#73 · SEP-OCT2025

La Revista

DE LA **FUNDACIÓN** CAJA DE **BURGOS**

Especial

SALUD MENTAL

Cultura ‘Hasta el final de la fiesta’ con Mamen García
Arte ‘Unir los fragmentos’: escultura entre dos siglos
Educación Toda la oferta de talleres escolares para este curso
Medio Ambiente Una apuesta por la renaturalización de los entornos industriales **Solidaridad** Innova Social ofrece formación en inteligencia artificial **Salud y Bienestar** Para empezar, un desafío fitness en los interClubes **Dinamismo empresarial** Los participantes en el programa Emprendedores toman la palabra

CAJADEBURGOS FUNDACIÓN

CAJADEBURGOS FUNDACIÓN

EDIFICIO NEXO (sede central y Centro de Dinamismo Empresarial)
Calle La Puebla, 1 | 09004 Burgos | www.cajadeburgos.com | fundacion@cajadeburgos.com | 947 258 113

@Fundcajaburgos
www.facebook.com/FundacionCajadeBurgos
www.cajadeburgos.com

Centro de Arte Caja de Burgos CAB | Saldaña, s/n | 09003 Burgos | 947 256 550
cab@cajadeburgos.com

Cultural Cordón | Casa del Cordón – Plaza de la Libertad, s/n | 09004 Burgos | 947 251 791
culturalcordon@cajadeburgos.com

Cultural Caja de Burgos
BURGOS | Avda. Cantabria, 3 | 09006 | 947 202 502
ARANDA DE DUERO | Plaza del Trigo, 8 | 09400 | 947 546 586
PALENCIA | Los Tintes, 5 | 34005 | 979 165 291
fundacion@cajadeburgos.com

Foro Solidario Caja de Burgos | Anna Huntington, 3 | 09004 Burgos | 947 221 566
forosolidario@cajadeburgos.com

Cordia Residencia de Personas Mayores | Avda. Cantabria, 35 | 09006 Burgos | 947 222 200
residencia@cajadeburgos.com

Educ@ Caja de Burgos | 947 258 113
educa@cajadeburgos.com

Colegio Aurelio Gómez Escolar | Avda. Costa Rica, 34 | 09001 Burgos | 947 460 120
colegioaureliogomezescolar@cajadeburgos.com

Colegio Virgen de la Rosa | Avda. Cantabria, 33 | 09006 Burgos | 947 221 332
colegiovirgenrosa@cajadeburgos.com

Planea Emprendedores | La Puebla, 1 | 09004 Burgos | 947 253 686
planea@cajadeburgos.com

Emprendedores | La Puebla, 1 | 09004 Burgos | 947 261 147
emprendedores@cajadeburgos.com

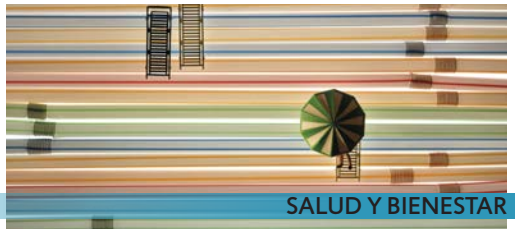
Mejora | La Puebla, 1 | 09004 Burgos | 947 256 930
mejora@cajadeburgos.com

Asocia Inversión | La Puebla, 1 | 09004 Burgos | 947 252 224
asociainversion@cajadeburgos.com

Palacio de Saldañuela | Ctra. Burgos-Soria, km. 11 | 09620 Sarracín | 947 404 005
palaciodesaldanuela@cajadeburgos.com

Aulas de Medio Ambiente Caja de Burgos
BURGOS | Glorieta Ismael Gª Rámila, 4 | 09007 | 947 278 672 | aulabuma@cajadeburgos.com
PALENCIA | Avda. Santiago Amón, 3 | 34005 | 979 165 291 | aulapama@cajadeburgos.com
VALLADOLID | Acera Recoletos, 20 | 47004 | 983 219 743 | aulavama@cajadeburgos.com

interClub Caja de Burgos
ARANDA DE DUERO | Pisuerga, 2 – 09400 | 947 510 073
interclubaranda@cajadeburgos.com
BRIVIESCA | Medina, 5– 09240 | 947 590 200
interclubbriviesca@cajadeburgos.com
BURGOS | Jesús María Ordoño, 9 – 09004 | 947 270 987
interclub@cajadeburgos.com
MEDINA DE POMAR | Juan de Medina, 2 – 09500 | 947 190 917
interclubmedina@cajadeburgos.com
MIRANDA DE EBRO | Ronda del Ferrocarril, 8 | 09200 | 947 320 654
interclubmiranda@cajadeburgos.com



Programa Recrea
recrea@cajadeburgos.com | 947 481 746

Nuevo curso, nuevas propuestas

73
sep
oct
2025
REVISTA DE LA FUNDACIÓN CAJA DE BURGOS

El nuevo curso llega con la segunda edición del programa de salud mental (con conferencias de expertos, charlas, y talleres, entre otras propuestas), el encuentro foroBurgos, Empresa y Sociedad y una renovada oferta de talleres para colegios e institutos del programa Educa.

En el plano cultural destacan los conciertos de Valeria Castro, Rita Payés y el dúo formado por Sole Giménez y Juan Valderrama, así como un ciclo de flamenco y una oferta teatral que arranca con *Música para Hitler,* con Carlos Hipólito y Kiti Mánver. Cultural Cordón acoge la exposición de escultura *Unir los fragmentos,* y el CAB inaugura las propuestas de Alain Urrutia, Cristóbal Hara y Virgnia Rivas.

Las Aulas de Medio Ambiente abren un nuevo curso del programa Hogares Verdes, en el Foro Solidario prosiguen los cursos de Innova Social para entidades del Tercer Sector y los interClubes proponen un desafío fitness para dar la bienvenida a sus nuevos usuarios. Recrea +60 renueva su programación basándose en el concepto de nuevas longevidades, y la residencia para personas mayores Cordia acoge interesantes conferencias sobre cuestiones de actualidad.

4 **CULTURA**

22 **EDUCACIÓN**

26 **ESPECIAL SALUD MENTAL**

33 **SOLIDARIDAD**

39 **MEDIO AMBIENTE**

46 **DINAMISMO EMPRESARIAL**

49 **SALUD Y BIENESTAR**

56 **RECREA +60**

60 **RESIDENCIA CORDIA**

62 **FUNDACIÓN**

64 **AGENDA**

EDITA: **Fundación Caja de Burgos** | REDACCIÓN: **Roberto Peral** | DISEÑO: **Julia Gründler y Alberto Labarga** | FOTO DE PORTADA:**Javier Nadal**
DL: BU-**461-2009**. ISSN: **2171-2433** | **Distribución gratuita** en espacios culturales y centros de la Fundación Caja de Burgos

cultura

Foto:Pedro Walter

El cuerpo después de todo

VALERIA CASTRO. La cantante canaria, una de las voces femeninas más importantes de la música española actual, presenta los temas de su segundo disco.

Tras completar una gira de 82 conciertos con entradas agotadas en teatros de más de 10 países con su primer álbum, Valeria Castro presenta *El cuerpo después de todo,* su segundo trabajo de larga duración. Producido por el ocho veces ganador del Latin Grammy Carles Campi Campón (Jorge Drexler, Natalia Lafourcade, Vetusta Morla), este álbum marca un ejercicio de maduración artística y personal. En él, la de La Palma da paso a una mujer fuerte que enfrenta sus miedos con valentía. Es un puzle de emociones que conecta con nuestros sentimientos más profundos y dormidos. Valeria, siempre fiel a su esencia, parece recordarnos aquella frase del escritor Antoine de Saint-Exupéry en *El Principito:* "Lo esencial es invisible a los ojos".

Valeria acumula importantes reconocimientos, entre ellos dos nominaciones al Latin Grammy y dos nominaciones al Goya, y a lo largo de su carrera ha colaborado con figuras icónicas como Julieta Venegas, Alejandro Sanz, La Oreja de Van Gogh, Silvana Estrada, Vetusta Morla, Vicente García o Sílvia Pérez Cruz, consolidándose como una voz imprescindible en la música hispana actual.

Valeria Castro (voz principal, guitarra y piano) estará acompañada sobre el escenario del Fórum Evolución Burgos por Meritxell Neddermann (teclado y coros), María de la Flor (guitarra, ronroco y coros), Carles Campi Campón (bajo), Borja Barrueta (percusión) y Joaquín Sánchez (vientos).

Domingo 9 de noviembre
Burgos (Fórum Evolución)
19.30 h | Entrada: 40 € (Zonas A y B) y 35 € (Zona C)

Rita Payés
De camino al camino

Rita Payés presenta su tercer álbum, trece canciones con las que se sumerge en la búsqueda de la belleza en las cosas cotidianas.

La trombonista y cantante barcelonesa da testimonio en su último trabajo de las raíces que nos conectan con nuestro origen y nos enlazan para seguir avanzando, una variada amalgama de estilos e influencias bajo un único hilo conductor: un camino. Con una propuesta artística consolidada, Payés propone un viaje musical donde la emoción, la maestría y la conexión con las raíces convergen de manera magistral.

Hija de músicos, Rita Payés es uno más de los talentos emergidos de la Sant Andreu Jazz Band, núcleo de donde han salido algunos de los más prometedores jóvenes músicos de la escena jazzística, como Andrea Motis, Èlia Bastida o Magalí Datzira. Ha colaborado con artistas de la talla de C Tangana, Jimmy Cobb, Scott Robinson y Silvia Pérez Cruz, entre otros.

Para este concierto se rodeará de grandes músicos, como Pol Batlle (guitarra y voz), Elisabeth Roma (guitarra), Juan Rodríguez (percusión) y Horacio Fumero (contrabajo).

Sábado 18 de octubre
Burgos (Avda. Cantabria, 3) | 19.30 h | Entradas: 22 €

King & Kraus
La leyenda continúa

Patricia Kraus y Claudette King, hijas de dos figuras emblemáticas de la música, se unen en un concierto que funde jazz, soul y blues.

Un concierto irrepetible une a dos herederas de la historia de la música: Patricia Kraus, hija del legendario tenor Alfredo Kraus, y Claudette King, hija del mítico BB King. Juntas, dan vida a un espectáculo vibrante que fusiona jazz, soul y blues con una fuerza y sensibilidad únicas.

Patricia deslumbra con su elegancia escénica y su dominio vocal, mientras Claudette transmite toda la intensidad y autenticidad del blues que corre por sus venas. Su repertorio, reinterpretado con libertad y personalidad, decanta estos géneros clásicos hacia territorios contemporáneos, ofreciendo una experiencia sonora tan potente como original y emotiva.

Kraus & King: La leyenda continúa es una celebración de la música como lenguaje universal. Una propuesta cargada de emoción, talento y complicidad artística, que conecta con el público más allá de estilos o generaciones. Un dúo inolvidable llamado a dejar huella en la escena internacional.

Sábado 15 de noviembre
Burgos (Avda. Cantabria, 3) | 19.30 h | Entradas: 22 €

Sole Giménez y Juan Valderrama

BOLEROS A DOS VOCES CON ORQUESTA SINFÓNICA. Herencia cultural de todos los hispanohablantes, el bolero más clásico es el centro del espectáculo 'Algo contigo', protagonizado por dos grandes cantantes y en formato sinfónico.

Dos de las voces más personales y elegantes de la música actual se unen para rendir homenaje a un género declarado por la UNESCO Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad. *Algo contigo* es un espectáculo de Sole Giménez y Juan Valderrama dedicado a todas esas obras de arte, compuestas por grandes maestros como Armando Manzanero, Los Panchos, Consuelo Velázquez, María Grever o Roberto Cantoral, que crean un universo de sentimientos sublimes, ya que quien disfruta de los boleros hace suyas sus letras, sinónimos de intimidad, amor, pasión o desengaños, envueltos en preciosas melodías.

Rodeados de una orquesta sinfónica de más de 30 músicos dirigidos por el maestro José Luis López Antón, los cantantes versionarán temas tan conocidos como "Esta tarde vi llover", "Te extraño", "Dos gardenias" y "Bésame", entre muchos otros, que Juan y Sole interpretan tanto de forma individual como haciendo exquisitos duetos.

Sole Giménez ha desarrollado su carrera a lo largo de más de 40 años, tanto en España como en América. Fue vocalista del grupo Presuntos Implicados durante veintitrés años y, ya en solitario, ha consolidado un estilo muy personal en el que el jazz se funde con los ritmos más latinos.

Periodista de formación, Juan Valderrama graba su primer trabajo, *La memoria del agua*, en 2002, que en apenas dos meses consigue ser Disco de Oro. Desde entonces ha grabado diez álbumes más. Ha hecho también incursiones en el jazz junto a grandes músicos del género.

Viernes 28 de noviembre
Burgos (Fórum Evolución) | 19.30 h
Entradas: Zona A: 40 € / Zona B: 35 €

Gigantes y cabezudos

Zarzuela

Una obra musical excepcional que forma parte de la banda sonora de la historia del género lírico español.

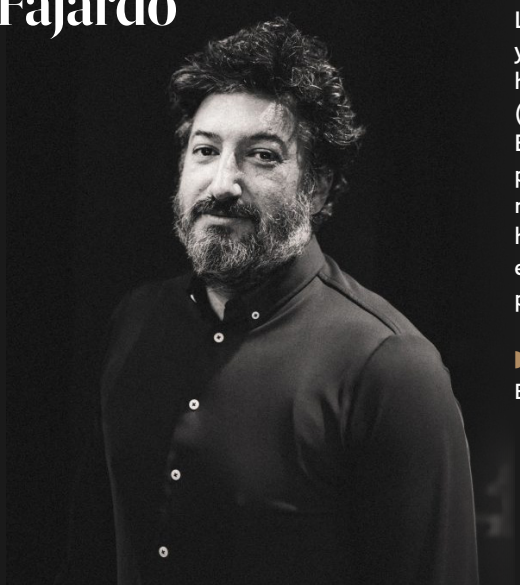
Coro: Orfeón Burgalés (directora: Marta Pilar Hernando)
Cuerpo de baile: Ballet Antología
Orquesta: Joven Orquesta Sinfónica de Burgos (director: Pedro Bartolomé)
Director de escena: Roberto Méndez
Vestuario: Fran de Benito
Escenografía: Jairo Fuentes
Luces y técnica: José Antonio Pereda – Bixvy
Coordinadora artística: Elisa Sanz
Director musical: Pedro Bartolomé

EL Orfeón Burgalés acompañará al Ballet Antología y a la Joven Orquesta Sinfónica de Burgos, con Roberto Méndez como director de escena y Elisa Sanz como coordinadora artística, en *Gigantes y cabezudos,* zarzuela con libreto de Miguel Echegaray y Eizaguirre y música del maestro Manuel Fernández Caballero.

La trama se desarrolla en Zaragoza, donde dos vendedoras se enfrentan por el aumento de impuestos y una joven, Pilar, espera a su novio, Jesús, quien lucha en la guerra de Cuba. Un sargento, enamorado de ella, inventa que Jesús se ha casado, pero, tras varios engaños, el novio regresa. Pilar, al descubrir la verdad, perdona al sargento, y la obra culmina con el emotivo reencuentro de Pilar y Jesús tras la procesión.

Sábado 27 y domingo 28 de septiembre
Burgos (Teatro Principal) | 19.30 h | Entradas: 30 € (Zona A), 24 € (Zona B), 15 € (Zona C) y 12 € (Zona D)

Fajardo



La carrera de José Antonio Fajardo, procedente de Fuerteventura y residente en Las Palmas de Gran Canaria, ha ido madurando hacia lo intransferible. Fajardo ha desarrollado una dicción y un (no) control de su propia voz fuera de todo alcance comparativo. El majorero lo ha dejado todo al margen y es capaz de embargar su propio cuerpo, de disponer la palabra al servicio de unas canciones que persiguen verdad por todas partes. Desde la visceralidad hasta la delicadeza más jonda, la voz de Fajardo enfunda su propia estampa compositiva de forma hermosa y necesaria. Como cauce para el arroyo, las piezas viven de otras mitades complementarias.

Viernes 17 de octubre
Burgos (CAB) | 19 h | Aforo limitado | Entrada: 12 €

+FLAMENCO

CONCIERTO

Diego Guerrero

Diego Guerrero es un creador atípico capaz de abordar distintos géneros de una forma comprometida y honesta. En la esencia de su lenguaje reside un poso profundamente flamenco enraizado en su tierra andaluza. Durante la infancia y adolescencia, junto a El Niño Miguel, aprendió que una orquesta sinfónica bien podía esconderse dentro de una guitarra.

En 2004 fusionó su experiencia en el mundo del flamenco con sus conocimientos musicales para arreglar y dirigir formando la primera Flamenco Big Band, en la que los mejores músicos de la escena nacional e internacional se aplicaban en hacer sonar los arreglos de un jovencísimo Diego Guerrero.

Viernes 24 de octubre
Burgos (Avda. Cantabria, 3) | 19.30 h
Entradas: 20 €

Mariano Mangas (guitarra) y Jorge Jiménez (percusión)

TALLER CONFERENCIA

Hablemos de compás

En esta conferencia exploraremos cómo los distintos palos flamencos –bulería, soleá, tango, entre otros– se tejen con precisión en el tiempo, revelando sus secretos expresivos y su evolución a lo largo de los siglos. Además, descubriremos los instrumentos tradicionales y contemporáneos que dan forma a la pulsación flamenca, desde el toque clásico hasta la incorporación del cajón y otros recursos modernos.

Jueves 16 de octubre
Burgos (Cultural Cordón) | 19.30 h
Entrada libre hasta completar aforo | Aforo limitado

TALLER MUSICAL

Entre cuerdas y golpes

Este taller ofrece un primer acercamiento al universo sonoro del flamenco, dirigido especialmente a guitarristas y percusionistas que deseen explorar el arte del compás, la expresividad rítmica y la interacción musical en este género único. Dirigido a mayores de 16 años que quieran ampliar su comprensión rítmica y potenciar su acompañamiento, el taller tendrá una duración de dos horas, una por cada especialidad instrumental.

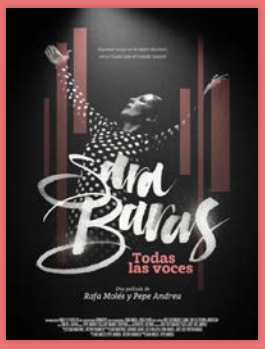
Sábado 18 de octubre
Burgos (Cultural Cordón) | 11.30 h
Entradas: 20 € | Aforo limitado

DOCUMENTALES

Sara Baras: Todas las voces

José Andreu, Rafael Molés.
España, 2017. 90 min.

Miércoles 1 de octubre



Morente, el barbero de Picasso

Emilio Ruiz Barrachina.
España, 2011. 92 min.

Miércoles 8 de octubre

Tocaoras

Alicia Cifredo. España, 2013. 60 min.

Miércoles 29 de octubre

Burgos (Cultural Cordón) | 19.30 h
Entrada libre hasta completar aforo

+FLAMENCO

Pentagramas para la Historia

La oferta teatral para los próximos meses incluye una evocación histórica, una pieza de ciencia-ficción y un monólogo con humor y música.

Carlos Hipólito, Kiti Mánver, Cristóbal Suárez y Marta Velilla

Música para Hitler

Pau Casals se vio forzado a exiliarse en el sur de Francia tras la Guerra Civil Española y se dedicó a ayudar a miles de compatriotas hacinados en los campos de trabajo cercanos. En 1943, bajo la ocupación nazi, el genio de la música recibió una inquietante invitación para tocar ante el Führer. El violonchelista sabía que negarse a hacerlo podría acarrearle terribles consecuencias. Estos dramáticos hechos son los que han inspirado a los autores a escribir *Música para Hitler,* un texto emocionante que recrea la personalidad de uno de los mayores artistas del siglo XX.

A partir de aquí la imaginación es libre y empieza el teatro. Los autores se detienen en el fotograma preciso de la película de la historia; lo analizan y nos hacen pensar en todos los detalles que enriquecen el momento. El conflicto interior del personaje de Johann, un violoncelista en la vida civil convertido en soldado por el reclutamiento bélico que se debate entre su veneración por Casals y su deber como soldado bien podría ser ficticio..., pero aquí reside la grandeza del teatro.

Sábado 4 de octubre
Burgos (Avda. Cantabria, 3) | 19.30 h
Entradas: 25 €

Mamen García y Albert Sanz
Hasta el final de la fiesta

'Hasta el final la fiesta' es una antología musical-emocional desordenada, cantada y contada en primera persona por Marta de la Luz, interpretada por Mamen García.

UNA obra que habla con humor de lo que implica ser mujer en estos tiempos, pero también de amor, de libertad, de deseos, de pasiones, de encuentros y desencuentros, habla de letras, de música, habla de dejar las cuentas saldadas, de cumplir las cosas pendientes. Habla de las ganas de vivir la vida hasta el final, de no entregarse ni bajar los brazos y de cantar sin parar. Habla de cumplir sueños. Habla de celebrarnos en el aquí y ahora como si fuéramos chicas de veinte años, aunque ya hayamos cumplido los setenta.

Mamen García ha cautivado al público con su versatilidad y talento interpretativo. Actriz, cantante y compositora, ha participado en series televisivas como *La que se avecina* o *Señoras del (h)AMPA* y en películas como *El bar, Paella Today* y *Mamá o papá*.

Viernes 21 de noviembre
Burgos (Avda. Cantabria, 3) | 19.30 h | Entradas: 25 €

Alicia Borrachero, Elena Rivera, Itzan Escamilla y Fran Perea *El efecto*

'El efecto', de Lucy Prebble (creadora de la serie 'Succesion'), es una experiencia teatral intensa y estimulante que examina con profundidad y humor el origen del amor y los límites de la ética.

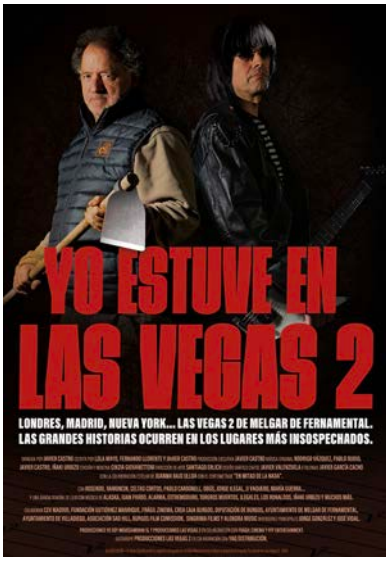
¿ESTÁS enamorado o solo estás experimentando una descarga fuerte de dopamina? ¿Hay alguna diferencia? ¿Tu "yo" verdadero se distingue en algo de la neuroquímica de tu cerebro? Estas son las preguntas que se hacen Connie y Tristán cuando descubren que están enamorados. El problema es que no saben si la conexión que sienten es real o si es la consecuencia de un nuevo antidepresivo. Ellos son dos voluntarios en un ensayo clínico-farmacológico y su romance genera alarmantes dilemas para sus médicos supervisores.

La obra evoca la perturbadora sensación de que no somos más que un conjunto de sustancias químicas en experimentos continuos y cuestiona sin cesar qué partes de nuestro cerebro y de nuestro cuerpo podemos controlar y en cuáles podemos confiar.

Domingo 14 de diciembre
Burgos (Avda. Cantabria, 3) | 19.30 h | Entradas: 25 €

The Ramones en Melgar

Presentación de 'Las Vegas 2, el documental' (Javier Castro)
Proyección del cortometraje 'En medio de la nada' (Juanma Bajo Ulloa)



Fernando Martín, Llorente y Lola mayo, guionistas, Juanma Bajo Ulloa, director colaborador, y Javier Castro, director, productor y distribuidor, desgranarán el proceso creativo la película *Las Vegas 2, el documental,* que narra la increíble y casi inverosímil historia de la mítica sala de fiestas Las Vegas 2, situada en el pequeño pueblo burgalés de Melgar de Fernamental. Un lugar donde, contra todo pronóstico, llegaron a actuar leyendas como The Ramones, Motörhead, Héroes del Silencio o Texas, convirtiéndose en un fenómeno cultural sin precedentes en la España rural de los años 80 y 90. El documental recorre esta epopeya a través de entrevistas emocionantes, archivos inéditos, humor y mucha música.

