AÑO XX - NÚM. 216 | NOVIEMBRE 2026

GRADA

REVISTA DIGITAL



INMA RUBIALES

LITERATURA PARA QUIENES AÚN BUSCAN SU LUGAR EN EL MUNDO

Ayuntamiento de Badajoz



Fotografía: David Rebolledo para ¡FotoYa!®

SEPAD
Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia

COCEDERO DE MARISCOS LA MAR
TODA CLASE DE MARISCOS CRUDO Y COCIDO

ASAMBLEA DE EXTREMADURA

ALMARAZ TRILLO

Grada, la revista de los otros contenidos
Edita: Grada Ocio y Deporte en Extremadura, S. L. **Depósito Legal:** BA-281-07 **ISSN**: 3020-4216

Dirección: Anuncia Maján. **Colaboradores:** Cristina Alonso, Asamblea de Extremadura, Aupex, Isabel Borrego, Consejo de la Juventud, José Manuel Corbacho, Carlos Criado, Óscar de San Macario, Jesús Dorado, Diputación de Badajoz, Diputación de Cáceres, Fundación Academia Europea e Iberoamericana de Yuste, José Manuel Gamero Gil, Amparo García Iglesias, Mayte García, Inmaculada González, Kiko Saenz, Enrique Martín, Javier Mendoza, Mamen Mirat, Pedro Monty, Juan Antonio Narro, José Parraça, Alberto Peral, Félix Pinero, José Antonio Ramos, Miguel Ángel Rodríguez Plaza, Carlos Sánchez, Roberto Serrano, Sepad, Sexpe, José María Sotomayor, Paco Valverde, Julio Vázquez, Mamen Vázquez.

Diseño y maquetación: Ismael Alegría.
Publicidad: Felipe Ferrín felipe@grada.es
Fotografía: Javier Meléndez, Javier Pulpo, Javier Trabadela, Enrique Vidarte.
Imagen portada: Javier Ocaña.

Grada Ocio y Deporte. Apartado de Correos 933. Badajoz (06080).
Tlfno: (34) 924 101 398
revista@grada.es

Impresión: Gráficas Luengo
Versión online: www.grada.es
Ejemplar gratuito

© Prohibida la reproducción total o parcial de textos, dibujos, gráficos o fotografías sin previa autorización. La Revista Grada no se hace responsable del contenido y las opiniones expresadas en los artículos de sus colaboradores, no reflejando necesariamente la línea editorial de la misma.

CONTRATA TU PUBLICIDAD EN GRADA
924 101 398 | grada@grada.es

editorial

Y, a pesar de todo, votar

Las tragedias ferroviarias de este año aún nos sobrecogen. Con ese dolor presente volvemos a ser llamados a las urnas para ejercer un derecho fundamental, elegir a quienes nos gobiernan. Nos jugamos mucho, también la defensa de los derechos conquistados y el futuro de quienes vendrán. Decir que *"todos son iguales"* es injusto y no debería servirnos de excusa para quedarnos en casa. Que cada uno elija lo que crea mejor. Después habrá que seguir atentos y ejercer el control democrático en las instituciones; la participación no termina al depositar el voto, pero empieza por levantarse del sillón.

En estas páginas siempre hay espacio para el talento y para quienes se abren camino. Inma Rubiales, joven escritora extremeña, empezó desde abajo. Y de las plataformas digitales dio el salto al mundo editorial clásico, consolidándose entre el público joven. Les invitamos conocerla en nuestro 'Perfil'.

En 'Primera Fila' entrevistamos a Ana Baigorri, que nos ofrece otra razón para no perder la esperanza en un mundo mejor; en su escuela de danza inclusiva esa esperanza toma forma en el baile, en su ilusión y en sus proyectos.

Hay realidades ante las que no podemos mirar hacia otro lado. El maltrato infantil es una de ellas. El informe de la Fundación ANAR nos golpea con cifras vergonzosas y vergonzantes. Detrás de esos números hay niños y niñas. Poner remedio a estas situaciones es una responsabilidad de todos.

La solidaridad nos volverá a reunir el 2 de diciembre. Como prólogo de las fiestas navideñas Fundación Primera Fila celebra su Cena solidaria de empresas en el Hotel Ilunion Golf Badajoz. Será una ocasión para compartir mesa y reunir al tejido empresarial extremeño en torno a quienes necesitan su apoyo. Únanse a nosotros, serán bienvenidos y lo pasarán muy bien.

La música, las artes, el periodismo, la cultura, la historia y la actualidad regional más allá del día a día completan estas páginas. Detrás de ellas está un amplio panel de personas que, con sus magníficas colaboraciones, hace esta revista pensando en ustedes.

titulares



Javier Ocaña





INMA RUBIALES

LITERATURA PARA QUIENES AÚN BUSCAN SU LUGAR EN EL MUNDO

Carolina Barrera



Javier Ocaña

La trayectoria de Inma Rubiales está ligada a la literatura desde su infancia. Natural de Almendralejo, comenzó a escribir con apenas 8 años, cuando descubrió en la biblioteca municipal una afición que acabaría convirtiéndose en su profesión. Durante la adolescencia empezó a compartir sus historias en la plataforma digital Wattpad, donde fue construyendo una comunidad de lectores que llamó la atención de la editorial Planeta e impulsó su carrera literaria.

Compaginó durante años su formación universitaria en Publicidad y Relaciones Públicas con la publicación de novelas y los compromisos profesionales derivados de su creciente reconocimiento. Sus libros abordan cuestiones como el amor, la amistad, la identidad, el acoso escolar, la salud mental y las relaciones personales, con especial atención a las inquietudes de los lectores jóvenes. Encuentra en su familia y en su tierra una parte importante de su identidad, y reivindica la necesidad de generar oportunidades para el talento que nace en la región.

Antes de las publicaciones, las firmas y los viajes había una niña en Almendralejo que empezó a escribir. ¿Cómo era aquella Inma y qué queda de ella?

Empecé a escribir cuando tenía 8 años, saltándome las clases del Conservatorio de Música, porque era una chica muy tímida, muy callada, y mis padres tenían muchas ganas de obligarme, entre comillas, a hacer amigos.

Me apuntaron a millones de actividades extraescolares, entre ellas el Conservatorio. Pero a mí no me gustaba nada; así que recuerdo que mi madre me llevaba, yo fingía que entraba, salía en secreto y me iba a la Biblioteca Municipal, que estaba justo al lado, donde tenían mis libros favoritos, los de Gerónimo Stilton.

Una vez terminé todos los libros de la biblioteca empecé a escribir el mío, por puro aburrimiento, en el cuaderno de pentagramas del Conservatorio; hasta que lo terminé, y me planté delante de la mesa de la bibliotecaria y le dije: "*Perdona, he escrito esto y me gustaría que lo pusieras aquí para que la gente lo pueda leer*". Entonces descubrí que me encantaba no solo leer historias, sino también contarlas, y esa emoción que había sentido mientras escribía el libro y las ganas de compartirlo con el mundo.

Siempre digo que me encantan las firmas, los eventos, pero creo que lo primordial de ser escritor es que te apasione ponerte delante del ordenador y escribir, aunque también hay momentos duros cuando no sabes cómo seguir, cuando la historia se te viene encima; tiene que haber una parte de pasión muy importante para seguir todos los días con la misma ilusión.

¿Qué personas, lugares o experiencias de tu infancia en Almendralejo reconoces hoy en tu forma de mirar y de contar?

Sobre todo mi familia. En mis libros siempre hay una madre y un padre que hacen un poco de gurús espirituales. También hay siempre una mujer, una anciana, que me recuerda a mis abuelas. Son personas que siempre han estado ahí para mí, guiándome y sosteniéndome tanto en los momentos difíciles como en los momentos muy buenos.

Extremadura me encanta, también la tranquilidad que me proporciona a la hora de escribir. De hecho, la mayoría de mis novelas las he escrito en verano, en casa de mis padres, en un campito pequeñito que tenemos, donde me encanta salir por las mañanas y ponerme a escribir al aire libre. Aunque durante el resto del año tengo que vivir en Sevilla, porque viajar desde Extremadura es complicadísimo, me encanta volver allí siempre que puedo para escribir y para estar con mi familia.



Javier Ocaña



Javier Ocaña

¿Cómo imaginabas tu futuro cuando decidiste estudiar Publicidad y Relaciones Públicas?
En ese momento no me planteaba que la escritura pudiera ser algo que me diera para vivir, y mi idea era ser publicista porque implicaba mucha creatividad. Aunque en el primer curso de la carrera empecé a publicar y a vivir de la escritura decidí terminarla. De pronto Planeta llamó a mi puerta, lanzamos 'Hasta que nos quedamos sin estrellas' y cambié mi orden de prioridades, aunque terminé la carrera; quería tener mis estudios, porque nunca se sabe, y ahora soy publicista y escritora. De hecho son dos vertientes que se pueden compaginar bien, creo que hoy en día la publicidad y la escritura van casi de la mano.

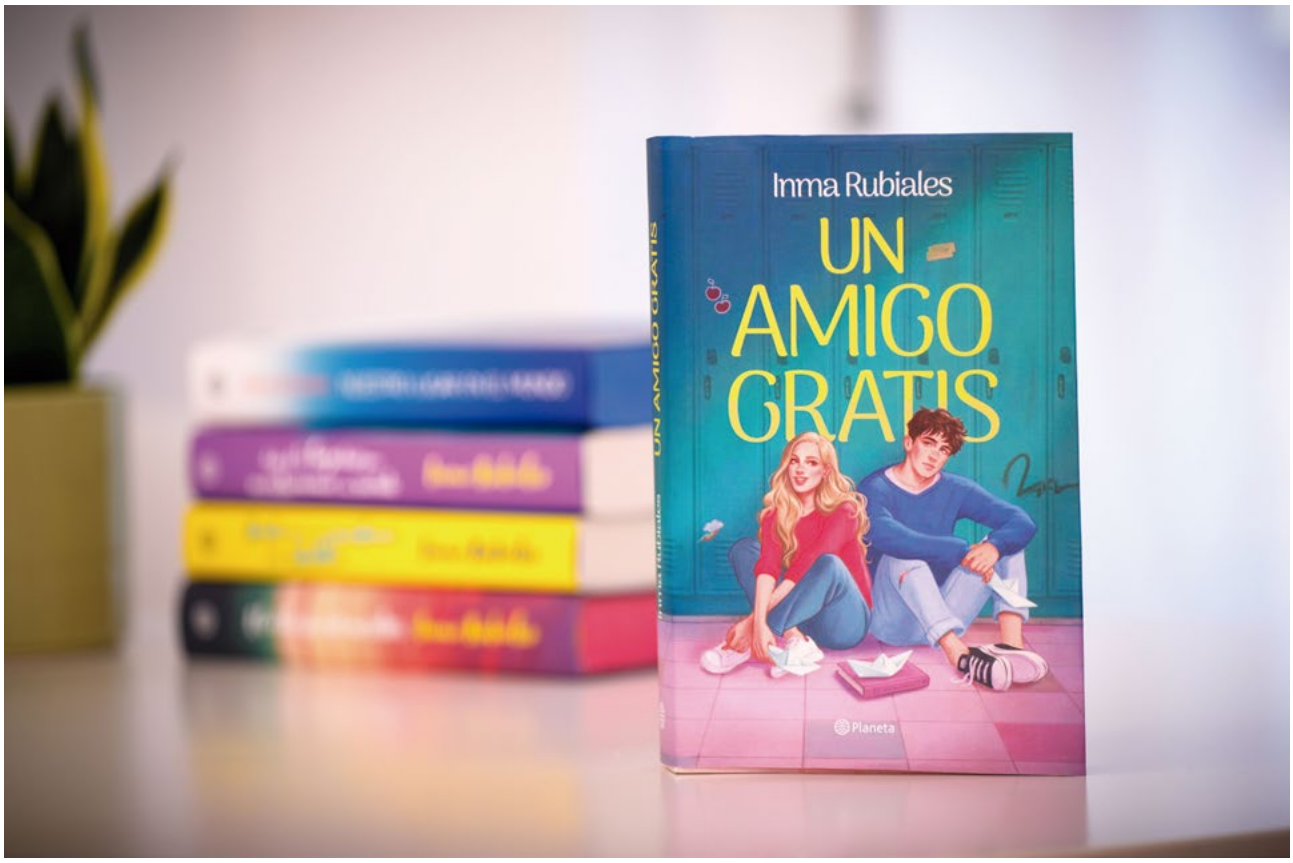
Una cosa es escribir y otra dejar que los demás te lean. ¿Qué supuso para ti dar ese paso?
A mí me encantó. Siempre he tenido muy claro el valor de las cosas que hago, y si había disfrutado tanto escribiendo una novela pensaba que también podría hacer disfrutar a la gente. Pero claro, suponía exponerte en internet; al principio no me leía nadie, evidentemente, pero poco a poco fui sumando lectores y cada vez más comentarios, a mí me encantaba. También he tenido la suerte de que nunca he recibido grandes oleadas de odio; aunque escribo para un público muy amplio la gente es bastante respetuosa.

Tu primera novela publicada fue 'Un amigo gratis', y la escribiste cuando aún estabas en la adolescencia. ¿Cómo nació aquella historia y qué significó para ti verla convertida en un libro que podía llegar a cualquier persona?
'Un amigo gratis' es la primera novela que escribí en serio, porque antes estuvo aquella de la biblioteca y otras cosas con las que había estado trasteando. En ese momento estaba pasando una época muy complicada en el instituto, una situación de bullying que venía de mucho tiempo atrás, como le ocurre al protagonista; escribir ese libro fue la manera que tuve de poner en el papel todos esos sentimientos, toda esa frustración que tenía enredada muy adentro, y es que no entendía por qué me estaba pasando aquello.

De esa situación conseguí sacar algo bueno, como publicar mi primera novela en papel y comenzar mi carrera literaria. Y también confío en que pueda ser un refugio para cualquiera que esté pasando por una situación similar.

'Un amigo gratis' habla de una historia de amor entre dos adolescentes de 17 años. Es una novela muy inocente, recomendada para todos los públicos porque habla del amor desde la ternura absoluta de dos amigos que se enamoran y todo el mundo sabe que están enamorados menos ellos, que es algo muy divertido.

La historia también gira en torno a la asociación que crea la protagonista, 'Un amigo gratis', que proporciona un 'amigo voluntario' a cualquier persona que se sienta sola en el instituto. El protagonista, Nash, estás pasando por una situación muy difícil,



Javier Ocaña

similar a la mía en el instituto; en la asociación le asignan a Eleonor y ahí comienza todo.

Años después has vuelto a ella para reescribirla. ¿Qué sentías que necesitabas cambiar y qué querías conservar de aquella primera versión?

He conservado casi todo, y ha sido complicado intentar contentar a las dos Inmas: a la que lo escribió en su día, con esa inocencia e inmadurez propia de los 14 años; y a la de ahora, que defiende el libro en presentaciones y que tiene que sentirse conforme con el trabajo.

Hice una reescritura completa, pero dejé la historia tal cual está. La estructura, la relación de los personajes, todo está igual, pero reescrito después de 10 años. También hay temas que se tratan mejor, como el bullying, porque me di cuenta de que era una subtrama que no tenía un final, porque imagino que yo misma no veía un final. Me ha gustado mucho poder dar a Nash el final que se merecía y lanzar un mensaje de apoyo a las víctimas, de castigo a los 'bullies', y para hacer despertar a quienes conocen estas circunstancias y deciden guardar silencio.

Gracias a la reedición el libro está llegando a mucha más gente, incluso a muchos institutos como lectura obligatoria. Cada vez que lo veo en una librería pienso en esa niña de 14 años que lo escribió y que soñaba con que llegara a los lectores; creo que se lo debía a ella, y también creo que estaría muy feliz y orgullosa.

En tus novelas el amor comparte protagonismo con la amistad, la identidad o el miedo a no encajar. ¿Qué te interesa explorar de esa etapa de la vida en la que tantas cosas están todavía por decidir?

Me interesa todo. Voy cambiando los temas que trato, que son muy universales y sencillos, como el amor o la amistad; aunque también me gusta meterme en berenjenales, y he hablado del suicidio, del alcoholismo, del duelo, del bullying, de las amistades tóxicas o de las relaciones románticas tóxicas.

Hay multitud de cosas que me interesa explorar. Al contrario de lo que se sigue pensando, a la gente joven no solo le interesan cosas superficiales, quieren libros que exploren todas estas preocupaciones y sentirse identificados con lo que están leyendo. Es el motivo por el que escribo, y creo que es el motivo por el que me leen.

Tus personajes tienen inseguridades y heridas emocionales, pero también encontramos humor y posibilidades de cambio. ¿Cómo trabajas esas distintas facetas para construirlos?

El humor me encanta. Una buena novela debe tener aunque sea un poco de humor, incluso la novela más dura del mundo. Hay historias que son muy complejas a nivel emocional y sin embargo tienen ese toque de humor. También nos viene bien un poco de esperanza y me gusta mandar el mensaje de que las cosas saldrán bien. Por ejemplo, al tratar el bullying

añado la confianza en que terminará y que luego la vida mejorará y tendrá preparada cosas maravillosas.

La música está muy presente en tus historias, por ejemplo en 'Nuestro lugar en el mundo'. ¿Qué papel tiene en tu proceso creativo?

Me hace escribir. De hecho, cuando estoy escribiendo una novela y me bloqueo, si de pronto encuentro una canción que podría utilizar como banda sonora me imagino la escena en mi cabeza con esa música y las palabras empiezan a fluir. Nunca escribo mejor que cuando hay una canción que me tiene obsesionada.

Hay lectores que llevan años creciendo contigo y otros que conocen ahora tus historias. ¿Qué has descubierto sobre tus propios libros al escuchar cómo los interpretan y lo que significan para ellos?

Me parece muy especial, porque me recuerda mucho a las clases de Literatura del instituto, cuando analizábamos obras y de pronto decían "*la lluvia que ha introducido el escritor en este momento es para reflejar la melancolía*".

Ahora que estoy en el otro lado siento que a veces los escritores introducimos algo en un párrafo simplemente porque queda bonito, no hay mayor profundidad. Pero me parece muy chulo que en los encuentros con los lectores me comenten pequeños detalles en los que no me había fijado ni recordaba. Me parece muy especial que cualquier persona haga suyas mis novelas y acabe relacionándolas con momentos importantes de su vida.

¿Qué crees que se está pasando por alto cuando se habla de los hábitos de lectura de los más jóvenes?

La gente joven es el segmento de población que más lee, según el último informe del Ministerio. O sea, eso de que la gente joven no lee es un dato objetivamente falso, porque no es que no lea, es que lee más que el resto de la población. Y además es el segmento de la población que llena todas las presentaciones en las ferias del libro. En mis firmas de libros me encuentro con chicas apasionadas; con tatuajes de las novelas; con camisetas personalizadas; con los libros marcados, subrayados, llenos de post-its, dibujados...

