

ESPECIAL

Sábado 26 de julio de 1997
SUPLEMENTO DE EL DIARIO DE ÁVILA

Ocio y tiempo libre



Baños de ocio

Por fin verano. Con calor o sin él, se nota que estamos en la época estival.

Muchos de los españoles están de vacaciones, otros lo estarán pronto durante el mes de agosto. Los niños llevan ya mes y medio sin clases y los que no pueden disfrutar de éstas durante el verano, pueden haber visto reducida su jornada laboral.

Ya en la Biblia se recogía la importancia del descanso, así Dios creó el domingo como día de ocio y en el libro del Levítico se expresaba la necesidad de tomarse un año

sabático después de siete años de duro trabajo.

Sea como fuere, el verano es un tiempo idóneo para realizar actividades que deseáramos realizar durante otras épocas. El buen tiempo, la amplitud del día solar y el buen ánimo hacen del verano unas fechas muy propicias para dedicarnos a las aficiones que tenemos aparcadas durante el resto del año.

Cada día son más los jóvenes que aprovechan estas épocas para seguir formándose. Julio se ha convertido en un mes con amplia carga académica: cursos de verano,

seminarios, cursillos de especialización, etc. Por el contrario, el mes de agosto es más leve en contenidos. Quizá sea el mes de vacaciones por excelencia y, por ello, gran número de actividades quedan aparcadas.

Con estas páginas pretendemos abrir ante los ojos de los lectores todo el abanico de oportunidades que nos ofrece el mes de agosto para no quedarnos cruzados de brazos.

Actividades de lo más variopinto que pueden satisfacer las necesidades del público más exigente. Así nos en-

contramos con concursos de pintura rápida en gran cantidad de pueblos de la geografía española que pueden ayudar a muchos de nuestros pintores para darse a conocer y vender algún que otro cuadro. Las ferias y fiestas de nuestros pueblos, que son muchas, ofrecen además actos muy variados, desde las típicas corridas de toros hasta concursos de gastronomía.

Existen otros muchos parajes típicos invernales, que quieren aprovechar el filón del verano para acercar todas sus instalaciones al público veraniego.

Las estaciones de esquí, abren sus puertas al viajero para practicar distintas actividades como senderismo, equitación, escalada deportiva, canoa, orientación, y muchas más.

Para aquellos que no puedan salir de su ciudad de residencia, también vamos a mencionar algunas de las actividades más significativas que se pueden realizar. Las manualidades, tanto para niños como para personas adultas, es una opción más a tener en cuenta. El aprendizaje de estas actividades puede ser de lo más relajante.



Productos hechos a mano

El público infantil, primer objetivo de las manualidades en verano

Cada día se realizan menos actividades a mano. Las tareas del hogar se realizan por medio de múltiples utensilios y alivian al ama de casa tareas tan arduas como el lavar o el fregar. Se confecciona muy poco y, por si fuera poco, todos los objetos que nos rodean han sido diseñados y fabricados por medio de máquinas.

Nos sobrarían los dedos de las manos para enumerar los productos que han sido confeccionados manualmente. Alguna pieza de ganchillo realizada por nuestras abuelas o algún que otro producto que podemos encontrar en distintas ferias de artesanía, son ejemplo de manualidades.

FERIAS DE ARTESANÍA

Pero el gusto por lo artesanal cada día es mayor. Las ferias de artesanía han recobrado su importancia y empieza a retornar muchos de los productos de decoración realizados manualmente. Encuadernaciones a mano, cuadros, visillos, cortinas, marcos, etc. son algunos de los motivos de decoración que más se suelen realizar.

