

# magazine

# CRPS



## Sumario

<b>Editorial .....</b>	<b>4</b>
<b>Últimas noticias</b>	<b>5</b>
	<b>9</b>
• <b>Resumen verano 2023.....</b>	<b>12</b>
• <b>Laboral Ciudad de la Cultura y Jardín Botánico de Gijón .....</b>	<b>14</b>
• <b>Museo de la Real Fábrica de Artillería de la Cavada .....</b>	<b>16</b>
• <b>Centro de Proceso de Datos del Banco Santander .....</b>	<b>18</b>
• <b>Universo Goitia .....</b>	<b>21</b>
• <b>Visita a Santo Toribio y al Seminario Mayor de Comillas .....</b>	<b>23</b>
• <b>Marcha del 0,77% .....</b>	<b>25</b>
• <b>Leonardo Da Vinci, observa, cuestiona, experimenta .....</b>	
• <b>Cesta solidaria .....</b>	
	<b>26</b>
<b>Relatos cortos .....</b>	
<b>Andoni (Sara) y su mochila .....</b>	<b>27</b>
<b>Miniresidencia de ASCASAM .....</b>	<b>30</b>
<b>Entrevistas .....</b>	<b>32</b>
<b>Movie time .....</b>	<b>37</b>
<b>Botánica .....</b>	<b>41</b>
<b>Programa Senior de la UC .....</b>	<b>46</b>
<b>Frases célebres .....</b>	<b>48</b>



### **Vuelta a la rutina**

Este año, acompañados por un verano que se ha alargado más de lo natural, nos resistimos a retomar la rutina hasta entrado octubre.

A continuación, os presentamos un pequeño resumen de nuestra intensa y variada programación estival. Nos detendremos en algunas de las salidas y visitas para ampliaros la información sobre ellas en varios de los artículos y entrevistas de este número.

El resto de nuestros artículos, como es habitual, plasmarán parte de nuestras salidas comunitarias, así como algunos de los temas de interés e inquietudes de nuestro equipo de redacción.

Os animamos además a conocer en detalle los talleres y actividades de la programación ordinaria a través de nuestra cuenta de instagram [@crps\\_padremenni](#).



**// Equipo de redacción //**

# Últimas Noticias



Ya es tradición en nuestro centro estructurar las actividades de verano de forma que lunes y miércoles recibamos la visita de alguna persona experta en distintas áreas (salud, arte, música, deporte, etc.) para compartir con ella parte de la mañana.



**En la primera semana de verano**, el lunes 3 de julio tuvimos la fortuna de contar con la presencia de Antonio Bezanilla, Exdirector General de Urbanismo del Ayuntamiento de Santander. De una forma muy clara y amena, nos explicó el proyecto “Santander, Hábitat Futuro”, en el que el Ayuntamiento ha venido trabajando en los últimos años, contando con la participación ciudadana, para esbozar un modelo de ciudad sostenible,

con un urbanismo regenerativo que parta de las condiciones, necesidades y oportunidades de la ciudad.

El miércoles 5, nuestro equipo de revista entrevistó al escritor Rubén Campo quien, bajo el pseudónimo R. Cosmo y junto con su amiga y tándem literario R. Drake (Rocío Solares), ha coescrito el libro de fantasía “Los Linajes de la Magia”. Podéis disfrutar de la transcripción de esta interesante entrevista en este número de la revista “Magazine CRPS”.

**El resto del mes**, en los encuentros mantenidos con otros profesionales e instituciones, tuvimos la ocasión de acercarnos hasta el Centro de Inserción Social José Hierro para conocer su proyecto de salud mental «Echando raíces», en el que internos con enfermedad mental participan en el cuidado de un huerto ecológico, así como de los perros de la Asociación “Galgos y Podencos”.

Ya en nuestro centro, Julio, responsable de esta asociación, que rescata a galgos y podencos en situaciones de desamparo, nos visitó para ampliar nuestros conocimientos sobre esta asombrosa raza. Además, recibimos a Nacho Giner, bajo del grupo “Menos Lobos”, al Dr. Marcos López Hoyos, director de la investigación “Cohorte Cantabria” y a Román Martínez, Secretario y entrenador del Campoo Rugby Club.





En cuanto a las salidas culturales y de ocio, programadas para martes y jueves, parece que realmente nuestra Cantabria es “Infinita” porque, a pesar de nuestros ya 24 veranos de actividad en el CRPS de Santander, cada temporada seguimos descubriendo y disfrutando de nuevos rincones de su geografía.

Así, el 4 de julio nos desplazamos a la Maruca para una observación del ecosistema intermareal, de la mano de Javi Álvaro Apezteguía, de la Asociación Costaquebrada.

El jueves 6, le hicimos un hueco al arte y nos acercamos hasta el Palacio de Exposiciones para perdernos en “El Oro de Klimt”, la exposición inmersiva que permaneció en Santander hasta mediados de septiembre.

Y, aunque este pasado verano no pudimos disfrutar del sol tanto como lo hicimos en 2022, aun así, durante el mes de julio pasamos dos estupendos días de ocio, picnic y playa en La Magdalena.

Además, el día 13, compartimos la jornada con los compañeros de Torrelavega para visitar el Monasterio de Santo Toribio de Liébana, pasear por Potes y conocer el recién rehabilitado Seminario Mayor de Comillas. Daremos buena cuenta de ello en otro de los artículos.



Unos días más tarde, nos desplazamos hasta Los Corrales de Buelna para nuestra ya tradicional barbacoa veraniega.



**Ya en agosto**, a lo largo del mes, navegamos el Río Cubas en una ruta comentada, visitamos el CEDREAC en Torrelavega, accedimos al Archivo Histórico y al Centro de Proceso de datos del Banco Santander de Solares, conocimos el Observatorio del Arte de Arnúero y el Faro de Okuda en Ajo, recorrimos Mazcuerras en un paseo literario por el pueblo de Concha Espina, rememoramos nuestro pasado histórico en el Museo de la Real Fábrica de Artillería de La Cavada y descubrimos la obra fotográfica de Alberto García Alix, en las Naves de Gamazo. También ampliaremos algunas de estas salidas en las próximas páginas.

En lo que respecta a nuestros encuentros de lunes y miércoles en el CRPS, en agosto:

- Tuvimos la visita de José Elizondo, para presentarnos el poemario “En el Dueso”.
- Antonio, de la Asociación Micológica de Cantabria, nos explicó los rudimentos de la micología.
- Profesionales del proyecto de integración laboral INICIA, en el que participa nuestra institución, nos vinieron a presentar su estructura y funcionamiento.
- Lara Ruiz Campo, de la asociación Nueva Vida, nos mostró la cruda realidad de la trata de mujeres.
- Sara, de la ONG Asamblea de Cooperación por la Paz, organización que trabaja en defensa de los valores democráticos, nos ilustró sobre este tema.
- Julio Rodríguez y María Villar, preparadores físicos del Club OCEJA de fútbol femenino, nos hablaron de hábitos saludables.
- María José Tercero, de la Consejería de salud, nos explicó la implantación de la Ley de Regulación de la Eutanasia en Cantabria.
- Por su parte, Almudena Cantera, en una entrevista que transcribiremos en próximos números, nos habló sobre su trayectoria como reconocida publicista y pintora.



A lo largo del **mes de septiembre**, además de disfrutar de varios días de playa, la curiosidad nos llevó a conocer el Jardín Botánico y la Universidad Laboral de Gijón y a contactar con el programa Santander Capital Natural y a compartir, de su mano, un itinerario ornitológico por el Parque de Las Llamas.

También en este mes de septiembre, abrimos nuestras puertas a la visita del primer equipo del Club Deportivo Oceja, al Centro de día Luz de Luna, a Bienvenido Doalto, del coro “La Voz del Paciente” y a Marta Lanza, coordinadora del Servicio de Comunicación de la Universidad de Cantabria.



**¡Muchas gracias a todos nuestros invitados y a los responsables de las instalaciones y visitas que hemos realizado por compartir con nosotros su tiempo y conocimientos!**



**Equipo de redacción**

laboral  
ciudad de la cultura



**12 de septiembre.** - Poca gente sabe dónde se encuentra el edificio más grande de España. Se trata, ni más ni menos, que de la antigua Universidad Laboral de Gijón, ahora llamada Laboral Ciudad de la Cultura. En una esperada salida fuera de Cantabria nos acercamos a visitarla.

Pero esto fue por la tarde, después de comer. Por la mañana, conocimos el Jardín Botánico Atlántico, un museo vegetal inaugurado en la ciudad en abril del 2003. Se trata de un recinto de 25 hectáreas, de las cuales 19 son visitables, que cuenta, entre otros espacios, con un bosque excepcional de robles centenarios conocido como La Carbayera de El Tragamón.



Divididos en dos grupos, comenzamos nuestro recorrido guiado por las cuatro áreas temáticas del botánico: el entorno cantábrico, la factoría vegetal, el jardín de la isla y el itinerario atlántico.

En el entorno cantábrico pudimos visitar un frondoso bosque con variedad de árboles, del que nuestro guía nos explicó sus principales características y las facultades de algunas de sus plantas.

Siguiendo el recorrido, nos encontramos con la factoría vegetal, donde existen cultivos de plantas de nuestra vida diaria, que nos sirven de alimento, medicina, para hacer tejidos o que tienen un valor simbólico. Una planta curiosa que nos mostraron fue por ejemplo el espárrago, para muchos de nosotros desconocido, ya que no es propio de nuestro entorno. También descubrimos frutos de otros países, así como una planta de la familia del estramonio, la belladona, de la cual el guía nos contó que se extrae la tristemente popular droga llamada *burundanga*.



Más adelante, pudimos ver el jardín histórico de La Isla, propiedad en el pasado del industrial gijonés Florencio Valdés, quien ideó su trazado en 1870.

Se trata de un jardín en el que predomina el estilo inglés o romántico, combinando la flora con túneles, pérgolas, estatuas y juegos de agua en forma de canales, piscinas y estanques. Cuenta con un fabuloso patrimonio de árboles centenarios de orígenes diversos, como diferentes tipos de cedros procedentes del Atlas, el Himalaya o el Líbano. Un paraje, en el que

originariamente se encontraba la residencia de la familia y que fue diseñado para el deleite de los invitados a su finca.





Tras nuestro picnic en el parque de El Molinón, nos dirigimos a la Ciudad de la Cultura. Allí nos esperaba nuestra guía para introducirnos en el mundo de la antigua Universidad Laboral. Nos explicó los usos y actividades a las que en la actualidad está destinada, desde la conclusión de las obras de rehabilitación en 2007.

En el edificio central se encuentran diversas instituciones, como la Facultad de Comercio, Turismo y Ciencias Sociales Jovellanos de la Universidad de Oviedo, la Escuela Superior de Arte Dramático de Asturias, el Conservatorio Profesional de Música y Danza, el Centro Integrado de Formación Profesional, la Sociedad de Servicios del Principado de Asturias y, en los antiguos talleres, Laboral Centro de Arte y Creación Industrial.

En el resto de terrenos se han construido todo tipo de instalaciones, como un campo de golf municipal y el Instituto de Educación Secundaria Universidad Laboral. El que fuera convento de las monjas clarisas, es actualmente la sede de la Radiotelevisión del Principado de Asturias y parte de los terrenos para actividades deportivas son ocupados ahora por el Hospital de Cabueñes, el Tanatorio, el Parque Científico Tecnológico de Gijón y el campus de Gijón de la Universidad de Oviedo.

En el ala norte se ubica la sede de la multinacional alemana ThyssenKrupp Elevator, con su centro mundial I+D+i de la unidad de negocio de escaleras mecánicas, pasillos rodantes y pasarelas de embarque, con una nave de aproximadamente dos mil metros cuadrados, en la cual se prueban los prototipos de los futuros modelos de la empresa.

Destaca también el proyecto para la creación de más de un centenar de miniapartamentos para estudiantes y profesores de la Universidad de Oviedo, a modo de residencia universitaria, basándose en el actual modelo europeo de los colegios mayores de las grandes universidades. Esta oferta quiere ser ampliada también a los alumnos del centro de formación profesional. Aunque la cadena hotelera AC Hotels proyectó la apertura de un hotel de cinco estrellas ocupando la antigua residencia femenina, el proyecto fue suspendido por la crisis económica.

