

La Revista

DE LA FUNDACIÓN CAJA DE BURGOS



Especial

**SALUD
MENTAL**



Cultura El año termina con una explosión de magia en los centros de la Fundación **Arte** 'Unir los fragmentos': escultura entre dos siglos **Medio Ambiente** Tecnologías inteligentes para hogares sostenibles **Solidaridad** Programas que enseñan a fortalecer los vínculos con la infancia **Salud y Bienestar** El otoño llega a los menús de la Escuela de Cocina de los interClubes **Dinamismo empresarial** La Aceleradora de Energías Verdes impulsa desde 2024 la instalación de 'scaleups' en Castilla y León

 @Fundcajaburgos

 www.facebook.com/FundacionCajadeBurgos

www.cajadeburgos.com



CULTURA Y PATRIMONIO

Centro de Arte Caja de Burgos CAB | Saldaña, s/n | 09003 Burgos | 947 256 550

cab@cajadeburgos.com

Cultural Cordon | Casa del Cordon – Plaza de la Libertad, s/n | 09004 Burgos | 947 251 791

culturalcordon@cajadeburgos.com

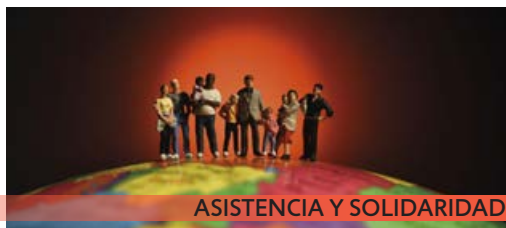
Cultural Caja de Burgos

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



ASISTENCIA Y SOLIDARIDAD

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



EDUCACIÓN/ INVESTIGACIÓN

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



DINAMISMO EMPRESARIAL

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



MEDIO AMBIENTE

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

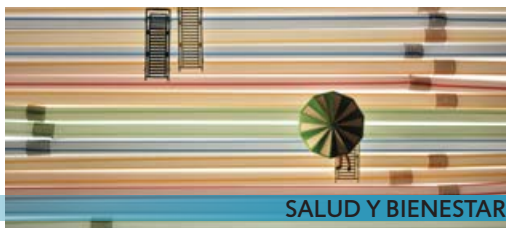
interclub@cajadeburgos.com

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



SALUD Y BIENESTAR

Programa Recrea

recrea@cajadeburgos.com | 947 481 746

Magia para despedir el año

LA Fundación Caja de Burgos despide el año con una explosión de magia en todos sus centros y una gala internacional que reúne a algunos de los mejores ilusionistas del mundo.

En el plano cultural destacan los conciertos de Valeria Castro y el dúo formado por Sole Giménez y Juan Valderrama, así como una oferta teatral que incluye las obras *Música para Hitler*, con Carlos Hipólito y Kiti Mánver, y *El efecto*, con Alicia Borrachero y Fran Perea. En Cultural Cordon se mantiene la exposición de escultura *Unir los fragmentos*, y en el CAB pueden visitarse las propuestas de Alain Urrutia, Cristóbal Hara y Virginia Rivas.

El ciclo de salud mental prosigue con su programación hasta diciembre, las Aulas de Medio Ambiente cierran el programa "Jardines con ambiente" con una exposición itinerante por los centros cívicos de la capital burgalesa y el Foro Solidario acoge dos programas para mejorar los vínculos con hijos e hijas. Recrea +60 renueva su oferta de excursiones y actividades relacionadas con la tecnología, el arte, el ejercicio físico y el medio ambiente, y en la residencia Cordia siguen las charlas de actualidad.



