

# Veinte empresas ofrecerán contratos a los universitarios en el Foro de Empleo

Del 3 al 6 de noviembre se desarrollarán varias pruebas de selección en el Complejo Administrativo Triunfo

:: ANDREA G. PARRA

**GRANADA.** Trabajo real a corto y medio plazo. Esa es la oferta del Foro de Empleo de la Universidad de Granada (UGR), que comienza el martes día 3 de noviembre y finaliza el 6, viernes. Antonio Delgado Padial, director de la Unidad de Orientación Profesional y Empleabilidad de la institución universitaria granadina, fue el encargado de dar a conocer ayer las empresas participantes, que serán una veintena, así como el balance de la edición de 2014.

La próxima semana, desde el martes hasta el viernes, habrá en el complejo Administrativo Triunfo empresas del sector TIC, farmacéutico, consultoría y este también de la construcción. Además, estará presente una gran superficie de nueva apertura en Granada como es Leroy Merlin. A ellas se suman ONG's y el Ministerio de Defensa.

«La intención es crear un espacio común que sirva de interfaz entre el mundo universitario y el empresa-

rial», destacaba Delgado Padial. «Es nuestra responsabilidad social como Universidad mejorar la inserción laboral de los estudiantes», añadió.

Durante los días del Foro de Empleo se desarrollarán talleres y entrevistas personales, pruebas grupales y pruebas de selección. Para poder participar hay que inscribirse en: <http://empleo.ugr.es/foro>. En este sitio web se incluye el listado de todas las empresas e instituciones participantes. La inscripción es obligatoria para todas las actividades.

Hasta el momento se han inscrito unas 600 personas, esperan que sean muchas más; y se han enviado 3.450 currículums. Quien desee participar hay plazas y tiempo para apuntarse.

## 157 puestos

Los universitarios podrán tener la opción de optar a un puesto de trabajo, conocer de primera mano qué tipo de perfiles solicitan las empresas y saber qué herramientas tienen a su alcance para formarse al máximo y poder competir a la hora de buscar un empleo.

En 2014 asistieron 783 personas, se habían inscrito 1.030 y el número de currículums enviados fue 2.850. Este 2015 esta cifra se ha superado ya con creces. Esperan que



Antonio Delgado. :: IDEAL

sean más participantes y que haya más contratos.

Las empresas que participaron el año pasado, según los datos presentados ayer, mostraron su interés en seguir participando en siguientes ediciones. Todas reseñaron, además, «muy adecuado» el perfil profesional de los estudiantes y titulados de la Universidad de Granada para los puestos que demandan así como su gran potencial.

Destacaron a su vez el interés demostrado por parte de los asistentes, sobre todo por la filosofía de sus empresas, por las competencias que

más valoran y por las posibilidades de empleo reales a corto plazo; y consideran el evento como «una excelente herramienta para la captación de talentos, y por lo tanto muy atractiva y eficaz para reclutar».

Durante la próxima semana se desarrollarán al final siete procesos de selección. Asimismo, por las tardes habrá talleres como el que lleva por título 'Eres competente: aprendes a aprender, aprendes a hacer, aprendes a ser'. Lo impartirá Nuria Martínez Zahareña. Eso será el día tres; el día cuatro habrá otro sobre el empleo en Europa, que dirigirá Inmaculada Yuste. El día cinco le tocará el turno a 'Personal branding en la búsqueda de empleo', que impartirá Rayko Lorenzo.

La filosofía de este encuentro, que organiza la Agencia de Colocación de la Universidad granadina, es «traer a empresas que tienen una oferta real de empleo a corto y/o medio plazo demandando perfiles universitarios».

Los perfiles que se demandarán serán variados. Aunque habrá más empresas TIC los alumnos de otras carreras pueden tener también opciones. Es indicativo que haya de nuevo oferta en construcción por parte de una empresa local.

«Vamos a recuperar la feria y queremos que estén los centros»

:: A. G. P.

**GRANADA** Los días 7 y 8 de marzo de 2012 se celebró la última Feria Internacional de Empleo Universitario de Granada, era la XII edición. La crisis se la llevó por delante. Primero se redujeron los días. Después se trasladó de ubicación y al final se dejó de hacer.

Antonio Delgado Padial, director de la Unidad de Orientación Profesional y Empleabilidad de la Universidad de Granada (UGR), anunció ayer que la intención de los nuevos gestores universitarios es continuar con la feria. «Es el momento de retomarla y que participen todos los centros de la Universidad, se deben unificar todos los eventos que se hacen en escuelas y facultades», explicó Delgado Padial.

La Feria Internacional de Empleo Universitario de Granada era un referente en Andalucía. Fue la primera que se puso en marcha y fue 'copiada' por otras universidades. Antes de las crisis se llegaron a firmar, según los datos facilitados por la organización, durante los días del evento y en los meses posteriores, un millar de contratos.

# La UGR organiza un curso para reducir el estrés entre los profesores de varios centros

:: A. G. P.

**GRANADA.** Un total de 52 profesores e investigadores de la Universidad de Granada (UGR), pertenecientes a distintas facultades y centros, han participado en un curso de entrenamiento de 'mindfulness' organizado por la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. La intención es reducir el estrés.

Durante todo este mes de octubre, una vez a la semana y en horario de mañana, los investigadores de la UGR han asistido a clases teórico-prácticas, de la mano de M<sup>a</sup> del

Carmen Verdejo Lucas, experta en 'mindfulness', que han incluido dinámicas de grupo, meditación y yoga, así como tareas para casa, con la intención de concienciar a los participantes de que «lo auténticamente transformador es la práctica diaria, como hábito de vida saludable».

«Este taller busca reducir el estrés que sufren los docentes, los factores asociados a enfermedades (hipertensión, colesterol...), y potenciar el funcionamiento del sistema inmune...», explica la profesora Belén Rueda, organizadora de la actividad.



Profesores e investigadores, en una de las clases desarrolladas este mes de octubre. :: IDEAL

Expertos en Cruceros y Grandes viajes

Visítanos en: Más Que Cruceros [masquecruceros.net](http://masquecruceros.net)

**Más Que Cruceros**

858 123 490

[masquecruceiro@gmail.com](mailto:masquecruceiro@gmail.com)

C/ Emperatriz Eugenia, 7 - Local 5

18002 Granada

**CIRCUITOS Y CRUCEROS PARA MAYORES DE 55 AÑOS**

AHORA ES TU MOMENTO...  
VIAJES ALTERNATIVOS AL IMSERSO. SIN NECESIDAD DE ACREDITACIÓN.

CIRCUITOS 6 DIAS CON SALIDA DESDE GRANADA. SIN EXCURSIONES OPCIONALES EN DESTINO

<b>NACIONAL</b>	
Extremadura.....	desde 295 €
Salamanca Medieval con Crucero por los Arribes del Duero.....	desde 295 €
País Vasco y Picos de Europa.....	desde 235 €
<b>INTERNACIONAL</b>	
Francia Medieval.....	desde 420 €
Bretaña Francesa.....	desde 420 €
<b>CRUCEROS</b>	
Mediterráneo y Atlántico... 10 días desde Barcelona.....	desde 384 €
Adriático con vuelos desde Madrid hasta Venecia.....	desde 699 € € (8 días)
Emiratos Árabes con vuelos desde Madrid y bebidas incluidas...	desde 979 € € (8 días)

PRECIOS CON TASAS INCLUIDAS.

SOLICITA INFORMACIÓN ADICIONAL PARA CUALQUIER OTRO DESTINO CON PRECIO ESPECIAL MAYORES DE 55 AÑOS. PRECIOS PARA DETERMINADAS FECHAS DE OTOÑO/INVIERNO/PRIMAVERA. PLAZAS MUY LIMITADAS.



Numeroso público acompañó a la imagen en su salida extraordinaria. :: J. M.

## La Victoria se reencuentra con el Realejo

Salió de manera extraordinaria en el 75 aniversario de la realización de la imagen

:: JORGE MARTÍNEZ

**GRANADA.** Ambiente, calidad costalera, ganas de celebrar estos 75 años y la incertidumbre de la climatología hicieron una ocasión especial para el encuentro de hermanos. Todos ellos en torno a la imagen bajo palio de María Santísima de la Victoria en

esta celebración «que hemos venido preparando en los últimos meses con actividades religiosas y culturales», como dijo el hermano mayor, Francisco Barroso, instantes antes de la salida. Se había dispuesto todo con mucho primor y elegancia. «La Virgen se ha vestido inspirándose en los años cincuenta y muchos detalles que lleva son de esa época», señalaba Barroso mientras atendía a las hermandades que acompañaban el largo cortejo que recorrió las calles del Realejo.