A continuación se proyectará el cortometraje *En mitad de la nada,* dirigido por el ganador de varios premios Goya Juanma Bajo Ulloa e incluido en la película. *Las Vegas 2, el documental* se proyectará a partir del 8 de noviembre en salas comerciales de la capital burgalesa.

Burgos (Cultural Cordón) | 19.30 h
Entrada con invitación (las invitaciones podrán recogerse en Cultural Cordón a partir del martes 14 de octubre).

Mi primer festival de cine

Para extender el espíritu del certamen *¡Larga vida al corto!* al público más joven, llega una experiencia cinematográfica única para disfrutar en familia de un auténtico festival para niños y niñas entre 2 y 12 años, que quiere difundir un cine plural y creativo, con películas de todo el mundo y de todos los tiempos, con el objetivo de entretener, educar, estimular la imaginación y la creatividad y despertar el espíritu crítico.
Se proyectará en cuatro sesiones una cuidada selección de cortometrajes variados con el propósito de que los espectadores tengan una primera experiencia cinematográfica estimulante, variada y ajustada a su edad. Son trabajos de reciente producción, hechos con distintas técnicas de animación y procedentes de diferentes países.

Domingo 9 de noviembre
De 2 a 4 años | 12.30 h

Domingo 16 de noviembre
De 4 a 7 años | 12.30 h

Sábado 22 de noviembre
De 7 a 10 años | 18.30 h

Sábado 29 de noviembre
De 10 a 12 años | 18.30 h

Burgos (Cultural Cordón)
Entrada: 3 € por sesión

SALA DE EXPOSICIONES DE LA CASA DEL CORDÓN

Plaza de la Libertad, s/n
Tel.: 947 251 791
www.culturalcajadeburgos.es
culturalcordon@cajadeburgos.com

HORARIO

De martes a sábados de 11.30 a 14 h y de 17.30 a 20.30 h
Domingos y festivos de 11.30 a 14 h. Lunes cerrado.
Visitas guiadas: martes, miércoles y jueves a las 19 h y primer domingo de cada mes a las 12.30 h
Visitas concertadas: 947251791. Entrada gratuita.

Entre dos siglos

UNIR LOS FRAGMENTOS. Una celebración de la belleza en la Colección Julio Plaza
Del 7 de octubre al 11 de enero.
Cultural Cordón.
Entrada libre

La sala de exposiciones de Cultural Cordón acoge la muestra 'Unir los fragmentos. Una celebración de la belleza en la Colección Julio Plaza', compuesta por 62 esculturas y 16 pinturas internacionales de finales del siglo XIX y comienzos del XX

AMMEDEO GENNARELLI. *Nu féminin* [Desnudo femenino]. Francia, años 20. Mármol blanco.

SALA DE EXPOSICIONES DE LA CASA DEL CORDÓN

Exposición adaptada a personas con diversidad funcional auditiva

UNIR LOS FRAGMENTOS. Una celebración de la belleza en la Colección Julio Plaza
Del 7 de octubre al 11 de enero. Cultural Cordón. Entrada libre

La escultura ha sido uno de los puntales históricos del arte español. Desatendida durante años, hoy conoce un nuevo renacer de la mano de grandes exposiciones, como la que presenta la Fundación Caja de Burgos junto a la Colección Julio Plaza.

Centrada en el entorno de 1900, con la Exposición Universal de París de ese mismo año como telón de fondo, la singularidad de esta colección recae sobre su carácter internacional. Aún más diferenciador es la presencia nítida y destacadísima de mujeres escultoras, un aspecto casi inédito en muchas de las colecciones públicas y privadas y que confiere a la Colección Julio Plaza un carácter único, diverso y estimulante.

El vertiginoso tránsito entre los siglos XIX y XX, con su incesante y agitada sucesión estilística, se ha visto reflejado en la selección efectuada para este proyecto con obras de ascendencia romántica, realista, simbolista, ecléctica y, por supuesto, modernista, *art nouveau* y *art déco*. La exposición *Unir los fragmentos*, producida en exclusiva para Cultural Cordón, ofrece además un interesante acercamiento a realizaciones pictóricas de este mismo período con los que la Colección Julio Plaza recientemente ha incrementado sus fondos.

La muestra que presentamos en exclusiva en nuestro espacio ha querido huir de clasificaciones temporales y estilísticas para procurar una aproximación estética y diversa, como fue en rigor ese misceláneo fin de siglo. Dividida en cinco secciones, las sesenta y dos esculturas –y las dieciséis pinturas que las acompañan– abordan aspectos centrales de las temáticas más recurrentes en los diferentes centros de producción de Francia, Alemania, Italia, España y Estados Unidos.

1.

La antigüedad recreada

La devoción por el mundo clásico permitió a muchos artistas del período ignorar la cotidianeidad y las urgencias sociales de su tiempo. No solo esta sección contiene palpitaciones mitológicas, como la *Diana cazadora* de Célestin-Anatole Calmels o la *Amphitrite* de Eugène Déplechin; también se evocan pasajes de ficción histórica, como el extraordinario *César cruza el Rubicón* del gran Jean-Léon Gérôme o *La carrera romana* de Ulpiano Checa. La nómina se engrandece con obras de los alemanes Ernest Seger y Fritz Rosenberg, del austriaco Adolf Josef Pohl o de los franceses Jeanne Itasse, Édouard Drouot y Claire Colinet. Entre las pinturas debe señalarse la obra de Ramón Stolz Viciano.

2.

El juego de la luz

La oposición de volúmenes y texturas genera zonas de sombra y matiza la rotundidad de los cuerpos desnudos. En la escultura de finales del siglo XIX y comienzos del XX estas soluciones plásticas permiten a los artistas ganar en profundidad y crear perspectivas ilusorias que agigantan el tamaño de las tallas. Creadores como Josep Llimona, Constantino Barbella y Émile Fernand-Dubois emplean con maestría los nuevos recursos de la representación natural. La lista de autores se completa con el escultor naturalista alemán Fritz Klimsch y con el italiano Ammedeo Gennarelli, junto al gran retratista Anselmo García Nieto.

3·

Idealizar la forma

Algunos de los autores de este período buscan despojar a la escultura de cualquier elemento accidental que perturbe la contemplación de la forma. Esculturas como *Pureza* de A. Fagioli "Donatello" se resuelven entre el deseo de sublimar la representación y la gravedad mística del contenido. Más liviana resulta la *Maternidad* de Dante Zoi, o la danzante *art déco* de Ferdinand Ouillon-Carrère. Los bustos de Henri Jacobs, Dominique Alonzo y Fortunato Gori nos conducen hacia el mejor *art nouveau* y el *art déco*. La selección se completa con las obras de Antonin Carlès, Jaques Loysel, Max Le Verrier y las mujeres escultoras Marie Michel, Agnès de Frumerie y Denise Delavigne, junto con la pintura de Neysa McMein y de Julius Jakob.

Desplegar la narrativa

La escultura de este tiempo próximo a 1900 recogió muy diferentes temáticas, no siempre en consonancia con la realidad social y artística del momento. Al perpetuar un costumbrismo por completo edulcorado en las esculturas destinadas a los salones particulares, se incurrió en una falta de ambición estética, en una rutina complaciente con los encargos oficiales y privados. Por ello resultan de gran interés obras como el bronce y la escayola de Miguel Blay relacionados con *Primeros fríos*, *Las ancianas de Agnès* de Frumerie o *La pieuvre* (el pulpo) de Alfred Foretay. El conjunto se completa con obras de Mathurin Moreau, Émile Hébert, Ulpiano Checa y Mariano Benlliure, a los que debe sumarse la pintura de Rafael Pellicer Galeote.

4·

5·

Gestualidad, emoción y sentimiento

Hacer visibles las emociones y los sentimientos en la escultura, por su propia naturaleza inmóvil, requirió en ocasiones de una cierta convención que artistas como Rodin sacudieron en su búsqueda de escorzos, posturas y actitudes hasta entonces inéditas. El lenguaje del cuerpo en la escultura partía de experiencias previas en los bustos de carácter de Messerschmidt y en los "concursos de la cabeza de expresión" organizados desde 1760 en la Escuela de Bellas Artes de París. Esta última sección incluye piezas de Messerschmidt, Carpeaux, Villanis, Larche y Agnès de Fumerie. Las aportaciones de Aronson, Pedro Zonza, Paul Philippe y Anna Coleman Ladd dan perfecta idea del profundo cambio de rumbo tomado por la escultura en torno a 1920.

1. **RAMÓN STOLZ VICIANO**. *Desnudo*. España, 1933. Óleo sobre lienzo.

2. **CONSTANTINO BARBELLA**. *Ebbrezza* [Embriaguez]. Italia, 1912. Mármol blanco.

3. **Atribuida a DANTE ZOI**. *Maternidad*. Hacia 1920.Mármol blanco, espeleotema y mármol portoro.

4. **MIGUEL BLAY.** *Primeros fríos*. Primer tercio siglo XX. Escayola patinada.

5. **AGNÈS DE FRUMERIE.** *Pensamientos*. Hacia 1900. Gres decorado.

TALLERES ARTÍSTICOS PARA NIÑOS Y NIÑAS
Experimenta y crea con... *La colección de Julio Plaza*

En esta actividad, los pequeños de la casa podrán descubrir de cerca el realismo con el que los artistas de la época trabajaban sus obras para acabar convirtiéndose en uno o una de ellas. Experimentarán con materiales como escayola, alginato, arcilla..., con los que podrán realizar su propia escultura realista.

- **Sábado 25 de octubre de 17.30 a 19.30 h**
- **Sábado 15 de noviembre de 17.30 a 19.30 h**
- **Domingo 7 de diciembre de 12 a 14 h**
- **Sábado 10 de enero de 17.30 a 19.30 h**
- **Para niños y niñas entre los 6 y los 14 años**
- **Precio: 6 €**

CENTRO DE ARTE CAJA DE BURGOS. CAB
Saldaña, s/n | Tel.: 947 256 550
www.cabdeburgos.com | cab@cajadeburgos.com
@CabdeBurgos CabdeBurgos cabdeburgos

HORARIO

De martes a viernes: de 11 a 14 y de 17 a 20 h
Sábados: de 11 a 14.30 y de 17 a 20 h. Domingos y festivos: de 11 a 14.30 h. Lunes y fiestas locales: cerrado.
Paseos mediados: sábados a las 13 y a las 18.30 h y domingos a las 13 h

▶ ***Principiante*** es una vuelta de Hara al blanco y negro tras abandonarlo por completo en 1985 ▶ **En sus imágenes desatiende** las normas de la composición, altera las reglas para que sea el movimiento implícito el que tome las riendas ▶ **El artista madrileño** fotografía lo extraordinario de lo ordinario, lo atípico en lo típico, la soledad en la compañía

Primeros disparos

Cristóbal Hara: *Principiante*
Del 3 de octubre al 18 de enero
Centro de Arte Caja de Burgos CAB. Nivel -2
Entrada libre

Contar con Cristóbal Hara (Madrid, 1946) para la presentación de un nuevo proyecto en un centro de arte contemporáneo es, sin duda, un acontecimiento en sí mismo. El Premio Nacional de Fotografía de 2022, uno de los autores más reconocidos en activo en nuestro país y, también, uno de los más radicales y esquivos a la hora de ser encuadrado en cualquiera de los grupos y movimientos que han conformado la historia de la especialidad, comparece en el CAB con una obra que es tanto inédita y actual como germinal y preparatoria en su trayectoria.

Las fotografías que conforman *Principiante* (exposición coproducida por Fundación Caja de Burgos junto a la Fundación Juan March), capturadas a finales de los años sesenta y hasta comienzos de los ochenta, no habían sido presentadas en su totalidad hasta ahora. Cristóbal Hara ha revisitado para este trabajo negativos y primeras copias, ha positivado y editado nuevas impresiones y las ha preparado igualmente para darlas a conocer en una publicación de difusión internacional editada con el cuidado y el celo que el propio fotógrafo exige siempre para sus trabajos.

Repartidas en diferentes series *(Soldado en España; Niños de Cuenca* y *Fotografías Españolas)*, el conjunto se compone de más de sesenta imágenes que recogen diferentes invariables de nuestro país. La toma, el acontecimiento recogido en ellas, con ser relevante, se resuelve por el autor con una originalidad por completo contemporánea. Los famosos encuadres de Hara que han caracterizado su fotografía en color, en los que muchas veces desliza hacia los extremos lo que pareciera sustentar el relato de la fotografía y que han determinado una iconografía propia, se preludian en la realidad especular captada en las atrevidas perspectivas y enfoques en blanco y negro. Podría decirse que el contexto histórico y documental en su trabajo no caduca, no declina al convertir lo eventual y episódico en un invariable persistente.

Se ha dicho de Hara que fotografía lo extraordinario de lo ordinario, lo atípico en lo típico, la extrañeza en la alegría, la soledad en la compañía. Cuando localiza un tema siente que incluso puede olvidarse de él, que los aspectos formales se apoderan de la imagen. Como reza la frase de Ortega y Gasset que Hara gusta citar, "solo lo fantástico puede ser exacto".

Atención al tono

▶ **Virgina Rivas** investiga los rangos de percepción a los que somos sensibles los seres humanos dentro de los espectros sonoro y visual ▶ **La exposición exalta** el ruido y el color para ofrecer al espectador la posibilidad de percibirlos con atención ▶ **La trayectoria de Rivas** se ha sustentado sobre la pintura, a la que ha otorgado un valor por sí misma

Virginia Rivas: *El color del ruido*
Del 3 de octubre al 18 de enero
Centro de Arte Caja de Burgos CAB. Nivel -1
Entrada libre

La propuesta de Virginia Rivas (Madrid, 1981) para el CAB parte de la clasificación de ruidos en el espectro sonoro y su identificación cromática, con arreglo a lo que se ha llamado la densidad de su potencia, desde la que se establece una analogía entre la onda visible y la audible. Según la clasificación comúnmente aceptada, cuando la densidad espectral de potencia de un ruido es uniforme, se identifica con el blanco, mientras que el color se define en función de los usos de tonos graves y frecuencias bajas. Blanco, rosa, gris, verde y marrón son los ruidos y los colores que determinarán cinco instalaciones complementarias y a la par independientes. Unas columnas traslúcidas convocan al espectador a sumergirse en la textura sonora elegida por la autora. La visión desde el interior transforma el espacio y altera la coloración del resto de instalaciones, mientras reafirma la coincidente en espectro y tonalidad.

No es casual que para el ruido, el sonido, la música y la pintura se utilicen términos análogos: coloración, tonalidad, espectro... En la investigación de Virginia Rivas, las espectrografías de los ruidos (olas de mar para el rosa; lluvia para el verde, interferencia electrónica para el gris; señal estática para el blanco y crispación de agentes naturales para el marrón -en realidad rojo-) han generado colores específicos, creados por la autora para este proyecto persiguiendo la misma dispersión cromática provocada por las estridencias sonoras. Para la selección de las cinco instalaciones en función de estos determinados colores se ha atendido al uso de los ruidos en terapias de sonido aplicadas a problemas de sueño, concentración, ansiedad y *tinnitus* (escucha de ruidos internos en los oídos). "En cambio, los ruidos azules y violetas, al ser muy agudos, son más desagradables y no tiene estos usos", indica Virginia Rivas.

La investigación teórica, notas, apuntes, diapositivas, configuraciones electrónicas, pruebas y paletas de color, las mezclas de pintura creadas para cada ruido comparecen también en la exposición en una sala de procesos que explica el complejo desarrollo de la propuesta de Rivas.

Cruce de miradas

▶ **La pintura de Alain Urrutia** parte de un dibujo preciso planteado por el artista como un combate con la certidumbre de la imagen ▶ **El artista se plantea** el rol del espectador y su mirada como constructor de la obra de arte ▶ **Los seis dípticos** que articulan la muestra contienen rostros observantes ante los que no cabe más que el sometimiento

Alain Urrutia: *Regard sur le regard*
Del 3 de octubre al 18 de enero
Centro de Arte Caja de Burgos CAB. Nivel +1
Entrada libre

El proyecto que aborda Alain Urrutia (Bilbao, 1981) para el CAB profundiza en una de las cuestiones centrales para el arte contemporáneo: ¿existe el arte sin espectador?, ¿cabe calificarlo como tal si ni siquiera cabe la posibilidad de su contemplación? Urrutia parte para su trabajo de una aseveración. Es la fotografía la que convierte en realidad una imagen; la pintura transforma la imagen (la representación, por tanto) en otra realidad en la que está presente el propio acto de pintar, su hacer, su fábrica, pero también su propia sintaxis. De este modo no cabe más que una contemplación distante y valorativa en la que el espectador somete a juicio interpretativo las imágenes que presencia, y cuya procedencia asume conocer a la par que se cuestiona su misma certeza.

La primacía que otorga Alain Urrutia a la responsabilidad del espectador y a su mirada se ha sustentado, en las exposiciones precedentes, sobre una formalización muy concreta: el uso del fragmento, extractado y acotado en ocasiones a unos tamaños y unos límites de apariencia portátil. La exposición que Urrutia presenta en el CAB supone un completo cambio de paradigma. No se trata en exclusiva de su comparecencia con unos tamaños desmesurados (solo vistos hasta ahora durante unos pocos días en una nave industrial en Berlín, por lo que en rigor son inéditos), sino porque su escala conlleva también una nueva inversión en el papel del espectador y su mirada.

Los seis dípticos que articulan *Regard sur le regard* contienen rostros observantes ante los que no cabe más que el sometimiento. Subordinado quien los contemple por la altanera fijeza de las representaciones extraídas de iconos arqueológicos, escultóricos y pictóricos, el espectador pasa a ser también parte de la obra al confrontar su mirada dinámica con la de la imagen inerte. Todavía más, ambos, espectador y representación, pasan a ser un nuevo todo a ojos de un tercer testigo.

"Propongo un cruce de miradas en las que el espectador es parte del espectáculo", concluye Alain Urrutia.

Entrevistas con los artistas interpretadas en lengua de signos

CABEXPERIMENTA
ENCUENTROS CON EL ARTE.
Café, pastas y mucho arte

■ **Jueves 16 de octubre, 13 de noviembre y 11 de diciembre.**
De 17.30 a 19 h
A partir de 16 años.
Precio: 5 €
Inscripciones abiertas hasta el 10 de octubre.

Desde el CAB proponemos un espacio de diálogo y encuentro. Conversaremos sobre a qué llamamos arte, si el arte contemporáneo y el moderno son lo mismo, cuál es la labor de un museo y un centro expositivo, o qué es lo que pasa con ese plátano pegado en la pared. En cada encuentro se propondrá un tema diferente y todos los puntos de vista y opiniones serán bien recibidos.

CATA INFUSIONES con María Villanueva de 'La Oruga Azul'

■ **Jueves 23 de octubre.**
De 18.30 a 19.30 h
Precio: 5 €
Inscripciones abiertas hasta el 19 de octubre.

Ven a disfrutar al CAB de una tarde distinta, aguas perfumadas, sabores extraños... Una experiencia sensorial que no solo va a involucrar tus ojos para percibir el arte de las exposiciones del CAB, sino tu olfato y tu gusto, aprendiendo y descubriendo más sobre esos brebajes tan exóticos.

CLUB DE LECTURA DE CÓMIC

■ **Jueves 30 de octubre, 27 de noviembre y 18 de diciembre.**
De 18.30 a 19.30 h
A partir de 16 años.
Precio: 5 €
Inscripciones abiertas hasta el 26 de octubre.

Un lugar de encuentro para conocer mejor el noveno arte que tanto nos ha interesado desde pequeños. Un medio con un lenguaje propio, una mezcla única de diferentes ramas artísticas y una gran manera de devorar lectura. Aprovecha la excusa para recordar y descubrir qué hace al tebeo tan especial con una propuesta de lectura un poco diferente.

CABESCÉNICAS

VISITA CON ARTISTA

■ **Viernes 3 octubre. 18 h**
Sábado 4 de octubre. 12 h
Coincidiendo con la inauguración del nuevo bloque expositivo, el CAB organiza el habitual "Encuentro con artistas" como parte del acto inaugural. Los artistas nos guiarán por sus exposiciones.

FESTIVAL TRIBU: TERRITORIO CAB

■ **Sábado 20 y domingo 21 de septiembre.**
De 12 a 14 y de 17 a 20 h
Espacio para la creación en familia.
Arte y comunidad para jóvenes y familias.
Encuentros creativos en el corazón de la ciudad.

CABEXPERIMENTA: NIÑOS Y FAMILIAS

Una nueva manera de experimentar el CAB en familia

PERDIDOS POR EL CAB

■ **Sábado 18 de octubre.**
Dirigido a público familiar: niñas y niños de 4 a 12 años acompañados de uno o dos adultos.
De 17.30 a 19.30 h
Precio: 5 € por persona
Inscripciones abiertas hasta el 12 de octubre.

¿No os pasa que a veces, en una exposición, no sabéis por dónde empezar? Vamos a conocer mejor las exposiciones de este ciclo en el CAB de una manera diferente: nos ayudaréis a orientar a los visitantes en este nuevo ciclo expositivo. Les indicaremos cómo creemos que deberían recorrer el centro. En este taller aprenderemos sobre la arquitectura del CAB y cómo se plantea el discurso de una exposición.

CABCONTINUA DESCUBRIENDO A...

El CAB ofrece la oportunidad de conocer

a los artistas que actualmente exponen en el CAB a través de sus propias reflexiones. Proyectamos en la sala ACTO las entrevistas realizadas a los artistas.
Abierto en el horario del Centro.

PASEOS MEDIADOS

Visitas comentadas de la mano de un mediador a las exposiciones de los artistas en exposición los fines de semana.
Sábados a las 13 y 18.30 h
Domingos a las 13 h

CABÚNICOS
LOS CUADERNOS DE DIBUJO DEL CAB

■ **Sábado 25 y domingo 26 de octubre.**
A partir de 12 años.

Te proponemos un encuentro a través del dibujo para crear tus propias obras en el CAB. Nosotros te proporcionaremos materiales y un cuaderno de trabajo sobre el que dibujar libremente.
Recorre el CAB, sus exposiciones, sus salas o incluso sus exteriores y busca tu espacio de creación, donde el dibujo sea tu forma de expresión.
Durante los días 26 y 27 de octubre y en el horario de apertura del Centro te facilitaremos los materiales y recepcionaremos los cuadernos.
Los cuadernos con los dibujos realizados se podrán ver expuestos desde el 28 de octubre al 30 de noviembre en la planta principal y en nuestras redes sociales.
Una vez terminada la muestra podrás llevarte tu cuaderno.

CÍRCULOS DE SILENCIO EN EL CAB

Tiempo de silencio

Miércoles 15 de octubre. 19 h
Duración: 30 min.
Entrada libre hasta completar aforo.
Encuentros de meditación que se llevan a cabo en los espacios expositivos del CAB de la mano de Enrique Cuesta Camino, Francisco Villar Mata, Altamira Arcos Manso y Beatriz Martínez Caballero.

CAB + 60

EL CAB EN COMPAÑÍA

■ **Martes 21 de octubre.**
De 18 a 19 h
Inscripciones abiertas hasta el 17 de octubre.

Si tienes 60 años o más y ganas de compartir una experiencia en torno al mundo del arte, el CAB es tu lugar de encuentro.
Nuestros mayores son actores de su propia experiencia, tienen presencia y desarrollan pertenencia activa en el centro.
Ofrecemos recorridos grupales en los que la palabra y la mirada se abren al arte, a la memoria y a la historia personal. Puedes venir solo o con tu grupo de amigos.
Es necesaria inscripción previa indicándonos la fecha elegida en el 947 256 550.

ARQUITECTURA DEL CAB: LO QUE EL CAB ESCONDE

■ **Martes 28 de octubre.**
De 17.30 a 19 h
Inscripciones abiertas hasta el 24 de octubre.