74

nov
dic
2025

REVISTA DE LA
FUNDACIÓN CAJA
DE BURGOS

4 CULTURA

26 ESPECIAL SALUD MENTAL

33 MEDIO AMBIENTE

41 DINAMISMO EMPRESARIAL

43 SALUD Y BIENESTAR

48 RECREA +60

53 SOLIDARIDAD

60 RESIDENCIA CORDIA

62 DÍAS SIN COLE

64 AGENDA



cultura

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 inti-

midad, amor, pasión o desencuentros, 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 €



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 Silvia

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 21 de diciembre

Burgos (Fórum Evolución)

19.30 h | Entrada: 40 € (Zonas A y B) y 35 € (Zona C)

CAMBIO DE FECHA Y ENTRADAS

El concierto programado para el 9 de noviembre ha sido trasladado al domingo 21 de diciembre. Todas las entradas adquiridas para la fecha anterior conservarán su validez para la nueva cita.

En caso de no poder asistir, se podrá solicitar el reembolso de las entradas a través del mismo canal donde fueron adquiridas.

La Bohème de Giacomo Puccini

Una historia de amor y pérdida que se ha convertido en un clásico atemporal capaz de cautivar a audiencias de todo el mundo.

ESTRENADA en 1896, *La Bohème* es una de las óperas más emblemáticas de Giacomo Puccini. Ambientada en el París del siglo XIX, la obra narra la historia de cuatro amigos artistas y su lucha por sobrellevar la vida, mientras uno de ellos, Rodolfo, se enamora de la delicada Mimì. A través de sus pasiones, sacrificios y la constante presencia de la pobreza, Puccini crea una obra cargada de emoción. La combinación de sus hermosas arias y duetos, como “Che gelida manina” y “Mi chiamano Mimì”, y su retrato conmovedor de la vida y la muerte, hacen de esta ópera un clásico que resiste el paso del tiempo.

► **Domingo 7 y lunes 8 de diciembre**

Burgos (Teatro Principal) | 19.30 h | Entradas: 30 € (Zona A), 24 € (Zona B), 15 € (Zona C) y 12 € (Zona D)

Organizan: Ayuntamiento de Burgos y Fundación Caja de Burgos

Coro: Coro de la Temporada Lirica de Burgos
(director: Juan Gabriel Martínez)

Coro infantil: Orfeón Burgalés Infantil
(directora: Ana Ayala)

Orquesta: Joven Orquesta Sinfónica de Burgos
(director: Pedro Bartolomé)

Escenografía: Jairo Fuentes

Director técnico: José Antonio Pereda – Bixvy

Director de escena: Francisco Javier Sario

Director musical: Pedro Bartolomé



Mosaico de estilos Escuela Profesional de Danza “Ana Laguna”

La Escuela Profesional de Danza de Castilla y León “Ana Laguna” de Burgos presenta una muestra de los mejores trabajos de sus bailarines en este primer trimestre. El espectáculo es una ventana al talento emergente de la Danza Clásica y la Danza Contemporánea, disciplinas donde la técnica depurada se fusiona con la emoción en cada paso. Los jóvenes bailarines nos invitan a un viaje a través de coreografías que exploran la belleza y la complejidad del cuerpo humano en movimiento. Desde la precisión del ballet clásico hasta la libertad de la danza contemporánea, esta sesión es un mosaico de estilos y la culminación de un aprendizaje avanzado esencial para la proyección profesional de estos futuros artistas.

► **Miércoles 3 de diciembre**

Burgos (Avda. Cantabria, 3) | 19.30 h | Entrada: 6 €





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 ‘*Sucesión*’), 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 €



José Sacristán

El hijo de la cómica



Entradas disponibles a partir del 16 de diciembre.

Sacristán se sirve de las memorias de Fernando Fernán-Gómez para rendir un emotivo homenaje de admiración a su figura y su significado en la época que le tocó vivir.

LECTURA dramatizada escrita, dirigida y protagonizada por José Sacristán, *El hijo de la cómica* rinde homenaje a su gran amigo y maestro, el también actor dramaturgo Fernando Fernán-Gómez. La pieza está inspirada en el primer volumen de *El tiempo amarillo*, memorias de Fernán-Gómez que recorren su paso por la España del siglo XX.