En las puertas del templo domi-

nico del Realejo el comisario de los actos de este aniversario, David Rodríguez, y pregonero de la última Semana Santa, comentaba que «ya había ganas de que llegara este día». En el interior, la hermana más veterana, María Torres, la número cuatro en la nómina de miembros de la cofradía recordaba que «mi padre fue fundador de la cofradía junto con Miguel García Batlle y siempre he estado junto a la Virgen de la Victoria». Estaba emocionada recordando a sus familiares ausentes en un día tan significativo.

Abrió el cortejo la banda de tambores y cornetas de Jesús del Gran Poder, muy vinculada a la cofradía, la misma que marcha cada año tras el paso de la Santa Cena en el Domingo de Ramos. Y tras el palio, la de música de los Ángeles, dirigida por Manuel Elvira, que mostró nuevamente su calidad interpretando marchas procesionales. Con 'Hosanna in Excelsis', la marcha de Óscar Navarro, se puso el palio en la plaza de Santo Domingo. De inmediato sonó 'Coronación de la Macarena' para dar la bienvenida a la Virgen de la Victoria en las calles realejeñas. A partir de ese momento se vivieron momentos muy emotivos, resaltando el buen ambiente entre las cinco cuadrillas que se habían dado cita con nombres históricos de la costalera granadina. No hay que perder de vista que este paso de palio fue uno de los gérmenes más activos del movimiento de hermanos costaleros en Granada, en la década de los años ochenta. En nombre de todos ellos marchó delante el capataz José Carvajal, junto a la presidencia de la hermandad.

Treinta y siete parejas de hermanos fueron delante del paso de palio, precedidos por la práctica totalidad de las hermandades granadinas, de penitencia y gloria, junto con la patronal de Granada, la de Nuestra Señora de las Angustias y la patronal de Málaga, con la advocación de Nuestra Señora de la Victoria. En representación municipal, la edil Rocío Díaz, alcaldesa del Realejo, y junto a ella el vicepresidente de la Federación de Cofradías, Francisco López.

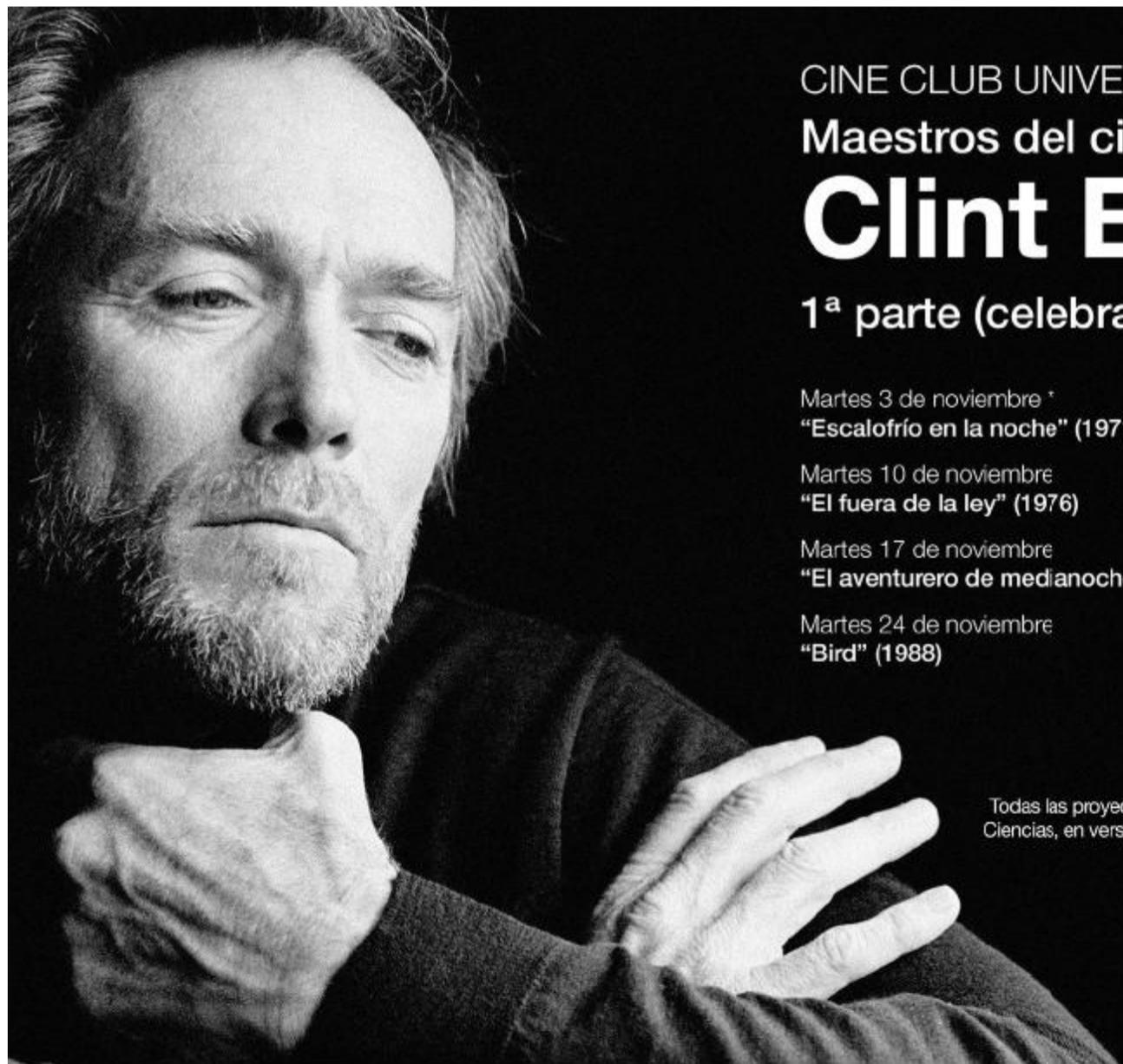
## La asociación Síndrome de Down celebra su 25 aniversario

:: R. I.

**GRANADA.** La asociación Síndrome de Down de Granada celebra su 25 aniversario en 2015 y como colofón a esa efemérides ha organizado para hoy un acto en el auditorio Manuel de Falla, a las 20.30 h. En el mismo se proyectará un vídeo que relata su recorrido a lo largo de estos años, con importantes hitos como la incorporación de algunos de sus usuarios a la plantilla de funcionarios municipales, la emancipación de otras personas con Síndrome de Down en viviendas compartidas con estudiantes universitarios o la participación plena en la vida escolar ordinaria.

En la ceremonia se estrenará el cortometraje 'Claro que sí', protagonizado por actores con Síndrome de Down. Posteriormente, la Orquesta Ciudad de Granada y Sinfonendo ofrecerán un concierto.

En el acto, tanto la presidenta, Pilar López Garrido, como el resto del equipo directivo entregarán unos reconocimientos a varias entidades que les han apoyado en esta andadura y a empresas que han abierto oportunidades laborales a sus jóvenes.



CINE CLUB UNIVERSITARIO  
Maestros del cine contemporáneo (VI)  
**Clint Eastwood**  
1ª parte (celebrando su 85 cumpleaños)

Martes 3 de noviembre * "Escalofrío en la noche" (1971)	Viernes 6 de noviembre "Infierno de cobardes" (1973)
Martes 10 de noviembre "El fuera de la ley" (1976)	Viernes 13 de noviembre "Ruta suicida" (1977)
Martes 17 de noviembre "El aventurero de medianoche" (1982)	Viernes 20 de noviembre * "El jinete pálido" (1985)
Martes 24 de noviembre "Bird" (1988)	Viernes 27 de noviembre * "Cazador blanco, corazón negro" (1990)

\* Día del CineClub

Todas las proyecciones tendrán lugar en el Aula Magna de la Facultad de Ciencias, en versión original subtitulada en español (VOSE), a las 21 horas



## LA MIRILLA



ENCARNA XIMÉNEZ DE CISNEROS



Foto de familia de los galardonados por Ofecum en la gala de ayer. :: ALFREDO AGUILAR

## El tesoro más auténtico

### Ofecum renueva su gratitud al Voluntariado en una espléndida gala

Son parte activa de lo que **Marisa Navarro**, presentadora de la ocasión, definió como «parte activa del ruido de la existencia». La vicepresidente de Ofecum recordó que custodian un auténtico tesoro «cuyos dividendos van en alza», refiriéndose al voluntariado, gracias al cual pueden desarrollar sus muchas y estupendas actividades. Son ya muchos los años que esta asociación, que actualmente preside **Ángel Sánchez**, se dedica a poner en valor la oferta cultural de mayores universitarios (de

ahí sale el nombre por el que lo conocemos), que ha ido extendiendo su trabajo a otros muchos colectivos, entre ellos los niños, y por eso, hubo muchos colegios galardonados en la ocasión.