Tienen una enorme pasión por la literatura, y quizá lo que ocurre es que la literatura juvenil no está tan presente en muchos medios de comunicación. Parece que esta literatura nuestra no exista, y la gente joven se ha buscado otras líneas de comunicación para poder hablar de los libros que le gustan. Han recurrido, como buenos nativos digitales, a las redes sociales; basta buscar en Instagram el hashtag 'Bookstagram' para que aparezca toda esa comunidad de gente que lee, y que es capaz de llevar un libro a lo más alto de las listas de ventas y también de cargarse un lanzamiento por completo. O sea, tienen mucho poder, y las editoriales lo tienen muy en cuenta.



Cedida

¿Cómo proteges el placer de escribir cuando una afición se convierte en profesión? ¿Qué te ayuda a desconectar cuando cierras el ordenador?

¡Vaya pregunta! Ha sido una de las cosas más complicadas de los últimos años. ¿Qué hago cuando mi hobby se convierte en mi trabajo? Mi hobby siempre había sido leer y escribir, algo que ahora hago para ganarme la vida, y con esa presión de hacerlo bien y cumplir con las expectativas.

He tenido que buscar hobbies que me permitan ser un desastre sin que eso condicione nada de mi vida. Hago teatro de improvisación y me parece muy divertido, porque voy con la idea de hacerlo peor que la semana anterior, y salgo pensando que lo he hecho fatal pero súper contenta. Es muy guay pasar un rato con la gente y despejarte.

Ahora que lo analizo, porque creo que me ocurre de manera un poco inconsciente, durante el proceso de escritura me gusta aislarme, estoy metida en mi cueva; me desvanezco, me desaparezco, como dirían en Instagram. Luego aparezco meses después, con el libro bajo el brazo, ya escrito y perfeccionado, para que pueda ser juzgado. Me gusta estar yo sola con mis libros, y solamente dejo leer la novela a personas de mucha confianza, como mi editora, mi madre, y alguna amiga si acaso, pero el resto del tiempo estoy trabajando conmigo misma.

¿Encontrarte con lectores de otros países te ha hecho mirar de otra manera Extremadura y tu vínculo con Almendralejo?

Sí, y de hecho me parece muy guay cuando por ejemplo voy a Latinoamérica; este año en Argentina vinieron casi 6.000 personas a verme en Buenos Aires; estuve también en Chile y en Uruguay, y dentro



Cedida

de poco voy a México. Es muy divertido cuando se enteran de que soy extremeña, porque lo incluyen en todas mis biografías. Hay una especie de reconocimiento mutuo a 12.000 kilómetros de Extremadura, y también me parece guay estar transmitiendo algunas palabrejas tan nuestras como 'cochera' a personas del otro lado del charco.

Este año has pronunciado el discurso ciudadano con motivo del Día de Extremadura en el Teatro Romano de Mérida. ¿Qué querías decirle a tu tierra y qué significó para ti tener la oportunidad de hacerlo?

Fue un orgullo enorme, no solamente el discurso sino también poder pasar ese día con nuestras Medallas de Extremadura, que me parecieron todos absolutamente maravillosos.

Tenía muy claro que no quería que fuera un discurso que incitara a ningún tipo de odio, pero quería que incluyera ciertas reclamaciones que yo veía necesarias, como la vivienda digna para la gente joven y no tan joven, para todo el mundo; o seguir insistiendo en que Extremadura necesita buenas comunicaciones, es vital estar bien conectados porque te da oportunidades y hace que la gente no se tenga que ir fuera, como me ha pasado a mí, que vivo en Sevilla; también hablé de la salud mental, de cosas que para mí eran importantes y que creo que importan a la gente joven.

Sentía esa responsabilidad de no hacer un discurso hablando solamente de lo preciosa que es Extremadura, a la que adoro; también quería reivindicar que aquí crecen grandes talentos; que hay historias muy importantes, no solo artísticas sino también científicas, del deporte, de la agricultura, del folclore... y que esas historias necesitan que se les preste atención y necesitan oportunidades.

¿Qué le dirías a una persona joven que escribe pero no se atreve a enseñar sus historias? ¿Qué te habría ayudado a ti escuchar cuando empezabas?

Lo primero que le diría es que escriba; que lo haga si realmente quiere ser escritor, si siente esa inquietud dentro que no puede solventar de otra manera, si cada vez que está delante de un cuaderno o del ordenador tiene esa ansia por contar historias, si la novela que está escribiendo le apasiona y le obsesiona hasta el punto de no poder dormir, que es lo que me ocurre a mí. Y que, si escribe por eso, que tenga en cuenta que es un camino difícil, pero que se puede.

Cuando me decían que solamente lo consigue una persona entre un millón yo pensaba que alguien tenía que ser, y por qué no podía serlo yo. Sabemos que es difícil, pero se puede conseguir con trabajo, con esfuerzo; y con suerte también, que es muy importante pero tienes que estar ya preparado con las maletas hechas y con todo listo para subirte al tren cuando pase.

También le diría que no se compare con los procesos de otras personas, que no intente escribir como otras personas, sino que encuentre lo más complicado, que es la escritura, que es una voz propia. Porque, si escribes como ese escritor que te encanta, la gente va a leer a ese escritor, no te va a leer a ti, porque ya está el original. Pero habrá personas que querrán leerte a ti con tu humor, con tu manera de escribir, con tu manera de darle vueltas a las cosas o de simplificarlas, con tu manera de crear personajes. Me parece muy importante abrazar eso que nos hace diferentes, especialmente en esta época en la que parece que todo es más plano y que todos nos parecemos; encontrar algo totalmente diferente y que sea un desajuste para lo que estamos acostumbrados me parece fantástico.



CARLOS SÁNCHEZ

MÁS CONTENIDO *AQUÍ*

Genealogía CLIV

En un reel de Facebook un chico hablaba de lo que te puede ayudar ChatGPT con tu genealogía: "*¿Qué pasa si le pides ayuda para que construya tu árbol genealógico y encuentre a familiares que ni sabías que existían? Yo lo he hecho y he encontrado a uno que no conocía*".

A continuación explicaba cómo hacerlo. Primero le das lo que sabes: nombre, apellidos, dónde nacieron tus familiares, como padres y abuelos, y fechas aproximadas. Y le pides que te haga las preguntas que faltan para completar el mapa.

Una vez contestado todo lo que necesitaba y después de que te haya dado su respuesta, pídele que rastree el apellido, de dónde viene, en qué zona se concentra y qué movimientos migratorios hubo allí; ya empiezan a salir ramas que no conocías.

Y ahora viene el paso que lo cambia todo. Activa la búsqueda profunda y pídele que cruce archivos públicos, hemerotecas y censos digitalizados con los datos que le has dado. Le puedes pedir que te genere una imagen o un archivo HTML interactivo con todas las ramas desplegables, y te lo puedes descargar y abrir en el navegador para ir viendo cada una de esas ramas.

Fuente:
https://x.gd/MKaID

La Feria Agroalimentaria Espiga cierra su tercera edición con un balance positivo y casi 600 encuentros de negocio



Cedida

La III Feria Agroalimentaria Espiga ha concluido en Badajoz con la sensación, compartida por organización, empresas y visitantes, de que la cita ha dado un nuevo paso adelante. Ifeba se ha convertido en punto de encuentro entre el campo, la industria, la gastronomía y los compradores nacionales e internacionales, con cerca de 130 empresas participantes, alrededor de 80 cocineros y todos los espacios expositivos ocupados.

El certamen ha estado organizado por Caja Rural de Extremadura, con la colaboración de la Junta de Extremadura, el Ayuntamiento de Badajoz, las diputaciones de Badajoz y Cáceres, la Asociación de Consejos Reguladores de Extremadura y Extremadura Avante.

La feria ha combinado la promoción de los productos extremeños con una apuesta por generar oportunidades de negocio. Vinos, ibéricos, quesos, aceites y otras especialidades gourmet han protagonizado esos contactos, pensados para que los productores presenten directamente sus alimentos, conozcan las exigencias de otros mercados y abran vías de exportación y distribución. El certamen ha contado además con la presencia de todas las Denominaciones de Origen Protegidas e Indicaciones Geográficas Protegidas de Extremadura.

Junto a su vertiente comercial también se ha desarrollado un amplio programa divulgativo y gastronómico, con los chefs Toño Pérez y Dani García como embajadores. Se han sucedido catas, degustaciones, demostraciones de cocina en directo, rutas gastronómicas del aceite y del queso, talleres infantiles y un concurso de tapas para alumnos de hostelería, así como el XII Campeonato de España de Cocina y Repostería.

Por otro lado, en el marco de la feria se han desvelado los ganadores de los Premios Espiga Quesos, de los Premios Espiga Cava, del XXVII Concurso de Jamón Ibérico Denominación de Origen Protegida Dehesa de Extremadura, del XIX Premio Espiga Corderex y del VI Premio Espiga de Cocina con Ternera de Extremadura IGP.

La intención de Caja Rural de Extremadura es seguir mejorando los contenidos, ampliar la proyección del certamen y reforzar las oportunidades que ofrece a agricultores, ganaderos, empresas y consumidores. Su objetivo no es presumir de dimensiones, sino construir una feria útil para Extremadura, capaz de acercar la calidad de sus productos al público y de contribuir a su comercialización dentro y fuera de nuestras fronteras.

Paco Valverde recibe el Premio de la Asociación de Fundaciones de Extremadura



Cedida

La Asociación de Fundaciones de Extremadura ha distinguido a Francisco de Jesús Valverde Luengo con su III Premio AFEX, que ha sido entregado en el Museo Helga de Alvear de Cáceres. Este galardón reconoce una trayectoria sostenida en la defensa de los derechos de las personas con discapacidad intelectual y en la promoción de iniciativas educativas, sociales, deportivas y culturales en Extremadura.

La jornada reunió a representantes institucionales, de fundaciones y de entidades sociales en torno a la inclusión, el emprendimiento y la función del tercer sector. Antes de la entrega del premio se había programado una visita guiada al museo, con la bienvenida por parte de la directora de la Fundación y del Museo Helga de Alvear, Sandra Guimarães.

La jornada también incluyó la mesa redonda 'Más allá de las barreras: emprendimiento e inclusión', moderada por el director general de Servimedia, José Manuel González. Intervinieron el director gerente de Placeat, Ramón Rubio; la presidenta de Aexpainba, Magdalena Moriche; y el gerente de Fundación ASMI, Javier Aguza.

Paco Valverde ha sido durante décadas una de las referencias del movimiento asociativo extremeño. Presidió la asociación placentina Placeat entre 1991 y 2024, y en 2010 impulsó la creación de Fundación Placeat para consolidar los recursos y apoyos destinados a las personas con discapacidad intelectual y a sus familias.

Entre sus distinciones figuran la Medalla de Extremadura, concedida en 2010; la Cruz de la Orden Civil de Alfonso X el Sabio y el nombramiento como Hijo Predilecto de Plasencia, ambos en 2019; y ser el primer Hijo Adoptivo de San Gil, distinción recibida en 2024.

La tercera edición del Premio AFEX se añade a los reconocimientos concedidos a Helga de Alvear y Antonio Ventura, dos figuras con una huella notable en la vida cultural y social extremeña. En este sentido, Paco Valverde agradeció el premio y consideró especialmente significativo compartir esa lista de precedentes.

Con esta distinción, la Asociación de Fundaciones de Extremadura pone en valor de Paco Valverde una forma de entender el compromiso social que une asociacionismo, educación, cultura y defensa de derechos. Una labor que se prolonga también en sus artículos de Grada, donde sigue mirando a Plasencia y Extremadura desde la Torre Lucía.



JESÚS DORADO
jesusdorado@grada.es

MÁS CONTENIDO *AQUÍ*

Maceración carbónica

El tercer jueves de noviembre tendremos en las estanterías la nueva añada de Beaujolais Nouveau. Además del bombo y platillo que se le da, una de las características que lo hace tan tempranero, tan atractivo y tan seductor es su método de elaboración, llamado maceración carbónica, que difiere de los vinos tintos que solemos tener más a mano en nuestro mercado y elaborados mediante la llamada vinificación en tinto tradicional.

Cuando la uva llega del campo a la bodega se suele despalillar; es decir, se separa la baya del raspón de la ramita leñosa que conforma el racimo. En la maceración carbónica todo el racimo, con raspón incluido, se tira al depósito en el que va a producirse la fermentación.

El peso de los racimos de arriba aplasta a los racimos de abajo, con lo que se rompen algunas uvas y el mosto baña parte de los racimos que hay en el depósito. Ese mosto comienza a fermentar, formando algo de alcohol y sobre todo CO2 (gas carbónico).

Ese ambiente propicia una fermentación intracelular dentro de cada uva que se produce a la vez que la alcohólica, y de ahí el nombre de esta técnica.



FÉLIX PINERO

MÁS CONTENIDO *AQUÍ*

Accesibilidad cognitiva

Entendemos la accesibilidad cognitiva como la condición de bienes y servicios que permiten una fácil comprensión, la comunicación e interacción a todas las personas, según el Diccionario Panhispánico del Español Jurídico.

La III Convención de la Red Panhispánica de Lenguaje Claro y Accesible concluyó con una Declaración que, según el director de la RAE, abre un nuevo espacio de cooperación que consiste en la "*formación de una comunidad cultural y lingüística que abarque los idiomas español y portugués*".

Los beneficiarios de esta herramienta son las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo, las personas mayores con deterioro cognitivo o demencias y la población general en situaciones de barreras idiomáticas, analfabetismo o comprensión de entornos complejos (como el ámbito legal o digital).

En este contexto, y en su política para la lucha contra la discapacidad, la Diputación de Cáceres ha ampliado a 13 municipios de la provincia el programa de accesibilidad cognitiva, junto con Plena inclusión Extremadura.

La Residencia de Cine de Extremadura selecciona 15 proyectos en su última convocatoria



La Residencia de Cine de Extremadura acompañará a 15 proyectos cinematográficos en su cuarta edición, seleccionados entre las 120 propuestas recibidas, la cifra más alta desde la puesta en marcha de esta iniciativa.

Los proyectos, procedentes de Extremadura, otras comunidades autónomas e Iberoamérica, participarán en un programa de nueve meses de desarrollo creativo que combinará el trabajo en línea con encuentros presenciales en Guadalupe y Talavera la Real.

Los 15 proyectos seleccionados se distribuyen en tres grupos de cinco. Los extremeños son '105.8 FM', dirigido por Jesús Rubio García; 'El vínculo', de David Carrascal; 'Las que bailan', de Marina González; 'Hotel Triana', dirigido por Alicia Torrent; y 'Queridísimo Hijo', de Javier Horcajada. Sus autores son de Navalmoral de la Mata, Miajadas, Badajoz y Almendralejo.

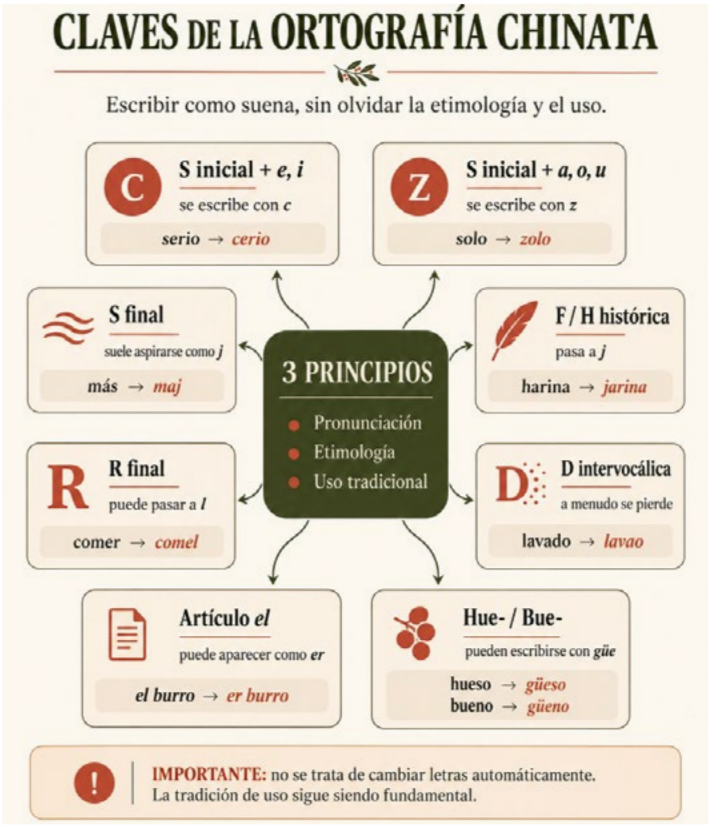
Con esta cuarta edición la Residencia alcanzará los 65 proyectos cinematográficos acompañados desde su creación. De ellos, cinco se encuentran en fase de rodaje o ya han concluido. La iniciativa está dirigida a cineastas, guionistas y productores que trabajan en el desarrollo de películas de ficción, documentales y animación con el apoyo de asesores y profesionales de distintas etapas del proceso cinematográfico.

El primer encuentro presencial de esta edición tendrá lugar en Guadalupe, del 15 al 22 de noviembre; los participantes trabajarán con profesionales de reconocido prestigio de la industria cinematográfica para impulsar sus películas. Los proyectos también participarán en el Extremadura Film Market, un mercado profesional que facilita el contacto entre creadores audiovisuales y potenciales socios estratégicos para promover la financiación, la producción y la coproducción de nuevas obras.

Además, las películas seleccionadas volverán a participar en el área de industria Mafiz del Festival de Málaga de 2027, donde sus responsables podrán presentar los trabajos ante productores, distribuidores, plataformas y otros agentes del sector audiovisual.

La programación de la Residencia incluye también la Semana de Cine Extremeño e Iberoamericano, que reunirá al público en torno a las películas y sus creadores tanto en Guadalupe como en Talavera la Real. La iniciativa se completará con conciertos y actividades dirigidas especialmente al público infantil y a las personas mayores.

¿Cómo se escribe el chinato? Una ortografía nacida de la voz



Durante muchos años hemos hablado del chinato como memoria, como patrimonio, como forma de vida y como seña de identidad de Malpartida de Plasencia. Pero cuando intentamos escribirlo aparece una pregunta inevitable: ¿Cómo se escribe el chinato?

La respuesta no es tan sencilla como pudiera parecer. El chinato fue durante siglos una lengua fundamentalmente oral. Se aprendía escuchando. Nadie necesitaba conocer reglas para decir *jarina, jigo, jadel, farta, ruilla, miujté* o *er burro*. Se hablaba como se había oído hablar en casa, en la calle, en las eras, en el campo o alrededor de la lumbre.

