

PARA TODOS

Nº 39. MARZO 2013

SUMARIO

- ✚ Introducción
- ✚ Imprescindible
 - ❖ La ONCE y el deporte
 - ❖ Cartelera
 - Novedades DVD audec
 - Estrenos
 - ❖ Novedades discográficas (por Ignacio Santa María)
- ✚ Novedades impresas
- ✚ Espacios naturales
 - ❖ Las Guilleries-Savassona: bosques húmedos entre riscos y agua (por Montserrat Beltrán)
- ✚ Grandes espectáculos
 - ❖ Campeonato del Mundo de Balonmano 2013: La gesta de los Hispanos (por Natalio Carrasco)
- ✚ Guía del bienestar
 - ❖ Moda. Mantén esta primavera a raya (por Refugio Martínez)

INTRODUCCIÓN

Este mes de marzo, la revista “Para todos” regresa con nuevas propuestas que tratarán de hacerte pasar, como siempre, buenos momentos. Para ello, hemos tenido en cuenta diferentes aspectos que no pueden faltar en una publicación como esta, tales como el deporte, la música, el cine, la moda o nuevos espacios naturales.

Comenzamos, una vez más, con “Imprescindible”. En este punto, encontrarás toda la información que se requiere en la agenda esencial para las personas con discapacidad visual. En esta ocasión, con la proximidad de la primavera, las competiciones deportivas son más variadas que en números anteriores. También llegan en este mes de marzo nuevas propuestas cinematográficas, en formato audesc y las novedades discográficas.

Los amantes de la literatura encontrarán su espacio en nuestras “Novedades impresas”. En esta edición de “Para todos”, te presentamos las nuevas obras de Manuel Vicent y de Carmen Posadas. El escritor y periodista castellonense acaba de lanzar al mercado “El azar de la mujer rubia” y la novelista uruguaya, por su parte, ha hecho lo propio con “El testigo invisible”.

"Espacios naturales" nos propone diversos paseos por el espectacular entorno natural de las Guillerics-Savassona, situado en el corazón de la provincia de Barcelona, en el que el visitante disfrutará de sus impresionantes saltos de agua, de las fuentes que brotan en los márgenes de los torrentes y de las masías.

Este mes regresa a “Para todos” la sección “Grandes Espectáculos”. En esta ocasión, con motivo de la victoria de la selección española de balonmano en el Campeonato del Mundo que se celebró el pasado mes de enero en nuestro país. En esta sección te detallamos cómo los conocidos como los Hispanos llegaron al triunfo y consiguieron colocar una nueva estrella sobre sus camisetas.

Nuestra “Guía del bienestar” vuelve a poner el punto y final a “Para todos”. En este número, la moda será el eje fundamental sobre el que gira la sección. Concretamente, este mes te damos todos los consejos necesarios para que entres con buen pie y con un estilo impecable en esta primavera.

IMPRESINDIBLE

LA ONCE Y EL DEPORTE

La agenda deportiva para las personas con discapacidad visual de este mes de marzo viene realmente cargada. Además de los deportes de invierno, como el esquí alpino, que están llegando al final de esta temporada, comienzan a disputarse otras competiciones en deportes tan variados como el atletismo, la natación, el ajedrez, las carreras de montaña o el goalball.

MADRID. 2 Y 3 DE MARZO

TERCERA PRUEBA DE LA COPA FEDC DE ESQUÍ ALPINO

La Federación Española de Deportes para Ciegos celebra en Madrid la tercera prueba de esta temporada de la Copa FEDC. La competición tendrá lugar los días 2 y 3 de marzo.

RUSIA. DEL 4 AL 13 DE MARZO

PRUEBA FINAL DE LA COPA DEL MUNDO DE ESQUÍ ALPINO

La localidad rusa de Sochi, que será la sede de los próximos Juegos Paralímpicos de Invierno, en 2014, acoge entre el 4 y el 13 de marzo la cuarta y última prueba de esta campaña de la Copa del Mundo de Esquí Alpino. El esquiador guipuzcoano con discapacidad visual Jon Santacana llega hasta esta cita con serias opciones de hacerse con el Globo de Cristal que le acredite como nuevo campeón del mundo.

SAN SEBASTIÁN. DEL 8 AL 10 DE MARZO

CAMPEONATO DE ESPAÑA DE INVIERNO DE NATACIÓN PARALÍMPICA

El Campeonato de España de Invierno de Natación se celebrará entre los próximos 8 y 10 de marzo. Las pruebas tendrán lugar en la ciudad de San Sebastián. Además de los mejores nadadores españoles con discapacidad visual, al campeonato acudirán otros deportistas con discapacidad física o intelectual y con parálisis cerebral.

MADRID. 9 Y 10 DE MARZO

TERCERA JORNADA DE LA LIGA DE PRIMERA DIVISIÓN MASCULINA DE GOALBALL

La liga de primera división masculina de goalball inicia en Madrid la segunda mitad del campeonato con la disputa de la tercera jornada, los días 9 y 10 de marzo. Hasta el momento, el conjunto de Innova Canarias Cludeón se mantiene como líder indiscutible y como máximo favorito a hacerse con el título tras lograr un arranque demoledor con ocho victorias en ocho encuentros disputados y sumar un total de 24 puntos. Sin duda, la presencia del joven internacional Jesús Santana, de tan solo 22 años, ha convertido a un conjunto que en campañas anteriores luchaba por eludir el descenso en un equipo campeón que aspira a todo. Santana es, además, el máximo realizador de la categoría, con 51 goles.

ÁVILA. DEL 16 AL 19 DE MARZO

CAMPEONATOS INTERTERRITORIALES DE AJEDREZ

La ciudad de Ávila acoge los Campeonatos Interterritoriales de Ajedrez, en los que participarán personas con discapacidad visual. La competición se disputará desde el 16 hasta el 19 de marzo.

CASTELLÓN. 16 Y 17 DE MARZO

CAMPEONATO DE ESPAÑA DE SELECCIONES AUTONÓMICAS DE ATLETISMO

Los días 16 y 17 de este mes de marzo tendrá lugar el Campeonato de España de selecciones autonómicas de atletismo, en el que participarán personas con discapacidad visual, física e intelectual y personas con parálisis cerebral. La sede de la competición será la ciudad de Castellón.