**Manuel Espadafor** fue uno de los cofundadores de aquella iniciativa en la que tanto tuvo que ver el recordado **Miguel Guirao**. Varios alumnos del Aula de Mayores de la Universidad de Granada se preguntaron al terminar los tres cursos «¿y qué hacemos ahora?». Y esta fue la solución. Manuel se ocupa de la revista del colectivo. Desde entonces se han convertido en todo un referente que ayer hacía valer su esfuerzo representando en los hombres y mujeres que aportan su buen hacer para ello.

Allí estuvo el segundo vicepre-

sidente, **Julio Baldomero**, y los vocales **Tomás Cañete**, **Hortensia García-Ligero** y **María del Carmen Ferrando** que, precisamente, se ocupa del Voluntariado, del que afirmó sentirse muy orgullosa. Y no es para menos. Destacan con iniciativas como el huerto escolar o la comunidad de aprendizaje, y nombres como los de **Juan Gómez** y **Pepe Pérez**, con proyectos que son absolutamente pioneros. Por cierto, que el primero de ellos –hablé con su mujer, **Mercedes Martín**– también canta –y con mucho estilo– boleros. También presente el secretario en funciones, **Diego Jódar**, y otros miembros de la directiva y no faltaron representantes de la Junta de Andalucía en la persona del delegado de Igualdad, **Higinio Almagro** que, no lo olvidemos, de esto de vo-

luntariado sabe, y le gusta.

También estuvo representando el Ayuntamiento –el concejal **Fernando Egea** no pudo asistir– por **Cristina Medina**, directora general del área de Familia, y por la gerente de la Fundación Granada Educa, **Concha Muñoz**. Y saludé, que hacía mucho que no nos veíamos, a **Cristina González-Moya** que acudió en representación de la ONCE. Hubo reconocimientos para las escuelas infantiles Juan Latino, Belén, San José y Eugenia de Montijo, representadas por **María Vico**, **Gemma Gómez**, **Trinidad Pérez** e **Inmaculada Alonso**, respectivamente. Muchos fueron los nombres galardonados para quienes echan su mano en el baile, el teatro, fotografía, informática y otras iniciativas que pueden seguir en la web del colectivo, donde tienen toda la información de cómo estos voluntarios emplean su tiempo libre de la mejor manera posible y los demás disfrutamos de su buen hacer y de su

experiencia. La gala tuvo sabor de reconocimiento y también de fiesta con las actuaciones del coro que dirige **Pedro Pérez**; del taller de Cuentacuentos y del grupo musical Más anchos que Panchos.

Acudieron asimismo **Encarnación Delgado**, **Francisco Criado**, **José Antonio Martínez**, **Luisa Novoa** y otros muchos nombres que casi alcanzan el centenar. El presidente, Ángel Sánchez, estaba muy orgulloso y contaba como anécdota que «algunos no han querido subir pensando que no tienen mérito para que les demos un reconocimiento».

Pues se equivocan, se lo merecen y mucho porque entre todos hacemos este mundo un poco mejor. Y aprovecho, ya que estamos con buenas noticias, para felicitar a mi querido **Alfonso** –él sabe quién es– por demostrar, y de eso estamos hablando, que con esfuerzo todo se puede conseguir. Un beso grande, grande.

## Visitas a IDEAL

www.ideal.es/visitas

JUAN XXIII  
Chana



Alumnos de 1º de Primaria con las profesoras Isabel Cruz Romero y M.ª Araceli Huertas

## endesa

### INTERRUPCIÓN TEMPORAL DEL SUMINISTRO

Con motivo de los trabajos de mejora y ampliación de la red los días: 30 de octubre y 2 y 3 de noviembre de 2015.

**Manacil** 30/10/2015 de 08:30 a 15:00 horas  
Afecta a: Camino de Vélez, Cerro del Laud, Colina Alta, Cosmos, El Coto, Júpiter, Laud, Pago Los Llanos, Safajarda, Las Viñas, PG 7 y zonas próximas.  
Nº Descargo: 6055133

**Ugijar** 30/10/2015 de 09:00 a 16:00 horas  
Afecta a: C/ Ramba de Los Arcos, C/ Carretera de Valor y zonas próximas.  
Nº Descargo: 6061349

**Moclín** 02/11/2015 de 09:00 a 15:00 horas  
Afecta a: Barrios Las Yeseras y las Marjadillas, Urb. Rasa Cardona, Olivares y zonas próximas.  
Nº Descargo: 6090171

**Lola** 03/11/2015 de 09:30 a 15:30 horas  
Afecta a: Dehesa de los Montes y zonas próximas.  
Nº Descargo: 6105205

**Pueblo de Don Fadrique, Almaciles** 03/11/2015 de 01:00 a 03:00 horas

Afecta a: Pueblo de Don Fadrique – Almaciles C/ Alta, C/ Ángel, C/ Carasol, C/ Carasol de Almaciles, C/ Caravaca, C/ Cerro, C/ Cruz, C/ Estación de Servicio 4 B, Ag/ Extrarradio, C/ Fuente, C/ Grupo Escolar, C/ Huéscar de Almaciles, Pz/ Libertad, C/ Nueva, C/ Peral, C/ Recinto Ferial, Cs/ Venta Las Paolcas, C/ Viento, Pueblo de Don Fadrique – Pueblo de Don Fadrique C/ Álamos, C/ Ánimas, C/ Barroeta, C/ Blas Infante, C/ Cañete, C/ El Capicho, Cr/ Caravaca, C/ Camicería, Cn/ Casa Maya, C/ Casica, C/ Cinto Baja, Pz/ Constitución, C/ Coronel Capaz, Pz/ Cristo Rey, C/ Cruz, C/ Doctor López Bermejo, Av/ Duque de Alba, Tr/ Duque de Alba, C/ Escuelas, Pz/ España, C/ Granada, C/ Gustavo Adolfo Bécquer, C/ Haza del Junco, C/ Hospital, C/ Huéscar, Cr/ Huéscar, C/ Iglesia, Pz/ Iglesia, Av/ Juan Carlos I, C/ Juan J. Clemente, C/ Largo, C/ Las Paolcas, C/ Majuelo, C/ Malecán, Cr/ María, C/ Malneta, C/ Montero, C/ La Noia, C/ Nueva, C/ Ramón y Cajal, C/ Sagrada Familia, C/ San Gregorio, C/ San José, Av/ Santas Mártires, Cr/ Santiago, C/ Secano, C/ Toledo, C/ Últimas de Filipinas y zonas próximas.  
Nº Descargo: 6112405

Centro de Atención de Averías: 900 850 840

EDITORIALES

## Discordia sanitaria

Las personas más necesitadas de cuidados no deben sufrir los efectos de un conflicto corporativo entre médicos y enfermeros

