

PARA TODOS

Nº 41. MAYO 2013

SUMARIO

- ✚ Introducción
- ✚ Imprescindible
 - ❖ La ONCE y el deporte
 - ❖ Cartelera
 - Novedades DVD audesc
 - Estrenos
 - ❖ Novedades discográficas (por Ignacio Santa María)
- ✚ Novedades impresas
- ✚ Espacios naturales
 - ❖ Reserva de la Biosfera de las Sierras de Béjar y Francia; un heterogéneo entorno forjado a golpe de desnivel (por Natalio Carrasco)
- ✚ Guía del bienestar
 - ❖ Accesibilidad. *MecasoftPro Student Plus*, un curso de mecanografía accesible asistido por ordenador
- ✚ Pasatiempos

INTRODUCCIÓN

“Para todos” regresa este mes de mayo con nuevas propuestas e interesantes contenidos que han nacido con el objetivo de hacerte disfrutar, de informarte sobre todo aquello que resulta esencial para las personas con discapacidad visual y de mostrarte aspectos que quizá desconozcas sobre los más variados temas.

Arrancamos una vez más con “Imprescindible”, la agenda en la que te informamos sobre todas las novedades deportivas, cinematográficas, teatrales y musicales y en la que las personas con discapacidad visual afiliadas a la ONCE cobran un protagonismo especial.

Las “Novedades impresas” de este mes de mayo nos acercan hasta las últimas obras literarias de la británica Kate Morton, de la belga Amelie Nothomb y del escritor vizcaíno Kirmen Uribe.

Nuestros “Espacios naturales” nos trasladan en este número de “Para todos” hasta la Reserva de la Biosfera de las Sierras de Béjar y Francia, situada en la provincia de Salamanca, en la que las posibilidades de ocio son numerosas y en la que los grandes desniveles de altitud condicionan el clima, la flora y la fauna del lugar.

La revista llega a sus últimas páginas con la “Guía del bienestar”, en la que te damos todos los detalles sobre un curso de mecanografía asistido por ordenador accesible para todas las personas con discapacidad visual, y con nuestros particulares “Pasatiempos”, que vuelven a poner a prueba tus conocimientos con una serie de cuestiones sobre cultura general.

IMPRESINDIBLE

Queremos empezar nuestra sección dedicada a la ONCE con una buena noticia: las agrupaciones escénicas de nuestra institución han recibido el Premio Max de Teatro de 2013, en su categoría de Aficionado. El jurado de estos prestigiosos galardones que impulsa la Fundación Autor ha valorado “la contribución de la ONCE al fomento del teatro amateur, la creación de nuevos públicos y la promoción de las Artes Escénicas durante más de 25 años”. La ceremonia de los Premios Max de teatro tendrá lugar en las Naves del Español, Matadero-Madrid, el próximo 13 de mayo.

Sin abandonar su carácter amateur, las casi 30 agrupaciones de teatro de la ONCE, repartidas por toda España, trabajan con gran rigor técnico y profesional. En ellas, participan 365 actores y actrices. Además, la Bienal de Teatro de la ONCE ha cumplido hasta ahora 14 ediciones, por las que han pasado casi 90.000 espectadores. La última edición, en la que participaron 10 grupos, se celebró entre el 16 y el 20 de abril en 13 auditorios de diferentes municipios de Cataluña.

LA ONCE Y EL DEPORTE

Este mes la variedad vuelve a ser la tónica dominante en la agenda deportiva de las personas con discapacidad visual. A lo largo de las próximas semanas se disputarán pruebas en múltiples disciplinas, como el goalball, el ajedrez, el atletismo, las carreras de montaña o el tiro. Entre todas ellas, destacan los finales de liga de goalball de la Primera División, tanto masculina como femenina, en los que se determinarán los campeones de esta temporada y qué cuatro conjuntos acceden al Campeonato de España de esta modalidad deportiva.

SUECIA. DEL 2 AL 5 DE MAYO TORNEO INTERNACIONAL LADY INTERCUP DE GOALBALL

La selección española femenina de goalball disputa en la ciudad sueca de Malmö el torneo internacional Lady Intercup. La competición tendrá lugar entre los días 2 y 5 de mayo.

TARRAGONA. DEL 3 AL 11 DE MAYO OPEN INTERNACIONAL DE SALOU DE AJEDREZ

La localidad tarraconense de Salou acoge una nueva edición del Open Internacional de Ajedrez. La cita se celebrará entre el 3 y el 11 de mayo.

PAMPLONA. 4 Y 5 DE MAYO

MÁLAGA. 11 Y 12 DE MAYO
CAMPEONATO CLASIFICATORIO DEL CAMPEONATO DE ESPAÑA DE TIRO

Los días 4 y 5 de este mes de mayo se disputarán las pruebas clasificatorias del Campeonato de España de Tiro de la zona norte. El lugar en el que se desarrollará la competición será la ciudad de Pamplona. Además, el 11 y el 12 de mayo la ciudad de Málaga albergará las pruebas clasificatorias de la zona sur.

MADRID. 11 Y 12 DE MAYO
CUARTA JORNADA DE PRIMERA DIVISIÓN MASCULINA DE GOALBALL

La liga de Primera División Masculina de Goalball concluye los próximos días 11 y 12 de mayo con la disputa de la cuarta y última jornada de la temporada, tras la que se decidirá qué equipos competirán en el Campeonato de España y cuáles mantienen o no la categoría. Los encuentros correspondientes a esta última jornada de liga se celebrarán en Madrid.