El hijo de la cómica se centra en la etapa infantil y adolescente de la vida de Fernán-Gómez, en la que se formó su personalidad en medio de dificultades de todo tipo y no poca miseria, malviviendo muchas veces en pensiones de mala muerte. Resuenan historias de supervivencia, de ausencias, miedos, esperanzas, sueños: de libertad, de ambición y también de multitud de lecturas.

► **Sábado 31 de enero**

Burgos (Avda. Cantabria, 3) | 19.30 h | Entradas: 25 €

Lola Herrera, Natalia Dicenta y Carlos Olalla

Camino a La Meca



Un conmovedor canto a la independencia, la creatividad y la dignidad inspirado en la vida de Helen Martins, una mujer que se rebeló contra todos los estamentos de su época.

LA obra de Athol Fugard está basada en la excéntrica escultora sudafricana Helen Martins, que se rebeló contra todos los estamentos de su época. La trama argumental describe la vida de la viuda Helen, obsesionada con su obra escultórica (la creación de un jardín de esculturas orientadas hacia La Meca) y sus difíciles relaciones con la comunidad donde vive en 1974, en pleno *apartheid*.

La llegada de una joven maestra desde Ciudad del Cabo precipita la confrontación entre ambas, mostrando la denodada lucha del artista independiente en contra de una sociedad estrictamente ordenada por reglas. En resumen, la incomprendida escultora ha transformado a través de su arte una vida mediocre y opresiva en un canto a la esperanza.

► **Sábado 28 de febrero**

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 docu-

mental 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.

► **Jueves 6 de noviembre**

Burgos (Cultural Córdón) | 19.30 h

Entrada con invitación (las invitaciones podrán recogerse en Cultural Córdón).

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 de los más pequeños. 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 Córdón)
Entrada: 3 € por sesión

La Ruta DE LA Magia

MAGIA EN NAVIDAD



La Fundación Caja de Burgos lleva la ilusión de la magia por la mayoría de sus centros, a través de una ruta que recorre con espectáculos y talleres los barrios de la capital burgalesa y se acerca también a la provincia. Durante las últimas semanas de diciembre, el Aula de Medio Ambiente, el CAB, el

Foro Solidario, los interClubes y los auditorios de Cultural Cordón y Aranda de Duero se convertirán en escenarios de trucos, humor, ilusión, escuelas de ilusionistas e incluso algún que otro intrigante misterio. Todos ellos estarán unidos por la fascinación que produce la magia.

La Ruta DE LA Magia



GONZA MARTINI *Magia en mis zapatos*

Gonza Martini es un artista excepcional que ha conquistado corazones con su originalidad y talento únicos. Su nombre es sinónimo de magia y pompas de jabón, una combinación que lo distingue y lo convierte en un mago verdaderamente singular. Sus trucos combinan la fragilidad y la belleza efímera de las burbujas con el asombro de la ilusión. Cada show es una experiencia única donde podrás sorprenderte, divertirse y emocionarte, un mundo de fantasía donde todo es posible.

► **Sábado 20 de diciembre**
12.30, 18 y 19.30 h
► **Domingo 21 de diciembre**
12.30 h
Burgos (CAB) | Entradas: 8 €
A partir de 3 años



JON ANDER *Magia Underground*

Campeón de Magia creativa SOM en 2018 y 2019 y miembro activo de la Sociedad Española de Ilusionismo, Jon Ander lleva a escena una magia moderna, dinámica y siempre acompañada de humor. Con diez años de trayectoria, ha trabajado por todo el panorama nacional e Internacional, en países como Noruega, Suecia, Reino Unido, Francia o Italia.