Los trabajos sobre ortografía del chinato parten de una idea sencilla y muy útil: "*procurar escribirlo tal y como suena*". Pero añaden una advertencia importante: la escritura no puede basarse solamente en la pronunciación. También intervienen la etimología y, sobre todo, el uso tradicional. Ninguno de esos tres principios, considerado aisladamente, permite explicar todo el sistema.

Es nuestra responsabilidad escuchar a quienes todavía lo recuerdan, recuperar textos antiguos, comparar formas, grabar voces, distinguir aquello que fue general de aquello que perteneció a determinadas familias, y evitar que nuestro deseo de conservar el habla termine fabricando una variedad que nuestros mayores nunca pronunciaron.

Artículo completo: **https://x.gd/GZk4Q**

Carlos Canelo Barrado y Celestino García García
Colaboración de María Florentina Canelo Barrado, Juan José Carlos Martín y Marceliano Clemente Canelo



PACO VALVERDE
pacovalverde@grada.es

MÁS CONTENIDO ***AQUÍ***

700 años de Historia, siete siglos nos contemplan

La Torre Lucía, el monumento placentino más antiguo que tenemos en pie, vuelve a rememorar otra efemérides de nuestra Historia local.

El 31 de julio de 1326 se fechaba el testamento de don Nuño Pérez de Monroy en la ciudad de Valladolid. Don Nuño había nacido en Plasencia y en 1300 fundó el Hospital de Santa María, el más importante, en su época, de Plasencia.

Fundó el Hospital de Santa María aprovechando las casas de su prima doña Gracia de Monroy, por lo que también se le conoce como de doña Gracia de Monroy.

Murió en Valladolid y fue enterrado en el hospital de aquella Ciudad; y habiendo desaparecido este hospital sus restos fueron trasladados a la iglesia de Santa María de las Huelgas, donde permanecen.

Todo, fruto de la obra de aquel gran placentino que supo hacerse un nombre en la Historia de España, y de quien hoy, 700 años después, siete siglos, continuamos teniendo presente, por su legado humanitario, el Hospital de Santa María de Plasencia, señalado y estudiado como uno de los más importantes en la historia hospitalaria de la Vía de la Plata.

Emilio Jiménez Labrador, alma de Fundación Caja Badajoz, deja una huella imborrable en Extremadura

Grada despide con profundo dolor a quien fuera director general de Fundación Caja Badajoz durante más de una década y una de las personas que mejor encarnaron el compromiso con Badajoz, la cultura y los colectivos más vulnerables



Cedida

La muerte de Emilio Jiménez Labrador deja una ausencia enorme en Fundación Caja Badajoz, en la ciudad que tanto quiso y en buena parte de la Extremadura que tuvo la suerte de cruzarse con su trabajo, su cercanía y su generosidad.

Fue mucho más que el director general de una fundación. Fue un hombre que entendió la responsabilidad como servicio, la cultura como una forma de dignidad y la solidaridad como una obligación cotidiana. Durante más de una década al frente de Fundación Caja Badajoz trabajó para mantener a la entidad como un pilar social y cultural de Extremadura, capaz de acompañar a quienes más lo necesitaban y de conservar la memoria colectiva de la región.

Se incorporó a la Caja de Ahorros de Badajoz en 1984. Ocupó distintos puestos en la entidad hasta convertirse en director general adjunto y, tras la desaparición de la Caja, en director general de Fundación CB, la institución que nació en 2013 fruto de la transformación de la Obra Social de Caja Badajoz.

Fue precisamente en aquella etapa cuando Emilio Jiménez dejó una de sus huellas más profundas. Luchó por construir una fundación al servicio de los colectivos más vulnerables y por acercar la cultura a todos los rincones de Extremadura. Bajo su impulso nació el Centro de Documentación e Imagen de Extremadura (Cdiex), concebido como un gran repositorio de la memoria regional, y se consolidó el Festival Negativo Foto, una de las citas fotográficas más relevantes de Extremadura.

Grada tuvo la oportunidad de conocer de cerca su trabajo y su manera de entender la vida pública. Desde aquellas primeras reuniones en el entonces Edificio Badajoz Siglo XXI, pasando por la Rucab y la sede de Montesinos22, Emilio Jiménez fue un aliado constante de los proyectos que esta revista y su entorno han defendido durante años: la inclusión, el deporte adaptado, la cultura, la memoria y la atención a quienes suelen quedar al margen.

En junio pasado su trayectoria fue reconocida con el Premio Fundación Primera Fila 2026, que compartió con Emilio Vázquez Guerrero, ex presidente de Fundación Caja Badajoz. El galardón quiso destacar el trabajo de ambos al frente de una institución que convirtieron, con esfuerzo, criterio y humanidad, en una referencia de la acción social y cultural extremeña.

Emilio Jiménez era un hombre de conversación serena, de palabra firme y de gestos concretos; alguien capaz de entender la importancia de una firma institucional, pero también el valor de una llamada, una visita o un gesto de apoyo cuando alguien lo necesitaba. Amante de la fotografía y del jazz, unió a su rigor profesional una sensibilidad poco común. Supo convertir esa pasión en proyectos al servicio de la comunidad e instauró en Fundación Caja Badajoz una manera de trabajar que difícilmente podrá separarse de su nombre. Y deja como legado, sobre todo, un ejemplo: el de un hombre que hizo de su trabajo una forma de cuidar a los demás.

Fundación Cajalmendralejo abre una nueva etapa en el Palacio de Chaves-Calderón de Trujillo



Cedida

Fundación Cajalmendralejo ha puesto en marcha la actividad del Palacio de Chaves-Calderón, uno de los edificios históricos más reconocibles de Trujillo, tras haberlo adquirido y rehabilitado.

El acto de apertura, conducido por el sacerdote y escritor Jesús Sánchez Adalid, patrono de la Fundación, tuvo carácter conmemorativo. Asistió la ex ministra de Educación Pilar del Castillo, acompañada de uno de sus hijos y de amigos de la familia, para recordar al escritor e historiador Guillermo Gortázar Echeverría, anterior propietario del palacio y figura estrechamente vinculada al edificio. Fallecido en enero de 2026 a los 74 años, fue doctor en Historia por la Universidad Complutense de Madrid y profesor de Historia Contemporánea en la UNED, además de diputado por Barcelona entre 1993 y 2001 y presidente de Fundación Hispano-Cubana.

El Palacio de Chaves-Calderón data del siglo XVI y conserva elementos como techos abovedados, una biblioteca con vigas de madera, amplios jardines, un aljibe y antiguas caballerizas; está situado en el corazón del casco antiguo de Trujillo y destaca por su balcón y su puerta de esquina. Fundación Cajalmendralejo vincula esta reapertura con el papel de Trujillo como referente histórico y patrimonial de Extremadura, al condensar parte de la historia regional y proyectar la identidad extremeña más allá de las fronteras; también destaca su relación con la Hispanidad y con la proyección de Extremadura hacia América.

El espacio acogerá actividades relacionadas con la cultura, la educación, el conocimiento, la acción social y el desarrollo de nuevos proyectos, en línea con la estrategia de Fundación Cajalmendralejo de ampliar su capacidad de actuación social y cultural en la región, con el respaldo de su entidad matriz, Cajalmendralejo.



La Junta de Extremadura destinará 4,5 millones de euros a atraer nómadas digitales a la región



Junta de Extremadura

El Servicio Extremeño Público de Empleo (Sexpe), destinará 4,5 millones de euros a las ayudas para atraer y establecer nómadas digitales en la región durante el periodo 2026-2027.

La primera convocatoria de esta línea de ayudas, puesta en marcha en 2024, permitió atraer a más de 400 nómadas digitales que se empadronaron en municipios extremeños. Esta experiencia ha llevado a la Junta a renovar la iniciativa con una dotación superior a la inicial y con el objetivo de consolidar los resultados obtenidos.

El proyecto desarrolla las bases reguladoras de las ayudas para atraer y establecer nómadas digitales en Extremadura, y contempla la convocatoria de dos programas complementarios. La iniciativa se dirige a personas que desarrollen su actividad laboral o profesional a distancia mediante el uso de medios informáticos, telemáticos y de telecomunicación, y que decidan fijar su residencia en la comunidad.

El Programa I contempla ayudas para establecerse en Extremadura durante 24 meses, mientras que el Programa II permite acceder a una subvención adicional para mantener la residencia durante otros 12 meses.

Podrán beneficiarse las personas que hayan residido fuera de Extremadura durante los 18 meses anteriores a su establecimiento y empadronamiento en un municipio de la región; con ello se pretende garantizar que las ayudas favorezcan la llegada de nuevos residentes, tanto desde otras comunidades autónomas como desde el extranjero.

La cuantía prevista para el Programa I es de 10.000 euros para menores de 30 años, mujeres o personas que se empadronen en municipios de menos de 5.000 habitantes, siempre que cumplan los requisitos establecidos. Para el resto de los beneficiarios la ayuda será de 8.000 euros. Por su parte, el Programa II contempla ayudas de 5.000 euros para los grupos preferentes y 4.000 euros para el resto de los beneficiarios. En consecuencia, las personas que reúnan los requisitos de ambas líneas podrán alcanzar una ayuda máxima de 15.000 euros.

Entre las principales modificaciones respecto a la convocatoria anterior, se amplía de seis a 18 meses el periodo previo de residencia fuera de Extremadura. Además, para el Programa I será necesario estar establecido y empadronado en la región antes de presentar la solicitud. También se exigirá adaptar el domicilio fiscal a la nueva residencia habitual y tributar por el IRPF en Extremadura, con el fin de reforzar el vínculo efectivo de los beneficiarios con la comunidad.

El proyecto prevé que la convocatoria tenga una vigencia de un año desde su publicación en el Diario Oficial de Extremadura. Con carácter general, las solicitudes deberán presentarse en un plazo de tres meses, y se contemplan plazos extraordinarios para determinados beneficiarios que se hayan empadronado o hayan completado el periodo de permanencia exigido antes de la nueva convocatoria.

Con estas ayudas, la Junta de Extremadura tiene como objetivo favorecer la llegada de profesionales que trabajan a distancia, especialmente a los municipios rurales, impulsar la actividad económica y contribuir a la atracción y permanencia del talento en la región. La medida pretende, además, contribuir a frenar la despoblación, dinamizar el consumo y los servicios locales, y posicionar a Extremadura como un destino atractivo para el teletrabajo y la vida rural conectada.

El Consejo de la Juventud de Extremadura participa en el IX Pleno escolar contra el bullying por LGTBIfobia



Asamblea de Extremadura

La presidenta del Consejo de la Juventud de Extremadura, Lidia Solana, ha asistido en la Asamblea de Extremadura al IX Pleno Escolar contra el Bullying por LGTBIfobia, una iniciativa impulsada por Fundación Triángulo a través de su programa Servicio Plural.

Este encuentro reunió a alumnado, profesorado, representantes institucionales y entidades comprometidas con la igualdad y la diversidad para reflexionar sobre la realidad que viven muchas personas LGTBI en los centros educativos, y sobre la necesidad de seguir construyendo espacios seguros, inclusivos y libres de discriminación.

Varios testimonios pusieron de manifiesto la importancia de garantizar el respeto a la diversidad y combatir cualquier forma de acoso motivada por la orientación sexual o la identidad de género. Asimismo, se trasladó a las instituciones la necesidad de reforzar las políticas educativas que promuevan la igualdad, la convivencia y la prevención de los discursos de odio.

Esta iniciativa permite al Consejo de la Juventud de Extremadura reafirmar su compromiso con la defensa de los derechos humanos, la igualdad de oportunidades y la construcción de entornos seguros para todas las personas jóvenes.



‘Una noche en la ópera’ llena la Casa de Cultura de Calamonte y confirma el atractivo de ‘Ópera Rural’



Cedida

La cuarta edición de Ópera Rural, impulsada por la Asociación de Universidades Populares de Extremadura (Aupex) con el apoyo de la Diputación de Badajoz y la colaboración de ayuntamientos y universidades populares, ha llevado a Calamonte ‘Una noche en la ópera’, con el objetivo de acercar la ópera al medio rural y romper con la idea de que este género pertenece solo a los grandes teatros.

La representación se celebró en la antesala del Día Mundial de la Ópera, fecha que reivindica el valor social y cultural de este arte y su acercamiento a nuevos públicos. El montaje, que combina música lírica, teatro y humor, llenó el salón de actos ‘Juan Copete’ de la Casa de la Cultura y sorprendió a un público que, en muchos casos, no había tenido antes la oportunidad de asistir a una producción así.

Escrita y dirigida por Ángel Jiménez, tiene formato de ópera en tres actos y utiliza la ópera bufa para acercar el bel canto a quienes se inician en el género. Durante casi dos horas, el público recorrió páginas de Mozart, Rossini, Donizetti y Pergolesi en una comedia de enredos ambientada en el Nueva York de 1934, con guiños a la comedia del arte y a la película de los hermanos Marx.

La dirección artística correspondió a Ángel Jiménez y la producción al Centro de Investigación de la Voz y la Música de Extremadura, con José Alberto Sancho al piano. Actuaron Patricia Santos, José Miguel Torres, Víctor Moral, Ángel Jiménez, Benji Estévez, Ana Rosa Moreno, César Márquez, Irene Rosado, Alba Guerra y Selena Portillo, acompañados por la Compañía Lírica Ecaba.

‘Ópera Rural’ nació en 2023 con vocación participativa, comunitaria, inclusiva y sostenible, para desarrollarse en el entorno rural e implicar a la población. Más allá de la representación apuesta por la formación, la creación artística y la participación ciudadana; la mediación cultural es uno de sus ejes, conectando a profesionales con centros educativos, agrupaciones corales, asociaciones y el público.

Calamonte completa su programación con propuestas de vestuario, bordado, atrezzo, canto y teatro musical, además de otras acciones escénicas en los municipios participantes. Además, en la programación paralela, la soprano y musicoterapeuta Gloria Jaramillo ha llevado ‘Cuentóperas’ a los colegios Nuestra Señora de la Soledad, de Arroyo de San Serván, y Maestra María Josefa Rubio, de Esparragalejo. En La Garrovilla, Ángel Jiménez dirige el taller práctico de canto coral y ópera, y concluirá con una muestra operística; la misma localidad acoge ‘De la ópera a la máscara’, de Rubén Lanchazo; y en Arroyo de San Serván se celebra un taller vocal y coral con José Miguel Torres y Patricia Santos.

La Unidad de Asuntos Europeos de la Fempex participa en la Semana Europea de las Regiones

La Unidad de Asuntos Europeos de la Fempex, articulada en colaboración con las diputaciones de Badajoz y Cáceres, ha participado en Bruselas en la XXIV Semana Europea de las Regiones y Ciudades y en la Ceremonia del Pacto de los Alcaldes 2026, con el objetivo de conocer las novedades de la Política de Cohesión post-2027 para asesorar a las entidades locales extremeñas.

Se hizo un seguimiento de cuestiones estratégicas como el 'Derecho a permanecer' en el medio rural, el acceso a la vivienda asequible, la prestación de servicios públicos de calidad en los municipios y el impulso a la competitividad basada en el potencial endógeno del territorio. Asimismo, se analizaron aspectos clave sobre financiación, la importancia de la gobernanza multinivel, la resiliencia climática y la necesidad de escuchar de forma activa a la ciudadanía y a la juventud en la toma de decisiones.

Destacaron los debates sobre el Marco Financiero Plurianual 2028-2034, con especial atención al modelo de gestión y distribución de los fondos



Cedida

europeos. Se puso de relieve la importancia de evitar su centralización y de garantizar que las regiones, las provincias y las entidades locales tengan un papel activo en la definición de prioridades y en la gestión de los recursos, según las necesidades de cada territorio. También se conocieron buenas prácticas sobre comunidades energéticas locales y modelos de acompañamiento a pequeños municipios.



La Diputación de Cáceres invita a celebrar diez años del Mes de las Reservas de la Biosfera con 47 actividades gratuitas en Monfragüe y Tajo-Tejo Internacional



La Diputación de Cáceres, a través de su Área de Desarrollo Sostenible y Turismo y con el apoyo de los municipios, centros de interpretación y entes gestores de desarrollo de estos territorios, organiza la décima edición del Mes de las Reservas de la Biosfera en los territorios de Monfragüe y Tajo-Tejo Internacional. La iniciativa, que se desarrolla hasta el 29 de noviembre, incluye 33 actividades principales y 14 complementarias, todas gratuitas, en 27 localidades y con más de 1.300 plazas para caminar, mirar el cielo, escuchar el campo y sentarse a la mesa para descubrir los valores naturales, culturales y humanos de estos territorios singulares de la provincia de Cáceres. **https://mesdelareservabiosfera.es/**

El programa se articula en torno a cuatro grandes ejes. La naturaleza vuelve a ser uno de los principales atractivos, con astroturismo, rutas geológicas, observación de aves, senderismo y talleres para los más pequeños en Monfragüe, mientras que en el Tajo-Tejo Internacional los participantes podrán descubrir un paisaje de fronteras, dehesas y aguas que alberga cerca de 300 especies de fauna y más de 900 especies vegetales.

La cultura gana peso en esta décima edición y estrena la música entre sus propuestas, con un programa que incluye un concierto de cuerda y la entrega de premios de relatos en Toril, la gala de Monfragüe en Corto en Malpartida de Plasencia y un taller de folklore en Zarza la Mayor, donde bailar, cantar y tocar formarán parte de la misma mañana. Junto a estas citas, las actividades culturales invitan a recorrer el pasado de estos pueblos mediante visitas teatralizadas, talleres de artesanía, rutas por cascos históricos y encuentros con oficios y tradiciones, mientras que la gastronomía extremeña, con dos propuestas específicas, tendrá su espacio a través de degustaciones, showcooking y maridaje que ponen en valor los productos del territorio.

El turismo activo mantiene su presencia con siete actividades pensadas especialmente para disfrutar en familia y en contacto con el entorno, como la escalada, la orientación, las gymkanas familiares, una ruta ecuestre o un recorrido en moto por el Tajo. Algunas actividades repiten por su éxito, como la ruta al Cerro Gimio, los talleres botánicos, la observación de aves o el astroturismo, mientras que otras se estrenan, como una ruta en moto por Tajo Internacional, yoga en la naturaleza, la nueva ruta senderista a Peñafalcón, la visita a Haza de la Concepción y un paseo a caballo.

Como gran novedad de esta edición, la web del programa estrena sendos asistentes virtuales con inteligencia artificial; Berto en Monfragüe y Raya en el Tajo Internacional ayudan a los visitantes a descubrir las actividades, explican cómo inscribirse y proponen planes complementarios, alojamientos o restaurantes para completar la visita. Las inscripciones son obligatorias y se abren a las 22.00 horas del martes previo a cada fin de semana; cada persona puede reservar hasta cuatro actividades por territorio y acudir con un máximo de tres acompañantes, y si se completa el aforo existe lista de espera.