El Real Decreto aprobado en el Consejo de Ministros del viernes contempla y a la vez acota las atribuciones que enfermeras y enfermeros tienen de prescribir y administrar fármacos a los pacientes sin una expresa supervisión médica. La norma no ha satisfecho las reivindicaciones que durante años han mantenido el sindicato SATSE y la Organización Colegial de Enfermería para dignificar profesionalmente la diplomatura. Todo lo contrario, la Mesa de la Profesión Enfermera ha anunciado la interposición de recursos ante los tribunales y la convocatoria de huelgas y movilizaciones en el sector. A la demanda de una mayor capacidad prescriptiva, que pudiera ofrecer seguridad jurídica a prácticas que son habituales en el desempeño de su labor, se suma el hecho de que la enfermería parece sentirse ofendida por el incumplimiento de promesas legislativas que el ministerio dirigido por Alfonso Alonso había hecho llegar a sus representantes. No será fácil devolver la discordia a un cauce de racionalidad que se atenga a la prestación de un servicio público solvente en cuanto a sus garantías sanitarias y eficaz en la distribución de funciones. El problema del nuevo Real Decreto es que quita a la enfermería más atribuciones de las que concede en relación a las rutinas actuales. Establece protocolos que confieren a los médicos una responsabilidad supervisora en la administración de fármacos excesiva para la dotación presupuestada de facultativos. Sencillamente porque la norma obliga a la enfermería a ajustar a la baja su práctica habitual. No parece racional, ni desde el punto de vista de las necesidades de los pacientes ni en cuanto a los recursos disponibles, que el sistema conduzca la atención sanitaria hacia el embudo de la restricción prescriptiva. La cronificación de las patologías aconsejaría precisamente lo contrario. Sería descorazonador para las personas más necesitadas de cuidados que el problema se proyecte como un conflicto corporativo entre médicas y enfermeras. Debe haber alguna salida, si no al final de esta legislatura al inicio de la próxima, para evitar que el desencuentro acabe en la desatención a causa de huelgas o por el retraining profesional de la enfermería. Porque por encima de los derechos corporativos siempre estará la obligación –tanto política como sindical– de brindar una respuesta tan solvente como eficaz a los enfermos.

## Tolerancia contaminante

El escándalo de Volkswagen, cuyos vehículos diesel estaban dotados con un chip que disimulaba el efecto contaminante en el momento de las pruebas, un fraude que ya se sospechaba en Bruselas antes de que saltara a la opinión pública, desembocará, si alguien no lo remedia, en una relajación de los límites de permisividad. Ante las presiones de los fabricantes –España entre ellos–, que temen que muchos de sus modelos actuales queden rápidamente obsoletos, la Comisión se ha mostrado dispuesta a tolerar hasta un 60% más de contaminación por óxido de nitrógeno hasta 2019, y solo un 20% en la fase definitiva. Pero con toda probabilidad estos límites se ampliarán, al menos hasta el 110% y el 50% respectivamente (Alemania postula el 100% y el 40%; Italia, Francia, España y Suecia han llegado a pedir desbordamientos de hasta el 200%). Si esos gases contaminantes son gravemente peligrosos para la salud, resulta inadmisibles que un interés comercial pueda abrirles la puerta de este modo, como si el único afán comunitario fuera la cuenta de resultados de las grandes compañías por encima del bienestar de los ciudadanos.

## IDEAL

DIARIO REGIONAL DE ANDALUCÍA

Director General: Diego Vargas García

Director:  
Eduardo Peralta de Ana

Subdirector:  
Félix L. Rivadulla

Mesa de redacción multimedia:  
Miguel Martín Romero (Culturas);  
Juan Jesús Hernández Hernández  
(Información), Quico Chirino  
(Granada), Javier Fuentesnebro  
(Editor Granada y Fin de Semana),  
Justo Ruiz Barroso (Deportes),  
Rafael Lamelas (Editor multimedia),  
Ramón L. Pérez (Editor Gráfico)

Delegaciones:  
Ángel Iturbide Elizondo  
(Delegado Almería), José Luis Adán López  
(Delegado Jaén)

Directora de RR HH:  
María A. Cañete Comba  
Director de Marketing:  
Pablo Madina Martínez  
Director Técnico:  
Antonio C. Castillo Jiménez

Comercializadora de Medios  
Director gerente: Jesús Torre Ramos

## Mindfulness

GABRIEL GARCÍA-NOBLEJAS SÁNCHEZ-CENDAL  
UNIVERSIDAD DE GRANADA

Significa ‘plena conciencia’, que es una terapia psicológica que ha puesto de moda el médico neoyorkino J. Kabat-Zinn y que consiste en «prestar atención consciente a la experiencia del momento presente con curiosidad, interés y aceptación»; su virtud es reducir el estrés



**M**indfulness está tan de moda que hasta las universidades imparten cursos. La nuestra también. Creemos conveniente, pues, exponer en qué consiste de verdad. Vaya por delante que mindfulness significa ‘plena conciencia’, que es una terapia psicológica que ha puesto de moda el médico neoyorkino J. Kabat-Zinn y que consiste en «prestar atención consciente a la experiencia del momento presente con curiosidad, interés y aceptación»; su virtud es reducir el estrés.

En realidad, se trata de una técnica estrictamente religiosa, nacida y practicada en la India antes del s. VII a.C cuya virtud y sentido es dirigir al alma a un encuentro con la Divinidad. La inventaron los adeptos al yoga. Y el yoga –también conviene aclararlo– no es esos ejercicios (muy recomendables) que se hacen en una esterilla, sino muchísimo más: es una religión y, por lo tanto, una manera de verlo todo que da a todo un sentido particular. La vida y la muerte, la existencia y la no-existencia, el tiempo, el universo, las plantas, los matrimonios o el amor tienen un sentido muy diferente para los fieles al yoga, al protestantismo o al ateísmo (valga la paradoja).

Veamos qué posición ocupa mindfulness dentro del sistema que lo engendró.

En el yoga, se distinguen las siguientes esferas principales: hatha, karma, bhakti, djana y rajda. Cada devoto desarrollará unas esferas más que otras según su forma de ser. Por ejemplo, los más proclives a la ayuda desinteresada al prójimo abrazarán con más cariño el radja yoga, que es el yoga del servicio a los demás, mientras que los devotos más centrados en una búsqueda del conocimiento mental de la Divinidad y de sí mismos se entregarán más al djana yoga o yoga de la sabiduría.

Los fieles que desarrollan más la esfera mental tienen por claro objetivo alcanzar un estado de conciencia llamado samadhi. He ahí su fin. No hay otro. Para conseguirlo, siguen varios códigos de comportamiento. En primer lugar, un código de ‘conducta social’ (yama en sánscrito) que comporta 1) vivir sin ejercer violencia sobre ningún ser vivo (sin matar animales, sin asesinar, sin abortar, sin permitir la eutanasia), 2) vivir sin decir mentiras ni herir a otros verbalmente, 3) vivir con honradez y honestidad, 4) vivir sin desear con exceso cosas materiales, sin querer atesorar ni acumular riqueza, y 5) vivir sin abusar de la sexualidad.

En segundo lugar, abrazan un código de conducta personal que comporta la limpieza física, la austeridad, el autoestudio, el agradecimiento por todo lo que nos da la vida sea lo que sea y el

abandono de sí en manos de la Divinidad.

Siguen también la ejercitación –en tercer lugar– de todas esas posturas que conocemos en Occidente (y que, siglos después, emplearán los budistas también), cuya utilidad esencial es dotar al cuerpo de resistencia y flexibilidad para pasar al escalón siguiente en el desarrollo espiritual, en el que el orante tendrá que dedicar horas y horas a la concentración en una misma postura: dicho escalón –el cuarto– es la concentración mental, consistente en algo muy de sentido común: estar en lo que se está, como siempre han dicho nuestras madres, o sea, en ser capaz de dominar la mente, de poder pensar en lo que nosotros queremos pensar y no en lo que a ella le da la gana pensar. Aquí nos topamos, por fin, con lo que ahora llaman mindfulness. Mindfulness es lo que en yoga se llama desde hace siglos concentración. Lisa y llanamente, concentración.

Pero ahí no acaba todo, ni mucho menos. Una vez dominada la mente, hay que avanzar, pues dominarla no es un fin sino un medio para poder meditar. Que es fijar la mente en un contenido apropiado, apropiado, claro, desde el punto de vista del yoga. Sí, la meditación se parece a la concentración, pero añade a ésta un contenido bueno. No vale practicar mindfulness (concentración) mirando las patatas que estoy friendo. Para meditar hay que pensar en algo superior.

Porque el último escalón por alcanzar es el samadhi, un estado mental de plena conciencia de la Divinidad (no de unas patatas o una vela). La Divinidad, he ahí su contenido superior. El que medita, busca a la Divinidad. Y todo va dirigido a estar en contacto con Ella, desde el comportamiento social hasta la meditación, pasando por los ejercicios físicos en esterillas.