CÁDIZ. 16 Y 17 DE MARZO

PRIMERA PRUEBA DEL CIRCUITO NACIONAL DE CARRERAS DE MONTAÑA

La temporada del Circuito Nacional de Carreras de Montaña da comienzo los días 16 y 17 de marzo con su primera prueba, que se desarrollará en la población gaditana de Villaluenga del Rosario. En este deporte, los deportistas ciegos y deficientes visuales compiten en equipos de tres personas, unidos a una barra direccional, de entre 2,5 y 3 metros de longitud. Un guía vidente encabeza el grupo, seguido de una persona ciega total y, en la parte trasera de la barra, completando la tripleta, se sitúa un deportista con deficiencia visual.

HUESCA. DEL 17 AL 19 DE MARZO

CAMPEONATOS DE ESPAÑA DE ESQUÍ ALPINO

La localidad oscense de Cerler será el escenario en el que se desarrollen los Campeonatos de España, tanto absoluto como juvenil, de esquí alpino. Las pruebas se celebrarán desde el 17 hasta el 19 de este mes de marzo.

MADRID. 23 Y 24 DE MARZO

SEGUNDA JORNADA DE LA PRIMERA DIVISIÓN FEMENINA DE GOALBALL

Los próximos días 23 y 24 de marzo se disputa la segunda jornada de la primera división femenina de goalball, que se celebrará en Madrid. En el campeonato, destaca la presencia de varias jugadoras internacionales, como Arantxa Sorribes, que milita en Sevilla; Eukene Esain y Laura Belle, que forman parte del conjunto de Aragón; o Lidia Baños, integrante de Murcia.

CARTELERA

- NOVEDADES AUDESC

Este mes de marzo son cinco los nuevos títulos que se incorporan al catálogo de películas en formato audesc. En primer lugar, un clásico de ciencia ficción, “La guerra de las galaxias: el retorno del Jedi”, la tercera parte de la saga dirigida por George Lucas, en la que, además de la batalla contra las tropas imperiales, Luke

Skywalker y la princesa Leia se verán obligados a liberar al joven Hans Solo. Por otro lado, “El color del dinero”, dirigida por Martin Scorsese y protagonizada por dos pesos pesados de Hollywood: Paul Newman y Tom Cruise.

También llega en formato audiodescrito la cuarta parte de la saga Crepúsculo, que está causando furor entre el público adolescente. En esta ocasión, el film lleva por título “Amanecer Parte 1” y sus protagonistas continúan siendo Kristen Stewart, Robert Pattinson y Taylor Lautner. Por su parte, el género de terror también tiene representación este mes entre las novedades en formato audesc, con “La mujer de negro”, protagonizada por Daniel Radcliffe, el actor que dio vida a Harry Potter.

Finalmente, un clásico para toda la familia, “Bambi”, en el que las aventuras y el aprendizaje que lleva a cabo en su vida el tierno cervatillo son los ejes centrales de la trama.

Nº 433 - La Guerra de las galaxias. El retorno del Jedi

Luke Skywalker y la princesa Leia tienen como objetivo ir a Tatooine y liberar a Han Solo. Para ello, deberán infiltrarse en la peligrosa guarida de Jabba the Hutt, el gánster más temido de la galaxia. Una vez reunidos, el equipo recluta a tribus de Ewoks para combatir a las fuerzas imperiales en los bosques de la luna de Endor. Mientras tanto, el Emperador y Darth Vader conspiran para atraer a Luke al lado oscuro. Sin embargo, el joven está decidido a reavivar el espíritu del Jedi en su padre. La guerra civil galáctica termina con un último enfrentamiento entre las fuerzas rebeldes unificadas y una segunda Estrella de la Muerte, indefensa e incompleta, en una batalla que decidirá el destino de la galaxia.

Nº 434 - El color del dinero

Eddie Felson, antiguo campeón de billar retirado, vive actualmente de su negocio de licores. Un día, en una sala de juego, conoce a Vincent Lauria, un joven jugador de billar muy prometedor, en el que se reconoce de inmediato. Eddie se ofrece para enseñarle los secretos del éxito, recorriendo, para ello, las mesas de billar más importantes y peligrosas del país. Vincent acepta la proposición junto a su novia Carmen, pero la relación con Eddie se vuelve cada vez más complicada por su carácter avaro y destructivo.

Nº 435 - Amanecer. Parte 1

El amor que Edward y Bella sienten el uno por el otro queda sellado con la celebración de una gran ceremonia organizada por Alice. Durante la luna de miel, los recién casados mantienen relaciones sexuales y Bella queda embarazada. El rápido crecimiento del feto, mitad humano mitad vampiro, afecta gravemente a la salud de la joven y la lleva prácticamente al borde de la muerte... La pequeña semivampira que lleva en su vientre necesita sangre y se alimenta de la de su madre. Los hombres lobo se dan cuenta de lo que está sucediendo y tienen intenciones de matar a la pequeña. Sin embargo, uno de ellos, Jacob, se opone a ello teniendo que decidir entre su manada, su familia, su pueblo o salvar a Bella, el amor de su vida.

Nº 439 - La mujer de negro

Arthur Kipps es un joven abogado cuya empresa lo envía a un lugar remoto para vender la casa de un cliente que acaba de fallecer. Aunque, en principio, se trata de una gestión rutinaria, pronto se encuentra con ciertas dificultades: los vecinos se muestran reacios a hablar sobre la casa o a acercarse a ella. Además, nadie está dispuesto a admitir la existencia de una mujer de negro que él está seguro de haber visto. Kipps se ve obligado a descubrir por su cuenta la verdadera identidad de la Mujer de Negro en una aterradora carrera contra el tiempo.

