

Cabanillas

Informa



Número 28. Noviembre 2023



Multitudinario Halloween 2023

Miles de vecinos y vecinas se echaron a la calle en la tarde-noche del 31 de octubre

Cabanillas vivió el pasado martes 31 de octubre su «Halloween» más multitudinario de los últimos años. La ausencia de lluvia, unida a un calendario favorable (sin «puente» este año, y por tanto con muchos vecinos en la localidad) convirtió esta fiesta del terror en todo un acontecimiento popular, con centenares de personas echadas a la calle en los actos de la tarde, y miles de jóvenes por la noche.

Los actos programados comenzaban a las 18 h. en la Plaza del Pueblo. Allí, la Escuela Municipal de Danza, y en concreto sus tres grupos de Baile Urbano, ofrecieron una trabajada coreografía, un «flashmob terrorífico» que se repitió en tres ocasiones, y al que también acabaron sumándose muchas personas del público.

A continuación comenzó un concurrido desfile de disfraces, al ritmo de la «Batu-Caba» de la Escuela Municipal de Música. En el pasacalles pudieron verse centenares de tipos de terror: brujas, demonios, orcos, monstruos y mil personajes del cine de miedo se agolpaban en las calles, recorriendo la distancia que separa la Plaza del Pueblo del Recinto Ferial. El desfile recorrió así la calle Benalque, plaza de la Iglesia, calle Juan Rhodes y calle Muro, para bajar al Ferial, donde el Ayuntamiento instaló una carpa para acoger los eventos de estos días.

Finalizado el desfile, y ya con el público dentro de la carpa, cesaba el sonido de los tambores de batucada, y comenzaba una estupenda representación teatral para público infantil y familiar: «Ay socorro, mamáta», una divertidísima pieza de la compañía alcarreña Comando Teatral, en la que iban apareciendo historias de monstruos, con

la particularidad de ser todas en verso. Se trata de una pieza que aborda de manera inteligente los miedos infantiles, encarnados por esos mismos monstruos protagonistas de los distintos números. Así, la soledad, el rechazo o la enfermedad se representaban a través del Hombre Lobo, el Dragón Bribón, Drácula, Frankenstein, brujas o serpientes. Las dos actrices participantes, Gema Fernández y Montse de la Cal, fueron muy aplaudidas.

Tras una hora de representación comen-

zó finalmente un celebrado reparto de chocolate con churros a cargo de la Asociación de Mujeres La Campiña, al tiempo que durante un par de horas más, la carpa se convertía en una divertida «discoteca familiar», con música para peques y mayores.

Por la noche, gran Disco Móvil

Finalizados los eventos infantiles y familiares de la tarde, ya por la noche, desde las 23:30 h., llegaba la que es una cita imprescindible desde hace años para jóvenes de Cabanillas del Campo y también de localidades cercanas. Por miles se dieron cita en la Disco Móvil organizada por el Ayuntamiento en la carpa del Ferial, donde pudieron bailar los ritmos reguetoneros, pop y disco más actuales, hasta bien entrada la madrugada.

El Ayuntamiento estableció, en coordinación con el Centro de la Mujer, uno de los habituales «Puntos Violetas» que se implementan en las fiestas populares, como espacio de protección y seguridad para víctimas agresiones sexuales, y que funcionó en horario de 23 a 1 h., haciendo labores de sensibilización al público.

Estos Puntos Violeta son espacios en los que, además de sensibilizar al público, se informa y ayuda a víctimas de cualquier tipo de agresión sexista o violencia machista. Su finalidad por lo tanto es la de concienciar, prevenir y disfrutar la fiesta bajo el respeto hacia las mujeres, en una una iniciativa que se financia con fondos de la Secretaría de Estado de Igualdad y contra la Violencia de Género del Ministerio de Igualdad.



II MASCOHALLOWEEN.- Una treintena de mascotas (la gran mayoría perros, aunque también una gallina o un periquito) participaron en la segunda edición del «MascoHalloween», celebrada el domingo 29 de octubre, una iniciativa que organiza el Ayuntamiento en colaboración con la empresa local Teleguadalcán, y que resultó muy simpática y entrañable.

El Ayuntamiento aprueba mantener el IBI rebajado al 0'43% en las Ordenanzas 2024

El Pleno del Ayuntamiento aprobó el pasado 6 de octubre, en sesión ordinaria, una modificación parcial de la Ordenanza Fiscal del Impuesto de Bienes Inmuebles (la conocida popularmente como «contribución») por la cual se mantendrá, por segundo año consecutivo, el tipo impositivo rebajado vigente en 2023, un gravamen del 0'43% respecto al valor catastral de cada vivienda. Hay que recordar que el tipo del IBI fijado nominalmente en las Ordenanzas Fiscales de Cabanillas es del 0'47%, pero ya en 2021 y 2022, como medida para paliar los perjuicios de la pandemia, se aprobó una reducción hasta el 0'44%. Esta reducción se incrementó con una nueva bajada al 0'43 en 2023. Y esta situación es la que se ha decidido mantener también para el próximo ejercicio 2024.

El alcalde, José García Salinas, explicó que esta decisión de mantener el tipo impositivo rebajado se toma pensando en ayudar a las familias a contener los gastos extraordinarios devenidos del momento inflacionario, y sobre todo para contrarrestar el alza de los intereses hipotecarios marcados por el Euribor. Según el primer edil y concejal de Hacienda, la situación económica de las arcas municipales, completamente saneadas, permiten al Ayuntamiento hacer este esfuerzo de contención en este impuesto (el mecanismo de ingresos más importante que tienen los ayuntamientos) al menos un año más.

Salinas recordó que este tipo del IBI del 0'43 convierte a Cabanillas en el municipio con la contribución más baja de todo el Corredor del Henares. Además, este 0'43% del valor catastral es también el tipo más bajo que se ha cobrado en Cabanillas por este concepto en los últimos 16 años, ya que el mismo fue del 0'50 entre 2008 y 2017 (incluso con un ejercicio al 0'60%, en 2013); del 0'44 en 2018 y 2019; del 0'47 en 2020; del 0'44 de nuevo en 2021 y 2022. Y finalmente el actual 0'43% de los años 2023 y 2024.

La medida salió adelante con el voto a favor del Equipo de Gobierno del PSOE, la abstención del PP, y los únicos votos en contra de Vox y Unidas Podemos, que pidieron que se baje aún más el impuesto, «hasta el mínimo legal», una petición que fue rechazada por el Equipo de Gobierno, y que el alcalde calificó de «propuesta demagógica, poco responsable y poco realista», así como incompatible con el nivel de prestación de servicios públicos que se demanda.

Además de este asunto del IBI, el Pleno también aprobó otra modificación de las Ordenanzas Fiscales, en concreto la relativa a las tasas por expedición de documentos administrativos, que fundamentalmente ha venido a actualizar el coste establecido por el abono de derechos de examen,



cuando se producen procesos de selección para el empleo público. Actualizar estas tasas era necesario tras varios años sin modificarse, y debido a que en la actualidad el montante de la misma no estaba sufragando el costo del servicio, como la Ley establece que debe ocurrir. La propuesta salió adelante con el voto a favor de PSOE y PP, la abstención de Vox y Unidas Podemos, y sin votos en contra.

Otro asunto aprobado fue una ligera modificación formal de la prórroga concedida el pasado 25 de julio al agente urbanizador del Polígono de Moyarniz, ya que, por requerimientos de la Administración Regional, la misma no debía otorgarse como «prórroga», sino como «ampliación de pla-

zo», una cuestión menor que no suscitó debate, y se aprobó por unanimidad.

Finalmente, la corporación rechazó con 16 votos en contra (PSOE, PP y Vox) y un único voto a favor (Unidas Podemos) una moción de este último grupo que solicitaba mayor horario de apertura en la Piscina de Verano. El alcalde explicó que eso está previsto ejecutarlo en el momento que se cuente con la segunda piscina de verano disponible, cuyas obras están a punto de comenzar, pero que en la actualidad es imposible de acometer, porque no hay disponibilidad de horarios al compartir la instalación actual el uso para baño libre con los cursos de natación y actividades acuáticas que se realizan a primera y última hora.



RECONOCIMIENTO AL PERIODISTA CABANILLERO JESÚS BLANCO.- El pasado 12 de octubre, en el acto celebrado por la Guardia Civil de Guadalajara por el día de la patrona del cuerpo, la Virgen del Pilar, el vecino de Cabanillas Jesús Blanco Orozco, periodista y jefe de Informativos de Ser Guadalajara, recibió un reconocimiento del instituto armado, por su colaboración con la Comandancia de Guadalajara. Al acto asistieron en representación del Ayuntamiento de Cabanillas el primer teniente de alcalde, Luis Blanco; y el concejal de Seguridad, Javier Inés.



Clausurado el Recual 2023

El pasado 31 de octubre se celebró el acto de clausura del taller de empleo del programa regional «Recual», desarrollado en Cabanillas en el último semestre. Los ocho alumnos y alumnas/trabajadores que han cursado esta edición recibieron sus diplomas y certificados acreditativos, de manos de los concejales del área de Empleo, Abigail Cordero y Javier Inés, así como del director y la docente que han impartido el taller: Jacinto Moreno e Itziar Marín.

Este último «Recual» comenzó a desarrollarse el 3 de mayo de 2023, y ha impartido formación especializada en «Atención y apoyo a personas dependientes». Los dos hombres y seis mujeres que lo han completado han recibido un Certificado de Profesionalidad de Nivel 2, y lo han hecho con un sistema de formación bonificada, con el que los alumnos y alumnas, al tiempo que reciben conocimientos, cobran un salario.