Ya vemos que mindfulness es concentrarse. Concentrarse es una parte de un vasto sistema religioso, el yoga. Luego practicar mindfulness es vaciar la concentración de sentido y fundamento, ya que éstos son alcanzar una experiencia plena de la Divinidad.

Se me dirá que da igual, porque, aun así, mindfulness reduce el estrés. Y yo diré que me alegro mucho, y que eso lo equipara al ping-pong, a pasear por el campo, a formar parte de un coro amateur. Que es una experiencia incompleta de algo completo y esencial: la verdadera paz del corazón. Que, ante un reto tan maravilloso y fundamental para nuestra felicidad, no conviene andarse con tonterías ni conformarse con experiencias parciales.

Además, hacer de un medio una meta es como cocinar en una olla (el medio) un buen guiso (la meta) y, dejando de lado el guiso, comerse la olla. Aunque sea oriental, sigue siendo una olla.



Emilio de Santiago, con su gata, con la que convivió estos últimos años. :: RAMÓN L. PÉREZ

# Muere Emilio de Santiago, el mejor cicerone de la Alhambra

Arabista, profesor universitario, académico, investigador, fue la persona que durante décadas enseñó la Alhambra a las grandes personalidades que visitaban Granada

:: M. MARTÍN ROMERO

**GRANADA.** La cultura está de luto. Emilio de Santiago, arabista, profesor universitario y uno de los intelectuales más comprometidos con Granada, falleció ayer a la edad de 68 años. Emilio murió solo y en su casa. La voz de alerta la dieron sus amigos al comprobar que llevaba dos días sin tomar el desayuno en la cafetería Isla, a la que acudía puntualmente todos los días. Una vecina, a la que Emilio le dejó una llave en previsión de que le ocurriera algo, fue la que entró en la casa y lo halló

muerto. Ayer se le hizo la autopsia, que será la que indique las causas de su defunción. Hoy, a las diez de la mañana, será enterrado en el cementerio de San José.

Emilio de Santiago estaba jubilado y los últimos años los dedicó al columnismo. En IDEAL escribía una columna semanal, que se publicaba todos los domingos en las páginas de Opinión. Con su muerte desaparece una de las pocas voces independientes de Granada, un intelectual de gran talla, y uno de los estudiosos que mejor investigó y comprendió la Alhambra. Era una persona exquisita, supereducada, políglota, siempre fue el escogido para hacer de cicerone a las autoridades mundiales que acudieron a Granada a visitar la Alhambra. Sus estudios, sus maestros, sus amigos le permitieron convertirse en uno de los intelectuales mejor considerados de las tres últimas décadas del pasado siglo.

## Trayectoria brillante

Emilio de Santiago Simón era doctor en Filología Semítica, fue profesor del Departamento de Estudios Semíticos de la Facultad de Filosofía y Letras de la Universidad de Granada. Fue director de la revista 'Miscelánea de Estudios Árabes y Hebrai-

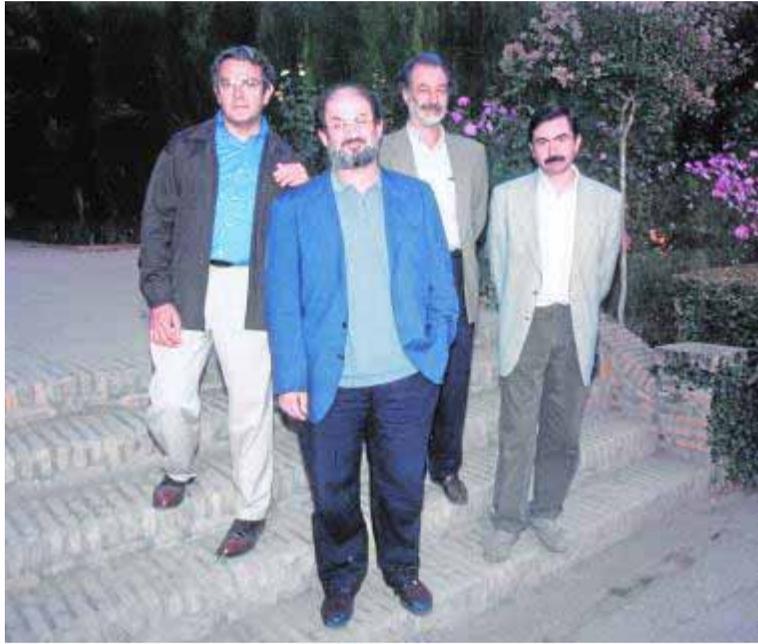
cos', del Seminario de Estudios Magrebíes y Africanos y de la Cátedra Emilio García Gómez de Estudios Andalusíes de la Universidad de Granada, académico de número de la Real Academia de Bellas Artes de Granada y académico correspondiente de la Real Academia de Bellas Artes de San Fernando de Madrid.

El arabista impartió cursos de Historia del Islam Oriental y Occidental, Islamología, Derecho Islámico, Corán y Hadiz, Historia del Pensamiento Político Árabe-Islámico y del Pensamiento Filosófico Hispanomusulmán. Asimismo, dictó conferencias, cursos de doctorado, seminarios y masters en distintas universidades nacionales y extranjeras. Tras su jubilación fue columnista de referencia en las páginas de IDEAL.

## Amor a la Alhambra

Emilio de Santiago amaba la Alhambra, pero sufría por ella. Era tan vasto su conocimiento del monumento nazarí que fue guía del mismo durante 30 años, y enseñó el monumento a las más relevantes figuras del mundo que han visitado la ciudad, entre otros muchos el Dalai Lama, el Aga Khan, miembros de distintas casas reales europeas y árabes, como Noor de Jordania, y jefes de

Estado, además de a intelectuales y artistas, entre ellos Torrente Ballester, Camilo José Cela, Salman Rushdie, Nureyev, Rubinstein, Severo Ochoa, Montserrat Caballé, Teresa Berganza, Ernesto Cardenal, Francisco Ayala, Joaquín Achúcarro y un largo etcétera. La última vez que hizo de cicerone fue para los reyes de Suecia, en marzo de 2006. Ahí se cortó la coleta. Previamente invitó a soñar la Alhambra al escritor Salman Rushdie. Emilio de Santiago lo explicaba así en IDEAL: «Hice de guía con Salman Rushdie, por petición expresa de mi buen amigo Antonio Muñoz Molina. Y ya me corté la coleta y no he vuelto a hacerlo. Hay cosas que superan la capacidad de aguante. Siempre lo hice 'gratis et amore', entendiéndolo que era mi contribución como ciudadano al conocimiento de una joya patrimonial acaso única en el mundo. Siempre lo he hecho con esa intención, por eso me ha dado igual que fueran una reina o un rey, un presidente del gobierno, una marquesa en derribo o los niños de un colegio de Cuenca. Yo quería que la Alhambra la llevaran en un territorio cordial, en el mismo lugar donde yo la tengo. Nadie podrá acusarme jamás de haber vivido de ella, sino para ella o con ella».



Con Salman Rushdie y Antonio Muñoz Molina. :: IDEAL

### SUS FRASES

Alhambra

«Los granadinos no han sido educados para ver la Alhambra. Lo más hermoso del monumento es lo que está oculto»

Granada

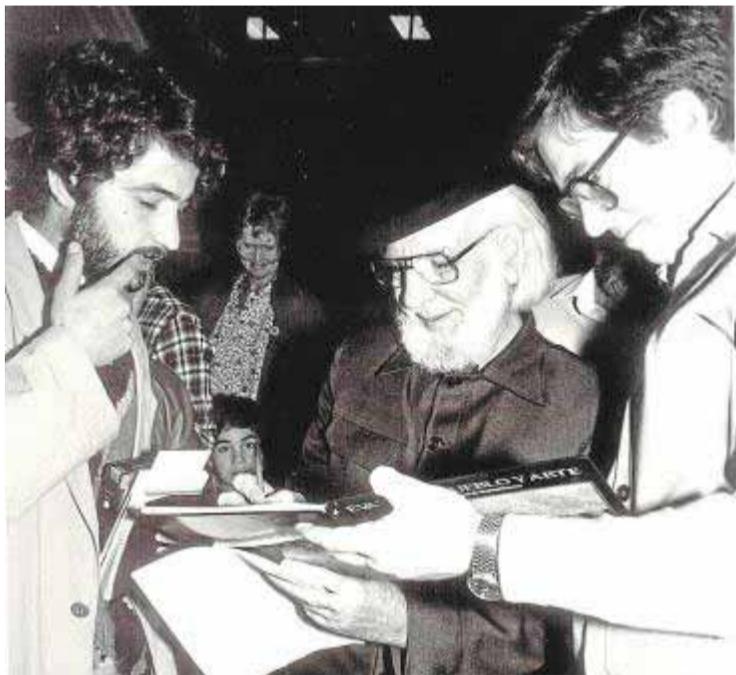
«La ciudad se desmorona. Granada está sobrada de ignorancia y estulticia»