MADRID. 25 Y 26 DE MAYO
SEGUNDA PRUEBA DEL CIRCUITO NACIONAL DE CARRERAS DE MONTAÑA

La población de Bustarviejo, en Madrid, será el escenario en el que se desarrollará la segunda prueba del Circuito Nacional de Carreras de Montaña para personas ciegas y deficientes visuales, organizado por la Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC). Las pruebas tendrán lugar los días 25 y 26 de este mes de mayo.

HUESCA. 25 Y 26 DE MAYO
CAMPEONATO DE ESPAÑA DE ATLETISMO

El Campeonato de España de Atletismo Adaptado, en el que competirán deportistas con discapacidad visual, se celebrará los próximos días 25 y 26 de mayo. El escenario escogido para esta edición será la localidad oscense de Monzón.

MADRID. 25 Y 26 DE MAYO
TERCERA JORNADA DE PRIMERA DIVISIÓN FEMENINA DE GOALBALL

También se disputa este mes de mayo, concretamente, los días 25 y 26, la última jornada de la liga de Primera División Femenina de Goalball, de la que, al igual que en la categoría masculina, saldrán los equipos que tomarán parte en el Campeonato de España de esta disciplina deportiva, así como aquellos que no

podrán competir la próxima temporada en la máxima categoría del goalball femenino nacional. Esta tercera jornada tendrá lugar en Madrid.

CARTELERA

- NOVEDADES AUDESC

El catálogo de la ONCE de películas en formato audesc se incrementa este mes de mayo con la incorporación de tres nuevos filmes: “Indomable”, de los estudios Pixar, que obtuvo el Oscar a la mejor película de animación en 2012; la coproducción británica-francesa-italiana “La última legión”, que relata un particular episodio acaecido en los últimos años del Imperio Romano; y, por último, “La sonrisa de Mona Lisa”, en la que Julia Roberts encarna a una profesora de historia del arte que, en los años 50 y con una mente abierta, se muestra como una defensora del papel de la mujer en la sociedad.

Nº 441 - Indomable (Brave)

Mérida, hija del Rey Fergus y de la Reina Elinor, es una hábil arquera dispuesta a encontrar su propio camino en la vida que desafía una ancestral costumbre sagrada de los señores de la guerra –el gigantesco lord MacGuffin, el malhumorado lord Macintosh y el cascarrabias lord Dingwall–. Su comportamiento traerá el caos y la furia al reino, pero la princesa decide pedir ayuda a la excéntrica bruja, quien le concede un deseo que resultará nefasto. Los peligros a los que deberá enfrentarse obligan a Mérida a utilizar todas sus habilidades y recursos para acabar con la terrible maldición antes de que sea demasiado tarde.

Nº 442 - La última legión

El día de la coronación del emperador Rómulo Augusto, en el año 476 d.C., Roma cae en poder de Odoacro, rey de los Hérulos. Ambrosino, mentor de Rómulo, había predicho un gran peligro para la ciudad. El padre del emperador, preocupado por la seguridad de su hijo, pone al niño bajo la protección del comandante Aurelio. Tras la captura de Rómulo por los bárbaros y su traslado a la isla de Capri, Aurelio tratará de rescatarlo con la ayuda de sus hombres más leales y de un misterioso guerrero. Cuando consiguen liberarlo, el grupo emprende la búsqueda de la novena legión, la única que queda, que se encuentra en Britania.

Nº 443 - La sonrisa de Mona Lisa

En 1953, Katherine Watson se traslada desde California al campus de la prestigiosa y estricta universidad de Wellesley, en Nueva Inglaterra, para enseñar historia del arte. En plena posguerra, Watson espera que sus estudiantes, las mejores y las más brillantes del país, aprovechen las oportunidades que se les presentan para emanciparse. Sin embargo, poco después de su llegada, descubre que la prestigiosa institución está anclada en la tradición y el conformismo.

- ESTRENOS

Este mes de mayo, nuestros cines comienzan a ofrecer una serie de nuevas películas, de las que destacamos cuatro de ellas, en las que el drama, la comedia, la acción y la ciencia ficción estarán muy presentes. La primera de ellas es "La gran boda", una comedia que cuenta con un reparto estelar encabezado por Robert De Niro, Susan Sarandon y Diane Keaton. Por su parte, la producción española "Hijo de Caín", protagonizada por José Coronado y María Molins, narra una curiosa historia en la que el ajedrez se convierte en el eje sobre el que gira la trama.

Por otro lado, el film "Marea letal" ofrece al espectador una historia dramática repleta de acción en la que sus protagonistas, Halle Berry y Olivier Martínez, se embarcarán en un peligroso viaje en el que se enfrentarán a uno de los animales más temidos del planeta: el tiburón blanco. Finalmente, en "El cosmonauta", el director Nicolás Alcalá presenta una curiosa versión de qué fue lo que le sucedió al primer cosmonauta ruso que supuestamente llegó a la luna.

- La gran boda

Director: Justin Zackham. **Nacionalidad:** Estados Unidos. **Intérpretes:** Robert De Niro, Susan Sarandon, Diane Keaton, Katherine Heigl, Amanda Seyfried. **Género:** Comedia / **SINOPSIS:** Con motivo de la boda de su hijo adoptivo Alejandro con Missy, Ellie Griffin vuelve a su antiguo hogar diez años después de que su marido, Don, la engañara con su mejor amiga, Bebe McBride, con la que convive desde entonces. Pero cuando Alejandro les anuncia que su madre biológica asistirá a la boda y que, debido a sus estrictas creencias religiosas, no tiene ni idea de que Ellie y Don están divorciados, ambos deberán aparentar ser un matrimonio feliz y bien avenido mientras que Bebe tendrá que "desaparecer" de la casa.