Nº 440 - Bambi

Tan pronto como Bambi aprende a dar sus primeros pasos, comienza a jugar con sus nuevos amigos, Tambor, el conejo juguetero, y Flor, la tímida y adorable mofeta. La diversión de patinar sobre el lago helado, de mordisquear las florecillas y de jugar entre los árboles del bosque serán sólo el principio de un largo aprendizaje. Guiado por su sabio amigo el Búho, Bambi aprenderá infinidad de lecciones sobre el amor, la pérdida de los seres queridos, la madurez...

- ESTRENOS

La comedia, el terror y el thriller son los géneros presentes en los estrenos cinematográficos que te presentamos en este mes de marzo. En primer lugar. "Hansel & Gretel: Cazadores de brujas" nos muestra una sorprendente versión del popular cuento en la que no faltará ni acción ni aventuras, además de una buena dosis de terror mezclado con la comedia. No abandonamos la comedia, pero con un tono más negro, en "Los amantes pasajeros", un film español dirigido por Pedro Almodóvar y que cuenta con un espectacular elenco de protagonistas, entre los que se encuentran Paz Vega, Antonio Banderas y Penélope Cruz, entre otros.

Por otro lado, "Abuelos al poder", protagonizada por Billy Crystal y Marisa Tomei, relata una curiosa y, a la vez, divertida historia en la que el modo, más o menos moderno, de educar a unos niños se convierte en uno de los ejes fundamentales. Finalmente, el toque de suspense lo pone "El chico del periódico", un thriller con un reparto estelar en el que cabe destacar a Zac Efron, Matthew McConaughey o Nicole Kidman.

- Hansel & Gretel: Cazadores de brujas

Director: Tommy Wirkola. **Nacionalidad:** Estados Unidos. **Intérpretes:** Jeremy Renner, Gemma Arterton, Peter Stormare, Famke Janssen, Zoe Bell. **Género:** Aventuras. Terror. Acción. Comedia / **SINOPSIS:** Han transcurrido 15 años desde que los hermanos Hansel y Gretel lograron escapar de una bruja que secuestraba niños. Ahora son adultos y se han convertido en unos cazarrecompensas feroces y formidablemente preparados, dedicados a perseguir brujas por bosques sombríos y dispuestos a todo con tal de vengarse. Sin embargo, a medida que se aproxima la Luna de Sangre, un pueblecito de casas de madera se encuentra

cada vez más cerca de enfrentarse a una pesadilla en la que están implicados sus niños. En esas circunstancias, Hansel y Gretel se encuentran con un poder diabólico superior a cualquier bruja que hayan cazado, un demonio que podría conocer el secreto del terrorífico pasado de los dos hermanos.

- Los amantes pasajeros

Director: Pedro Almodóvar. **Nacionalidad:** España. **Intérpretes:** Javier Cámara, Cecilia Roth, Lola Dueñas, Hugo Silva, Guillermo Toledo, Miguel Ángel Silvestre, Paz Vega, Antonio Banderas, Penélope Cruz. **Género:** Comedia negra / **SINOPSIS:** La película narra la curiosa situación de riesgo que vive un grupo de personajes variopintos dentro de un avión que se dirige desde España hacia Méjico D.F. La indefensión ante el peligro que experimentan tanto la tripulación como los pasajeros provoca una catarsis generalizada que acaba convirtiéndose en el mejor modo de escapar a la idea de la muerte. Ante este panorama comienzan a surgir una serie de confesiones imprevisibles que les ayudan a todos a olvidar la angustia del momento y a enfrentarse al mayor de los peligros: el que cada uno lleva dentro de sí mismo.

- Abuelos al poder

Director: Andy Fickman. **Nacionalidad:** Estados Unidos. **Intérpretes:** Billy Crystal, Bette Midler, Marisa Tomei, Tom Everett Scott. **Género:** Comedia / **SINOPSIS:** Artie Decker, acostumbrado a ser quien impone las normas en su casa, se encuentra con la horma de su zapato en el momento en el que él y su esposa Diane aceptan hacer de canguros de sus tres nietos cuando sus supervisores padres salen de viaje por motivos de trabajo. Los problemas llegan cuando los métodos que pretenden seguir los padres de los niños entran en colisión con los de la vieja escuela de Artie y Diane, consistentes en normas estrictas, mucho amor y anticuados juegos...

- El chico del periódico

Director: Lee Daniels. **Nacionalidad:** Estados Unidos. **Intérpretes:** Zac Efron, Matthew McConaughey, Nicole Kidman, John Cusack, David Oyelowo. **Género:** Thriller / **SINOPSIS:** Ward Jansen es un periodista del prestigioso diario The Miami Times cuyo hermano Jack acaba de abandonar sus estudios universitarios y vive en una pequeña ciudad en el centro de Florida con el padre de ambos. Cuando Ward aparece con su compañero de trabajo para investigar una historia, le pide a Jack que les guíe por la ciudad. El motivo que ha llevado a Ward hasta la ciudad es Charlotte Bless, una enigmática mujer que escribe a presos en el corredor de la muerte, quien les ha convencido de que Hillary Van Wetter, un cazador de cocodrilos, ha sido condenado a muerte erróneamente en un juicio que tuvo lugar en su pueblo de origen.

NOVEDADES DISCOGRÁFICAS

Por Ignacio Santa María

El mes de marzo viene acompañado de diversas novedades discográficas que, dada su variedad, harán disfrutar a muchos amantes de la música. El primer álbum que presentamos en esta ocasión es “King Animal”, de los norteamericanos Soundgarden. El cuarteto de Seattle vuelve a unirse tras 16 años de separación y el resultado es un trabajo en el que su hard-rock psicodélico suena como el que practicaban en los años 90.

También se ha lanzado al mercado una obra muy alejada en cuanto a estilo de la de Soundgarden. Se trata de la última creación de María Dolores Pradera, que regresa a los escenarios con “Gracias a vosotros” tras una neumonía mal curada que la ha mantenido apartada. Finalmente, tras el estreno de la última película de Quentin Tarantino, “Django Desencadenado”, también ha visto la luz la banda sonora del film, en el que no faltan ciertos temas que aparecían en los clásicos del *spagueti western* ni otros cortes más actuales.