Atentados

«Hace mucho tiempo que no piso la Alhambra para no ver la aberración que se ha hecho en ella»



Emilio de Santiago, con Elena Martín Vivaldi y Juan de Loxa. :: IDEAL



Enseñando la Alhambra a Ernesto Cardenal. :: IDEAL

El amor hacia la Alhambra se convirtió en sufrimiento para Emilio de Santiago. Amaba tanto al monumento que no podía soportar las aberraciones que se cometían en ella. Lo explicaba así: «La Alhambra ha sufrido mucho. No me remito a una idea personal sino a la realidad. Si alguien puede aceptar la entrada nueva del Generalife, que la defienda, pero si se rinde a la evidencia de que no puede ser más monstruosa, estará de acuerdo conmigo. Mi amigo Antonio Muñoz Molina la comparó a la portada de la estación de autobuses de Parla. A mí me parece un cafetín de Tánger de quinta. Es ridícula y patética». Por eso dejó de subir al monumento que tanto quería durante los últimos veinte años.

Y para entender a Emilio de Santiago, la profundidad de su pensamiento, hay que recurrir a quienes han sido sus maestros, en la vida y en la investigación como arabista. Y es que entre sus maestros estuvieron Joaquina Eguaras, Fray Darío Cabanelas, Luis Seco de Lucena y Emilio García Gómez. También fue íntimo de Elena Martín-Vivaldi.

Académico de Bellas Artes, fue impulsor para la concesión de la Medalla de Honor de la Academia a la Universidad de Granada (año 2000) y a Francisco Ayala (2002). Además recibió la medalla de oro al mérito a la ciudad en 2011, el Giraldirillo de oro por su apuesta por la convivencia entre las culturas, y otras distinciones locales que trataban de reconocer su enorme valía intelectual. Con él desaparece uno de los grandes hombres de la cultura de Granada.

ESTEBAN DE LAS HERAS BALBÁS

## SEÑOR DE LA MELANCOLÍA



:: G. MOLERO

La soledad y la melancolía fueron sus últimas amistades. Con ellas convivía y de ellas nos hablaba los domingos en estas páginas con ese lenguaje preciosista que huía de la zafiedad y la chabacanería como los anacoretas de las lecturas infantiles escapaban de las asechanzas de Belcebú. Con esa querencia 'vivaldiana' por los últimos amarillos del otoño en las tardes de lluvia veía pasar la vida desde un velador de Casa Isla detrás de los cristales. También le acompañaban, como siempre, esas dos damas que llaman elegancia y gentileza, que le envolvían en el chal de seda blanca tejido con el recuerdo cálido del regazo de la madre. Miraba Emilio el sol del ocaso intentando atrapar, en su sentida soledad, el tiempo que no vuelve, la luminosidad de una época lejana, de primaveras cómplices de amores ya olvidados, de viajes y proyectos fracasados, de risas frescas y caricias como los labios dulces del Edén perdido.

Eterno soñador y solitario, azote de la incuria y las memeces, de noble corazón y fino trato, defensor del buen gusto y la armonía, sufría lo indecible ante la ramplonería imperante en estos tiempos. Se había refugiado últimamente en su salón, rodeado de gatos y de libros, huyendo de la ira y la simpleza, de los golfos y los iletrados, de la incuria y la maledicencia que habían hecho nido en el pozo del odio y de la infamia del presente. En su querida y sentida soledad dejaba

que su mente girara en la espiral del eterno retorno a un tiempo fenecido, con el recuerdo del aroma del padre, tan admirado como respetado, cuando volvía al hogar y le besaba. Se veía a sí mismo, atildado y pulcro, mirando desde el balcón cómo jugaban los niños en la calle.

Inteligente, educado, culto, brillante en sus argumentaciones, lúcido en sus críticas, desprendido y siempre dispuesto a enseñar a quien quisiera saber algo o mucho de la Alhambra y la Granada islámica, se veía víctima de un tiempo deleznable, mazorril y tosco. Por eso se refugió en la calma de las noches, con el fondo musical de sus recuerdos y la atenta mirada de sus gatos. Y ahora empieza el largo lamento de los demás por los silencios amargos y desplantes que le hicieron y que no merecía.

Ahora que se preparan para salir al frío de la calle los viejos libros, la santa compañía, los crisanteros, el dolor de la ausencia y las hojas amarillas de la añorada Elena; ahora Emilio ha salido por la puerta de atrás sin hacer ruido, para adentrarse en el mundo inaprensible de las horas muertas, de los días que jamás vuelven aunque los llamemos con el desgarrado de la impotencia desde esta orilla en la que el viento nos va labrando en la piel las arrugas de su paso. Por esos senderos de niebla se pierden las últimas pisadas del alma de Emilio de Santiago, un hombre gentil. Y antes de que se apague su eco quiero enviarle mi último abrazo.

E.T, Parque Jurásico, Los Goonies, Matrix, Star Trek  
Memorias de África, Doctor Zhivago, Misión Imposible ... ¡y muchos más!

FSO

Film Symphony Orchestra

TOUR 2015

LA MEJOR MÚSICA DE CINE

30 DE OCTUBRE - GRANADA PALACIO DE EXPOSICIONES Y CONGRESOS

www.filmsymphony.es



## HOY JUEVES

Santos: Maximiliano, Narciso, Feliciano, Eusebia, Jacinto, Lucio, Valentín. Han transcurrido 301 días de 2015 y faltan 64 para que termine el año.

### AGENDA

#### PROPUESTAS

**XXXIII Feria del Libro Antiguo y de Ocasión**  
Hasta el 15 de noviembre  
El entorno de la Fuente de las Batallas acoge, hasta el próximo 15 de noviembre, una nueva edición de la Feria del Libro Antiguo y de Ocasión.

#### LIBROS

**'Esclavitud, mestizaje y abolicionismo en los mundos hispánicos'**  
C/ Oficios  
A las 9.00 horas, en el Palacio de la Madraza, presentación del libro 'Esclavitud, mestizaje y abolicionismo en los mundos hispánicos', editado por Aurelia Martín Casares. Intervienen: María Isabel Cabrera García, Elisabeth Wright, y Aurelia Martín Casares.

#### CONFERENCIAS

**Charla de José García Ladrón de Guevara**  
C/ Andrés Segovia  
A las 20.00 horas, en el Colegio de Médicos, charla-coloquio del escritor y político granadino José García Ladrón de Guevara, en la que nos hablará de política, religión, economía, literatura, periodismo y de la malafollá si se terciara. Estará presentada por Rafael Guillén.

#### CINE

**'Don Juan Tenorio'**  
Plaza de los Girones  
A las 19.30 horas, en el Palacio de los Girones y dentro del ciclo dedicado a Val del Omar, proyección de 'Reflexiones sobre «Aguaspejo Granadino»' y 'José Val del Omar «Aguaspejo Granadino»'.

**'Los huérfanos del genocidio'**  
Plaza de Alonso Cano, 1  
A las 19.30 horas, en el Centro Cultural Nuevo Inicio, proyección del documental 'Los huérfanos del genocidio', de Bared Maronian.

#### POESÍA

**Recital de poesía**  
C/ San Gregorio  
A las 21.00 horas, en la sala Vimaambi, 'Núcleos Poéticos', recital de poesía, con performance incluida. Estará Emilio Montaña acompañado por el piano de Manuel Biarnes Argote y las imágenes de Javier Sánchez León. La entrada es libre.

#### MÚSICA

**'O Milagre'**  
Acera del Casino  
A las 21.30 horas, en el teatro Isabel la Católica, presentación del cd 'O Milagre', del grupo Minha Lua.