¿Alguna vez te has preguntado cómo son los espacios del CAB que habitualmente no se pueden visitar?
El CAB es un edificio con una arquitectura única, te invitamos a conocerlo recorriendo sus salas, los lugares donde se almacenan las obras de arte, los materiales de montaje, etc.
Puedes venir solo o con tu grupo de amigos. Es necesaria inscripción previa en el 947256550.

CUADERNO EDUCA

La Fundación Caja de Burgos lanza su oferta educativa para centros escolares con más de un centenar de actividades para el curso 2025/2026.

Juguemos a aprender

La Fundación Caja de Burgos ha lanzado ya la nueva oferta educativa para el curso 2025/2026, que pone a disposición de todos los ciclos educativos de los colegios e institutos de la provincia burgalesa y que comprende más de 120 actividades relacionadas con el Arte y la Cultura, la Educación Emocional, la Educación en Valores, el Medio Ambiente, la Nutrición y la Salud y el Emprendimiento.

Esta oferta ha sido unificada y recogida pormenorizadamente en el 'Cuaderno Educa', que está a disposición de los centros educativos. El cuaderno incluye una ficha por cada actividad programada en la que se explica de una forma muy visual en qué consiste y con qué objetivos ligados a los intereses curriculares se plantea, así como información sobre los destinatarios a los que va dirigida y lugar y fechas de realización. Esta oferta también está disponible en el espacio web www. cajadeburgos.com/educa, donde se puede realizar la inscripción y solicitud de actividades y descargar los correspondientes materiales didácticos.

CULTURA

El área incluye espectáculos, conciertos didácticos y actividades relacionadas con la creación plástica, así como diferentes propuestas ligadas a las exposiciones temporales acogidas en el Centro de Arte Caja de Burgos CAB y Cultural Cordón. Asimismo, se ofrecen funciones de teatro en inglés y francés con el objetivo de reforzar el aprendizaje de otros idiomas y apoyar los proyectos de bilingüismo de los centros docentes.

En colaboración con el Cabildo de la Catedral y la Universidad de Burgos, se incorpora a la oferta la actividad *Juan de Fonseca y los capitanes intrépidos,* un taller de cartografía que se desarrolla entre la Escalera Dorada y la puerta de Pellejería de la Catedral de Burgos. Educa significará además varios días internacionales: el dedicado a la paz contará con la representación de *Aquí duermen ciervos,* de Arawake Teatro; para el de la música se celebrará el concierto *El rock se cuela en la escuela,* y el de la Poesía se ligará a un espectáculo basado en la obra de Gloria Fuertes.

Una de las novedades más destacadas es *Cervantes encantado,* un espectáculo inmersivo sobre el autor del Quijote y el Siglo de Oro que reunirá en seis sesiones a 25 niños y niñas sobre el escenario con gafas 3D.Al programa de salud mental se incorpora la obra de teatro *La burbuja de Julia,* una historia de superación de un caso de acoso escolar, y se mantienen iniciativas tan exitosas como Cantania y Música en Ruta.

ARTE

En el ámbito artístico se añaden varias novedades interesantes, que se suman a los habituales talleres creativos relacionados con las exposiciones de Cultural Cordón.

En el CAB, los estudiantes de Secundaria comprenderán en el taller *Ese cuadro me mira raro,* basado en las exposiciones de Alain Urrutia, Virginia Rivas y Cristóbal Hara, que la mirada en el arte es fundamental, y no solo la del autor al realizar una obra, sino también la del visitante al observarla.

Las mismas instalaciones son el punto de partida de *La mirada del principiante,* taller dirigido a Bachillerato y Ciclos Formativos que ayudará a reflexionar sobre cómo reaccionamos a las imágenes, a comprender los estímulos que nos afectan y a desarrollar una mirada crítica al pasado.

El taller *Con la miel en los labios,* pensado para Educación Infantil, propone, a través del primer ciclo expositivo de 2026 en el CAB, una toma de contacto con cuestiones

climáticas actuales que los jóvenes estudiantes deben ir conociendo. Y *El zumbido del arte,* para Educación Primaria, aprovechará el segundo ciclo de exposiciones del centro de arte contemporáneo para plantear la importancia de mantener un equilibrio con nuestro entorno y cómo está amenazado actualmente a través de la paulatina desaparición de las abejas.

SOLIDARIDAD

En el Foro Solidario se desarrollan los talleres de Educación emocional, que persiguen favorecer el conocimiento de uno mismo desde edades tempranas, y de Educación en Valores, que acercan a los escolares valores sociales que facilitan la convivencia.

Destacan para este curso propuestas como *Movimiento consciente. Muévete con cabeza y coordinación*, que combina de forma dinámica y vivencial técnicas como *Animal Flow* –un método diseñado para mejorar coordinación y potencia—junto con el método Feldenkrais, que emplea movimientos suaves y exploratorios para aumentar la conciencia corporal, reeducar patrones motrices y fomentar neuroplasticidad.

Neurociencia del cuerpo. Cómo moverse para aprender mejor es una experiencia dividida en dos partes –teórica y práctica– que revela cómo el movimiento consciente y la atención corporal potencian funciones cerebrales clave como la atención, la memoria y la regulación emocional. En *Emociones reveladas. fotografía que conecta*, niñas y niños usarán la fotografía simbólica y herramientas de fototerapia educativa para explorar y expresar sus emociones de manera creativa.

La inteligencia artificial como aliada del desarrollo personal, la creatividad y el pensamiento crítico está en el centro de *IA con alma. Tecnología con propósito*, y *Revolución interior* habilitará un espacio seguro y reflexivo donde el alumnado utilizará círculos de diálogo, escucha activa y dinámicas simbólicas para expresar y compartir emociones.

Se incorporan también a la oferta educativa del curso 2025/2026 los talleres *Laboratorio de talento emocional, Deporte con Valor, El descanso* y *Escucha activa*.

MEDIO AMBIENTE

Las Aulas de Medio Ambiente han diseñado el taller *El cambio climático a través de las aves,* un proyecto sobre el efecto del cambio climático en la biodiversidad, que con la instalación de un bebedero y un comedero videovigilados monitoriza aves urbanas. Se trata de una iniciativa que fomenta la participación de la comunidad educativa en la observación de las aves de su entorno, incentiva el vínculo entre los niños y niñas con las aves y fomenta el respeto hacia ellas.

Uno de los valores añadidos más importantes de este proyecto es su potencial de formar y crear conocimiento en la comunidad educativa que participa en la iniciativa, pues brinda una gran oportunidad para que los niños, niñas y docentes se impliquen en proyectos reales, significativos y que les aporten muchos aprendizajes competenciales.

SALUD Y BIENESTAR

Los interClubes aportan al programa Educa una apuesta sólida por la salud y el bienestar de niños y adolescentes, abordando temas de relevancia social a través de actividades participativas y supervisadas por un equipo multidisciplinar de psicólogos, nutricionistas y otros expertos, que aseguran una atención personalizada y adaptada a las necesidades de cada grupo.

Cabe citar los talleres de higiene postural, para prevenir lesiones de espalda y mejorar su bienestar general; *InterChef*, que fomenta hábitos alimentarios saludables y la autonomía en la cocina desde edades tempranas; *El Puzzle de los alimentos* y *Nutrición para adolescentes*, propuestas concebidas para concienciar sobre la importancia de una alimentación equilibrada y saludable durante la infancia y la adolescencia; y *Defensa personal,* cuyo propósito es que los participantes aprendan a cuidarse, desarrollando habilidades de autoprotección y aumentando su confianza u seguridad personal.

DINAMISMO EMPRESARIAL

En el ámbito del emprendimiento se mantiene en la oferta *Planea Emprendedores,* programa didáctico dirigido a alumnos de Educación Primaria, Educación Secundaria, Bachillerato y Formación Profesional que recrea el mundo de la actividad empresarial. Planea pretende fomentar valores como el espíritu emprendedor, la iniciativa personal, la creatividad, el trabajo en equipo y la asunción de responsabilidades.

ACTIVIDAD

Juan de Fonseca y los capitanes intrépidos
Nautas de ayer, nautas de hoy

En el marco incomparable de la Catedral de Burgos los alumnos conocerán las grandes exploraciones oceánicas promovidas por Juan Rodríguez de Fonseca, tomarán lecciones de cartografía y se convertirán en audaces aventureros que deberán navegar por los mapas de la época. Los capitanes intrépidos del siglo XVI navegaban en carabelas, naos y galeones por mares desconocidos de corrientes poderosas, sin saber exactamente dónde estaban ni hacia dónde iban. Los alumnos de hoy navegan por la red, corren aventuras y exploran otros mundos. Del conocimiento de lo que hicieron algunos de esos hombres surge la admiración ante las posibilidades de las personas para asumir riesgos, emprender y cambiar la dimensión del mundo en la actualidad.

Del 22 de septiembre al 30 de octubre
Burgos (Catedral) | 10 y 12 h
Organizan: Cabildo Metropolitano de Burgos y Fundación Caja de Burgos
Colabora: Universidad de Burgos
4º a 6º EP, ESO, BACH y FP

TEATRO

Ventanas

Silba el viento y hace mucho frío. Es una noche cerrada. Una mujer está aburrida y contrariada, mira ensimismada por la ventana. Absorta, empieza a dibujar con el dedo índice sobre el vaho de la ventana. La ventana cambia de color.

Nuestra protagonista vivirá una aventura vital en la que recuperará la curiosidad perdida. Viajará al lugar donde volver a aprender y a emocionarse, un tiempo en el que aún jugaba como una niña y se adentrará en el territorio de su infancia. Viajará a través de una ventana, hasta el tiempo y el lugar donde vivía una niña que jugaba y soñaba por descubrir el mundo.

Miércoles 29 de octubre
Burgos (Cultural Cordón) | 10 y 12 h
Educación Infantil

TEATRO

La loca historia de la literatura

En un futuro distópico, un régimen autoritario ha prohibido al pueblo la lectura y la tenencia de libros. Los Rufinos, protagonistas de esta historia, son perseguidos por la ley por pertenecer a una organización secreta, denominada "Los libreros", cuya misión es preservar las obras de la literatura universal y compartirlas con el público antes de que ardan en el fuego.

Los alumnos colaborarán con la "rehabilitación" de algunas de las grandes obras de la literatura universal, con el humor como principal protagonista.

Miércoles 15 de octubre
Burgos (Cultural Cordón) | 10 y 12 h
ESO, BACH y FP

arte

Unir los fragmentos
Taller plástico y visita dinamizada a la exposición

La representación del cuerpo humano, la vida cotidiana, los gestos y los tejidos son las características más representativas de unas esculturas que, sin palabra ninguna, nos contarán las sorprendentes historias que hay detrás de ellas.

Del 8 de octubre al 9 de enero
Cultural Cordón | De martes a viernes | Primaria, ESO, BACH y FP

DÍAS SIN COLE

Viernes 31 de octubre
Para nacidos entre 2013 y 2021

PUENTE DE TODOS LOS SANTOS

ARTE

Días sin cole en el CAB

Los talleres programados en el CAB para los días sin cole están diseñados para que exploren su creatividad desde un punto de vista diferente y siempre divertido.

CAB

De 9 a 14 h | Madrugadores: de 8 a 9 h
Continuadores: de 14 a 15 h | Precio: 16 €
Incluye madrugadores y continuadores

SOLIDARIDAD

¡Solipuente! Mañana de solidaridad

Disfrutaremos de una mañana llena de diversión, aprendiendo valores solidarios como la interculturalidad, la ayuda mutua y la amistad, mientras participamos en juegos, actividades guiadas y momentos de ocio compartido.

FORO SOLIDARIO

De 9 a 14 h | Madrugadores de 7.45 a 9 h
Continuadores de 14 a 15.15 h | Precio: 16 €
Incluye madrugadores y continuadores

SALUD Y BIENESTAR

Campamentos urbanos

A través de manualidades, juegos, cocina y actividad física aprenderán hábitos saludables para su día a día y se divertirán.

INTERCLUBES

BURGOS

De 9 a 15 h | Precio: 18 € (socios) / 19 € (no socios)

ARANDA DE DUERO

De 10 a 14 h | Madrugadores: de 8.30 a 10 h
Continuadores: de 14 a 14.30 h
Precio: 12 € (socios) /16 € (no socios)
Incluye madrugadores y continuadores

BRIVIESCA

De 10 a 14 h | Madrugadores: de 9.30 a 10 h
Continuadores: de 14 a 14.30 h
Precio: 12 € (socios) / 16 € (no socios)
Incluye madrugadores y continuadores

MEDINA DE POMAR

De 10 a 14 | Madrugadores: de 9.30 a 10 h
Continuadores: de 14 a 14.30 h
Precio: 13 € (socios) / 17 € (no socios)
Incluye madrugadores y continuadores

MIRANDA DE EBRO

De 10 a 14 h | Madrugadores: de 8.30 a 10 h
Continuadores: de 14 a 15 h | Precio: 12 € (socios) /16 € (no socios)

MEDIO AMBIENTE

Se puede aprender a mejorar el mundo con actividades diversas y a la vez, educativas. ¡Las vacaciones son una buena ocasión para disfrutar y ayudar al planeta!

AULA DE MEDIO AMBIENTE

BURGOS

Conjuros y hechizos para asustadizos

De 9 a 14 h | Madrugadores: de 7.45 a 9 h
Continuadores: de 14 a 15.15 h | Precio: 16 €
Incluye madrugadores y continuadores

PALENCIA

Torillo, el ave fantasma de Halloween

De 10 a 14 h | Madrugadores: de 8.30 a 10 h
Continuadores: de 14 a 15 h | Precio: 16 €
Incluye madrugadores y continuadores

VALLADOLID

Mutantes por Campo Grande

De 10 a 14 h | Madrugadores: de 8.30 a 10 h
Continuadores: de 14 a 15 h | Precio: 16 €
Incluye madrugadores y continuadores

SALUD MENTAL

CULTIVAR EL ESTILO DE VIDA, TRANSFORMAR LA MENTE

www.cajadeburgos.com/saludmental

La Fundación Caja de Burgos organiza, bajo la dirección científica del psiquiatra Jesús de la Gándara, la segunda edición de su programa sobre salud mental, que se celebrará de octubre a diciembre principalmente en Burgos y provincia.

Conocerse, actuar con mesura y equilibrio y aprender a dirigir la propia vida son claves fundamentales para una buena salud mental. Esta fórmula, en apariencia sencilla, encierra una gran complejidad. Para que se convierta en algo aplicable y útil, debemos traducirla en propuestas realistas, factibles y sostenibles, **hablando claro y con conocimiento** sobre salud mental y estilo de vida, dos términos de una compleja ecuación humana. Solo así podemos aprender, avanzar y mejorar.

Con ese propósito la Fundación Caja de Burgos ha diseñado, bajo la dirección científica del psiquiatra Jesús de la Gándara, la segunda edición del Programa de Salud Mental, que incluye un conjunto diverso de actividades formativas, divulgativas y experienciales, a disposición de todas las personas interesadas en su propio bienestar.

Nuestro punto de partida es claro: cómo vivimos refleja cómo somos y estamos. Nuestra forma de alimentarnos, de relacionarnos, de amar, trabajar o descansar influye en nuestro bienestar psicológico. Incluso condiciona cómo enfermamos, cómo sufrimos y qué calidad de vida alcanzamos. En términos de salud mental, esto se traduce en buscar una existencia serena, segura y satisfactoria.

Parte de nuestra forma de ser viene determinada por la genética. Pero también hay otra parte que depende de nuestras elecciones, de lo que hacemos y de cómo lo hacemos. Ahí reside nuestra libertad, nuestra capacidad de influir en quiénes somos. Si consideramos que ambas dimensiones conforman nuestra identidad, entonces el reto está en aprender a equilibrarlas. Lo instintivo y lo aprendido, lo biológico y lo social, deben convivir en armonía.

El Programa de Salud Mental nace desde esa convicción, con una propuesta integral que explora la relación entre el estilo de vida y la salud mental, basada en conocimientos actualizados, en la experiencia clínica y en la reflexión filosófica.

Una mirada poliédrica

Conferencias, diálogos y charlas de un gran número de expertos, videopódcast, proyecciones cinematográficas, exposiciones, representaciones teatrales y conciertos de música, así como salidas experienciales, talleres y cursos formativos conforman la segunda edición del programa 'Salud Mental. Cultivar el estilo de vida, transformar la mente'. Durante el último trimestre del año, el programa abordará distintos aspectos de la salud mental hasta brindar una mirada poliédrica a la realidad de los trastornos psíquicos.

SALUD MENTAL

Director científico y moderador:
Jesús J. de la Gándara Martín, *psiquiatra emérito de la Sociedad Española de Psiquiatría*

DIÁLOGOS CON EXPERTOS

Cultural Cordón (BURGOS)
Entrada libre hasta completar aforo

Trastornos del malvivir: los malos hábitos de vida y la salud mental

Marina Díaz Marsá, *presidenta de la Asociación Española de Psiquiatría y Salud Mental.*

Martes 21 de octubre 19.30 h

Estrés laboral y salud mental

Raquel Domínguez García, *psiquiatra del servicio de Psiquiatría y Salud Mental del CAUBU, responsable del Hospital Fuente Bermeja.*

Martes 4 de noviembre 19.30 h

Quien controla, descansa: la salud mental de los deportistas

Zuhaitz Gurrutxaga Loiola, *exfutbolista de la Real Sociedad.*

Martes 2 de diciembre 19.30 h

Cultural Caja de Burgos (ARANDA DE DUERO)
Entrada libre hasta completar aforo

Estilo de vida y salud mental en niños y adolescentes: un entramado vital

Xosé Ramón García Soto, *psicólogo clínico del servicio de Psiquiatría y Salud Mental del CAUBU.*

José Alfonso Arribas Martínez, *psicólogo del ESM de Aranda de Duero.*

Jueves 23 de octubre 19.30 h

interClub (MIRANDA DE EBRO)
Entrada libre hasta completar aforo

Estilo de vida y salud mental en niños y adolescentes: un entramado vital

Xosé Ramón García Soto, *psicólogo clínico del servicio de Psiquiatría y Salud Mental del CAUBU.*

Jesús de la Gándara, *psiquiatra y escritor.*

Jueves 6 de noviembre 19.30 h

CONFERENCIAS

Foro Solidario (BURGOS)
Entrada libre hasta completar aforo

La psicología y el estilo de vida: de los buenos hábitos vienen las buenas mentes

Jesús Sánchez Hernández, *psicólogo clínico del servicio de Psiquiatría y Salud Mental del CAUBU.*

Jueves 13 de noviembre 19 h

Salud mental y salud intestinal: puede que tu cerebro esté más abajo de lo que piensas

Silvia Cuesta Merino, *psiquiatra del equipo de salud mental del servicio de psiquiatría del CAUBU.*

Sofía Alemán Villanueva, *facultativo especialista en gastroenterología.*

Jueves 20 de noviembre 19 h

Edificio Nexo (BURGOS)
Entrada libre hasta completar aforo

Crecer y relacionarse en redes sin riesgo ¿es posible?

Ángela Osorio Guzmán, *psiquiatra facultativo del Equipo de Salud Mental Infanto-Juvenil del Servicio de Psiquiatría y Salud Mental del CAUBU.*

Jueves 27 de noviembre 19 h

FOROBURGOS, EMPRESA Y SOCIEDAD

Cultural Cordón (BURGOS)

Cuidar la mente para cuidar del negocio

Laura Rojas Marcos, *doctora en Psicología Clínica y de la Salud, psicoterapeuta, investigadora, conferenciante, docente y escritora*

Jueves 2 de octubre 16.30 h
Acceso con registro previo

VIDEOPÓDCAST

Todos los videopódcast estarán disponibles a partir de la fecha indicada en cajadeburgos.com/saludmental y en el canal de YouTube de la Fundación Caja de Burgos.

Episodio 1:
TRIC, TRAS y salud mental

Jesús J. de la Gándara, *psiquiatra y escritor.*

Modera: **Ana Carretero Ortega,** *responsable de Comunicación y Marketing de la Fundación Caja de Burgos.*

A partir del viernes 10 de octubre

Episodio 2:
Los buenos hábitos de vida se aprenden en la infancia

Xosé Ramón García Soto, *psicólogo clínico del servicio de Psiquiatría y Salud Mental del CAUBU.*

Modera: **Jesús J. de la Gándara,** *psiquiatra y escritor.*

A partir del viernes 17 de octubre

Episodio 3:
¿Es posible crecer y relacionarse en redes sin riesgo?

Ángela Osorio Guzmán, *psiquiatra facultativo del Equipo de Salud Mental Infanto-Juvenil del Servicio de Psiquiatría y Salud Mental del CAUBU.*

Modera: **Jesús J. de la Gándara,** *psiquiatra y escritor.*

A partir del viernes 7 de noviembre

Episodio 4:
Trastornos del malvivir: el conflicto entre estilo de vida y la salud mental

Marina Díaz Marsá, *presidenta de la Asociación Española de Psiquiatría y Salud Mental.*

Modera: **Jesús J. de la Gándara,** *psiquiatra y escritor.*

A partir del viernes 21 de noviembre

SALUD MENTAL

CHARLAS

interClubes

Menopausia y mente. Nutrición y bienestar emocional en esta etapa

Julia Gallego Lantada, *nutricionista interClubes Caja de Burgos.*
Precio: 3 €

◗ **Lunes 6 de octubre**
19 h (Burgos)

El arte de dormir bien. Claves para un sueño reparador

David García García, *psicólogo interClubes Caja de Burgos.*
Precio: 3 €

◗ **Miércoles 8 de octubre**
19 h (Miranda de Ebro)

◗ **Lunes 20 de octubre**
19 h (Medina de Pomar)

◗ **Lunes 27 de octubre**
19 h (Briviesca)

◗ **Martes 28 de octubre**
19 h (Burgos)

◗ **Miércoles 26 de noviembre**
19 h (Aranda de Duero)

Hablemos de salud mental

Asociación Salud Mental de Burgos (PROSAME).
Gratuita previa inscripción

◗ **Martes 14 de octubre**
18 h (Briviesca)

◗ **Miércoles 19 de noviembre**
19 h (Medina de Pomar)

Tu cerebro también come. Alimentación y salud mental

Lucía Monfort García, *nutricionista interClubes Caja de Burgos.*
Precio: 3 €

◗ **Miércoles 15 de octubre**
18 h (Miranda de Ebro)

◗ **Martes 21 de octubre**
18 h (Briviesca)

¿Qué es la salud mental? Estrategias diarias para el bienestar emocional

Salud Mental Miranda.
Gratuita previa inscripción

◗ **Viernes 17 de octubre**
18 h (Miranda de Ebro)

El apego. Conexión emocional con tu hijo/a

Salud Mental Aranda.
Gratuita previa inscripción

◗ **Viernes 17 de octubre**
18 h (Aranda de Duero)
Cuidado de menores: 2 €

Nutrición y enfermedades neurodegenerativas

Laura Rodríguez Esguevilllas, *nutricionista interClubes Caja de Burgos.*
Precio: 3 €

◗ **Martes 21 de octubre**
19.30 h (Aranda de Duero)

Mente en movimiento. Cómo el deporte transforma tu salud mental

David García García, *psicólogo interClubes Caja de Burgos.*
Precio: 3 €

◗ **Miércoles 29 de octubre**
19 h (Aranda de Duero)

◗ **Lunes 3 de noviembre**
19 h (Medina de Pomar)

◗ **Miércoles 19 de noviembre**
19 h (Miranda de Ebro)

Ansiedad y alimentación. ¿Hambre real o emocional?

Lucía Monfort García, *nutricionista interClubes Caja de Burgos.*
Precio: 3 €

◗ **Miércoles 5 de noviembre**
18 h (Miranda de Ebro)

◗ **Martes 18 de noviembre**
18 h (Briviesca)

La salud mental y las dificultades del habla

Ana Orgaz Molinero, *logopeda interClubes Caja de Burgos.*
Precio: 3 €

◗ **Jueves 6 de noviembre**
20 h (Burgos)

◗ **Viernes 7 de noviembre**
20 h (Briviesca)

La importancia del ejercicio físico y cognitivo en la prevención de demencias

Gratuita previa inscripción

Asociación de Enfermos de Alzheimer de Burgos (AFABUR).