- SOUNDGARDEN: “KING ANIMAL” (DISCOGRÁFICA: SEVEN-FOUR / UNIVERSAL)

Los 16 años que ha durado la separación de este cuarteto fundamental de la escena de Seattle se esfuman en cuanto suena el primer acorde de este “King Animal”, su sexto álbum de estudio. Cuando suena el rugido de la guitarra de Kim Thayil, la intacta energía de la voz de Chris Cornell, la precisión quirúrgica de la sección rítmica que ensamblan Matt Cameron y Ben Shepherd parece que el tiempo no ha pasado y que este disco es la continuación lógica de “Superunknown” y de “Down On The Upside”, sus anteriores trabajos, grabados en los ya lejanos 90.

Atrás quedan años de trayectorias separadas, algunas de ellas erráticas como la del Cornell cuyos intentos de sacar adelante una exitosa carrera en solitario producen sonrojo ajeno. Mucho más digna fue, en cambio, la presencia de Cameron a los tambores de Pearl Jam.

Soundgarden recupera aquí las mejores esencias de su estilo que, aunque fue catalogado con la etiqueta de ‘grunge’, poco tenía que ver con la crudeza de Nirvana y sí con un hard-rock psicodélico muy elaborado. No obstante, en esta colección de 13 canciones encontramos cierta heterogeneidad, que es de agradecer. De este modo, junto a los temas que más se ajustan a la marca de la casa, como ‘Non-State Actor’ o ‘By Crooked Steps’, encontramos acentos de música hindú en ‘Thoudsand Days’ Before’ y en ‘Black Saturday’, así como un tono más desenfadado en ‘Halfway There’. Con un repertorio nuevo tan sólido, este retorno debe ser motivo de celebración.

- MARÍA DOLORES PRADERA: “GRACIAS A VOSOTROS” (DISCOGRÁFICA: SONY)

Pocos como María Dolores Pradera podrían reunir el aplauso unánime de tantos y tan notables artistas como los que se dan cita en este disco de duetos. Son catorce en total: Diego el Cigala, Aute, Serrat, Raphael, Miguel Bosé, Ana Belén, Víctor Manuel, Sabina, Pablo Alborán, Manolo García, Pasión Vega, Sergio Dalma, Miguel Poveda y Diana Navarro.

Con la aparición de este álbum, la gran dama de la canción española e iberoamericana renace después de un *annus horribilis* en que una neumonía mal curada la ha tenido fuera de juego y alejada de los escenarios. De hecho, este es el único compromiso que ha podido atender en todo este tiempo. Según ha revelado la reina del bolero y la habanera, las sesiones de grabación han sido muy emotivas: lloró con Pablo Alborán, Bosé y Dalma y rió a carcajadas con Sabina (tuvo que ser gracioso verla cómo le preguntaba al cantautor: “¿Y tú cómo notas cuándo estás afónico?”).

La asignación de canciones no resulta obvia. Ana Belén no repite con “Lía”, que aparece aquí en la voz de Diana Navarro, sino que interviene en “La Media Vuelta”, y Víctor Manuel no aborda “No sé por qué te quiero”, sino “Amarraditos”. Entre los artistas participantes, hay quienes se adaptan mejor y quienes no lo hacen tanto, pero la que resplandece en todos los temas es la propia María Dolores, cuya voz no ha mermado un ápice ni con la edad ni con su reciente enfermedad.

- “DJANGO DESENCADENADO” BANDA SONORA ORIGINAL. (DISCOGRÁFICA: UMG)

Es cosa sabida que en las películas de Quentin Tarantino la música tiene una importancia capital, casi tanta como la trama, los diálogos o el trabajo de los actores. El realizador, quien ha anunciado que “Django Desencadenado” será su última película, da otra buena muestra de su refinado y enciclopédico conocimiento musical.

Si el cineasta ya fue capaz de volver a poner de moda el surf instrumental de los 60 en plena década de los 90, merced a la banda sonora de “Pulp Fiction”, ahora rinde homenaje a la música que acompañaba las películas del *spaguetti western*. De este modo, encontramos un recuerdo al gran Ennio Morricone y un hilo conductor de sabor muy italiano que tejen el compositor argentino Luis Bacalov y el cantante ya fallecido Rocky Roberts. Son estos dos últimos quienes firman el tema principal, una canción llamada “Django” realmente adictiva.

En la línea más soul, se desarrolla el tema “Lo Chiamavano King”, cantado por Edda Dell’Orso y que constituye otro de los momentos cumbre de la banda sonora. Otra joya es el corte compuesto al alimón por James Brown y el rapero 2Pac. También son destacables el vigoroso hip hop de Rick Ross y la deliciosa

canción “I’ve Got A Name”, rescatada del repertorio del malogrado cantautor estadounidense Jim Croce.

NOVEDADES IMPRESAS

Dos nuevas obras impresas se encuentran disponibles desde este mes de marzo para todos aquellos que disfruten con la lectura. La primera de ellas es “El azar de la mujer rubia”, una novela realizada por Manuel Vicent que se encuentra entre la realidad y la ficción y que detalla algunos de los aspectos acaecidos en España desde la posguerra hasta la actualidad.

También resultará de interés para los lectores la última novela de Carmen Posadas. “El testigo invisible” es una obra narrada desde el punto de vista de quien fuera sirviente de la familia imperial rusa, quien, tras la masacre ocasionada por los militares de la revolución bolchevique, se convirtió en el único superviviente y en la única persona autorizada a contar de primera mano lo que sucedió aquella fatídica noche.

Autor: MANUEL VICENT

Título: EL AZAR DE LA MUJER RUBIA

Editorial: ALFAGUARA

Año de edición: 2013

Ciudad: Madrid

Número de páginas: 256

ISBN: 978-84-204-1316-7

La historia que se relata en esta novela se centra en el triángulo que forman un príncipe que partía ladrillos con la mano, un simpático político de billar y una mujer rubia malherida. A finales de los años sesenta, se comienzan a vislumbrar cambios importantes en España. Poco después de que don Juan de Borbón viese cómo su hijo juraba los Principios del Movimiento, el Caudillo entró bajo palio y por su propio pie hasta la tumba.