La entrada al patio impresiona por su monumentalidad, con la iglesia y la gran torre de fondo. Concebido en principio como orfanato minero y transformado en el tiempo de su construcción en Universidad Laboral, el edificio de Luis Moya fue pensado como una gran ciudad ideal autárquica y cerrada sobre sí misma, que disponía incluso de una granja de 100 hectáreas y estaba preparada para formar a generaciones de hijos de obreros como profesionales altamente cualificados.

Construida según los ideales de la arquitectura clasicista, el centro de esta ciudad ideal sería la gran plaza central, alrededor de la cual se disponen la magnífica Iglesia, la Torre, el Teatro y los edificios de dirección. En torno a ese auténtico corazón monumental de la

ciudad, se despliegan el resto de dependencias. El conjunto de edificios comenzó a construirse en 1948.

Dentro del edificio de la escuela de arte dramático, visitamos el salón de actos, un local de grandes dimensiones, con una excelente acústica y visibilidad, donde se proyectan películas y se ensayan y representan obras de teatro. En la planta superior, nuestra guía nos mostró la sala llamada de las pinturas, decorada con grandes murales que cubrían toda la estancia, donde se relata la historia de la Universidad Laboral como en un gran comic.

Estas universidades laborales fueron concebidas por el régimen Franquista para formar en toda España a la población juvenil con pocos recursos económicos y darles los conocimientos necesarios para el aprendizaje de un oficio. La de Gijón fue la más grande de las 21 con las que se contó en toda España y, como ya se ha mencionado, la intención era que funcionase como una ciudad autosuficiente, donde los estudiantes, en régimen de internado, eran atendidos por una colectividad de religiosas, las monjas Clarisas, que se hacían cargo de la cocina, la lavandería y la limpieza, mientras que los Jesuitas velaban por la formación de los jóvenes.

Estas universidades tuvieron un gran éxito en su época. En ella permanecían los estudiantes que superaban las notas de ingreso desde los 10 años hasta los 16.

En conjunto pasamos un día estupendo. Las visitas nos parecieron muy didácticas e interesantes y disfrutamos mucho conociendo ambas instalaciones.



Vero A. // José M<sup>a</sup>. T.



### Museo de la Real Fábrica de Artillería de La Cavada

**31 de agosto de 2023.-** Citados en la estación de Renfe de Santander, en esta ocasión no tuvimos que madrugar mucho, lo que más de un usuario seguro agradeció, ya que, el amplio abanico de horarios de trenes hacia La Cavada, nos permitió coger el que salía a las diez y cuarto de la mañana.

Después de un tranquilo trayecto en tren, iniciamos nuestra andadura por el lugar hasta el objetivo de nuestra visita, la Real Fábrica de Artillería, en la que pudimos ver parte del material producido por ésta entre los años 1622 y 1834.

La relevancia de este museo, como patrimonio histórico e industrial, es enorme, ya que fue la primera siderurgia e industria armamentística del país. Como tal, durante más de dos siglos produjo elementos de artillería y munición de hierro destinados a la defensa del Imperio Español y a garantizar su dominio de los mares.

Los cañones de hierro que se fabricaron en esta factoría abastecieron a la marina y a las fortificaciones de los puertos españoles y coloniales, contribuyendo, en gran medida, al mantenimiento del Imperio Español por más de 300 años y a que nuestra lengua sea hablada hoy en día por más de 500 millones de personas.

El museo, y la fundación de Amigos del Museo que lo gestiona, tienen el objetivo de preservar y dar a conocer este importante capítulo de nuestra historia.

Por nuestra parte, durante la visita admiramos maquetas de barcos de aquellos años, la recreación a tamaño real del interior de uno de ellos, todo tipo de objetos realizados con hierro (sables, trabucos, balas de cañón...) y, por supuesto, los cañones, uno de los cuales es todavía usado en las salvas del “Día de la Real Fábrica”, fiesta de interés regional de La Cavada, que tiene lugar el segundo sábado de agosto. En ésta, la Asociación de Amigos del Museo organiza una recreación histórica, con un desfile militar de distintas bandas y agrupaciones, acompañadas por vecinos del pueblo, todos ellos ataviados con trajes de la época.





El acto finaliza con el disparo de la salva de honor a cargo del cañón de 48 libras, el cañón de avancarga, el mayor del mundo, y del que sólo existen 5 ejemplares.

Poniendo de nuevo rumbo a Santander, regresamos con una excelente impresión de nuestro día, con la grata sensación de haber aprendido un montón de cosas nuevas, disfrutando además del buen tiempo, de la naturaleza y de un precioso pueblo de Cantabria.

**Daniel L.**



### Centro de Proceso de Datos del Banco Santander

**10 de agosto de 2023.-** Un búnker en Cantabria, esta pudo ser la noticia que a principios del 2012 apareció en los periódicos locales. El lugar elegido, el municipio de Medio Cudeyo, cerca de Solares. Su promotor, el Banco Santander.

El citado búnker, en funcionamiento desde entonces, tiene como objeto albergar el Centro de Proceso de Datos y el Archivo Histórico del banco. De alta seguridad, es el más avanzado de los cinco que la entidad

tiene en el mundo, tras los ya inaugurados en Madrid, Londres, México y Brasil, y fue planteado para garantizar el crecimiento del Santander, reducir al mínimo el riesgo de las operaciones y aumentar en un 30 por ciento el espacio donde se alojan los sistemas de almacenamiento de datos y servidores de proceso del grupo. Este verano 2023, tuvimos la fortuna de visitar sus instalaciones.

Comenzamos el recorrido introduciéndonos en el Centro de Proceso de Datos, donde nos enseñaron diferentes ordenadores de gran volumen y alto valor económico, aunque ya en desuso, y una exposición de esquemas y flujos informáticos. Después, pudimos ver diferentes oficinas con sus empleados en plena faena. Este centro nos pareció francamente impresionante.

Otro recorrido fue por el Archivo Histórico, donde pudimos ver cosas tan curiosas como una sala que contenía grabados romanos y una chimenea de la época del imperio romano, que anteriormente estuvo en el despacho del consejo del banco. En otra dependencia se encontraban los retratos de los presidentes de las 50 entidades que el Santander ha ido absorbiendo en sus más de 160 años de trayectoria.

Se trata del primer archivo bancario en línea, contando con más de 15.000 documentos digitalizados y diferentes colecciones de arte vinculadas a la historia del Banco Santander.

Ambos recintos, Archivo y Centro de Proceso de Datos, tienen además sendas instalaciones bajo tierra, a prueba de bombas, terremotos o explosiones.



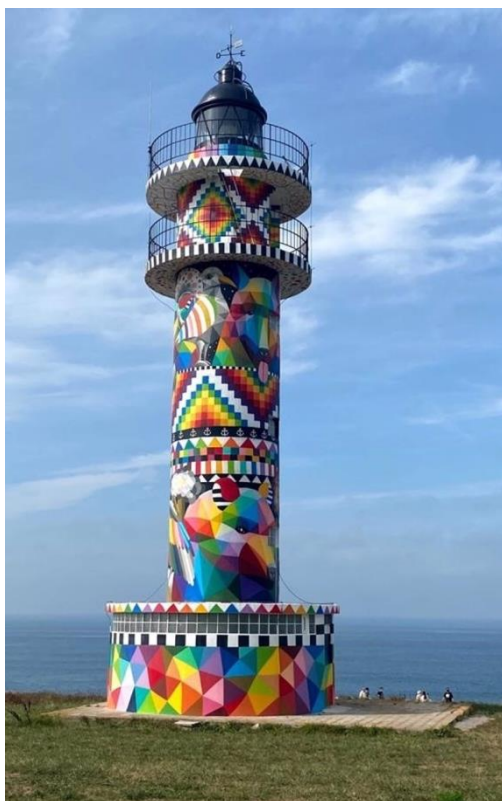
Tras dejar Solares, nos dirigimos a visitar el Observatorio del Arte de Arnúero, situado junto a la Iglesia de Nuestra Señora de la Asunción. Allí, pudimos ver una exposición sobre la maestría y tradición de los profesionales trasmeranos dedicados a oficios como la cantería o la campanería.

Estos, trabajaron en Cantabria construyendo iglesias, puentes, molinos, casonas, retablos, campanas, pero también fueron muy apreciados y valorados fuera de nuestra región, sobre todo en Castilla, Andalucía y Portugal, participando en la construcción de las grandes catedrales y otros edificios hoy patrimonio de la humanidad.

Visitamos después la Iglesia de Nuestra Señora de la Asunción, en la que destaca el retablo más importante del plateresco en Cantabria, realizado en 1542 por Simón de Bueras.

Por la tarde, habiendo comido por la zona, nos acercamos a Ajo, a ver su faro, intervenido en 2020 por el artista santanderino Óscar San Miguel, cuyo nombre artístico es Okuda. La realización de esta obra estuvo rodeada de mucha polémica y desató la indignación de incontables personas y colectivos, pero finalmente se llevó a cabo por encargo de la Autoridad Portuaria y con el apoyo del entonces presidente de la Comunidad Autónoma de Cantabria, Miguel Ángel Revilla.

Personalmente, a nosotros, esta colorista obra que destaca en el paisaje nos gustó mucho.



Vero A. // José M<sup>a</sup>. T.



**Exposición Universo Goitia  
septiembre – octubre 2023  
Centro Cívico Tabacalera**

**9 de octubre 2023.-** En una mañana más de agosto que de octubre, de la mano de nuestro gestor cultural favorito, Jesús Mazón, tuvimos la oportunidad de adentrarnos en el particular universo del pintor Vasco Ignacio Goitia.

Con más de 35 años de carrera a sus espaldas, Ignacio Goitia (Bilbao, 1968), cuenta con una gran proyección internacional. En los últimos años ha realizado con éxito, numerosas exposiciones en diferentes ciudades como Roma, Miami, Bruselas, París, Bilbao, Nueva York, Monterrey, Lisboa o Madrid.

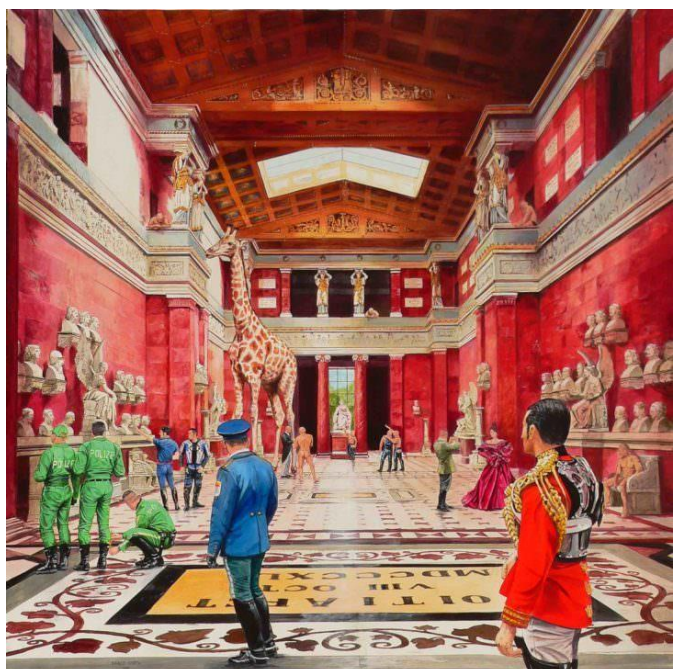
Licenciado en la especialidad de pintura por la Facultad de Bellas Artes de la Universidad del País Vasco, donde realizó también un doctorado en historia del arte, compaginó sus estudios universitarios con diversos cursos de formación en Florencia, La Habana, Inglaterra y París.

Viajero incansable en busca del conocimiento y la belleza, reinventa en sus obras los lugares visitados, aportando nuevos significados y temáticas que le preocupan.

A través de sus pinturas figurativas, de gran formato, el artista reflexiona sobre problemáticas actuales como el respeto a la diversidad, o cuestiones atemporales como la utilización del arte por los poderes establecidos a lo largo de la historia.

Para esta exposición de Santander, Goitia ha seleccionado obras de diferentes períodos de su trayectoria artística, como resumen de las temáticas que ha ido afrontando en todos estos años de trabajo.

En esta muestra de Tabacalera pudimos contemplar algunos ejemplos de varias de sus series como “Jirafas”, en la que reflexiona sobre la relación entre las grandes arquitecturas y los poderes establecidos o “Suite Basque”, que reivindica las tradiciones locales frente a la homogeneidad que impone la globalización. Asimismo, contemplamos su particular reflexión sobre otros aspectos que le inquietan como la inmigración o el respeto por lo diferente.