◗ **Martes 11 de noviembre**
18 h (Briviesca)

Asociación de Enfermos de Alzheimer de las Merindades (AFAMER).

◗ **Miércoles 12 de noviembre**
18 h (Medina de Pomar)

El cerebro del adolescente

Salud Mental Aranda.
Gratuita previa inscripción

◗ **Viernes 14 de noviembre**
18 h (Aranda de Duero)

Empleo y enfermedad mental. Inserción laboral

Salud Mental Miranda.
Gratuita previa inscripción

◗ **Viernes 21 de noviembre**
18 h (Miranda de Ebro)

Diagnóstico de enfermedad mental. ¿Y ahora qué?

Centro Ocupacional y Concejalía de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Briviesca y CEAS.
Gratuita previa inscripción

◗ **Martes 25 de noviembre**
19 h (Briviesca)

Aula de Medio Ambiente (PALENCIA)

Naturaleza y salud mental

Soledad Caballero Sánchez, *psicóloga sanitaria.*
Entrada libre hasta completar aforo

◗ **Jueves 16 de octubre** 19 h

Foro Solidario (BURGOS)

Reconectar en tiempos modernos

Parisia Ayala Tamez, *experta en Inteligencia Emocional y Neurociencia.*
Gratuita previa inscripción

◗ **Lunes 20 de octubre** 19 h

Cordia. Residencia de Personas Mayores (BURGOS)

Arte y belleza. Creatividad y salud mental

Álvaro da Silva González, *autor de la exposición 'Lo visible'.* Jesús de la Gándara, *psiquiatra y escritor.*
Gratuita previa inscripción

◗ **Miércoles 12 de noviembre** 19 h

Arte, deterioro y demencia. De la liberación de la creatividad a la utilidad protectora del arte

Álvaro da Silva González, *geriatra y artista.* Jesús de la Gándara, *psiquiatra y escritor.*
Gratuita previa inscripción

◗ **Miércoles 26 de noviembre** 19 h

CAB (BURGOS)

Arte sano viene a sanarte. Arte y mente

Humberto Abad González, *artesano.* Jesús de la Gándara, *psiquiatra y escritor.*
Entrada libre hasta completar aforo

◗ **Miércoles 19 de noviembre**
19.30 h

CINE

Foro Solidario (BURGOS)
Entrada libre hasta completar aforo. 19 h

Una historia casi divertida
Anna Boden y Ryan Fleck
(EEUU, 2010. 97 min.)
Miércoles 15 de octubre

Pequeña Miss Sunshine
Jonathan Dayton y Valerie Faris
(EEUU, 2006. 101 min.)
Miércoles 22 de octubre

Los impostores
Ridley Scott
(EEUU, 2003. 120 min.)
Miércoles 29 de octubre

Patch Adams
Tom Shadyac
(EEUU, 1998. 120 min.)
Miércoles 5 de noviembre

Joker
Todd Phillips
(EEUU, 2019. 121 min.)
Miércoles 12 de noviembre

Siempre Alice
Richard Glatzer, Wash Westmoreland
(EEUU, 2014. 101 min.)
Miércoles 19 de noviembre

Toc Toc
Vicente Villanueva
(España, 2017. 96 min.)
Miércoles 26 de noviembre

Take Shelter
Jeff Nichols
(EEUU, 2011. 121 min.)
Miércoles 3 de diciembre

El príncipe de las mareas
Barbra Streisand
(EEUU, 1991. 132 min.)
Miércoles 10 de diciembre

Melancolía
Lars von Trier
(Dinamarca, 2011. 136 min.)
Miércoles 17 de diciembre

Cordia. Residencia de Personas Mayores (BURGOS)
Gratuita previa inscripción. 17 h

Van Gogh, a las puertas de la eternidad
Julian Schnabel
(EEUU, 2018. 111 min.)
Domingo 16 de noviembre

La joven de la perla
Peter Webber
(Reino Unido, 2003. 96 min.)
Domingo 30 de noviembre

interClub (ARANDA DE DUERO)
Gratuita previa inscripción. 19 h

El rey del barrio
Judd Apatow
(EEUU, 2020. 132 min.)
Viernes 17 de octubre

Mr. Jones
Agnieszka Holland
(Polonia, 2019. 114 min.)
Viernes 14 de noviembre

Intocable
Oliver Nekake, Eric Toledano
(Francia, 2011. 109 min.)
Viernes 5 de diciembre

interClub (MIRANDA DE EBRO)
Gratuita previa inscripción. 18.30 h

Siempre Alice
Richard Glatzer, Wash Westmoreland
(EEUU, 2014. 101 min.)
Viernes 10 de octubre

Ventajas de ser un marginado
Stephen Chbosky
(EEUU, 2012. 103 min.)
Viernes 14 de noviembre

Intocable
Oliver Nekake, Eric Toledano
(Francia, 2011. 109 min.)
Viernes 28 de noviembre

interClub (BRIVIESCA)
Gratuita previa inscripción. 19 h

Solas
Benito Zambrano
(España, 1999. 98 min.)
Viernes 10 de octubre

Siempre Alice
Richard Glatzer, Wash Westmoreland
(EEUU, 2014. 101 min.)
Viernes 14 de noviembre

Ventajas de ser un marginado
Stephen Chbosky
(EEUU, 2012. 103 min.)
Viernes 28 de noviembre

interClub (MEDINA DE POMAR)
Gratuita previa inscripción. 18.30 h

Intocable
Oliver Nekake, Eric Toledano
(Francia, 2011. 109 min.)
Viernes 17 de octubre

El rey del barrio
Judd Apatow
(EEUU, 2020. 132 min.)
Viernes 7 de noviembre

Siempre Alice
Richard Glatzer, Wash Westmoreland
(EEUU, 2014. 101 min.)
Viernes 21 de noviembre

SALUD MENTAL

TALLERES

Foro Solidario (BURGOS)

Relajación con cuencos tibetanos

Viernes 17 de octubre, 21 de noviembre y 19 de diciembre

Todos los públicos
De 19 a 20.30 h | Precio por sesión: 6 € (general) / 5 € (+60)
Inscripción el día de la actividad: 8 € / sesión.

Amigos por dentro

Viernes 7 y 14 de noviembre

Público infantil
De 18 a 19.30 h | Precio: 3 €

Viaje al autoconocimiento 6ª edición

Del 6 de octubre al 25 de mayo

Público joven y adolescente
Presentación del curso: lunes 29 de septiembre 17.30 h
De 17.30 a 20.30 h | Gratuita previa inscripción

Café-tertulia. Encuentros que hacen bien

Lunes 27 de octubre

Público mayor de 60 años
De 18 a 19 h | Precio: 1 €

Salud y enfermedad mental: rompiendo el silencio

Fecha a concertar entre octubre y mayo

Alumnado de EI, EPO, ESO, BACH y Ciclos Formativos
Duración: 60 min. | Precio: 30 € (si se imparte en el Foro Solidario) / 55 € (si se imparte en el centro educativo)

Mindfulness: nos pre-paramos

Fecha a concertar entre octubre y mayo

Alumnado de EI, EPO, ESO, BACH y Ciclos Formativos
Duración: 60 min. | Precio: 30 € (si se imparte en el Foro Solidario) / 55 € (si se imparte en el centro educativo)

Autoestima: ¿quién soy yo?

Fecha a concertar entre octubre y mayo

Alumnado de EI, EPO, ESO, BACH y Ciclos Formativos
Duración: 60 min. | Precio: 30 € (si se imparte en el Foro Solidario) / 55 € (si se imparte en el centro educativo)

Inteligencia emocional y resolución de conflictos

Fecha a concertar entre octubre y mayo

Profesorado y AMPAS
Duración: 90 min. | Precio: 75 € (si se imparte en el Foro Solidario) / 95 € (si se imparte en el centro educativo)

Mindfulness: atención plena y salud mental

Fecha a concertar entre octubre y mayo

Profesorado y AMPAS
Duración: 90 min. | Precio: 75 € (si se imparte en el Foro Solidario) / 95 € (si se imparte en el centro educativo)

Manejo del estrés a través de la biodanza

Fecha a concertar entre octubre y mayo

Profesorado y AMPAS
Duración: 90 min. | Precio: 75 € (si se imparte en el Foro Solidario) / 95 € (si se imparte en el centro educativo)

Aula de Medio Ambiente (BURGOS)

Conexión olor: aromas y emociones

Martes 28 de octubre

Todos los públicos
De 18 a 20 h | Precio: 6 €

Me concentro en la naturaleza

Sábados 18 y 25 de octubre, 8 y 15 de noviembre

Niños y niñas con TDAH de 8 a 14 años acompañados de un adulto
De 10 a 11.30 h | Gratuita previa inscripción

interClubes

Técnicas de relajación muscular

Todos los públicos
Precio: 3 €

Viernes 3 de octubre
De 20 a 21 h (Miranda de Ebro)

Jueves 6 de noviembre
De 11.30 a 12.30 h (Medina de Pomar)

Jueves 27 de noviembre
De 19 a 20 h (Burgos)

Enfermedad mental sin tabúes

Todos los públicos
Precio: 3 €

Martes 7 de octubre
De 19 a 20 h (Burgos)

Lunes 17 de noviembre
De 19 a 20 h (Miranda de Ebro)

Mente en forma

Todos los públicos
Precio: 3 €

Martes 14 de octubre
De 19 a 20 h (Burgos)

Miércoles 12 de noviembre
De 19 a 20 h (Miranda de Ebro)

Afrontando la maternidad

Todos los públicos
Precio: 3 €

Viernes 17 de octubre
De 19 a 20 h (Burgos)

Estiramientos para el bienestar

Todos los públicos
Precio: 3 €

Lunes 20 de octubre
De 17 a 18 h (Aranda de Duero)

Martes 28 de octubre
De 11.30 a 12.30 h (Medina de Pomar)

Jueves 30 de octubre
De 19 a 20 h (Burgos)

Jueves 30 de octubre y 20 de noviembre
De 12 a 13 h (Briviesca)

Viernes 7 de noviembre
De 20 a 21 h (Miranda de Ebro)

Chi Kung y meditación

Todos los públicos
Precio: 3 €

Miércoles 29 de octubre
De 19.30 a 20.30 h (Miranda de Ebro)

Yin Yoga

Todos los públicos
Precio: 3 €

Miércoles 5 de noviembre
De 11.30 h a 13 h (Briviesca)

Miércoles 5 de noviembre
De 11.30 h a 13 h (Medina de Pomar)

Martes 11 de noviembre
De 19.30 a 21 h (Burgos)

Rutinas que nos cuidan

Todos los públicos
Precio: 3 €

Lunes 10 de noviembre
De 19 h a 20 h (Burgos)

Daexpresión (danza)

Todos los públicos
Precio: 10 €

Sábado 22 de noviembre
De 10.30 h a 13 h (Aranda de Duero)

Navegando en mis emociones

Público infantil
Gratuita previa inscripción

Jueves 9 de octubre o jueves 6 de noviembre
De 18.15 a 19.15 h (Aranda de Duero)

Educación emocional

Público infantil
Gratuita previa inscripción

Miércoles 22 de octubre
De 18 a 19 h (Miranda de Ebro)

Aprender a gestionar la ira mediante técnicas de relajación

Público infantil
Precio: 3 €

Viernes 14 de noviembre
De 19 a 20 h (Burgos)

Comunicación y límites con amigos y parejas

Público joven y adolescente
Precio: 3 €

Martes 18 de noviembre
De 19 a 20 h (Burgos)

Autoestima y autocuidado

Público infantil
Gratuita previa inscripción

Miércoles 17 de diciembre
De 18 a 19 h (Miranda de Ebro)

CAB (BURGOS)

Autorretrato, nuestro verdadero reflejo

◗ **Martes 14 de octubre o martes 11 de noviembre**

Público mayor de 16 años

De 18 a 19.30 h

Precio: 5 €

Ese cuadro me mira raro

◗ **Sábado 22 de noviembre o sábado 13 de diciembre**

Público familiar

De 18 a 19.30 h

Precio: 5 €

Explorando el lenguaje emocional a través del arte

◗ **Jueves 4 de diciembre**

Público mayor de 16 años

De 17.30 a 19 h

Precio: 15 €

TEATRO

Cultural Caja de Burgos (BURGOS)

La burbuja de Julia

Maquinant Teatre

◗ **Miércoles 5 de noviembre**

10 h para alumnos de 1º a 3º EPO
12 h para alumnos de 4º a 6º EPO
Entrada: 2 €

Hasta el final de la fiesta

Mamen García

◗ **Viernes 21 de noviembre**

19.30 h | Entrada: 25 €

El efecto

Alicia Borrachero, Elena Rivera, Itzan Escamilla y Fran Perea

◗ **Domingo 14 de diciembre**

19.30 h | Entrada: 25 €

CONCIERTOS

Foro Solidario (BURGOS)

Arte con Valor: Cantamos por ellos

Corales de Río Vena, Burgos II, San Pedro, San Agustín, Santa Cruz del Valle Urbión, Fusión y Recrea +60

◗ **Lunes 22 de diciembre**

19.30 h | Entrada general: 5 €
Entrada Fila 0: 5 € (sin derecho de acceso al concierto)
A favor de: Asociación Corea de Huntington (XXV Aniversario).

TEATRO Y CIRCO

Foro Solidario (BURGOS)

Arte con Valor: Jean Philippe Kikolas

◗ **Viernes 31 de octubre**

19.30 h | Entrada general: 8 €
Entrada Fila 0: 6 € (sin derecho de acceso al concierto)
A favor de: Salud Mental Burgos (Prosame).

EXPOSICIONES

Entrada libre

Teatro Principal – Sala Polisón (BURGOS)

Puro Arte II

Exposición de los cuadros seleccionados y premiados en el II Concurso de Pintura Puro Arte convocado por Salud Mental Burgos. Prosame

◗ **Del 30 de octubre al 16 de noviembre**

Cordia. Residencia de Personas Mayores (BURGOS)

Lo visible

Exposición de pintura de Álvaro Da Silva

◗ **Del 5 de noviembre al 8 de diciembre**

Foro Solidario (BURGOS)

IDEARTE. 13ª Edición

Asociación de Alcohólicos Rehabilitados de Burgos (ARBU)

◗ **Del 14 de noviembre al 19 de diciembre**

interClub (ARANDA DE DUERO)

MENTALizARTE II

Salud Mental Aranda

◗ **Del 1 al 29 de noviembre**

interClub (MIRANDA DE EBRO)

Miradas que inspiran

Salud Mental Miranda

◗ **1 al 31 de diciembre**

SALUD MENTAL

Consulta la programación completa en www.cajadeburgos.com/saludmental

FORMACIÓN

Foro Solidario (BURGOS)

Equilibrio. Gestión del estrés y la ansiedad

Jueves del 9 al 23 de octubre De 10 a 13 h
Todos los públicos
Precio: 36 € | Fianza de 10 € para profesionales de entidades del Tercer Sector de Burgos

Incorpóra-te. El poder del movimiento en tu salud mental

Martes del 14 de octubre al 16 de diciembre De 17.30 a 20.30 h
Todos los públicos
Precio: 120 € | Fianza de 30 € para profesionales de entidades del Tercer Sector de Burgos

Píldoras de salud mental

Manejo de la frustración y la impaciencia

Lunes 27 de octubre

Gestión del duelo profesional

Lunes 10 de noviembre

Estrategias de cuidado físico y mental

Lunes 24 de noviembre

Manejo de la ansiedad cotidiana

Lunes 15 de diciembre

De 17.30 a 19.30 h
Todos los públicos
Precio: 8 € | Fianza de 5 € para profesionales de entidades del Tercer Sector de Burgos

El desgaste del cuidador

Martes 28 de octubre. De 19 a 20.30 h
Todos los públicos
Gratuita previa inscripción

Impacta: La huella que dejas

Martes del 4 al 25 de noviembre
De 10 a 12.30 h
Todos los públicos
Precio: 40 € | Fianza de 30 € para profesionales de entidades del Tercer Sector de Burgos

Seguir caminando: pérdidas en la madurez

Martes 18 de noviembre De 19 a 20.30 h
Público mayor de 60 años
Gratuita previa inscripción

El corazón en vilo. Familia y enfermedad mental: una convivencia que transforma

Martes 9 de diciembre De 19 a 20.30 h
Todos los públicos
Gratuita previa inscripción

SALIDAS EXPERIENCIALES

Aulas de Medio Ambiente (BURGOS, PALENCIA Y VALLADOLID)

Naturaleza, fuente de salud

Burgos: Fuentes Blancas
Palencia: La Dársena
Valladolid: Campo Grande

Martes 18 de noviembre
De 17 a 18.30 h

Foro Solidario (BURGOS)

Museo de la Felicidad y Senado (Madrid)

Jueves 20 de noviembre
Salida: 8 h (Coliseum Burgos)
Precio hasta el 6 de noviembre: 55 €
(75 € con comida incluida)
Después: 60 € (80 € con comida incluida)

Centro especial de empleo Prosame "La Brújula" - PEPSICO

Viernes 21 de noviembre
Salida: 10.30 h (Foro Solidario)
Visita gratuita previa inscripción

Centro de día Parkinson Burgos

Jueves 4 de diciembre
Salida: 10.30 h (Foro Solidario)
Gratuita previa inscripción

Ilustraciones: Jorm Sangsorn

solidaridad

Anna Huntington, 3 | Tel.: 947 221 566
forosolidario@cajadeburgos.com

@ForoSolidario ForoSolidario

HORARIO

Atención al público y Centro de Documentación
De lunes a viernes
de 10 a 14 y de 17 a 20 h

Estamos de vuelta

El Foro Solidario estrena un nuevo curso con importantes novedades en los ámbitos formativo, recreativo y escénico

MUCHAS son las actividades y las novedades con las que arranca este nuevo curso, que se vienen a sumar a una actividad habitual del centro que se traduce mensualmente en decenas de cursos, talleres y citas de cine, música y conferencias que convierten al Foro Solidario en un gran contenedor de propuestas e ideas en las que participan cientos de personas de todas las edades y procedencias.

Uno de los ejes fundamentales de trabajo es el de reforzar el tejido social y organizativo de nuestro entorno mediante la cesión de espacios y la formación de los profesionales y voluntariado de las entidades sociales de la ciudad. Para ello continuamos con el programa Innova Social, impulsado junto a la Fundación "la Caixa" y que en este periodo pondrá el foco en la IA en un novedoso curso de gestión de proyectos, entre otros aspectos de la variada oferta destinada a ampliar las capacidades técnicas de los profesionales de la intervención social.

Las familias son otro eje importante de trabajo en el centro. A ellas dirigimos nuevas actividades, como el Círculo de Seguridad Parental, al que se une la nueva cita de disciplina positiva.

Para los mayores en el Foro no hay espacio para la soledad. Lanzamos nuevas propuestas como son "Entre charlas y puntadas", Ajedrez, ActivaMente o las sesiones de creatividad y manualidades "Creando con el Alma: arteterapia para conectar, recordar y expresar". Mantenemos los cursos de capacitación digital, y para los que desean viajar y conocer más allá tenemos decenas de nuevas propuestas en las páginas de Recrea +60, entre las que destacan la ruta de las catedrales o los viajes por lugares únicos y singulares de la provincia de Burgos.

Uno de los ejes fundamentales de trabajo es el de reforzar el tejido social de Burgos

Otro de los ámbitos fundamentales de trabajo del Foro Solidario es el educativo, que se sustancia en las propuestas dirigidas a colegios e institutos e incluidas en el programa Educa, y que durante este curso abordarán cuestiones como la neurociencia del cuerpo, la inteligencia artificial, el talento emocional y la escucha activa.

Las artes escénicas también son formatos a través de los que trasladar valores sociales. Así, se presenta un nuevo ciclo de cine social que aterrizará en el Foro Solidario todos los miércoles a partir de las 19 h dedicado a la salud mental, o un nuevo ciclo de Arte con Valor a beneficio de entidades sociales, que cuenta en este inicio de curso con la participación de diferentes corales y del grupo de música tradicional Yesca, y en el que el circo y el teatro se hacen esta vez presentes de la mano de Jean Philippe Kikolas.

Herramientas tecnológicas

El programa Innova Social, impulsado por la Fundación Caja de Burgos y la Fundación "la Caixa" para el fortalecimiento de las entidades del Tercer Sector, celebra entre noviembre y febrero un curso online de Inteligencia Artificial que pretende que los equipos sean capaces de integrar las herramientas de IA en sus procesos para potenciar sus acciones y mejorar su efectividad en el día a día. El curso se ha diseñado con enfoque práctico y accesible, de manera ética y consciente.

MODALIDAD PRESENCIAL			
ACCIÓN FORMATIVA	**DOCENTE**	**FECHAS**	**HORARIOS**
Programa EQUILIBRIO: Gestión del estrés y la ansiedad	María Antón	Del 9 al 23 de octubre	Jueves de 10 a 13 h
Incorpóra-te: El poder del movimiento en tu salud mental	Carmen Cuartango	Del 14 de octubre al 16 de diciembre	Martes de 17.30 a 20.30 h
Reuniones internacionales ODS – I (inglés)	Nohemy Ruth García	Del 15 de octubre al 17 de diciembre	Miércoles de 19 a 21 h
Píldoras de Salud Mental: Manejo de la frustración y la impaciencia	Belén Serrano	27 de octubre	Lunes de 17.30 a 19.30 h
El desgaste del cuidador en enfermedad mental	Fuensanta Gil	28 de octubre	Martes 19 h
Programa IMPACTA: La huella que dejas	María Antón	Del 4 al 25 de noviembre	Martes de 10 a 12.30 h
Píldoras de Salud Mental: Gestión del duelo profesional	Belén Serrano	10 de noviembre	Lunes de 17.30 a 19.30 h
Píldoras de Salud Mental: Estrategias de cuidado físico y mental	Belén Serrano	24 de noviembre	Lunes de 17.30 a 19.30 h
Píldoras de Salud Mental: Manejo de la ansiedad cotidiana	Belén Serrano	15 de diciembre	Lunes de 17.30 a 19.30 h
AULA VIRTUAL			
Inteligencia Artificial para la gestión del ciclo de proyectos	Xavi González	25 de noviembre, 9 de diciembre, 13 y 27 de enero y 10 de febrero	Martes de 10 11.30 h
VISITAS: INTERCAMBIO DE EXPERIENCIAS			
Centro Especial de Empleo "La Brújula" – PepsiCo	Viernes 21 de noviembre	11 h	Salida: a las 10.30 h en el Foro Solidario
Asociación Parkinson Burgos	Jueves 4 de diciembre	11 h	Salida: a las 10.30 h en el Foro Solidario

Imágenes con calidad

El Foro Solidario acoge dentro de su programa de formación para personas adultas un curso teórico-práctico de fotografía con teléfono móvil

El Foro Solidario ha organizado un curso teórico-práctico dirigido a todas aquellas personas interesadas en aprender a sacar el máximo partido a la cámara fotográfica de su teléfono móvil. Los participantes en este taller aprenderán los fundamentos básicos de la fotografía: composición, luz, enfoque y exposición. También explorarán los modos de cámara más útiles (retrato, noche, macro...) y aprenderán a editar sus fotos fácilmente con apps como Snapseed.

Se trata de una convocatoria ideal para quienes quieren mejorar sus fotos del día a día sin experiencia previa. Se requiere acudir con teléfono móvil con cámara y cargador.

FORMACIÓN PARA PERSONAS ADULTAS

Fotografía con móvil
Imparte: José Manuel Maté.
Jueves 16 y viernes 17 de octubre.
Teoría: jueves de 17.30 a 19.30 h
Práctica: viernes de 17 a 20 h
Precio: 90 €

DESARROLLO PERSONAL

Los erizos leen
Espacio para el desarrollo personal fundamentado en la lectura, comentario y aplicación de textos inspiradores.
Jueves 25 de septiembre. 19 h
Jueves 30 de octubre. 19.30 h
Entrada libre hasta completar aforo.
El título del libro se acordará en la sesión y se publicará en la web www.cajadeburgos.com

ENTIDADES COLABORADORAS

Talento (Versión Mejorada 3.0)
A través de un enfoque práctico, creativo y sin generar estrés, aprenderás a conectar con tus metas, desarrollar tus capacidades y disfrutar del proceso.
Imparte: Asociación Horizonte Intergeneracional (AHI Burgos).
Del 20 de octubre al 27 de abril.
Lunes de 19 a 20.30 h
Gratuito (fianza: 40 €).