En aquellos tiempos, Mariano Rajoy y José Luis Rodríguez Zapatero aún eran estudiantes y José María Aznar jugaba a falangista. Por su parte, Tierno Galván, Felipe González y Santiago Carrillo luchaban por salir de la clandestinidad mientras el triángulo se iba perfilando para encumbrar al héroe de esta historia.

De este modo, en el mes de julio de 1976, el rey nombró presidente del Gobierno a Adolfo Suárez, gracias a aquella chica rubia de la que todo el mundo estaba enamorado, aunque el héroe ya no es capaz de recordar cómo sucedió todo aquello.

Autor: CARMEN POSADAS

Título: EL TESTIGO INVISIBLE

Editorial: PLANETA

Año de edición: 2013

Ciudad: Barcelona

Número de páginas: 464

ISBN: 978-84-080-3455-1

Leonid Sednev fue en su juventud deshollinador imperial y, poco después, pinche de cocina. Contaba con tan solo 15 años la noche del 17 de julio de 1918, cuando un grupo de militares de la revolución bolchevique asesinó brutalmente a la familia imperial rusa. Leonid fue el único superviviente y testigo de la tragedia.

Mucho tiempo después, un Leonid ya anciano toma la decisión de recomponer sus recuerdos y comienza a relatar una historia desde su punto de vista, el del sirviente de la familia imperial. Con este relato, Leonid consigue recrear los últimos años del Imperio ruso y el cambio de régimen.

ESPACIOS NATURALES

La presencia del emblemático pantano de Sau es sólo una de las últimas huellas que el hombre ha dejado en las Guilleries. Numerosos yacimientos prehistóricos y joyas de la arquitectura románica invitan a conocer la historia y a contrastarla con los colores de los bosques mediterráneos y centroeuropeos, además de con la arquitectura natural de la piedra desnuda propia de la región.

LAS GUILLERIES-SAVASSONA: BOSQUES HÚMEDOS ENTRE RISCOS Y AGUA

Por Montserrat Beltran

Las Guilleries es un macizo de formas redondeadas con muchos cerros, sin una cima que sobresalga. Al otro lado del valle de Vilanova de Sau, una llanura bastante amplia, el terreno es totalmente diferente. Savassona se alza con unos escarpados riscos a lo largo de toda la vertiente este y norte. Al norte del pantano de Sau, se topa con las paredes de los riscos de Tavertet, que forman parte de la Sierra de Collsacabra.

Estallido de agua en Rupit: una caminata hasta el salto de Sallent

Rupit, un pueblo tradicional muy bien conservado, con calles y casas de los siglos XVI y XVII y situado sobre las peñas que bordean su torrente en medio de un paisaje pintoresco, es una puerta de entrada magnífica para descubrir el

Collsacabra, un macizo en el que reinan los bosques de encinas montañosas, de robles pubescentes con boj e, incluso, de hayas.

Además, contiene el pozo del salto de Sallent, uno de los más espectaculares. Desde Rupit, se puede llegar a San Juan de Fàbregues, lugar que ofrece unas vistas envidiables de las Guilleries. Desde aquí, se puede tomar el camino que atraviesa el plano del Roquer y continúa, más tarde, por el risco, hasta cruzar la ribera de Rupit.

Debajo mismo se halla el salto de Sallent, del que se puede disfrutar desde el mirador que se encuentra siguiendo el sendero. Poco después, el camino llega a una poza de dimensiones considerables.

Dónde dormir

El Colomer

Casa rural en Rupit i Pruit. Precio medio por plaza: 20 euros (capacidad para 4 personas). Teléfono: 636480583. Correo electrónico: elcolomer@terra.es.

La Cabaña del Vilar

Casa rural en Rupit i Pruit. Precio medio por plaza: 25 euros (capacidad para 9 personas). Teléfono: 938522060. Web: www.lacabanyadelvilar.com. Correo electrónico: info@lacabanyadelvilar.com.

Mas Ca La Quima

Se encuentra también en Rupit i Pruit. Precio fin de semana: entre 250 y 450 euros, según el número de personas (capacidad para 12). Dirección: Carretera Vic-Olot, km 34. Teléfonos: 938522013 / 618705235. Web: www.lloracalaquima.com. Correo electrónico: el.llorahotmail.com.

Más información

- Ayuntamiento de Rupit i Pruit: www.rupitpruit.cat
- Vall de Sau Collsacabra: www.saucollsacabra.cat

Nuevo itinerario señalizado por las Guilleries-Savassona

El Espacio Natural de las Guilleries-Savassona dispone de un nuevo recorrido circular, que une las fuentes que brotan en los márgenes de los torrentes de Folgueroles y del Lledoner.

El itinerario, de 2,3 km y dificultad baja, combina el paisaje natural con elementos artificiales, como la toma de la Font Trobada o los huertos de Folgueroles. Este contraste permite a los excursionistas contemplar el poder del agua como fuente de vida para los animales y la vegetación y como herramienta para el hombre, que tradicionalmente ha gestionado este recurso para sus necesidades, como, por ejemplo, para regar.

El ambiente húmedo de la zona ha dado lugar a una flora y a una fauna ricas y de una gran diversidad, donde ranas verdes, patos y salamandras viven en el medio acuático y ardillas o ratones de bosque se refugian en fresnos, chopos y otros árboles autóctonos. Además, la biodiversidad, las fuentes, los ríos y la luz que hay en algunos rincones convierten el itinerario en una actividad idónea para los aficionados o profesionales de la fotografía.

Para terminar la ruta, en la plaza de Verdaguer de Folgueroles, se puede visitar el Centro de Información del Espacio Natural, donde hay una exposición sobre los elementos de interés de las Guilleries-Savassona.

Más información

-Web del Ayuntamiento de Folgueroles: www.folgueroles.cat

La ruta de las masías: un paseo por los alrededores de Vilanova de Sau

A los pies de los riscos de Vilanova, se esconden agradables caminos para hacer excursiones tranquilas a la sombra de robles, encinas o eucaliptos. A través de varias pistas señalizadas y algún sendero, este itinerario pasa por algunas de las masías más emblemáticas del término, además de cruzar torrentes, bosques, zonas de cultivo y unos cuantos prados con bonitas vistas a los acantilados de Castell sano Sala, el monte del Faro, la roca del Migdia o los riscos de Tavertet, entre otros.