Comprobamos que, como elemento común en todos estos trabajos, destaca la combinación de figuras oníricas y ensoñaciones representadas en entornos arquitectónicos clásicos. Una combinación que, junto con el gran formato de las obras, la precisión del dibujo y la colorida paleta del pintor, ciertamente nos impresionó.



**Nacho G. // Dani L.**





## AÑO JUBILAR LEBANIEGO 2023·2024

**13 de julio de 2023.-** Corre el siglo VIII y dos acontecimientos hacen que un monasterio perdido en los montes lebaniegos se sitúe en el centro de la cristiandad.

Toribio, obispo de Astorga, contando con el permiso del Papa, había llevado a esta ciudad el Lignum Crucis, el trozo más grande de la cruz de Cristo. A mediados del siglo VIII, dicha reliquia fue trasladada al actual Monasterio de Santo Toribio, en ese momento un pequeño monasterio dedicado a San Martín de Turieno, para ponerla a salvo de los musulmanes que se encontraban ya a las puertas del norte de la península.

Este fue el revulsivo para que el Monasterio de Santo Toribio y Liébana se convirtieran en un importante lugar de Peregrinación.



La celebración del Año Santo se inicia en el siglo XVI, tras la bula del Papa Julio II, que convirtió al Monasterio de Santo Toribio en uno de los lugares santos más importantes del mundo, junto con Roma, Santiago de Compostela y Jerusalén. Desde entonces, el Año Jubilar Lebaniego se celebra los años en los que el 16 de abril, festividad de Santo Toribio, cae en domingo.

El segundo acontecimiento histórico que subraya la importancia de este lugar fue el hecho de que en este mismo monasterio tomara el hábito una de las figuras clave de la Iglesia hispana y europea: el Beato de Liébana. Este monje, dotado de una cultura excepcional, escribió allí en el año 776 sus *Comentarios al Apocalipsis*, que difundieron la creencia en un inminente fin del mundo. Los veintiséis ejemplares que se conservan constituyen uno de los tesoros documentales más impresionantes de la Edad Media, famosos por la profusión y calidad de sus miniaturas.

Atraídos por el interés de todo esto y, aprovechando que este 2023 era año Jubilar, decidimos dedicar una de nuestras salidas del verano para visitar Liébana.

Al principio el día no parecía que nos iba a acompañar. Salimos lloviendo desde los Campos de Sport del Sardinero y, desde allí, a Torrelavega, ya que debíamos recoger a un grupo de compañeros del CRPS de Torrelavega que se habían animado a sumarse a la salida.

Por el camino paramos, como es típico y casi obligatorio, en Unquera, a tomar un café con corbatas y descansar.

A medida que subíamos el Desfiladero de la Hermida y nos acercábamos a nuestro destino

el día se iba despejando y, cuando por fin llegamos a Santo Toribio, contra todo pronóstico, hacía un día espléndido. Como es tradición, atravesamos la Puerta del Perdón, escuchamos la misa del peregrino e hicimos la reverencia al Lignum Crucis, la Santa Cruz.



Desde allí bajamos a Potes, el principal pueblo de esta comarca reconocida, entre otras cosas, por su orujo, su cocido lebaniego y sus quesos, en especial, el de Tresviso.

Decidimos descender hacia el paseo empedrado junto al río Deva y disfrutar de esta parte del pueblo, mucho más tranquila que el bullicioso centro y que la zona alrededor de la Torre del Infantado. El río no llevaba mucha agua, pero, aun así, nos entretuvimos mirando a los peces y los patos. Un poquito más adelante encontramos una plaza muy bonita a la sombra, con una terraza toda para nosotros, parecía que nos hubiera estado esperando, donde pudimos degustar lo que viene siendo un buen café.

Una vez comidos, a la fresca del río, dimos una vuelta por las calles empedradas del pueblo hasta coger el autobús y dirigirnos a nuestro próximo destino: el Seminario Mayor





de Comillas, cuya rehabilitación, que concluyó la pasada primavera, ha conseguido que este imponente edificio modernista vuelva a lucir en todo su esplendor.

La construcción del seminario data de finales del siglo XIX cuando Antonio López, primer Marqués de Comillas, propone a los Jesuitas la construcción de un colegio para los niños sin recursos de la zona. La idea no convence a éstos, quienes reorientan el proyecto hacia un seminario para la evangelización de América.

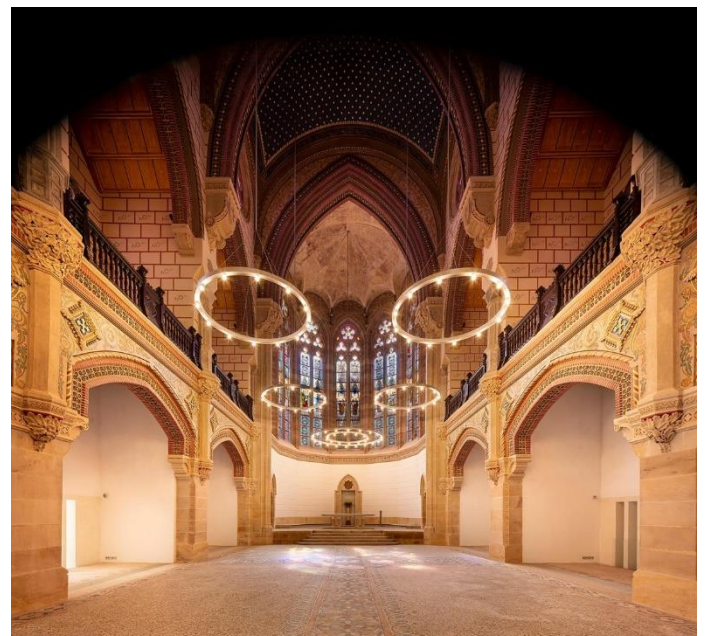
Los planos fueron diseñados por el arquitecto catalán Joan Martorell i Montells, quien por entonces ya trabajaba en Comillas en el conjunto monumental de Sobrellano, mientras que la ejecución de la obra recayó en un primer momento sobre Cristóbal Cascante y, tras su muerte en 1889, sobre Lluís Domènech i Montaner, quien finaliza la construcción del edificio en 1892.

El Seminario se enmarca en el estilo denominado Historicismo, propio de los años finales del siglo XIX, que emplea el gótico y el mudéjar por considerarlos como la verdadera arquitectura española. La contribución de los numerosos y brillantes arquitectos, artesanos y artistas que intervienen en su construcción y ornamentación dio como resultado la conjugación de todas las artes y técnicas en un cargado lenguaje simbolista que sorprende al visitante.

Ya solo la Puerta de las Virtudes, diseñada por Domènech i Montaner, merece un largo y detallado análisis. Lo mismo ocurre con el vestíbulo y la escalera, con sus arquerías, vidrieras, pinturas y artesanado en madera, que deleitan la vista.

Especial asombro nos causaron tanto la sala del Paraninfo, con sus pinturas en telas sobre tabla con escena bíblicas, como la iglesia, con sus techos entelados en un azul brillante cuajado de estrellas.

En todo el recorrido el guía nos fue descubriendo el secreto detrás de cada elemento simbolista. Parecía que nos encontrásemos dentro del cuento de " Alicia en el país de las maravillas" y que en cualquier momento podía asomarse por un rincón el conejo blanco con su reloj.



En resumen, un día redondo.

Noelia B. // Susana C. // Caro R.

**INVITACIÓN A SER FELIZ**  
**DÍA DEL ABRAZO Y SIN POBREZA EN CANTABRIA**  
 PRINCIPIOS, **CAMINA POR SANTANDER**  
 AMOR Y **EL 20 DE OCTUBRE**  
 VOLUNTAD

MARCHA SOLIDARIA POR SANTANDER EL VIERNES 20 DE OCTUBRE

Gracias por Ayudar

Educación y Derechos Humanos

Ayuda a las personas sin esperar nada a cambio

Caminando por el 0,77% Solidario

10:00 h	10:15 h	10:40 h	11:15 h	12:00 h
Ayuntamiento de Santander	Delegación del Gobierno	Gobierno de Cantabria	Cocina Económica	Parlamento de Cantabria Acto Solidario

**PARTICIPA LLEVANDO ALIMENTOS Y AYUDA AL CUIDADO DE LAS PERSONAS**

**SI QUEREMOS ES POSIBLE Y JUNTOS LO CONSEGUIREMOS**

información: 609 449 834 - iniciativa077@hotmail.es

**Marcha del 0,77% por el “Día Internacional para la erradicación de la pobreza”**

Por Caro R.

**20 de octubre.** – Cada año, alrededor del 17 de octubre y desde hace más de 30, se conmemora este día. Diversas entidades, dentro de sus competencias, llevan a cabo actuaciones para sensibilizar, concienciar y desarrollar planes encaminados a frenar esta “grave herida social” que es la pobreza.

En 1987, el sacerdote francés Joseph Wresinski - fundador del movimiento por los derechos humanos ATD Cuarto Mundo y una de las primeras personas que pone en evidencia el vínculo directo entre los derechos humanos y la extrema pobreza— hizo un llamamiento para luchar contra esta lacra, animando a conmemorar

el Día Mundial para la Superación de la Pobreza Extrema.

Cinco años más tarde, la Asamblea General de las Naciones Unidas, inspirada en ese llamamiento, declaró el 17 de octubre como Día Internacional para la Erradicación de la Pobreza.

Quisiera subrayar que deberíamos dejar de observar la pobreza exclusivamente como una falta de ingresos. Se trata de un fenómeno multidimensional que comprende, además, la falta de las capacidades básicas para vivir con dignidad. La pobreza es en sí misma un problema de derechos humanos urgente y es a la vez causa y consecuencia de violaciones de los derechos humanos, pues se caracteriza por vulneraciones múltiples e interconexas de los derechos civiles, políticos, económicos, sociales y culturales, y las personas que viven en ella se ven expuestas regularmente a la denegación de su dignidad e igualdad. Reducir la pobreza y erradicarla es por tanto una obligación de todas las sociedades.

**“Trabajar contra la pobreza es una inversión no un coste...”**

Me gustaría recordar que la organización 'Cantabria en marcha por el 0,77% solidario' lleva ya recorridos los 109 municipios de esta provincia, reuniendo toneladas de alimentos para ser luego donados a diferentes instituciones sin ánimo de lucro, y apelando a que esa pequeña parte de nuestros impuestos, el 0,77%, vayan destinados a erradicar la pobreza.

En este emotivo e inspirador día, lleno de reencuentros y también de grandes vientos y lluvia, el estado de alerta amarilla y la mala climatología no fueron impedimento para que más de medio centenar de personas voluntarias, llegadas también de otras provincias e implicadas de una manera o de otra con el movimiento, se unieran a la marcha. En esta ocasión, en el lema se leía “Día del abrazo y sin pobreza en Cantabria. Caminando por las personas, la sanidad y la educación”. Se podía participar además aportando alimentos y ayuda para la Cocina Económica de Santander y el Banco de Alimentos de Cantabria.

La 109 edición de la Marcha por el 0,77% Solidario recorrió el centro de Santander con paradas en las instituciones, invitando a la ciudadanía y representantes de éstas a unirse para “ayudar a las personas sin esperar nada a cambio”.

Yo misma participé en la marcha con gran ilusión como muestra representativa de la organización EAPN - Cantabria (European Anti Poverty Network), red de entidades que luchan contra la pobreza y la exclusión social a nivel europeo.

La animada caminata partió a las 10:00 horas desde el Ayuntamiento de Santander, con rumbo a la Delegación del Gobierno y, desde allí, hasta la sede del Gobierno Regional, continuando hacia la Cocina Económica, donde se entregaron los alimentos.

La meta final fue el Parlamento de Cantabria, donde concluyó la marcha con un acto de entrega de diplomas por parte del 0,77% a Ángela Moreno y Herme Calle, dos grandes mujeres octogenarias que continúan dedicando su vida al cuidado de las personas desde la Cocina Económica, agradeciendo y reconociendo su inmensa labor.

El acto, envuelto en un clima distendido y entusiasta, contó con intervenciones de los portavoces de la cámara regional y la Cocina Económica, invitando a todos a unirse y echar una mano para mejorar Cantabria.

El evento concluyó con un repaso expositivo en imágenes y las pancartas en forma de corazón de los 18 años de camino por los pueblos de Cantabria y de varias Comunidades de España y con el esperanzador himno de la marcha “Si queremos es posible y juntos lo conseguiremos...”