FORMACIÓN - POSGRADOS

Experto/a universitario/a en enfoque de género
Formación que capacita a las personas egresadas para desarrollar su trabajo en políticas de igualdad y/o prevención de la violencia contra las mujeres. Se convertirán en profesionales capaces de incorporar la perspectiva de género en instituciones, actuaciones y programas cuyo objeto sea hacer efectiva la igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres, en consonancia con nuestro marco jurídico.
Dirige: María Isabel Menéndez Menéndez.
De lunes a jueves:
Del 23 al 26 de febrero.
Del 16 al 19 de marzo.
Del 13 al 16 de abril.
Del 11 al 14 de mayo.
Del 8 al 11 de junio.
De lunes a miércoles de 17 a 21 h y jueves de 17 a 20 h
Matrícula: 650 €
Preinscripción: 65 €
(a descontar del precio de matrícula).
Preinscripción: hasta enero.
Matrícula: hasta febrero.
Información, preinscripción y matrícula a través de la web del título: https://www. ubu.es/expertoauniversitarioaen- enfoquede- generosemipresencial

ZONA INFANTIL

INFANCIA CON VALORES

Juegos tradicionales del mundo

Para niños y niñas de 6 a 11 años.

A través de un circuito lúdico, niños y niñas conocerán las semejanzas y diferencias de los juegos de su región con otros juegos de distintos continentes. Aprenderán sus nombres y cuáles son los más populares para divertirse en grupo.

Viernes 3 de octubre.

De 18 a 19.30 h

Precio: 3 €

EN FAMILIA

Familumina: juegos de luz y color en familia

Para niños y niñas de 3 a 7 años acompañados de algún familiar.

Niños y niñas aprenden y se divierten a través una experiencia manipulativa y experiencial, acompañados de una persona de su familia (madre, padre, abuelo, abuela, tío, tía...).

Viernes 17 de octubre.

De 18 a 19 h

Precio 2 € / participante.

ZONA ADOLESCENTE – CON JÓVENES

Canva

Para jóvenes de 12 a 13 años.

En colaboración con la Junta de Castilla y León.

Aprende a diseñar fácilmente con Canva: crea presentaciones, pósters, redes sociales y proyectos creativos de forma rápida, divertida y profesional.

Del 1 al 5 de septiembre.

De lunes a viernes de 10 a 12 h

Formaciones gratuitas financiadas por CyL Digital.

Inscripción previa.

Plazas limitadas.

Para participar en las formaciones se solicitará una fianza de 10 € por participante en concepto de asistencia, que se devolverá una vez finalizado el curso si se asiste al 75% de las clases.

La Akademia: 2025-2026

La Akademia es un proyecto educativo gratuito que promueve la educación emocional en jóvenes de 18 a 23 años. Su objetivo es acompañar procesos de autoconocimiento y desarrollo personal, fomentando la autoestima, la confianza y el sentido vital.

Del 6 de octubre al 25 de mayo.

Lunes de 17.30 a 20.30 h

Gratuito. Se requiere inscripción previa.

Presentación del curso: lunes 29 de septiembre a las 17.30 h

Información e inscripciones: La Akademia Burgos (laakademia-burgos@gmail.com)

FORMACIÓN-FAMILIAS

Conexión con los hijos

El Círculo de Seguridad Parental enseña a padres y madres a entender el mundo emocional de los jóvenes

El programa de Círculo de Seguridad Parental, que se presenta en el Foro Solidario el martes 30 de septiembre, se basa en décadas de investigación acerca de cómo se pueden proteger y fortalecer las relaciones seguras entre padres/madres e hijos/as.

La charla informativa, que puede servir tanto a familias de menores entre 2 y 11 años como a familias con adolescentes, va dirigida a aquellas personas que quieren entender el mundo emocional de sus hijos e hijas y aspiran a convertirse en la figura que esos hijos e hijas buscan cuando algo les preocupa y el miedo a no lograrlo genera ansiedad en ellos.

Círculo de Seguridad Parental (COSP)

Imparte: Carolina Gutiérrez.

Martes 30 de septiembre. 19 h

Gratuito. Inscripción previa.

Disciplina positiva

Programa cuyo objetivo es integrar herramientas para acompañar a la infancia desde la libertad y el respeto a sus necesidades y los límites que cuidan a todos los miembros del hogar, generando un clima de convivencia sano.

Imparte: Arantxa Arroyo.

Del 20 de octubre al 17 de noviembre.

Lunes de 18 a 20 h

Precio: 90 € (pareja: 130 €).

Inscripciones hasta el 6 de octubre.

ARTE CON VALOR

Foro Solidario. Entrada: 8 € (espectáculos del 31 de octubre y del 14 de noviembre) y 5 € (espectáculo del 22 de diciembre).
Entradas Fila 0: 8 € (aportación para la entidad beneficiaria sin derecho de acceso al concierto).
Promueven: Fundación Caja de Burgos y Fundación "la Caixa". Coordina: Jorge Jiménez Quirce.

Jean Philippe Kikolas: Espectáculo de circo y teatro
Viernes 31 de octubre. 19.30 h
A beneficio de Asociación Pro Salud Mental de Burgos (PROSAME).

Yesca
Viernes 14 de noviembre. 19.30 h
A beneficio de la Asociación Corea de Huntington (XXV Aniversario).

"Cantamos por ellos"
Corales de Río Vena, Burgos II, San Pedro, San Agustín, Santa Cruz del Valle Urbión, Fusión y Recrea +60
Lunes 22 de diciembre. 19.30 h
A beneficio de la Asociación Parkinson Burgos y la Asociación de enfermos de Alzheimer Burgos (AFABUR).

Espectáculos con **respaldo**

ARTE con Valor, el ciclo de conciertos y espectáculos altruistas impulsado por la Fundación Caja de Burgos y la Fundación "la Caixa", arranca el curso en octubre con un espectáculo de circo y teatro de Jean Philippe Kikolas en el que prima el componente poético expresado a través del lenguaje del payaso. En noviembre llega el grupo de música tradicional Yesca, dedicado a la investigación, recuperación y difusión del folclore de Castilla y León. Y ya en diciembre le tocará el turno a una emotiva actuación a cargo de varias corales de Burgos.

Espacio ODS+

Un lugar de encuentro para aprender, conocer e interactuar sobre los Objetivos de Desarrollo Sostenible y la Agenda 2030 en Burgos al servicio de la ciudad. ¿Tienes algo que enseñar, compartir y aportar? Haznos llegar tus ideas y propuestas por email a forosolidario@cajadeburgos.com
De lunes a viernes de 12 a 14 y de 18 a 20 h. Entrada libre.

Guardianes de la tierra. El pueblo Yánesha: una historia de supervivencia en la Amazonía

En colaboración con la ONG Persona Solidaridad.
Del 27 de octubre al 27 de noviembre.
De lunes a viernes de 12 a 14 y de 18 a 20 h
Entrada libre.

LA muestra pretende visibilizar y denunciar la situación de marginalidad de las comunidades yáneshas, la expropiación y explotación de sus recursos naturales y la incesante e irrecuperable pérdida de su identidad, cultura e idioma.

AULA DE MEDIO AMBIENTE CAJA DE BURGOS

@aulamedamb
https://www.facebook.com/aulamedamb

➜ BURGOS
Glorieta Ismael García Rámila, 4
947 278 672
De lunes a viernes de 10 a 14
y de 17 a 20 h
aulaburma@cajadeburgos.com

➜ VALLADOLID
Acera Recoletos, 20
983 219 743
De lunes a viernes de 10 a 14
y de 17 a 20 h
aulavama@cajadeburgos.com

➜ PALENCIA
Avenida Santiago Amón, 3
979 165 291
De lunes a viernes de 10 a 14
y de 17 a 20 h
aulapama@cajadeburgos.com

medio ambiente

Los entornos industriales pueden transformarse en escenarios de regeneración ecológica con estrategias de sostenibilidad como la desarrollada en Burgos por Constantia Tobepal

Biodiversidad en el polígono

En el contexto actual de crisis climática y pérdida acelerada de biodiversidad, los polígonos industriales son espacios con un enorme potencial para la renaturalización y la mitigación del impacto ambiental de las empresas. Aunque están asociados a actividades de alto consumo energético y sellado del suelo, estos entornos pueden transformarse en escenarios de regeneración ecológica si se integran estrategias de sostenibilidad que consideren la biodiversidad como un activo, no como un obstáculo.

Renaturalizar polígonos industriales implica la incorporación de soluciones basadas en la naturaleza –como la plantación de especies autóctonas, la instalación de infraestructuras verdes o la recuperación de hábitats degradados– para favorecer la presencia de aves, insectos polinizadores y otras especies clave. Estas acciones no solo tienen un impacto positivo en el entorno natural, sino que contribuyen a la adaptación de las empresas al cambio climático mediante la mejora de la calidad del aire, la regulación térmica y la retención de agua.

Además, estos proyectos representan una vía eficaz para que las compañías mitiguen y compensen su huella ecológica, integrándolas en sus planes de sostenibilidad y responsabilidad social corporativa. Al restaurar ecosistemas, las empresas no solo cumplen con normativas ambientales cada vez más exigentes, sino que fortalecen su compromiso con la comunidad y mejoran su imagen pública.

Aves en Constantia Tobepal

Un buen ejemplo del inicio de esta transformación se encuentra en Burgos, donde la empresa Constantia Tobepal realiza un proyecto de conservación de la biodiversidad en entornos industriales guiada por el Aula de Medio Ambiente. Esta iniciativa busca mejorar las condiciones del hábitat de las aves del entorno y de los polinizadores, esenciales para el equilibrio ecológico. Mediante la instalación de bebederos para aves, refugios para insectos y siembras adaptadas, se ha comenzado a tejer una red de vida en un espacio tradicionalmente ajeno a la naturaleza.

Este tipo de intervenciones demuestra que es posible transformar áreas industriales en enclaves resilientes, donde naturaleza y actividad económica coexistan de forma armónica. Apostar por la biodiversidad en los polígonos industriales no es solo una acción ética y ambientalmente responsable, sino también una inversión inteligente en un futuro más habitable, competitivo y sostenible.

La adaptación al cambio climático exige una respuesta colectiva, y las empresas tienen en sus manos la capacidad y la responsabilidad de liderar este cambio desde su entorno más inmediato.

Escaparates naturales

Las tiendas ambientales de las Aulas de Medio Ambiente de la Fundación Caja de Burgos constituyen espacios para la observación, la conservación y la educación sostenible

Las Aulas de Medio Ambiente de la Fundación Caja de Burgos, situadas en Burgos, Valladolid y Palencia, brindan un punto de encuentro entre ciudadanía y sostenibilidad en sus tiendas ambientales, donde ponen a disposición del público una cuidada selección de productos orientados a fomentar el contacto respetuoso con la naturaleza, facilitar la conservación de la biodiversidad y promover un consumo responsable desde la infancia.

Uno de los principales atractivos de estas tiendas es su sección de óptica especializada para la observación de la naturaleza, con una gama de prismáticos de las reconocidas marcas Focus y Kowa.

Otro pilar de esta oferta son los refugios para la biodiversidad, que incluyen cajas nido para diferentes especies de aves, refugios para murciélagos (quirópteros), comederos para aves y hoteles de insectos. Estos productos permiten que cualquier persona o entidad (asociaciones, centros escolares o ayuntamientos) puedan contribuir activamente a la conservación de la fauna local desde su propio entorno. El equipo de las Aulas proporciona información detallada sobre su instalación, mantenimiento y el tipo de fauna que puede beneficiarse de ellos, promoviendo así la implicación directa de la ciudadanía en la mejora del entorno natural.

Por último, las tiendas ofrecen una cuidada selección de juguetes didácticos realizados en madera, de diseño sencillo y con enfoque educativo. Pensados para niñas y niños, estos juguetes de "kilómetro cero" (se fabrican en Valladolid de manera artesanal) fomentan el juego creativo y el aprendizaje sobre el medio natural, al tiempo que reducen el uso de plásticos y apuestan por el empleo de materiales sostenibles.

Pero las tiendas ambientales de las Aulas de Medio Ambiente de la Fundación Caja de Burgos no son espacios comerciales al uso, sino una herramienta educativa más, que invita a vivir la naturaleza con conocimiento, respeto y compromiso, un lugar donde cada compra se convierte en una acción responsable en favor del medio ambiente.

Cada compra va acompañada de una actividad de asesoramiento en el uso de ese material, demostraciones para aprender a manejar el material óptico, así como talleres para contruir las cajas, comederos y refugios y, en general, de toda la información necesaria para usar y disfrutar conscientemente cada artículo que se adquiere.

TALLER EN FAMILIA: Construcción de una caja nido

Burgos, Palencia y Valladolid
Jueves 9 de octubre.
De 17.30 a 19.30h
Precio: 6 € /persona + Cajas nido (se compran aparte).

Pequeños gestos en casa, grandes cambios para el planeta

Cada vez más personas se preguntan qué pueden hacer desde sus casas para frenar el cambio climático, reducir su impacto ambiental y vivir de forma más consciente. La respuesta está en Hogares Verdes.

Este programa educativo, gratuito y dirigido a hogares de Burgos, Palencia y Valladolid acompaña a las familias durante todo un curso escolar para ayudarlas a transformar sus hábitos de consumo, ahorrar recursos y adoptar un estilo de vida más sostenible. Da igual si vives solo o sola, en familia, en un piso compartido o en una residencia: si te interesa reducir tu huella ecológica, puedes formar parte de la familia de Hogares Verdes.

La participación requiere un compromiso mínimo: asistir a dos sesiones presenciales –una al inicio y otra al final del curso–, trabajar los contenidos online, asistir a las actividades prácticas y facilitar los datos de consumo del hogar para poder hacer un seguimiento y recibir asesoramiento personalizado.

Cada tres semanas, los participantes acceden a nuevos contenidos digitales sobre seis temas clave: energía, agua, movilidad, residuos, limpieza del hogar y consumo responsable. Estos contenidos están disponibles para consultarse en cualquier momento, adaptándose al ritmo de cada hogar.

Pero Hogares Verdes no se queda en la teoría. Cada tema incluye actividades prácticas gratuitas, como talleres, visitas o experiencias sostenibles, a las que los hogares inscritos tienen preferencia de acceso. Además, se ofrecen actividades complementarias con descuento exclusivo para los participantes, como actividades prácticas o visitas a proyectos locales.

Más allá del ahorro energético o de agua, Hogares Verdes es una oportunidad para compartir experiencias, descubrir soluciones reales y formar parte de una comunidad activa por el cambio.

¡Participa y únete al cambio desde casa!

INSCRIPCIONES: hasta el 24 de octubre de 2025.

+ INFO: www.cajadeburgos.com/hogaresverdes

SESIONES INFORMATIVAS EN LAS AULAS DE MEDIO AMBIENTE

De 18 a 19 h

Valladolid

Martes 14 de octubre.

Palencia

Miércoles 15 de octubre.

Burgos

Jueves 16 de octubre.

OTRAS SESIONES INFORMATIVAS

Palencia

18 h

LECRAC.

Miércoles 24 de septiembre.

Burgos

17 h

Centro Cívico Las Huelgas: miércoles 24 de septiembre.

Centro Cívico Río Vena: jueves 25 de septiembre.

Centro Cívico Capiscol: lunes 29 de septiembre.

Centro Cívico Vistalegre: lartes 7 de octubre.

Centro Cívico San Agustín: Miércoles 8 de octubre.

Centro Cívico Gamonal Norte: jueves 9 de octubre.

JOSÉ SÁEZ GONZÁLEZ. Participante en Hogares Verdes

"Reducir es el único camino efectivo"

¿Cómo descubristeis el programa de Hogares Verdes y qu´e os ha motivado a participar?

Lo vi en prensa. Siempre me ha llamado la atención. Ya teníamos cierta conciencia pero quería profundizar en el tema.

¿Qué hábitos sostenibles habéis integrado en vuestra rutina diaria?

Regulamos el consumo de agua, luz y gas. Evitamos los productos envasados. Vamos en bicicleta en nuestros trayectos urbanos.

¿Qué tipo de apoyos o recursos del programa han sido más útiles para vosotros en el proceso de cambio?

El conocimiento de la facturación de los suministros. El sentimiento de que reducir es el único camino efectivo.

¿Qué obstáculos habéis encontrado en el camino hacia la sostenibilidad doméstica y c´omo lo habéis superado?

El envasado de la industria alimenticia, y lo superamos con la compra de proximidad y en la medida de lo posible a agricultores y ganaderos de la zona.

¿Qué aspectos han resultado más interesantes o transformadores en cuanto a hábitos sostenibles?

El concepto de reducción.

¿Cómo describirías el programa de Hogares Verdes a otras familias interesadas en participar?

El formato de encuentros periódicos es muy ameno e interesante, te hace tomar conciencia de dónde estás y cómo puedes mejorar en tu hogar.

¿Animaríais a otros hogares a participar en esta iniciativa?

Sí, claro, han sido sesiones muy entretenidas. Se pasa el tiempo muy rápido.

Movilidad **para todos**

El programa Hogares Verdes de la Fundación Caja de Burgos se suma a la celebración de la Semana Europea de la Movilidad, desde el martes 16 hasta el lunes 22 de septiembre. Esta actividad consiste en una campaña dirigida a sensibilizar, tanto a responsables políticos como a la ciudadanía, sobre los beneficios tanto para la salud pública como para el medio ambiente asociados al uso de modos de transporte más sostenibles, en particular el transporte público, la bicicleta y los desplazamientos a pie.

El tema elegido para la campaña de este año 2025 es "Movilidad para todos", mientras que el lema de la iniciativa es "Hacia una movilidad inclusiva y sostenible". Este año se destaca la importancia de contar con soluciones de transporte inclusivas, accesibles y asequibles para todos, independientemente de sus ingresos, ubicación, género o capacidad.

Al igual que en las anteriores ediciones, una cantidad considerable de sociedades civiles, organizaciones sociales, instituciones y empresas organizan actividades relacionadas con la movilidad sostenible para concienciar sobre el beneficio individual y colectivo del cambio de comportamiento a la hora de elegir un modo de transporte sostenible.

TALLER INFANTIL: MUÉVETE

Actividad dirigida a niños y niñas de 4 a 10 años para conocer los medios de transporte más sostenibles en la ciudad.

Burgos, Valladolid y Palencia

Viernes 19 de septiembre.

De 17.30 a 19.30 h. Precio: 6 €

Reconectar para proteger

CADA 18 de octubre se celebra el Día Mundial de la Protección de la Naturaleza, instaurado por la ONU en 1972. Su propósito sigue más vigente que nunca: recordar que nuestra vida depende de un entorno sano. En un planeta afectado por el cambio climático, la pérdida de biodiversidad y la desconexión creciente de las personas con la naturaleza, este día es una llamada urgente a reconectar.

La naturaleza no solo es paisaje. Nos da aire limpio, agua, alimentos, regula el clima y también cuida nuestra salud mental. Pero cuando esos beneficios desaparecen, ya sea por incendios, pandemias, sequías o por pérdida de especies, entendemos su verdadero valor. Las aves migratorias, por ejemplo, son un termómetro del planeta y también tienen su fecha conmemorativa, el 11 de octubre, con el propósito de reflejar la naturaleza cíclica de la migración de las aves y la variación de los períodos pico de migración en los hemisferios norte y sur, y pone en marcha cientos de eventos educativos por todo el mundo. La especie que ha sido elegida como ave del año 2025 es el treparriscos.

Este año, la campaña global invita a construir ciudades más amigables con las aves, creando espacios donde humanos y fauna puedan convivir en equilibrio. Proteger la naturaleza empieza por formar parte de ella. Observar aves, restaurar un ecosistema cercano o sumarse a un voluntariado son formas concretas de reconectar. Porque quien conoce, valora. Y quien se involucra, protege.

Sorteo de prismáticos y libros. Envíanos a aulabuma@cajadeburgos.com antes del 6 de octubre un dibujo de un treparriscos, elegida ave del año 2025 por Seo-Birdlife por su llamativo aspecto, su peculiar comportamiento y su estrecha relación con los hábitats de alta montaña, que son especialmente vulnerables al cambio climático, y participarás en un sorteo de prismáticos y libros ambientales.
Para niños y niñas de 3 a 12 años

AMBIENTE DE PÁJAROS

De 10 a 13 h
Precio: 6 €
Valladolid
Jueves 18 de septiembre: Campo Grande.
Jueves 16 de octubre: Fuente el Sol.
Burgos
Miércoles 22 de octubre: Villalonquéjar.

AMBIENTE INFANTIL

Burgos, Palencia y Valladolid
Para niños y niñas de 4 a 10 años.
Viernes de 17.30 a 19.30 h
A partir de octubre.

AMBIENTE INFANTIL EN INGLÉS

Palencia
Segundo martes de mes de 17.30 a 19.30 h
Precio: 6 €

TALLER INFANTIL: EL TREPARRISCOS

Burgos, Palencia y Valladolid
Para niños y niñas de 4 a 10 años.
Viernes 3 de octubre.
De 17.30 a 19.30 h
Precio: 6 €

TALLER EN FAMILIA: PINTA Y DECORA TU CALABAZA DE HALLOWEEN AMBIENTAL

Palencia
Miércoles 22 de octubre.
De 17 a 19.30 h

CUMPLEAÑOS AMBIENTALES

Burgos, Palencia y Valladolid
Celebra tu cumpleaños con nosotros. Puedes elegir entre diferentes temáticas y actividades ambientales.
Si quieres un cumpleaños diferente y sostenible, ¡ven a nuestras Aulas!
Precio 11 euros / asistente.

TALLERES DE ELABORACIÓN DE JABONES CASEROS

Precio: 16 €
Palencia
Lunes 22 y miércoles 24 de septiembre. De 17 a 19.30 h
Valladolid
Lunes 20 y 27 de octubre. De 17.30 a 19.30 h

TALLERES DE ELABORACIÓN DE JABONES MEDICINALES

Precio: 16 €
Palencia
Jueves 25 de septiembre. De 17 a 19.30 h
Burgos
Miércoles 24 de septiembre. De 11 a 13 h

Precio: 8 € / persona.
Burgos
Jueves 30 de octubre. De 17.30 a 19.30 h
Precio: 6 € / persona.
Valladolid
Jueves 30 de octubre. De 17.30 a 19.30 h
Precio: 6 € / persona.

ARTE Y NATURALEZA

Valladolid
Un programa semanal para trabajar la observación del entorno y fomentar la creatividad.
A partir de octubre.
Burgos y Valladolid: de lunes a viernes de 17.30 a 19.30 h
Palencia: de lunes a jueves de 17.30 a 19.30 h

Lunes de 17 a 18.30 h: Ed. Infantil.
Martes de 17.30 a 19 h: 4º a 6º de Primaria.
Miércoles de 17.30 a 19 h: 1º a 3º de Primaria.
Matrícula y materiales: 30 €
Precio: 40 € / mes de octubre a mayo. Matrícula y materiales: 30 €

CINE MEDIO AMBIENTE

Aulas de Medio Ambiente Fundación Caja de Burgos
Jueves. 19 h
Entrada libre hasta completar aforo.

BURGOS, PALENCIA Y VALLADOLID
Proyección de cortometrajes del Festival VIANATUR

25 de septiembre
Ganadores y finalistas del festival 2024

• Mejor cortometraje de ficción
Finalista: ***Salvar a los niños, salvar a la naturaleza*** (Uzbequistán, 4'43'').
Ganador: ***Damj*** (Irán, 1'45'').