**Noche flamenca**  
Carrera del Darro

## 'Ferrum, escultura y forja artística'

C/ Gracia, 4

La Escuela de Arte de Granada acoge, hasta el 16 de noviembre, medio centenar de trabajos artísticos realizados por estudiantes del ciclo de Grado Medio de Forja Artística y del Grado Superior de Escultura. De 8.15 a 21.45 horas.



A las 20.00, 22.00 y 00.00 horas, en Le Chien Andalou, recital flamenco con Jorge el «Pisao» y su cuadro flamenco. Las entradas, a ocho y diez euros.

#### HUMOR

**Ignatius Farray visita el Planta Baja**  
C/ Hornos de Abad  
A las 21.00 horas, en la sala Planta Baja, el cómic Ignatius Farray en directo. Las entradas, a siete euros (anticipada) y a diez euros (en taquilla).

#### EXPOSICIONES

**'Cartografías 33'**  
Avenida de Don Bosco  
La sala de exposiciones de Servicios Centrales de Caja Rural acoge, hasta el 14 de noviembre, una exposición de José Manuel Albarrán Pino, ganador del Certamen de pintura rápida Fundación Caja Rural de Granada 2014. De lunes a sábado, de 19 a 21 horas.

**'LIGALISMO'**  
C/ General Narváez, 5  
La galería Artexpontaneo acoge, hasta el próximo 5 de noviembre, las propuestas del 'LIGALISMO', de Fernando Bolívar Galiano. De lunes a viernes, de 11 a 14 y de 17.15 a 20.30 horas.

**'Nauframar'**  
Avenida de Cádiz, 12  
El espacio de arte Santiago Collado acoge, hasta el 10 de diciembre, la última obra sobre papel manual de José Manuel Peña. De 10 a 14 y de 17 a 21 horas. Sábados, de 10 a 14 horas.

**'Venecia'**  
C/ Puentezuelas, 32  
Milénium Gallery acoge, hasta el 5 de noviembre, la última exposición de Gracia Eva Velasco, titulada 'Venecia'. De lunes a viernes, de 10.30 a 13.30 y de 17.30 a 21 horas. Y los sábados, de 10.30 a 13.30 horas.

**Exposición de fotografía**  
Gran Capitán  
La sala de exposiciones del Centro Cultu-

ral Gran Capitán acoge, hasta el próximo 1 de noviembre, una exposición que recoge los trabajos del concurso del cartel anunciador de la Semana Santa 2016. De martes a sábados, de 17 a 21.30 horas. Domingos, de 10 a 14 horas.

**'Alma'**  
Plaza de Porras  
La Casa de Porras acoge, hasta el próximo 17 de noviembre, la última exposición fotográfica en blanco y negro de José Luis Ruiz Junto, titulada 'Alma'. De lunes a viernes, de 9 a 21 horas.

**'El retrato y los maestros antiguos'**  
C/ Estribo, 6  
La galería Ruiz Linares acoge, hasta el próximo 31 de octubre, una exposición de Paco Montañés, titulada 'El retrato y los maestros antiguos'. De lunes a viernes, de 10.30 a 14 y de 17 a 20.30 horas. Y sábados, de 10.30 a 14 horas.

**Colección CajaGranada**  
Avenida de la Ciencia, 2  
La exposición cuenta con un centenar de obras de diversos maestros andaluces, nacionales e internacionales desde el siglo XVI al XXI, que nos permiten recorrer diferentes corrientes y manifestaciones artísticas. Kandinsky, Andy Warhol, Miró, José Guerrero y Apperley son algunos de los artistas incluidos en la muestra. Martes a sábado, de 11 a 14 horas y de 18 a 20 horas. Y domingos y festivos, de 11 a 14 horas.

**La armonía de las formas en la Colección ICO. Escultura y dibujo**  
Avenida de la Ciencia, 2  
A través de los fondos artísticos de la colección de la Fundación ICO, nos adentramos en el desarrollo de las artes plásticas españolas a lo largo del s. XX de la mano de maestros de primera línea. Esta muestra toma como base la escultura y el dibujo demostrando la versatilidad de la mayoría de los creadores presentes: Antonio Gaudí, Picasso, Juan Gris, Joan Miró, Antonio López, Eva Lootz o Francisco Leiro son algunos de ellos. Martes a sábado, de 11 a 14 horas y de 18 a 20 horas.

Envíe sus comunicados con la referencia IDEAL agenda

**Por correo ordinario:**  
C/ Huelva nº2 Polígono ASEGRA, 18210 Peligros (Granada);  
**Por fax:** 958 40 50 72;  
**Por correo electrónico:**  
inmagarcialeya@ideal.es  
agenda@ideal.es  
www.agendadgranada.es

Domingos y festivos, de 11 a 14 horas. Lunes cerrado. Hasta el 10 de enero.

**Obras de Ignacio Trellis**  
C/ San Matías  
La galería de arte Ceferino Navarro acoge, hasta el 12 de noviembre, la última exposición de Ignacio Trellis. De lunes a viernes, de 11 a 13 y de 18 a 21.30 horas. Sábados, de 11.30 a 13.30 horas.

**Cuatro estaciones, once miradas'**  
C/ Pintor Zuloaga, 10  
La Fonda acoge estos días la última exposición del fotógrafo amateur granadino Javier Ríos, titulada 'Cuatro estaciones, once miradas'. De 12.30 a 16.30 horas y de 20 a 00 horas.

**'Momias. Testigos del pasado'**  
Avenida de la Ciencia  
El Parque de las Ciencias de Granada reúne una colección única de momias de diferentes partes del mundo en la exposición 'Momias. Testigos del pasado'. Se puede visitar hasta el mes de enero.

**'Un mundo de montañas'**  
Alhambra  
El bosque de la Alhambra acoge, hasta el 30 de noviembre, la exposición 'Un mundo de montañas', en la que se muestra, a través de más de sesenta fotografías, las mejores montañas del planeta.

**Obras de Max Moreau**  
Albaicín  
El Carmen de los Artistas acoge, hasta el 31 de diciembre, 'El retrato en la pintura de Max Moreau', una exposición sobre las obras de este importante pintor.

**'Sólido saxo fundata. 70 + 70 de la Facultad de Medicina de Granada'**  
Acera del Darro  
La sala Zaida de Caja Rural acoge, hasta el 7 de noviembre, 'Sólido saxo fundata. 70 + 70 de la Facultad de Medicina de Granada', una exposición organizada por la Asociación de Antiguos Alumnos de la Facultad con la colaboración de la Universidad de Granada y Fundación Caja Rural de Granada. De lunes a sábado, de 18 a 21 horas.

**'Máscaras'**  
Alcázar del Genil  
La Fundación Francisco Ayala acoge, hasta el 30 de octubre, la exposición 'Máscaras', de Alberto Schommer. De lunes a viernes, de 9 a 15 horas. Y, además, el próximo 29 de octubre, también de 17 a 19 horas.

## SERVICIOS

### FARMACIAS

**GRANADA. 09:30 h-22:00 h:**  
Avda. Constitución, 2. Camino Ronda, 134. Casería del Cerro, s/n (junto Centro Salud Almanjáyar). Dr. Olóriz, 1. San Jerónimo, 52. Avda. Constitución, 41. Cardenal Parrado, 7. Las Hayas, 1, Edf. La Rotonda. Carretera de Jaén, 68. Plaza San Isidro, 6. Periodista José M.ª Carulla, 8. Gran Capitán, 9. Virgilio, 1 (Cerrillo Maracena). Carretera de Jaén, 5. Méndez Núñez, 12. Avda. Federico García Lorca, 9. Plaza Nueva, 2. Emperatriz Eugenia, 22. Gonzalo Gallas, 1. San Juan de Dios, 47. Camino Bajo Huétor, 63. Avda. Cervantes, 10. Avda. Dilar, 16. Reyes Católicos, 5. Puerta Real, 2. Recogidas, 48. San Matías, 2. Avda. Dilar, 82. Camino Ronda, 64. Ángel Ganivet, 3. Plaza de Gracia, 8. Torre del Adarquer, 2-4. Arabial, 18. Dr. Alejandro Otero (esq. Pediatra García Duarte). Avda. Palencia, 9. Avda. América, 46. Navas, 19. Plaza del Ángel, 1. Mirador Genil, Res. Camino Alhambra, 10. Avda. Ilustración, 61, local 1.  
**Servicio nocturno 22:00 h-09:30 h:**  
Reyes Católicos, 5. Recogidas, 48. Periodista José María Carulla, 8. Camino Bajo de Huétor, 63. Avenida Dilar, 16. Puerta Real, 2.