Esta es otra de las múltiples opciones que el verano nos depara. La elab-

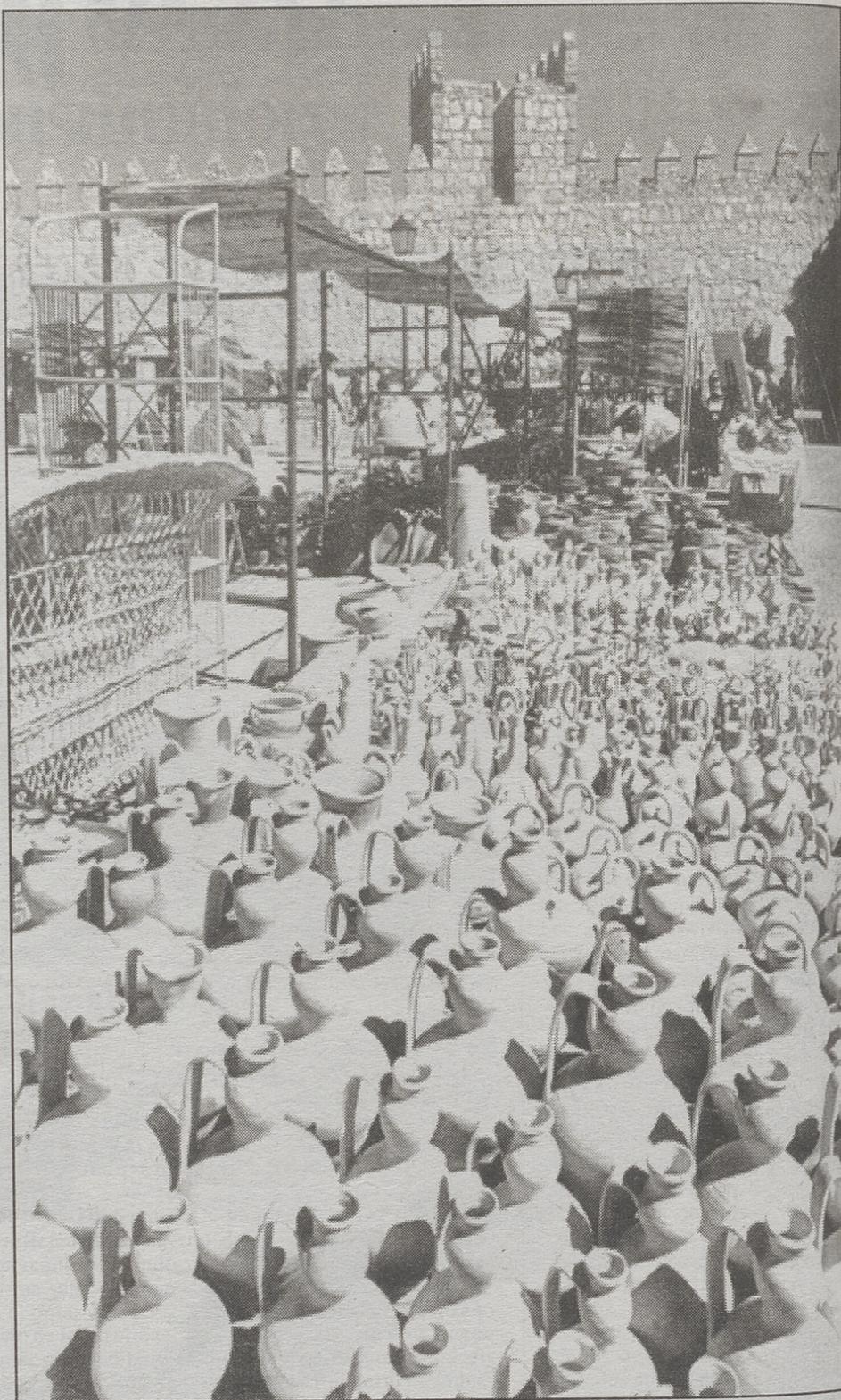
boración de objetos artesanalmente puede convertirse en una bonita práctica.

MATERIALES

Las materias primas son el punto base para la elaboración de cualquier producto. Materiales como el barro, la madera, la resina, el estaño o productos como la lana y el hilo, son algunos de los más utilizados.