Los voluntarios animaron e invitaron a toda la ciudadanía a participar en la siguiente marcha, convocada para el 10 de diciembre por los municipios de Santoña, Escalante, Argoños, Noja, Arnuelo, Meruelo y Ajo-Bareyo.

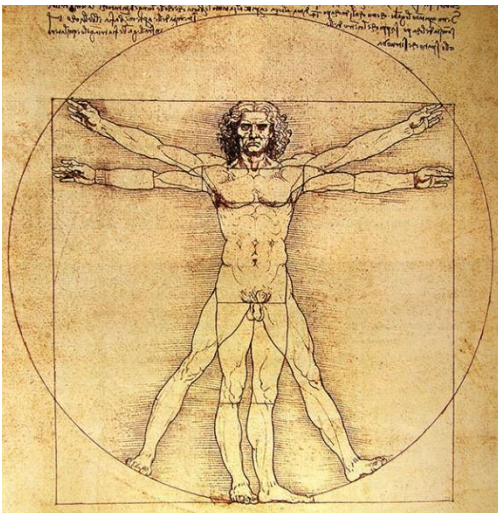
Traslado aquí uno más de los mantras que bien definen este movimiento:

**“Gracias por compartir y ayudar y buen camino libre...”**



**Plaza Porticada, del 11 de octubre y el 8 de noviembre. – Fundación "la Caixa" en colaboración con el Ayuntamiento de Santander**

Leonardo Da Vinci nació el 15 de abril de 1452 en Anchiano, un pequeño pueblo cerca de Florencia. Es uno de los ejemplos más conocidos de polimatía, rasgo de la personalidad de aquellos que no tienen suficiente con una sola rama del saber y experimentan y sobresalen en varias de ellas. Porque, Da Vinci, fue a la vez pintor, escritor, poeta, músico, escultor, inventor, arquitecto, ingeniero, urbanista, botánico, anatomista y filósofo.



Este sabio del Renacimiento cultivó su conocimiento a través de la observación, la experimentación y las analogías, que a menudo ponían en duda teorías inmutables e ideas preconcebidas de su tiempo.

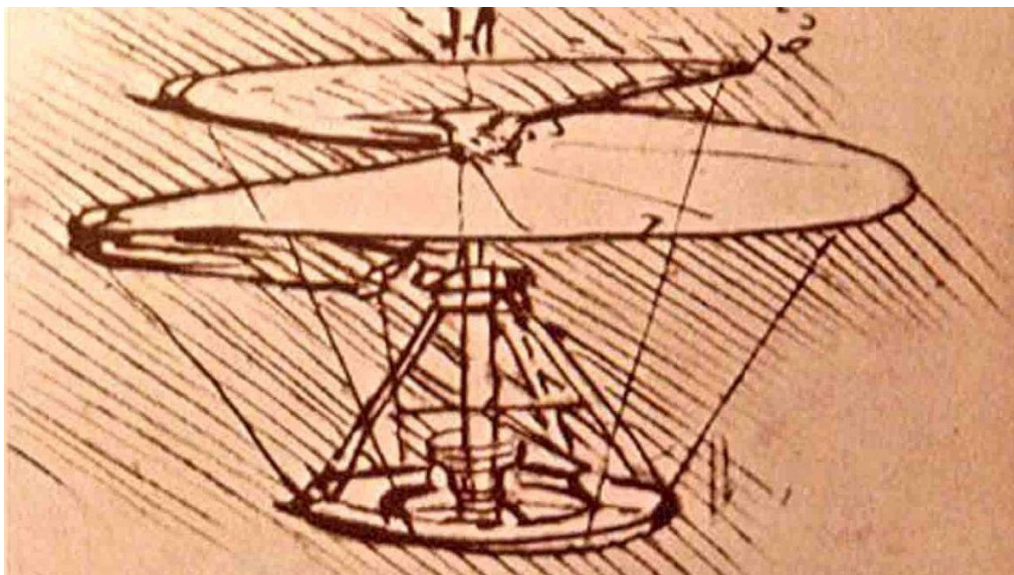
Estos han sido los rasgos que se han intentado subrayar en la muestra "Observa, Cuestiona y Experimenta" de La Caixa. No se pretende presentar a Da Vinci como un genio, sino destacar su actitud ante la vida, esa forma de mirar e interactuar con la realidad, esa curiosidad que dio rienda suelta a su genialidad.

Sus investigaciones científicas fueron, en gran medida, olvidadas y minusvaloradas por sus contemporáneos, seguramente por ser demasiado adelantadas para su tiempo; su producción pictórica, en cambio, fue de inmediato reconocida como la de un maestro capaz de materializar el ideal de belleza. Algunas de sus pinturas más notorias y conocidas son La Mona Lisa, La Última Cena y el Hombre de Vitruvio.

En nuestra salida de integración comunitaria a la muestra de la Plaza Porticada, descubrimos los principios de la creatividad de Da Vinci a través de contenidos interactivos y audiovisuales y de juegos y modelos de algunos de sus inventos realizados a escala real.

Comenzamos visionando un breve vídeo sobre su forma de pensar y ver la realidad. Después, nos propusieron participar en unas actividades lúdicas para darnos la oportunidad de ponernos en la perspectiva de Leonardo a través de juegos interactivos y mecánicos.

Todos estos contenidos nos dieron a conocer al gran inventor: su biografía, sus obras y, en especial, sus inventos. Se nos explicó el camino que siguió para idearlos y como, a pesar de que muchos de ellos fueron fallidos, tuvieron una gran importancia en el futuro en posteriores descubrimientos que revolucionaron la ciencia como el reloj, el paracaídas, el helicóptero o los vehículos blindados de combate.



**Carlos M.**



### Diciembre de 2023.- Cesta solidaria

Los usuarios del CRPS nos acordamos especialmente en las fechas navideñas de los más necesitados y, por ello, intentamos compartir una pequeña cantidad económica.

Como saben nuestros lectores, desde hace varios años, la manera en la que lo venimos haciendo es organizando una cesta, modesta, pero hecha con gran cariño. A la cabeza de la iniciativa, nuestro equipo de revista.

Así que, a principios de mes, calculadora en mano, para no pasarnos del presupuesto, nos fuimos al completo al BM. Llenamos el carro de cosas ricas: embutido, quesos, sidra sin alcohol, bonito, espárragos, panetone... y muchas más delicias navideñas ¡¡Qué suerte para el afortunado!!

Cuando regresamos al centro, ya algunos compañeros habían colocado la cuna de la cesta y otros estaban preparando los números de la rifa. Una vez rellena y decorada, rápidamente volaron los 100 números de las participaciones, adquiridas por dos euros cada una.

Un año más, el dinero recaudado con las papeletas se entregará a la Iglesia de San Pío X, localizada en General Dávila. Dicha parroquia, entre sus proyectos solidarios, entrega una vez al mes lotes de comida y artículos de primera necesidad a los más necesitados del barrio.

**¡Muchas gracias a todos los participantes y felicidades al agraciado!**

Noelia B. // Susana C.



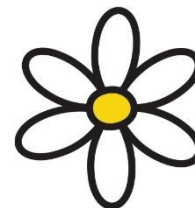
# Relatos Cortos

## Margarita

La que es blanca por fuera y amarillo su corazón,  
es la flor,  
la flor del amor.

Qué bella eres y qué inocente sois.  
Me quieres, no me quieres.  
Y pétalo a pétalo, van derramando  
su olor.

Una abeja se acerca,  
la miel se lleva,  
dulce su sabor,  
sabor de amor.



## A través del espejo.

A través del espejo veo nubes y veo claros.  
A través del espejo veo sus sollozos  
y la miro y la veo, y la veo y la miro..  
a través del espejo.

## Nacho G.



## ANDONI (SARA) Y SU MOCHILA

Aunque habitualmente la sección es de Andoni, como en esta ocasión Sara le ha acompañado en el viaje, este artículo lo han escrito a cuatro manos.

**El jueves 8** de junio, 20 usuarios de los diversos dispositivos de Ascagam, (CRPS Colindres, CRPS Santander, centro ocupacional, piso tutelado y mini residencia de la capital cántabra), junto a 4 trabajadoras de la entidad, viajamos rumbo a Canarias, en concreto a la isla de Gran Canaria.

Recordamos que este archipiélago consta de 8 islas: Tenerife, Gran Canaria, Lanzarote, Fuerteventura, La Palma, La Gomera, Hierro y La Graciosa.



Ese día tocaba madrugón. Nos despertamos a las 6 de la mañana y estábamos muy nerviosos, la verdad. Después de una ducha fría, ya que, casualidad, no había agua caliente, revisamos por última vez si estaba todo. Llevábamos una maleta y una mochila, y parecía que ésta última iba a reventar de toda la ropa que habíamos metido, de modo que apenas cabía el picnic que nos habían preparado con todo el cariño del mundo para comer ese primer día en el avión. Desayunamos y cogimos a las 8:20 el autobús 17, a 100 metros de nuestra residencia, hasta la estación de bus y de tren. Allí, nos esperaban los compañeros y nuestros familiares, de los que nos despedimos a las 9:30.

Desde allí cogimos una furgoneta y nos desplazamos al aeropuerto de Bilbao, desde donde salía nuestro vuelo. Llegamos con tiempo de sobra para facturar la maleta. A las 13:25 despegó el avión rumbo a Gran Canaria. El trayecto fue de 3 horas y media. A los que estábamos sentados atrás, se nos hizo muy ameno, porque iba un grupo de despedida de soltero de fin de semana que se lo estaba pasando bomba.

Una vez en Gran Canaria, el autobús que habíamos alquilado, nos llevó a la Playa de los Ingleses, aproximadamente a 30 minutos. Al llegar, nos asignaron las habitaciones y quedamos a las 6 para dar un paseo por la zona. Señalar, que el primer día acusamos especialmente el cambio de clima, sentimos un calor asfixiante, pero nos fuimos acostumbrando durante la estancia.

El horario de desayuno del hotel era de 7:30 a 10:30, la comida de 12 a 15 y la cena de 18:30 a 21:30. Había un bufet con gran variedad gastronómica de las islas (mojo picón con papas arrugadas, postres, paellas, carne y pescado, ...). Después de cenar, esa primera noche acabamos jugando al billar.

**El viernes 9** desayunamos a las 9 de la mañana y después fuimos a un centro comercial denominado "SAN AGUSTIN". Posteriormente volvimos al hotel, ya que había sesión de aquagym y nos lo pasamos genial. Comimos y, tras un rato de relax, nos fuimos a la playa. La temperatura del agua del mar era perfecta, lo malo es que la arena estaba muy sucia de restos vegetales. Después de cenar, vimos la actuación de la Reina del Rock and Roll, una chica proveniente de Noruega.

**El sábado 10** desayunamos pronto, ya que estaba programada una caminata hasta el faro de Maspalomas.

El camino en sí no es duro, pero se juntó el calor asfixiante con parte del trayecto entre dunas, de modo que a un compañero hasta le dio una insolación, al pobre. Cuando llegamos al faro nos esperaba un guía turístico que nos explicó su historia. La vuelta al hotel la hicimos en bus, menos mal, y esa tarde fue de merecido descanso. Cenamos prontito, a las 19:30, ya que la final de la *champions* era a las 21 horas peninsular, por lo tanto, a las 20 horas en Canarias. Vimos el *Manchester City- Inter de Milán* con un resultado de 1 a 0 a favor del equipo inglés.



**El domingo 11** alquilamos un mini bus y fuimos al puerto de la localidad de Mogán, cuya población alcanza los 21.000 habitantes.

Es una zona muy bonita, con muchas flores y mucho colorido. La gente en Canarias por lo general es muy maja y hospitalaria, lo que se demostró una vez más en Mogán. Comimos en un prado a la sombra y posteriormente fuimos a un centro comercial de la localidad donde aprovechamos para comprar recuerdos. Después, algunos como Andoni, aprovecharon para darse un baño en la playa hasta la zona de



las boyas, que parecían cercanas, pero no lo estaban tanto. Tuvieron que dar unas buenas brazadas. Otros, como Sara, aprovecharon para disfrutar de una cafetito en una terraza.

A las 16 horas volvimos en bus al hotel y dimos otro largo paseo por la Playa de los Ingleses. Después nos juntamos todos los componentes del grupo para conversar un rato y echar unas risas. Tras la cena, algunos disfrutamos de la animación de esa noche, unos trucos de magia, y otros decidieron ir a la habitación. Andoni optó por esto último y vio la película "El gran jefe" y charló con su compañero de cuarto.