Sin embargo, los Griffin no tardarán en descubrir que fingir ser una pareja felizmente casada no es tan fácil. En medio de toda esta farsa, los hijos de los Griffin se enfrentan a sus propios problemas: Lyla pasa apuros con un secreto, Jared se plantea su vida amorosa y Alejandro intenta mantenerlos unidos a todos.

- Hijo de Caín

Director: Jesús Monllaó Plana. **Nacionalidad:** España. **Intérpretes:** José Coronado, Jack Taylor, María Molins, David Solans, Julio Manrique, Helena De la Torre. **Género:** Thriller / **SINOPSIS:** Nico Albert es un adolescente con un carácter muy peculiar, una inteligencia excepcional y una única obsesión: el ajedrez. Carlos y Coral, preocupados por la extraña actitud de su hijo, deciden contratar al psicólogo infantil Julio Beltrán. A través de la terapia y de la afición común por el ajedrez, Julio se adentrará en el inquietante mundo de Nico y en las complejas relaciones de esta familia aparentemente normal. Descubrir la verdad a tiempo será la única opción para evitar que la esencia del mal acabe dominando sus vidas.

- Marea letal

Director: John Stockwell. **Nacionalidad:** Estados Unidos. **Intérpretes:** Halle Berry, Olivier Martinez, Ralph Brown, Luke Tyler, Mark Elderkin, Thoko Ntshinga. **Género:** Aventuras. Drama / **SINOPSIS:** Sarah y Scott son un matrimonio con dos hijos gemelos de cinco años que se dedica al estudio de los tiburones blancos. En una de sus expediciones, Sarah está a punto de ser devorada por un tiburón. Scott, que podría haber disparado al animal para evitarlo, se niega a hacerlo. Sarah, que se salva milagrosamente, decide separarse de Scott tras el incidente. Medio año después, y ante la precariedad económica en la que vive, acepta la oferta de un multimillonario sexagenario y su hijo Nate para llevarlos a ver a los tiburones blancos. A pesar de que el clima hace desaconsejable el viaje, los tres se embarcan en un viaje muy peligroso.

- El cosmonauta

Director: Nicolás Alcalá. **Nacionalidad:** España. **Intérpretes:** Katrine de Candole, Leon Ockenden, Max Wrottesley, Greg Blackford, Steve Galache. **Género:** Ciencia ficción. Drama / **SINOPSIS:** En 1975, el primer cosmonauta ruso que llegó a la Luna no consiguió regresar y se le dio por desaparecido en el espacio. Él, sin embargo, a través de fantasmales mensajes de radio, afirma que ha vuelto a la Tierra, pero que la ha encontrado vacía, sin un alma. Su irreal presencia y su voz irán destruyendo poco a poco el mundo de sus seres queridos.

NOVEDADES DISCOGRÁFICAS

Por Ignacio Santa María

Mayo viene acompañado de una serie de novedades discográficas que, casi con total seguridad, dejará satisfechos a los amantes de la música, en general, y, en

particular, a los seguidores de los artistas de los que te hablamos a continuación. La primera de ellas es “The Next Day”, la última creación del incombustible David Bowie, quien regresa al panorama musical a sus 66 años, tras pasar casi una década alejado de los escenarios como consecuencia de un infarto.

Por otro lado, el compositor y cantante Quique González acaba de lanzar al mercado “Delantera Mítica”, un trabajo grabado íntegramente en Estados Unidos en el que uno de los ingredientes esenciales es el rock. Finalmente, los donostiarros Código Bushido, con la figura de David García al frente, ya tienen a la venta su primer disco, “Cien Flechas”, que ha contado con una subvención de la ONCE.

- DAVID BOWIE: “THE NEXT DAY” (DISCOGRÁFICA: ISO RECORDS / COLUMBIA)

¡Voilà! El mago del márketing ha logrado redondear una nueva jugada maestra. Lo ha hecho diez años después de su último lanzamiento discográfico y nueve años después de sufrir un ataque al corazón que le obligó a interrumpir una gira planetaria. Ya pocos apostaban por un retorno del mito. Pero, en noviembre de 2010, mientras se especulaba con todo tipo de hipótesis y terribles enfermedades para tratar de explicar su prolongada ausencia, Bowie se puso a trabajar en silencio.

Durante dos años ha trabajado duro y bajo un secretismo total. Forjando, arreglando, puliendo y sacando brillo a los nuevos temas durante sesiones interminables en estudios baratos de Nueva York y Londres. Sus colaboradores tuvieron que firmar contratos de confidencialidad para no soltar ni prenda de lo que se estaba cocinando. Nadie se fue de la lengua. Y así, hasta el pasado 8 de enero, día en que, coincidiendo con su 66 cumpleaños, Bowie anunciaba, contra todo pronóstico, un nuevo álbum. Sin duda, se trataba de una de las noticias musicales del año.

Después, con cuentagotas, vinieron los adelantos. Primero, “Where Are We Know?”, elegante balada de aires nostálgicos acompañada de un desilusionante vídeo-clip que no le hace justicia. Y más tarde, el bombazo: “The Stars (Are Out Tonight)”, canción fresca y vigorosa, apoyada por un videoclip de lujo, dirigido por Floria Sigismondi y protagonizado por el propio Bowie y por la actriz Tilda Swinton que explota su asombroso parecido físico con el camaleónico y andrógino cantante.

Y finalmente, ¡el álbum!. Su portada ya nos dice algo: es la misma foto en blanco y negro de la cubierta del disco “Heroes”, publicado por el artista en 1977, pero tapada casi por completo con un recuadro blanco sobre el que se puede leer el título del nuevo trabajo: “The Next Day”. No es casual, pues sobre los 14 temas que lo componen planea el espíritu de las grabaciones de la etapa berlinesa, de

finales de los 70, una de las épocas más brillantes del Duque blanco, que se saldó con la trilogía formada por “Low”, “Heroes” y “Lodger”.

