

Boletín de Igualar N° 66, marzo 2016

SUMARIO

- Hazte socio de Igualar.
- Actividad para jóvenes: asistieron a ver un monologo de humor.
- Actividad del departamento de Infancia: Taller de disfraces.
- Senderismo: "Alto del León - La Jarosa".
- Actividad de sensibilización: baloncesto en silla de ruedas.
- Excursión cultural a Alcalá de Henares.
- Fin de semana en el balneario Cervantes.
- Actividades programadas para el mes de marzo.



- Hazte socio de Igualar:

Si todavía no eres socio de Igualar, hazte socio y disfruta del ocio de una forma accesible, organizada y segura; beneficiándote de las ventajas de ser socio de Igualar; como por ejemplo:

- **Descuentos en las actividades:** nuestros socios se benefician de descuentos en las actividades, de 3€ a 5€ en las actividades de un día de duración: senderismos, visitas culturales, etc. y de 20€ a 75€ en las actividades de dos o más días de duración: viajes de fin de semana, puentes, campamentos, vacaciones, cruceros y otras.
- **Prioridad a la hora de recibir información de las actividades que programamos:** nuestros socios reciben la información una semana antes que los simpatizantes; teniendo prioridad a la hora de participar en las actividades que programamos. La información se

envía primero a los socios y una semana más tarde a los simpatizantes "no socios". Los socios que no dispongan de correo electrónico, cuando se anuncie una nueva actividad, podrán recibir por SMS o WhatsApp un breve resumen de la información.

- Posibilidad de utilizar el servicio de Igua-furgo: Igualar dispone de 2 furgonetas de 8 plazas que pueden ser utilizadas por los socios (según disponibilidad) como transporte privado con conductor, para realizar viajes y actividades privadas o en grupo.

- Asistir con voz y voto a las asambleas de Igualar exclusivas para socios: nuestros socios deciden en las Asambleas el rumbo de la asociación y el tipo de actividades que prefieren que se realicen.

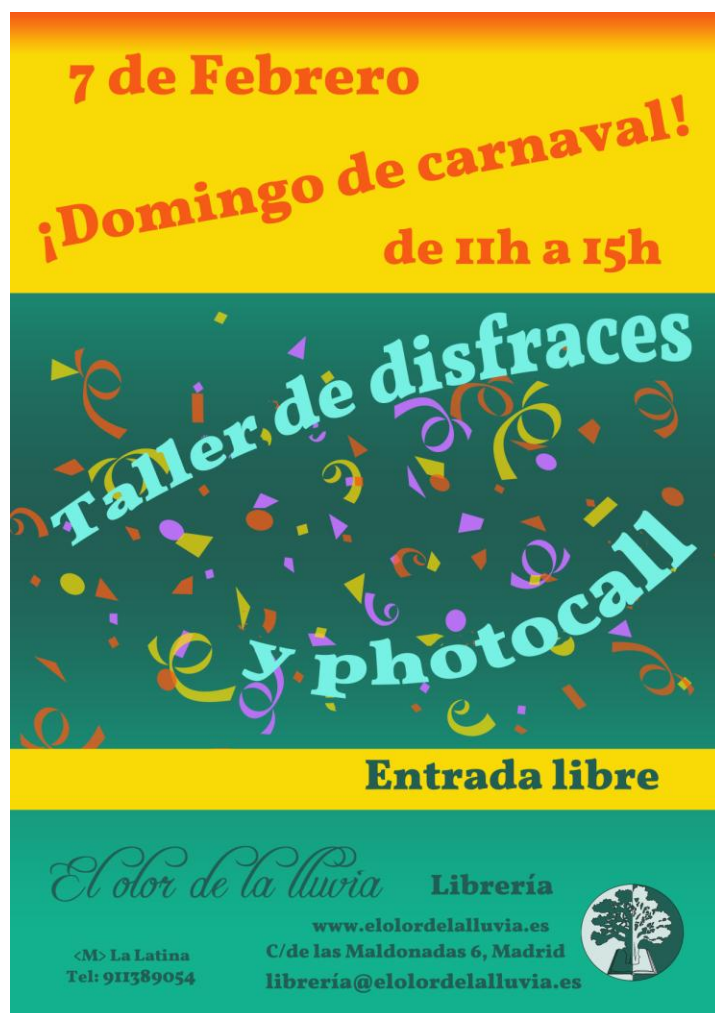
Infórmate de estas y otras ventajas, de las actividades que realizamos y de cómo asociarse visitando la sección "Asóciate" de nuestra página web: <http://www.asociacionigualar.com> o contacta con nosotros en el E-mail: asociacionigualar@gmail.com y en los teléfonos: 609 10 85 05 y 696 96 77 00.