**El lunes 12** visitamos una iglesia ecuménica, es decir, que alberga todas las religiones. Posteriormente, a las 12:30 horas hicimos aquagym y a las 13:30 un taller de cocina para preparar un mojito. Por la tarde, volvimos al centro comercial San Agustín y no ocurrió nada más reseñable.

Como inciso, ya sabéis que el tabaco es bastante más barato en Canarias que en la península, y muchos aprovechamos la ocasión para comprarlo, ya sea para uso propio o para algún familiar y/o amigo. El gran momento de ese día fue después de cenar, ya que hubo karaoke y nos lo pasamos en grande. Andoni subió a cantar con un compañero la de "20 de Abril" de Celtas Cortos y no pararon de botar y mover el esqueleto. El karaoke duró de 21:30 a 23 horas.



**El martes 13** fue, por decirlo de alguna manera, el día grande, ya que fuimos a la capital, Las Palmas de Gran Canaria. Tiene una población de 380.000 habitantes y a Andoni le recordó un poco a Bilbao, sobre todo la parte vieja. Alquilamos un mini bus y nos dejó en el barrio llamado "Vegueta". Lo primero que hicimos fue visitar el mercado del barrio con una amplia variedad de productos alimenticios. Nos sacamos muchas fotos por la zona del casco viejo y entramos en las típicas tiendas que venden productos autóctonos.

La siguiente parada fue en el museo canario, donde el guía nos contó la historia de la isla y muchas cosas más. Después de esa visita fue el turno de la comida en un parque cerca de Vegueta.

Desde las 14:30 hasta las 17:45 tuvimos tiempo libre. Dedicamos esas 3 horas y cuarto a patear la ciudad. Andoni compró un dedal para su ama, aloe vera, una figura para Raquel, una de sus hermanas, y tabaco. Para finalizar el día, en el hotel asistimos a un espectáculo en el que bailaron 3 chicas que hicieron acrobacias y muchos ritmos dignos de ver. ¡Una pasada!

**El miércoles 14** fuimos al jardín botánico y después decidimos ir al mercadillo a comprar varias cosas, entre ellas, Andoni, un grabado del Athletic Club de Bilbao y una camiseta negra de Scorpions. A las 13.30 hicimos un taller de cocina... y a comer. Posteriormente nos dimos un baño en la piscina y preparamos la maleta ya que nos íbamos el día siguiente. Ese día cenamos pronto, a las 20 horas.

**El jueves 15** desayunamos todos a las 7:30 de la mañana y a las 8:10 estaba esperando

un bus organizado hasta el aeropuerto de Gran Canaria. Sin tiempo más que para fumar un cigarro, facturamos la maleta, hicimos el check in pertinente y embarcamos en el avión. El trayecto duró 3 horas.

Durante toda la estancia sacamos un montón de fotos y videos para hacer un montaje. Además, creamos un grupo de WhatsApp para que las 24 personas que formábamos el grupo estuviésemos conectados.

Tuvimos, suerte ya que en el aeropuerto de Bilbao nos esperaba una de las trabajadoras de "Asacasam" y nos dejó en la puerta de la residencia.

\* A ESTA EXPERIENCIA LE PONEMOS, POR LO MENOS, UN 7 DE 10. MUCHAS GRACIAS A ARANTXA, MARI, SARA Y LUCÍA POR ACOMPAÑARNOS.

Sara A. // Andoni G.

### **Mini Residencia ASCASAM**

Ascagam (Asociación Cántabra Pro Salud Mental) forma parte de la Confederación de Salud Mental España, que agrupa a 300 entidades que en total suman más de 45.000 socios. La sede central está situada en la calle Isabel II nº 21 de la capital cántabra.



Ascagam tiene centros de rehabilitación psicosocial en Colindres, Santander y Reinosa, así como un centro ocupacional en Santander. En cuanto a estructuras residenciales, cuenta con un piso tutelado en el centro de Santander y una mini residencia situada en el barrio de San Román de la Llanilla. En esta última, en funcionamiento desde hace 17 años, residimos 20 usuarios (10 chicos y 10 chicas) con algún tipo de trastorno mental. En la planta baja del edificio tenemos la cocina, el comedor, el salón, la lavandería, un

despacho y una habitación.

El primer piso tiene 2 baños, 5 habitaciones y el despacho principal. El segundo piso, 5 habitaciones, 2 baños y un mini salón con acceso a internet. También hay un ascensor.

En el exterior, tenemos un espacio tanto de césped como de hormigón, que rodea toda la finca. En el prado tenemos unas cuerdas para poder tender la ropa, un terreno para poder aparcar coches y, en la parte de atrás, se ha montado recientemente una caseta para las herramientas de jardinería.

Nosotros somos los encargados de realizar las tareas para mantener el orden y el buen estado del inmueble: limpieza de habitaciones y baños, turnos de lavandería, recogida y limpieza tanto del comedor como de la cocina después de cada comida...

En cuanto a horarios, entre semana la hora de levantarse es a las 7 de la mañana y los fines de semana y festivos a las 9. Comemos a las 2 del mediodía y la comida nos la suministra el catering "Como en casa". Aunque haga publicidad, he de reseñar que está todo riquísimo y la alimentación es muy variada.

La merienda es a las 17:30 horas, preparamos la medicación a las 20 horas y empezamos a cenar a las 20:45horas.

La hora máxima para irnos a dormir es a las 12 de la noche los días laborables y la 1 de la mañana los fines de semana y vísperas de festivo.

Hay un montón de trabajadores en la residencia las 24 horas del día los 365 días del año.

Frecuentemente realizamos alguna actividad conjunta fuera de la mini como, por ejemplo, salir de excursión a la Virgen del Mar, jugar al baloncesto en el complejo deportivo Ruth Beitia, hacer senderismo desde el cementerio de Ciriego en dirección a Liencres, realizar las compras en el Mercadona o ir a la playa de los Peligros. También se realizan algunos talleres como el de madera, habilidades sociales, pintura, dibujo o clases de inglés. Celebramos una asamblea una vez al mes y a veces vemos películas.

Como recientemente nos concedieron una subvención para hacer deporte, la hemos empleado en ir a montar a caballo al centro ecuestre "El Bocal" un domingo por la mañana, así como a recibir 5 clases de pádel en el centro deportivo "Marismas". Esta experiencia nos gustó muchísimo, así que vamos a repetir. También está planeado realizar *aquagym*.

Espero que con este artículo os hayáis hecho una idea de cómo es la vida en el chalé de la calle Corceño 42.

**Andoni G.**



# Entrevistas

## 9 de octubre de 2024.- Entrevista en Amennizate Radio

Este otoño, una compañera del CRPS de Santander y yo fuimos invitados a realizar una entrevista en Amennizate radio, la radio del Centro Hospitalario Padre Menni de la capital cántabra. Allí nos recibió Emma, una de las integradoras, quien nos había pedido que compartiéramos nuestra experiencia de la estancia en el hospital y tras el alta.



Voy a resumir a continuación el contenido para compartir la experiencia también con los lectores de esta publicación:

“Por aquel entonces, en 2018, yo vivía en Bilbao y estaba muy descompensado. Provengo de esta ciudad, por lo que también vivían allí mis padres y dos de mis hermanas. En cambio, Raquel, otra de mis hermanas residía en Santander. En una visita de Raquel a casa de mis padres me habló del Centro Hospitalario Padre Menni y de que ella creía que allí

podían ayudarme. Sabía que estaba muy perdido en la vida, así que decidí venir a Santander.

Reconozco que era muy reacio a ingresar en cualquier sitio porque tenía miedo a lo que iba a encontrarme pero, entrar en el hospital, ha sido una de las mejores decisiones que he tomado en mi vida. Ingresé en Mayo de ese año y durante 6 meses participé en muchas actividades como en Amennizate radio o el taller de escritura creativa o el de informática. En Noviembre del 2018 me dieron el alta y me fui de alquiler en un piso pequeño por la zona de la plaza de toros de Santander. Primero estuve varios meses trabajando en Campoo de Yuso y, posteriormente, entré en Amica, realizando tareas en los talleres de informática, de madera y de jardinería. El mejor recuerdo que tengo de entonces es de cuando pasamos varios días en una casa rural en Valencia.

Pero caí en una profunda depresión y me costaba un mundo hacer cualquier cosa. Por ello, en 2020 decidí ingresar por segunda vez en el hospital y, al poco, nos pilló el COVID, con lo que fue una época complicada ya que, salvo un rato que estábamos en el gimnasio y otro en el centro social, las restricciones sanitarias nos obligaban a permanecer la mayor parte del día en la unidad.

Cuando me dieron el alta, esta segunda vez me fui a vivir a casa de mi hermana Raquel y su familia y entré en el CRPS. Al principio, también debido al COVID, éramos grupos “burbuja” de pocas personas pero, poco a poco pudimos ir recuperando la normalidad. Las actividades que realizamos en el CRPS son muy variadas y abundantes: taller afectivo sexual, actualidad, taller literario, inglés, deporte, psicoeducación, activa tu mente, patología dual, gestión de emociones, ocio, relajación, revista, redes sociales, habilidades sociales, cine, huerta, coro, terapia canina, manualidades, estimulación cognitiva, multitud de visitas y salidas de integración comunitaria....

Finalmente, el 25 de Marzo del 2022 me concedieron una plaza en la miniresidencia de Ascasam, por lo que dejé la casa de mi hermana y allí sigo residiendo en la actualidad al tiempo que acudo al CRPS, feliz porque me encuentro muy estable.

**Andoni G.**

Como os adelantamos en el artículo de resumen del verano, durante las mañanas de lunes y miércoles, distintos profesionales, de muy diversos ámbitos, amablemente se prestaron a compartir con nosotros una agradable charla. A continuación incluimos la transcripción de una de las entrevistas. Iremos publicando el resto en los próximos números. Esperamos que disfrutéis de estas páginas tanto como lo hicimos nosotros de la compañía de nuestros invitados.

### **Miércoles 5 de julio, entrevista al escritor R. Cosmo**



Rubén Campo, bajo el pseudónimo de R. Cosmo y junto con su amiga y tándem literario R. Drake (Rocío Solares), es el escritor del libro de fantasía “Los Linajes de la Magia”. En su visita nos habló de esta obra y de muchas cosas más.

#### **1.- Para situar a nuestros lectores, haznos por favor un pequeño resumen de la trama de vuestro libro.**

Se trata de una novela fantástica, principalmente enfocada al público juvenil, que es quien más lee este tipo de historias, aunque creo que puede gustarle a un rango amplio de edades, tanto a

niños como adultos.

Nos presenta una historia de fantasía en la que hemos intentamos innovar un poco. Habitualmente las tramas se desarrollan en un mundo mágico y secreto o, en otra vertiente, en mundos medievales. En esta novela decidimos huir de estos estereotipos y creamos una sociedad contemporánea, como la nuestra, con redes sociales, con internet...Lo fantástico viene del hecho de que existen personas que tienen poderes mágicos y otros que no, lo que provoca mucha desigualdad social. En el fondo, es una crítica a la sociedad actual.

En la novela hay dos protagonistas, un chico y una chica, que pertenecen a las familias más importantes, con más magia. Vemos a través de sus ojos lo que esto significa, como estas familias son apoyadas por unos y detestadas por otros, y en la trama se van mezclando aventuras y misterios.

#### **2.- ¿Qué os llevó a la literatura a ti y a Rocío? ¿Cómo os conocisteis y de dónde proviene vuestro tándem literario?**

A los dos siempre nos ha gustado mucho leer y también las series de animación y las películas fantásticas. Los dos estudiamos en el Instituto Santa Clara donde nos conocimos a través de amigos comunes. No dimos cuenta de que, no solo nos gustaba a los dos escribir, además también escribíamos cosas parecidas. Empezamos a compartir nuestros escritos y vimos que existía mucho “feeling”. Así que, después de años de amistad, en los que también perfeccionamos nuestra escritura, nos embarcamos en esta aventura de escribir algo juntos.



### **3.- ¿Se podría interpretar que los dos protagonistas son un alter ego vuestro?**

Es una pregunta que, no sé por qué, nos hacen muchísimo, pero no. Es verdad que nosotros somos un chico y una chica al igual que los protagonistas, pero, afortunadamente, las personalidades son mucho más complejas, no se reducen al género. Más allá de esto, de nuestro género, no nos parecemos con los protagonistas en absoluto.