La pintoresca iglesia de Santa María de Vilanova, en el corazón de la localidad de Vilanova de Sau, es el punto de partida y de llegada de la ruta.

Iglesia de Santa María de Vilanova

Vilanova de Sau es una localidad formada por construcciones antiguas de tipo tradicional y un conjunto de calles empedradas. La iglesia es un edificio románico, del siglo XI. De la construcción original, se conservan la estructura y el ábside. Justo enfrente del templo, hay un parque para los niños, con magníficas vistas sobre los riscos de Vilanova.

Mas la Font

El camino, que hace bajada y está lleno de vegetación, coincide con el sendero denominado GR 2. Una parte de subida pasa junto a prados y a extensiones de robles y encinas. El recorrido también transcurre por una zona de bosque de ribera, con chopos, sauces y avellanos. Después de cruzar un arroyo, atravesando un pequeño puente de piedra, se accede a la Mas la Font, una gran masía de piedra que ahora se utiliza como casa de turismo rural (www.maslafont.com). Una gran encina de tres troncos y un gran roble presiden la entrada a la casa. El origen de la construcción se remonta a los siglos XVII y XVIII.

Can Girapells

Desde la Mas la Font, el itinerario continúa por la pista, pasando por algunos espacios abiertos con vistas a los riscos de Vilanova, concretamente los de Castell sano Sala, el monte del Faro y la roca del Migdia. Tras dejar atrás un par de masías, la pista de tierra pasa a ser asfaltada y hace bajada hasta llegar a un pequeño bosque de eucaliptos, a un paseo con unos cuantos cipreses y, más adelante, en can Girapells, a una masía de planta baja y dos pisos, con la cubierta a dos vertientes y el caballete perpendicular a la fachada.

Ca la Pendissa

Muy cerca de Can Girapells, continuando por la pista asfaltada, se llega a Ca la Pendissa, una masía pequeña de piedra, situada en un desnivel y con entrada por el piso superior. Frente a la casa, hay un patio empedrado y construcciones auxiliares, como la cabaña-pajar de dos plantas.

El Robledal

El recorrido, ahora por pista de tierra, hace una leve bajada hasta la masía de la Coromina y continúa hasta encontrar de nuevo una carretera, que hay que atravesar. Enseguida se llega al cruce entre dos arroyos, el torrente de la Polleda y el torrente de los hayedos y, más allá, a un extenso prado alzado, con magníficas vistas a los riscos de Tavertet, que quedan en el fondo. Continuando por la pista, ahora de subida, se llega a un bosque de robles. Al salir del robledal, el camino llega a un prado desde donde se obtienen buenas vistas del pueblo de Vilanova de Sau, con la roca del Migdia como telón de fondo.

Cómo llegar

Por la carretera C-17, después de pasar Vic, hay que tomar la C-25 en dirección a Girona y dejarla en la salida de Folgueroles y Vilanova de Sau (N-141-D).

Más información

- Oficina del Espacio Natural de las Guillerries-Savassona: C / Guillerries, 5. Vilanova de Sau. Teléfono: 938847888. Correo electrónico: en.guillerries@diba.cat. Web: www.diba.cat/parcsn/guillerries. Horario: de lunes a viernes, de 9 a 14 h.

Dónde dormir:

- Hotel Mas Albereda

Es un pequeño hotel en Sant Julià de Vilatorrada, que combina el trato profesional con un entorno rural y familiar. Más de siete siglos de historia se esconden entre los muros de esta masía, ya documentada en el año 1337.

La casa se encuentra en la cima de una colina, con vistas a Vic. Un pequeño bosque con un parque infantil y una pequeña ermita dedicada a San Roque completan el entorno natural, en las afueras del pueblo, en una zona residencial y tranquila. Incluye una piscina templada con surtidor de agua y rodeada de grandes cristaleras que proporcionan agradables vistas de la zona ajardinada o abren cuando el buen tiempo lo permite, para tomar el sol en el exterior. El hotel Mas Albereda también dispone de una pequeña sala de masajes y de una amplia oferta de tratamientos.

Además, ofrece servicio de restaurante con menú diario, carta, menús degustación y menús personalizados, así como salas reservadas para cenar en la intimidad.

Precio medio de la habitación doble, con desayuno incluido: 140 euros.

Web: www.masalbereda.com

GRANDES ESPECTÁCULOS

El deporte español está alcanzando hitos históricos en los últimos años. El más reciente se superó el pasado mes de enero, con la consecución por parte de la selección española de balonmano de su segundo mundial. Sin duda, el campeonato celebrado en España hizo vibrar a infinidad de seguidores y a otros muchos aficionados casuales. Si quieres conocer cómo se fraguó esta victoria, no te pierdas nada de lo que te detallamos a continuación.

CAMPEONATO DEL MUNDO DE BALONMANO 2013: LA GESTA DE LOS HISPANOS

Por Natalio Carrasco

La selección española de balonmano, los autodenominados *Hispanos*, volvieron a dar una nueva alegría al deporte nacional tras coronarse el pasado 27 de enero como campeones del mundo. El Palau Sant Jordi, una de las sedes de este Mundial de España 2013, fue el escenario de la proeza que llevó a los jugadores españoles a imponerse a la potente selección de Dinamarca por un contundente 35-19 y conseguir, de este modo, el resultado más abultado en una final de un Campeonato del Mundo.

Tras este apasionante choque, los Hispanos ya lucen sobre el pecho dos merecidas estrellas que les acreditan como dobles campeones del mundo, tras haber logrado en el año 2005 su primer entorchado mundial en tierras tunecinas.

Sin embargo, para alcanzar el objetivo con el que se inició el campeonato –la victoria final–, la selección española tuvo que recorrer un largo camino jalonado por las mejores escuadras del balonmano mundial, a las que, gracias a la fuerza y a la convicción de los jugadores nacionales y al apoyo incondicional de una afición entregada a la causa, se consiguió superar tanto en calidad de juego como en resultados, que son, a la postre, los que determinan quién es el vencedor de la contienda.