Estos programas Recual son cursos que

financia la Consejería de Empleo del Gobierno Regional, con subvenciones concedidas a los ayuntamientos cuyos proyectos son elegidos. Cabanillas lleva 8 años seguidos acogiendo, y en este 2023 ha sido la primera vez que el taller ha incidido en este mundo de la dependencia.

Abigail Cordero felicitó a las ocho personas que han culminado el proyecto, destacando el excelente ambiente de colaboración establecido como grupo, así como la alta empleabilidad de la formación. La edil confirmó también que el Ayuntamiento volverá a solicitar este mismo taller para 2024, de nuevo en el ámbito de la dependencia.

En el curso se han combinado clases teóricas en el aula homologada del Centro Joven, con prácticas laborales, desarrolladas tanto en el Servicio de Estancias Diurnas del Centro de Mayores de Cabanillas, como en el Servicio de Ayuda a Domicilio.

El CEIP San Blas celebró el Día contra el Cambio Climático



El Colegio San Blas de Cabanillas celebró el martes 24 de octubre el «Día Internacional contra el Cambio Climático», con una serie de actividades de los niños y niñas en el patio de las instalaciones. La jornada contó con la asistencia del delegado provincial de la Junta en Guadalajara, José Luis Escudero, y del delegado provincial de Educación, Angel Fernández-Montes, quienes estuvieron acompañados del alcalde, José García Salinas; el primer teniente de alcalde, Luis Blanco; y el concejal de Educación, Javier Blanco. El delegado de la Junta destacó que día internacional sirve, «de un lado, para concienciar y recordar acerca de las acciones en el cuidado del medio ambiente en todos los ámbitos de nuestra vida y, del otro lado, para mostrar los mecanismos y programas que mantenemos activos a través de las administraciones públicas y de los que queremos hacer partícipe a toda la ciudadanía».

En cuanto al acto, los alumnos y alumnas hicieron actividades como una carrera solidaria, canciones y otras iniciativas, en una dinámica de concienciación, que coincidía con el primer «Día contra el Cambio Climático» que el colegio desarrolla desde que consiguieron la «Bandera Verde» del programa «Ecoescuelas», que, como recordó la directora del centro, reconoce el trabajo que se desarrolla en el colegio en el ámbito del cuidado medioambiental.

Cabanillas acogerá el IV Foro Nacional «Logistics Spain»

La Casa de la Cultura de Cabanillas acogerá el próximo 15 de noviembre la celebración de una importante reunión nacional del sector de la logística, el «IV Foro Logistics Spain», que organiza la entidad «Impulsa Guadalajara», en la que se integran agentes sociales y económicos como la patronal provincial CEO Cepyme Guadalajara; los sindicatos CCOO y UGT; y administraciones como la Junta, la Diputación o el Ayuntamiento de Guadalajara.

La reunión empresarial se desarrollará de 10:15 a 12:30 horas, y reunirá a los más destacados empresarios del sector de la logística y el transporte.



AULA DEL FUTURO.- El Colegio La Senda ha inaugurado su nueva «Aula del Futuro», una habitación con una completa gama de aparatos tecnológicos para el aprendizaje: Chroma y focos LED para grabar vídeos, ordenadores, tabletas, pizarra digital, impresora 3D, microscopios, kit de robótica... A la cita, celebrada el pasado 27 de octubre, acudieron en nombre del Ayuntamiento los concejales de Educación y Juventud. La jornada se completó con un acto en el que los niños y niñas del cole elaboraron una «cápsula del tiempo» con sus impresiones actuales, y que permanecerá cerrada hasta 2025.



Reunión de la MVH con los gestores de colonias felinas

Responsables de la Mancomunidad Vega del Henares (a la que pertenecen Cabanillas y otros siete municipios de la comarca) mantuvieron en días pasados una fructífera reunión con voluntarios y voluntarias que realizan labores de control de colonias felinas a través del «Método CES», que apuesta por la captura, esterilización y la posterior suelta de gatos ferales; de una manera ética y respetuosa con los animales. A la reunión acudieron representantes de «CES Ronroneos Felices», asociación que realiza desde hace algunos años esta labor de control en Cabanillas, en colaboración con el Ayuntamiento, y que es pionera en la zona. El presidente de la Mancomunidad, Rafael Esteban, reconoció en la cita la gran labor que realizan estas personas voluntarias, y mostró la disposición de la MVH a extender el método de control ético, y seguir apoyando a todas las asociaciones que lo utilizan.

Visita de alumnos de 'La Photoescuela' al Molino de Moyarniz

La Escuela de Fotografía de Cabanillas «La Photoescuela», de la Asociación ArteRenace, desarrolló una clase práctica en las ruinas del antiguo Molino de Moyarniz, en término municipal de Cabanillas a orilla del Henares. En la visita, celebrada el pasado 17 de octubre, estuvieron acompañados del cronista oficial de Cabanillas Ángel Mejía, quien aportó al grupo muchos datos sobre el edificio y su historia.

El de Moyarniz es un antiguo molino harinero levantado en lo que era término de Benalaque, de gran importancia histórica para la subsistencia de unos habitantes que recurrían a él en época de crisis y carestía y, posteriormente, en los siglos XIX y principios del XX.



Exitazo del XI Mercadillo de Segunda Mano

Un total de 52 stands de venta de productos usados, prácticamente todos puestos por vecinos y vecinas de la localidad, se instalaron el pasado sábado 21 de octubre en el 11º Mercadillo de Segunda Mano de Cabanillas del Campo. La cita fue un rotundo éxito de público a pesar del traslado de última hora al Polideportivo San Blas, medida que se decidió por las previsiones de lluvia. En cualquier caso, la facilidad de aparcamiento en la zona del Polideportivo, y la coincidencia con multitud de eventos de deporte base en instalaciones municipales cercanas, propició una masiva asistencia durante las cuatro horas de apertura del mercado, de 10:30 a 14:30 horas, y los participantes se mostraron encantados con la ubicación y la organización de la cita. El Mercadillo de Segunda Mano es ya toda una tradición en el calendario sociocultural del municipio. Viene de-

sarrollándose desde 2016, y sólo ha faltado en los años de pandemia. Se organiza dos veces al año, en primavera y otoño.

La hora de mayor afluencia de público fue poco después del mediodía, pero las transacciones, trueques y compraventas fueron constantes. Se pudieron ver puestos de particulares y de algunos colectivos locales, y se vendió prácticamente de todo: Ropa infantil y de adulto, calzado, objetos de decoración, libros, música en distintos formatos, pequeños electrodomésticos, juguetes, juegos y videojuegos; material escolar, herramientas; vajilla, cristalería y cuberterías; ropa de cama, útiles para bebés, material de oficina, bisutería...

Cabe reseñar que durante todo el evento estuvo presente también un puesto informativo sobre recogida y reutilización del aceite usado, del Consorcio Provincial de Residuos de la Diputación.



PASIÓN POR LA ASTRONOMÍA.- Decenas de personas participaron el pasado 20 de octubre en la «Observación Astronómica para Principiantes» que organizaron el Ayuntamiento y AstroGuada en el Parque Elena de la Cruz. Coordinada por el experto Agustín Navalón, la actividad permitió a los participantes descubrir elementos como la Luna, en espectacular cuarto creciente, Saturno, Júpiter, la Galaxia Andrómeda, el Cúmulo de Hércules, Sirio... AstroGuada llevó cuatro potentes telescopios, y también hubo un par de familias que se animaron a llevar prismáticos y telescopios caseros.

Charla sobre ansiedad en el Día Mundial de la Salud Mental

Cerca de un centenar de personas participaron el pasado martes 10 de octubre en una charla/taller organizada por el Ayuntamiento de Cabanillas con motivo del Día Mundial de la Salud Mental. Esta jornada se enmarcaba dentro del nuevo Plan Local de Salud Mental que está desarrollando el consistorio cabanillero en los últimos meses, y fue impartida por las psicólogas especialistas Teresa Ortega y Pilar Carmona, que ofrecieron una interesantísima sesión de la que el público salió muy satisfecho.

Los concejales del área de Bienestar Social Abigail Cordero y Javier Inés fueron los encargados de abrir el acto y dar la bienvenida al público. Cordero recordó que este nuevo Plan Local de Salud Mental comenzó a fraguarse la pasada primavera, y que con él ya se han desarrollado varios talleres de diferentes temáticas, que han tenido un enorme éxito de participación, con más de 200 personas inscritas en apenas medio año en las iniciativas planteadas. «Para el Ayuntamiento, cuidar de la salud mental de los vecinos y vecinas, y acercar estos recursos de modo gratuito a la población, va a ser una prioridad en los próximos años», destacó la edil.

Mientras, las profesionales de la Psicología ofrecieron una charla de hora y media en la que explicaron cuestiones generales sobre el fenómeno de la ansiedad, incidiendo en que se trata de una respuesta fisiológica natural del cuerpo humano ante diferentes situaciones de estrés o presión, y que lo que hay que hacer con ella es básicamente aprender a «gestionar» sus episodios, entendiéndolos como una señal que alerta sobre otras cuestiones, por encima de tra-



tar inútilmente de controlarla o desterrarla. Ortega y Carmona hablaron de la relación entre ansiedad y miedos, y cómo ambas manifestaciones tienen una funcionalidad útil que prepara a la persona para algo. También comentaron la importancia de detectar las señales que emite el cuerpo cuando llega la ansiedad, para poder comenzar a abordarla desde el primer momento. Las diferentes formas de ansiedad que suelen presentarse, sus síntomas y manifestaciones, y sobre todo, qué se puede hacer cuando se presenta, con una batería de recursos útiles, fueron otras de las cuestiones abordadas en la charla.