Existen determinados establecimientos que se dedican a este tipo de práctica. Su labor consiste en enseñar al alumno la forma de tratar los distintos materiales para posteriormente pasar a la elaboración. Esta práctica que suele tener gran aceptación entre el público femenino de mediana edad también se está empezando a introducir en el público más joven. La decoración de interiores es uno de los temas más interesantes para este tipo de público que recurre a estas actividades. Aprender a realizar productos de forma artesanal es una buena excusa para decorarse la casa con productos fabricados por uno mismo.

Ahora, también se pretende hacer extensible estas actividades al público infantil. Es otra posibilidad para que ocupen su gran cantidad de tiempo libre del que gozan.



Y, cómo no, la lectura

La lectura es otra de las alternativas para cubrir ese tiempo libre, cualquier ocasión es buen momento para coger un libro, pero el verano aún más. A continuación enumeramos algunas sugerencias en lo que a libros se refiere tanto de lectura juvenil como para adultos.

Ambos libros reflejan un punto de mira diferente a la hora de ver las cosas cotidianas. Tanto *Memorias de una vaca* como *Las cosas nuestras de cada día*, son libros bastante ligeros y de amena lectura que no implican grandes dosis de concentración, ni requieren un especial seguimiento de la historia.

MEMORIAS DE UNA VACA.

Mo es el nombre de la vaca que protagoniza el libro de Bernardo Atxaga.

Se trata de una vaca vasca que tiene un peculiar punto de vista y su tremenda inquietud y curiosidad le llevan a intentar averiguar qué es lo que está ocurriendo en su entorno.

La casa de Balanzategui, o lo que es lo mismo, el rancho que la vio nacer, ofrece los primeras oportunidades a

Mo para iniciar sus investigaciones. En su empeño por llegar a la verdad de lo que allí sucedía descubrirá mucho más de lo que hubiera imaginado nunca: "... que cada uno tiene sus desiertos, que cuando una amistad se rompe es mejor ponerla en una maceta para que prenda otra vez, y que, a las ma-



las, n o hay dolor de co-

razón que no se cure paseando..."

Bernardo Atxaga, escritor de origen vasco y en vasco refleja en Mo muchas de las inquietudes humanas.

Memorias de una vaca de Bernardo Atxaga, ed. Círculo de Lectores, 1995.

LAS COSAS NUESTRAS DE CADA DÍA

Los zapatos, los peines, el maquillaje, el paraguas, etc. todo está cubierto de pequeños objetos que nos rodean todos los días y de los cuales no conocemos prácticamente nada más que su función.

Este libro pretende dar a conocer la interesante historia de todos esos utensilios tan cotidianos, su evolución y algunas de las funciones que han cumplido en otra época.

Charles Panati, consigue realizar una sorprendente investigación cultural sobre tales cosas y viene a llenar un vacío allí donde más se echaba en falta, pues, a fin de cuentas, ¿qué es más relevante hoy, la batalla de Waterloo o el invento de la fregona?

Un libro original y curiosamente instructivo que podrá amenizar nuestros ratos de lectura y emprendernos en un bonito paseo por los orígenes de productos tan comunes como el espejo, la plancha, la fregona o el papel higiénico.

Las cosas nuestras de cada día, Charles Panati, Ed. Círculo de Lectores, 1990.





Diferentes programas de actividades de verano

Nuestra naturaleza nos ofrece gran cantidad de posibilidades. Grandes espacios naturales como pueden ser: los distintos valles de los Pirineos aragoneses o parte del Sistema Cantábrico en su terreno palentino así como el Sistema Central en su vertiente oriental, ofrecen la posibilidad de disfrutar de todo el magnífico entorno realizando distintas actividades de mucho interés.

LA CIUDAD DE BREZO

La ciudad de Brezo es un proyecto de ocio y cultura en el medio rural donde se trata de armonizar el disfrute de la naturaleza con la práctica de distintas actividades de interés. El enclave está situado en la carretera Valcobero, s/n. 54886, Velilla del Río Carrión en Palencia.