Ahora bien, es verdad que al escribir un personaje vuelcas en él emociones que tú mismo has vivido. Eso no significa que te identifiques totalmente con él pero, de alguna manera, desde este punto de vista, todos los personajes de tus novelas podrían ser, en parte, tus alter egos.

### **4.- No parece fácil escribir a cuatro manos. ¿Cómo pudisteis llevar a buen fin el proyecto? ¿Os costó mucho alcanzar acuerdos?**

Efectivamente, escribir un libro a cuatro manos es una experiencia muy bonita e interesante pero que también conlleva mucho esfuerzo. La primera condición es que hay que llevarse muy bien. Conozco gente que lo ha intentado y han acabado fatal. En nuestro caso, estábamos tan compenetrados en cuanto a nuestro estilo y gustos literarios que se armaba sola la historia.

A priori era una locura porque, en aquel momento, Rocío estaba viviendo en Japón y yo aquí, es Santander. Me mandó un día un audio de WhatsApp con una idea, proponiéndome escribir juntos sobre ella. Y empezamos a trabajar así, con audios de unos 15 minutos que nos enviamos, sobre los que trabajábamos y a los que respondíamos aprovechando el cambio horario. Esto, en el trabajo de desarrollo de las ideas.

Ya a la hora de escribir, para poder organizarnos, hacíamos una especie de estructura general de cada capítulo y nos íbamos alternando en la escritura de cada uno de ellos. Cuando acababa uno, se lo mandaba al otro, quien hacía los comentarios y anotaciones correspondientes, y escribía el siguiente capítulo. Este sistema nos ayudaba mucho además a motivarnos el uno al otro.

### **5.- ¿Cómo os enfrentáis ante el folio en blanco, un folio compartido en este caso?**

La verdad que, el famoso folio en blanco, tengo la suerte de no haberlo vivido nunca. Llevo toda mi vida teniendo en la cabeza cientos de historias que, luego, he ido guardando en mi ordenador aunque, probablemente, nunca me dé tiempo a escribirlas todas. Así que, a la hora de trabajar, lo que me puede pasar es que me dé pereza ponerme a escribir, pero, una vez en la tarea, nunca me he quedado en blanco. Tengo muy claro las historias que quiero contar. El bloqueo, como tal, nunca y lo he vivido, y sé que mi compañera Rocío tampoco.

### **6.- ¿Por qué os decidisteis por la literatura juvenil frente al lector adulto?**

Decidimos que íbamos a tirar hacia la literatura juvenil porque pensamos que nos gustaría escribir el libro que nos hubiera gustado leer a nosotros de adolescentes. Por eso, tanto la editorial como nosotros, decidimos centrarnos en esta franja de edad, aunque,

como decía al principio de la entrevista, el libro lo pueden disfrutar también niños y adultos. Más que la edad, lo importante es estar abierto a darle una oportunidad al mundo de la fantasía.

Además intentamos incluir todos los ingredientes que nos gusta encontrarnos como lectores: un giro inesperado al final, humor en los momentos más tensos...

**7.- En vuestro libro habláis de magia, de tecnología, de redes sociales, ¿cuáles han sido vuestros referentes literarios y culturales a la hora de escribir Los Linajes de la magia?**

Hemos tirado mucho de nuestros autores favoritos como referencia, por ejemplo Derek Landy, que es un autor juvenil que escribe fantasía muy humorística. Utiliza mucho el recurso este que os comentaba de introducir el humor en las situaciones tensas.

Con respecto a las redes sociales, pues es el día a día de lo que vivimos actualmente: la cantidad de redes que existen, el hecho de que la gente muchas veces habla de su vida como si estuviera superfeliz y luego no lo está tanto, gente que se dedica a criticar pero también otro que comparte cosas buenas... hemos tratado de reflejar esta realidad en la que nos movemos hoy.

**8.- ¿Prevéis una secuela para el libro?, ¿tenéis en mente crear una saga con esta historia?**

La novela como tal es auto conclusiva. Está escrita para que la disfrutes así, sin tener que leer nada más. Pero, como he dicho antes, tanto a Rocío como a mí nos surgen ideas sin parar y, mientras estábamos escribiendo, se nos ocurrían tramas que íbamos apuntando. Como el feedback de los lectores ha sido muy bueno, la editorial nos ha dado el visto bueno para que podamos escribir una segunda parte, incluso una tercera. Pero no porque fuera concebido como saga. Es un libro independiente. Posibles futuras entregas serían una ampliación de este universo que hemos creado.

**9.- ¿Tenéis otros proyectos literarios?**

Yo en concreto voy a publicar una novela el año que viene, de la que no puedo hablar mucho de momento, pero que también va a ser de fantasía aunque más sencillita, más breve, más lineal. Rocío está previsto que publique también a finales de año.

**10.- ¿Se puede vivir de la literatura?**

Si vendes mucho, sí. Ahora mismo hay mucha competencia y pocos lectores. La gente que lee, lee mucho pero, globalmente, la sociedad no consume mucha literatura. Así que, o eres un bestseller, o es muy complicado vivir de la escritura. Los que somos noveles no podemos tener la literatura como medio de vida. De todos modos uno empieza a escribir porque le gusta. Si además aporta un beneficio, mejor, pero no es la motivación principal.

**11.-¿Dónde se puede adquirir vuestro libro? ¿Existe versión E-book? Si es así, ¿estáis teniendo problemas con la piratería?**

Lo podéis encontrar en cualquier librería física y también en Amazon. Se distribuye como cualquier otro libro en papel aunque no hay formato para ebook. Nuestra editorial no trabaja con ello, por lo que, respondiendo a vuestra última pregunta, no tenemos problemas con el pirateo.

**12.- Como lectores, ¿cuáles son vuestros escritores y libros de cabecera?**

A mí me gusta mucho Patrick Rothfuss, que empezó escribiendo poesía pero se lanzó a probar con la fantasía y es el autor de “El nombre del viento”, una de las novelas fantásticas contemporáneas de referencia. Nos encanta George RR Martin, autor de la saga “Juego de tronos” y el ya mencionado Derek Landy. Nos hemos leído y releído varias veces los libros de estos autores.

**12.- ¿Para terminar, podéis compartir con nosotros una anécdota del proceso de escritura?**

Destacaría de nuevo lo atípico de escribir un libro, no solo a 4 manos, sino también desde distintos continentes. Además, también es anecdótico que lo escribiéramos en temporada de pandemia, lo que nos sirvió para concentrarnos especialmente en la escritura. Sacamos algo bueno de la situación.

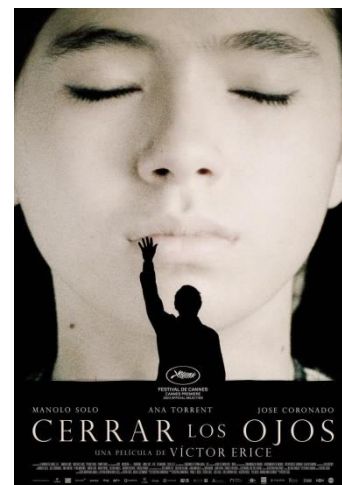
**Elaboración: Equipo de redacción**

**Entrevistadores: Dani L. // José A. R.**

**Trascripción: Andoni G.**



**Título:** CERRAR LOS OJOS  
**Nacionalidad:** española  
**Año de rodaje:** 2023  
**Director:** Victor Erice  
**Guionistas:** Victor Erice y Michel Gaztambide  
**Duración:** 169 minutos  
**Género:** Drama y cine dentro del cine.  
**Calificación:** No recomendada a menores de 7 años



Un saludo a todos los cinéfilos. Me gustaría comentar con vosotros esta película que he visto recientemente y que me ha gustado mucho.

**Sinopsis:** El argumento es muy sencillo. Un gran actor español, Julio Arenas, desaparece durante el rodaje de una película. Muchos años después vuelve a la actualidad a raíz de un programa de televisión, una especie de “Quién sabe dónde”, en el que el actor es buscado.

El director de aquella película, Miguel Garay, ya retirado, decide participar en la búsqueda. El largometraje se abre y se cierra con unas imágenes de archivo de ese último trabajo que el actor y el director rodaron juntos y que nunca se estrenó.

Este es el primer largometraje dirigido por Víctor Erice desde “El sol del membrillo”, de 1992. “Cerrar los ojos” es considerada por muchos la película más sentimental del director vasco, melancólica y bella a la vez.

### Reparto

**Manolo Solo (1965)**, en el papel del director de cine ficticio, llamado Miguel Garay. Actor también de varias series de televisión y obras de teatro, recibió el Goya a mejor actor de reparto en 2016 por “Tarde para la ira”.

**José Coronado (1957)**, en el papel del actor ficticio Julio Arenas. Ganador del Premio Goya como mejor actor protagonista en 2011 con la película “No habrá paz para los malvados”.

**Ana Torrent (1966)**, en el papel de la hija de Arenas. La actriz vuelve a colaborar con Víctor Erice en “Cerrar los ojos” cincuenta años después de debutar en el cine con “El espíritu de la colmena” (1973).

La película, a pesar de ser larga, se hace muy amena y entretenida. Yo le daría una puntuación de 7,7. Os la recomiendo.

Nacho G.

**Título: COUP DE CHANCE**

**Nacionalidad:** coproducción Francia-Estados Unidos

**Año de rodaje:** 2023

**Director y guionista:** Woody Allen

**Duración:** 96 min.

**Género:** comedia / drama

**Calificación:** no recomendada a menores de 12 años

**Reparto:** Lou de Laage (Fanny, la chica protagonista), Niels Schneider (Alain, el amor del instituto) y Mevil Poupaud (Jean, el marido de Fanny)



Me gustaría hablaros de esta otra película, “Golpe de suerte” que, la verdad, me dejó absorto cuando fui a verla. Como suele ocurrir en los trabajos de Woody Allen, el guion de la película me pareció una genialidad.

**Sinopsis:** Fanny y Jean parecen un matrimonio ideal, pero, cuando Fanny se encuentra con Alain, un antiguo compañero de instituto, le surgen dudas sobre sus sentimientos. A su vez, los celos, llevan a Jean a cometer locuras.

**Sobre el director:** con 87 años y 50 películas como director, este director de cine, actor, y comediante estadounidense sigue plasmando en sus obras los temas que siempre le han obsesionado: las mujeres, las relaciones, las infidelidades, el poder de la conversación, la muerte, la religión judía, el cine, el jazz, la magia, el psicoanálisis y el sexo. Nadie como él ha sabido generar, a través de una tremenda creatividad, decenas de historias en las que los protagonistas suelen representar a su neurótico alter ego.

Son innumerables los premios recibidos durante su dilatada carrera. Se podría destacar que es el director con mayor cantidad de nominaciones a los Premios Óscar, con un total de 16, de las cuales ganó tres, por los filmes Annie Hall, Hannah y sus hermanas y Midnight in Paris. Además, fue galardonado con el Premio Príncipe de Asturias de las Artes 2002.

Además del cine, su otra pasión es la música, en especial del jazz, al cual recurre en las bandas sonoras de la mayoría de sus películas. El genial director toca el clarinete y es miembro desde hace años de la New Orleans Jazz Band.

En cuanto a su vida personal está llena de polémica: su hija adoptiva, Dylan, sostiene que el cineasta abusó sexualmente de ella en 1992, cuando tenía 7 años. Allen defiende que la niña fue manipulada por su madre, Mia Farrow, en medio del feo proceso de separación iniciado tras destaparse que Allen mantenía una relación amorosa con Soon-Yi, una de las hijas adoptadas por Farrow y su exesposo el compositor André Previn.

**Nacho G.**



## ANDONI EN EL CASYC

Este otoño he podido disfrutar de buen cine en el teatro CASYC de la Fundación Caja Cantabria. **El 6 de octubre, día del cine español**, acudí a la proyección de dos películas: Valentina y Las Niñas.

**VALENTINA:** Goya a la Mejor Película de Animación en 2022. Valentina sueña con ser trapecista y cree que por tener Síndrome de Down no podrá conseguirlo. Su abuela le anima a que continúe con la búsqueda de su sueño con las mismas ganas que ella pone, aún a su edad, para convertirse en directora de orquesta.

Fecha de estreno: diciembre de 2021  
Directora: Chelo Loureiro  
Goya a mejor película de animación 2022  
Puntuación personal: 6 sobre 10



**LAS NIÑAS:** Celia, de 11 años, vive en Zaragoza y estudia en un colegio de monjas. Al colegio llega una niña llamada Brisa, procedente de Barcelona, que le abrirá las puertas al mundo de la adolescencia.