Cómodos preliminares

El Campeonato del Mundo de España, en el que tomaron parte 24 selecciones, dio comienzo con una ronda preliminar de la que saldrían los 16 mejores equipos clasificados para los octavos de final. En ella se formaron cuatro grupos compuestos cada uno de ellos por seis equipos, en los cuales los cuatro primeros clasificados se aseguraron su pase a la siguiente fase de la competición.

España quedó encuadrada en el grupo D, junto a Croacia, Hungría, Egipto, Argelia y Australia, y disputó sus encuentros en Madrid. El conjunto dirigido por el

seleccionador Valero Rivera debutó en la Caja Mágica frente a Argelia, de la que se deshizo sin problemas por 27-14. Lo mismo sucedió frente a Egipto, a quien derrotó por 24-29, ante Australia, selección a la que aplastaron con un impresionante 51-11, y frente a Hungría, que cayó por 22-28.

Sin embargo, frente a Croacia, aunque España ya tenía la clasificación para octavos de final asegurada, los de Rivera cosecharon la única derrota del campeonato en un encuentro que concluyó con un ajustado 25-27.

Cuatro pasos hacia la gloria

Fue en la fase final donde comenzó la verdadera lucha. Y el primer escollo lo solventó España frente a Serbia. Aunque, a priori, se preveía mayor igualdad ante el vigente subcampeón europeo, lo cierto es que la selección nacional consiguió superar sin excesivos problemas a los balcánicos. El choque, que se desarrolló en el Pabellón Príncipe Felipe, en Zaragoza, finalizó con un contundente 20-31.

Los cuartos de final, a los que España acudía con la esperanza de imponerse a una selección alemana que no parece levantar cabeza desde que en 2007 conquistara el Campeonato del Mundo en el que fue la anfitriona, también se resolvieron cómodamente para los españoles. Con el público del pabellón Príncipe Felipe entregado una vez más, los Hispanos resolvieron el lance con un marcador de 28-24.

A partir de las semifinales, la competición se trasladó definitivamente a Barcelona. Al Palau Sant Jordi, concretamente. Allí fue donde España supo que se estaba preparando algo grande. Y es que, tras la victoria frente a Eslovenia por 26-22, ya solo quedaba un paso para volver a levantar el trofeo de campeones del mundo.

Eliminada Francia de la competición –rival al que todos los participantes temían después de haberse hecho con los mundiales de 2009 y 2011 y de haber obtenido la medalla de oro en los Juegos Olímpicos de Londres 2012–, la única alternativa que podía hacer peligrar la victoria de España era Dinamarca. Y fue precisamente ante los daneses ante quienes los Hispanos debieron jugarse todo.

Las previsiones daban como favorita a la selección danesa y los españoles soñaban con hacerse con el triunfo con uno o dos goles de diferencia. Sin embargo, ni las previsiones de unos ni los sueños de otros se cumplieron. Los jugadores españoles salieron de forma arrolladora y rápidamente comenzaron a marcharse en el marcador en una final de la que los daneses desaparecieron antes del descanso, al que se llegó con un marcador de 18-10. La segunda parte continuó por los mismos derroteros y, a pesar de que los daneses contaban con el que fue designado mejor jugador del torneo, Mikkel Hansen, se llegó a la conclusión del encuentro y del campeonato con un apabullante 35-19 que volvía a situar a España en la cima del balonmano mundial.

Héroes

Dieciséis hombres conformaron una selección que, tras este campeonato del mundo, ya han pasado a la historia del balonmano. Además, uno de ellos, Alberto Entreríos culminó su carrera en el equipo nacional español de la mejor forma posible: aplastando en la final de un mundial a un potentísimo contrincante. El final soñado por cualquier deportista, sin duda.

Otros 15 hombres acompañaron a Entreríos en esta aventura que ha hecho disfrutar a millones de aficionados españoles. Son los siguientes: Albert Rocas, Jorge Maqueda, Víctor Tomás González, Daniel Sarmiento, José Manuel Sierra, Julen Aguinagalde, Arpad Sterbik, Joan Cañellas, Ángel Montoro, Viran Morros, Carlos Ruesga, Antonio García, Valero Rivera (hijo), Aitor Ariño y Gedeón Guardiola.

Poco antes de que comenzase el campeonato, los Hispanos se dieron a conocer a través de una campaña promocional en la que emulaban, en cierto modo, a los espartanos y a su heroica batalla de las Termópilas contra el ejército persa del rey Jerjes que llegó a las pantallas de cine con '300'. Sin duda, los jugadores españoles se hicieron con su coraje, su fe y su valentía. Afortunadamente, en la batalla final, frente a Dinamarca, no cosecharon el mismo resultado que los hombres del rey Leónidas.

GUÍA DEL BIENESTAR

MODA

Dentro de unos pocos días por fin llegará la primavera y tendremos que cambiar nuestro vestuario. En tiempos de crisis, muchos abrirán el armario y sacarán las prendas que tan cuidadosamente guardaron al final del verano, pero ¿por qué no complacernos con un caprichito de vez en cuando? Si te animas y te decides por comprar alguna cosa, a continuación te ofrecemos un adelanto de lo que encontrarás en las tiendas esta temporada, en la que las rayas serán protagonistas.

- MANTÉN ESTA PRIMAVERA A RAYA

Por Refugio Martínez

Esta primavera los escaparates se llenarán de rayas. Serán las protagonistas de la próxima temporada, junto con la estética de los años 50 que se reflejará en las beisboleras, los peinados, las gafas y algunos otros complementos. ¡Sigue adelante y toma nota!

Últimamente, los inviernos son cada vez más suaves pero también más largos y si, además, eres friolera, es conveniente tener ropa que nos proteja de las mañanas y noches fresquitas de la próxima primavera. Por eso, vamos a comenzar con las prendas más abrigadas que nos vendrán de perlas para combatir los últimos coletazos del invierno.