La Diputación de Badajoz llevará el arte a los pueblos de la provincia mediante el Plan de Murales



Diputación de Badajoz

La presidenta de la Diputación de Badajoz, Raquel del Puerto, ha dado a conocer el nuevo Plan de Murales Municipales, una iniciativa pionera de la institución provincial, dotada con 500.000 euros, que permitirá financiar proyectos de arte urbano en municipios de menos de 20.000 habitantes y entidades locales menores de la provincia.

En su intervención ha destacado que esta iniciativa va mucho más allá de financiar intervenciones artísticas en las fachadas de los municipios, ya que pretende convertir el arte urbano en una herramienta de revitalización social, cultural y económica. En este sentido, ha explicado que las actuaciones contribuirán a mejorar la imagen de los pueblos, recuperar espacios deteriorados, reforzar el sentimiento de pertenencia de sus habitantes y generar nuevos atractivos turísticos.

La convocatoria contempla subvenciones de hasta 15.000 euros por entidad beneficiaria para la realización de proyectos que podrán incluir un máximo de tres murales, con el propósito de recuperar espacios urbanos, embellecer calles y plazas y poner en valor el patrimonio, la cultura y las señas de identidad de cada localidad.

Los murales deberán tener carácter permanente o de larga duración, y habrán de ejecutarse sobre fachadas, medianeras, muros u otros soportes situados en espacios visibles o accesibles al público. Podrán realizarse tanto en inmuebles de titularidad pública como privada, siempre que se disponga de las autorizaciones correspondientes.

Los proyectos podrán inspirarse en la historia, el patrimonio, la arqueología, la gastronomía, las tradiciones, la naturaleza, la memoria colectiva o cualquier otro elemento representativo de los municipios.

Raquel del Puerto también ha incidido en la capacidad de estas intervenciones para fomentar la creatividad y ofrecer oportunidades a los artistas vinculados al territorio. Así, ha remarcado que la Diputación de Badajoz pretende facilitar que quienes desarrollan este tipo de expresiones artísticas puedan materializar sus ideas en sus propias localidades, contribuyendo a embellecerlas y promocionarlas.

Por otro lado, ha subrayado que los murales pueden convertirse en nuevos puntos de interés turístico y contribuir a dinamizar la actividad comercial y hostelera de los municipios, al tiempo que refuerzan su singularidad. Además, ha defendido que estas actuaciones pueden generar oportunidades vinculadas al turismo y a la cultura, especialmente en las localidades más pequeñas, donde la recuperación de espacios públicos y la puesta en valor de los recursos propios adquieren una especial relevancia.

Raquel del Puerto ha concluido su intervención remarcando el objetivo de esta iniciativa: "*Queremos que estos murales sean lugares de encuentro, que transformen la mirada de nuestras vecinas y nuestros vecinos, que impulsen el futuro de nuestra provincia*".

Fundación Yuste organiza un congreso en Chile para reforzar el papel de Extremadura como puente entre Europa e Iberoamérica



Cedida

Fundación Academia Europea e Iberoamericana de Yuste y la Universidad Autónoma de Chile han celebrado en Santiago de Chile el X Congreso Internacional Relaciones entre América Latina, el Caribe y Europa, bajo el título 'Multilateralismo y Gobernanza Mundial'. El encuentro ha reunido a autoridades, diplomáticos, académicos y expertos internacionales para reflexionar durante dos jornadas sobre los desafíos del actual escenario geopolítico y la necesidad de fortalecer la cooperación y el diálogo entre ambas regiones.

El congreso, celebrado por primera vez en el país iberoamericano, ha contado con la participación del ministro de Relaciones Exteriores chileno, Francisco Pérez Mackenna; el exsecretario general de la Organización de los Estados Americanos, José Miguel Insulza; el rector de la Universidad Autónoma de Chile, Teodoro Ribera Neumann; y el director de Fundación Yuste, Fernando Pizarro García-Polo, entre otros especialistas y representantes institucionales.

Durante su intervención, Fernando Pizarro ha abordado el papel de Extremadura como puente entre Europa e Iberoamérica, destacando la importancia de los vínculos históricos, culturales y académicos que unen a ambas regiones. Además, ha incidido en "*la contribución de la comunidad autónoma al fortalecimiento de estas relaciones a través del conocimiento y la cooperación internacional*". Asimismo, ha destacado el papel de las universidades como espacios de encuentro y reflexión para afrontar los retos compartidos: "*Para tratar el orden mundial, el diálogo y la buena amistad y fraternidad de los países, se hace necesario un lugar donde reflexionarlo*".

Por su parte, Francisco Pérez ha pedido que se refuerce la cooperación entre Europa e Iberoamérica, con "*una historia compartida de siglos*". "*Estamos llamados a resolver los problemas juntos, compartimos valores, y lo importante es que este tipo de instancias ayuden a acercarnos más*", ha remarcado.

Por último, Teodoro Ribera se ha referido a la importancia de promover espacios de reflexión internacional que permitan comprender los cambios del escenario global y fortalecer la formación universitaria. "*Haber traído personas de Europa, que viven una realidad distinta, y traer personas de Latinoamérica permite sacar conclusiones, reflexionar, generar insumos para tomar decisiones a futuro*", ha señalado, enfatizando el valor de la internacionalización para la comunidad universitaria.

En la primera jornada las intervenciones abordaron, desde diferentes perspectivas académicas e institucionales, los desafíos que afrontan los mecanismos de cooperación internacional en un contexto caracterizado por las tensiones geopolíticas, la transformación del equilibrio mundial y la necesidad de impulsar respuestas compartidas entre regiones.

La segunda jornada centró sus debates en los desafíos que afronta el principio democrático en Iberoamérica, la continuidad y eficacia de los mecanismos multilaterales y las implicaciones que tiene el desarrollo de la inteligencia artificial para la democracia y las relaciones internacionales.

El Consejo Económico y Social de Extremadura presenta su memoria anual en la Asamblea de Extremadura



Asamblea de Extremadura

El Consejo Económico y Social de Extremadura ha presentado en la Asamblea su Memoria sobre la situación socioeconómica de la región correspondiente a 2025, elaborada tras meses de análisis y debate entre sindicatos, empresarios y representantes de la sociedad civil.

El documento se divide en tres bloques: panorama económico; población, mercado de trabajo y relaciones laborales; y calidad de vida y protección social. Concluye que Extremadura avanza, pero a un ritmo insuficiente para cerrar la distancia con la media nacional y europea, pues mantiene brechas estructurales en salarios, población, pobreza e infraestructuras.

En el plano económico, la memoria estima un crecimiento cercano al 2,6% en 2025 frente al 1,5% de la Unión Europea y el 2,8% de España, cifra que el INE elevó después al 3,2% frente al 2,6% español, lo que situó a Extremadura como la segunda comunidad que más creció. Los servicios aportaron el 66,1% del valor añadido bruto y, tras el impulso agrario de 2024, el crecimiento se apoyó en la construcción y los servicios, equilibrando algo la estructura productiva. La energía destacó como activo, con 14.095 MW instalados, el 85,6% de origen renovable; una producción equivalente al 628,7% de la demanda interna y el 99,7% de generación libre de emisiones de CO2. El tejido empresarial sigue dominado por microempresas, dado que el 95,94% no supera los 10 trabajadores y solo 40 tienen más de 250 empleados.

El desempleo medio cayó un 8,42%, hasta 67.844 personas, y la afiliación a la Seguridad Social aumentó, aunque menos que en España. El informe advierte de que crear empleo no basta, porque Extremadura mantiene los salarios y costes laborales más bajos de España y sigue en última posición, lo que vincula a la necesidad de elevar productividad y cualificación.

El reto demográfico es central: a 1 de enero de 2026 la región tenía 1.053.345 habitantes, 1.336 menos que un año antes; mientras España creció un 1,05%, Extremadura descendió un 0,13%, y el 22,94% de residentes tiene 65 años o más. Las infraestructuras de transporte siguen pendientes; falta una red de alta velocidad plenamente operativa, hay limitada electrificación ferroviaria y frecuencias inferiores, y siguen pendientes la autovía Cáceres-Badajoz y mejoras en la N-430 (Badajoz-Valencia) y la N-432 (Badajoz-Granada).

Finalmente, en lo social, el abandono escolar temprano fue del 15,03%, con un aumento de 1,98 puntos; el riesgo de pobreza o exclusión afectó al 30,4% de la población, casi cinco puntos por encima de la media española, aunque mejoró dos puntos. En sanidad, las personas pendientes de intervención quirúrgica se redujeron un 8,43%, hasta 22.404, y la espera media bajó 43 días, hasta 135. En dependencia hubo 62.130 solicitudes, un 4,5% más, con 4.838 personas pendientes de valoración. Y la pensión media contributiva extremeña fue de 1.118,94 euros, frente a 1.311,70 euros en España.

En su intervención, el presidente de la Asamblea, Manuel Naharro, destacó que la memoria aporta un diagnóstico independiente y riguroso para el debate parlamentario y la toma de decisiones.

Escuela de danza Ana Baigorri. Bailar y compartir

Anuncia Maján

Existen lugares aparentemente anodinos que esconden rincones donde la magia toma cuerpo y los cuerpos rompen sus propias fronteras. El centro histórico de Badajoz acoge uno de ellos, la escuela de danza de Ana Baigorri, un espacio para aprender a bailar y compartir lo que cada persona puede aportar.

Con 13 años Ana se marchó a Zaragoza para formarse en la academia de María de Ávila. Después bailó en compañías de Alemania, Italia y Portugal, y también en Madrid. Cuando decidió volver a casa tenía claro su proyecto: "*Una escuela de danza donde cada uno busca su motor y en la que cabe todo el mundo*".

Su trayectoria le enseñó a mirar más allá del modelo convencional de bailarina. En Italia conoció un grupo que trabajaba con personas de distintas habilidades cognitivas y físicas. Ya en Badajoz, el encuentro con Andri, bailarín ucraniano con discapacidad, dio origen a 'Danza sobre ruedas', una clase de danza contemporánea abierta a distintas posibilidades de movimiento.

En ese recorrido aparece Inés, usuaria de Aspace Badajoz. Ana recuerda unas primeras sesiones dedicadas a mover una mano, relajar una pierna o mover ambas. "*Con Inés es todo muy satisfactorio. Cuando empezamos con ella teníamos unas expectativas de movilidad muy bajas*".

El trabajo ha cambiado desde entonces: "*Ahora ya empezamos directamente fuera de la silla, estamos llegando a conseguir la cuadrupedia; es una pasada, bailamos, coreografiamos*". Durante el último curso Inés realizó 20 espectáculos, con un número de 15 minutos de duración en el que desempeña un papel solista y pasa del suelo a la silla.



Javier Meléndez

Ana describe así las sesiones: "*Siente el baile, lo ve, lo vive y lo proyecta. Da gusto trabajar con ella. Está siempre muy concentrada, se esfuerza muchísimo. Ha superado todo lo previsible y aún anuncia más logros*".

Durante la entrevista la profesora muestra vídeos del trabajo de Inés. Su explicación vuelve a una idea central: partir de lo que cada persona puede hacer. "*Conectar con tu posibilidad también es parte de aprender a bailar bien. Yo a lo mejor no sé hacerlo, pero sí enseñarlo*".

En la reciente gira Inés realizaba su propia rutina de calentamiento sin que nadie le indicase cuándo empezar. Ana lo relaciona con su manera de acompañar el aprendizaje: "*La cuestión es que cada uno obtenga el logro máximo que pueda*".

La escuela es privada y quienes acuden pagan sus clases. El proyecto 'Horizonte inclusión', por su parte, ha contado con el apoyo de la Diputación de Bada-

joz para una gira provincial. El espectáculo incluía un psicólogo y una criminóloga y abordaba conceptos como la igualdad, la equidad y la conciencia de género.

"*Llevando a Inés, poco más había que explicar, aunque a los niños les sorprendía menos su presencia que el espectáculo*", cuenta Ana. En los centros de educación especial se valoraba especialmente su trabajo. Al actuar en centros Aspace, añade, Inés tenía "*un impulso especial para demostrar la valía de su trabajo ante quienes la conocen. Porque así entenderían mejor su esfuerzo, su empeño*".

La continuidad también depende de los recursos. Ana señala que una ayuda permitiría abrir el proyecto a más personas y afirma que actualmente corren con los gastos necesarios: "*Todos los costes los asumimos nosotros*".

Más que de inclusión prefiere hablar de normalización. Desea que 'Horizonte inclusión' continúe y que Inés pueda seguir ganando experiencia profesional: "*Me gustaría que tuviese un espacio donde seguir desarrollándose y ofreciendo todo lo que puede dar a la sociedad. Bailar es su fuerte y ella puede regalar esa magia a la sociedad*".



Cedida

Ana también lamenta que algunos niños abandonen la danza por el acoso escolar. Aspira a no tener que anunciar que un espectáculo es inclusivo, sino a que esa participación sea la norma.

Volvió a Badajoz para crear una escuela donde cupiera todo el mundo. Su deseo sigue siendo que quienes bailan en ella encuentren espacio para aprender, compartir y continuar.

Artículo completo: **https://x.gd/d8iTI**



La jornada ‘Longevidad y derechos’ reivindica en Mérida una sociedad donde las personas mayores puedan decidir, participar y seguir aportando



Junta de Extremadura

Vivir más años constituye uno de los grandes logros de nuestra sociedad, pero también plantea el desafío de garantizar que la mayor esperanza de vida se traduzca en oportunidades reales para decidir, participar, mantener relaciones significativas y desarrollar proyectos personales. Bajo esta premisa, el Centro Universitario de Mérida ha acogido la jornada ‘Longevidad y derechos: construir comunidades donde vivir con dignidad, participar y decidir’, que ha reunido a 120 participantes entre personas mayores, profesionales de los ámbitos social, sanitario y educativo, y representantes institucionales y de entidades sociales.

El encuentro se ha desarrollado en el marco del programa ‘99 razones para ser SEPADCTIVOS’, una iniciativa promovida por la Junta de Extremadura a través del Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia (SEPAD), y de cuyo desarrollo se ocupa la Asociación de Universidades Populares de Extremadura (Aupex). Su objetivo es favorecer un envejecimiento activo que optimice las oportunidades de participación, seguridad, relación y salud de las personas mayores, mejorando su calidad de vida y reforzando su papel en la comunidad.

La inauguración ha contado con la participación de la consejera de Salud y Atención a la Dependencia de la Junta de Extremadura, Sara García Espada; el miembro de la Comisión Ejecutiva de Aupex Miguel Ángel Araya; y el director del Centro Universitario de Mérida, Pedro José Pardo.

Sara García Espada ha destacado la importancia de la red extremeña de recursos y servicios de apoyo a las personas mayores, integrada por centros de mayores, centros de día, centros residenciales, centros de proximidad, universidades populares y otros servicios territoriales; una estructura fundamental para promover el envejecimiento activo, la autonomía personal, la prevención de la soledad no deseada y la igualdad de acceso a recursos y oportunidades, especialmente en el medio rural. También ha subrayado que la Estrategia Extremeña de Envejecimiento y Longevidad nace de un proceso de escucha y participación en el que han colaborado personas mayores, profesionales, entidades sociales y administraciones; la estrategia impulsa una longevidad activa, saludable y participativa, con medidas orientadas a la permanencia en el entorno, la prevención de la fragilidad, el fortalecimiento de las redes comunitarias y la creación de entornos inclusivos para todas las edades.

Por su parte, Miguel Ángel Araya ha defendido un envejecimiento basado en la autonomía, la participación y la capacidad de decisión, destacando el papel de las universidades populares y los centros de mayores como espacios de encuentro, aprendizaje y dinamización comunitaria, y reivindicando que vivir más años también debe significar seguir eligiendo y contribuyendo a la sociedad.



Junta de Extremadura

La ponencia marco, 'Envejecer: mirada, acción y compromiso', impartida por Teresa Martínez Rodríguez, doctora en Psicología y experta en Atención centrada en la persona y Cuidados de larga duración, ha abordado la necesidad de transformar la percepción social del envejecimiento. Ha situado el edadismo (los estereotipos, prejuicios y comportamientos discriminatorios relacionados con la edad) entre los principales obstáculos para el ejercicio efectivo de los derechos de las personas mayores. También ha cuestionado creencias como considerar que todas las personas mayores son iguales, que pierden inevitablemente su capacidad de decisión o que necesitan protección permanente. Además, ha destacado la influencia del lenguaje y las imágenes en la construcción social de la vejez, así como la necesidad de transformar los modelos de atención y cuidados hacia servicios centrados en las personas, que proporcionen apoyos personalizados sin privarlas del control sobre sus vidas. Por último, ha defendido la incorporación de la perspectiva de género en las políticas de salud, cuidados y participación, y la responsabilidad compartida de personas, organizaciones, administraciones y comunidades para construir entornos inclusivos, intergeneracionales, participativos y comprometidos con el cuidado.

La jornada también ha incluido tres laboratorios participativos que han combinado buenas prácticas profesionales, testimonios de personas mayores y propuestas de mejora: 'Mi vida, mis decisiones', moderado por la pedagoga del SEPAD Pilar Rodríguez; 'Más que invitados', moderado por el director de la Universidad Popular de Granja de Torrehermosa, Francisco José Domínguez; y 'El talento no se jubila', moderado por la directora del Centro de Mayores de Talarrubias, Elena Domínguez.

Las conclusiones de los laboratorios se han presentado en el plenario final 'De los derechos a la acción', que ha permitido compartir propuestas y prioridades para avanzar hacia un envejecimiento basado en el ejercicio efectivo de los derechos.

La jornada ha concluido con la intervención de la jefa de Unidad de Atención a las Personas Mayores del SEPAD, Marta Pascual, quien ha apostado por continuar desarrollando la Estrategia Extremeña de Envejecimiento y Longevidad como hoja de ruta de la Junta de Extremadura. Su objetivo es mejorar la calidad de vida de las personas mayores mediante la promoción del envejecimiento activo y saludable, la autonomía personal y la prevención de la dependencia, así como combatir el edadismo y la soledad no deseada; también contempla fortalecer las relaciones comunitarias, impulsar la participación y reconocer las aportaciones de las personas mayores, con especial atención a la igualdad de oportunidades y el acceso a servicios en el medio rural.

‘Bikers por la ELA’ lleva su mensaje solidario a Trujillo



Junta de Extremadura

Trujillo ha acogido la segunda edición de ‘Bikers por la ELA’, una jornada solidaria que unió una ruta motera, música en directo y la presentación del cómic ‘El espíritu del samurái’, creado para dar a conocer la realidad de las personas afectadas por esclerosis lateral amiotrófica (ELA) y de sus familias.

La jornada incluyó un reconocimiento a la labor de los sistemas de dependencia y sanitario extremeños por la atención prestada a las personas con ELA y a sus familias, con el objetivo de poner en valor el acompañamiento que prestan los recursos públicos y los profesionales que trabajan a diario con quienes conviven con una enfermedad neurodegenerativa de gran impacto.