Fecha de estreno: septiembre de 2020  
Directora: Pilar Palomero  
Goyas a mejor película, mejor director novel y mejor guion original  
Puntuación personal: 7 sobre 10



Además, **entre el 9 y el 17 de octubre**, se celebró en este mismo lugar la **XXI edición de la Semana de Cine y Salud Mental** organizada por ASCASAM, coincidiendo con el Día Mundial de La Salud Mental, que este año 2023 llevaba el lema **“SALUD MENTAL SALUD MUNDIAL, UN DERECHO UNIVERSAL”**.

Con esta frase se quería destacar el hecho de que a menudo se vulneran los derechos de las personas con problemas de salud mental. Estos son algunos de los puntos denunciados:

Los primeros contactos con tratos violentos, inhumanos o crueles que sufren estas personas se suelen producir durante estados de crisis, derivando en algunas ocasiones en ingresos involuntarios. La reclusión y el aislamiento que se sufre en los ingresos hospitalarios implican en ocasiones la retirada de pertenencias personales y la prohibición de recibir visitas de familia o amistades. Además, se suelen practicar contenciones físicas, mecánicas y químicas de forma opaca y no controlada.

El 40,3% de las personas con trastorno mental considera no haber recibido información clara, suficiente y comprensible sobre su diagnóstico. Por otro lado, el 30% considera que

en alguna ocasión se ha vulnerado su autonomía o poder de toma de decisiones.

**En cuanto a la semana de cine y salud mental** de este año, a continuación haré un pequeño resumen y daré mi valoración sobre cada una de las cinco películas proyectadas, tras las que se abrieron interesantes coloquios:

**CINCO LOBITOS.** - Amaia (Laia Costa) acaba de ser madre y se da cuenta de que no sabe muy bien cómo desempeñar este papel. Al ausentarse su pareja por trabajo unas semanas, decide volver a casa de sus padres, en el País Vasco y así compartir la responsabilidad de cuidar al bebé. Lo que no sabe Amaia es que, aunque ahora sea madre, no dejará de ser hija.

Fecha de estreno: mayo 2022  
Directora: Alauda Ruíz de Azúa  
Puntuación personal: 4 sobre 10

**CERDITA.** - para Sara, el verano significa tener que soportar las continuas burlas de las otras chicas de su pequeño pueblo. Todo terminará cuando un desconocido llega al pueblo y secuestra a sus acosadoras. Sara sabe más de lo que dice, y tendrá que decidir entre hablar y salvar a las chicas o no decir nada y proteger a ese extraño hombre.

Fecha de estreno: octubre 2022  
Directora: Carlota Pereda  
Puntuación personal: 8 sobre 10

**CLOSE.** - Léo y Rémi son dos niños de 13 años que siempre han sido amigos. Un acontecimiento impensable los separa y, tras ello, Léo se acerca a Sophie -la madre de Rémi- para intentar comprender que es lo que ha roto sus inseparables lazos de amistad.

Fecha de estreno: noviembre 2022  
Director: Lucas Dhont  
Puntuación personal: 5 sobre 10

**EL OFICIO DE APRENDER.** -. Naëlle (Najaa Bensaid) tiene solo 19 años pero un pasado ya complicado a sus espaldas. Durante un taller de integración, Naëlle conoce a Helene, su instructora, que le consigue un entrenamiento en un gremio de artesanos.

Fecha de estreno: febrero 2022  
Director: François Fravat  
Puntuación personal: 8 sobre 10

**GIRASOLES SILVESTRES.** - Julia, una joven de 22 años y madre de dos niños, se enamora de Óscar, un chico conflictivo con el que comienza una relación. A medida que pasan tiempo juntos, Julia empezará a plantearse si Óscar es la persona que realmente necesita a su lado y al de su familia.

Fecha de estreno: 2022  
Director: Jaime Rosales

**Andoni G.**



### Botánica

Nunca he sido un experto en árboles, pero recuerdo con cariño de mi época universitaria las salidas al campo para identificar las especies vegetales que íbamos encontrando a nuestro paso.

Actualmente de vez en cuando dirijo grupos de excursiones campestres en las disfruto mostrando las especies de árboles de nuestro itinerario.

Y es que Cantabria, nuestra exuberante tierra cántabra, está repleta de especies arbóreas a lo largo y ancho, condicionadas por nuestro particular clima y el suelo de naturaleza caliza de gran parte del territorio.

Y, no lo olvidemos, este mundo vegetal ha sido clave para el surgimiento de la vida en nuestro planeta. Si nos remontamos al pasado lejano, hay que recordar el papel de la fotosíntesis en la evolución. Fue, millones de años atrás, cuando las cianobacterias del caldo primitivo dieron lugar a través de la fotosíntesis al oxígeno, lo que permitió el surgimiento de la gran diversidad de seres vivos que acoge nuestra atmósfera.

### TAXONOMÍA

Desde el punto de vista de la identificación de especies vegetales (y por ende de todos los seres vivos), se usan las normas de nomenclatura que creó Linneo, científico sueco del siglo XVIII que desarrolló un método de clasificación internacional a través de dos palabras en latín, la primera referida al nombre genérico de la especie y la segunda referida a su nombre específico. Por ejemplo, el ser humano, siguiendo esta taxonomía, sería Homo (nombre genérico) sapiens (nombre específico) y el roble común Quercus ruber.



## CLIMAS DE LA PENÍNSULA IBÉRICA

La Península Ibérica presenta una gran variedad de climas derivados de su situación geográfica y su orografía que condicionan la vegetación de cada zona. De manera general, el norte peninsular está influenciado por el sistema ciclónico de borrascas, y la zona mediterránea, por un clima más tropical.

Se puede decir que el clima de la península sólo presenta dos estaciones principales, verano e invierno, ya que la primavera y el otoño son estaciones de transición en las que, de manera habitual, se alternan manifestaciones intermedias de verano o invierno.

En cuanto a la Edafología, es decir, las características del suelo, podemos concluir que es fundamental, al determinar los suelos el tipo de vegetación que veremos en cada región. En general, España cuenta con un relieve abrupto, con varios sistemas montañosos en la periferia que hacen que, cuando llegan lluvias desde el Atlántico, no pudiendo superar estas cordilleras, se cree una zona de sombra pluviométrica, con menor cantidad de precipitación. Es así como se forman zonas áridas en el sur de la península.

## ÁRBOLES DE CANTABRIA

Aunque el recuento de especies vegetales en Cantabria es muy extenso, me centraré sólo en seis de los árboles más característicos.



**AVELLANO**, *Corylus avellana*.- crece en los valles sombríos y húmedos, cerca de los ríos. Es preciado por sus frutos, las magníficas avellanas, y su madera, resistente y flexible.



**ROBLE ALBAR**, *Quercus petraea*.- típico de los valles interiores. Aparece en suelos ricos en silicio y su madera era muy valorada para la construcción de barcos.



**ABEDUL**, *Betula celtibérica*.- crece a gran altitud en las zonas umbrías de montaña.

**ROBLE COMÚN**, *Quercus robur*, crece cerca de la costa, pues su madera es resistente y sobrevive a la pudrición.



**ACEBO**, *Ilex aquifolium*.- árbol pequeño que domina los meses oscuros y fríos del año.

**HAYA**, *Fagus sylvatica*.- típica de suelos calizos, húmedos y frescos, y cuya madera es muy útil en carpintería.



A pesar de que estas 6 especies y algunas otras han dominado durante siglos nuestro paisaje, me gustaría destacar que la repoblación ha introducido dos especies, como son el pino y, sobre todo, el eucalipto, que han alterado profundamente nuestro ecosistema autóctono.

## HELECHOS

Dedico un apartado completo a estos Pteridófitos ya que suponen verdaderas reliquias del pasado inmersas en nuestra flora actual.

Los helechos son plantas vasculares, sin semillas, y desempeñaron un papel fundamental desde el punto de vista evolutivo. Aparecen distribuidos por todo el mundo, con nichos ecológicos muy diversos. Se estima que, solo en nuestra región, están presentes unas cien especies.



## ÁRBOLES MEDITERRÁNEOS

El bosque Mediterráneo se caracteriza por una vegetación de hoja perenne (que no pierde sus hojas) y xerófila (es decir, que está adaptada a la sequía). Vemos en esta región también sotobosque, de especies leñosas de tipo espinoso y aromático y, en los bosques de ribera, vegetación palustre y especies herbáceas como las cañas y los carrizos.

El bosque mediterráneo está muy modificado por la acción del ser humano: la urbanización, la agricultura y los incendios forestales. La maquía es el paisaje florísticos que aparece tras la destrucción progresiva de los antiguos bosques mediterráneos y de coníferas, siendo la vegetación típica en las zonas de bosques degradados. Y al igual que pasa en la vertiente cantábrica, en esta zona mediterránea podemos observar la presencia de pino fruto de la repoblación.

Me referiré a las especies vegetales de Valencia como ejemplo y paradigma de ecosistema mediterráneo. Los árboles más comunes en los montes valencianos serían:

**PINO CARRASCO**, *Pinus halepensis*.- con 280 mil hectáreas.

**PINO LARICIO**, *Pinus nigra*.- al norte de Castellón.

**ENCINA**, *Quercus ilex*.- con 31 mil hectáreas.

**PINO SILVESTRE**, *Pinus sylvestris*

**SABINA**, *Juniperus thurifera*.- con ejemplares milenarios.

**ALCORNOCQUE**, *Quercus suber*.- de donde se extrae el corcho.

**QUEJIGO**, *Quercus faginea*.- que es un árbol autóctono que llega a alcanzar los 20 metros de altura.

## NORTE DE ÁFRICA

No hay que olvidar esta área geográfica española de Ceuta y Melilla. En ella vemos variedad de ecosistemas, tanto desiertos, como bosques, humedales, ríos y paisajes agrícolas.

## TEJIDOS VEGETALES

Este no sería un artículo serio si no tocase ciertos conceptos fundamentales de la biología de las plantas. En concreto, hablaremos de los tejidos vegetales, que generan su arquitectura, y del concepto de semilla, contenedor del embrión.

¿Qué tejidos vegetales constituyen la arquitectura de una planta? Para hablar de esto, tenemos que retroceder en el tiempo a una fecha de hace 450 millones de años, en el Paleozoico, cuando las plantas conquistaron la Tierra.

Se enfrentaron a diferentes problemas para asegurar su sostén, circulación interna, etc...problemas que se resolvieron con el desarrollo de tejidos vegetales. Es decir, las células vegetales se agruparon entre sí, dando lugar a tejidos vegetales que, asociándose, dieron lugar a sistemas de tejidos que, agrupándose, a su vez, darían lugar a órganos.

Las características de las células y tejidos de las plantas son un reflejo de su actividad y de su función. Una de esas características es la relación de las plantas con el agua (su evaporación por las hojas, su empuje hacia arriba desde la raíz, la concentración de solutos...)

Otra característica de las plantas es que son autótrofas, es decir, tienen clorofila y son fotoautótrofas, es decir, que usan la luz solar, el agua y los minerales para generar las moléculas orgánicas que necesitan.

Además, el único compuesto que generan como excremento de su metabolismo es nuestro preciado oxígeno.