Talleres de imagen, vídeo y televisión, de pintura, de instrumentos musicales o de supervivencia son algunas opciones

Acticio '97 es un programa que te ofrece muchas posibilidades: música, folclore, pintura, cine, fotografía... de todas estas actividades se podrá profundizar en los distintos talleres que se organizan.

Los diferentes talleres comenzarán sus actividades a partir del 18 de agosto. Así el taller de música, Afinando el Oído, se impartirá del 18 al 24 de agosto. Del 25 al 31 de agosto se desarrollará el ta-

ller de Imagen, Vídeo y Televisión. Los talleres de pintura e instrumentos musicales se realizarán del 1 al 7 de septiembre y por último, los talleres de técnicas primitivas

Acticio'97, Activo'97 y Aventuraleza son algunos de los proyectos de actividades para el verano

de supervivencia y el taller de fotografía de la naturaleza tendrán lugar del 8 al 14 de septiembre.

Para el desarrollo de todas y cada una de las actividades se utilizarán las instalaciones y el entorno que nos ofrece la ciudad de Brezo. Un lugar situado al abrigo del pinar natural de Velilla del Río Carrión en el inicio de la conocida "ruta de los pantanos" en plena Montaña Palentina.

De forma genérica e independientemente de las actividades que se hayan elegido para realizar, existen otras actividades conjuntas que distraerán al visitante. Se realizará un itinerario interpretativo a Valdehaya y sabinar de Peña Lampa así como al Pinar de Peña Mayor, (senderismo). Se realizarán rutas de acercamiento al patrimonio cultural de la zona, ruta del románico y al futuro Parque Natural de Fuentes Carrionas Fuente Cobre, (día completo en autobús).

El coste de los cursos incluye alojamiento en régimen de pensión completa, materiales y documentación de trabajo y desplazamientos en las salidas programadas.

Si desea más información

sobre este programa de actividades puede llamar a los números (983) 21 21 00 y 21 21 14 o bien al (979) 86 13 13.

PIRINEO ARAGONÉS

Algo parecido es lo que se ha organizado en los pirineos aragoneses aprovechando sus fantásticos parajes.

Su programa de actividades Activo'97 recoge todo un cúmulo de actividades a realizar en los distintos valles: mountain-bike, paseos a caballo, escalada deportiva y rappel, 4x4 con chófer guía, coches teledirigidos, rafting, piragüismo, safari virtual, "fantasy ball" (survival game), etc.

Puntos conflictivos para viajar

A otros les da por viajar. Es la época más cara del año para hacerlo pero es su mejor momento para acudir a determinados sitios.

Viajar por conocer lugares, no por realizar ninguna actividad allí. El viajar por sentir la necesidad de trasladarse a otros lugares donde todo les sea diferente.

Pero también esta actividad se ve perturbada por diferentes motivos ajenos a ella. Existen países donde no es aconsejable viajar si no es por urgente necesidad. Destinos de los cuales su agencia de viajes le advertirá de los peligros con los que se puede encontrar.

A continuación recogemos algunos de esos destinos que el Ministerio de Asuntos Exteriores cree de especial importancia advertir sobre los peligros que allí se producen.

La seguridad no se encuentra garantizada en Kinsasa (Congo) pudiendo producirse mayores niveles de degradación. En Dakar (Senegal) se vienen produciendo fuertes enfrentamientos civiles. En Turquía, el PKK, continúa realizando ataques contra el sector turístico, si bien parecen dirigidos inicialmente contra objetivos turcos, israelíes y norteamericanos, no se descartan acciones generalizadas contra la industria turística.