“The Next Day” es una nueva colección de temas que demuestran que la audacia no está reñida con la ambición comercial si por medio está el talento de David Bowie; es el retorno de un mito, el resurgir de un ave fénix que todavía tenía mucho que decir.

- QUIQUE GONZÁLEZ: “DELANTERA MÍTICA” (DISCOGRÁFICA: LAST TOUR RECORDS)

Grabado en Nashville (EEUU), en los mismos estudios donde se registró el disco anterior del compositor madrileño, “Daiquiri Blues”, y bajo la batuta del mismo productor, Brad Jones, “Delantera mítica” es el noveno trabajo discográfico de Quique González y el que más expectación ha levantado tanto entre sus numerosos seguidores como en las redacciones de los medios especializados. No es extraño, porque lo que Quique se ha traído de Nashville es una colección de canciones de altísima calidad compositiva envueltas en unos arreglos y sonido impecables.

Esto se intuye ya desde el tema que abre el disco, “Tenía que decírtelo”, con el que el artista marca una línea de acción clara por la que discurrirán muchos pasajes del resto del álbum: guitarras encendidas y furia lúcida y contenida en las letras. Este protagonismo rockero tiene su continuidad en canciones como “¿Dónde está el dinero?”, “Parece mentira” o la extraordinaria “Viejos capos”, poseedora quizás de la letra más brillante de todo el disco, la que de manera sutil deja expuesta a la contemplación pública todas las miserias del sistema. *“Los números no fallan, tus ídolos sí, sólo tienes que vivir con ello”.*

“Delantera mítica” contiene algunas de esas canciones que por sí solas justifican un disco, y sin duda una de ellas es “Las chicas son magníficas”. Endulzado por la voz de la cantante jiennense Zahara en los coros, el tema es una sucesión de imágenes sugerentes envueltas en una melodía y unos arreglos musicales tan magníficos como esas chicas de las que habla. El álbum deja espacio también al Quique González intimista que ha sido siempre, el mismo que todavía se sube de improviso a pequeños escenarios acompañado únicamente por su guitarra acústica.

Ese formato sigue siendo ideal para defender canciones como “No encuentro a Samuel” o la propia “Delantera mítica”, ambas dedicadas en toda su intensidad a la amistad. Imposible pasar por alto “Dallas-Memphis”, una canción fronteriza de aire tex-mex propia de alguien que se acercó muy joven a ‘viejos capos’ como Enrique Urquijo y se empapó de la tristeza que cruzaba el océano en la voz de José Alfredo Jiménez.

El disco se cierra con el bonus track “¿Es tu amor en vano?”, una increíble adaptación al castellano de “Is your love in vain?”, tema de Bob Dylan incluido en el álbum “Street Legal”.

- CÓDIGO BUSHIDO: “CIEN FLECHAS” (DISCOGRÁFICA: AUTOEDITADO)

El Código Bushido es el conjunto de reglas que regía la vida de los samuráis. Está compuesto por siete preceptos que aseguran a quien los cumple la rectitud y el honor. Con más valor que un samurái, el cantante y guitarrista David García se ha propuesto publicar nada menos que siete álbumes, uno por cada precepto del Código Bushido, de ahí también el modo en que ha decidido llamar a su grupo. Algo inaudito, sobre todo en estos tiempos en que nadie se atreve a hacer planes de futuro.

De momento tenemos entre manos el primero de estos siete discos, titulado “Cien Flechas”, que ha contado con una subvención de las Ayudas para Iniciativas Culturales de la ONCE. El debut de estos donostiarros no puede ser más prometedor: un sobresaliente trabajo de guitarras, una producción excelente y, lo más importante, una colección de 10 buenos temas cantados en castellano que se mueven en el terreno del “pop agradable”, por utilizar la misma expresión que el propio David prefiere emplear para calificar su música.

La historia de Código Bushido arrancó hace tres años, cuando David conoció personalmente a Mikel Erentxun durante su participación en un concurso televisivo. Entre ellos afloró una gran amistad. El ex cantante de Duncan Dhu, que pone su voz en uno de los temas del disco, ha ayudado a David a dar forma definitiva a sus canciones, una paciente labor a la que han dedicado dos años y medio. En el resultado, se nota la mano de Erentxun y también las influencias de otros grandes del pop español como Amaral, Bunbury o Melón Diesel.

NOVEDADES IMPRESAS

Tres nuevas obras impresas se encuentran desde este mes de mayo a disposición de los amantes de la literatura en las librerías de nuestro país. La primera de ellas es “El cumpleaños secreto”, de la escritora británica Kate Morton, que se centra en un episodio que vivió una célebre actriz décadas atrás, cuando tan solo era una adolescente, pero que sigue atormentándola en la actualidad.

Por otro lado, en la obra “Matar al padre”, la narradora belga Amelie Nothomb se sumerge en el mundo de la magia a través de la figura de sus dos protagonistas, Norman y Joe. Por medio de un relato ameno, Nothomb establece una clara diferenciación entre lo que es ser un verdadero mago o tan solo un tramposo, al mismo tiempo que profundiza en las relaciones y rivalidades que surgen entre un padre, aunque solo sea adoptivo, y un hijo.

Finalmente, el escritor vizcaíno Kirmen Uribe nos muestra en su última novela, “Lo que mueve el mundo”, una historia, mezcla de realidad y ficción, sobre una infancia marcada por el desarraigo, la amistad y el amor, el compromiso y la lealtad y la irreversibilidad de las decisiones que marcan toda una vida.