Por otro lado, y dentro de este mismo ciclo de actividades, el pasado 30 de octubre comenzaba otro taller, «Construyendo una Autoestima Sana», destinado a mujeres, y que se va a extender hasta mediados de este mes de noviembre, con tres sesiones de dos horas, y en turno de mañana y tarde. Este nuevo curso, también impartido por la psicóloga Teresa Ortega, de nuevo agotó las plazas disponibles poco después de procederse a su lanzamiento.

Se trata de una formación sobre la forma en la que las personas se cuidan y tratan a sí mismas.



Clausurado el Curso de Inteligencia Emocional 2023 del Centro de la Mujer

Una quincena de mujeres de Cabanillas del Campo, de entre 30 y 80 años de edad, completaron en la semana del 16 al 20 de octubre pasados una nueva edición del «Curso de Inteligencia Emocional» que organiza cada año el Centro de la Mujer de la localidad, y que este año ya cumplía su decimotercera edición.

Los dos ediles del área de Igualdad del Ayuntamiento, Abigail Cordero y Javier Inés, fueron los encargados de clausurar el taller, en un acto en el que entregaron un diploma acreditativo a todas las cursillistas que tomaron parte del mismo.

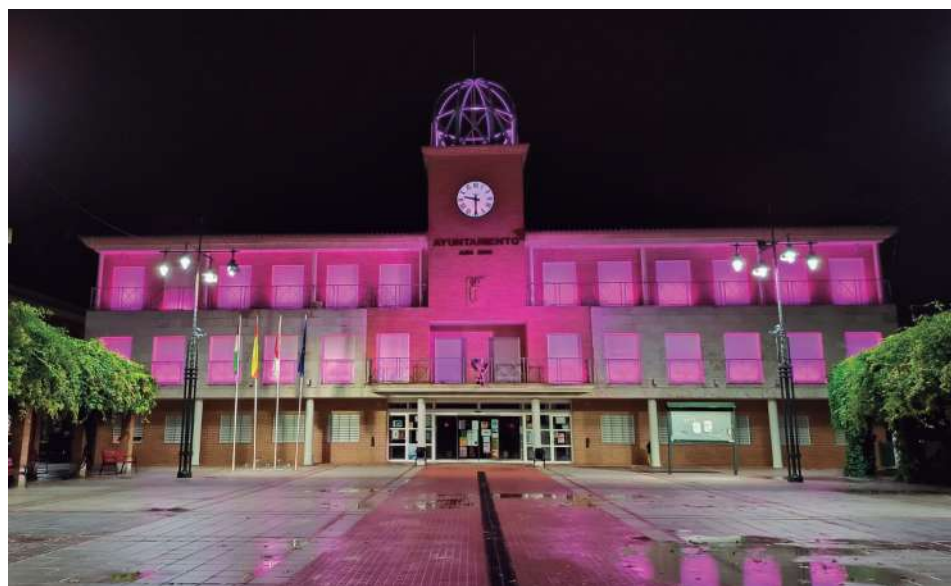
Este «Curso de Inteligencia Emocional» del Centro de la Mujer es una formación que es todo un clásico en el calendario de actividades abiertas al público que organiza este servicio del Ayuntamiento, y siempre cuenta con mucha aceptación.

El taller comenzó el 17 de octubre, y se desarrolló con cuatro sesiones de tres horas de duración cada una, coordinado por las trabajadoras del centro Lola Llorca y Pilar Hernández, ambas psicólogas de formación.

El objetivo del curso es mejorar la calidad de vida emocional de las participantes, con técnicas que les permiten responder a conflictos del día a día de una forma sana y constructiva. Se trabaja sobre las emociones de las mujeres, en una actividad que busca siempre velar por la igualdad de oportunidades.

En esta edición hubo gran diversidad de perfiles entre las participantes, tanto por edades como por experiencias vitales, culturales y de nacionalidad. En el mismo se realizaron dinámicas divertidas, utilizando muchos recursos variados como la poesía, el juego, las canciones y recursos audiovisuales para reflexionar sobre aspectos como la comunicación, la empatía, la asertividad o las habilidades sociales.

En la clausura, las participantes se mostraron muy contentas y satisfechas con la formación recibida, y varias dijeron estar muy interesadas en repetir la experiencia en la próxima edición.



FACHADA ROSA EN EL DÍA CONTRA EL CÁNCER DE MAMA.- La fachada del Ayuntamiento de Cabanillas se encendió de color rosa, utilizando la nueva iluminación ornamental del edificio, en la noche del pasado 19 de octubre. Se trataba de sumar así al municipio a la celebración del Día Internacional de la lucha contra el Cáncer de Mama.

Regreso de «El Andariego», con una inmersión en la historia local de Cabanillas del Campo

Tras tres años de ausencia, el pasado sábado 7 de octubre regresaba a Cabanillas del Campo la actividad «El Andariego», una «revista caminada» cuyo objeto es bucear en la memoria colectiva de la localidad, gracias a personas que explican diferentes cuestiones del pasado, unos relatos trufados también de cuentos narrados al aire libre.

Cerca de un centenar de personas participaron en esta quinta edición «andariega», una cita que organiza el Ayuntamiento de a través de su Biblioteca León Gil, y que cuenta con la coordinación del narrador oral cabanillero Pep Bruno. Este año el hilo conductor de la caminata y las paradas fueron los oficios tradicionales.

La jornada comenzó a las 11 de la mañana en el punto de encuentro de la Plaza del Pueblo, donde Pep Bruno; la directora de la Biblioteca, Pilar de Isidro; y la concejala de Cultura, Rosa María García, dieron la bienvenida a los asistentes, y presentaron la actividad.

Tras la presentación, comenzaba el pa-



seo matinal, con una primera parada en la zona exterior del Centro Joven, en la calle San Sebastián, donde el historiador Manuel Rubio explicó cómo era el «Pozo de Nieve», que había en la zona, y la narradora Cheles López contó el primer cuento de la mañana.

La segunda parada fue en la fachada de la antigua farmacia de Juan Rhodes (1888-1950), uno de los boticarios españoles más importantes de la primera mitad del siglo XX. Ahí hablaron su hija, Asunción Rhodes, la farmacéutica cabanillera Yolanda Muñoz, y la narradora Ángeles Maestre, que contó el segundo cuento.

A continuación se paró en la calle Ambrosio Pérez esquina Alférez Verda, donde Antonio Ríofrío explicó cómo era la albañilería de siglos pasados, y Victoria Espada contó el tercer cuento del día.

La última parada fue en la Plaza de la Posada, donde el cronista local Ángel Mejía comentó los oficios que había en esta zona del pueblo, y Luisa Borreguero cerró la mañana contando el último cuento.

5ª Marcha Violeta, sobre la importancia del consentimiento

Cabanillas celebró el pasado 6 de octubre la quinta edición de la «Marcha Violeta», iniciativa del Ayuntamiento y el Centro de la Mujer que viene desarrollándose desde 2017, y que combina la reivindicación por los derechos de la mujer y la denuncia de las desigualdades existentes, con la manifestación cultural, a través de representaciones teatrales.

La Marcha comenzó a las 19 horas en la Plaza del Pueblo, y a la misma se unieron un año más cientos de vecinos y vecinas, bajo el lema de esta edición: «Con-Sentimiento», una reivindicación de la importancia del consentimiento en las relaciones sexuales, que marcó la línea argumental de todo el evento.

Los dos concejales de Igualdad, Abigail Cordero y Javier Inés, fueron los encargados de recibir al público e introducir las líneas generales de la actividad, en una presentación en la que estuvieron acompañados de la delegada provincial de Igualdad del Gobierno Regional, Laura Gil, así como de otros ediles de la corporación, el Equipo del Centro de la Mujer, y representantes del Consejo Local de las Mujeres. «Para el Ayuntamiento es un orgullo organizar esta cita que combina la reivindicación con la cultura. Este año ponemos el acento en la importancia de que cualquier relación y contacto entre personas se rija siempre por el mutuo acuerdo, de forma expresa», señalaron los ediles en la presentación.

Tras las palabras de los concejales co-



menzó el carrusel de representaciones teatrales, que realizaron un año más alumnos y alumnas de los grupos Juvenil y Adulto de la Escuela de Teatro de Cabanillas. Se ofrecieron siete escenas. Las tres primeras (introducción en la propia Plaza del Pueblo, otra en la Glorieta Mariano Pozo, y una más en los soportales de la Casa de la Cultura) eran fragmentos de la obra de teatro «Jauría», una pieza del autor Jordi Casanovas que reproduce el terrible episodio de violación vivido en los Sanfermines de 2016, conocido como el «Caso de La Manada», y cuyos textos están sacados de la reproducción literal de declaraciones que se produjeron en la Comisaría o en el Juicio; un caso que supuso un auténtico punto de inflexión en el reconocimiento social de la importancia del consentimiento. Luego hubo tres escenas más. Las dos siguientes

fueron en la Casa de la Cultura, y en ellas se abordaba la temática de los roles de género y la masculinidad tóxica, con textos de creación propia del director de la Escuela, Pablo Menasanch. Después, una más, de nuevo en Mariano Pozo, que se basaba en un cortometraje de animación, viral hace unos años, que aborda de manera muy simpática el tema de la jornada. Finalmente, una última representación a modo de epílogo y corolario tenía lugar de nuevo en la Plaza del Pueblo.

Tras las representaciones teatrales, la cantautora alcarreña Eva Sierra puso el punto final con una potentísima actuación, de media hora de duración, en la que, además de su extraordinaria voz, destacó la profunda rotundidad de sus letras, cargadas de mensaje feminista y reivindicativo, y muy adecuadas para la ocasión.