► **Viernes 26 de diciembre**
Medina de Pomar (interClub) | 18.30 h
Entradas: 8 € | Público familiar

O MAGO PACO *Patapatun tun tun*

O mago Paco es Fran Otero, un animador infantil me llegó a la magia casi por casualidad, cuando su trabajo le llevó a utilizar el ilusionismo como recurso para encandilar a los más pequeños. Se ha formado con algunos de los mejores maestros en distintas artes escénicas, como teatro, magia cómica, clown, títeres, expresión corporal y magia infantil. En *Patapatun tun tun* presenta su espectáculo más tierno de magia para niños, con



juegos, disfraces, canciones, muñecos e historias para fomentar la participación y fantasía de los más pequeños.

► **Martes 23 de diciembre**
Aula de Medio Ambiente | 11, 13, 17 y 19.30 h | Entradas: 8 €
De 0 a 3 años (con acompañante)

ROMÁN GARCÍA *Laberinto de ilusiones*

Acompañado de música y asistido por diez ayudantes, sus diez dedos, el mago gallego Román García presenta en *Laberinto de ilusiones* una gala fresca y desenfadada que aúna ilusiones visuales, comedia de situación e interacción con los espectadores. Apariciones, transformaciones y levitaciones completan la propuesta de este artista que ha participado en Got Talent España y, pese a su juventud, ya ha sido merecedor del Primer Premio Nacional de Micromagia y es autor del libro de referencia *Nanomagias*.

► **Lunes 29 de diciembre**
Burgos (Foro Solidario)
12.30, 18 y 19.30 h
Entradas: 8 €
A partir de 6 años





EDU EL MAGO

Se podría considerar un showman, acostumbrado a todo tipo de público, divertido, sorprendente y un poco alocado, que lleva más de diez años ilusionando a pequeños y mayores por toda España. Se trata de un artista camaleónico, que adapta cada espectáculo al tipo de público que concurra en cada momento, siempre con el ingrediente imprescindible del humor. Magia de salón, magia de cóctel, magia para empresas, presentaciones y la magia infantil son parte de su zona de confort.

► **Viernes 2 de enero**
Burgos (Cultural Cordón) | 18.30 h
Entradas: 12 €
A partir de 5 años



JESSICA GULOOMAL *La magia de Jessica Guloomal*

Jessica Guloomal ha hecho historia al convertirse en la primera mujer española en recibir un premio nacional de magia. Especializada en magia de escena y magia extrema, Jessica ha llevado sus números y espectáculos a prestigiosos festivales nacionales e internacionales. En la actualidad viaja por todo el mundo con su espectáculo *The Beauty of Magic* a bordo de diferentes compañías de cruceros.

► **Viernes 2 de enero**
Miranda de Ebro (interClub) | 18.30 h
Entradas: 8 € | A partir de 5 años

JEAN PHILIPPE *Atchoum*

Jean Philippe utiliza los globos como elemento de magia. Prodigioso mago y un constante innovador, habilidad que le ha llevado a inventar numerosos juegos de magia, en su faceta de escultor de globos su creatividad es prácticamente ilimitada, lo que le convierte en uno de los creadores de referencia en el mundo de la globoflexia y la magia cómica.

► **Viernes 2 de enero**
Briviesca (interClub) | 18.30 h
Entradas: 8 € | A partir de 4 años

FERNANDO SALDAÑA *Escuela de magos (talleres de magia)*

Fernando Saldaña es, ante todo y sobre todo, cuentista (cuentacuentos, que dicen ahora). También es mago, actor, director de teatro y humorista gráfico. Saldaña ha trabajado en la radio y en televisiones locales, ha sido diseñador gráfico, ilustrador, profesor de circo y de programas informáticos, locutor de libros, vídeos y documentales... El director de estos talleres apoya la palabra en los objetos cotidianos, en los juegos de magia, en muñecos y marionetas, en su cuerpo y en su voz.