Autor: KATE MORTON
Título: EL CUMPLEAÑOS SECRETO
Editorial: SUMA
Año de edición: 2013
Ciudad: Madrid
Número de páginas: 560
ISBN: 978-84-836-5480-4

En 1959, mientras su familia se va de *picnic* al arroyo de su granja en Suffolk, la adolescente Laurel se esconde en la casa del árbol de su infancia, fantaseando con un muchacho llamado Billy, una huida a Londres y un futuro grandioso que aguarda con impaciencia. Sin embargo, antes de que esa tarde idílica toque a su fin, Laurel presenciará un crimen aterrador que lo cambiará todo.

Muchos años más tarde, en 2011, siendo ya una actriz célebre, Laurel se ve abrumada por las sombras de su pasado. Acechada por los recuerdos y el misterio de lo que vio ese día, vuelve al hogar familiar y comienza a desenmarañar cada rincón de su memoria en busca de aquella historia. Una historia de tres desconocidos, Dorothy, Vivien y Jimmy, procedentes de mundos muy diferentes que coinciden en el Londres de los años de la Segunda Guerra Mundial y cuyas vidas quedarán unidas de forma funesta e inexorable.

Autor: AMELIE NOTHOMB
Título: MATAR AL PADRE
Editorial: ANAGRAMA
Año de edición: 2013
Ciudad: Barcelona
Número de páginas: 136
ISBN: 978-84-339-7859-2

Norman Terence es un mago célebre que conoce a Joe Whip el día que este se presenta en la puerta de su casa buscando un mentor. Pronto Norman se convierte en una especie de “padre adoptivo” de Whip y entre ambos se establece una relación que oscila entre la fascinación y la rivalidad, no solamente por el oficio que uno practica y el otro desea aprender, sino también por la presencia de la seductora Christina, una malabarista.

Sin embargo, de los dos, tan sólo uno es un verdadero mago. El otro es tan solo un tramposo. Como señala la narradora belga, los magos intentan, con

generosidad, poner en duda la realidad para que podamos cuestionarla. El tramposo, en cambio, abusa de sus cualidades de mago hasta llegar a ser decididamente deshonesto.

Autora: KIRMEN URIBE
Título: LO QUE MUEVE EL MUNDO
Editorial: SEIX BARRAL
Año de edición: 2013
Ciudad: Barcelona
Número de páginas: 240
ISBN: 978-84-322-1547-6

En mayo de 1937, tras el bombardeo de Gernika, miles de niños vascos partieron del puerto de Bilbao rumbo al exilio. Entre ellos se encontraba Karmentxu, una niña de ocho años que fue acogida en Gante, Bélgica, por el escritor Robert Mussche. La vida de Robert cambiará con la llegada de la pequeña, su implicación en la resistencia durante la Guerra Civil y el advenimiento de la Segunda Guerra Mundial.

ESPACIOS NATURALES

Existen poderosas razones para acercarse hasta la provincia de Salamanca. Una de ellas quizá sea, posiblemente, el entorno del que te hablamos a continuación: la Reserva de la Biosfera de las Sierras de Béjar y Francia. Aunque hace menos de diez años que cuenta con tal consideración, sus miles de años de historia y sus atractivos naturales y paisajísticos son un potente recurso capaz de atraer y sorprender a cualquier visitante.

RESERVA DE LA BIOSFERA DE LAS SIERRAS DE BÉJAR Y FRANCIA: UN HETEROGÉNEO ENTORNO FORJADO A GOLPE DE DESNIVEL

Por Natalio Carrasco

Al sureste de Salamanca, muy cerca de las provincias de Ávila y Cáceres, se encuentra la Reserva de la Biosfera de las Sierras de Béjar y Francia, un lugar excepcional en el que los fuertes desniveles existentes entre unas zonas y otras condicionan tanto su clima como su flora y su fauna, además del propio desarrollo humano.

El lugar forma parte del macizo occidental del Sistema Central español, una alineación montañosa que divide a la península Ibérica en dos submesetas y que se conformó hace más de 65 millones de años, durante las orogenias hercínica y alpina, dando lugar a las alineaciones montañosas de Sierra de Béjar, Sierra de Francia y Quilamas y a marcados valles como los de los ríos Alagón, Tormes,

Francia, Quilamas, Sangusín y Cuerpo de Hombre, donde es evidente la fuerte erosión que estos cauces han causado sobre el paisaje.

Una de las características esenciales de la zona es su elevado desnivel, con pendientes que van desde los 2.425 metros de La Ceja a los 360 de Sotoserrano. Todo ello deriva, asimismo, en una variedad climática que propicia que exista un clima continental en las zonas de campo salmantino, un clima de alta montaña en la Sierra de Béjar y otro microclima mediterráneo, bastante más suave con una temperatura media de 15 grados centígrados, en el Valle del Alagón.

Con casi 200.000 hectáreas de superficie, esta Reserva de la Biosfera se sitúa sobre una comarca en la que se asientan hasta 85 municipios con una población total de unos 43.000 habitantes, aunque tan solo cinco de estos municipios superan los 1.000 habitantes, uno de ellos llega a los 5.000 (Guijuelo) y Béjar supera los 15.000.

Múltiples distinciones

Las Sierras de Béjar y Francia lograron la declaración como Reserva de la Biosfera por parte de la UNESCO en octubre de 2006 y, en la actualidad, la Asociación Salmantina de Agricultura de Montaña (A.S.A.M.), que tiene su sede en la localidad de San Esteban de la Sierra, es la entidad encargada de gestionar este espacio.