El alcalde visita el taller de luthieres “Gerónimo Mateos”, que acaba de instalarse en la localidad



Guitarras artesanales «made in Cabanillas»

Gerónimo y Federico Mateos, padre e hijo, son constructores de guitarras, maestros guitarreros. Luthieres artesanales, llevan más de 30 años fabricando guitarras con sus manos, y acaban de instalar su taller en Cabanillas, tras una larga trayectoria en un cercano municipio de Madrid. Buscaban un sitio tranquilo, bien comunicado, con costes asumibles, donde compaginar vida y trabajo, y contar con unas instalaciones adecuadas. Y lo han encontrado en la localidad campesina, en una de las naves de la calle Tapiadilla.

El pasado viernes 27 de octubre Gerónimo y Federico recibieron la visita del alcalde, José García Salinas, y de la concejala de Cultura, Rosa María García, quienes quisieron conocer de primera mano esta nueva actividad que ha llegado al municipio, a medio camino entre lo artesanal y lo artístico; un taller de guitarras absolutamente novedoso en la localidad.

Los Mateos tienen su lugar de trabajo ya prácticamente terminado, a falta de algunas mejoras que quieren implementar en la potencia eléctrica y la calidad de la iluminación de la nave. Llevan en Cabanillas desde julio pasado fabricando piezas sueltas de sus guitarras, pero en los próximos días comenzarán a poder ensamblar íntegramente los instrumentos que, desde Cabanillas, saldrán para todo el mundo. «Vendemos a los cinco continentes. Tenemos distribuidores en todo el mundo, y en la actualidad nuestro principal soporte de venta es internet», explican los luthieres.

Se trata de guitarras de alta gama, apreciadas por guitarristas profesionales o de nivel muy avanzado. Cedro rojo, cedro exótico, abeto, caoba o nogal son algunas de las maderas nobles que utilizan en este taller para fabricar los distintos modelos que tienen a la venta, y que abarcan desde gui-

tarras clásicas a flamencas, pasando por guitarras acústicas, de jazz, e incluso, de manera más excepcional, pueden también fabricar guitarras eléctricas.

En su visita, los guitarreros mostraron a los representantes municipales los pasos que cubre el proceso de fabricación de una guitarra artesanal: qué madera se utiliza para cada tipo de instrumento o para cada parte de la guitarra; cómo se cortan las piezas del árbol; cómo se moldean en el taller; cómo se realiza el ensamblaje y cuáles son los secretos que hacen de estos instrumentos de cuerda guitarras de alta calidad. En ellas, elementos como las «barras armónicas» que se ubican en las cajas de resonancia, y el modo en que se disponen, juegan un papel esencial. «A diferencia de otros luthieres, nosotros estamos encantados de enseñar cómo trabajamos, así que tenemos toda la disposición a atender a quien quiera interesarse», explica Gerónimo Mateos, quien señala que, de media, cada instrumento que sale de este taller lleva sobre sí alrededor de 120 horas de trabajo.

Mateos dice también orgulloso que la fama de sus guitarras, lo que las hace tan especiales, es que su método de fabricación logra una longitud de la vibración del sonido muy superior a la de una guitarra industrial. «Se trata de que todas las guitarras que de un mismo modelo salen de este taller tengan un sonido parecido. Y digo parecido, porque igual es imposible. Dos guitarras nunca suenan exactamente igual», comenta el artesano guitarrero.

Salinas y García desearon mucha suerte a los dos emprendedores recién instalados en Cabanillas, y ambas partes se emplazaron para estudiar posibles colaboraciones en el futuro en materia de divulgación cultural o formación en este arte de fabricación de instrumentos musicales.



El vecino Fernando Hernández gana de nuevo el Concurso de Microrrelatos

El escritor aficionado y vecino de Cabanillas Fernando Hernández Correa resultó ser ganador de la tercera edición del Concurso de Microrrelatos «Cuento con Arte», convocado el pasado mes de junio por la Biblioteca Municipal León Gil.

Es la tercera vez consecutiva que Hernández gana este mismo concurso, consistente en la elaboración de un texto de máximo 150 palabras, inspirado necesariamente en un cuadro propuesto desde la Escuela de Arte Cabanillas del Campo, dependiente de la Asociación ArteRenace. En esta ocasión el cuadro elegido era un trabajo del alumno Juan Manuel Díaz Senén, con unas manos en primer plano de las que se desprende arena entre los dedos.

Hernández ganó la primera edición de este concurso en 2021 con un relato titulado «Ausencia». Repitió en 2022 con el texto «Quería ser como Greta Garbo en Mata Hari». Y repite en esta tercera edición con un escrito titulado «1.000.000 aC», en el que en menos de 150 palabras pinta dos ambientes: un hombre prehistórico jugando con arena y, en una elipsis de nada menos que de un millón de años, un arqueólogo encontrando esas huellas fosilizadas.

El escritor recibió su premio (un cheque por valor de 100 euros para canjear en librerías de Cabanillas) de manos del alcalde, José García Salinas; y de la concejala de Cultura, Rosa María García, quien fue la encargada de presentar al ganador, al que felicitó por su magnífico estilo, que le ha llevado a ganar las tres primeras ediciones de esta iniciativa cultural. Un total de 24 textos se presentaron a esta tercera edición de «Cuento con Arte», en la que podían participar personas mayores de 18 años empadronadas en Cabanillas.

Día de las Escritoras

El fallo del Jurado se dio a conocer el lunes 16 de octubre en la Biblioteca, coincidiendo con el «Día de las Escritoras», otro acto cultural que reunió a decenas de personas en torno a la lectura de grandes textos de mujeres.

EN CABANILLAS.
NUEVO PUNTO DE ATENCIÓN AL CLIENTE



Colaborador oficial

- Contratos de luz y gas. - Puntos de recarga.
- Placas solares. - Boletines eléctricas.
- Aero termia. - Tramitación subvenciones

C/Alférez Verda, 10 bajos

Vivendisa

Asesores inmobiliarios

629 869 693 / 625 696 176

Calle Benalque 10, bajo B
Cabanillas del Campo vivendisa.es

MATRÍCULATE AHORA
Y CONSIGUE EL MEJOR
APOYO PARA EL NUEVO
CURSO.

DESDE 28€/MES

Estudiante

ALCALÁ DE HEMARES
Avda. Victoria del Sarmiento, 5 Local 7

CABANILLAS DEL CAMPO
Ctra. de Marchanillo (N) (C. Mercedina)

VILLANUEVA DE LA TORRE
Avda. Pío Ouján (N) Local 50 (C. G. Virgen)

635 885 606 949 101 570
www.estudianteplus.es

LIMPIEZA VIAL JARDINERÍA

GRUPOTOTALIA
PISCINAS

info@grupototalia.es
680 698 443 - 949 208 398
www.grupototalia.es

TALLERES COBOS

Comprometidos con tu vehículo

MECÁNICA, ELECTRICIDAD,
DIAGNOSIS DE MOTOR,
MANTENIMIENTO, NEUMÁTICOS,
LUNAS, AIRE ACONDICIONADO...

C/ Francisco de Medina y Mendoza, 1.
Parc. 1 Nave 72 (19171) Cabanillas del Campo

949 20 85 85 - 619 37 39 60
tallerescobos@hotmail.com

imagen visual

Kodak Express
PAPEL PROFESIONAL

XEROX **EPSON** **Nikon**
Canon **Panasonic**
OLYMPUS **SONY**
FUJIFILM **SAMSUNG**

SERVICIOS DE IMPRESIÓN
FOTOGRAFÍA - FOTOCOPIAS

Fotos Carnet - Revelado Digital en 1 Hora
Fotocopias B/N y Color - Copia de Planos
Tarjetas de Visita - Encuadernaciones - Servicio de Fax

Tel: 949 33 79 04

copiasvisual@gmail.com
C/ Herradero nº 2, - Cabanillas del Campo

thermomix

Sandra Sánchez Moreno

659 69 40 58

Punto Comercial Thermomix
C/Plaza de la Iglesia, 2- Cabanillas del Campo

NICER

617 50 26 24
www.carnicerianieto.es

Clases de Cocina para principiantes

Horarios
11:00h - 14:00h
17:30h - 20:30h

617 50 26 24
www.elrecretariodesandra.es

EL RECRETARIO
de Sandra

CRYD

CONSTRUCCIONES
REFORMAS Y DECORACIÓN

CRYD
Construcciones Reformas y Decoración

Malcriado, 13
Cabanillas del Campo

Tfnos 622672995 / 664358490
crydreformas@gmail.com

NEUROSTH

FISIOTERAPIA Y OSTEOPATÍA

Miriam Álvaro Ruiz

Tarjeta de Regalo
Bonos de 5 y 10 sesiones
con precio reducido

Calle Senda de los Pobres, 12. Cabanillas del Campo, Guadalajara
Tel: 647 686 364
m.alvarofisioterapia@gmail.com

Nº Registro Sanitario 1907098/1903898 • Nº Colegiado 40 41

SU ASESOR EMPRESARIAL

CAMPUS

Tu gestoría en Cabanillas

Cl. Benalque, 14 1º D
19171 - Cabanillas del Campo
Tfnos 949208774/696946758
Mail: info@gestoriacabanillas.com

AVISO A LAS EMPRESAS

Este es un espacio destinado a la publicidad gratuita de pequeñas y medianas empresas asentadas en Cabanillas del Campo. Si quieres que tu negocio salga anunciado en el próximo número, manda un archivo de imagen con el anuncio terminado, y con las siguientes especificaciones:

- Archivo en formato JPG.
 - Dimensiones: 6'2 cm de ancho por 6'5 cm de alto.
 - Resolución mínima de 300ppp.
 - Correo electrónico: boletincaba@aytocabanillas.com
- No se admitirán anuncios que no cumplan estos requerimientos.