La iniciativa contó con el respaldo de la Consejería de Salud y Atención a la Dependencia a través del Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia (SEPAD). Al acto asistieron la directora gerente del organismo, Estrella Martínez Lavado, y la gerente territorial del SEPAD en Cáceres, Arantxa Sánchez Cillán, quienes reafirmaron el compromiso de la Junta de Extremadura con las personas afectadas por ELA y sus familias.

En este sentido, desde que puede ser asignado el nuevo Grado III+ de Dependencia se está desarrollando un trabajo especialmente relevante con este colectivo, orientado a mejorar la financiación, reducir los plazos de resolución y reforzar la gestión de los recursos, en línea con lo recogido en el Decreto-ley 2/2026 sobre la atención a personas con ELA y otras enfermedades o procesos de alta complejidad y curso irreversible.

La concentración arrancó en el bar ‘El Madroño’, en Madroñera, desde donde los motoristas iniciaron un recorrido simbólico hasta el hotel Victoria, en la plaza del Campillo de Trujillo. El recinto habilitó aparcamiento para las motos y fue el escenario del resto de actividades, abiertas también al público general interesado en apoyar la causa.

El acto central de la jornada fue la presentación del cómic ‘El espíritu del samurái’, elaborado junto a la asociación Extrebeo, en el que guionistas e ilustradores han combinado divulgación, formación y una estética atractiva para hablar de la lucha diaria contra la ELA. La publicación presenta además el trabajo de ‘Bikers por la ELA’ y tiene como objetivo llegar a un público distinto del que habitualmente recibe información sobre esta enfermedad. El título se inspira en la historia de Fernando Mogena, relatada en el libro ‘El espíritu del samurái’, y en el significado que la organización atribuye a ese símbolo: la lucha de quienes ya no están, de quienes continúan enfrentándose a la enfermedad y de quienes podrán recibir un diagnóstico en el futuro.

La música puso el cierre lúdico al encuentro, con actuaciones de tres grupos locales.

La ELA es una enfermedad neurodegenerativa de carácter irreversible que afecta a las motoneuronas encargadas de activar los músculos del movimiento voluntario. Su evolución provoca debilidad muscular progresiva y puede limitar capacidades como hablar, masticar, tragar y respirar, aunque no afecta a la sensibilidad, la inteligencia ni, en general, a los movimientos oculares.

‘Bikers por la ELA’ nació en 2021 como una iniciativa social vinculada al mundo del motociclismo y trabaja para dar visibilidad a la enfermedad, recaudar fondos para la investigación y la asistencia, y colaborar con colectivos y administraciones. La asociación utiliza concentraciones, rutas y actividades culturales como una forma de visibilizar la realidad de los enfermos y de sus cuidadores.

El SEPAD acompaña a Feafes en la celebración del Día mundial de la salud mental



Asamblea de Extremadura

| Asistentes al acto celebrado en la Asamblea de Extremadura

El Servicio Extremeño de Promoción de la Autonomía y Atención a la Dependencia (SEPAD) ha reafirmado su compromiso con la salud mental, la inclusión y la lucha contra el estigma mediante su participación en varios actos desarrollados en la región junto a Feafes Extremadura y sus entidades territoriales.

El calendario ha incluido el acto institucional celebrado en la Asamblea de Extremadura, la conmemoración del XXVIII Día Mundial de la Salud Mental en Don Benito y la presentación del cómic 'También soy yo', una iniciativa de sensibilización impulsada por Feafes Salud Mental Almendralejo y Comarca Tierra de Barros con financiación del SEPAD.

El acto celebrado en la Asamblea de Extremadura ha servido para poner en valor el trabajo que desarrollan las personas con experiencia en salud mental, sus familias, los profesionales y las entidades que integran la red de atención en la región.

Por otra parte, Don Benito ha acogido la celebración del XXVIII Día Mundial de la Salud Mental en Extremadura, que comenzó con una marcha solidaria y concluyó en Feval con actividades dirigidas a usuarios, familias y ciudadanía.

A la jornada asistieron el gerente territorial del SEPAD en Badajoz, Carlos Carrillo; la jefa de la Unidad de Atención a la Discapacidad y Salud Mental, Soraya Masa; la subdirectora de Salud Mental y Programas del Servicio Extremeño de Salud, Rosa Merchán; y el director general de Fomento del Empleo, Pedro Galán. Las intervenciones coincidieron en trasladar el apoyo y el reconocimiento al trabajo de Feafes Extremadura, así como a las personas y familias que participan en sus programas. La jornada fue, una vez más, un espacio de encuentro, visibilidad y reivindicación de los derechos de las personas con problemas de salud mental.

La lucha contra los prejuicios ha sido igualmente el eje de la presentación del cómic 'También soy yo', elaborado en el marco del Proyecto de sensibilización a la población y promoción de la imagen positiva de las personas con trastorno mental grave, financiado por el SEPAD.

El acto de presentación contó con la participación de la coordinadora técnica de la Dirección Gerencia del SEPAD, Olivia Díez; la jefa de la Unidad de Atención a la Discapacidad y Salud Mental, Soraya Masa; representantes del Ayuntamiento de Almendralejo y responsables de Feafes Salud Mental Almendralejo y Comarca Tierra de Barros.

La publicación narra la historia de Álex, un adolescente de 16 años que, tras atravesar un problema de salud mental, debe enfrentarse a los rumores, las etiquetas y los prejuicios de su entorno. A través de su experiencia, el cómic quiere acercar la salud mental a la población joven y transmitir un mensaje de esperanza, basado en las capacidades, fortalezas, relaciones y proyectos de vida de las personas. La publicación se difundirá por la comarca de Tierra de Barros a través de institutos, programas de familias, asociaciones juveniles, bibliotecas y la propia asociación, con el objetivo de contribuir a que hablar de salud mental sea algo natural y evitar que el estigma o el miedo al rechazo se conviertan en barreras para pedir ayuda.



Aspace Extremadura conmemora el Día mundial de la parálisis cerebral con el lema 'El mejor regalo es cuidar sin renunciar'

La Federación Extremeña Aspace y sus entidades miembro, Aspace Badajoz y Aspace Cáceres, han conmemorado el Día mundial de la parálisis cerebral con diversas actividades de sensibilización y reivindicación organizadas en varios puntos de la región.

Las entidades extremeñas se sumaron así a la campaña **#CuidarSinRenunciar**, impulsada por Confederación Aspace, en un adelanto simbólico de la Navidad al mes de octubre para reflejar que muchas familias de personas con parálisis cerebral y grandes necesidades de apoyo viven en una anticipación constante: organizan recursos, ajustan horarios, planifican cada detalle y buscan soluciones para garantizar los cuidados.

El lema de la campaña, 'El mejor regalo es cuidar sin renunciar', reclama que la atención no recaiga exclusivamente en las familias y que las administraciones y el conjunto de la sociedad compartan la responsabilidad de sostener los cuidados. La propuesta pone el foco, además, en la sobrecarga física, emocional y económica que afrontan muchas personas cuidadoras, así como en las renuncias laborales y personales que suelen acompañar a esta situación.



El acto institucional de la Federación Extremeña Aspace se celebró en Badajoz, e incluyó la lectura por parte de familiares de usuarios del manifiesto del Día mundial de la parálisis cerebral. La jornada incluyó también un mural de apoyo en el que cualquier persona pudo escribir sus reivindicaciones, una actuación de danza inclusiva a cargo de Ana Baigorri, una gincana inclusiva organizada por Animación El Búho y la exposición 'Yo decido', cedida por Confederación Aspace.

La jornada reunió a personas con parálisis cerebral y otras discapacidades, familiares, profesionales, voluntariado y representantes vinculados al movimiento Aspace, y permitió hablar de apoyos, autonomía, derechos, futuro y corresponsabilidad, pero también se recordó que las personas con parálisis cerebral deben poder decidir sobre su propia vida y contar con los recursos necesarios para desarrollar sus proyectos personales.

La conmemoración se extendió a los centros de atención directa de Aspace Badajoz y Aspace Cáceres; cada entidad preparó sus propias acciones para visibilizar la realidad de las personas con parálisis cerebral y trasladar las demandas de sus familias.

Así, en Aspace Cáceres los usuarios del centro de día y de la residencia de apoyo extenso participaron en la elaboración de un vídeo conmemorativo; a través de distintos mensajes y escenas relacionadas con su vida cotidiana contribuyeron a difundir información sobre la parálisis cerebral y a sensibilizar a la sociedad.

En Moraleja la conmemoración llegó a las ondas mediante una entrevista en la radio local en la que participaron los responsables de la dirección de uno de los centros de Aspace Cáceres y varios usuarios. La iniciativa permitió acercar a la ciudadanía la realidad del colectivo, darle voz y explicar sus necesidades y reivindicaciones.



VII CENA DE EMPRESAS SOLIDARIAS

EL COMPROMISO EMPRESARIAL, EN PRIMERA FILA.

MIÉRCOLES 2 DE DICIEMBRE · 20.30 H.
ILUNION HOTELS GOLF DE BADAJOZ

PRIMERA FILA
FUNDACIÓN

El Ayuntamiento de Mérida destina 50.000 euros a proyectos de vida independiente y asistencia personal



Ayuntamiento de Mérida

El Ayuntamiento de Mérida distribuirá 50.000 euros entre iniciativas que promueven la autonomía y la participación comunitaria de las personas con discapacidad. La convocatoria de 2026 se divide en dos líneas, de 25.000 euros cada una: una para proyectos de vida independiente y otra para asistencia personal.

La delegada de Accesibilidad Universal e Inclusión, Susana Fajardo, ha defendido la continuidad de estas ayudas, que el consistorio puso en marcha antes de que la legislación estatal reforzara la vida independiente y la asistencia personal. Según ha señalado, la convocatoria ha permitido a las entidades impulsar proyectos que han contribuido a mejorar la vida de muchas personas y a que puedan tomar decisiones propias.

Susana Fajardo ha añadido que el Ayuntamiento quiere seguir respaldando a las entidades para que las personas con discapacidad puedan vivir en comunidad y acceder a apoyos que, de otro modo, podrían depender únicamente de la capacidad económica de sus familias.

La primera línea financia proyectos orientados a reforzar la autonomía personal y la participación en el entorno. Entre las actividades previstas figuran el desarrollo de habilidades para la vida diaria, la movilidad, el ocio, la formación para la autonomía, el acompañamiento y otras iniciativas vinculadas a los objetivos personales de cada participante. La convocatoria también contemplaba apoyos en viviendas para la vida independiente y ayuda para la toma de decisiones.

En esta línea, las cuatro entidades beneficiarias superaron la puntuación mínima fijada en las bases. Como las solicitudes excedieron el crédito disponible, los 25.000 euros se repartieron de forma proporcional a la puntuación obtenida: Plena inclusión Mérida recibirá 7.627,12 euros; la Asociación de Esclerosis Múltiple, 7.203,39 euros; la Asociación Regional de Parkinson, 4.661,02 euros; y la Asociación de Personas Sordas, 5.508,47 euros.

La segunda línea se dirige específicamente a proyectos de asistencia personal. La ayuda de 25.000 euros se concede a Plena inclusión Mérida para 'Yo decido: Apoyos personalizados para hacer posible mi proyecto de vida', que obtuvo 100 puntos sobre 100. El proyecto ofrecerá apoyos flexibles e individualizados a 30 personas, 18 de ellas con grandes necesidades de apoyo. Cada participante tendrá un proyecto individual de asistencia personal, elaborado a partir de sus metas, que definirá qué apoyos necesita, con qué intensidad y frecuencia y en qué ámbitos. Las actuaciones podrán abarcar la formación, el empleo, la participación comunitaria, las relaciones personales, el ocio, la movilidad, las gestiones personales y otras experiencias de autonomía.

CaixaForum+

Fundación "la Caixa"

HAY GANAS





Kandinsky: voir la musique, réinventer la peinture © / Kaza: el último refugio de elefantes ©

DE DESCUBRIR HISTORIAS

Series, documentales, pódcasts, conciertos y mucho más en CaixaForum+, la plataforma gratuita de la Fundación "la Caixa"

HISTORIAS QUE TRANSFORMAN

Crea tu cuenta en caixaforumplus.org

Available on the App Store

GET IT ON Google Play

Hogar, triste hogar

La violencia intrafamiliar contra menores aumenta un 75% en cinco años

Anuncia Maján

El hogar debería ser el lugar más seguro para un niño. Un espacio de cariño, confianza y protección donde crecer sin miedo. Sin embargo, para miles de menores, la familia se convierte en el escenario de una violencia silenciosa que, en muchas ocasiones, permanece oculta durante años.

Una realidad que vuelve a poner de manifiesto el último informe de Fundación ANAR sobre violencia intrafamiliar en la infancia y adolescencia, correspondiente al periodo comprendido entre junio de 2020 y junio de 2025.

Las cifras hablan por sí solas: 27.138 niños, niñas y adolescentes atendidos y 373.926 peticiones de ayuda relacionadas con esta problemática. El número de menores atendidos aumentó un 75,2% durante los cinco años analizados. Aunque estos datos corresponden a la actividad de atención de Fundación ANAR y no representan el total de víctimas en España, reflejan una situación que requiere una respuesta urgente.

El maltrato físico encabeza las tipologías registradas, con un 34,9% de los casos, seguido del psicológico, con un 29,4%. También aparecen el abandono (14,5%), la violencia de género en el entorno familiar (10,7%) y las agresiones sexuales (10,5%).

Especialmente significativo es el incremento de la violencia de género en el entorno familiar, que creció un 237,4%, y de las agresiones sexuales, con un aumento del 116,6% entre los casos atendidos.

Las niñas y adolescentes representan el 60,2% de las víctimas. La desigualdad resulta todavía más evidente en las agresiones sexuales, donde el 80,8% de las víctimas son mujeres. Por edades, destaca la franja de 13 a 17 años, que concentra el 43,5% de los menores atendidos.

Las consecuencias van mucho más allá de las agresiones físicas. El miedo, la ansiedad, la tristeza y la depresión forman parte de las secuelas psicológicas que acompañan a muchos menores. Los problemas de salud mental afectan especialmente a las víctimas de agresiones sexuales (63,2%) y maltrato psicológico (61,9%).

El ámbito educativo tampoco permanece al margen: el 66,4% presenta una satisfacción escolar media o baja y el 73,4% registra un rendimiento académico medio o bajo. A ello se añade un dato especialmente preocupante: solo el 26,3% recibe tratamiento psicológico.

El informe también alerta sobre la vulnerabilidad de los menores con discapacidad, presentes en el



24,9% de los casos atendidos, y sobre la implicación de la tecnología en el 49,3% de las situaciones analizadas, donde puede convertirse en una herramienta de control, intimidación o maltrato.

Entre las personas identificadas como agresoras figuran principalmente el padre (48,5%), la madre (28,6%) y ambos progenitores (12,2%). En los casos de violencia de género en el entorno familiar la figura paterna aparece como agresora en el 90,2% de las situaciones.

Los conflictos familiares, las adicciones, los problemas de salud mental, las dificultades económicas y las separaciones conflictivas pueden actuar como factores de riesgo. Además, la violencia suele prolongarse: el 64,4% de los problemas tiene frecuencia diaria y el 77,6% se mantiene durante más de un año.

Ante esta realidad Fundación ANAR reclama reforzar la prevención, mejorar la formación de los profesionales y garantizar una atención psicológica especializada. También considera fundamental la coordinación entre los servicios sociales, sanitarios, educativos y judiciales.

La protección de la infancia es una responsabilidad compartida. Escuchar a los menores, creer en sus testimonios y actuar ante cualquier señal de alarma puede evitar que la violencia continúe.

Escuchar a un menor, creer en su relato, identificar las señales de alarma y actuar ante una sospecha de violencia pueden resultar decisivos para cambiar el curso de una situación que, de otro modo, podría permanecer oculta durante años.

Porque ningún niño debería tener miedo en su propia casa. La infancia necesita afecto, seguridad y oportunidades para crecer. Y garantizar esos derechos no es únicamente una obligación institucional: es un compromiso de toda la sociedad.

- Teléfono ANAR para niños, adolescentes y familias (24 horas y gratuito: 900 20 20 10 (o el número europeo armonizado 116 111)
- Teléfono para familias y centros escolares: 600 50 51 52
- Chat de ayuda online: **https://chatanar.es/**

Artículo completo: **https://x.gd/ao9HI**





Las viñetas de Jairo

Un estudio de Fundación La Caixa revela que casi la mitad de las personas de 60 a 75 años considera difícil acceder a recursos de salud mental



El 45% de las personas de entre 60 y 75 años cree que acceder a los recursos de salud mental resulta difícil o muy difícil, según el estudio '¿Buscan ayuda las personas mayores más jóvenes? Claves de un estudio nacional sobre salud mental', impulsado por el Observatorio Social de Fundación La Caixa junto a la Universidad de Valencia y la Universidad Politécnica de Valencia.

Los autores del estudio son la investigadora Miriam Marco, del Departamento de Psicología Social de la Universidad de Valencia, y Francisco Sánchez-Sáez, del Departamento de Estadística e Investigación Operativa Aplicadas y Calidad de la Universidad Politécnica de Valencia.

El trabajo analiza cómo este colectivo percibe la atención psicológica y psiquiátrica, las líneas telefónicas de ayuda y las asociaciones de apoyo. Las dificultades percibidas son mayores cuanto más joven es la persona encuestada: así lo considera el 52% de quienes tienen entre 60 y 64 años, frente al 42% del grupo de 65 a 69 años y al 39% de quienes tienen entre 70 y 75 años.

El desconocimiento de los servicios disponibles aparece como uno de los principales obstáculos. El 76% de los participantes afirma no conocer ningún teléfono de ayuda relacionado con la salud mental. El dato más llamativo afecta a la línea 024, el servicio nacional de atención a la conducta suicida; solo el 0,4% de los encuestados fue capaz de identificarlo de forma espontánea, una proporción que evidencia la escasa difusión de este recurso entre las personas mayores.

Hombres y mujeres perciben de forma parecida las dificultades para acceder a estos servicios. Sin embargo, las mujeres muestran una mayor predisposición a pedir ayuda profesional y sienten menos preocupación por el estigma asociado a acudir a los servicios de salud mental. Al mismo tiempo, son ellas quienes declaran una peor calidad de vida y una peor percepción de su salud.

El informe también identifica factores vinculados a una actitud más favorable a la búsqueda de apoyo. Ser mujer, tener un nivel educativo más alto, percibir menor soledad social y haber recibido antes tratamiento psicológico se asocian con una mayor disposición a solicitar ayuda.