En esta reserva se encuentran, al mismo tiempo, diversos lugares que cuentan con otras figuras de protección ambiental, como el Parque Natural de Las Batuecas-Sierra de Francia y los futuros espacios naturales protegidos de Candelario y Quilamas, que formarán parte de la Red de Espacios Naturales de Castilla y León.

Dentro de esta Reserva de la Biosfera, existen un total de cinco reconocimientos de Zona de Especial Protección para las Aves (ZEPA) y ocho Lugares de Importancia Comunitaria (LIC).

Las ZEPA son: Candelario, Las Batuecas-Sierra de Francia, Quilamas, Riberas de los Ríos Huebra, Yeltes, Uces y afluentes, y Riberas del Alagón y afluentes. Y los LIC, por su parte, son: Candelario, Las Batuecas-Sierra de Francia, Quilamas, Riberas de los Ríos Huebra, Yeltes, Uces y afluentes, Riberas del Río Agadón, Riberas del Río Alagón y afluentes, Riberas del Río Tormes y afluentes y Valle del Cuerpo de Hombre.

Además de estas distinciones, el lugar cuenta con otras figuras de protección, como, por ejemplo, las correspondientes a la Zona de Importancia para la Conservación de la Cigüeña Negra, donde se incluyen 11 zonas declaradas como Área Crítica de Cigüeña Negra.

Desde el Neolítico hasta hoy

En este entorno se han venido estableciendo diferentes asentamientos humanos desde el Neolítico. Prueba de ellos son las pinturas rupestres realizadas en aquella era y que han sido halladas en diversas grutas del valle de Batuecas o diferentes hallazgos descubiertos en el Cerro de El Berrueco.

Desde entonces, pueblos importantes en la historia han formado parte de este lugar, dejando evidencias de su paso por el mismo por medio de elementos como calzadas romanas, veredas ganaderas, cañadas, etcétera.

Entre ellos se encuentran los vetones y los lusitanos, que dejaron en toda la zona un fuerte legado céltico. Posteriormente, los romanos se asentaron en el lugar, donde construyeron una parte de la calzada romana de la Vía de la Plata, que une la meseta con el sur de Andalucía.

Tras la dominación romana, los suevos, vándalos y alanos tuvieron un paso relativamente efímero por estas tierras y fueron rápidamente sometidos por los visigodos, que dejaron diversos restos a lo largo de todo el territorio.

Poco después, fueron los árabes quienes se establecieron en el lugar que hoy ocupa la Reserva de la Biosfera de las Sierras de Béjar y Francia. Algunas evidencias de su paso por esta zona son los molinos y almazaras de Cepeda, Miranda y Herguijuela de la Sierra.

Con posterioridad a la reconquista de Salamanca, la zona se repobló a partir de 1085 gracias al rey Alfonso VI, que encargó esta tarea a su yerno Raimundo de Borgoña. Este noble francés posibilitó que hasta ciertos lugares de este espacio llegasen pobladores procedentes de Francia, aunque también mozárabes, portugueses y castellanos, entre otros.

De hecho, fueron numerosos los franceses que se asentaron en esta zona, gracias a los cuales es posible encontrar una gran cantidad de acepciones lingüísticas que hacen referencia a su origen, como Sierra de Francia, Peña de Francia, Mesa del Francés o Nava de Francia.

Después de que los Reyes Católicos expulsasen a los judíos de la península Ibérica, en la zona se construyen numerosos monasterios, como el de Las Batuecas, que mantiene su actividad en la actualidad.

En épocas más recientes, durante la primera mitad del siglo XX, hubo un aumento significativo de la población propiciado por la estabilidad del medio agropecuario y de las industrias textiles. Y, actualmente, tras una importante emigración hacia la ciudad en la década de los 60, en la zona se mantienen artesanías y actividades agropecuarias, aunque de menor relevancia que en otros tiempos.

Flora

La diversidad vegetal de la Reserva de la Biosfera de las Sierras de Béjar y Francia es una de las características esenciales de la flora del lugar y tiene su origen en la gran variabilidad ambiental de la zona. No es de extrañar, por tanto, que se hayan catalogado cerca de 2.000 especies vegetales en toda la comarca, entre las que destacan 70 endemismos ibéricos, cinco endemismos del norte peninsular, ocho endemismos del Sistema Central, ocho endemismos de la Sierra de Gredos y Sierra de Béjar y dos endemismos propios de la comarca.

Existen elementos que se pueden encontrar en cualquier punto de este espacio, como los bosques de roble y encina. Además, son también muy abundantes los bosques de castaño, alcornoques y madroños; las formaciones riparias de gran valor, como fresnedas, alisedas o saucedas, entre otras; y las repoblaciones de pinos, eucaliptos y chopos.

Sin embargo, en los límites de esta reserva se pueden hallar una serie de formaciones muy singulares, como el rebollar de San Martín del Castañar, que es el más meridional de la Península; los bosques de madroños de Miranda del Castañar, considerados los más antiguos y extensos de Europa; o los castañares de Montemayor del Río, que cuentan con un excepcional grado de conservación y una gestión sostenible de los mismos, entre otras.

También es digna de destacar la riqueza micológica del lugar, en el que es posible encontrar diversas especies de setas comestibles, como *boletus edulis*, *boletus pinicola*, *amanita cesarea*, *macrolepiota*, *cantharellus*, *legista nuda* y *marasmius oreades*.

Fauna

Algo similar a lo que ocurre con la flora se da también en la fauna presente en esta Reserva de la Biosfera. Es decir, existe una gran diversidad de especies que se hallan ligadas a los diferentes ecosistemas que pueden encontrarse en una zona con una diferencia altitudinal tan pronunciada como la de este entorno y donde destacan especies como el lince ibérico, la cigüeña negra, los buitres leonado y negro, el alimoche, el búho real, las águilas real y perdicera, la nutria y la cabra montesa, entre otras muchas.