Si tu negocio ya ha salido en números anteriores, y quieres que siga apareciendo con el mismo diseño, debes mandar un correo a la misma dirección pidiendo su continuidad.



MARCA Cabanillas del Campo



EN CABANILLAS
Viajes Zirene

Avda. de los Almendros, 6
19171 - CABANILLAS DEL CAMPO
949873570

viajeszirene@grupoairmet.com



**Antonio Alonso
Montemayor**
Fontanería y
calefacción
Empresa
instaladora autorizada



C/ Benalque 27
Cabanillas del Campo (Guadalajara) Tel.: 690322563



**MECÁNICA Y
CARROCERÍA**

C/ COMERCIO, 4
CABANILLAS DEL CAMPO

949 332394 / 949322645



**Karting Adulto: Tres tandas
de 10 minutos en pista: 40€**

Ctra. CM-1007 Km.4,5. 19171 - Cabanillas del Campo
607545024 / 670779319 kartingcabanillas@gmail.com



diseño gráfico — publicidad — marcas
rotulación — web — redes sociales



retratos
ilustraciones
mapas
mascotas
recordatorios
invitaciones
sellos
exlibris...

Creatividad
y Diseño



creatioteca.com
681 910 933
Cabanillas del Campo

A&M

motor

diagnosis
electricidad
mantenimiento
neumáticos
sistema escape
suspensión
frenos
pre-ivv

Talleres A&M Motor
C/ Callejuelas Nave 45
19171 Cabanillas del Campo (GU)
949-32-46-71
Gabriel Alonso Pérez
talleresam.motor@gmail.com

FINCA
CAMPO
EN MEDIO

*Bodas Eventos
Comuniones*

653662799

CONCLAVE

ALQUILER PARA EVENTOS
PRIVADOS

TODO TIPO DE EVENTOS

DESPEDIDAS
CUMPLEAÑOS
CENAS DE EMPRESA
ENSAYOS PARA GRUPOS

SALA VIP HASTA 50 PAX
SALA PRINCIPAL HASTA 150 PAX

CATERING
MÚSICA EN DIRECTO
COCTELERÍA
SEGURIDAD PRIVADA
ILUMINACIÓN Y SONIDO

DINOS LOS QUE QUIERES Y NOSOTROS NOS ENCARGAMOS

+INFO A TRAVÉS DE:
MENSAJE DIRECTO
O
LLAMANDO AL 616618360

C/ Miguel de cervantes, 5, cabanillas del campo, guadalajara

OXFORD
Language School

English for Kids

C/ Mónico, 3. Cabanillas del Campo
Tfno: 949 33 26 79 / 653681073
www.academiasoxford.com

MATRÍCULA ABIERTA PARA EL CURSO 23/24
¡RESERVE SU PLAZA!

Ludotecas / Educación Primaria Y Secundaria / Adultos
Refuerzo De Todas Las Asignaturas

SOMOS LA INMOBILIARIA DEL BARRIO

TECNOCASA
FRANCHISING NETWORK

CONFÍA EN EL VERDE
VALORACIÓN INMOBILIARIA GRATUITA

FRANQUICIA
ESTUDIO CABANILLAS DEL CAMPO SL
C/ BENALUAQUE 10 LOCAL A
CABANILLAS DEL CAMPO

949.10.55.10
672.328.803

Casa Helen

C/ Carnerillo, 3
Cabanillas del Campo 626200054

Peluquería de Caballeros
La Barbería

Teléfono: 652 93 39 45

C/ Benalauque, Nº 19, Local 1 - Cabanillas del Campo - (Guadalajara)

La barbería de Cabanillas del Campo

PODOLOGÍA CABANILLAS

MIGUEL ROJO MARTÍN / PODÓLOGO

Calle Benalauque, 16
19171 - Cabanillas del Campo Tfno: 611 422 743

HOBBYTON
LIBRERÍA INDEPENDIENTE

ACTIVIDADES:
CLUBES DE LECTURA / CUENTOS SON AMORES
TALLER DE POESÍA / TERTULIAS
ENCUENTROS CON AUTORAS Y AUTORES
JUEGOS DE MESA / TALLER DE ILUSTRACIÓN
TALLER DE FILOSOFÍA CON NIÑOS Y NIÑAS
DANZA DEL VIENTRE

C/ JUAN RIBODES 11 LOCAL 2
949 32 44 11
pedidos@hobbyton.org
whatsapp: 654 43 53 10

zendo
peluquería y estética corporal

949 33 76 54

C/ Alto Rey, 8 C.P.: 19171
Cabanillas del Campo

clínica dental cabanillas

10% de descuento a jubilados,
en horario de mañana

Calle Rafael Alberti - Local 2
19171 - CABANILLAS

¡TODO LO QUE NECESITAN!

629 07 26 31

REPARTO A DOMICILIO

Piensoadomicilio.es

AEVO
PELUQUERÍA Y ESTÉTICA AEVO

20% DTO

EN TODOS LOS BONOS DE LÁSER Y TRATAMIENTOS CORPORALES

949 894 972
CALLE MIGUEL DE CERVANTES 5, LOCAL 2

ESSENTIAL

SALÓN PROFESIONAL DEDICADO AL CUIDADO DE IMAGEN MASCULINO
SERVICIOS DE CABELLO Y BARBA CLÁSICOS Y ÚLTIMAS TENDENCIAS

CLIMARAGUA

Todo lo que necesite para su Aire Acondicionado frío/calor

+34 663 462 778
+34 611 724 847

@climaragua
climaragua@gmail.com

Patricia Montenegro / YourMoment

YourMoment es un «centro de masajes y bienestar» abierto hace apenas dos meses en la Avenida de los Almendros.

- ¿Cómo surgió la idea de crear esta empresa y establecerse en Cabanillas?

- Hace tiempo. Cuando fui madre sentí necesidad de compaginar mi vida personal y laboral con más libertad. Un mes antes de la pandemia dejé de trabajar donde estaba. En esos momentos empezar por mi cuenta era complicado, pero poco a poco inicié mi actividad desde casa. Ahora ha llegado el momento de dar el salto y establecer este centro. Busqué locales, vi este, que tiene las características adecuadas, y «voilà». Lo he abierto en Cabanillas porque este es mi hogar desde que tenía 14 años, cuando mis padres se mudaron aquí. He estado un tiempo fuera, pero Cabanillas es un gran lugar para la crianza, ofrece oportunidad de crecimiento, y hace mi vida familiar fácil y cómoda.

- ¿Qué encontramos en su negocio? ¿Qué le distingue del resto?

- YourMoment es un espacio de encuentro con uno mismo, de masajes y bienestar, donde poder disfrutar de ese momento tan necesario en nuestro día a día: un masaje corporal antiestrés, aflojar tensiones en la espalda, cuello o cabeza, masajes faciales, reflexología podal o metamórfica, masaje energético... También hago talleres individuales o de grupo para relajación, meditación y masaje. Yo creo que cada negocio que emprende se hace desde algo que va más allá de ganar dinero; todos buscamos ofrecer algo en lo que creemos, dando lo mejor.



- Las redes sociales son importantes, ¿las utiliza para darse a conocer? ¿Tiene web?

- Soy persona de cercanía, pero esas herramientas son necesarias. Mi web es yourmomentmasajes.com, y también uso Instagram y Facebook.

- ¿Qué balance hace del tiempo que lleva abierta?

- Han pasado apenas dos meses, pero estoy feliz de seguir uno más, y otro...

- Si volviera a emprender, ¿cambiaría alguna decisión?

- No. Creo que es el momento idóneo para mí. Estoy cerca de casa, en un lugar tranquilo, accesible, luminoso, con buenos vecinos, paso de gente, y donde se aparca fácilmente.

- ¿Cómo valora la situación general del comercio de cercanía en Cabanillas?

- Yo mis compras sí las suelo hacer en Cabanillas. Me encanta como está el pueblo ahora. Vivía aquí cuando había escasez de comercio, pocos autobuses, y había que recurrir fuera para casi todo. Por eso es maravilloso poder hacer ahora mucha más vida aquí. Creo que es un lujo en la vida que llevamos en Cabanillas.

- ¿Y al cliente local, en comparación con el de otras localidades?

- Como digo, llevo poco tiempo, y tengo clientes que también vienen de fuera. Pero yo diría que en general las personas de Cabanillas disfrutan del lugar donde viven.

- ¿Cómo se defiende el comercio de proximidad del comercio electrónico?

- El negocio de proximidad es cercano, humano, saludable. Asesora, ayuda, guía personalmente y aporta más calidad y confianza. Yo animo a todos los vecinos y vecinas a que apuesten por el comercio local. Su opinión constructiva es importante para seguir y sumar, aportar para que Cabanillas sea un lugar para quedarse.

- ¿Tiene algún tipo de iniciativa o actividad que quiera hacer llegar a los vecinos y vecinas?

- Sólo decirles que aquí tienen un espacio para todas las edades, para renovar el equilibrio el bienestar de sus cuerpos y mentes, para afrontar la situación que cada uno tenga con mayor perspectiva y equilibrio en su día a día. Les invito a que me llamen, se pasen por aquí a tomar una infusión, y vemos en qué puedo ayudarles.

Miguel Rojo / Podología Cabanillas

Cuando la pandemia de COVID19 comenzaba a remitir, hace dos años y medio, abrió en la calle Benalque de Cabanillas, casi a la altura de la Plaza del Pueblo, esta clínica de Podología, que regenta el profesional Miguel Rojo Martín.

- ¿Cómo surgió la idea de abrir esta clínica? ¿Cuándo y cómo identificó la oportunidad, y por qué decidió emprender en Cabanillas del Campo?