La investigación subraya que las personas de 60 a 75 años atraviesan una etapa de cambios relevantes en su salud y en sus relaciones sociales. En este sentido, Miriam Marco señala que se trata de una generación que creció en un contexto en el que apenas se hablaba de salud mental, lo que puede dificultar reconocer y nombrar malestares como la ansiedad o la depresión, además de que muchos no se identifican con la etiqueta de personas mayores. Entre las posibles causas de las barreras de acceso apunta a que los recursos no siempre se han acercado lo suficiente a la ciudadanía, a la percepción de trámites y tiempos de espera excesivos y al desconocimiento sobre dónde acudir.

Los resultados del informe plantean la necesidad de acercar la información y los servicios de salud mental a este grupo de edad, mejorar la difusión de líneas como el 024 y reducir los obstáculos que aún separan a muchas personas mayores de la atención psicológica.

El Ayuntamiento de Cáceres prepara el dispositivo para atender a las personas sin hogar el próximo invierno

El itinerario de emergencia social del Ayuntamiento de Cáceres estará activo del 1 de diciembre de 2026 al 31 de marzo de 2027 para atender a las personas sin hogar durante los episodios de frío, con posibilidad de prorrogarlo si la meteorología lo exige. El dispositivo incluye alojamiento, alimentación, higiene, acompañamiento e intervención en la calle.

En el operativo participan el Instituto Municipal de Asuntos Sociales, Cáritas Diocesana de Coria-Cáceres, Cruz Roja, DYA Extremadura, el Banco de Alimentos de Cáceres, la Obra Social La Milagrosa y las policías Local y Nacional. La red se encarga de derivar a las personas hacia los recursos disponibles y de coordinar la asistencia social, el alojamiento y la intervención directa en la vía pública.

El Centro Vida, gestionado por Cáritas, mantiene su actividad durante todo el año y cuenta con 16 plazas. Atiende de 10.00 a 13.30 horas y de 16.30 a 21.00 horas, y ofrece acogida, acompañamiento y cobertura de necesidades básicas.

Fuera de ese horario entra en funcionamiento el Centro de Emergencia Social, instalado en las dependencias de las Hermanas Trinitarias, con acceso por la calle Hernando Pizarro. Dispone de 13 plazas (nueve para hombres y cuatro para mujeres), abre de 21.00 a 10.00 horas y ofrece alojamiento, higiene personal, desayuno y derivación a programas de inserción.

El Instituto Municipal de Asuntos Sociales atenderá de lunes a viernes, de 8.00 a 15.00 horas, para orientar sobre el acceso a los centros y valorar cada situación. Si el Centro Vida y el Centro de Emergencia Social están completos podrá estudiar alojamiento en hostales o pensiones para casos de especial vulnerabilidad, siempre que las condiciones lo permitan.

El servicio municipal también examinará otras alternativas y, cuando corresponda, aplicará el protocolo de empadronamiento de personas sin hogar. Fuera de ese horario y durante los fines de semana, la Policía Local y la Policía Nacional realizarán las derivaciones según las circunstancias de cada persona y la disponibilidad de plazas, además de acompañarla cuando sea posible.

La atención en la vía pública se repartirá entre Cruz Roja y DYA Extremadura de 22.00 a 24.00 horas. Cruz Roja cubrirá de lunes a jueves y DYA Extremadura, de viernes a domingo.



Cedida

| Centro de Emergencia Social



Cuando la radio también se ve. ‘RNE Accesible’ da el salto a la TDT

Javier Meléndez



RTVE convierte la escucha de Radio Nacional de España en una experiencia también visual con ‘RNE Accesible’, un servicio que suma subtítulos, lengua de signos e imagen del estudio para acercar la radio a las personas con discapacidad auditiva.

‘RNE Accesible’ es un servicio pensado para que las personas con discapacidad auditiva puedan seguir la programación de Radio Nacional de España a través de la TDT con subtítulos, lengua de signos e imagen del estudio principal.

La propuesta cambia la forma tradicional de acercarse a la radio. Ya no se trata solo de escuchar, sino también de leer lo que se dice, ver la interpretación en lengua de signos y asomarse al espacio desde el que se emite. ‘RNE para todos’ adopta el nombre de ‘RNE Accesible’ y refuerza su vocación de servicio público: que nadie quede fuera de la conversación por no poder oírla.

La historia comenzó el 30 de septiembre de 2024, cuando RTVE lanzó ‘RNE para todos’ como una experiencia de radio subtitulada disponible en TDT y RTVE Play. Aquella primera fase nació con una cobertura del 60% de la población y una meta ambiciosa: superar el 99% a medio plazo. Dos años después, el proyecto gana visibilidad, cambia de nombre y se integra en el nuevo mapa de servicios digitales de la televisión pública.

Detrás del avance hay una combinación de tecnología y colaboración institucional. El Centro Español de Subtitulado y Audiodescripción, dependiente del Real Patronato sobre Discapacidad, y Cellnex Telecom han participado en el desarrollo de un sistema capaz de transformar la emisión radiofónica en texto visible, una pieza clave para abrir la radio a quienes hasta ahora encontraban barreras en el acceso al audio.

Así, la radio no renuncia a su esencia, pero amplía sus formas de llegada. La voz seguirá siendo el centro, aunque ya no será el único camino. Con subtítulos, lengua de signos y presencia visual del estudio, RTVE abre una puerta a un modelo de radio pública más inclusivo, más visible y más atento a las distintas maneras de acceder a la información.

Por otra parte, La Séptima nace con la accesibilidad como examen pendiente de la nueva TDT. El nuevo canal estatal en abierto ha comenzado sus emisiones con una apuesta por la actualidad en directo, pero aún sin un plan público detallado sobre subtitulado, audiodescripción o lengua de signos.

Aunque todavía no se conocen datos públicos específicos sobre el plan de accesibilidad de La Séptima, su condición de canal estatal en abierto la sitúa dentro del marco general de obligaciones audiovisuales vigente en España. Eso implica incorporar medidas como subtitulado para personas sordas, audiodescripción para personas con discapacidad visual e interpretación en lengua de signos, de acuerdo con la normativa y la supervisión de la Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia.

En ese escenario, la accesibilidad será una de las pruebas menos visibles, pero más importantes: comprobar si la nueva televisión llega también para quienes necesitan leerla, escucharla de otro modo o verla acompañada de apoyos específicos.

Artículo completo: **https://x.gd/J68Kf**

COCEDERO DE MARISCOS

LA MAR

TODA CLASE DE MARISCOS
CRUDO Y COCIDO

NUEVO SERVICIO A DOMICILIO

¡Consulta nuestros productos y nuestras cajas predefinidas!







Toda la información en **redes** y en **www.cocederolamar.es**

HAZ TU PEDIDO EN EL (+34) **924 27 41 03**

Estamos en Polígono Industrial El Nevero
Complejo La Mar, Nave 12 - 06006 Badajoz

¡Síguenos en redes!

Proyecto Extremadura desarrollará por primera vez en la región el programa educativo gratuito STEM Talent Girl



Cedida

Extremadura acogerá por primera vez STEM Talent Girl, un programa educativo gratuito desarrollado por Fundación ASTI que acompañará durante el curso 2026-2027 a alumnas de ESO, Bachillerato, Formación Profesional y Universidad con la implicación de Proyecto Extremadura.

El objetivo del programa es acercar a las participantes a las oportunidades profesionales que ofrecen la ciencia, la tecnología, la ingeniería y las matemáticas. Para lograrlo, STEM Talent Girl propone un acompañamiento que permite conocer diferentes profesiones, descubrir referentes femeninos, explorar intereses personales y disponer de más información a la hora de tomar decisiones sobre el futuro académico y profesional.

Durante aproximadamente ocho meses las jóvenes tendrán acceso a mentorías, talleres científicos y tecnológicos, visitas a empresas y centros de referencia, encuentros con profesionales, experiencias de observación en entornos laborales, retos de innovación y actividades de orientación académica y profesional. El programa se estructura en tres itinerarios adaptados a cada etapa formativa: 'Science for her', para alumnas de 3º y 4º de ESO, centrado en la identificación del talento y el fomento de la vocación STEM; 'Mentor women', para Bachillerato, orientado a la toma de decisiones académicas y profesionales; y 'Real Work', para Formación Profesional y Universidad, enfocado en la empleabilidad, el networking y el desarrollo profesional.

El programa incluye, además, iniciativas de ámbito nacional como el 'Reto de divulgación científica', en el que las participantes trabajan sus habilidades para expresarse en público; el 'Reto de proyectos de investigación', que permite desarrollar un trabajo en profundidad sobre una materia de interés y competir con alumnas de otras provincias; y los 'STG Awards', destinados a seleccionar a las participantes más destacadas del curso.

STEM Talent Girl cuenta con una trayectoria nacional de más de diez años, durante los que han participado más de 10.000 alumnas. Su comunidad está formada por más de 600 mentoras STEM y más de 200 centros educativos colaboradores. En esta primera edición en la región, Proyecto Extremadura se ha marcado el objetivo de reunir a un centenar de alumnas extremeñas y crear una red inicial de 40 mentoras de la comunidad, además de incorporar empresas, universidades y centros tecnológicos que permitan a las participantes conocer entornos profesionales reales.

En este sentido, el programa contempla la participación de mujeres profesionales de ámbitos científicos y tecnológicos como ingenieras, investigadoras, matemáticas, profesionales sanitarias, científicas, docentes y especialistas de diferentes sectores. Las mentoras podrán acompañar individualmente a una joven durante el curso, mostrar durante unas horas su entorno de trabajo o participar en sesiones de divulgación en centros educativos, en función de su disponibilidad.

El objetivo de este programa, que combina inspiración, orientación y experiencias reales en entornos científicos y tecnológicos, es atajar los sesgos de género que aún condicionan las decisiones educativas de muchas alumnas.

Cáceres acoge el IV Encuentro de la empresa extremeña



Cedida

Cáceres ha acogido la cuarta edición del Encuentro de la empresa extremeña, una iniciativa de Grupo ROS que ha reunido a empresarios, representantes institucionales, directivos, emprendedores y profesionales para fomentar las relaciones empresariales y generar nuevas oportunidades de negocio.

La jornada ha comenzado con una mesa redonda en la que han participado el director de la Asociación Extremeña de la Empresa Familiar, Ángel Martín; el presidente de Ackermann, Samuel Pimentel; la CEO y fundadora de Plusquam Pharma, María Romero; y la directora general de VMware Iberia, María José Talavera. En su desarrollo se han abordado cuestiones relacionadas con los desafíos empresariales actuales, la innovación, la competitividad y las oportunidades de crecimiento para las empresas extremeñas.

También se ha celebrado una ponencia centrada en las relaciones hispanoportuguesas y su influencia en el desarrollo económico y empresarial de ambos países, una temática presente en anteriores ediciones por su relevancia para Extremadura.

La jornada también ha incluido una entrega de galardones para reconocer la trayectoria y la contribución de personas, entidades y empresas al desarrollo económico y social de la región.

Tras los actos institucionales el encuentro ha continuado con actividades lúdicas y de networking, entre ellas catas de vino, cerveza y quesos artesanos, talleres de innovación y elaboración de cócteles, juegos desenchufados e interactivos y dinámicas orientadas a fomentar las relaciones profesionales en un entorno distendido.

El Encuentro de la empresa extremeña nació en 2023 como una iniciativa para poner en valor el tejido productivo regional y a reconocer la labor de empresas, instituciones y profesionales que impulsan la economía extremeña. Desde entonces, la cita se ha consolidado como un foro anual que combina análisis, reconocimiento y networking, con especial atención a retos como la innovación, la sostenibilidad, la internacionalización y las relaciones empresariales con Portugal.

El evento ha contado con el patrocinio principal de la Cámara de Comercio de Cáceres, Ibercaja, las diputaciones de Badajoz y Cáceres, el Ayuntamiento de Cáceres, VisionarIA y la Consejería de Economía, Empleo y Transformación Digital de la Junta de Extremadura. Grupo Maven e Hijos ha participado como patrocinador plata, mientras que BNI Extremadura Norte y Bálamo Legal & Fiscal han colaborado como patrocinadores de actividades.



CRISTINA ALONSO
calonso@grada.es

MÁS CONTENIDO ***AQUÍ***

Crecer sin caja

El crecimiento suele percibirse como una señal inequívoca de éxito: aumentan las ventas, la cartera de clientes, los proyectos, el equipo o la presencia en el mercado. Sin embargo, muchas pymes comprueban que crecer no siempre se traduce en disponer de más dinero. Algunas alcanzan cifras récord de facturación y, aun así, afrontan tensiones constantes de tesorería.

Esta situación surge cuando el crecimiento no va acompañado de una gestión financiera rigurosa. La empresa vende más, pero cobra tarde; asume nuevos proyectos, pero debe adelantar el pago de compras, personal o proveedores; amplía el equipo, mientras los costes fijos aumentan más rápido que los márgenes; o incorpora clientes que no siempre resultan rentables. El resultado es una paradoja peligrosa: más actividad, más esfuerzo y más facturación, pero menos liquidez.

El primer paso consiste en distinguir entre crecimiento y rentabilidad. También resulta esencial revisar la estructura de costes. La CFO Externa aporta el método necesario para elaborar previsiones de tesorería y anticipar posibles necesidades de financiación. Su función no es frenar el crecimiento, sino garantizar que sea sostenible.

AJE Extremadura entrega los VIII Premios Joven Empresario



Cedida

AJE Extremadura ha entregado los VIII Premios Joven Empresario 2026 en Mérida para reconocer el talento y la trayectoria del tejido empresarial extremeño. En concreto, se ha premiado a sendas iniciativas en siete categorías y se ha concedido un reconocimiento honorífico a La Pre-Incubadora.

Los galardones han distinguido proyectos empresariales en diferentes etapas de desarrollo y sectores. En la categoría 'Futuro' el premio ha recaído en Pablo Lima, de 'Prometeo'. Carlos de la Concepción, de Wemuv, ha recibido el reconocimiento en 'Iniciativa Emprendedora'. Daniel Morán, de Glamping El Regajo, ha sido premiado en 'Impulso Rural'. En 'Desarrollo Tecnológico' la galardonada ha sido Luz Marina Hernández, de Himalaya Consulting. Por su parte, Francisco Lavado, de Asesoría Francisco Lavado, ha recibido el premio en 'Relevo Generacional'.

La categoría 'Trayectoria Empresarial' ha reconocido a Sergio Superviel, de ZAME Mecanizados. El premio principal, 'Joven Empresario 2026', ha distinguido a José Manuel Sánchez, de Behumax. Además, AJE Extremadura ha otorgado un premio honorífico a La Pre-Incubadora por su labor de apoyo a iniciativas emprendedoras desde sus primeras fases.

La jornada ha incluido una mesa redonda moderada por el presidente de la Confederación Española de Jóvenes Empresarios, Antonio Magraner, en la que han participado el responsable de Incalexa, Ángel López, y el responsable de Templo de los Arroces, Andrés Álvarez, ganadores del Premio Joven Empresario en las ediciones de 2024 y 2025 respectivamente. Ambos han compartido sus experiencias en la fase nacional del certamen y han abordado los retos de crecimiento y las posibilidades de proyección exterior de las empresas extremeñas.

El presidente de AJE Extremadura, Javier Jiménez, entiende que los Premios Joven Empresario sirven para poner el foco en quienes aportan valor a la región, ya que el reconocimiento otorga a los proyectos visibilidad, credibilidad y un impulso para continuar.

En su opinión, además, que nuevos emprendedores vean a empresarios extremeños premiados constituye una señal de que ellos también pueden alcanzar ese reconocimiento en los próximos años.

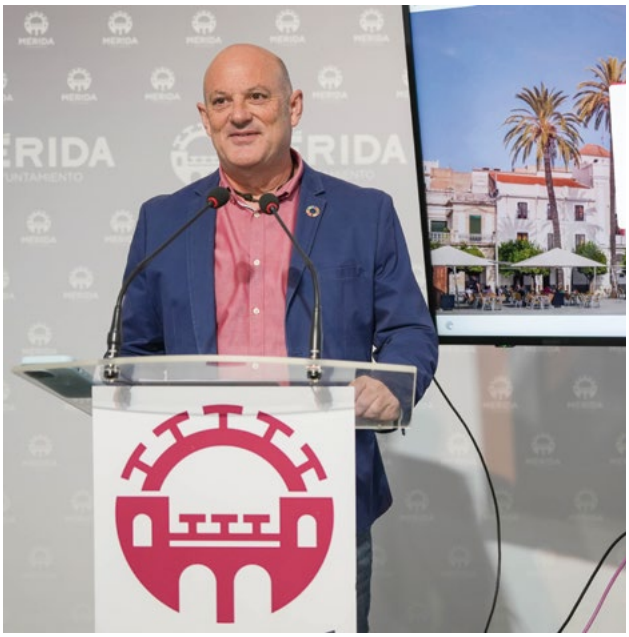
También reconoce retos como la dispersión geográfica, la conectividad, la distancia de los centros de decisión y la dificultad de darse a conocer, pero subraya las oportunidades del tejido agroalimentario, turístico, industrial y de servicios.

Defiende la innovación, la digitalización y la adaptación como claves de competitividad, junto a un modelo de negocio sólido, buena gestión de personas, arraigo territorial y trabajo en red, y anima decididamente a los jóvenes a aprovechar apoyos, acompañamiento y redes, y a emprender sin esperar a tener una idea perfecta.

El Ayuntamiento de Mérida fomenta la empleabilidad con la plataforma 'Ítaca'

El Ayuntamiento de Mérida ha puesto en marcha 'Ítaca', una plataforma que facilita el encuentro entre las personas que buscan una oportunidad laboral y las empresas que necesitan incorporar talento. El portavoz municipal, Julio César Fuster, ha destacado que su objetivo es conectar mejor la oferta y la demanda de empleo en Mérida, poniendo la tecnología y la inteligencia artificial al servicio de las personas y del tejido empresarial de la ciudad o empresas de fuera de la ciudad; también ha puntualizado que se pretende que Mérida disponga de un espacio propio donde la oferta y la demanda puedan encontrarse, las personas gestionen su trayectoria profesional, las empresas encuentren talento y el Ayuntamiento pueda dinamizar el empleo local.

Además, proporcionará a los responsables municipales una visión estructurada del mercado laboral local, pudiendo gestionar información sobre empresas, ofertas, candidaturas y procesos de selección.



Ayuntamiento de Mérida

El programa 'Emprendedoras rurales ¡Sin brecha!' reafirma su impulso al autoempleo y la autonomía económica de las mujeres



Diputación de Badajoz

El Hospital-Centro Vivo de Badajoz ha acogido el acto de clausura de la quinta edición del programa 'Emprendedoras rurales, ¡Sin brecha!', impulsado por el Área de Igualdad de la Diputación de Badajoz con el objetivo de favorecer el autoempleo femenino, reforzar la autonomía económica de las mujeres y mantener viva la actividad en los municipios rurales.