• Mejor cortometraje VIANATUR Joven
Finalista: ***La Lata*** (Rusia, 2'30'').
Ganador: ***La mía voz*** (España, 18').

• Mejor cortometraje de animación
Finalista: ***Imposible plan épico para salvar el mundo*** (México ,11'07'').
Ganador: ***Economía de arcilla*** (Italia 4'44'').

• Mejor cortometraje documental
Finalista: ***Rancho quemado*** (España, 19'24'').
Ganador: ***Viendo Fungi*** (Países Bajos, 14'18'').

23 de octubre
Ganadores y finalistas del festival 2025

• Mejor cortometraje de ficción
Finalista: ***Represión*** (Italia, 11'13'').
Ganador: ***Amenazados*** (España, 10'40'').

• Mejor cortometraje VIANATUR Joven
Finalista: ***Jackdaw*** (Italia 6'30'').
Ganador: ***Dial Salvaje*** (Francia 12'17'').

• Mejor cortometraje de animación
Finalista: ***Badwood*** (República Checa, 14'30'').
Ganador: ***Soy agua*** (España, 6'20'').

• Mejor cortometraje documental
Finalista: ***Fibras que tejen historias de coexistencia*** (Brasil, 4'45'').
Ganador: ***Rutas Arriesgadas*** (Suiza, 6').

EXPOSICIONES

Visita libre de lunes a viernes en el horario habitual de los centros.

Burgos

40 años de Greenpeace España

La exposición fotográfica organizada con motivo de este aniversario recorre las acciones más emblemáticas de la organización a lo largo de su historia en España. A través de estas imágenes, se visibilizan las campañas y movilizaciones más icónicas de Greenpeace, que han marcado hitos en la defensa del medio ambiente y en la lucha por la justicia social.
Septiembre y octubre.

Burgos

CANTABA LA RANA
Una historia sobre los anfibios

Palencia

TAMBORES EN LOS ÁRBOLES
Una historia sobre la vida de los pájaros carpinteros

Valladolid

RUMBO AL ÁRTICO
Fotografías de José Luis Gómez de Francisco
A partir del 15 de septiembre.

EMPRESAS en la incubadora

El programa Emprendedores ha propiciado desde 2013 la puesta en marcha de 143 proyectos empresariales en la provincia burgalesa

El programa Emprendedores, la incubadora de proyectos empresariales de la Fundación Caja de Burgos, responde a uno de los grandes objetivos estratégicos de la entidad: acelerar el progreso económico y la creación de empleo mediante el impulso a la creación, la digitalización y el crecimiento de empresas eficientes y socialmente responsables.

Emprendedores ha propiciado desde 2013 la puesta en marcha de 143 proyectos empresariales en la provincia burgalesa. El programa se complementa con la puesta a disposición del Centro de Dinamismo Empresarial, tanto en formato coworking como en el de módulos. En este tiempo la Fundación ha mentorizado a más de 290 emprendedores y ha favorecido la creación de 143 empresas, aportando una financiación de 565.500 euros.

De los 47 los proyectos que han solicitado entrar en el programa, en 2025 han sido aceptados 20, con los componentes innovadores como criterio principal. Se han puesto en marcha cinco proyectos y actualmente la incubadora está trabajando con 16 en pre-evaluación, 26 en desarrollo y 32 en lanzamiento.

Los candidatos pueden presentar su idea en **https://www.cajadeburgos.com/programa**

En primera persona

1. ¿Por qué decidiste acoger tu idea de empresa al Programa Emprendedores?
2. ¿Qué aspectos del programa te han resultado más valiosos?
3. ¿Hasta qué punto la relación con otros emprendedores te ha ayudado a impulsar tu proyecto?

Sembrando Salud
Sergio Álvarez y Paula Rodríguez

Sembrando Salud , liderado por Sergio Álvarez y Paula Rodríguez, doctores en salud y educación, nace con el propósito de mejorar la calidad de vida de las poblaciones especiales, como mayores, pacientes crónicos o habitantes del medio rural.

1. Vimos en la Fundación una oportunidad de apoyo real y una comunidad a la que podíamos pertenecer, especialmente en nuestros inicios.
2. El espacio de trabajo ha sido clave, pero también valoramos mucho las conversaciones con algunos mentores y el hecho de compartir el día a día con otros emprendedores.
3. La relación con otros emprendedores ha sido una red de apoyo fundamental. Estar rodeados de personas que viven desafíos similares crea un ambiente de comprensión y empatía muy valioso.

Pondus
Fuensanta Gil

El proyecto ofrece formaciones y acompañamientos emocionales orientados a personas que atraviesan momentos difíciles –enfermedad, duelo, soledad, crisis vitales–, así como a familiares y profesionales del cuidado. La propuesta combina cursos, talleres y acompañamientos personalizados, tanto presenciales como online.

1. La sorpresa fue que el programa acogiera mi propuesta, más que yo acoger el programa; no sabía si una iniciativa así, tan centrada en la salud, la fragilidad y la ternura, encajaría en un espacio emprendedor de tanto nivel. Tampoco tenía claro que mi edad fuera una aliada en este camino. Pero cuando Fundación Caja de Burgos me abrió la puerta, sentí que mi proyecto podía ser leído no solo como una idea, sino como una aportación valiosa al tejido social.
2. Ha sido sentirme acompañada desde el respeto a lo que soy y a lo que Pondus quiere ser. La disponibilidad y la entrega de los profesionales que nos acompañan han sido claves. Me han ayudado a poner orden, dirección y horizonte a algo que, hasta entonces, vivía más como vocación que como empresa. Y también han estado ahí cuando me desanimaba un poco. Pero

quizás lo más transformador ha sido comprobar que el cuidado, la escucha, la ternura, también pueden ocupar un lugar en la mesa del emprendimiento.
3. Aunque aún no he tenido una relación muy cercana con los demás emprendedores, su presencia ha sido inspiradora. Su esfuerzo, su entrega y la ilusión que ponen en cada paso me han ayudado a creer más en el mío.

Srta. Frames & Growthframes
Elena Marcos

Elena Marcos impulsa un proyecto pionero en la provincia de Burgos que combina tecnología y estrategia para el crecimiento digital de empresas. Su propuesta se basa en el Growth Hacking, una metodología científica que aplica experimentación y análisis de datos para detectar oportunidades de crecimiento.

1. Decidí entrar porque el programa me ofrecía exactamente lo que necesitaba en ese momento: acceso directo a una red de mentores con experiencia para contrastar decisiones clave y un espacio de trabajo adecuado para desarrollar mi idea con foco.
2. Lo más valioso fue, por un lado, la red de mentores, que me permitió obtener feedback rápido, evitar errores comunes y abrir algunos contactos iniciales; y, por otro, disponer de un espacio físico donde poder prototipar y avanzar sin distracciones ni costes adicionales.
3. El ambiente emprendedor me ayudó a mantener el foco, compartir buenas prácticas y establecer relaciones que derivaron en feedback constante, posibles colaboraciones y acceso a contactos que yo no tenía.

Costa Oxígeno
Héctor Abad

Costa Oxígeno es un proyecto de turismo rural sostenible que propone una experiencia única de conexión con la naturaleza en pleno corazón de la Sierra de Burgos. Su propuesta combina alojamientos singulares con una filosofía de respeto medioambiental, diseño cuidado y cercanía con el entorno.

1. Necesitaba un apoyo fuerte y consolidado en la zona, que tuviera conocimiento detallado del terreno. Emprendedores no solo tiene un ecosistema de emprendimiento asentado y con resultados, también tiene una red de contactos en el territorio muy valiosa y su reconocimiento y visibilidad hace que los emprendedores nos podamos beneficiar.
2. El poder tener de mentor a Jesús Alcalde ha resultado ser un empujón adicional. No solo por las bases y plantillas que todo negocio necesita, sino por sus recomendaciones e implicación. Además, disponer del edificio Nexo aporta seguridad. Si a eso le juntamos el networking, la ayuda y las posibilidades de financiación, hace que haber entrado en Emprendedores haya sido todo un acierto.
3. Al final, el networking en este tipo de programas es clave y lo que más perdura en el tiempo.

Dani Hernando Music
Daniel Hernando

Dani Hernando Music es una propuesta de gestión musical integral para eventos, desarrollada con el objetivo de ofrecer experiencias sonoras únicas y personalizadas en todo tipo de celebraciones.

1. Vi que era una oportunidad para que medios técnicos y humanos me ayudasen en el aspecto que menos controlado tenía: la empresa y su estrategia. La mentoría, asesoría e intercambio con otras startup me parecían algo que no podía perderme.
2. Nacho Recuero y tener un sitio físico donde trabajar en un ambiente impecable... Poder ofrecer a mis clientes y trabajadores extras un punto físico donde reunirnos...
3. Totalmente. Siempre dan ideas en todo y esto impulsa la economía circular.

Innovar, crear, emprender

Planea Emprendedores transforma ideas en acción, fortalece el trabajo en equipo y despierta vocaciones

El curso 2024-2025 ha sido un año de inspiración, talento y aprendizaje colectivo en el programa educativo Planea Emprendedores, que ha reunido a más de 1.600 alumnos y 91 docentes de 47 centros educativos de toda la provincia de Burgos. A través del trabajo cooperativo, se han constituido 132 cooperativas escolares y se han desarrollado 57 planes de empresa, demostrando que el espíritu emprendedor no entiende de edades.

Desde Primaria hasta Ciclos Formativos, los estudiantes han diseñado, registrado, presentado y comercializado sus propias ideas de negocio. Ferias como las de Aranda de Duero y Burgos, con más de 1.150 participantes, han sido la culminación de meses de esfuerzo, donde se ofrecieron productos tan variados como jabones, accesorios, arte reciclado o soluciones tecnológicas.

Las jornadas de presentación de proyectos han convertido a los alumnos en auténticos ponentes, exponiendo sus ideas ante el público con profesionalidad y creatividad.

Ideas con premio

Los ganadores de los premios Planea Cooperativa, Planea Cooperativa Sostenible y Planea Plan de Empresa fueron *Better Together,* del Colegio Blanca de Castilla, *Decoranllari,* del CEIP Santa Cecilia, y *GlamAIR,* del CIFP La Flora, respectivamente. Estos centros han recibido un diploma y disponen de una bolsa económica de 1.000 euros.

Además, se han realizado actividades complementarias como el taller "Presenta tu proyecto en público", con más de 30 sesiones en aula, o la solicitud de microcréditos reales en Arquia Banca para simular una experiencia empresarial completa.

El programa, que ya ha abierto la convocatoria para el curso 2025-2026, también ha acercado al alumnado a profesionales del mundo real con charlas sobre economía circular, neurociencia, diseño de marca, inversión y marketing digital, impartidas por expertos como Gema Gonen, Laura Ortega o Juan Fernández.

Vuelve foroBurgos, Empresa y Sociedad

La Fundación Caja de Burgos celebra una nueva edición de foroBurgos el próximo 2 de octubre en Cultural Cordón. En la cita, Laura Rojas Marcos, doctora en Psicología Clínica y de la Salud y psicoterapeuta, hablará sobre la adaptación a los cambios y los retos que plantea en la salud mental. Ginés Clemente, presidente de la Fundación Caja de Burgos y del Grupo Aciturri, mantendrá un diálogo con el periodista Jose Luis Martín Alonso. Y Daniel Lacalle, profesor de Economía Global y Finanzas y gestor de fondos de inversión, analizará la coyuntura económica actual.

MODELO COOPERATIVO. La Fundación Caja de Burgos ha organizado para el martes 7 de octubre una nueva cita de su programa neXworking, encuentros bimestrales para empresarios y emprendedores que se celebran el Espacio Ágora del Edificio Nexo y en los que se abordan cuestiones de actualidad para el mundo empresarial. En esta ocasión, el encuentro se celebrará bajo el título "Comunidades energéticas: hacia un modelo local más justo, sostenible y cooperativo".

INTERCLUB
CAJA DE BURGOS

@interclubfundacioncajadeburgos
@interclubCajaDeBurgosAranda
@interclubCajaDeBurgosMedinaDePomar
@interclubCajaDeBurgosBriviesca
www.cajadeburgos.com/interclub

salud

INTERCLUB BURGOS
C/ Jesús María Ordoño, 9-11.
Tel. 947 270 987
De lunes a viernes de 9 a 22 h
Sábados de 10 a 14 y de 17 a 21 h

INTERCLUB MIRANDA DE EBRO
C/Ronda del Ferrocarril, 8.
Tel. 947 320 654
De lunes a sábados de 9 a 13 y de 17 a 21 h

INTERCLUB ARANDA DE DUERO
C/ Pisuerga, 2.
Tel. 947 510 073
De lunes a viernes de 9 a 22 h
Sábados de 10 a 14 y de 17.30 a 20 h

INTERCLUB BRIVIESCA
C/ Medina, 5.
Tel. 947 590 200
De lunes a sábados de 9.30 a 13 y de 16.30 a 21 h

INTERCLUB MEDINA DE POMAR
C/ Juan de Medina , 2.
Tel. 947 190 917
De lunes a viernes de 9.30 a 14.30 y de 17 a 21.30 h
Sábados de 10 a 14 y de 17 a 21 h

➜ Autorización sanitaria interClub Burgos: 09-C3-0073
➜ Autorización sanitaria interClub Aranda de Duero: 09-C3-0176
➜ Autorización sanitaria interClub Briviesca: 09 – C3-0222
➜ Autorización sanitaria interClub Medina de Pomar: 09-C22-0380

Desafío GYM: Explora, prueba y transfórmate

¿Estás listo para dar el primer paso hacia una vida más activa y saludable? En nuestro centro, la llegada de nuevos usuarios siempre es motivo de celebración. Por eso, hemos diseñado una bienvenida que fusiona las clases de prueba con un desafío fitness para todos los niveles.

Como bienvenida a los nuevos usuarios, los interClubes han organizado unas clases de prueba en diferentes disciplinas, en las que los participantes podrán conocer a nuestros instructores e instalaciones y descubrir el entrenamiento que más les motive. Además, podrán ponerse a prueba con un mini desafío fitness diseñado especialmente para ellos.

Para premiar tu participación, te regalaremos tres pases para el gimnasio que podrás utilizar tú mismo o compartir con la persona que tú quieras, un obsequio valorado en 18 euros. Puedes inscribirte acudiendo a los interClubes de Burgos, Aranda de Duero, Miranda de Ebro, Medina de Pomar y Briviesca.

En los próximos meses llevaremos a cabo nuevos desafíos. Los objetivos de un desafío fitness suelen centrarse en alcanzar metas específicas de salud y forma física en un periodo determinado, como reducir el porcentaje de grasa corporal, mejorar la resistencia física y aumentar la masa muscular.

DESAFÍO FITNESS

Burgos
Miércoles 15 de octubre.
De 20 a 21 h
Aranda de Duero
Martes 14 o jueves 16 de octubre.
De 10 a 12 h
Medina de Pomar
Jueves 16 de octubre de 18.30 a 19.30 h y viernes 17 de octubre de 12 a 13 h
Miranda de Ebro
Miércoles 8 de octubre.
De 10 a 12 h
Briviesca
Miércoles 8 de octubre.
De 19 a 20 h

ACTIVIDADES FÍSICAS DE PRUEBA

8, 9 y 10 de septiembre.
Briviesca: 15, 16 y 17 de septiembre.

Pilates

Cross Training

Tonificación (GAP, tábata, HIIT...)

Yoga

Gimnasia de mantenimiento

...Y muchas más que podrás consultar en www.cajadeburgos.com/salud

Una reunión inolvidable

Los interClubes ofrecen espacios exclusivos para celebraciones privadas y eventos corporativos con spa y cocina profesional

¿Buscas un lugar único para tu próximo evento? Descubre el espacio exclusivo del interClub de la capital burgalesa, que combina una cocina completamente equipada con un relajante spa, ideal para celebraciones privadas y eventos corporativos inolvidables. Se trata de una opción idónea para vivir experiencias integrales donde el bienestar, la gastronomía y la celebración se unen para crear reuniones memorables y sin preocupaciones logísticas para los anfitriones.

Nuestros espacios permiten disfrutar del bienestar y relax en grupo, y resultan ideales para cumpleaños tanto de adultos como de adolescentes, aniversarios, despedidas, eventos de empresa y formaciones, encuentros wellness (con precios desde los 16 euros por persona) y experiencias gourmet diseñadas a medida.

Una cocina moderna y profesional, perfecta para *showcookings*, talleres, cenas privadas o actividad de *team building* gastronómico, se suma una zona spa donde relajarse antes o después del evento en una amplia piscina de hidromasaje. El spa cuenta además con una poza de agua fría, tres amplias saunas (turca, finlandesa y terma) con distintos grados de humedad, pediluvio, ducha escocesa y ducha de aceites esenciales. Existen propuestas que combinan la experiencia de spa con actividades culinarias, como *brunch*, *showcooking* o menús tipo cóctel.

MÁS INFORMACIÓN EN CADA UNO DE LOS CENTROS

ESCUELA DE COCINA

Primeros platos

Los cursos infantiles de cocina que organizan los interClubes de la Fundación Caja de Burgos constituyen una propuesta formativa y lúdica para escolares de diferentes tramos de edad, unos talleres en los que priman el juego y la diversión y se anima a los participantes a atreverse a elaborar recetas de iniciación adaptadas a cada edad.

Además, estos talleres promueven una alimentación saludable que contribuya a mantener la buena salud y a lograr un bienestar a través de recetas imaginativas que permiten disfrutar de los placeres de la buena cocina. Para este bimestre se incluyen monográficos sobre arroz tres delicias, helados saludables, pasta boloñesa y postres, entre otros asuntos.

MONOGRÁFICOS PARA ADULTOS

Cocina mediterránea de final de verano (pisto, escalivada, ensaladas templadas)

Medina de Pomar
Miércoles 24 de septiembre.
De 19.30 a 21.30 h
Aranda de Duero
Jueves 25 de septiembre.
De 19.30 a 21.30 h
Burgos
Viernes 10 de octubre.
De 19.30 a 21.30 h

Cocina creativa

Burgos
Viernes 24 de octubre.
De 19.30 a 21.30 h

Conservas caseras, ¿cómo elaborarlas?

Medina de Pomar
Miércoles 15 de octubre.
De 19.30 a 21.30 h
Aranda de Duero
Jueves 23 de octubre.
De 19.30 a 21.30 h

Cocina vegana de otoño

Burgos
Viernes 26 de septiembre.
De 19.30 a 21.30 h.
Medina de Pomar
Miércoles 22 de octubre.
De 19.30 a 21.30 h
Aranda de Duero
Jueves 30 de octubre.
De 19.30 a 21.30 h

CURSOS MENSUALES PARA ADULTOS

Técnicas básicas de cocina

Burgos
Lunes de 19.30 a 21.30 h
Aranda de Duero
Martes de 19.30 a 21 h
Medina de Pomar
Martes de 19.30 a 21.30 h

Técnicas intermedias de cocina

Burgos
Jueves de 19.30 a 21.30 h
Aranda de Duero
Miércoles de 19.30 a 21 h
Medina de Pomar
Miércoles de 19.30 a 21.30 h

MONOGRÁFICOS EN FAMILIA

¡Manos a la masa! Bollitos y panecillos caseros

Burgos
Sábado 27 de septiembre.
De 18 a 19.30 h
Aranda de Duero
Sábado 25 de octubre.
De 11 a 12.30 h
Medina de Pomar
Sábado 25 de octubre.
De 11 a 12.30 h

Dulces de Halloween

Burgos
Sábado 25 de octubre.
De 18 a 19.30 h

MONOGRÁFICOS DE COCINA INFANTIL Y JUVENIL

Arroz frito tres delicias + postre

Medina de Pomar
Sábado 20 de septiembre.
De 11 a 12.30 h
Burgos
Martes 30 de septiembre.
De 17.45 a 19.15 h
Aranda de Duero
Sábado 18 de octubre.
De 11 a 12.30 h

Pasta boloñesa + postre

Burgos
Martes 7 de octubre.
De 17.45 a 19.15 h
Medina de Pomar
Sábado 18 de octubre.
De 11 a 12.30 h

Dulces de otoño y Halloween

Burgos
Martes 28 de octubre.
De 17.45 a 19.15 h
Medina de Pomar
Jueves 30 de octubre.
De 19.30 a 21.30 h
Aranda de Duero
Viernes 31 de octubre.
De 17 a 18.30 h
Briviesca
Viernes 31 de octubre.
De 11 a 13 h

Galletas de plátano y avena

Burgos
Martes 23 de septiembre.
De 17.45 a 19.15 h
Aranda de Duero
Miércoles 24 de septiembre.
De 17.15 a 18.15 (Ed. Infantil).
De 18.30 a 19.30 (EPO).

Mini chefs saludables

Miranda de Ebro
Miércoles 29 de octubre.
De 17.30 a 19.30 h

Helados saludables

Aranda de Duero
Martes 9 de septiembre.
De 17.30 a 18.30 h
Medina de Pomar
Sábado 27 de septiembre.
De 11 a 12.30 h

Meriendas saludables

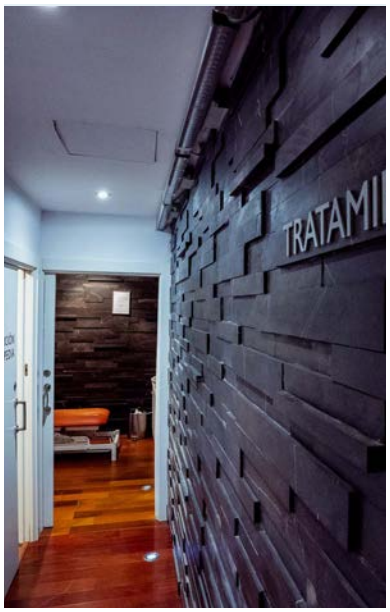
Burgos
Martes 16 de septiembre.
De 17.45 a 19.15 h
Aranda de Duero
Martes 23 de septiembre.
De 17.30 a 18.30 h

Trampantojos

Burgos
Martes 9 de septiembre.
De 17.45 a 19.15 h

Promoviendo el **bienestar integral**

Los interClubes de Burgos, Aranda de Duero, Briviesca, Medina de Pomar y Miranda de Ebro trabajan desde un enfoque multidisciplinar y la importancia de cada área para el completo bienestar, ofreciendo un paquete de servicios y actividades educativas para acompañar la rutina de ejercicio.



Burgos
Terapia Ocupacional
Psicología
Logopedia
Fisioterapia

Medina de Pomar
Fisioterapia

Aranda de Duero
Nutrición
Fisioterapia
Psicología

Briviesca
Logopedia
Nutrición
Psicología

FISIOTERAPIA

Solicita tu cita
- Terapias manuales.
- Hidroterapias.