- La pandemia incidió en muchos de nosotros a todos los niveles y de múltiples formas. En mi caso lo hizo a nivel laboral. Tras un largo periplo en la industria farmacéutica, me vi afectado por un ERE. Eso hizo que apostara por un cambio vital y profesional, y decidí empezar a ejercer mi segunda profesión como podólogo en Cabanillas. Y lo hice aquí porque este es el municipio donde resido hace muchos años, y porque vi que no existía ninguna clínica de Podología en la localidad. Así que no lo dudé.

- ¿Qué podemos encontrar en su negocio? ¿Qué le distingue del resto?

- Ofrecemos un servicio de calidad, tanto en instalaciones, como en trato al paciente, equipamiento e instrumental, así como en la actitud que rige mi práctica profesional. En las instalaciones de mi clínica realizo cirugía ungueal (uña incarnata) y resolvemos también papilomas o verrugas plantares. Además colaboramos con una de las mejores podólogas cirujanas de España para abordar la resolución de numerosos cuadros con cirugías mínimamente invasiva, como los llamados «juanetes» o deformidades digitales (garra, martillo, mazo...) En Podología Cabanillas también confeccionamos plantillas



personalizadas tras hacer al paciente un estudio biomecánico previo: contribuyen a mejorar las distintas alteraciones en la pisada.

- En el momento actual las redes sociales son muy importantes. ¿Las utiliza; tiene página web?

- Sí las uso. A través de Facebook mantenemos informados a los pacientes y amigos, con consejos y recomendaciones para la óptima salud de los pies. Con Google Maps todo el mundo sabe nuestra ubicación.

- ¿Qué balance hace del tiempo que lleva abierto? ¿Cómo ha ido evolucionando su negocio desde entonces?

- Tras estos dos años y medio el balance es muy positivo. La respuesta de la población de Cabanillas y de los pueblos cercanos ha sido

estupenda. Y así seguiremos, dando el mejor servicio posible a todos.

- Si volviera a emprender hoy, ¿cambiaría alguna decisión?

- ¡No, ninguna!

- ¿Cómo valora la situación general del comercio de cercanía en Cabanillas?

- Es evidente que ha evolucionado muy positivamente en estos últimos años. En mi opinión, cuando hay una oferta amplia para los habitantes de un pueblo, la respuesta de la gente suele ser positiva.

- ¿Y cómo valora al cliente de Cabanillas en comparación con otras localidades?

- Pues ahí no puedo entrar, porque mi primera experiencia con un negocio ha sido aquí. Lo que sí puedo decir es que, por ahora, todo ha ido perfectamente en la relación con todos mis pacientes.

- ¿Cómo cree que se puede defender el comercio de proximidad de la competencia del comercio electrónico?

- Del único modo que conozco: ofrecer un buen servicio, tener precios razonables, y dar calidad asistencial.

- ¿Tiene en estos momentos algún tipo de iniciativa o actividad que quiera hacer llegar a los vecinos y vecinas?

- Sí que me gustaría trasladarles que actualmente no hay que pasar «calamidades» ni molestias en los pies, que existen numerosos procedimientos -tanto conservadores como quirúrgicos indoloros- que pueden hacernos la vida mucho más cómoda, y permitirnos tener unos pies listos para cualquier trote que les queramos dar, sin estar penando con ellos. Que no tengán pereza en acercarse y preguntar.

Triunfo internacional para el cabanillero Tommy Pintos



El joven piloto de carreras de Cabanillas Tommy Pintos, de 17 años, acaba de conseguir su primer gran éxito internacional en su extraordinaria carrera ascendente en el mundo del motor, al proclamarse hace unas semanas campeón del «McLaren Trophy Europe 2023», una competición organizada por la prestigiosa escudería McLaren, en la que el de Cabanillas debutaba este año formando dupla con Gonzalo de Andrés. Un doble pódium en las dos carreras finales del último fin de semana, disputadas en el barcelonés Circuito de Catalunya, permitió a su equipo (McLaren Barcelona – SMC Motorsport) subir finalmente a lo más alto de la clasificación general. «¡Somos campeones! Siempre he dicho que puedes hacer todo lo que te propongas y este fin de semana es la prueba de ello. Hemos peleado en pista y, además, hemos podido disfrutar junto a nuestra gente en la carrera de casa y en lo más alto del podio. ¿Qué más podemos pedir? Estoy súper orgulloso de todo el equipo y de mi compañero Gonzalo, que lo ha bordado este año. Gracias a la familia McLaren por el gran campeonato que han creado», dijo el piloto de Cabanillas tras su victoria.

El Centro Fitness incorpora una moderna «báscula de bioimpedancia»

El Ayuntamiento de Cabanillas del Campo continúa mejorando las instalaciones y equipamientos de su nuevo Centro Fitness Municipal, abierto ahora hace justo un año. Si la pasada primavera se instaló el rocódromo, y el pasado verano se dotó al centro de una nueva «jaula» para la práctica del crossfit; desde hace unas semanas la instalación cuenta con una moderna «báscula de bioimpedancia», un dispositivo que ya está a disposición de todos los usuarios y usuarias de la instalación.

Una báscula de bioimpedancia es un aparato electrónico que se utiliza para el control general de cualquier deportista. Mide muchos aspectos, como son el peso, índice de masa corporal, metabolismo basal, masa muscular, cantidad de agua, masa grasa, masa ósea y la edad metabólica de la persona que la utiliza. El principio que hay detrás de la bioimpedancia es que los tejidos del cuerpo ofrecen diferentes niveles de resistencia eléctrica al paso de una corriente eléctrica suave. Los músculos, huesos y otros tejidos magros tienen una resistencia relativamente baja, mientras que la grasa corporal tiene una resistencia más alta. La báscula envía una pequeña corriente eléctrica a través del cuerpo, mide la resistencia, y utiliza esta información para calcular todos estos datos de la composición corporal, muy útiles a la hora de valorar la evolución que tiene el deportista, y sobre todo para ir ajustando los entrenamientos de fuerza o cardiovasculares, a las necesidades de cada cuerpo.



Así, esta báscula es muy útil para establecer objetivos de pérdida de grasa, seguimiento de progreso y ajuste de programas de entrenamiento y dieta. Además, proporciona información útil para las personas que están trabajando en su condición física.

Los técnicos deportivos del Centro Fitness Municipal han establecido ya una serie de reglas y recomendaciones a los usuarios y usuarias para el uso de la nueva báscula, referidos a cómo hay que realizar los pesajes y mediciones, el tiempo que hay que pasar sin comer o beber antes de utilizarla, las horas del día a la que es recomendable medirse, si debe utilizarse antes o después del entrenamiento, etcétera. La báscula adquirida por la Concejalía de Deportes es de la marca «Tanita» (en concreto el modelo DC-240-MA) y ha supuesto una inversión de 2.000 euros. La ventaja de este modelo es que puede conectarse y sincronizarse con la aplicación «BHGymloop», que utilizan los usuarios del centro para medir y guardar sus entrenamientos.

CALLEJEA EN NOVIEMBRE

“APRUEBA SIN OBLIGAS”
Tu Método de Estudio Definitivo
9 NOVIEMBRE
17:00h en el Cj

INSCRIPCIONES
618514718/618514779
@EDECALLECABANILLAS

ATRÉVE-T
25 de Noviembre
20:00-21:00h (Plaza Ayto)
21:00-22:00h (Parque el Buero)

APRUEBA TU PRUEBA DE ACCESO:
-Grado Medio
-Grado Superior
17 de Noviembre
17:00-20:00h

ESPACIO DE ESTUDIO
Todos los JUEVES del mes
16:00-17:00h

Castilla-La Mancha

NOVIEMBRE JOVEN

11 DE NOVIEMBRE
A las 18:00 en el Cj
TALLER DE GUIRNALDAS: BOLAS DE HILO
Inscripciones hasta el 10/11

30 DE NOVIEMBRE
De 16:00 a 19:00h en el Cj
CURSO DE MANIPULADOR DE ALIMENTOS
20 €
Inscripciones hasta el 24/11

De 12 a 35 años
+ Info e inscripciones en:
608206790
@cabanillajoven

AYUNTAMIENTO DE CABANILLAS DEL CAMPO
Plaza del Pueblo, 1. 19171 - Cabanillas del Campo

aytocabanillas.org
facebook.com/CabanillasDelCampo
@AytoCabanillas
949337600



Escalada libre

Además de las clases, el rocódromo también se ha abierto para la práctica de escalada libre, sin monitor. Esto es posible los sábados y domingos de 9:15 a 13 h. En este caso se exige a los escaladores una serie de obligaciones respecto a calzado y uso de magnesio líquido, y los menores sólo pueden hacerlo acompañados de un adulto. También se exige firmar un documento de exención de responsabilidad. Para la práctica de escalada libre el precio es de 7 euros por día, y se establecen dos horarios: 9:15-11 h. y 11:15-13h., estando el aforo limitado a 10 escaladores por turno.

Las personas interesadas en inscribirse a esta nueva escuela deportiva pueden hacerlo acudiendo al Centro Fitness en el horario de apertura del mismo.

En cuanto al nuevo rocódromo, cabe recordar que su montaje supuso una inversión municipal de 43.000 euros. Se trata de una magnífica instalación de la empresa especializada Shaper Walls. Tiene una superficie de 90 metros cuadrados, y está instalado sobre una pared de 6'2 metros de altura.

El material de la estructura de base es un armazón de madera anclado al hormigón de la pared, y sobre el mismo hay paneles de madera con diferentes inclinaciones. Encima de ellos están los elementos de agarre y apoyo propios de este tipo de estructuras, que crean diferentes caminos o «vías» para la práctica de la escalada.