Además, el programa ofrece formación, asesoramiento y acompañamiento a empresarias y emprendedoras de la provincia, con especial atención a la comercialización, el marketing y la digitalización de los negocios.

La jornada ha servido para que 27 mujeres emprendedoras de la provincia de Badajoz hayan dado a conocer sus proyectos a las autoridades asistentes, encabezadas por la presidenta de la Diputación de Badajoz, Raquel del Puerto, a quien ha acompañado la diputada del Área de Igualdad, Lourdes Linares, quien ha puesto el acento en el esfuerzo personal que supone emprender desde el medio rural.

Arroyo de la Luz cuenta con un nuevo Espacio Hub Textil, en el marco del programa Resotex



Diputación de Cáceres

La localidad cacereña de Arroyo de la Luz cuenta con una nueva infraestructura en el CircularFab, impulsada en el marco del proyecto Resotex y cofinanciada con fondos europeos, cuyo objetivo es generar oportunidades de formación, innovación, empleo y emprendimiento en el medio rural.

Este nuevo espacio para el emprendimiento cuenta con maquinaria innovadora y nace como punto de encuentro para la formación, la creación y la experimentación en torno al diseño textil sostenible y la economía circular.

La vicepresidenta primera de Territorio, Igualdad y Cultura de la Diputación de Cáceres, Esther Gutiérrez, ha visitado este espacio, acompañada por el alcalde de la localidad, Carlos Caro, y ha tenido un encuentro con los profesionales del sector textil que participan en la creación y la innovación sostenible.

Esther Gutiérrez ha subrayado la importancia de que la inversión pública y los fondos europeos se traduzcan en oportunidades concretas para los municipios. En este sentido, ha destacado que el nuevo centro nace para ser un lugar donde profesionales, empresas, comunidad educativa y tejido asociativo puedan retroalimentarse, con la sostenibilidad y la economía circular como ejes de trabajo.

Por su parte, Carlos Caro ha destacado que para la localidad es muy importante contar con un centro de referencia en el sector textil con influencia en Portugal. Ha incidido en que el proyecto permite proyectar hacia el futuro una actividad tradicional incorporando maquinaria innovadora y nuevas formas de producción. También ha recordado que el centro se pone al servicio de la comunidad educativa, el sector empresarial y el tejido asociativo, tanto de Arroyo de la Luz como del conjunto de la provincia.

La puesta en marcha del Hub Textil ha arrancado con el desarrollo de la primera Residencia Creativa Transfronteriza Resotex, que ha reunido a cuatro profesionales durante tres jornadas de trabajo en Arroyo de la Luz y otras dos en las localidades portuguesas de Covilhã y Fundão, estableciendo un recorrido entre el Resotex Hub de Arroyo de la Luz, el Hub Creativo 'Portas do Sol', en Covilhã, y el FAB LAB 'Aldeias do Xisto', en Fundão.

Los participantes han trabajado con materiales y materias primas locales y técnicas de producción sostenible y han desarrollado prototipos y piezas textiles a partir de estos recursos. El programa ha incluido, además, sesiones de intercambio profesional, mentoría y acompañamiento técnico, así como una presentación final de los resultados.

Con la puesta en marcha del Hub Textil de Arroyo de la Luz la Diputación de Cáceres suma un nuevo espacio para la formación, la creatividad y la innovación, con el objetivo de que el talento y los recursos del territorio se conviertan en oportunidades reales de desarrollo, empleo y emprendimiento en el medio rural.

Una jornada de la Universidad de Extremadura aborda los efectos de la tecnología en el aprendizaje y su influencia en la equidad educativa



Cedida

La Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales de la Universidad de Extremadura ha acogido una jornada sobre digitalización educativa en el marco del proyecto de investigación 'Transformación Digital en las Aulas: Evaluación, Desafíos y Estrategias (TDA-EVADE), financiado por Fundación BBVA.

El investigador principal del proyecto y coordinador de la jornada, José Manuel Cordero Ferrera, ha señalado que la digitalización ha transformado profundamente tanto la manera en que las personas se relacionan como, especialmente, los procesos educativos. En este contexto, ha destacado la necesidad de disponer de evidencias científicas que permitan identificar qué prácticas digitales favorecen el aprendizaje y cuáles pueden resultar perjudiciales.

Entre las principales conclusiones ha destacado que las actividades digitales relacionadas con la búsqueda de información, la identificación de fuentes fiables y la valoración crítica de los contenidos contribuyen positivamente al desarrollo de competencias generales, específicas y digitales. Por el contrario, el uso excesivo de las redes sociales constituye uno de los factores que presentan una relación negativa más clara con el rendimiento académico, especialmente entre los estudiantes de Secundaria.

También se pone el foco en la formación del profesorado como elemento determinante para aprovechar las posibilidades educativas de las nuevas tecnologías, dado que se ha constatado que los docentes con mayor experiencia y formación específica en el uso de dispositivos tecnológicos contribuyen al desarrollo de mejores competencias digitales entre sus estudiantes.

En Educación Primaria el uso intensivo de dispositivos digitales en el aula muestra una relación muy limitada con la comprensión lectora del alumnado. Además, no parece determinante utilizar más tecnología, sino utilizarla para actividades académicas estructuradas, vinculadas a la búsqueda, selección y tratamiento de información.

Por su parte, en Educación Secundaria se detecta una relación negativa clara entre el uso recreativo intensivo de las TIC y el rendimiento académico, que resulta especialmente relevante en el caso de las redes sociales. No obstante, se observa un impacto favorable en las prácticas vinculadas a la gestión crítica y responsable de la información digital para comparar fuentes, valorar la fiabilidad de la información o comprobar la veracidad de los contenidos. Asimismo, la experiencia del profesorado en el uso de las TIC durante las clases y en la preparación de actividades con apoyo digital son los factores que contribuyen en mayor medida al desarrollo de mejores niveles de competencia digital por parte del alumnado.

Incorporar más tecnología a las aulas no garantiza una mejora del aprendizaje. Los efectos de la digitalización en la educación no dependen principalmente de la cantidad de tecnología disponible ni de la frecuencia con la que se utiliza, sino de la finalidad de las actividades, de su integración pedagógica y del contexto en el que se desarrolla. Además, la entrega de equipamiento sin suficientes medidas de acompañamiento no compensa las desigualdades educativas, mientras que los usos académicos bien orientados, la experiencia y formación práctica del profesorado y el desarrollo de habilidades para buscar, seleccionar y valorar críticamente la información pueden marcar la diferencia.

Fuente: Servicio de Difusión de la Cultura Científica

Carlos criado
fotografía profesional

fotodronex
CARLOS CRIADO

Carlos criado
Coach
cuentaconcarlos

Extremadura desde el aire



Cabañas del Castillo

Cabañas del Castillo, al sureste de la provincia de Cáceres, forma parte del Geoparque Villuercas-Ibores-Jara. El pueblo se asienta al pie de dos peñas de cuarcita, entre laderas escarpadas que dominan el paisaje serrano. Sobre uno de estos riscos se alza el castillo de origen musulmán, el principal monumento de la localidad. Desde la fortaleza se divisan la garganta de Santa Lucía y, hacia el oeste, los extensos llanos de Trujillo. El entorno reúne sierras, valles y dehesas, con cortados rocosos sobre los que planean los buitres leonados. La senda que sube al castillo permite apreciar de cerca las formaciones rocosas que rodean el casco urbano. Los caminos de los alrededores ofrecen otros puntos desde los que contemplar el relieve de las Villuercas.

Alexia, entre la tradición flamenca y su propio camino

Alexia, de 25 años y natural de la localidad pacense de Medina de las Torres, ha convertido el flamenco en el punto de partida de una propuesta propia que se abre a la fusión. Desde que recibió una guitarra en su Primera Comunión la música ha ocupado un lugar central en su vida; empezó a tocar guitarra flamenca a los 15 años y descubrió en Salamanca que quería dedicarse por completo a componer y actuar. Ahora prepara su nuevo disco de manera independiente, con una mirada que recupera las folclóricas y el flamenco de su tierra para contar, desde la sinceridad, cómo vive y siente el mundo.



Cedida

¿Cómo recuerdas tus primeros contactos con la música?
Empecé a tocar la guitarra flamenca con 15 años en una escuela municipal cerca de mi pueblo. Después estudié Técnico de Sonido en Asturias y allí comencé a cantar en la calle, como hobby. Luego me trasladé a Salamanca para seguir estudiando otra rama pero fue lo que me hizo darme cuenta de que quería estar por y para la música, así que fue cuando comencé a hacer mis primeros conciertos.

¿En qué momento decidiste dedicarte a la música, y qué te motivó?
Me regalaron una guitarra en la Primera Comunión, empecé a chapurrear y desde entonces no he parado. Mi familia también me acercó mucho a las folclóricas y el flamenco, que hoy en día me sigue motivando a la hora de componer. Siempre tuve claro que era a lo que quería dedicarme, fue un impulso mío por la manera en que yo componía y tocaba; era lo que más me gustaba del mundo.

¿Cómo describirías tu estilo actual?
Mi estilo es el flamenco fusión.

¿Qué dificultades recuerdas de tus inicios, y cómo las fuiste superando?
Lo más difícil para mí es la producción y los gastos que supone sacar música de manera independiente cuando nadie te sustenta y el único medio para hacerlo eres tú misma.

¿Se puede hablar de una comunidad extremeña de artistas que te apoya?
En Extremadura siempre he tenido oportunidades a nivel local, pero siento cierta carencia a la hora de hacerlo como artista emergente con mi propia música y poder mostrarla en salas y festivales, por ejemplo.

¿Nos dirías algo bueno y algo no tan bueno de Extremadura para una artista emergente?
Extremadura tiene cosas muy buenas y todos nos conocemos, no somos tantos, por lo que es fácil colaborar entre todos los músicos que somos. Si tuviera que decir algo malo sería la falta de ayuda para dar el salto como artista emergente en espacios donde tu música tenga valor.

¿Qué nos vamos a encontrar en Alexia como artista?
Un estilo propio que se refleja en mis canciones y la historia de cómo vivo y siento las cosas.

¿Qué consideras que te hace única?
No querer serlo, quizás.

¿Qué consejo darías a una chica que empieza en la música?
Que sean ellas mismas y que recorran siempre su camino formándose en lo que les gusta sin escuchar lo que supuestamente debería ser lo correcto.



KIKO SÁENZ
kikosaenz@grada.es

MÁS CONTENIDO **AQUÍ**

¿Qué árbol eres?



Imagen creada con IA

Si fueras un árbol, teniendo en cuenta tu personalidad, ¿cuál serías? ¿Un roble alto y fuerte? ¿Una secuoya milenaria? ¿Un almendro en flor? ¿O un sauce llorón?

Cada vez que miramos la naturaleza aprendemos de ella. Aunque los árboles de una misma familia se parezcan cada uno es distinto. La semilla puede ser la misma, pero cada árbol crecerá a su manera.

Con los años, el árbol atraviesa momentos diferentes: crece algo inclinado por el viento, una rama enferma pero otra nace potente y vigorosa.

Si el árbol es tuyo y lo cuidas llamarás a un jardinero. Cortará las ramas que entorpecen su crecimiento, aliviará el peso de otras y abonará sus raíces para que se mantenga sano y sabio.

Con el tiempo, ese árbol pasa a formar parte de la familia. Bajo su sombra leíste aquel libro, grabaste un corazón en su tronco cuando te enamoraste e hiciste de Peter Pan en su rama más gruesa, soñando con 'Nunca Jamás'.

Y están las raíces. No debemos olvidar que la fortaleza de un árbol no depende de lo que vemos. Sus raíces, invisibles para quienes pasan a su lado, son las que le permiten mantenerse firme cuando llega la tormenta. En las personas ocurre lo mismo: nuestras raíces son nuestros valores, nuestra historia y aquello en lo que creemos. Son el soporte de nuestro crecimiento, lo que nos mantiene firmes y anclados a nuestros principios.

Las personas no somos tan distintas de los árboles. Todos nacemos con potencial, pero la educación, las experiencias y las decisiones nos van moldeando: unos crecen altos y poderosos, otros pequeños y frágiles, y todos con cicatrices.

Podar es mejorar nuestro desarrollo. Hay ramas que pesan y no dejan crecer: una creencia limitante, una queja repetida, un hábito que ya no sirve. Y el jardinero puede ser un mentor, un coach o tú mismo.

Lo mismo ocurre en los equipos. Un buen líder no pide que todos den la misma sombra: reconoce qué árbol tiene delante, qué necesita cada uno para crecer y cuándo toca podar, regar o esperar a la primavera.

El roble resiste, el sauce se adapta, el almendro florece cuando nadie lo espera y la secuoya construye paciencia durante siglos. Lo que los hace fuertes es que alguien los cuida y que ellos se dejan cuidar.

Si te cuidas con esmero, identificas tus áreas de mejora, te formas y avanzas poco a poco, llegarás a ser un árbol fuerte, sano y bello, capaz de dar sombra a quienes caminan a tu lado.

Todo empezó con una semilla. Lo que importa ahora es qué árbol estás dejando crecer.

Así que, ¿qué árbol eres? Y, sobre todo, ¿cuándo fue la última vez que llamaste al jardinero?

Jamaica, más que la 'Tierra del Reggae'



Cedida

Reconozco que conocer Jamaica ha sido una de las grandes sorpresas viajeras del año.

Permítanme que les recomiende esta isla llena de bellos contrastes (la tercera en tamaño del Caribe y parte de las denominadas Antillas Mayores).

Conocida especialmente por el Reggae (género musical declarado por la Unesco Patrimonio Mundial de la Humanidad), por Bob Marley, por ser la tierra de los rastafaris y el país donde nació Usain Bolt (el mejor velocista de la historia), son muchos y variados los atractivos que ofrece al visitante.

Un destino de ensueño para tener en cuenta en nuestro calendario viajero.

Playas de arena blanca bañadas por el mar Caribe, aguas color turquesa en todo su esplendor, excelente clima o un interior deslumbrante lleno de tupidos bosques, ríos, montañas y cascadas de agua son algunos de sus numerosos atractivos.

No es extraño que Jamaica, palabra procedente de vocablo taíno 'Xaymaca' o 'Jaimaka', signifique "*tierra de madera y agua*".

¿Sabían que aquí crecen más de 200 especies silvestres de orquídeas, o que se cultiva uno de los cafés más apreciados del mundo (el Blue Mountain Coffee)?

Como curiosidad histórica, Jamaica fue española de 1494 (cuando Cristóbal Colón llegó en su segundo viaje) a 1670 (fecha en que la isla fue entregada, por la firma del Tratado de Madrid, a los británicos tras la invasión inglesa en 1665).

Aún quedan vestigios de esos más de 150 años de herencia española. Ocho Ríos (una de sus ciudades más importantes), Port Antonio (antiguo Puerto Antonio) o Spanish Town recuerdan ese pasado hispano.

Por cierto, si hablamos de comer, no dejen de probar el pollo al estilo 'jerk'. Marinado con diferentes especias (con gran protagonismo de la pimienta jamaicana, que le da un agradable toque picante), cocinado a la brasa y posteriormente ahumado, hará las delicias de cualquier comensal. Sin duda, su plato más icónico.

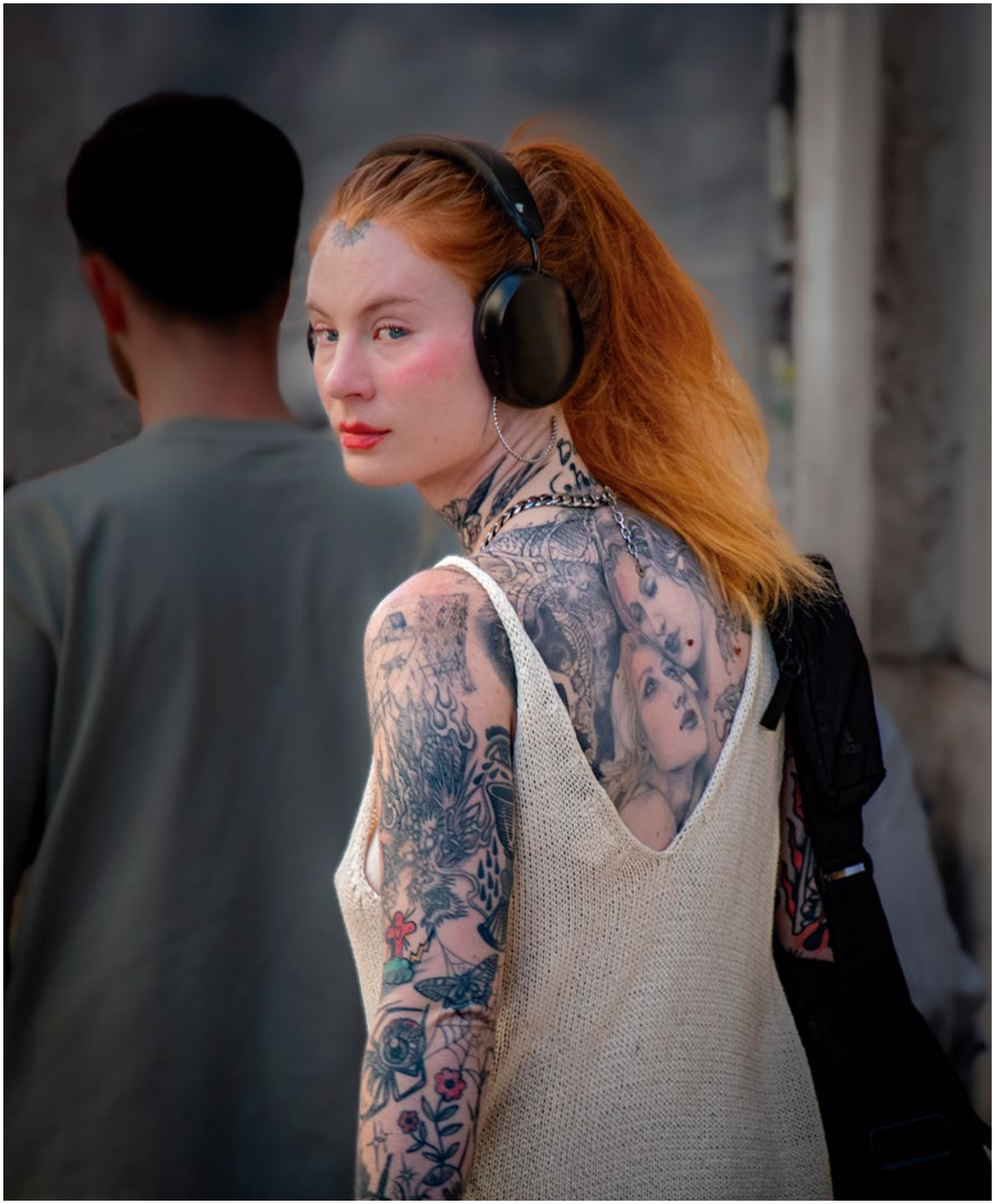
Si están pensando en unas vacaciones diferentes, en un Caribe distinto al normalmente conocido, no duden en interesarse por esta isla que ofrece tanto tranquilidad y relax como aventura y adrenalina.

