveles de atención en la conducción.

Una hidratación inadecuada puede llegar a provocar mareos, fatiga, boca reseca, dolor de cabeza y somnolencia, síntomas que se deben evitar mientras se está al volante. La fatiga y la deshidratación aumentan hasta en un 60% las posibilidades de tener un accidente. Un descenso de agua en el cuerpo puede llegar a provocar pérdida momentánea de la memoria y disminución significativa de la atención, lo que conlleva también un funcionamiento más lento de nuestro pensamiento y de nuestros reflejos, algo que no nos podemos permitir cuando estamos realizando tareas de conducción.

¿Cómo podemos evitar estos síntomas provocados por la falta de hidratación? Es aconsejable llevar en el coche una botella de agua para realizar una correcta hidratación durante la conducción, siendo recomendable beber con frecuencia. No obstante, hay que tener en cuenta que, aunque no esté prohibido beber agua mientras se conduce, sí estaríamos cometiendo una imprudencia si lo hacemos ya que, al realizar la acción de beber, estaríamos desviando la atención de la conducción y por consiguiente se podría penalizar el hecho de distraernos al volante o de reducir nuestra movilidad para poder beber. Es por ello que se recomienda hacer coincidir la ingesta de líquidos con los descansos o paradas, siendo recomendable sobre todo cuando realizamos viajes de larga duración, realizar paradas cada 200 km o cada 2 horas aproximadamente para poder descansar, evitar la fatiga e ingerir líquidos, sobre todo cuando las temperaturas son elevadas.

La ingesta de líquidos también es importante realizarla antes del viaje y es recomendable, aunque no se tenga sensación de sed.

Otra de las cosas que favorece una buena hidratación es la alimentación. Si a la ingesta de líquidos se le suma una alimentación rica en verduras y frutas, estaremos ayudando a mantener buenos niveles de hidratación ya que estos alimentos mantienen un porcentaje muy elevado de agua.

Estos consejos ayudarán a mantenerse alerta durante la conducción, algo muy importante que evitará que perdamos la concentración a la hora de ponernos al volante.



[Imagen de motor.elpais.com](https://www.motor.elpais.com)

## COMO VIAJAR SEGURO DURANTE LA NUEVA NORMALIDAD

**Belén Román**

*Técnico del Consorcio Extremeño de Información al Consumidor*

El verano ya está aquí y muchos consumidores han comenzado a planear sus vacaciones a diferentes destinos de playa o montaña. La compra de billetes de transporte, la reserva de un hotel o el alquiler de un vehículo son algunas de las contrataciones más habituales cuando se realiza un viaje. Estos servicios se pueden contratar por separado o de forma conjunta en un paquete, lo que se conoce como viaje combinado.

Este año, a causa de la pandemia provocada por la COVID-19, las dudas entre los consumidores se multiplican y muchos se preguntan qué sucederá en el caso de que le cancelen un vuelo, cambie la situación en el lugar de destino o finalmente no pueda realizar el viaje combinado que tenía previsto. Tanto si contratamos por nuestra cuenta como si lo hacemos a través de una agencia de viajes, nuestros derechos como viajeros están protegidos por la legislación de consumo. Es conveniente conocer cuáles son para viajar seguro durante este verano.

### **Recomendaciones generales**

En primer lugar, es conveniente que antes de contratar cualquier servicio de viaje, ya sea un transporte, un hotel o un viaje combinado, **revise las condiciones generales de su contrato**. Lea detenidamente las cláusulas de cancelación, cambio y reembolso del mismo.

Este verano, a causa de la COVID-19, los viajeros que decidan utilizar un medio de transporte colectivo, como el avión, el tren o el autobús, **deberán cumplir con medidas higiénicas y de distanciamiento**, encaminadas a evitar la propagación del virus. Respételas, ya que, de otra manera, podrían impedirle la entrada.

En el caso de los turistas extranjeros que deseen visitar España este verano, se han establecido una **serie de controles y una documentación** que deben rellenar antes de entrar en nuestro país.

Por lo tanto, es muy conveniente que, si quiere viajar a un país extranjero este verano, revise también sus normas y procedimientos de entrada antes de contratar ningún servicio. Puede hacerlo en la página del **Ministerio de Asuntos Exteriores**, que recoge **información detallada** de los países a los que se puede acceder desde España y las normas de higiene y distanciamiento establecidos en cada uno de ellos.

Por último, recuerde que puede **contratar un seguro para su viaje** que cubra cancelaciones u otros imprevistos. Consulte las condiciones generales y confirme que lo que cubre es lo que necesita.