Los viajeros en visita o tránsito por la República Federal de Yugoslavia están obligados a declarar las divisas que porten. En el caso de que los aduaneros las confiscuen deben exigirse un recibo y

elegir una reclamación a la inspección federal de divisas de Yugoslavia poniéndolo en conocimiento del Consulado de España en Belgrado. También se recomienda no viajar al Congo - Brazzaville dado que en este país se producen constantemente violentos combates. Del mismo modo se recomienda no viajar a Kenia dada la situación de violencia existente en Nairobi y a la República Centroafricana.

Los países africanos son los que implican mayor riesgo a la hora de visitarles; las luchas constantes son el principal motivo

Las enfermedades son otro motivo básico para suspender un viaje. Sobre la incidencia de la epidemia de Dengue en Cuba las autoridades cubanas informan que la epidemia estaría circunscrita a un radio de 36 km. en torno a la ciudad de Santiago de Cuba y que se habían producido dos fallecimientos considerándose entre 800/900 el número de personas infectas. Algunas organizaciones aumentan este número a diez fallecimientos y a unas 5.000 las personas afectadas. Se tienen noticias de casos en Camagüey, La Habana y Santiago.



LARREA, S.A.

HORARIOS SERVICIOS ÁVILA - MADRID

SALIDAS ÁVILA		SALIDAS MADRID	
6,00 h. Lunes a viernes laborables	15,15 h. Lunes a viernes laborables	7,30 h. Lunes a viernes laborables	15,45 h. Lunes a viernes laborables
8,30 h. Lunes a viernes laborables	17,00 h. Diaria	10,00 h. Diaria	17,45 h. Lunes a viernes laborables
9,45 h. Diaria	19,00 h. Diaria	12,00 h. Lunes a viernes laborables	20,00 h. Diaria
11,30 h. Lunes a viernes laborables		13,30 h. Diaria	

INFORMACIÓN Y VENTA DE BILLETES

MADRID: Estación Sur de Autobuses Méndez Álvaro - Telf.: 91/ 530 48 00

ÁVILA: Estación de Autobuses Telf.: 920/ 25 65 05



Aventuraleza, programa de actividades en la montaña

Son espacios naturales dedicados al disfrute de los deportes de invierno. La temporalidad de dichos deportes, es lo que ha hecho pensar en el desarrollo de actividades de verano, las cuales pueden ser igual de atractivas en este medio natural.

La estación de esquí La Pinilla se encuentra en una de las estribaciones de la Sierra de Ayllón dentro del Sistema Central. Recientemente reformada cuenta con la tecnología más avanzada y unas completas instalaciones que este verano se quieren poner al servicio del turista veraniego.

Aventuraleza es el nombre de este proyecto que pretende poner al servicio de los visitantes todas sus instalaciones y un marco natural incomparable. Este proyecto ha recogido diversas actividades durante los dos meses de verano. Está dirigida a todos aquellos que quieren disfrutar del deporte, la aventura, la montaña y la naturaleza.

SEGURIDAD, CALIDAD Y PLURALIDAD

Aventuraleza se crea sin olvidar las medidas de seguridad necesarias. Ya desde el diseño de los diferentes programas o actividades se pensaba en la participación de un equipo de monitores titulados y altamente especializados que revisarán

todas las actividades que se llevan a cabo.

La calidad se encuentra avallada por las modernas instalaciones con las que cuenta la estación. Y por último la pluralidad de las actividades que fue uno de los fines últimos de la organización, ésta hará que con nuestras actividades se pueda divertir a todos los públicos y de todas las edades. Cinco son los proyectos que están preparados para lo que queda del mes de julio y agosto. Todas constituyen un auténtico disfrute del medio natural en el que se encuentra ubicada la estación.

Durante este fin de semana se está llevando a cabo el programa "Aventúrate en la Pinilla". Un circuito de aventura al estilo de los grandes raids. Entre las actividades del circuito habrá escalada en rocódromo, tirolina, canoa, puentes, rappel, orientación y pruebas sorpresa.

