

PENSIONES

La pensión media de jubilación se situó en septiembre en 613,27 euros en Extremadura, lo que representa la segunda menor cantidad del país, únicamente por encima de Galicia (602,70 euros), según las datos difundidos por el Ministerio de Trabajo e Inmigración.



MEMORIA HISTÓRICA

El juez de la Audiencia Nacional, Baltasar Garzón, ha recibido un total de 9.483 nombres de víctimas de la Comunidad Autónoma de Extremadura durante la represión franquista en la época de la guerra y la posguerra, una cifra que a nivel nacional ascendió a 130.137 personas entre desaparecidos y víctimas.

ALIMENTOS DE EXTREMADURA

El hipermercado Eroski de Cáceres, que lleva 15 años abierto en el Centro Comercial Ruta de la Plata, ha iniciado una campaña de promoción de productos extremeños dentro de la marca 'Alimentos de Extremadura' auspiciada por la Consejería de Economía, Comercio e Innovación de la Junta de Extremadura.

Aldea Moret tiene una nueva mirada positiva hacia el futuro

Durante la semana pasada se estuvo grabando en Aldea Moret el Proyecto Aldea DOC, una experiencia participativa de creación de memoria del barrio creada por la Consejería de Innovación del Ayuntamiento de Cáceres y llevada a cabo por la empresa Úbica.

TEXTO: RUBÉN GUNDÍN
FOTO: JOSÉ PARRAS KANUTO

Vecinos de este barrio cacereño, equipados con teléfonos móviles con videocámara, harán de reporteros móviles durante 7 días recogiendo impresiones sobre la realidad que vive la gente y sus propias experiencias. A su vez, el equipo de Úbica recorrió Aldea Moret documentando actividades, recopilando información y realizando entrevistas para contar con material de apoyo. El material resultante de las grabaciones realizadas por los participantes del taller, junto con las imágenes grabadas por el equipo de la empresa Úbica será la materia prima para la realización de un documental.

Avuelapluma ha entrevistado a Ixaso Díaz, directora del proyecto:

¿Cómo han respondido tanto los vecinos como los propios "reporteros" al proyecto?

Han respondido de una forma sorprendentemente gratificante. Se han volcado, sobre todo los grupos que han grabado más de 100 vídeos.

Podría resumir su participación en dos palabras: masivamente positiva.

¿Cuáles son tus conclusiones del mismo?

En Aldea Moret hay una mirada positiva hacia el futuro, aunque siguen siendo realistas y entienden la realidad en la que viven. Tienen un orgullo propio de ser parte de ese barrio, y luchan por ello.

¿Qué crees que ha sido lo más positivo del proyecto? ¿Y lo más negativo?

Lo positivo es la buena impresión que me ha causado el barrio, me han hecho sentir como en casa.

Lo negativo es la sensación que hay entre los vecinos de aislamiento con respecto al resto de la ciudad.

El documental tendrá una duración de aproximadamente entre 20 y 30 minutos, adaptándose a tiempos televisivos, que facilite su emisión en diferentes canales, así como su participación en diferentes festivales, tanto nacionales, como internacionales. También harán una versión de 5 minutos para su difusión a través de Internet.



CENTRO DEPORTIVO EL PERÚ CÁCERES WELLNESS

El Perú plantea la conciliación familiar a través del deporte

El Centro Deportivo El Perú Wellness incide en su apuesta por la conciliación familiar por medio de la práctica deportiva. Para ello, lanza una nueva promoción de su plan familiar que potencia el deporte como hábito saludable para toda la familia.

Hay varios conceptos que desgraciadamente han ganado importancia en los últimos tiempos en nuestra vida diaria: estrés y problemas de conciliación familiar. Para evitar que estos dos conceptos vayan unidos de la mano, el centro deportivo cacereño lleva ofertando desde su fundación, hace ya más de dos años, programas y tarifas familiares que permiten a padres e hijos compartir instalaciones y actividades deportivas sin necesidad de grandes desplazamientos ni las tradicionales prisas.

Para borrar las prisas y los desplazamientos innecesarios, las instalaciones de El centro deportivo El Perú Wellness ofrecen un sinfín de actividades que permiten a padre, madres, hijos e hijas realizar actividades deportivas diferentes dentro de las mismas instalaciones, con la tranquilidad de que sus hijos se encuentran en el mismo lugar que ellos y guiados por profesionales del deporte.

Salud deportiva, salud mental

Para lograr una conciliación saludable y familiar a través del deporte, El Perú programa sus

actividades de lunes a domingo, y concentradas en las horas en las que padres e hijos tienen de tiempo libre. Así, durante la semana la mayoría de las actividades se programan entre cinco y nueve de la tarde, y los fines de semana, entre once y dos de la tarde.

Potenciar la salud física y mental, practicar deporte elimina el estrés de la vida diaria, pero además ayuda a los más pequeños a combatir problemas ahora tan habituales como la obesidad infantil, la falta de socialización o el sedentarismo. Hacer deporte significa que los más pequeños se relacionan con otros chicos y chicas en un ambiente saludable, donde reciben una educación y una cultura deportiva con los valores que eso implica.

Además, el Centro deportivo El Perú Wellness potencia la posibilidad de que las familias puedan realizar deportes de forma conjunta y facilitar su unión a través del deporte. Padres e hijos pueden utilizar las instalaciones juntos, jugar un partido de pádel o disfrutar de las muchas clases que ofrece el centro.



PROMOCIÓN DE LOS PLANES FAMILIARES.

El Centro Deportivo El Perú Cáceres Wellness ha puesto en marcha una promoción para potenciar el uso de las distintas tarifas familiares de las que dispone. Así, quien se abone por un periodo de doce meses al centro ahora, disfrutará de una tarifa de 90 euros durante los primeros tres meses de contrato.

Es decir, si se escogiera un programa familiar Tipo I (Padres más hijos menores de 16 años), en vez de pagar 105 euros se pagarían 90 euros al mes; si se escogiera el programa familiar Tipo II (Padres más un hijo entre 16 y 25 años), en vez de abonar 110 euros al mes, se pagarían 90 euros al mes; y si se decantara por la opción familiar Tipo III (padres más hijos entre 16 y 25 años), en vez de pagar 140 euros al mes, se pagarían sólo 90 euros al mes.

¿POR QUÉ ELEGISTE EL PERÚ WELLNESS?



El tema de venir con los hijos es que puedes dejarlos haciendo deporte. Es algo que me viene bien a mi, y también a ellos, que empiezan a educarse en la cultura del deporte.

NÉSTOR



Porque es el único sitio al que podemos venir todos, madres, hijos y el espíritu santo. En serio, Nos encanta venir todos juntos a hacer deporte, sobretodo, a jugar al pádel.

MARÍA PAZ