### **Viajes combinados: reserve su pack de viaje con garantías**

Un viaje combinado es aquel que **combina dos o más servicios de viaje**, entre los que se incluyen el transporte, el alojamiento, el alquiler de un vehículo, así como otros servicios que no forman parte integral del viaje, como entradas a algún espectáculo o comidas en restaurantes.

Se contratan a través de una agencia de viajes, que, como organizador, es el **responsable de que se cumplan todas las condiciones establecidas en el contrato**. Antes de contratar el viaje, deben ofrecerle información detallada que incluya, entre otros, el destino o destinos que se visitan, la duración, el

itinerario y las fechas, la relación de los hoteles donde se van a alojar, el precio final del viaje o las políticas de cancelación.

Recuerde que, como consumidor, **puede cancelar el viaje combinado** en cualquier momento anterior al inicio del mismo. Tiene derecho a la devolución de los pagos que ha realizado, pero debe abonar al organizador una **penalización** que sea adecuada y justificable. El contrato puede especificar esta penalización. Si no lo hace, equivaldrá al precio del viaje combinado menos el ahorro de costes y los ingresos derivados de la utilización alternativa de los servicios de viaje.

No obstante, en caso de que se **produzcan circunstancias inevitables y extraordinarias** en el lugar de destino o en las inmediaciones que afecten de forma significativa a su viaje, podrá poner también fin al contrato, antes del inicio del mismo **sin pagar ninguna penalización**.

### **Transportes en avión: sus derechos**

En el caso de que tenga contratado un billete de avión, es la legislación europea la que le protege de la cancelación del vuelo o el retraso en la salida, entre otros.

Si le cancelan un vuelo que tenía contratado, tiene derecho a:

- El **reembolso en siete días** del coste íntegro del billete y si procede, un billete de avión al punto de origen del pasajero, si el viaje ya no tiene razón de ser.
- **Transporte hasta el destino final en condiciones similares**, lo más rápido posible.
- Transporte hasta el destino final en condiciones similares, en una **fecha posterior que convenga al pasajero**, en función de los asientos disponibles.

En el caso de **retraso**, la compañía está obligada a ofrecerle, de **manera gratuita**, comida y bebida suficientes en función del tiempo de espera, **dos llamadas telefónicas o correos electrónicos**, y **alojamiento en un hotel y transporte** al mismo, cuando la hora de salida prevista sea al día siguiente.

Si el tiempo de espera sobrepasa las **cinco horas**, la compañía, además deberá ofrecerle la posibilidad de **reembolso íntegro** del billete de la parte del vuelo que no ha podido realizar y en el caso que proceda, un vuelo de vuelta a su lugar de origen, si el vuelo ya no tiene razón de ser.

Por último, recuerde que si **no puede viajar como consecuencia de alguna de las medidas adoptadas por las autoridades competentes en relación a la COVID-19**, tiene derecho a resolver el contrato durante un plazo de 14 días desde la imposible ejecución del mismo, siempre que se mantenga la vigencia de las medidas que propiciaron la imposibilidad de cumplimiento.

En este caso, la aerolínea **podrá ofrecerle otras posibilidades sustitutorias al reembolso**, como el ofrecimiento de vales o bonos para disfrutar más adelante, que, en todo caso, quedarán sometidas a la aceptación por parte del consumidor. Si pasados **60 días desde que se comunica al empresario la intención de resolver el contrato**, no se ha llegado un acuerdo, la empresa tiene que devolver el dinero en catorce días. Deberá hacerlo en la misma forma en que se efectuó el pago.

Si la cancelación del vuelo **se produce posteriormente al 21 de julio** (un mes después de la vigencia del estado de alarma), porque en el país de destino estuvieran cerradas las fronteras a consecuencia de la COVID-19, la **cancelación se consideraría fuerza mayor** y se aplicaría el reglamento europeo por lo que deberían devolverle el dinero en un plazo de 7 días.

En caso de no estar conforme con alguno de los servicios prestados en un viaje combinado o si lo que le han ofertado no coincide con lo que se ha encontrado al llegar al destino, puede rellenar una **hoja de reclamaciones** y presentar una copia ante la **Dirección General de Turismo**.



# RADIO ACEUCHAL

**107.5 FM**

**TFN/FAX: 924687295**

**radio@aceuchal.com**



## Aceuchal Noticias

**WEB**

**WWW.aceuchal.com**