Nota: Solo podrán hacerse socios de Igualar las personas que hayan cumplido la mayoría de edad; es decir personas mayores de 18 años; en el caso de descendientes de socios o personas tuteladas por socios que sean menores de edad, se tratará de aplicarles los mismos descuentos y beneficios que a los socios.



- Actividad para jóvenes; asistieron a ver un monologo de humor:

El sábado 6 de febrero, nuestros jóvenes tuvieron la oportunidad de disfrutar de una tarde divertida; una tarde para reír y disfrutar con los amigos; asistiendo a ver un monólogo de humor, a la sala "La Chocita del Loro", acompañados por otros jóvenes y por nuestros monitores.



- Actividad de Infancia; taller de disfraces:

El domingo 7 de febrero, desde el Departamento de Infancia de Igualar, en cooperación con la librería "El olor de la lluvia", realizamos un taller de disfraces; con el objetivo de entretener a los niños que se acercaron hasta este establecimiento.

Los niños y sus acompañantes, tuvieron la posibilidad de participar en el taller, que consistió principalmente en la fabricación de disfraces, mascararas y pinta caras. Estos talleres están destinados a niños de diversas edades, y a sus acompañantes, que tienen la posibilidad de participar y pasar un buen rato.

El taller estuvo dirigido y realizado por la coordinadora de nuestro departamento de infancia, y contó con la colaboración de uno de nuestros monitores.

Desde Igualar, procuramos participar en las actividades sensibilizadoras a las que somos invitados por parte de instituciones públicas, privadas o por otras asociaciones; pues entendemos que los ciudadanos, con una sensibilidad y conciencia adecuadas, se convierten en verdaderos "facilitadores" de la integración.



- Senderismo: "Alto del León - La Jarosa":

El sábado 13 (nivel medio) y el domingo 14 de febrero (nivel fácil), nuestros senderistas disfrutaron de unas nuevas jornadas de senderismo; la ruta comenzó en el Alto del León o puerto de los Leones, a 1511 metros de altitud; situado entre las localidades de San Rafael (en la vertiente segoviana) y la de Guadarrama (en la vertiente madrileña); más concretamente entre los picos de Cabeza Lijar y La Peñota; se trata de uno de los puertos más bajos e importantes de la sierra de Guadarrama.

En el comienzo del recorrido, nos encontramos con la llamada "Ruta Histórica", con restos de los bunkers de la guerra civil que allí se construyeron para proteger la entrada a Madrid; la mayoría de los pinos que ahora hay, no existían; pues fueron cortados y volada la zona con explosivos, para permitir un mejor dominio visual del entorno. El resto del camino transcurre por amplios pinares, jaras y arroyos pasando por el conocido descuelga muros muy cerca de la cruz de los caídos, para llegar al área recreativa de la jarosa y terminar en el embalse de La Jarosa; el embalse más pequeño de la sierra de Madrid. La Jarosa no solo designa al propio pantano al que da nombre, sino también a las praderas que rodean sus orillas, a varias zonas recreativas aledañas y a extensos pinares entre los cuales yace el embalse.

En este vasto terreno se encuentran las ermitas de Nuestra Señora de la Jarosa y la ermita del Altar Mayor.

Comimos en un restaurante del municipio de Guadarrama, tras la comida, nos acercamos a visitar el centro de interpretación el Gurugú, donde en visita guiada por un educador ambiental, conocimos sus instalaciones y exposiciones, en las que por medio de una gran maqueta los participantes pudieron hacerse una idea de las dimensiones y la orografía del Parque Nacional; además, pudimos disfrutar de un recorrido por sendas y pasarelas; acercándonos y conociendo las copas de diferentes tipos de árboles de la zona.