En marcha una nueva Escuela Municipal de Escalada

Desde mediados de octubre ya funciona en Cabanillas la Escuela Municipal de Escalada, una nueva modalidad deportiva en la cartera ofrecida por el Ayuntamiento, y que se estrena en este curso, aprovechando la puesta en funcionamiento del nuevo rocódromo del Centro Fitness Municipal.

La Escuela de Escalada tiene dos turnos, uno infantil y otro para público adulto. La Escuela de Escalada Infantil funciona los martes y viernes de 18 a 19 h., y en la misma pueden participar niños y niñas na-

cidos entre 2010 y 2017. Las clases en la modalidad de adultos son martes y viernes de 19 a 20 h., y está abierta para personas nacidas en 2009 y años anteriores.

En cuanto a los precios, la tarifa de la Escuela de Escalada es de 40 euros mensuales, más 7 euros de matrícula en el caso de niños y niñas, o 10 euros en el caso de adultos. Además, estos últimos tienen la opción de combinar las clases de escalada con el acceso libre al resto del Centro Fitness, por 45 euros al mes.

Firmados los contratos de las Escuelas Deportivas

El alcalde y los concejales del área de Deportes del Ayuntamiento firmaron en los últimos días el grueso de los contratos que se establecen entre el consistorio y diferentes clubes deportivos, para la gestión de las Escuelas Deportivas Municipales en esta temporada. En concreto se suscribieron contratos con Club Voleibol Cabanillas, Patinaje Guadalajara, Taekwondo Cabanillas, Cabanillas Fútbol Sala, Judo Inokuma, Club Rojinegro (baloncesto), Club Atletismo La Esperanza y también el Club Dtah Malaai Guadalajara. Estos dos últimos, La Esperanza y Dtah Malaai, son novedad para esta temporada. El histórico club alcarreño «La Esperanza» pasa a hacerse cargo desde este año de la gestión de la Escuela Municipal de Atletismo; mientras que el Dtah Malaai es el club que gestiona la nueva escuela de Muay Thai, un deporte que ha empezado a funcionar este otoño en la cartera de las escuelas, y que ya cuenta con casi una quincena de practicantes. El resto de clubes firmantes ya venían gestionando sus escuelas en temporadas anteriores.

Estos contratos establecen la cantidad que aporta el Ayuntamiento a los clubes por cada alumno o alumna que practica un deporte. También regulan el uso de las instalaciones municipales donde se desarrollan las clases. A cambio, cada club se encarga de ofrecer la formación deportiva a través de entrenadores y monitores especializados, que ellos contratan.

No participan de estos de contratos otras escuelas deportivas que se gestionan con otras situaciones administrativas, como la Escuela de Trampolín, que gestiona el Club Ruditramp con una subvención directa, o las escuelas de fútbol del Sporting Cabanillas. Tampoco se contempla aquí la financiación de las Escuelas Municipales de raqueta (Tenis y Pádel) ni la de Gimnasia Rítmica, en las que los monitores son contratados directamente por la empresa municipal «Suvicasa».

12ª GALA DEL DEPORTE

VIERNES 24 DE NOVIEMBRE DE 2023
18:30 h. Casa de la Cultura de Cabanillas
Entrada con invitación

AYUNTAMIENTO DE CABANILLAS DEL CAMPO

Concejalía de Deportes CABANILLAS DEL CAMPO

cabanillas se mueve

AYUNTAMIENTO DE CABANILLAS DEL CAMPO
Plaza del Pueblo, 1. 19171 - Cabanillas del Campo

aytecabanillas.org
facebook.com/CabanillasDelCampo
@AytoCabanillas
949337600

IX Concurso de Relatos Breves de la Biblioteca León Gil



La Biblioteca León Gil convocó el pasado 18 de octubre su IX Concurso de Relatos Breves, una cita ya muy tradicional en el calendario cultural de Cabanillas, nacida en otoño de 2015. Con este concurso, Ayuntamiento y Biblioteca buscan fomentar la creatividad y descubrir a escritores y escritoras talentosos, tanto de Cabanillas como de otras localidades. Está abierto a cualquier persona desde los 6 años de edad, y de cualquier nacionalidad o residencia. Los participantes pueden presentar un máximo de dos obras al concurso, originales e inéditas, que no podrán haber sido premiadas en ningún otro concurso nacional o internacional. La temática es libre.

El concurso establece cinco modalidades por franjas de edad: Modalidad A (nacidos/as entre 2015 y 2017); modalidad B (entre 2012 y 2014); modalidad C (entre 2009 y 2011); modalidad D (entre 2006 y 2008) y modalidad E (nacidos/as en 2005 y años anteriores). Cada modalidad está dotada con un premio al mejor relato, consistente en un vale de 200 euros, a canjear en librerías de Cabanillas. Las Bases del concurso pueden descargarse en la web municipal www.aytocabanillas.org. En ellas se recogen cuestiones como la extensión máxima, formato en el que se deben prestar, tipos de letra, interlineados, etcétera. El plazo para entregar trabajos se extiende hasta el 30 de noviembre, y las personas participantes pueden entregar sus originales de varias maneras: Personalmente, en el Registro del Ayuntamiento de Cabanillas, en horario de lunes a viernes de 9 a 14 horas; o por correo certificado a la dirección: «Ayuntamiento de Cabanillas del Campo. Oficina Municipal del Registro. Plaza del Pueblo, 1. 19171-Cabanillas del Campo (Guadalajara)».

El Jurado estará formado por personal de la Biblioteca Municipal de Cabanillas, representantes del Ayuntamiento y las librerías profesionales de la localidad. Su fallo y la entrega de premios se hará público en un acto que será comunicado con la debida antelación a través de la web del Ayuntamiento.

Comenzó el nuevo taller «¡Menudo cuadro!»

Con casi una treintena de asistentes, el pasado lunes 23 de octubre se celebró la primera cita del taller «¡Menudo cuadro! Leer el Arte», que se ofrece este curso en la Biblioteca León Gil de Cabanillas. «Menudo cuadro» es una propuesta coordinada por la docente y vecina de Cabanillas Vito Andradas, licenciada en Bellas Artes, en la que se indaga en todo lo que rodea a las grandes obras de la Historia del Arte.

En la primera sesión el cuadro protagonista de la sesión fue *El nacimiento de Venus*, del pintor renacentista italiano Sandro Botticelli, un cuadro de finales del siglo XV que se encuentra en la actualidad en la Galería Uffizi de Florencia. Andradas comentó la leyenda del Nacimiento de Venus según la Mitología griega a la vez que el público contemplaba el cuadro en una proyección. Luego explicó someramente el contexto histórico de la obra, realizada por Botticelli por encargo de la familia Medici, y también explicó la técnica utilizada por el artista en esta pieza. Luego, a través de ampliaciones, se fueron repasando todos los detalles y simbologías del cuadro, para culminar el taller con recomendaciones bibliográficas.

Este taller se celebrará durante todo el curso, con una cita cada dos lunes.

Exposición de grafitos

Precisamente la misma protagonista, la



artista plástica Vito Andradas, a lo largo de todo el pasado mes ha sido protagonista de la última exposición ofrecida en la Biblioteca; una colección de retratos al grafito llamada «Serendipia».

La muestra pudo verse del 4 al 31 de octubre, y en ella aparecían hasta 13 retratos, la mayoría de ellos, de vecinos y vecinas de Cabanillas, algunos muy conocidos y populares. A la inauguración, que tuvo muchísimo público, asistieron el alcalde, José García Salinas; el primer teniente de alcalde, Luis Blanco; y la concejala de Cultura, Rosa María García Ruiz.



CITA CON LOS CUENTOS DE PAULA CARBONELL.- El pasado sábado 21 de octubre la Biblioteca acogió una magnífica sesión de narración oral infantil, con la cuentista valenciana Paula Carbonell, quien regresaba a Cabanillas justo un año después de su última presencia, y también coincidiendo con la celebración del Día de las Bibliotecas, que se conmemora cada año el 24 de octubre. Carbonell ofreció su espectáculo «Cuentos a trazos» para una veintena de familias que se dieron cita en la Sala Multiusos de la Biblioteca León Gil. Dragones, caballeros, gatos y monos en forma de palabras sobrevolaron la sesión en la Biblioteca durante casi una hora de duración de esta sesión, en la que Carbonell combina relatos seleccionados de la tradición oral y contados con su peculiar y poético estilo, con otros de su autoría.

7º CURSO

Defensa Personal para mujeres

Viernes 10 de noviembre de 2023
Polideportivo Municipal San Blas

Curso de defensa personal ante:

- Situaciones de peligro más comunes
- Actuaciones en situaciones de estrés

- Para mayores de 16 años

Las menores de edad (16-18) necesitarán autorización paterna

- Se recomienda ropa cómoda



Imparte: Alberto López Prado
Maestro Nacional de judo y defensa personal
6º Dan judo
5º Dan defensa personal
Experto en defensa personal para la mujer

CON 2 TURNOS A ELEGIR:
- Mañana 10 a 13 h.
- Tarde 16:30 a 19:30 h.



#25N
Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

cultura educación social



INSCRIPCIONES: En el Centro Fitness Municipal. Plazas limitadas.