Así pues, razones hay muchas para viajar hasta Jamaica.



JUAN ANTONIO NARRO
viajes@grada.es

MÁS CONTENIDO ***AQUÍ***



Chica lisboeta

Paco Gámez (Pueblonuevo del Guadiana, Badajoz. 1966). Entre los aficionados al mundo fotográfico, al escuchar o leer su nombre se le vincula de antemano con alguna imagen atractiva, poderosa, que no pasa desapercibida, aunque como él manifiesta, su recorrido ha sido como autodidacta.

Su veteranía en el seno de la Agrupación Fotográfica Extremeña le ha dado la experiencia suficiente para sentirnos deseosos de ver sus trabajos, que en ocasiones han sido premiados, publicados o expuestos en diversos certámenes.

Cuando no hay consuelo





AMPARO GARCÍA
amparogarciaiglesias@grada.es

MÁS CONTENIDO *AQUÍ*

Hay dolores tan grandes que no admiten consuelo, como el accidente de tren del 28 de octubre, cerca de Urda, que se llevó por delante sueños, risas, planes...

Vidas interrumpidas de golpe, familias rotas y un vacío que no hay palabras que suavicen esta pérdida, ni explicaciones que la hagan más llevadera, ni abrazos que alcancen a sostener el peso del vacío y el sufrimiento que se genera frente a ciertas despedidas. Hay desconsuelos que no se resuelven, solo se habitan.

Cuando el tren se detiene para siempre y el mundo se parte en dos, cuando no hay forma de reparar lo irreparable, el consuelo se convierte en una promesa lejana.

No hay lección que aprender, solo queda acompañar la desolación, el dolor, y cuidar con más atención a quienes se quedaron, permitiendo que la tristeza ocupe el espacio que necesita, sin pretender expulsarla demasiado pronto. Reconocer que hay heridas que no se cierran del todo, y que eso no nos hace débiles, nos hace más humanos.

Precisamente en esa falta de consuelo se revela una gran y profunda verdad: nuestra existencia no es un derecho con garantía, todo lo contrario, es un préstamo delicado, un hilo fino que puede romperse sin previo aviso.

Cuando la vida muestra su fragilidad aprendemos de la forma más dolorosa posible que no se puede dar nada por sentado, porque en un solo minuto todo puede quedar pendiente para siempre.

A quienes se fueron en ese trágico accidente, que su ausencia y su memoria no se diluyan en el olvido y nos recuerden cada día lo frágil, valioso y precioso que es vivir. Que nos enseñe a caminar con más autenticidad, de forma más verdadera y nos impulse a tratar la vida, la nuestra y la de los demás, con la delicadeza que merece, a ser más atentos, más cercanos y más conscientes de lo breve que es cada viaje, entendiendo que cada mañana que abrimos los ojos es un regalo, no un simple hábito o costumbre.

En recuerdo a todas las personas fallecidas en el accidente de tren de Urda y con el corazón puesto en el dolor de quienes se quedaron



JOSÉ PARRAÇA

MÁS CONTENIDO *AQUÍ*

Como a crise da habitação pode estar a transformar a nossa relação com a atividade física e a saúde

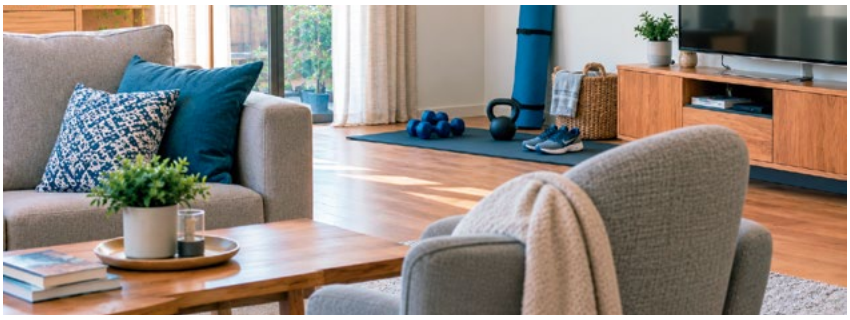


Imagen creada con IA

A crise da habitação tornou-se um dos maiores desafios da sociedade portuguesa. Contudo, existe uma dimensão frequentemente esquecida: de que forma o lugar onde conseguimos viver influencia a nossa capacidade de nos mantermos fisicamente ativos? À primeira vista, habitação e atividade física parecem realidades distintas. Mas a nossa saúde não começa quando entramos num ginásio ou decidimos fazer uma caminhada. Começa nas condições em que vivemos, nos recursos de que dispomos e nas oportunidades que o território nos oferece.

Para muitas famílias, encontrar uma habitação acessível implica afastar-se dos centros urbanos, dos locais de trabalho e dos serviços. Esta realidade pode traduzir-se em deslocações mais longas, maior dependência do automóvel e menos tempo disponível para o exercício físico, o lazer e o descanso, não é apenas uma questão de distância, mas também de mobilidade. Quando existem transportes públicos eficientes, passeios seguros e ciclovias, as deslocações quotidianas podem constituir oportunidades de atividade física. Quando estas condições não existem, o automóvel torna-se praticamente indispensável.

Existe outra consequência menos visível: a competição entre as despesas habitacionais e o investimento na saúde. Quando uma parte significativa do rendimento familiar é destinada à habitação, atividades como a inscrição num ginásio, a participação num clube desportivo ou a frequência de programas de exercício podem tornar-se secundárias, é verdade que caminhar ou correr não exige necessariamente dinheiro. Contudo, exige tempo, segurança e condições adequadas. Nem todos dispõem de espaços públicos acessíveis, iluminação, percursos seguros ou equipamentos desportivos próximos, por isso, talvez seja necessário questionar uma ideia demasiado presente na sociedade: a de que o sedentarismo resulta exclusivamente da falta de motivação individual. Esta reflexão ganha particular significado no Alentejo, uma região marcada pelo envelhecimento demográfico, pela dispersão territorial e por desigualdades no acesso a determinados serviços.

Para uma pessoa idosa, sair de casa, caminhar até ao comércio local ou participar num programa de exercício físico pode representar muito mais do que uma atividade de lazer. Pode significar preservar a autonomia, a capacidade funcional e a participação social, mas o que acontece quando essa pessoa vive numa habitação com barreiras arquitetónicas, numa rua sem passeios adequados ou numa localidade onde os serviços estão demasiado distantes? A casa, que deveria representar segurança e independência, pode transformar-se num espaço de isolamento.

‘Construir (no) es pintar’. Exposición de Jorge Granell en el Palacio de la Isla de Cáceres



Mario Rey

| ‘Textura construida’, de Jorge Granell

Decía Le Corbusier, al acuñar el concepto de espacio inefable en 1945, que la clave de la emoción estética es una función espacial. En su práctica, Jorge Granell construye un sistema de representación basado en esa función espacial de la arquitectura con el fin de explorar las posibilidades de esta disciplina como medio para el arte. Así, apropiándose de técnicas artísticas como la pulsión del gesto pictórico, despliega un proceso constructivo sobre material industrial como el metacrilato, en busca de un lenguaje propio que combine la expresividad de ambos campos, sin necesidad de adscribirse a ninguno de ellos.

En esta exposición, el artista nos presenta una colección de piezas que recorre sus últimos años de actividad junto a obras de nueva producción que invitan a recorrer la evolución de su particular técnica, en la conformación de un imaginario personal que transita entre el trazado urbanístico y la organicidad de la pintura de acción. Una experiencia que completa el visitante al incorporar al hecho artístico el movimiento que se produce en cada pieza según pasea por la sala, enfatizado por una iluminación deliberada para este fin.

Como resultado, una puesta en escena a modo de ambiente a caballo entre arquitectura, pintura e instalación, a través de una cartografía ficcionada que promueve el goce estético desde la emoción abstracta que surge de la unión entre forma, color, luz y movimiento, para erigir así un cuerpo de obra adisciplinar y esteta.

Jorge Granell (Salamanca, 1983). Arquitecto por la Universidad Politécnica de Madrid, durante muchos años ha combinado su actividad en el estudio arquitectónico Círculo Azul con su práctica artística como complemento a su visión plástica del espacio y la luz. Desde 2020 afronta en exclusiva su actividad artística desde Cáceres, exponiendo en diferentes salas y ferias de Cataluña, Valencia, Andalucía y Extremadura. Su último proyecto, ‘Texturas construidas’, ha podido verse en lugares como la Magpie Art Gallery de Marbella o la Sala Pintores de Cáceres. Esta nueva exposición supone la actualización de este proyecto a partir de piezas inéditas que sumar a la exposición y proyectar en su creciente cuerpo de obra.

‘Construir (no) es pintar’ podrá visitarse hasta el 3 de diciembre de 2026 en el Palacio de la Isla de Cáceres, sito en el número 4 de la Plaza de la Concepción.



LANZARTE.net
Julio Vázquez
Mamen Mirat

lanzarte@grada.es

MÁS CONTENIDO **AQUÍ**



INMACULADA GONZÁLEZ
inmaculada@grada.es

MÁS CONTENIDO *AQUÍ*

'Decoración de una habitación en púrpura y gris', de Agnes Pelton



Wikimedia Commons. The Wolfsonian

Agnes Pelton fue una visionaria dentro del movimiento de artistas trascendentales. Sus pinturas modernistas exploraron la abstracción y la espiritualidad a través de composiciones biomórficas y fantasmas luminiscentes.

Nacida en 1881 en Alemania y de padres estadounidenses, los turbulentos asuntos familiares y su débil constitución la llevaron a aislarse desde temprana edad. Aunque llevó una vida de introversión y, a veces, de soledad, viajó mucho. Estudió en Nueva York y en Roma.

Tras una reveladora visita a la casa de Mabel Dodge Luhan en Nuevo México su obra, que hasta entonces se había centrado principalmente en retratos y simbolismo, se vio profundamente influida por los paisajes desérticos y el esoterismo. Esto la llevó a fundar y dirigir, junto con su amigo de toda la vida Raymond Jonson, el Grupo de Pintura Trascendental, integrado por artistas inspirados por la teosofía, el misticismo, el budismo, la astrología, la numerología y la filosofía metafísica.

Para Agnes Pelton el arte era una disciplina a través de la cual plasmaba su visión de una conciencia superior en el universo. Utilizando un vocabulario abstracto de formas curvilíneas y delicados velos de luz resplandecientes retrató su percepción de un mundo que se ocultaba tras las apariencias físicas, un mundo de energías benévolas y desencarnadas que animaban y protegían la vida.

También estuvo profundamente influida por la literatura, y especialmente por la poesía romántica de Keats, Shelley y Wordsworth. De hecho, muchas de sus pinturas cuentan con un poema que ella misma escribió, revelando elementos de su inspiración para las imágenes.

Leyó los escritos esotéricos y espiritualistas de Madame Blavatsky sobre teosofía y ocultismo. Su vida giraba en torno a la creencia de William Blake de que "*la imaginación no es un estado, es la existencia humana misma*".

Durante la mayor parte de su carrera optó por vivir alejada de las distracciones de cualquier centro artístico. Desafortunadamente, el interés por su obra disminuyó después de la Segunda Guerra Mundial. Agnes Pelton creció lejos de su familia y careció siempre de la energía y el carisma necesarios para promocionarse activamente. Falleció en 1961, a los 80 años, en el olvido.

la Expresión del Alma

El Arte es una necesidad exclusivamente humana que identifica cada periodo de la Historia y que nos rodea incluso en las pequeñas cosas de nuestras vidas, guardando un poder sanador para el espíritu del creador y el espectador...

Aquí viajaremos desde mi taller de **'El Obrador'** en la c/Sto. Domingo de Badajoz y lo heterodoxia creativa y multidisciplinar de ,mis obras, hechas para lo cotidiano de nuestra tierra extremeña

Gamero Gil
Proyectos Artísticos
(@gamerogil)

En este pasado mes...

GAMERO GIL, JM



He participado como artista en el encuentro de Territorio Makers 2026 Tallando una peana en mármol para una escultura grupal...



... que hemos diseñado y creado entre artistas de distintas disciplinas para la regalar a la Fundación Diego González Rivas



Álvaro de Indias-diseño, Lupe Arévalo-madera, Sara y José Soribés-vidrio, Javier Colino-hierro, Gamero Gil-piedra



Dibujé con nuestro grupo de dibujantes urbanos UsK Badajoz la parroquia de la barriada de San Roque en Badajoz



Expuse mi colección de Ilustraciones de Badajoz en la Sala de Ámbito Cultural de El Corte Inglés durante la primera quincena



Disfruté la invitación a los Premios Ciudad de Badajoz junto a colegas del mundo del arte, literatura, música y periodismo



Comencé a impartir unos talleres de Papel Maché para la Asociación de Mujeres en la localidad pacense de Zahinos



Comenzamos el curso Mus-e de Integración Social a través del Arte de la Fyme en los centros de atención educativa preferente



Los medios se hicieron eco del proyecto artístico que desarrollamos desde el Mus-e en homenaje a la gran pintora gitana Lita Cabellut

OSCEC
oscecestremaura.wordpress.com

MÁS CONTENIDO ***AQUÍ***

Geografías compartidas: diversidad lingüística, cultura y territorio

En octubre hemos tenido el honor de participar en el Encuentro de geografías compartidas organizado en Zafra por el Ministerio de Cultura.

En primer lugar participó nuestro compañero Daniel Gordo, en la mesa 'Cartografías de la palabra: diversidad lingüística, cultura y territorio'. Compartió mesa con Tamara Flores, investigadora de nuestra fala de Xálima; Irene Sánchez Izquierdo, coordinadora de Frontespo; y Quim Barlona, coordinador de lenguas cooficiales y minoritarias de RTVE.

Después fue el turno de nuestro compañero Aníbal Martín, que moderó la mesa 'Diferentes formas de nombrar el mundo: creación desde la diversidad lingüística', donde tuvo ocasión de intercambiar experiencias con hablantes y activistas de lenguas como el amazigh, el aranés y el mirandês.

Desde aquí queremos agradecer la oportunidad que nos ha brindado el Ministerio de Cultura de mostrar y dar a conocer al resto del Estado nuestra diversidad lingüística.

Y es que, como ha quedado de manifiesto en este encuentro, España se construye teniendo en cuenta todos sus territorios y realidades, y la lengua es la llave que mantiene vivas esas realidades diversas que tanto nos definen y, a la vez, nos enriquecen.

El aplauso no siempre mide el arte



Hay algo curioso, y a veces bastante engañoso, en el aplauso. Nos gusta escucharlo. A mí me gusta, por supuesto. Después de tantos años sentado frente a un piano todavía siento una emoción especial cuando termino de tocar y escucho al público aplaudir. Pero también he aprendido, con el tiempo y con alguna que otra decepción, que el aplauso no siempre refleja lo que verdaderamente ha sucedido sobre un escenario.

Que nadie me malinterprete. Me encanta recibir un aplauso. Hay ovaciones que emocionan de verdad, especialmente cuando sientes que has conseguido conectar con quienes te escuchan. Pero también he vivido conciertos que terminaron con grandes aplausos y que, con el paso del tiempo, apenas han dejado huella en mi memoria. Y otros, mucho más pequeños, que todavía recuerdo con una claridad sorprendente.

Con los años he cambiado mi manera de entender el éxito. Antes podía preocuparme más por la impresión que causaba. Ahora me importa mucho más lo que siento cuando levanto las manos del teclado. Si he conseguido expresar lo que llevaba dentro, si he respetado la música, si he sido honesto conmigo mismo.

Después de tantos años de música tengo bastante claro que no necesito gustarle a todo el mundo. Naturalmente, agradezco a quienes vienen a escucharme y me regalan su tiempo y su cariño. Pero mi responsabilidad como músico no puede consistir únicamente en satisfacer expectativas. Tiene que haber algo más. Una búsqueda personal, una manera propia de sentir y de contar las cosas.

Cuando se apagan las luces el público se marcha y vuelvo a quedarme a solas con el piano. Los aplausos ya no están, queda la música y esa conversación íntima consigo mismo, preguntándose si lo que ha hecho tenía sentido, si había algo verdadero en cada nota.

Por eso he terminado comprendiendo que el verdadero éxito del arte no consiste en conseguir que muchas manos se junten. Consiste en lograr que algo, aunque sea muy pequeño, cambie dentro de alguien.

Y si alguna vez mi música ha conseguido eso, aunque no haya habido una gran ovación, siento que ha merecido la pena sentarme frente al piano. Porque hay aplausos que se olvidan en unos minutos, pero hay emociones que nos acompañan toda la vida.

Pedro Monty

Dos medallas muy merecidas







ALBERTO PERAL
Ilustrador



MAYTE GARCÍA
La morena de la gorra
Guionista

MÁS CONTENIDO ***AQUÍ***

EL BLOG DE GRADA



José Manuel Corbacho
Elecciones sindicales y tiempo de trabajo
-



Roberto Serrano
consumo@grada.es
Llamadas telefónicas de líneas 400



José Antonio Ramos
historia@grada.es
El enigma del Barrocu Campanina



José María Sotomayor
El peso de los toros en Madrid
-



Antonio del Barrio
Urda, se repite la tragedia
-



Juan Francisco Llano
Homenaje a Rafael Alcántara Collado
-



José Luis Molina
Sucedió en Las Vegas (XV)
-



Genaro González
El escritor extremeño Sánchez Adalid, en el Liceo de Jerez
-



José Luis Rodríguez
Pasado con memoria (LII)
-



Alfonso Vázquez
¿Y si el patrimonio no necesitara ganar?
-

https://www.grada.es/blogs

#SalvemosLoSocial

Fundación Primera Fila necesita tu ayuda

Tras más de una década de andadura como proyecto social y de comunicación

CON TU AYUDA:

FOMENTAREMOS EL EMPLEO INCLUSIVO
de personas con grandes discapacidades.

DAREMOS VOZ A LOS SIN VOZ
con las noticias de los colectivos en riesgo de exclusión.

SEGUIREMOS IMPULSANDO EXTREMADURA
y sus protagonistas en ocio, cultura, deporte, integración.

¡Ayúdanos a seguir ayudando!

Realiza una donación en

www.fundacionprimerafila.org/SalvemosLoSocial

Contrata en

www.grada.es/SalvemosLoSocial

PRIMERA FILA
FUNDACIÓN

GRADA
SIEMPRE CONTIGO

FACEBOOK
INSTAGRAM
X
YOUTUBE
LINKEDIN

SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES Y
NO TE PIERDAS NINGUNA NOTICIA DE NUESTRA REGIÓN



GRADA
www.grada.es