Como es habitual, la actividad se desarrollo en dos jornadas independientes: sábado 13 de febrero (nivel medio) y domingo 14 de febrero (nivel fácil). Ambos días tuvieron el mismo desarrollo de la jornada con la diferencia de las rutas de senderismo, tanto en dificultad como en longitud.



- Actividad de sensibilización; baloncesto en silla de ruedas:

El sábado 20 de febrero, en el Centro Comercial Zielo Shopping, situado en la Avenida de Europa número 26 - B, de Pozuelo de Alarcón, la asociación Igualar en colaboración con CEDI (Centro de Estudios sobre Deporte Inclusivo), realizamos el octavo taller de sensibilización y concienciación; talleres que forman parte del proyecto: "DEVOLVER A LOS NIÑOS SU SONRISA", programa que comenzó el pasado mes de mayo de 2015 y finalizará en la primavera de 2016.

En esta ocasión dedicamos nuestro taller a mostrar de un modo práctico las técnicas que utilizan las personas que se ven obligadas a desplazarse en silla de ruedas; para ello, durante toda la jornada se realizaron exhibiciones prácticas, cuyo objetivo principal es mostrar alguna de las herramientas de las que se sirven las personas con discapacidad motora o movilidad muy reducida.

Los ciudadanos que visitaron nuestro stand, pudieron conocer de un modo práctico el uso de una silla de ruedas común y también de las sillas de ruedas que se utilizan para jugar al balón cesto; pudiendo utilizarlas y desplazarse con ellas por un circuito.

Como viene siendo habitual, desde los Departamentos de Infancia y Sensibilización de Igualar, cooperamos con el centro comercial ZIELO SHOPPING en el objetivo común de concienciar a los niños que se acerquen hasta esta gran superficie por medio de talleres y juegos.

Damos las gracias a todos los participantes que colaboraron desinteresadamente, también damos las gracias a los socios, monitores, voluntarios, colaboradores y miembros de la Junta Directiva de Igualar, por apoyar con su presencia estas iniciativas.



- Excursión cultural a Alcalá de Henares:

El sábado 20 y el domingo 21 de febrero, realizamos una visita cultural a Alcalá de Henares, ciudad declarada patrimonio de la humanidad en 1997.

Este tipo de excursiones, se plantean en dos jornadas independientes de un solo día, y en grupos reducidos. Ambos días tuvieron la misma programación.

Iniciamos la excursión con una visita guiada por las principales calles, Plazas, edificios y monumentos de Alcalá de Henares, conociendo la historia de la ciudad en la que nació y vivió Miguel de Cervantes Saavedra, autor de Don Quijote de la Mancha.

Alcalá, es una ciudad situada prácticamente en el centro de la península y bañada por el río Henares, sus calles aún conservan el ambiente de tiempos pasados en los que convivían las culturas judía, árabe y cristiana. Después de la colonización romana, este emplazamiento estratégico, se convirtió en Complutum.

Durante nuestra visita conocimos: la Capilla del Oidor, la Pila bautismal de Cervantes, el museo casa natal de Cervantes, la Plaza de Cervantes, la Plaza de San Diego, la Calle Mayor, la casa natal de Manuel Azaña, el convento de Carmelitas de la Imagen, la Plaza del palacio Arzobispal, la Plaza de las Bernardas, la estatua de Catalina de Aragón y la de Isabel la católica.

También visitamos el Museo Arqueológico Regional; en visita exclusiva para nuestro grupo, en la que recorrimos parte del museo y la zona de mosaicos romanos los cuales pudimos tocar. Al tratarse de una visita especial, nos mostraron piezas arqueológicas originales y muestras de diferentes minerales y rudimentarias herramientas prehistóricas.

Al finalizar la visita guiada, quienes lo desearon pudieron tomar el aperitivo o realizar compras de productos artesanos típicos en la tienda "La Comandera"; se trata de un establecimiento "conventual" con ambiente medieval, en la que su propietaria nos ofreció una generosa degustación de productos y licores artesanales, elaborados por diferentes ordenes religiosas.