Empezaremos con las cazadoras de cuero, un clásico que sigue triunfando en todas sus formas y colores. Para aquellos que prefieren vestir con un toque un poco más marcial, también se van a llevar las chaquetas de corte militar, a medio camino entre la parka (anorak con capucha) y la sahariana (chaqueta holgada con mangas que se suele ajustar con un cinturón).

En cualquier caso, las grandes estrellas de esta temporada serán las chaquetas "bomber". Son prendas tipo sudadera de rugby o de universitario americano, con elástico en el cuello, los puños y la cintura. Este invierno tuvieron una tímida presencia en el mercado, pero en primavera resurgirán con fuerza trayendo una gran variedad de diseños y colores. Recuerda que son ideales para combinarlos con faldas y con pantalones pitillo. Los estampados que más se van a ver, y no solo en este tipo de prendas, serán los florales, de animales o de inspiración oriental.

Ahora bien, si buscas un corte más elegante y estás pensando en darle otro aire a la imagen que normalmente llevas en el trabajo, estás de suerte, porque esta temporada se llevan las chaquetas americanas de todos los colores y las podrás encontrar en las tiendas más populares a precios realmente irresistibles.

Rayado en blanco y negro

Si te gustan las rayas, ve preparándote, porque será la tendencia que veremos más repetida en el street style (estilo callejero). Y es que las tiendas estarán inundadas de este estampado, especialmente en blanco y negro, al más puro estilo carcelario. Esta fórmula se usará para todo tipo de prendas y, aunque en un principio pueda parecer que los pantalones con estas rayas son poco favorecedores, hay que tener en cuenta que, si estas son verticales, pueden estilizar considerablemente la figura. Además, se combinan muy bien con cuerpos de un solo color, ya sea blanco, ya sea negro.

Los diseñadores más asequibles, siempre buscando un equilibrio entre la estética y la rentabilidad, han extendido esta combinación bicolor a los cuadros y los círculos, de manera que se verán múltiples figuras geométricas siempre debatiéndose entre el negro y el blanco. En cualquier caso, una propuesta con la que acertarás seguro es una blusa con estos estampados para la parte de arriba y unos *jeans* o *leggings* de color negro, para la parte de abajo.

Tal vez estés pensando que con tanta hegemonía en blanco y negro, más de una va a parecerse a una cebra. Si no quieres que te pase a ti, no te preocupes, porque también han llegado al mercado las rayas de otros colores, sobre todo, en tonos pasteles, con las que tendremos un toque un tanto informal, ideales para combinarlas con shorts o mini-faldas de vuelo. Y para no saturarnos con tantas rayas, también se van a llevar colores muy veraniegos, como el verde cactus, el azul *curaçao*, el *toffee*, el rosa *smoothie*, el mango, el azul piscina o el rojo pintalabios, combinados con el blanco puro y el negro.

Vuelven los volantes

Esta temporada se van a llevar los volantes, un recurso muy agradecido porque casi siempre sientan bien, se tenga el cuerpo que se tenga, ya que son muy hábiles para disimular algunas zonas un tanto exuberantes y muy alegres para resaltar otras. Este año, los vamos a encontrar en diferentes versiones, unas más discretas y otras más llamativas donde el volante le dará total protagonismo a tu *look*. Además, se usarán tanto en las prendas de arriba, con en faldas y vestidos.

Una solución bastante acertada para aquellas que quieran algo con estilo, original y no demasiado atrevido es la camisa con volantes asimétricos que salen de la sisa y cruzan en diagonal hasta la cintura. Y, si buscas algo más fresquito, siempre te queda la posibilidad de usar los minivestidos con volantes en el bajo que, si además son de rayas, te darán un *look* de lo más *chic* para las noches de la nueva estación.

Si tienes en mente ir a una fiesta o a una celebración elegante, te aconsejamos faldas o vestidos con efecto *peplum*, que consiste en una sobrefalda que parte de la cintura y da volumen a la zona como consecuencia de los volantes. A priori, puede darnos la sensación de ser demasiado recargado y que, con tanto volante, se produzca el temido efecto repollo, pero nada más lejos de la realidad: son realmente elegantes y realzan la figura.

Los accesorios nunca pueden fallar

De nada sirve que hagamos una selección esmerada y cuidada de lo que nos vamos a poner, si no sabemos combinarla con los accesorios. Para ayudarte a hacer la mejor elección, te adelantamos que en los próximos meses se llevarán las pulseras de colores, las gafas de sol de pasta en diferentes tonos y multitud de collares y colgantes con matices dorados. Además, en este apartado tendrá un protagonismo especial el blanco, sobre todo en zapatos y bolsos, que nos ayudarán a combinarlos con el resto de la ropa.

Y para terminar, cómo no, el peinado. Aprovechate de horquillas, gomas para el pelo y laca, porque se van a llevar las trenzas y los moños altos. Si estas pensando en ir a la peluquería ¡no te cortes el cabello! porque necesitarás una

buena mata de pelo para lucir estos modelos que ya hacían furor en los años 50. Y si aún así no lo tienes lo suficientemente largo como para poder hacerte estos peinados que desafían a la gravedad, no te preocupes, porque siempre podrás ponerte las socorridas extensiones y elegir el color y la textura de tu nuevo pelo para presumir de la melena más espléndida esta primavera.

HASTA EL PRÓXIMO NÚMERO...

Hasta aquí llega este número de la revista “Para todos”. Esperamos que todo lo que hemos preparado para ti haya sido de tu interés y de tu agrado. Haber conseguido algo así es lo que verdaderamente nos motiva y nos da ánimos para preparar los próximos números. En concreto, la próxima edición de “Para todos” estará en tus manos a comienzos del mes de abril. Finalmente, nos gustaría recordarte que, si deseas que en la revista se exponga algún tema, puedes ponerte en contacto con nosotros a través de las vías que te detallamos a continuación.

CONTACTA CON NOSOTROS...

Si deseas trasladarnos cualquier comentario, sugerencia o propuesta, no dudes en ponerte en contacto, tanto en tinta como en braille, con la redacción de “Para todos”.

-Correo electrónico: paratodos@servimedia.net

-Correo postal:

Revista “Para todos”

Servimedia

C/ Almansa, 66

28039 Madrid