Ejercicios terapeúticos individuales y grupales
Burgos
De lunes a viernes de 18 a 21 h
Medina de Pomar
Martes y jueves de 10 a 10.45 h
Miércoles de 20.45 a 21.30 h
Miranda de Ebro
Martes y jueves de 11 a 12 h

Escuela de espalda
Aranda de Duero
Miércoles de 10.10 a 11 h
Jueves de 21 a 21.50 h
Burgos
Martes y/o jueves de 19 a 20 h
Miranda de Ebro
Martes y jueves de 9 a 10 h
Lunes y miércoles de 9.30 a 10.30 h

Fisiopilates
Aranda de Duero
Lunes de 19 a 19.50 h
Lunes de 20 a 20.50 h
Lunes de 21 a 21.50 h
Miércoles de 21 a 21.50 h
Medina de Pomar
Martes de 20.45 a 21.30 h
Miranda de Ebro
Lunes y miércoles de 17 a 18 h

Ejercicios respiratorios
Burgos
Miércoles de 17 a 18 h

Gimnasia postural correctiva. Ejercicios para fortalecer tronco y extremidades
Burgos
Martes de 18 a 19 h

Técnicas para mejorar la movilidad y reducir la elasticidad
Burgos
Jueves de 18 a 19 h

Ejercicios de rehabilitación postictus
Burgos
Viernes de 18.30 a 19.30 h

TERAPIA OCUPACIONAL

Entrena tu mente
Burgos
Miércoles de 12.30 a 13.30 h
Medina de Pomar
Martes de 12 a 13 h
Miranda de Ebro
Martes y jueves de 17 a 17.50 h

Entrenamientos de fuerza
Burgos
Lunes de 12.30 a 13.15 h
Miranda de Ebro
Viernes de 18 a 18.50 h

Estimulación cognitiva (adultos con inicios de demencia y otras patologías)
Miranda de Ebro
Martes y jueves de 10.30 a 11.30 h

Cuidados y atención a personas dependientes en el hogar
Miranda de Ebro
Viernes de octubre de 11.30 a 12.30 h

Rehabilitación acuática
Burgos
Lunes de 11.30 a 12.30 h
Miércoles de 11.30 a 12.30 h
Viernes de 9.45 a 10.30 h
Viernes de 10.30 a 11.15 h
Viernes de 11.15 a 12 h
Viernes de 12 a 12.45 h

CHARLAS Y TALLERES

Charla: Movimiento es salud: la fisioterapia como base del rendimiento
Medina de Pomar
Miércoles 22 de octubre.
De 20 a 21 h

Taller práctico de fisioterapia: Evaluación funcional básica para deportistas
Medina de Pomar
Miércoles 29 de octubre.
De 19.30 a 21 h

Taller de autoliberacion miofacial: Cómo usar el rulo para liberar las tensiones y disminuir los dolores
Burgos
Miércoles 17 de septiembre.
De 18 a 19 h

Taller de fisioterapia de introducción a reeducación postural: Técnicas específicas para cuando estás cargado
Burgos
Miércoles 1 de octubre.
De 18 a 19 h

Charla de logopedia: Gimnasia Vocal para evitar afonías o ronqueras
Burgos
Jueves 16 de octubre.
De 20 a 21 h
Briviesca
Viernes 24 de octubre.
De 20 a 21 h

Taller: Aprender a escucharME. Herramientas para cuidarse mejor
Burgos
Jueves 9 de octubre.
De 19 a 20.30 h

INFANTIL Y JUVENIL

Talleres para divertirse sin parar

Los más pequeños podrán disfrutar a partir de septiembre de nuevas actividades pensadas especialmente para ellos, con juegos, talleres y ejercicios divertidos para que puedan moverse y pasarlo bien. Se trata de propuestas concebidas para que hagan deporte, se relacionen con otros niños y niñas y mejoren sus habilidades mientras se divierten.

Entre las principales novedades para este comienzo de curso figuran un *scape room* deportivo, la actividad físico-recreativa Dance Circuit Kids, que combina el ritmo y la expresión del baile con una dinámica estructurada de un circuito de ejercicios, y Mini Hit Kids, una clase de actividad física estructurada que combina elementos de entrenamiento funcional, juegos dinámicos y movimientos rítmicos adaptados a niños de entre 3 y 8 años.

NUTRICIÓN

El puzle del plato saludable
Burgos
Lunes 22 de septiembre.
De 17.30 a 19.30 h
Miranda de Ebro
Miércoles 24 de septiembre.
De 17.30 a 19.30 h
Briviesca
Viernes 24 de octubre.
De 18 a 20 h
Medina de Pomar
Viernes 24 de octubre.
De 18 a 20 h

MARATÓN DE JUEGOS

Sábados divertidos: Scape room, puzzles, juegos...
Burgos
Sábados de 10.30 a 12 h
De 6 a 12 años.

Aprendizaje lógico matemático
Burgos
Sábado 18 de octubre.
De 10.30 a 12 h

Debeteca
Burgos
Martes y jueves de 17.30 a 18.30 h o de 18.30 a 19.30 h

Juegos de madera
Miranda de Ebro
Sábado 18 de octubre.
De 18 a 20 h

ACTIVIDADES FÍSICAS

Dance Circuit
Burgos
Lunes de 17 a 18 h

Mini Hit Kids
Burgos
Miércoles de 17 a 18 h

Fit Yoga Dance
Burgos
Martes de 17 a 18 h

Defensa personal
Burgos
Sábado 6 de septiembre de 11 a 12.30 h
Sábado 4 de octubre de 11 a 12.30 h

Psicomotricidad (Educación Infantil)
Aranda de Duero
Miércoles de 17 a 17.50 h
Miranda de Ebro
Viernes de 17 a 18 h
Briviesca
Miércoles de 18 a 19 h

Energy Junior (+12)
Aranda de Duero
Martes de 16 a 16.50 h
Briviesca
Martes de 18 a 19 h
Medina de Pomar
Lunes y miércoles de 17 a 18 h

Baile moderno juvenil (+12)
Aranda de Duero
Miércoles de 16 a 16.50 h

Dance Fit Kids
Briviesca
Jueves de 18 a 19 h
Miranda de Ebro
Martes de 17 a 18 h
Medina de Pomar
Jueves de 17.30 a 18.30 h
Aranda de Duero
Martes de 18.30 a 19.20 h
Jueves de 18.30 a 19.20 h

Ballet
Aranda de Duero
- Ed. Infantil: viernes de 16.30 a 17.20 h
- 1º a 3º EPO: viernes de 17.30 a 18.20 h
- 4º a 6º EPO: viernes de 18.30 a 19.20 h

Patines
Medina de Pomar
Viernes.
De 5 a 7 años: de 16.30 a 17.30 h
De 8 a 12 años: de 17.30 a 18.30 h

Teatro infantil
Aranda de Duero
Jueves de 17.30 a 18.30 h

Mecanografía (+8)
Medina de Pomar
Lunes, miércoles y viernes de 17 a 18 h

Costura (+11)
Aranda de Duero
Viernes de 16 a 17 h

Capoeira (+9)
Burgos
Martes y jueves de 18 a 19 h

ACTIVIDADES EN LA PROVINCIA

CULTURA

Ciclo de cortos - D.O. Rueda
De 18.30 a 19.30 h
Miranda de Ebro
Sábado 4 de octubre.
Aranda de Duero
Sábado 11 de octubre.
Medina de Pomar
Sábado 18 de octubre.
Briviesca
Sábado 25 de octubre.

Taller artístico: El vino como acuarela. Crea tus vinarelas
Aranda de Duero
Sábado 18 de octubre.
De 10.30 a 13.30 h
Medina de Pomar
Sábado 18 de octubre.
De 12.30 a 13.30 h

Acuarela de iniciación para adultos
Aranda de Duero
Jueves de 9.30 a 11 h

Acuarela intermedia para adultos
Aranda de Duero
Jueves de 11 a 12.30 h

Fotografía de iniciación: Aprende a mirar a través del objetivo con cámara réflex
Aranda de Duero
Martes 23 y 30 de septiembre.
De 19 a 21 h
Salida práctica el sábado 27 de septiembre.
Briviesca
Martes del 7 de octubre al 9 de diciembre.
De 18 a 19.30 h
Salidas fotográficas por el entorno.

Haz mejores fotos con tu móvil
Aranda de Duero
Jueves 25 de septiembre.
De 19 a 20.30 h

Fotografía de retrato: luz natural y expresión
Aranda de Duero
Lunes 6, 20 y 27 de octubre.
De 19 a 21 h
Salida práctica el sábado 25 de octubre.

Concierto de Deep Hang
Briviesca
Sábado 18 de octubre.
De 19 a 21 h

Concierto de Primeros de Mes
Medina de Pomar
Sábado 29 de noviembre .
De 19 a 21 h

Concierto de The Seekers
Miranda de Ebro
Sábado 27 de septiembre.
De 19 a 21 h

MEDIO AMBIENTE

Talleres medioambientales infantiles: Conociendo las aves
Briviesca
Viernes 3 de octubre.
De 18 a 20 h
Aranda de Duero
Viernes 3 de octubre.
De 17.30 a 18.30 h
Medina de Pomar
Viernes 17 de octubre.
De 17.30 a 18.30 h
Miranda de Ebro
Viernes 24 de octubre.
De 17.30 a 18.30 h

Exposición "Memorias de un fotógrafo de la naturaleza"
Aranda de Duero
Septiembre.
Medina de Pomar
Octubre.

SOLIDARIDAD

Celebrando el Día Mundial del Alzheimer
• Exposición de los trabajos realizados por los usuarios del Centro de Día AFABUR
Briviesca
Del 15 al 30 de septiembre.
• Exposición de los trabajos realizados por los usuarios del Centro de Día AFAMER
Medina de Pomar
Del 15 al 31 de octubre.
• Exposición: Un recorrido por AFAR
Aranda de Duero
Del 24 de septiembre al 15 de octubre.
• Charla: Cuidados del cuidador
Briviesca
Martes 23 de septiembre.
De 18 a 20 h
• Charla: ¿Qué es el deterioro cognitivo? ¿Síntomas? ¿Qué tipos hay?
Aranda de Duero
Miércoles 24 de septiembre.
De 19 a 20 h
• Videofórum: El día a día del Alzheimer
Medina de Pomar
Miércoles 24 de septiembre.
De 19.30 a 20.30 h
Briviesca
Jueves 25 de septiembre.
De 18 a 20 h

DINAMISMO EMPRESARIAL

Taller de bienestar humanístico
• Sesión 1: Aprender a escucharme
Medina de Pomar
Jueves 25 de septiembre.
De 19 a 20.30 h
Briviesca
Jueves 2 de octubre.
De 19 a 20.30 h
Miranda de Ebro
Jueves 16 de octubre.
De 19 a 20.30 h
Aranda de Duero
Jueves 23 de octubre.
De 19 a 20.30 h

Añadir vida a los años

Recrea +60 asume los retos de la nueva longevidad como una etapa vital activa y saludable

Las personas mayores –una proporción cada vez mayor de la población– ya no son como antes. Viven y vivirán muchos más años, y están en mejores condiciones físicas y mentales. El crecimiento de la esperanza de vida y los avances científicos y médicos han generado una nueva realidad social cuyos perfiles están aún por definir de una manera integral.

La denominada nueva longevidad constituye un paradigma que exige una visión inclusiva de la vejez como etapa vital, dentro de comunidades cada vez más intergeneracionales y conectadas, donde los diferentes individuos puedan nutrirse mutuamente. Hemos logrado añadir años a la vida: ahora resulta esencial añadir vida a esos años.

La creación de un nuevo modelo de longevidad activa pasa por generar redes interpersonales y estilos de vida más activos y saludables que dejen de considerar la edad como una barrera, asumiendo los nuevos roles que desempeñan las personas mayores.

Construir una sociedad longeva plantea nuevos retos. Recrea+60 contribuye a esta visión a través de sus diversas líneas de acción, promoviendo el autocuidado, la cultura, la solidaridad y la sostenibilidad del entorno como pilares fundamentales de esta nueva sociedad. Acercar estos valores a la ciudadanía es uno de los principales propósitos de la Fundación Caja de Burgos, con el objetivo de propiciar sociedades más longevas y, en definitiva, más humanas.

Actividades dirigidas preferentemente a personas mayores de 60 años

RECREA EN DIGITAL

Lugar: Foro Solidario
C/ Anna Huntington, 3 - 947 481 746
recrea@cajadeburgos.com

APRENDE LOS RECURSOS DE TU MÓVIL SMARTPHONE

Aprende a utilizar tu móvil con soltura y de forma segura

Del 14 de octubre al 13 de noviembre (10 sesiones).
Martes y jueves.
Grupo de mañana: de 11 a 12 h
Grupo de tarde: de 17 a 18 h
Precio: 40 € / grupo.
Curso no adaptado para dispositivos Apple (iOS/iPad).

WhatsApp básico

Del 18 al 27 de noviembre (4 sesiones).
Martes y jueves.
Grupo de mañana: de 11 a 12 h
Grupo de tarde: de 17 a 18 h
Precio: 20 € / grupo.
Curso no adaptado para dispositivos Apple (iOS/iPad).

Fotografía digital con el móvil

Del 2 al 18 de diciembre (6 sesiones).
Martes y jueves.
Grupo de mañana: de 11 a 12 h
Grupo de tarde: de 17 a 18 h
Precio: 26 € / grupo.
Curso no adaptado para dispositivos Apple (iOS/iPad).

CONOCE EL FUNCIONAMIENTO DE TU TABLET

Aprende a manejar tu tablet: iníciate

Del 7 de noviembre al 19 de diciembre.
Viernes de 10 a 11.30 h.
Precio: 40 € / grupo.
Curso no adaptado para dispositivos Apple (iOS/iPad).

APRENDE A USAR EL ORDENADOR

Iniciación al ordenador

Del 14 de octubre al 13 de noviembre (10 sesiones).
Martes y jueves.
Grupo de mañana: de 12 a 13 h
Grupo de tarde: de 18 a 19 h
Precio: 40 € / grupo.

Ofimática básica

Del 18 de noviembre al 18 de diciembre (10 sesiones).
Martes y jueves.
Grupo de mañana: de 12 a 13 h
Grupo de tarde: de 18 a 19 h
Precio: 40 € / grupo.

RECREA EN MOVIMIENTO

Lugar: interClub
C/ Jesús María Ordoño, 9 - 947 270 987
interclub@cajadeburgos.com

Gimnasia postural L-X

Del 1 al 29 de septiembre.
Del 1 al 29 de octubre.
Lunes y miércoles a las 11 h
Precio mensual: 39 € (socios) / 56 € (no socios).

Gimnasia postural X-V

Del 3 al 26 de septiembre.
Del 1 al 31 de octubre.
Miércoles y viernes a las 12 h
Precio mensual: 39 € (socios) / 56 € (no socios).

Salud y movimiento

Del 2 al 30 de septiembre.
Del 7 al 28 de octubre.
Martes a las 11 h
Precio mensual: 29 € (socios) / 41 € (no socios).

Bailes circulares

Del 1 al 29 de septiembre.
Del 6 al 27 de octubre.
Lunes a las 12 h
Precio mensual: 29 € (socios) / 41 € (no socios).

RECREA SOLIDARIO

Lugar: Foro Solidario
C/ Anna Huntington, 3 - 947 221 566
forosolidario@cajadeburgos.com

Cine social y documental

Miércoles. 19 h
Entrada libre y preferente para mayores de 60 años hasta 20 minutos antes del comienzo de la proyección y completar aforo.
• 15 de octubre:
Una historia casi divertida (Anna Boden, Ryan Fleck, 2010, 97 min).
• 22 de octubre:
Pequeña Miss Sunshine (Jonathan Dayton, Valerie Faris, 2006, 101 min).
• 29 de octubre:
Los impostores (Ridley Scott, 2003, 120 min).

Los erizos leen

Espacio para el desarrollo personal fundamentado en la lectura, comentario y aplicación de textos inspiradores.
Jueves.
• 25 de septiembre. 19 h
• 30 de octubre. 19.30 h
Entrada libre hasta completar aforo.

Relajación con cuencos tibetanos

Viernes. De 19 a 20.30 h
• 17 de octubre.
Precio +60: 5 € (anticipada) / 8 € (inscripción el día de la actividad).

RECREA CON AMBIENTE

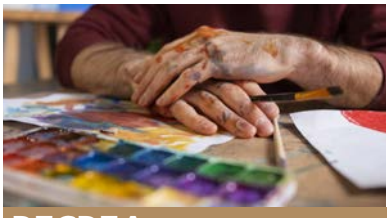
Lugar: Aula de Medio Ambiente
Gta. Ismael García Rámila, 4 - 947 278 672
aulabuma@cajadeburgos.com

Ambiente documental

Proyección de cortometrajes del Festival VIANATUR.
Entrada libre y preferente para mayores de 60 años hasta 20 minutos antes del comienzo de la proyección y completar aforo.
Jueves. 19 h
• 25 de septiembre: **cortometrajes finalistas y ganadores de 2024.**
• 23 de octubre: **cortometrajes finalistas y ganadores de 2025.**

Ambiente de pájaros

Entorno de Villalonquéjar.
Miércoles de 10 a 13 h
22 de octubre.
Precio: 6 €



RECREA CREATIVO

Lugar: CAB
C/ Saldaña, s/n - 947 256 550
cab@cajadeburgos.com

El CAB en compañía

Visita a las exposiciones para compartir experiencias y opiniones en torno al mundo del arte mediada por personal del CAB.
Martes de 18 a 19 h
• 21 de octubre.
Gratuito (se requiere inscripción previa llamando al 947 25 65 50).

Arquitectura: Lo que el CAB esconde

Conoce la arquitectura del CAB desde dentro.
Martes de 17.30 a 19 h
• 28 de octubre.
Gratuito (se requiere inscripción previa llamando al 947 25 65 50).

RECREA AUTOGESTIÓN

Lugar: Foro Solidario
C/ Anna Huntington, 3 - 947 481 746
recrea@cajadeburgos.com

Conoce tus derechos

Imparte: Roberto Portilla (abogado).
Martes. 19 h
• 4 de noviembre: Derechos de las personas mayores según la Ley: vivienda en Propiedad o arrendamiento. ¿Qué es la hipoteca inversa?
Entrada libre hasta completar aforo.

Educación financiera

Imparte: Víctor Atapuerca (Arquia Banca).
Martes. 19 h
• 11 de noviembre: Cuentas básicas, tarjetas de crédito/débito, comisiones.
Entrada libre hasta completar aforo.

RECREA CONVIVENCIAL

Lugar: Foro Solidario
C/ Anna Huntington, 3 - 947 481 746
recrea@cajadeburgos.com

ACTIVIDADES

Taller de guitarra española

Del 7 de octubre al 26 de mayo.
Martes de 10 a 11.30 h
Precio antes del 15 de septiembre: 185 €
Después: 220 €

Taller de canto coral

Del 7 de octubre al 26 de mayo.
Martes de 11.30 a 13 h
Precio antes del 15 de septiembre: 185 €
Después: 220 €

Ajedrez

Ideal para principiantes y jugadores intermedios que buscan estimular su mente.
Del 7 de octubre al 16 de diciembre.
Martes de 18 a 19.30 h
Precio: 60€
Jornada de puertas abiertas: martes 30 de septiembre a las 18 h.
Gratuito. Inscripción previa.

Creando con el alma: arteterapia para conectar, recordar y expresar

Del 14 de octubre al 16 de diciembre.
Martes de 10 a 12.30 h.
Precio: 50 €

Entre charlas y puntadas: cosemos en compañía

Del 16 de octubre al 18 de diciembre.
Jueves de 17 a 19.30 h
Precio: 50 €

Activa-Mente

Una experiencia sensorial que despierta la mente a través del ritmo, la creatividad y la coordinación de las manos.
Del 20 de octubre al 18 de diciembre.
Lunes y miércoles de 11.30 a 12.30 h
Lunes y jueves de 17 a 18 h
Precio: 50 €

Café-tertulia: Encuentros que hacen bien

Lunes 27 de octubre. 18 h
A través del diálogo, la escucha y el encuentro con otros, buscamos fortalecer los vínculos, promover el bienestar emocional y crear momentos que nutren el alma.
Precio: 1 €

Charla: La edad del bienestar: Cómo cuidarnos después de los 60

Jueves 6 de noviembre. 19 h
Imparte: Pilar San Martín Ibáñez (especialista en medicina familiar y comunitaria).
Entrada libre hasta completar aforo.

VIAJES

Circuito Pirineo Aragonés

Recorrido por el patrimonio aragonés, como el Monasterio de San Juan de la Peña, núcleo monástico medieval; Jaca, con su catedral románica y ciudadela del siglo XVI; Canfranc, con su legado medieval ligado al Camino de Santiago; y el Castillo de Loarre, del siglo XII.
Del 17 al 18 de octubre.
Salida: viernes a las 8 h (Coliseum Burgos).
Precio: 285 € / persona en habitación doble (suplemento de 45 € en habitación individual). Incluye: transporte en autocar desde Burgos, 1 noche en hotel 3*, pensión completa, guías oficiales en San Juan de la Peña, Jaca, Canfranc y Loarre, entradas a monumentos y seguro de viaje.

EXCURSIONES Y VISITAS

• El precio incluye desplazamiento, visitas guiadas y entradas a los principales monumentos y/o atractivos turísticos a conocer. En algunas propuestas está incluida la comida en función del precio elegido.
• Se requiere un mínimo de 35 plazas reservadas para que las excursiones salgan adelante.
• Hora de salida aproximada. Se confirmará el día anterior mediante SMS.

CIENCIA PARA LA EXPERIENCIA

Centro Nacional de Investigación sobre la Evolución Humana - CENIEH (Burgos)

Una oportunidad única para conocer de cerca sus laboratorios, proyectos científicos y los métodos que desvelan nuestro pasado.
Martes 11 de noviembre.
En horario de mañana.
Gratuito (plazas limitadas).

GRACIAS POR ESTAR

Un día para disfrutar entre historia, música y buena compañía

Abadía de San Quirce y Palacio de Saldañuela.
Jueves 27 de noviembre.
Salida: 11.30 h (Coliseum Burgos).
Regreso: 19 h (desde Palacio de Saldañuela).
Precio: 85 €. ¡Plazas limitadas!

¡ESTO ES VIDA!

Viaje en globo por Las Merindades + visita a Frías y Tobera (Burgos)

Jueves 2 de octubre.
Salida: 6.30 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 18 de septiembre: 270 € (solo 11 plazas).

MONUMENTOS CON HISTORIA

Milagro de la Luz en el Monasterio de San Juan de Ortega (Burgos)

Lunes 22 de septiembre.
Salida: 18 h (Coliseum Burgos).
Precio: 10 €

Viaje en catamarán por el embalse de Sobrón, Salinas de Añana y Torre de los Varona (Burgos y Álava)

Miércoles 24 de septiembre.
Salida: 8 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 10 de septiembre: 55 € (75 € con comida incluida).
Después: 60 € (80 € con comida incluida).

Ruta II: De Jeromín a Juan de Austria (Valladolid)

Castillo de Torrelobatón, La Santa Espina e iglesia de San Cebrián de Mazote.
Miércoles 1 de octubre.
Salida: 8 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 16 de septiembre: 55 € (75 € con comida incluida).
Después: 60 € (80 € con comida incluida).

Escuelas Aguirre, iglesias románicas del Valle de Mena y ermita de San Pantaleón de Losa (Burgos)

Monumentos románicos excepcionales en el norte de la provincia burgalesa.
Jueves 16 de octubre.
Salida: 8 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 2 de octubre: 45 € (60 € con comida incluida).
Después: 50 € (65 € con comida incluida).

Riofrío y el Alcázar (Segovia)

Miércoles 29 de octubre.
Salida: 8 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 10 de octubre: 55 € (75 € con comida incluida).
Después: 60 € (80 € con comida incluida).

BIENVENIDOS A PALACIO

Palacio Real de Aranjuez (Madrid)

Jueves 9 de octubre.
Salida: 8 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 25 de septiembre: 55 € (75 € con comida incluida).
Después: 60 € (80 € con comida incluida).

RUTA DE LAS CATEDRALES

Salamanca

Jueves 23 de octubre.
Salida: 8 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 9 de octubre: 55 € (75 € con comida incluida).
Después: 60 € (80 € con comida incluida).

LUGARES CON ENCANTO

Laguardia y Labastida (Rioja Alavesa)

Dos pueblos encantadores rodeados de viñedos.
Jueves 6 de noviembre.
Salida: 8 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 23 de octubre: 55 € (75 € con comida incluida).
Después: 60 € (80 € con comida incluida).

Congreso de los Diputados y Buitrago del Lozoya (Madrid)

Visita a la sede del Parlamento español, con su majestuoso edificio neoclásico, y al casco medieval de Buitrago del Lozoya.
Viernes 12 de diciembre.
Salida: 8 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 28 de noviembre: 55 € (75 € con comida incluida).
Después: 60 € (80 € con comida incluida).

Las Edades del Hombre y Toro (Zamora)

Un recorrido único por el arte sacro de Castilla y León.
Jueves 13 de noviembre.
Salida: 8 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 30 de octubre: 55 € (75 € con comida incluida).
Después: 60 € (80 € con comida incluida).

Museo de la Felicidad y Senado (Madrid)

Un contraste perfecto entre la solemnidad política y la alegría cotidiana.
Jueves 20 de noviembre.
Salida: 8 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 6 de noviembre: 55 € (75 € con comida incluida).
Después: 60 € (80 € con comida incluida).