► **Viernes 2 de enero**
Aranda de Duero (Cultural Caja de Burgos) | 10.30 y 12.30 h

► **Sábado 3 de enero**
Burgos (interClub) | 10.30 y 12.30 h
Entradas: 25 € (cada entrada incluye un kit de magia) | A partir de 6 años



Gala Internacional de Magia

Una nueva cita con el ilusionismo de gran formato en sus distintas modalidades, desde la poesía visual a los efectos acrobáticos, de la mano de algunos de los mejores magos del mundo.

Violeta Zheng (China)

Raymond Crowe
(Australia)

Mortenn Christiansen
(Dinamarca)

Imanol D'Albéniz & Georgia (España y Australia)

Klek Entòs (Francia)

Charlie Mag (España)

El Fórum Evolución acoge un año más una Gala Internacional de Magia que reúne a algunos de los ilusionistas más prestigiosos del mundo. Todo un referente para las mujeres en el mundo del ilusionismo, con su magia poética por bandera, la china **Violeta Zheng** será la encargada de conducir el espectáculo.

Con un estilo de esencia visual que incluye humor, magia, ventriloquía y pantomima, el australiano **Raymond Crowe** convertirá su intervención en una experiencia inolvidable que conectará emocionalmente con el público.

Empleado en una tienda de magia y curtido en el escenario de los mejores clubes de comedia de su país, el danés **Mortenn Christiansen** ha depurado un estilo de magia cómica único que, pese a su juventud, le ha deparado los más importantes premios internacionales del género con vis humorística. Un talento innato para la combinación de magia y comedia en constante evolución.

El español **Imanol D'Albéniz**, además de mago, es un showman y un artista especializado en magia escénica y grandes ilusiones, y la australiana **Georgia Adelt** es bailarina de danza contemporánea y acróbata aérea. Juntos, a través de una original fusión de sus respectivas pericias, ofrecen una experiencia visualmente espectacular y conmovedora, elevando el entretenimiento a otra categoría: juventud y frescura sosteniendo una magia de altos vuelos.

Más de ochenta millones de visitas en redes y la presencia en una treintena de programas televisivos en apenas tres años, avalan el protagonismo mediático y digital del francés **Klek Entòs**, un ser misterioso sacado de una película de Tim Burton que construye un universo poético e inquietante en donde a través de la magia invita a los espectadores a tomar conciencia de sus propios miedos y a afrontarlos, para convertirlos en su propia fuerza.

Campeón de España y de Europa de Danza Deportiva, así como campeón de Europa de Magia en la categoría de manipulación, el español **Charlie Mag** ha formado parte de la prestigiosa producción "The Illusionists 2.0" del Cirque du Soleil. Con su arte multidisciplinar, que entrelaza magia y danza, ha establecido un nuevo estándar para el arte escénico fusionando elegancia, técnica y emoción en cada actuación.

► **Viernes 26 de diciembre 18 h y 21 h**

► **Sábado 27 de diciembre 18 h (con intérprete en lengua de signos)**

Burgos (Fórum Evolución)

Entradas: Zona A: 28 €/ Zona B: 24 €

 **2 €**





Piezas que encajan

La sala de exposiciones de Cultural Cordon 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

UNIR LOS FRAGMENTOS. Una celebración de la belleza en la Colección Julio Plaza
Hasta el 11 de enero. Cultural Cordon. Entrada libre

ÚNICA en España, la Colección Julio Plaza reúne una muestra ecléctica de la escultura occidental de los siglos XIX y XX, con una concentración excepcional de obras realizadas en el cambio de siglo. Contempladas individualmente, las piezas maravillan al espectador por su belleza y virtuosismo, en línea con la intención de los escultores y editores que las crearon para el circuito comercial. Además, y de manera complementaria, contempladas en su conjunto y en el contexto artístico en el que las exposiciones jugaban un papel esencial, las piezas de la Colección Julio Plaza evocan de manera excepcional el panorama escultórico europeo en torno a 1900.