Más información: Centro Fitness Municipal (c/Valdemoma s/n). Tfno: 949237893 / Mail: anieto@suvicasa.es
Judo Inokuma (Bulevar Alto Tajo, 6. Guadalajara Tfno: 661253543 / Mail: alberto.lopezprado@gmail.com



AYUNTAMIENTO DE
CABANILLAS DEL CAMPO

Plaza del Pueblo, 1. 19171 - Cabanillas del Campo

aytocabanillas.org

facebook.com/CabanillasDelCampo

@AytoCabanillas

949337600



CENTRO ACUÁTICO CABANILLAS DEL CAMPO

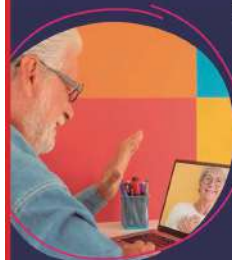


- 5.000 m2
- Piscinas cubiertas y SPA
- Gimnasio
- Piscinas exteriores



ActivaTIC
CLM

Talleres de formación en
Competencias Digitales



Taller de Pintura Digital

Para mayores de 65 años
Lunes 13 noviembre 2023
Horario: 09:30 - 13:30 h.
Biblioteca León Gil

Taller de Inteligencia Artificial

Para mayores de 18 años
Viernes 17 noviembre 2023
Horario: 09:30 - 13:30 h.
Biblioteca León Gil



Inscripciones en la Biblioteca Municipal León Gil,
hasta el viernes 10 de noviembre de 2023

Formulario de inscripción en código QR



Centro de Desarrollo de
Competencias Digitales
Castilla-La Mancha



PARQUE CIENTÍFICO
Y TECNOLÓGICO
DE CASTILLA - LA MANCHA

Castilla
La Mancha



AYUNTAMIENTO DE
CABANILLAS DEL CAMPO

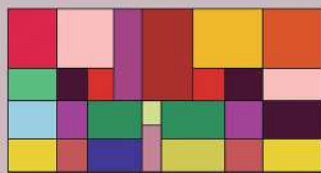
Plaza del Pueblo, 1. 19171 - Cabanillas del Campo

aytocabanillas.org

facebook.com/CabanillasDelCampo

@AytoCabanillas

949337600



Actividades Noviembre 2023

- MÉRCOLES 18 OCT** - **JUEVES 30 NOV** IX Concurso de Relatos Breves Biblioteca León Gil. Plazo de presentación de originales. Presentación por correo en el Registro Municipal
- VIERNES 3 NOV** y **VIERNES 10 NOV** XI Certamen de Cortos "CortoEspaña". Proyecciones infantiles concertadas con colegios. 10:00 h. Casa de la Cultura
- VIERNES 3 NOV** - **JUEVES 30 NOV** "Mujeres referentes de Castilla-La Mancha". Exposición divulgativa. Inauguración: Día 3, 11 h. Visitas: Horas de apertura Parque Elena de la Cruz
- VIERNES 3 NOV** 20º Aniversario del Centro de la Mujer de Cabanillas del Campo. Acto institucional de conmemoración. Acceso con invitación. 12:00 h. Jardines del Centro de la Mujer
- VIERNES 3 NOV** - **VIERNES 10 NOV** 20º Aniversario del Centro de la Mujer. Exposición fotográfica. Apertura: Día 3, 13 horas. Visitas: Horas de apertura de la Casa de la Cultura
- VIERNES 3 NOV** Programa ActivaT para Mayores: Tarde de Bingo. Entrada libre. 17:00 h. Centro de Mayores
- VIERNES 3 NOV** XI Festival Cortometrajes de Cabanillas "CortoEspaña". Primera sesión de proyecciones. Entrada libre. 19:30 h. Casa de la Cultura
- SABADO 4 NOV** Teatro: "Lover" (teatro de objetos) Marta Marco & Andrés Beladiez. "¡Gira Guadaescena!". Invitaciones en Casa de la Cultura. Para público adulto/joven. 18:30 y 20:30 h. Casa de la Cultura
- JUEVES 9 NOV** - **JUEVES 30 NOV** Espacio de Crianza sobre Disciplina Positiva. Para familias. Sesiones días 9, 16, 23 y 30. Inscripción online. 10:30 - 12:30 h. Casa de la Cultura
- JUEVES 9 NOV** Taller de Técnicas de Estudio "Aprueba sin chuletas": "Tu método de estudio definitivo". Programa de Educación de Calle. Inscripción: 618514718 o 618514779. 17:00 h. Centro Joven Municipal
- VIERNES 10 NOV** 7º Curso de Defensa Personal para Mujeres. Impartido por Alberto L. Prado, maestro judoka y experto en Defensa. Inscripciones: Centro Fitness Municipal. Doble turno: 10:00-13:00 o 16:30 - 19:30 h. Polideportivo Municipal San Blas
- VIERNES 10 NOV** XI Festival Cortometrajes de Cabanillas "CortoEspaña". Segunda sesión de proyecciones. Entrada libre. 20:00 h. Casa de la Cultura
- SÁBADO 11 NOV** Taller Joven. "Guimaldas: bolas de hilo". Organizado por el Centro Joven. Para chicos/as de 12 a 35 años. Inscripciones hasta el día 10 en el 608206790. 18:00 h. Centro Joven Municipal
- SÁBADO 11 NOV** Teatro Infantil: "La Tía Mandarina". De "Tragaleguas Teatro". Espectáculo de la Red de Artes Escénicas CLM. Entradas: 2€. 19:00 h. Casa de la Cultura
- DOMINGO 12 NOV** Evento / Quedada de Motor. Organizada por "Lexus Madrid". Competición de sonido de escapes, limbo con coches bajos, concurso de coches modificados... 16:00 - 20:30 h. Recinto Ferial de Cabanillas
- DOMINGO 12 NOV** Programa ActivaT para Mayores: Tarde de Cine. Proyección de "Los renglones torcidos de Dios", de Oriol Paulo (España, 2022). Entrada libre. 18:00 h. Casa de la Cultura
- LUNES 13 NOV** Taller de Pintura Digital (Nivel iniciación). Para mayores de 65 años. Plan ActivaT de CLM. Inscripciones gratuitas en la Biblioteca Municipal. 09:30 - 13:30 h. Biblioteca Municipal León Gil
- MÉRCOLES 15 NOV** IV Foro Empresarial Logistics Spain. Organizado por "Impulsa Guadalajara". Colabora: Ayto. de Cabanillas. Para profesionales del sector. 10:15 - 13:00 h. Casa de la Cultura
- MÉRCOLES 15 NOV** - **MÉRCOLES 22 NOV** 23º Rally Fotográfico Asoc. de la Prensa. "Guadalajara con 5 sentidos". Apertura: Día 15, 19 h. Visitas: 19:00 - 21:00 h. Casa de la Cultura
- VIERNES 17 NOV** Taller "Inteligencia Artificial para mejorar el día a día". Para mayores de 18 años. Plan ActivaT CLM. Inscripciones gratuitas en la Biblioteca. Plazas limitadas. 09:30 - 13:30 h. Biblioteca Municipal León Gil
- VIERNES 17 NOV** "Aprueba el acceso a Grado Superior o Grado Medio". Reunión para crear un grupo, con el Programa de Educación de Calle. Más info: 618514718 o 618514779. 17:00 - 19:00 h. Centro Joven Municipal
- VIERNES 17 NOV** Programa ActivaT para Mayores: Tarde de Baile. Entrada libre. 19:00 h. Centro de Mayores
- VIERNES 17 NOV** XI Festival Cortometrajes de Cabanillas "CortoEspaña". Tercera sesión de proyecciones. Entrada libre. 20:00 h. Casa de la Cultura
- SÁBADO 18 NOV** Teatro: "Qué difícil es". Compañía "Los 90 Producen". Público adulto. Red de Artes Escénicas CLM. Entrada gratuita con invitación. 20:00 h. Casa de la Cultura
- LUNES 20 NOV** Sesión de extracción de sangre para la donación. Organizada por la Asociación de Donantes de Sangre de Guadalajara. 18:00 - 21:00 h. Centro de Mayores
- VIERNES 24 NOV** Día contra la Violencia Machista. Celebración del 25N en el Centro de Mayores y el Servicio de Estancias Diurnas de Cabanillas. 11:00 h. Centro de Mayores
- VIERNES 24 NOV** Día contra la Violencia Machista. Acto institucional. Lectura del manifiesto del 25N y concentración ciudadana frente al Ayuntamiento. 12:00 h. Plaza del Pueblo
- VIERNES 24 NOV** Programa ActivaT para Mayores: Tarde de Manualidades, taller de punto. Necesaria inscripción previa en el Centro de Mayores o el 949337605. 17:00 h. Centro de Mayores
- VIERNES 24 NOV** 12º Gala del Deporte de Cabanillas. Reconocimiento a los/as deportistas más destacados de la temporada 22/23. Entrada con invitación. 18:30 h. Casa de la Cultura
- SÁBADO 25 NOV** XI Festival Cortometrajes de Cabanillas "CortoEspaña". Cuarta y última sesión de proyecciones. Entrada libre. 20:00 h. Casa de la Cultura
- SÁBADO 25 NOV** Actividad joven: "Atrévete, verdadero o falso". Organiza: Prog. Educación Calle. Juego de preguntas sobre mitos de diferentes ámbitos. 20:00 h. Plaza del Pueblo. 21:00 h. Parque Buero Vallejo
- DOMINGO 26 NOV** IV Ciclo "Más música, por favor". Concierto didáctico con "La extraña medicina del Rey". De la productora Sing-Us. Entrada libre. 13:00 h. Casa de la Cultura
- MARTES 28 NOV** Taller de Envejecimiento Activo: "Vivir comingo mismo/a. La soledad". Imparte: Federación Prov. de Jubilados. Inscripciones en el Centro de Mayores. 10:00 - 11:30 h. Centro de Mayores
- JUEVES 30 NOV** Curso de Manipulador de Alimentos. Titulación homologada. Para jóvenes de 12 a 35 años. Precio: 20€. Inscripciones en el Centro Joven o el 608206790. 16:00 - 19:00 h. Centro Joven Municipal
- VIERNES 1 DIC** Cinefórum Cabanillas. Proyección de "Todos dicen I love you", de Woody Allen, (Musical, EE.UU., 1996) Coloquio posterior. Entrada libre. 20:00 h. Casa de la Cultura