Parque Europa y "Mágicas Navidades" en Torrejón de Ardoz (Madrid)

El Parque Europa ofrece un recorrido por réplicas de los monumentos más emblemáticos del continente. Y Torrejón alberga el parque navideño más grande de España.
Miércoles 3 de diciembre.
Salida: 8 h (Coliseum Burgos).
Precio hasta el 19 de noviembre: 55 € (75 € con comida incluida).
Después: 60 € (80 € con comida incluida).

ANULACIONES

• No se devolverá el importe de la actividad una vez cargado, salvo causa de fuerza mayor debidamente justificada. La no presentación del participante en la fecha y hora previstas para la actividad o el abandono de la misma una vez comenzada, supondrá la pérdida total del importe abonado sin derecho a reembolso alguno.

• En caso de justificar la baja por causa de fuerza mayor, en visitas y excursiones de un día se descontarán 10€ en concepto de gastos de gestión, hasta 5 días antes antes del desplazamiento. En viajes se descontarán 50€ hasta 7 días antes del desplazamiento.

CORDIA
RESIDENCIA DE PERSONAS MAYORES CAJA DE BURGOS
Avda. Cantabria, 35
Tel. 947 222 200
cordia.cajadeburgos.com

Contemporáneos: charlas con café para entender el mundo

No pocas veces hurtamos a las personas mayores los temas que consideramos complejos o poco útiles para ellos so pretexto de que no los van a entender o no les interesan. Esta postura, por bienintencionada que pueda resultar, no es sino una forma soterrada de edadismo que decide por los mayores sin contar con ellos y les priva de la participación en los debates de actualidad. Contemporáneos es un programa de encuentros en formato charla-café dedicado a tratar temas de actualidad orientado no solo a sus residentes y familiares, sino a todas las personas mayores interesadas en los temas que se abordan.
Aforo limitado. Inscripciones en www.cajadeburgos.com/centro/residencia-de-mayores/

EL PLANETA SE MUERE. Economía circular. Una solución que inventaron nuestros abuelos

Laura Ortega Manrique
Coordinadora de la Oficina de Economía Circular del polígono de Villalonquéjar
Lunes 27 de octubre. 18 h

Compartiremos un café para hablar sobre el impacto ambiental que provoca la generación de residuos, abordando este gran problema de nuestro tiempo desde el concepto de economía circular. Este modelo, aunque moderno, rescata muchas de las prácticas de aprovechamiento y reutilización que las generaciones de nuestros mayores han conocido toda su vida.

LA COMUNICACIÓN HOY. De las cartas al TikTok... ¡Y que no nos den gato por noticia!

Ana Carretero Ortega
Responsable de Comunicación y Marketing de la Fundación Caja de Burgos y presidenta de DIRCOM (Asociación de Directivos de Comunicación) en Castilla y León
Lunes 17 de noviembre. 18 h

Los tiempos cambian..., y las formas de comunicarnos, también. En este café tertulia hablaremos de cómo hemos pasado de las cartas, el transistor y los periódicos de papel al móvil, las redes sociales y las noticias virales. Compartiremos recuerdos y anécdotas y reflexionaremos juntos sobre cómo nos informamos hoy y cómo evitar caer en las trampas de las noticias falsas.

LA REALIDAD DE LA ENERGÍA. Energía para la vida

Javier Robador Fustel
Gerente de H2CYL Asociación Castellano y Leonesa del Hidrógeno
Carmen Martínez Alonso
Project Manager de H2CYL Asociación Castellano y Leonesa del Hidrógeno
Lunes 15 de diciembre. 18 h

Un recorrido por los diferentes tipos de energía a través de ejemplos locales y curiosidades. Desde los tiempos del carbón, hasta el hidrógeno. De las velas y los candiles a las fábricas de luz. De los molinos de harina, a los de viento. Hidroeléctricas en el Arlanzón, minas de carbón en la Demanda y Juarros, los carboneros en la sierra o petróleo en Las Loras, molinos en el Páramo de Poza.

Cordia en familia

Cordia en familia es un programa formativo y de divulgación sobre los temas que afectan a las personas mayores. Especialmente dirigido a los familiares de los residentes de Cordia Residencia de Personas Mayores de la Fundación Caja de Burgos y abierto al público en general interesado en la realidad del mayor, brinda charlas y encuentros con profesionales especialistas, así como proyecciones y actividades relacionadas con los temas abordados.
Entrada libre hasta completar el aforo

EL VÍNCULO CUANDO TODO CAMBIA: cómo seguir cerca en la fragilidad

Fuensanta Gil Costa
Counsellor, especialista en humanización de la salud
Miércoles 22 de octubre. 19 h

Cuando la comunicación se complica, cuando la memoria falla o la distancia física impide estar, muchas personas sienten que se rompe el vínculo. Sin embargo, es posible seguir cerca de otras maneras de relacionarse. En esta charla compartiremos recursos y miradas para mantener una relación afectiva saludable con el familiar, incluso en medio de la merma física o cognitiva.

LA SOLEDAD NO DESEADA. Estrategias para combatirla

Belén Serrano Martín
Psicóloga, terapeuta, mediadora y coach
Miércoles 10 de diciembre. 19 h

La soledad no deseada en las personas mayores representa un fenómeno social que afecta cada vez a más personas en Europa y muy especialmente en España. Esta charla pretende acercarse a la soledad desde un enfoque integral y una implicación multidisciplinar que permita proponer algunas soluciones prácticas para mitigar esta silenciosa pandemia de nuestro tiempo.

CINETECA

Elsa y Fred
Marcos Carnevale Argentina, 2005. 106 min.
Domingo 26 de octubre. 17 h
Elsa tiene 82 años, es una mujer llena de vitalidad y con una imaginación desbordante. Alfredo, algo más joven que ella, ha sido siempre un hombre convencional, serio y responsable. Fred conoce a Elsa en plena angustia por la ausencia de su mujer.

El niño que domó el viento
Chiwetel Ejiofor Reino Unido, 2019. 113 min.
Domingo 2 de noviembre. 17 h
Basada en una historia real,narra la historia de William Kamkwamba, un chico de 13 años de en una zona rural de la República de Malaui que construyó una turbina de viento en su pueblo.

Héroe por accidente
Stephen Frears EE.UU, 1992. 1 16 min.
Domingo 23 de noviembre. 17 h
Bernie LaPlante, un ladronzuelo que se dedica a hacer trapicheos, rescata a varias personas tras un accidente de avión y luego desaparece. Entre los pasajeros se encuentra Gale, una reportera de televisión que quiere encontrar al anónimo héroe.

Up
Pete Docter, Bob Peterson, EEUU, 2016. 96 min.
Domingo 14 de diciembre. 17 h (sesión familiar)
Carl Fredricksen es un viudo vendedor de globos de 78 años que, finalmente, consigue llevar a cabo el sueño de su vida: enganchar miles de globos a su casa y salir volando rumbo a América del Sur.

La guerra de las corrientes
Alfonso Gómez-Rejon, EEUU, 2017. 103 min.
Domingo 21 de diciembre. 17 h
A finales del siglo XIX Thomas Edison y George Westinghouse compiten para crear un sistema sustentable de electricidad y comercializarlo a todos los Estados Unidos en lo que se conoció como 'la 'guerra de las corrientes'.

Miranda recupera la Casa de las Cadenas

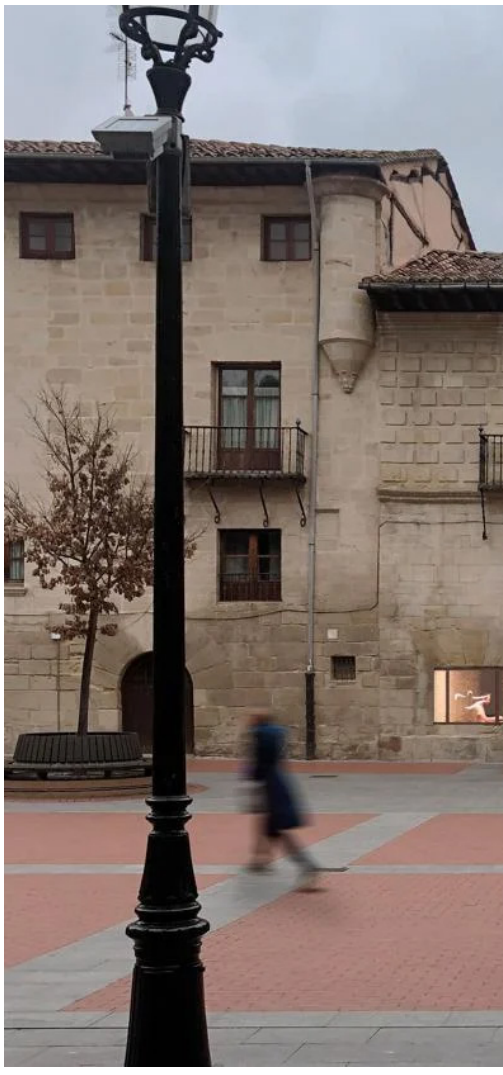
La Fundación Caja de Burgos ultima la rehabilitación del histórico edificio de la ciudad del Ebro para convertirlo en un moderno centro multifuncional

Las obras de rehabilitación del histórico edificio mirandés de la Casa de las Cadenas, ubicado en el casco viejo de la ciudad y cercano al río Ebro, afrontan su última fase para convertirse en un moderno centro multifuncional que contará, entre otras dotaciones, con un gimnasio y un auditorio. La recuperación del inmueble, sin uso desde hace decenios y que se convertirá en la sede de la Fundación Caja de Burgos en la ciudad del Ebro, avanza según los plazos establecidos por la constructora mirandesa Ojembarrena, empresa con experiencia en rehabilitación de patrimonio histórico.

El inmueble albergará un moderno centro multifuncional que contará, entre otras dotaciones, con un gimnasio y un auditorio

La recuperación de este edificio protegido, construido en el siglo XVI, supone un paso en firme en el compromiso de la Fundación Caja de Burgos con el patrimonio histórico de la localidad, y se enmarca dentro de los objetivos de su Plan Estratégico. Entre ellos, figura reafirmar su apuesta por Miranda de Ebro, así como brindar a la sociedad herramientas eficaces para la inclusión y cohesión social. Una vez concluidas las obras, el inmueble actuará como un potente foco de atracción para nuevos proyectos económicos, medioambientales, culturales y sociales.

Desde el exterior, el impacto visual del nuevo espacio –con el gimnasio y la terraza de la planta superior– empieza a ser claramente perceptible, tanto desde la plaza de España como desde el puente de Carlos III y los alrededores del río Ebro. La integración con el edificio histórico del Palacio se presenta armoniosa y respetuosa con su entorno. También se está ultimando la instalación de la galería exterior de la sala escénica, un elemento que marcará la impronta visual y funcional del inmueble.



RICA HISTORIA

La Casa de las Cadenas es un emblemático edificio ubicado en la plaza de España de Miranda de Ebro y construido en el siglo XVI como la casa solar de Berberana. Debe su nombre a las cadenas de hierro que penden sobre su acceso, concedidas por el rey Fernando VII en 1828 tras alojarse en el edificio. Porque no solo es un inmueble de gran valor arquitectónico, sino que también alberga una rica historia llena de episodios significativos: la Casa de las Cadenas ha sido testigo de diversos acontecimientos a lo largo de los siglos, como la visita de personalidades como la infanta María Teresa en 1660 o José Bonaparte en 1812, entre otros.

BURGOS

SEPTIEMBRE

J **25** Cortometrajes del Festival VIANATUR 2024 — **Cine** — P.45
Aula de Medio Ambiente. 19 h

S **27** Gigantes y cabezudos — **Zarzuela** — P.8
Teatro Principal. 19.30 h

D **28** Gigantes y cabezudos — **Zarzuela** — P.8
Teatro Principal. 19.30 h

OCTUBRE

X **1** Sara Baras: todas las voces — **Documental** — P.9
Cultural Cordón. 19.30 h

S **4** Música para Hitler — **Teatro** — P.10
Cultural Caja de Burgos. 19.30 h

X **8** Morente, el barbero de Picasso — **Documental** — P.9
Cultural Cordón. 19.30 h

X **15** Una historia casi divertida — **Cine** — P.29
Foro Solidario. 19 h

J **16** Mariano Mangas y Jorge Jiménez: Hablemos de compás — **Conferencia** — P.9
Cultural Cordón. 19.30 h

V **17** Fajardo — **Música** — P.8
CAB. 19 h

S **18** Entre cuerdas y golpes — **Taller de guitarra y percusión** — P.9
Cultural Cordón. 11.30 h

Rita Payés: De camino al camino — **Música** — P.6
Cultural Caja de Burgos. 19.30 h

M **21** Trastornos del malvivir: los malos hábitos de vida y la salud mental — **Diálogos con expertos** — P.27
Cultural Cordón. 19.30 h

X **22** Fuensanta Gil: El vínculo cuando todo cambia — **Conferencia** — P.61
Residencia Cordia. 19 h

Pequeña Miss Sunshine — **Cine** — P.29
Foro Solidario. 19 h

J **23** Cortometrajes del Festival VIANATUR 2025 — **Cine** — P.45
Aula de Medio Ambiente. 19 h

V **24** Diego Guerrero — **Música** — P.9
Cultural Caja de Burgos. 19.30 h

D **26** Elsa y Fred — **Cine** — P.61
Residencia Cordia. 17 h

L **27** Laura Ortega: El planeta se muere — **Conferencia** — P.60
Residencia Cordia. 18 h

X **29** Los impostores — **Cine** — P.29
Foro Solidario. 19 h

Tocaoras — **Documental** — P.9
Cultural Cordón. 19.30 h

V **31** Jean Philippe Kikolas — **Teatro y circo** — P.38
Foro Solidario. 19.30 h

NOVIEMBRE

D **2** El niño que domó el viento — **Cine** — P.61
Residencia Cordia. 17 h

M **4** Estrés laboral y salud mental — **Diálogos con expertos** — P.27
Cultural Cordón. 19.30 h

X **5** Patch Adams — **Cine** — P.29
Foro Solidario. 19 h

J **6** Presentación de 'Las Vegas 2, el documental' — **Cine** — P.12
Cultural Cordón. 19.30 h

D **9** Mi primer festival de cine (2-4 años) — **Cine** — P.12
Cultural Cordón. 12.30 h

Valeria Castro: El cuerpo después de todo — **Música** — P.5
Fórum Evolución. 19.30 h

X **12** Joker — **Cine** — P.29
Foro Solidario. 19 h

J **13** La psicología y el estilo de vida — **Conferencia** — P.27
Foro Solidario. 19 h

V **14** Yesca — **Música** — P.38
Foro Solidario. 19.30 h

S **15** King & Kraus: La leyenda continúa — **Música** — P.6
Cultural Caja de Burgos. 19.30 h

D **16** Mi primer festival de cine (4-7 años) — **Cine** — P.12
Cultural Cordón. 12.30 h

Van Gogh, a las puertas de la eternidad — **Cine** — P.29
Residencia Cordia. 17 h

D **17** Ana Carretero: La comunicación hoy — **Conferencia** — P.60
Residencia Cordia. 18 h

X **19** Siempre Alice — **Cine** — P.29
Foro Solidario. 19 h

J **20** Salud mental y salud intestinal — **Conferencia** — P.27
Foro Solidario. 19 h

V **21** Hasta el final de la fiesta — **Teatro** — P.11
Cultural Caja de Burgos. 19.30 h

S **22** Mi primer festival de cine (7-10 años) — **Cine** — P.12
Cultural Cordón. 18.30 h

D **23** Héroe por accidente — **Cine** — P.61
Residencia Cordia. 17 h

X **26** Toc Toc — **Cine** — P.29
Foro Solidario. 19 h

J **27** Crecer y relacionarse en redes sin riesgo — **Conferencia** — P.27
Edificio Nexo. 19 h

V **28** Sole Giménez y Juan Valderrama: Algo contigo — **Música** — P.7
Fórum Evolución. 19.30 h

S **29** Mi primer festival de cine (10-12 años) — **Cine** — P.12
Cultural Cordón. 18.30 h

D **30** La joven de la perla — **Cine** — P.29
Residencia Cordia. 17 h

DICIEMBRE

X **3** Take Shelter — **Cine** — P.29
Foro Solidario. 19 h

M **2** La salud mental de los deportistas — **Diálogos con expertos** — P.27
Cultural Cordón. 19.30 h

X **10** Belén Serrano: La soledad no deseada — **Conferencia** — P.61
Residencia Cordia. 19 h

El príncipe de las mareas — **Cine** — P.29
Foro Solidario. 19 h

D **14** Up — **Cine** — P.61
Residencia Cordia. 17 h

El efecto — **Teatro** — P.11
Cultural Caja de Burgos. 19.30 h

L 15 Javier Robador y Carmen Martínez: La realidad de la energía — **Conferencia** — P.60
Residencia Cordia. 18 h

X 17 Melancolía — **Cine** — P.29
Foro Solidario. 19 h

D 21 La guerra de las corrientes — **Cine** — P.61
Residencia Cordia. 17 h

L 22 Cantamos por ellos — **Música** — P.38
Foro Solidario. 19.30 h

ARANDA DE DUERO

V 17 El rey del barrio — **Cine** — P.29
OCT. **interClub. 19 h**

M 21 Estilo de vida y salud mental en niños y adolescentes — **Diálogos con expertos** — P.27
OCT. **Cultural Caja de Burgos. 19.30 h**

V 14 Mr. Jones — **Cine** — P.29
NOV. **interClub. 19 h**

V 5 Intocable — **Cine** — P.29
DIC. **interClub. 19 h**

MIRANDA DE EBRO

V 10 Siempre Alice — **Cine** — P.29
OCT. **interClub. 18.30 h**

M 21 Estilo de vida y salud mental en niños y adolescentes — **Diálogos con expertos** — P.27
OCT. **interClub. 19.30 h**

V 14 Ventajas de ser un marginado — **Cine** — P.29
NOV. **interClub. 18.30 h**

V 28 Intocable — **Cine** — P.29
NOV. **interClub. 18.30 h**

BRIVIESCA

V 10 Solas — **Cine** — P.29
OCT. **interClub. 19 h**

V 14 Siempre Alice — **Cine** — P.29
NOV. **interClub. 19 h**

V 28 Ventajas de ser un marginado — **Cine** — P.29
NOV. **interClub. 19 h**

MEDINA DE POMAR

V 17 Intocable — **Cine** — P.29
OCT. **nterClub. 18.30 h**

V 7 El rey del barrio — **Cine** — P.29
NOV. **interClub. 18.30 h**

V 21 Siempre Alice — **Cine** — P.29
NOV. **interClub. 19 h**

PALENCIA

J 25 Cortometrajes del Festival VIANATUR 2024 — **Cine** — P.45
SEP. **Aula de Medio Ambiente. 19 h**

J 23 Cortometrajes del Festival VIANATUR 2025 — **Cine** — P.45
OCT. **Aula de Medio Ambiente. 19 h**

VALLADOLID

J 25 Cortometrajes del Festival VIANATUR 2024 — **Cine** — P.45
SEP. **Aula de Medio Ambiente. 19 h**

J 23 Cortometrajes del Festival VIANATUR 2025 — **Cine** — P.45
OCT. **Aula de Medio Ambiente. 19 h**

QR REVISTA

AVISO Puede consultar la programación actualizada en la web **www.cajadeburgos.com**, las redes sociales de Fundación Caja de Burgos y en la **versión digital** de esta revista, a la que puede acceder mediante el código QR adjunto.

AVISOS

> Salvo indicación en contra, todos los menores –independientemente de su edad– han de acceder al recinto provistos de entrada.

> Se ruega puntualidad. Una vez iniciado el espectáculo, no se permitirá el acceso a la sala.

Canales de venta

VENTA POR INTERNET:

www.cajadeburgos.com/teleentradas
[24 horas al día, los 365 días del año]

TAQUILLAS

> Todas las taquillas permiten comprar entrada para cualquiera de los recintos asociados a TeleEntradas (Fundación Caja de Burgos, IMC Ayuntamiento de Burgos y Fórum Evolución Burgos)

BURGOS

> **Cultural Cordón** (Casa del Cordón, entrada por la plaza de la Libertad), en horario de exposiciones (martes a sábado de 11.30 a 14 y de 17.30 a 20.30 h. Domingos y festivos de 11.30 a 14 h, lunes cerrado) y desde una hora antes del comienzo de sus espectáculos.

> **Cultural Caja de Burgos** (Avda. Cantabria, 3), desde una hora antes del comienzo de sus espectáculos

> **Centro de Arte Caja de Burgos CAB** (C/ Saldaña, s/n). En su horario de apertura y desde una hora antes del comienzo de sus espectáculos.

ARANDA DE DUERO

> **Cultural Caja de Burgos** (Plaza del Trigo, 8), lunes a viernes de 18 a 20.30 h, sábados de 12 a 14 h (domingos y festivos cerrado) y desde una hora antes del comienzo de sus espectáculos.

Cómo acceder a la sala

SI COMPRAS DESDE UN ORDENADOR...

> Puedes imprimir tus entradas directamente en tu impresora en un tamaño DIN A-4 (print-at-home).

SI COMPRAS DESDE UN DISPOSITIVO MÓVIL...

> Lleva tu entrada en tu móvil o tu tablet guardándola en tu aplicación Passbook/ Wallet.

O SI PREFIERES EN TAQUILLA...

> Te entregaremos las entradas físicas.

Condiciones para la compra de entradas y abonos

> Únicamente se podrán adquirir 6 entradas por titular de tarjeta y espectáculo.

> Una vez adquirido un abono o una entrada no será posible su cambio o devolución.

Descuentos para grupos
(mínimo 20 localidades adquiridas simultáneamente)

> **15%** Asociaciones y colectivos con personalidad propia y legalmente constituidos.

> **20%** Entidades sociales, asociaciones culturales y colectivos en el ámbito de interés del espectáculo.

TAMBIÉN EN TELEENTRADAS CAJA DE BURGOS:

Teatro Principal y Teatro Clunia

> Taquilla del Teatro Principal: lunes a sábados de 18 a 21 h. Funciones en domingos y festivos desde una hora antes del comienzo del espectáculo.

> Teatro Clunia: desde una hora antes del comienzo de sus espectáculos.

Fórum Evolución Burgos
(Pº Sierra de Atapuerca, s/n)

> Desde una hora antes del comienzo de sus espectáculos.

Casa de Cultura de Gamonal
(Pablo Ruiz Picasso, s/n)

> Lunes a sábados de 18 a 21 h

Las localidades en venta anticipada para los espectáculos del Fórum Evolución Burgos pueden adquirirse en cualquiera de las taquillas del sistema.

ICONOS INFORMATIVOS:

+ info	Más información referente a la actividad
iP	La actividad requiere de inscripción previa
3 4	Espectáculo con descuentos en función del número de entradas adquiridas
	Espectáculo con desarrollos asociados a la Escuela de Públicos
60+	Actividades dirigidas preferentemente a personas mayores de 60 años

interClub
CAJADEBURGOS

Más que un GIMNASIO

Únete a nuestro

desafío fitness

Prueba gratis nuestras actividades físicas y el gimnasio

8, 9 y 10 de septiembre: Aranda de Duero, Burgos, Medina de Pomar y Miranda de Ebro

15, 16 y 17 de septiembre: Briviesca

NUEVA TEMPORADA

ARANDA DE DUERO
Pisuerga, 2
947 510 073
interclubaranda@cajadeburgos.com

BRIVIESCA
Medina, 5
947 590 200
interclubbriviesca@cajadeburgos.com

BURGOS
Jesús María Ordoño, 9
947 270 987
interclub@cajadeburgos.com

MEDINA DE POMAR
Juan de Medina, 2
947 190 917
interclubmedina@cajadeburgos.com

MIRANDA DE EBRO
Ronda del Ferrocarril, 8
947 320 654
interclubmiranda@cajadeburgos.com

Tu **salud** es nuestra prioridad

www.cajadeburgos.com/interclubes

CAJADEBURGOS FUNDACIÓN