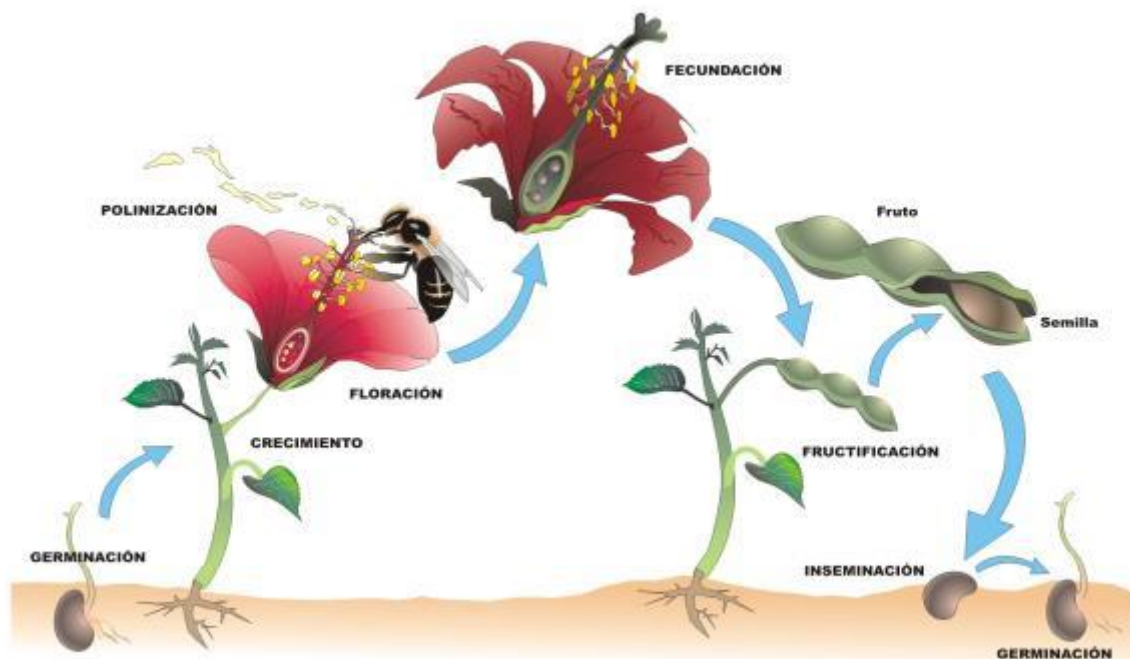
El hecho de que las plantas no se desplacen ha determinado su evolución y diversidad de estructuras a la hora de competir con otras plantas por recursos como la luz y el agua.

## SEMILLAS

¿Qué es una semilla? Es una parte propia de las plantas con flor, en el interior del fruto,

que contienen el embrión que, bajo condiciones favorables, puede dar lugar a una nueva planta. La semilla es el resultado de la reproducción sexual de la planta y, además del embrión, contiene nutrientes para este.

Las semillas cumplen en las plantas fanerógamas exactamente la misma función que los huevos en los animales ovíparos. Son su forma de propagarse y de hacer crecer su población. Hay muchos tipos de semillas, con distintas estrategias para alcanzar una propagación lo más efectiva posible, pero todas ellas buscan cumplir este objetivo de aumentar la probabilidad de éxito de la futura planta.



Como síntesis, la combinación de formas de vida y sus interacciones mutuas y con el resto del entorno es lo que ha hecho de la Tierra un lugar habitable y único para los seres humanos.

Quiero recordar que la diversidad biológica ofrece un gran número de bienes y servicios que sustentan nuestra vida. Podríamos hablar de la relación entre biodiversidad y empresa, con datos en clave económica, ya que parece que en los tiempos que corren, o se cuantifican las cosas en euros, o carecen de valor. Por desgracia, el cambio climático es una de las presiones principales que impulsan la pérdida de biodiversidad, la sobreexplotación, la contaminación y el desarrollo de especies invasoras.

No voy a extenderme más en este artículo, mero acercamiento al tema, pero invito al lector a que complete la información por su cuenta y se sumerja en el apasionante mundo de la Botánica.

**José A. R.**



## PROGRAMA SENIOR DE LA UNIVERSIDAD DE CANTABRIA

Por Juan H.

**¿Qué se entiende por Programa Sénior en la Universidad de Cantabria?** Es un plan de estudios de los llamados de titulación propia, destinado a personas mayores de 50 años. No es necesario contar con formación académica previa, aunque considero necesario un mínimo de bagaje cultural para su mejor aprovechamiento.

**¿Cuánto dura el Programa Senior?** Consta de cuatro cursos académicos, de 36 créditos cada uno. Una vez superados, se conseguirá el Diploma Senior. De manera voluntaria se puede realizar el Trabajo Fin de Programa, pudiendo obtener de esta forma el Diploma Senior Plus.

**¿Cuál es la oferta formativa?** Las áreas de conocimiento que se ofrecen son: Humanidades, Ciencias Sociales, Jurídicas y Económicas, Ciencias de la Salud, Ciencias Ambientales y Experimentales, e Idiomas Modernos.

**Horarios y lugar de las clases.** - Las clases se imparten de lunes a jueves entre las 16:00 y las 19:30, con una hora y media de duración, en las aulas del Edificio Interfacultativo, las Facultades de Económicas y Derecho y el edificio Tres Torres, todos ellos situados en el Campus de las Llamas (Avenida de los Castros) de Santander.

**¿Cuántos Créditos son necesarios para cursar el primer año?** Es necesario matricularse de al menos de 18 créditos sin llegar a superar los 42, siempre que dos de esos créditos matriculados sean de cursos monográficos.

**¿Cuántos créditos son necesarios para finalizar el primer curso?** Se tendrán que superar los 36 créditos para completar el primer curso.

**Si no he superado los 36 créditos del primer curso y quiero matricularme de asignaturas de segundo, ¿puedo hacerlo?** Para matricularme de asignaturas de segundo curso, tengo que haber superado al menos 12 créditos del primer curso, siendo obligatorio que me matricule de todos los créditos que no haya superado en el curso anterior (salvo que tenga alguna causa justificada).

**Diferencias entre asignaturas de los cuatrimestres y los cursos monográficos.** - Las asignaturas están repartidas en dos cuatrimestres: por ejemplo, en 2024, del 18 de septiembre al 1 de febrero (primer cuatrimestre) y del 5 de febrero al 6 de junio (segundo cuatrimestre). Los cursos monográficos se realizan en los meses de enero-febrero y mayo-junio, en dos semanas ininterrumpidas de lunes a jueves, siendo el horario de las clases de 16:30 a 19:00 horas.

Por ejemplo, yo he escogido Historia del Arte Antiguo, Historia de Grecia, Prehistoria e Informática Básica, más dos cursos Monográficos: “la música compuesta en ordenador” y “arquitectura y urbanismo”.

**¿Cuál es el precio de la matrícula?** Cada crédito matriculado cuesta 5'25 €. Además, han de pagarse pequeñas cantidades por secretaría y tramitación. En mi caso, al matricularme del mínimo de 18 créditos, he pagado un total de 134,92 €.

### **Experiencia personal**

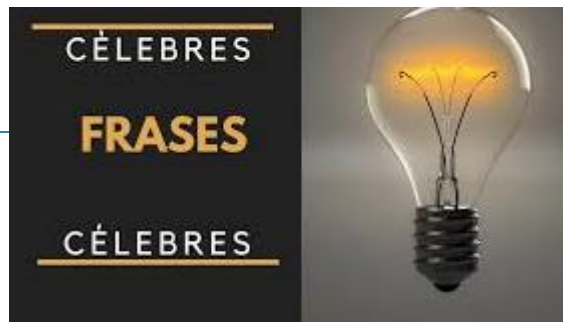
Cuando tenía 17 años, empecé la carrera de Físicas en la Universidad de Cantabria (me encantaban todo lo relacionado con los números), pero en segundo curso enfermé y tuve que dejarlo. Al año siguiente, decidí probar con los estudios de Técnico de Medio Ambiente, pero no obtuve plaza. Ante tal decepción, lo intenté con la informática. Me matriculé en una academia donde estuve estudiando tres años hasta que, de nuevo por culpa de la enfermedad, tuve que abandonar. Pero el interés por estudiar persistía, por lo que decidí hacer un curso de Neumática, dentro de la formación para desempleados, que duró cuatro meses y medio y, esta vez, completé con éxito. A continuación, completé también con éxito un curso de francés de la Cámara de Comercio de Santander, enfocado a la hostelería y el turismo.

A los 24 años, quise volver a retomar la carrera de Físicas pero, como no podía asumir el coste económico, decidí cambiar de carrera y de universidad para acceder a la gratuidad que la UNED proporcionaba a las personas con alguna minusvalía. Me matriculé en Filosofía. La ilusión fue muy grande, y ganas no me faltaban, pero me vi envuelto en muchas dificultades: mucha materia, pocas tutorías y explicaciones, algunos libros casi imposibles de conseguir, dificultad para contactar con los tutores, necesidad de trasladarme a Palencia para realizar los exámenes... El plan de estudios era muy atractivo pero muy difícil a la vez, por lo que consideré dejar de estudiar.

Cuando hace ya 14 años llegué al CRPS de Santander, mi psicóloga de referencia, Marta Arrieta, después de todo lo que le había contado sobre mis ganas de formarme, me animó a que probara de nuevo con los idiomas. A partir de entonces, he seguido varios cursos de francés y de italiano, en los que he disfrutado. El año pasado lo intenté con el alemán, pero no se me daba bien.

Es entonces cuando mi hermana me sugirió que probara con el Programa Senior de la Universidad de Cantabria, y ese mismo día realizamos entre los dos la matrícula on line.

La experiencia está siendo muy positiva.



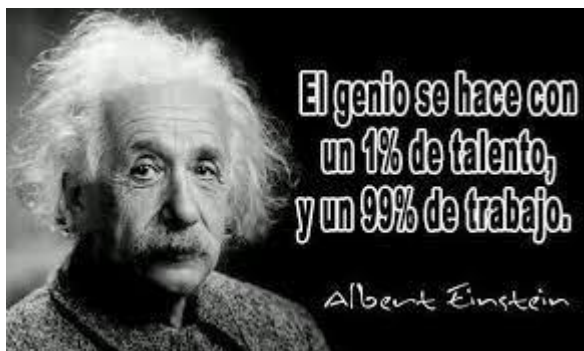
Antoine de Saint-Exupéry

La perfección se logra,  
no cuando no hay  
nada más que añadir,  
sino cuando no queda  
nada más por quitar.



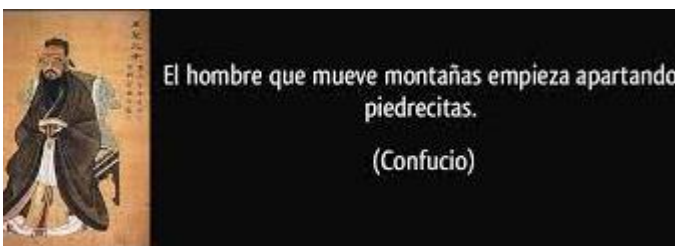
Antoine de Saint-Exupéry (Lyon 1900 - cerca de Marsella 1944) fue un aviador y escritor francés, conocido por la famosa obra de "El principito".

John Steinbeck (California 1902 - Nueva York 1968) fue un escritor estadounidense ganador del premio nobel de Literatura y autor de conocidas novelas como "De ratones y hombres", "Las uvas de la ira", "La perla" y "Al este del edén".



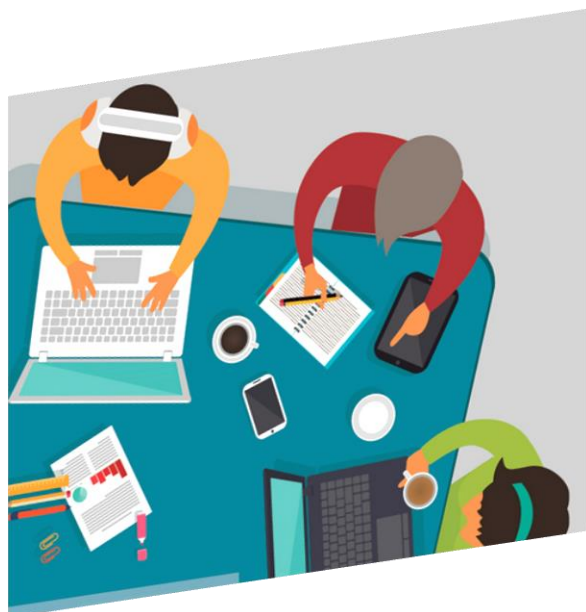
Albert Einstein (Alemania 1879 - Estados Unidos 1955) fue un físico alemán de origen judío, nacionalizado después suizo, austriaco y estadounidense. Se le considera el científico más importante y popular del siglo XX.

Francisco de Quevedo (Madrid 1580 - Ciudad Real 1645) fue un noble, político y escritor español del siglo de oro.



Filósofo, teórico social y fundador de un sistema ético conocido como confucianismo, vivió en la China feudal de hace 2.500 años - entre el 551 y el 479 a.C.-. Su pensamiento fue introducido en Europa por el jesuita Matteo Ricci (1552 - 1610).

Sara A. / Andoni G.



Sara A.  
Vero A.  
Noelia B.  
Susana C.  
Andoni G.  
Nacho G.  
Juan H.  
Dani L.  
Miguel A. M.  
Carlos M.  
José A. R.  
Carolina R.  
José M<sup>a</sup> T.