También son dignas de mención otras especies animales que son endémicas de la zona. Por ejemplo, entre los peces, destaca el *cobitis vettonica*, endémico de la cuenca del Alagón; y, entre los reptiles, también existe una especie que únicamente se desarrolla en la Sierra de Francia, una lagartija llamada *Iberolacerta martinezricae*.

El ser humano en Béjar y Francia

Aunque la presencia humana en este entorno se reduce actualmente a poco más de 43.000 personas, en el lugar se han desarrollado una serie de actividades que han terminado por convertirse en el medio de vida de muchos de sus habitantes.

La principal actividad económica es la ganadería, centrada en las cabañas ovina, bovina, porcina y caprina. No es de extrañar, por esta razón, que casi un tercio del suelo esté ocupado por pastos y pastizales. Aunque antiguamente la cabaña ganadera estaba dominada por el ovino –como consecuencia de la trashumancia y de las Cañadas Reales de la Plata y la Soriano Occidental–, en la actualidad sobresale la explotación ganadera de bovino de carne y leche.

Fruto de esta actividad ganadera han surgido productos con una enorme calidad, como el Jamón de Guijuelo, que cuenta desde 1986 con su propia Denominación de Origen.

En un entorno eminentemente rural como este, también es notable el desarrollo de la agricultura. Aunque los cultivos más destacados son los de la vid, el olivo y el cerezo, paralelamente ha surgido una industria de transformación de estos productos en diversas bodegas y almazaras.

Por otro lado, la apicultura y la elaboración de miel son otras actividades que, durante muchos años, se han venido realizando en la zona de manera artesanal y para consumo propio a través de colmenas. Sin embargo, en algunos municipios se ha evolucionado a una obtención masiva de la miel. Este es el caso de Valero y San Miguel de Valero, donde se encuentra la Cooperativa Apícola Sierra Kilama, que es la mayor distribuidora de miel de España.

Finalmente, el sector con mayor auge en la actualidad, debido a las características destacables de las Sierras, es el de servicios relacionados con el turismo. En esta Reserva de la Biosfera se está fomentando este sector y se está intentando establecer un modelo respetuoso con las características ambientales y compatible con el desarrollo humano y económico sostenible.

Senderismo y esquí

Precisamente, como consecuencia del fomento del turismo en la zona, ciertas actividades lúdicas, como el senderismo y el esquí, han posibilitado que numerosas personas se acerquen hasta la Reserva de la Biosfera de las Sierras de Béjar y Francia,

Este entorno cuenta con una amplia red de senderos con diferentes grados de dificultad y con recorridos que varían en su longitud entre los siete y los nueve kilómetros. Por ejemplo, desde hace unos años se mantienen abiertos en la Sierra de Francia varios caminos de arte en la naturaleza, que combinan los atractivos naturales con diversas piezas escultóricas. Se trata del Camino del Agua, entre

Mogarráz y Monforte; el Camino de las Raíces, en La Alberca, y el Camino Asentadero-Bosque de los Espejos, entre San Martín del Castañar, Sequeros y Las Casas del Conde.

Además, desde el año 2002, en este espacio se ubica la estación de esquí de Sierra de Béjar-La Covatilla, que cuenta con 17 pistas, con unas cotas de entre 1.990 y 2.369 metros y una orientación Nor-Noreste, lo que favorece la acumulación de nieve y su persistencia desde finales del otoño hasta el comienzo de la primavera.

Datos de interés

- Centros de información

Centro de Interpretación de la Reserva de la Biosfera de las Sierras de Béjar y Francia

Aunque en la actualidad la entidad encargada de la gestión de la Reserva de la Biosfera de las Sierras de Béjar y Francia es la Asociación Salmantina de Agricultura de Montaña –ubicada en la calle Castillo, número 1, en San Esteban de la Sierra y cuyo teléfono es el 923 435 155– está previsto que su Centro de Interpretación comience a funcionar a partir de este verano.

El sensacional emplazamiento que albergará este centro es el castillo de San Martín del Castañar, que se ha rehabilitado para esta finalidad.

Dónde comer

Restaurante La Corrobla

El restaurante se encuentra en la Sierra de Béjar, en el margen derecho de la antigua carretera nacional N-630 Gijón-Sevilla, en el puerto de Vallejera, a tan solo un kilómetro del municipio de Vallejera de Riofrío y a cuatro de Béjar. El establecimiento está ubicado en plena naturaleza y en las inmediaciones de la carretera de acceso a la estación de esquí de la Sierra de Béjar-La Covatilla. Cuenta con dos amplios salones, con una excelente vista panorámica de la Sierra de Béjar, con capacidad para 90 comensales a la carta y 180 en banquetes, salón de juegos para los más pequeños, terrazas de verano y aparcamiento privado. Su número de teléfono es el 923 411 035.

Dónde alojarse

Hotel Hospedería Real de Béjar

Este hotel se encuentra situado en la Plaza de la Piedad de la localidad salmantina de Béjar. Está compuesto por un edificio principal de tres plantas, cuenta con un total de 13 habitaciones insonorizadas –siete dobles y seis suites– y una capacidad para 34 personas. Su número de teléfono es el 923 408 494 y su dirección de email es info@hospederiarealdebejar.com

GUÍA DEL BIENESTAR

ACCESIBILIDAD

La accesibilidad para las personas con discapacidad visual continúa extendiéndose por infinidad de campos. En esta ocasión, te damos todos los detalles sobre *MecasoftPro Student Plus*, un curso de mecanografía asistido por ordenador que permitirá a cualquier afiliado a la ONCE que lo desee mejorar sus pulsaciones cuando se ponga al frente de un teclado.