**ALMUÑECAR. 09:30 h-09:30 h:**  
Barrio de San Sebastián, 10.

**BAZA. Permanente 24 h.**  
Plaza de Santo Domingo, 6.

**GUADIX. 09:30 h-09:30 h:**  
Ancha, 19.

**MOTRIL. 09:30 h-22:00 h:** Alonso Terrón, 1 (Explanadas). Juan de Dios Fernández Molina, 4 (junto Instituto Julio Rodríguez). Pablo Picasso, 18 (junto Puente Toledano). Justicia, 1 (La Posta). Nueva, 2.  
**Servicio nocturno, 22:00 h-09:30 h:**  
Juan de Dios Fernández Molina, 4.

**Salobreña. Permanente 24 h:**  
Urb. Mare Nostrum, local 10 (farmacia de la playa).

**LOJA. 08:00 h-22:00 h:** Avda. Pérez del Álamo s/n. **Servicio nocturno 22:00 h-09:30 h:** Fernando Gómez Gallardo, 6.

**HUÉTOR VEGA. De guardia.**  
Cañadilla, 7.

**ARMILLA. 09:30 h-22:00 h:** Farmacia Orta (lunes a domingo), Granada, 34. Real de Motril, 24 (lunes a viernes). Sevilla, 32 (lunes a sábado). **Permanente 24 h:** San Miguel, 22.

### TELÉFONOS

#### URGENCIAS MÉDICAS

Emergencias	112
Teléfono Emergencias	902 505 061
Servicio Andaluz de Salud	061
Centralita todos Hospitales	958 020 000
Cruz Roja emergencias	958 222 222
	902 222 292
Información	958 221 420

#### SEGURIDAD

Bomberos	808
Parque Norte	958 160 878
Parque Sur	958 183 108
Bomberos pueblos	958 163 222
Policia Nacional	091
	958 222 053
Policia Local	092
Guardia Civil	062
	958 221 272
Tráfico	900 123 505
Salvamento Marítimo	900 202 202
Atención Violencia Mujeres	016

#### AVERÍAS

Endesa-Sevillana	902 516 516
Gas Natural	900 750 750
Emasagra (Agua)	902 250 170

#### HOSPITALES

Complejo Hospitalario Virgen de las Nieves	958 241 100
Clínico Universitario San Cecilio	
Centralita	958 270 200
Ruiz de Alda	958 241 100
Clínica La Inmaculada	958 261 600
San Rafael	958 275 700
San Juan de Dios	958 204 111
Sanatorio Nuestra Señora de la Salud	958 161 611
Psiquiátrico	958 281 551
General de Baza	958 863 100
General Santa Ana Motril	958 603 506

#### AYUDA CIUDADANA

Teléfono de la esperanza	958 261 516
Asociación Contra Cáncer	958 293 929
Alcohólicos Anónimos	686 074 206
Narcóticos Anónimos	902 114 147
Enfer. de transm. sexual	902 505 061

### AGUA

<b>Lluvia recogida</b>	
Acumulado mes de octubre	56,5 l/m2
Media histórica mes de octubre (desde 1960)	42,86 l/m2
Acumulado año hidrológico	56,5 l/m2
Media histórica año hidrológico (desde 1960)	410,44 l/m2
Lluvia recogida el día 27-10-15	6 l/m2

#### Captaciones para abastecimiento:

Canales 100% + Quénar 0% + Sondeos 0%  
Año hidrológico: 1 de octubre al 30 de septiembre

### VIDA RELIGIOSA

#### Hermanidad de Nuestra Señora de las Angustias

Celebrará Cabillo General Ordinario en el salón parroquial, mañana viernes 30, a las 20 horas, en primera convocatoria y a las 20.30 horas, en segunda. Se recuerda la obligatoriedad de la asistencia de todos sus miembros.

#### Cofradía de la Santísima Virgen de la Cabeza de Granada

Esta Cofradía celebra Sabatina en honor de su amada titular, este sábado día 31, en la iglesia de Santa María Magdalena (calle Puentezuelas). Rosario a las 18.30 horas y Eucaristía a las 19 horas.

#### Cofradía de la Entrada de Jesús de Jerusalén y Nuestra Señora de la Paz (Borriquilla)

Informa que la Eucaristía de hermandad en sufragio de los fieles difuntos, tendrá lugar el domingo día 1, a las 12 horas, en su sede de la Iglesia de Santiago, coincidiendo con la Eucaristía correspondiente a los cultos mensuales del mes de noviembre. Es intención de la cofradía invitar a todos los hermanos y devotos en general a participar de dicha Eucaristía.

#### Archicofradía de María Auxiliadora de la Alhambra

Los próximos días 1 y 2 de noviembre celebraremos nuestra XXI Peregrinación Mariana anual a la aldea del Rocío. La eucaristía ante la Virgen, cantada por nuestro coro y presidida por el simpático de María Auxiliadora, tendrá lugar el domingo día 1, a las 19.00 horas en la ermita almonteña. Esa misma noche, santo Rosario por las calles de la aldea.

### MONUMENTOS

#### Alhambra - Generalife

Horarios de visita: De marzo a octubre, de lunes a domingos de 8.30 a 20 horas (noviembre a febrero, de 8.30 a 18 horas). Taquilla: De 8 a 19 horas. Precio general: 13 euros visita. Venta anticipada: Serviticket, con cargo en cuenta de La Caixa. Servicio 24 horas. Telf: 902 888 001 (España). Telf: +34 93 49 23 750 (extranjero). Información: 958 027900/29.

#### Catedral

Horarios de visita: De lunes a sábado, de 10.45 a 18.45 horas. Domingo, de 14.30 a 17.15 horas. Precio: 4 euros. Información: 958 222959.

#### Capilla Real

Horarios de visita: Horario de invierno (hasta cambio de hora), de 10.15 a 13.30 y de 15.30 a 18.30 horas (lunes a sábado); de 11 a 13.30 y de 15.30 a 18.30 horas (domingos y festivos). Horario de verano, de 10.15 a 13.30 y de 16 a 19.30 horas (lunes a sábado); de 11 a 13.30 y de 16 a 19.30 horas (domingos y festivos). Precio: 4 euros. Información: 958 227848.

#### Parque de las Ciencias

Horarios de visita: De martes a sábados, de 10 a 19 h.; domingos y festivos, de 10 a 15 h. Precio: General, 6 euros; reducida, 5 euros; escolar, 4,50 euros.

#### Museo CajaGranada

Dirección: Avenida de la Ciencia, 2. Horarios: Martes y miércoles, de 9.30 a 14 horas; jueves, viernes y sábado, de 9.30 a 14 horas y de 16 a 19 horas; domingos y festivos, de 11 a 15 horas. Entrada general, 4 euros. Entrada reducida, 3 euros. Acceso gratuito a las salas de exposiciones y Mediateca. Información y reservas para visitas de grupos en el teléfono: 958222257.

## PLATO DEL DÍA

### Un par de huevos fritos

Fueron un alimento maldito, que se quitaban de las dietas si tenías colesterol. También después no era para tanto



Este próximo sábado escribiré sobre la gran polémica surgida con la ingesta cotidiana de ciertos productos cárnicos que nos ha informado la Organización Mundial de la Salud. Entidad muy seria. El tema es serio y afecta a todos. Pero hoy me salvo por los huevos. Un producto que tuvo una feroz campaña por su ingesta y estudios posteriores de expertos nutricionales que bajaba el nivel de riesgo. Pero como todo sin abusar. Un par de huevos fritos, con ajos, pimentón del Valle del Jerte y un toque de vinagre de Jerez da la paz.



POR PABLO AMATE

#### REGADO CON...

Gran Reserva 890 del 2004

Hoy recomiendo un gran vino elaborado con viñedo viejos y de postín: Tempranillo (95%) y Mazuelo (2%) de viñedos propios en Briñas, Labastida y Villalba y, además, Graciano (3%) de nuestra finca Montecillo. Este es el primer Gran Reserva 890 en el que utilizan el Graciano de este viñedo. Crianza, durante un periodo de 6 años, en barricas de roble americano. Estas barricas se han fabricado en su tonelería.