Comimos en el restaurante Macande, situado en el casco histórico; tras la comida visitamos la Ciudad Romana de Complutún, su yacimiento arqueológico y la Casa Ipolitús.

Unas jornadas inolvidables en las que nos acompañó el buen tiempo y por supuesto en todo momento los usuarios estuvieron atendidos por el equipo de monitores de Igualar.



- Fin de semana en el balneario Cervantes.

Durante el fin de semana del 27 y 28 de febrero, nuestros socios y usuarios disfrutaron de un relajante fin de semana en el balneario Cervantes, situado en el municipio de Santa Cruz de Mudela en Ciudad Real.

Se trata de una actividad muy demandada por nuestros socios y que incluimos en nuestro calendario de actividades todos los años en varios fines de semana diferentes.

El Balneario Cervantes, se remonta al año 1770, donde servía como hospital. Al cabo del tiempo, descubrieron que en él, se encuentran las curativas aguas del manantial de Villa Rosa, las cuales son conocidas por sus altas cualidades beneficiosas para el aparato digestivo.

Los participantes disfrutaron de las instalaciones y de tratamientos variados tales como: tratamiento de belleza y relax, circuito de Piscina activa; camas de agua, cascadas y chorros a presión, circuito SPA, baño de vapor, ducha escocesa, baño de hidromasaje, masaje muscular parcial y tratamiento de presoterapia.

El Balneario cuenta con un restaurante a la carta donde hicimos las comidas, cenas y desayunos; degustando platos tradicionales creados con productos de la Mancha, o la elaborada "nueva cocina", todo ello regado con excelentes vinos de Valdepeñas y La Mancha entre otras denominaciones. Dispone también de amplias zonas verdes, jardines, fuentes y caminos, que ofrecen la posibilidad de dar paseos relajantes al aire libre; además, completa su oferta

de instalaciones con una cafetería con terraza; también cuenta con un circuito de gimnasia activa, pista de baloncesto, campo de fútbol, mesas de ping pong y Wi-Fi gratuito en sala de lectura y zonas aledañas a recepción.

Una actividad inolvidable, en compañía de amigos y compañeros, y por supuesto, acompañados en todo momento por los monitores de la Asociación, quienes se encargaron de guiar, acompañar y facilitar el acceso a cada una de las instalaciones, con el fin de que los usuarios se relajasen y se llevasen el mejor recuerdo de éste fantástico lugar; disfrutando del relax, del descanso y de la exquisita cocina variada de su restaurante.

- Actividades programadas para el mes de marzo:

- "VII Asamblea Ordinaria": domingo 6 de marzo. Sólo para nuestros socios.

- Senderismo: "Hoces del Río Guadiela", (entre las provincias de Guadalajara y Cuenca), sábado 12 de marzo (nivel medio) y domingo 13 de marzo (nivel fácil).

- Actividad de sensibilización y concienciación: sábado 19 de marzo, muestra de partidas de ajedrez simultáneas, enfrentando a jugadores con discapacidad visual, se mostrará cómo juegan las personas ciegas o con baja visión al ajedrez. Lugar: centro comercial "Zielo Shopping" de Pozuelo de Alarcón.

- Viaje de semana Santa: del jueves 24 al domingo 27 de marzo, el destino escogido es Galicia, visitando: Vigo, O Grove, Pontevedra, Santiago de Compostela, las islas Cies, el Museo del Salazón y otros interesantes lugares.

Amplía esta información y contacta con nosotros:

E-mail: asociacionigualar@gmail.com

Teléfonos: 609 10 85 05 y 696 96 77 00

Web: www.asociacionigualar.com

Facebook: Asociación Igualar

Twitter: @Asoc Igualar

Fin del boletín N° 66, marzo 2016



ASOCIACIÓN IGUALAR

Email: asociacionigualar@gmail.com

Web: <http://www.asociacionigualar.com>

Facebook: [Asociación Igualar](#)

twitter: [@Asoc Igualar](#)

Teléfonos de contacto: [609 10 85 05](#) y [696 96 77 00](#)