- MECASOFTPRO STUDENT PLUS, UN CURSO DE MECANOGRAFÍA ACCESIBLE ASISTIDO POR ORDENADOR

La informática y el aprendizaje a través del ordenador no son, afortunadamente, aspectos ajenos a la accesibilidad para las personas con discapacidad visual. Buena muestra de ello es el programa informático *MecasoftPRO Student Plus*, un curso de mecanografía completamente accesible.

MecasoftPRO Student Plus es un *software* convencional de aprendizaje de mecanografía asistido por ordenador, pero mejorado para procurar un alto nivel de accesibilidad a usuarios con discapacidad visual grave que necesitan apoyarse en herramientas específicas de accesibilidad, tales como lectores o magnificadores de texto en pantalla, para poder utilizar un ordenador.

Los usuarios que se decidan a utilizar esta herramienta educativa aprenderán la metodología para escribir en el teclado de un ordenador, adquiriendo precisión y velocidad de forma progresiva. Una buena formación en esta materia les proporcionará agilidad y rapidez a la hora de trabajar con el teclado de un ordenador y les servirá de base para acceder y obtener un mayor rendimiento en la utilización de otras aplicaciones informáticas.

Además, esta aplicación es accesible y compatible con el revisor de pantalla JAWS a partir de su versión 10, mediante la instalación de *scripts* para dicho revisor que se pueden descargar desde la página web del Centro de Investigación, Desarrollo y Aplicación Tiflotécnica (CIDAT), www.cidat.once.es

MecasoftPRO ha trabajado conjuntamente con el CIDAT de la ONCE para lograr que este programa sea completamente accesible para todas las personas con discapacidad visual.

MecasoftPRO Student Plus es un software inclusivo e integrador que puede ser utilizado por todos los usuarios, tanto por aquellos que presentan algún tipo de discapacidad visual como por los que no la tienen.

Aquellas personas que quieran probar esta aplicación pueden hacerlo a través de una versión de demostración, válida para 15 días, que también se puede descargar desde la página web del CIDAT.

Esta versión de prueba incluye tres carpetas con la documentación de ayuda: una carpeta con la guía de instalación, otra carpeta con el manual en formato pdf y otra con el manual en audio. Al contrario que en otras aplicaciones, la versión de prueba de *MecasoftPRO Student Plus* es completa y la única diferencia con la versión registrada es que tiene una duración limitada.

Al término del periodo de prueba, si el usuario desea seguir utilizando la aplicación, deberá introducir el número de licencia. Sin embargo, esto no implica que, tras registrar el producto, se deba empezar a realizar el curso de nuevo.

PASATIEMPOS

La cultura general vuelve a ser este mes de mayo el eje central sobre el que giran nuestros pasatiempos. En esta ocasión, deberás demostrar tus conocimientos sobre muy diversos temas, entre los que destacan la historia, la geografía, la música o el arte. Aunque las preguntas puedan parecer sencillas, no te precipites a la hora de responder. Recuerda que lo importante es tratar de dar con la respuesta correcta, no hacerlo rápidamente.

1) Amaia Montero es una cantante que fue vocalista del grupo...

- A) Nena Daconte
- B) La Oreja de Van Gogh
- C) El Canto del Loco
- D) El Sueño de Morfeo

Solución: B) La Oreja de Van Gogh

2) “La carretera” es una película dramática basada en la novela homónima de...

- A) Cormac McCarthy
- B) John Irving
- C) Jonathan Franzen
- D) Denis Johnson

Solución: A) Cormac McCarthy

3) ¿Cuál de los siguientes actores ha interpretado en la gran pantalla al superhéroe Spiderman?

- A) Jared Leto
- B) Ryan Reynolds
- C) Colin Farrell
- D) Tobey Maguire

Solución: D) Tobey Maguire

4) El Empire State es un rascacielos de la ciudad de Nueva York. La parte superior fue originalmente diseñada como...

- A) Un mástil para estacionar dirigibles
- B) Una torre de control
- C) Una prisión estatal
- D) Un campo de fútbol

Solución: A) Un mástil para estacionar dirigibles

5) Los gulags fueron antiguos campos de concentración de...

- A) Alemania
- B) La Unión Soviética
- C) Polonia
- D) Suecia

Solución: B) La Unión Soviética

6) ¿Cuál es la capital de Nueva Zelanda?

- A) Sidney
- B) Melbourne
- C) Wellington
- D) Auckland

Solución: C) Wellington

7) ¿Con qué corriente artística se asocia al arquitecto británico John Pauson?

- A) Modernismo

- B) Clasicismo
- C) Minimalismo
- D) Posmodernismo

Solución: C) Minimalismo

8) La Guerra de los Cien Años fue un conflicto armado que enfrentó a Francia con Inglaterra. ¿Cuántos años duró realmente?

- A) 128
- B) 116
- C) 98
- D) 89

Solución: B) 116

HASTA EL PRÓXIMO NÚMERO...

Hasta aquí llega este número de “Para todos”. Esperamos que todo lo que has podido encontrar a lo largo de las páginas de la revista haya satisfecho tu curiosidad. Como cada mes, esperamos que los contenidos de esta edición te hayan parecido interesantes. Lograr algo así es uno de los objetivos prioritarios de quienes damos forma a “Para todos”. De hecho, con esa finalidad estamos ya preparando el próximo número, que estará en tus manos en los primeros días del mes de junio. Finalmente, te recordamos que, si deseas que tratemos algún tema concreto, 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