ACTIVIDADES PARA EL MES DE AGOSTO

Un fin de semana de altura podrás disfrutar si durante el sábado 2 y domingo 3 de agosto visitas estas instalaciones. Todos los que quieran podrán disfrutar del vuelo en globo aerostático y de una nueva perspectiva de la estación. Para los más tranquilos, nuestros monitores les introducirán en el

manejo y las técnicas básicas de vuelo de cometas. Un deporte muy placido que descubrirá la aventura de hacer volar las cometas.

A lo largo del sábado 9 y domingo 10 podrás recorrer La Pinilla paso a paso. Se inaugurarán dos nuevos senderos en la estación. Haremos tres recorridos distintos para niños, adultos e intrépidos. Todos los grupos irán acompañados por guías de montaña y monitores de Educación Ambiental para no perder ni huella.

El puente de agosto también estará cubierto de actividades, durante los días 15, 16 y 17 de agosto se ofrecerá una oportunidad excepcional para conocer la estación, sus instalaciones y la moderna tecnología de sus sistemas de nieve artificial. En la zona de Gran Plató (1.800 m) montaremos un parque de actividades. Todos podrán disfrutar de nuevo del senderismo y la bicicleta de montaña, acompañados por nuestro guías y monitores. Y además, galería de tiro con arco, escalada deportiva en rocódromo, descenso por tirolina, puente tibetano, talleres de animación, juegos y manualidades.

Para cerrar el proyecto de actividades Aventuraleza, el sábado 23 y domingo 24 se culminará con el programa "La Pinilla a todo gas". Un fin dedicado al motor. Vamos a convertir un aparcamiento en un diverti-

do circuito para minimotos y patinetes de motor, apto para todos los públicos.

Coetáneamente a los distintos programas se desarrollarán otras actividades coordinadas con empresas de la zona. Así tendremos una pista para patinaje sobre ruedas, cursos de skating ski, rutas de senderis-

mo e interpretación de la naturaleza en el entorno de La Pinilla, ascensiones guiadas al Pico del Lobo y rutas a caballo que subirán desde Riaza a través de la ermita de San Benito.

Para más información pueden llamar a la oficina de atención al cliente en el número (921) 12 5500.

Este verano, **TODOS** a disfrutar de la
AVENTURALEZA
en La Pinilla



REGALO SOFTWARE DE INFOVIA POR TELEFONICA

WWW.AVILA.NET

- Qué es INTERNET
- Qué es un proveedor
- Qué es una dirección IP
- Qué es una DNS
- Qué son las direcciones de usuarios
- Qué servicio proporciona Internet
- Correo Electrónico(E-Mail)
- Transferencia de ficheros(FTP)
- Telnet
- www
- News, Foro de debates
- Navegadores
- Vínculos
- Buscadores
- IRC, participar en reuniones, debates...
- Hablar con otras personas
- Compartir el funcionamiento de programas
- Videoconferencia
- Mundos Virtuales...

De Lunes a Jueves, 1 semana, 5 turnos al día, 1 Hora y Media al día, Julio, Agosto y Septiembre un ordenador por alumno. 10.000 ptas. Plazas limitadas. Teléfono información: 35-30-40

Dos meses Gratis de INTERNET
CURSO INTENSIVO
A partir de Septiembre curso Avanzado de INTERNET

**QUESOS
JAMONES
EMBUTIDOS**

RUMA
VENTA DIRECTA

INFORMA

De la apertura de un nuevo establecimiento en la calle
Nuestra Sra. de Sonsoles, 108.

Donde podrá comprar **A PRECIO DE FÁBRICA** un amplio surtido en **QUESOS, JAMONES Y EMBUTIDOS.**

Queso suave **ahora**
OREADO 695
antes 800 pts/kg. pts./kg.

Longaniza extra **ahora**
DULCE 795
antes 895 pts/kg. pts./kg.

Además nueva sección de
CARNICERÍA Y POLLERÍA

GRAN OFERTA DE LANZAMIENTO
Desde el 21 de julio hasta el 21 de agosto

Visitenos también en la estación de Autobuses