La singularidad de la Colección Julio Plaza en España reside en su compromiso con la escultura de los siglos XIX y XX, su carácter internacional, su voluntad de dar visibilidad a las escultoras y, ante todo, en la alta calidad de las piezas. Realizadas por algunos de los mejores escultores de su época, estas piezas están estrechamente relacionadas en muchos casos con obras premiadas nacional e internacionalmente, y adquiridas posteriormente por museos de prestigio. La colección es lo suficientemente representativa como para transmitir la esencia del desarrollo de la escultura europea de su época.

La presente exposición gira en torno al año 1900, el mismo año en que se celebró la Exposición Universal de París. Este gran fenómeno cultural contribuyó enormemente a la difusión internacional de la escultura y a definir los estilos y temáticas que caracterizarían la escultura del nuevo siglo, hasta el punto de que podríamos convenir en que algunas de las piezas de la Colección Julio Plaza no existirían sin ella. El objetivo de esta muestra es “unir los fragmentos” que componen esta colección, relacionando las obras entre sí y analizarlas en el contexto de ésta y de otras exposiciones fundamentales de la época.

Nuevos estilos. Con la presencia de escultores procedentes de más de una docena de países, la colección sobresale por su carácter internacional, en un país –España– que ha priorizado durante décadas el coleccionismo del arte nacional. No siempre fue así; en el siglo XIX, la aristocracia española demostró cierto interés por coleccionar escultura italiana y francesa.

El arte de los siglos XIX y XX experimentó una aceleración vertiginosa en



cuanto al desarrollo de nuevos estilos y movimientos, que aparecieron, se solaparon y desaparecieron con una rapidez nunca antes vista en la historia. La Colección Julio Plaza captura esta riqueza con una variedad de piezas representativas del romanticismo, del realismo, del simbolismo, del *art nouveau* y del *art déco*, junto a otras que mezclan estilos modernos con influencias del pasado para llegar a un eclecticismo también muy representativo del momento. En comparación con otras épocas, las diferencias nacionales y regionales fueron mínimas, y tanto los estilos como las temáticas eran compartidos internacionalmente, si bien fue la escultura francesa la que cada vez más marcaba la tendencia.

Formatos. Para comprender cómo encajan las obras de la Colección Julio Plaza en el panorama escultó-

rico de la época, es fundamental conocer la variedad de formatos en los que trabajaban los escultores. El reaprovechamiento del mismo modelo para crear múltiples variantes de una pieza, destinadas a públicos con distintos gustos y presupuestos, fue una práctica habitual entre los escultores nacidos en el siglo XIX. Algunas modificaciones de contenido o de escala buscaban viabilidad comercial, mientras que en otras ocasiones se debió más a una cuestión de prestigio y reconocimiento.

Una forma de reaprovechamiento fue a través del “fragmento.” La palabra forma parte de muchos de los títulos de las obras presentadas a exposiciones nacionales e internacionales, y fue utilizada con frecuencia por los escultores españoles representados en la Colección Julio Plaza para referirse a la selección de



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 en una de ellas. Experimentarán con materiales como escayola, alginato, arcilla..., con los que podrán realizar su propia escultura realista.

■ **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 €**

parte de un monumento público o funerario, fruto de un encargo ya terminado o para realizar una nueva obra más sencilla y pequeña, pero a la misma escala que el original.

La reducción fue otra manera muy utilizada de difundir y reaprovechar un modelo escultórico, comparable al uso del grabado para reproducir la obra pictórica. Durante el siglo XIX varios ingenieros y artistas inventaron procesos para reducir matemáticamente las esculturas de gran formato, para adaptarlas a las viviendas modernas.

Temáticas. Las tendencias temáticas en la escultura del cambio de siglo fueron muy variadas. Abundan los bustos, las cabezas y los retratos individuales, así como el desnudo femenino y el cuerpo en movimiento. La maternidad fue otra temática popular en la escultura del cambio de siglo que está ampliamente representada en la Colección Julio Plaza.

La infancia, y la inocencia asociada a ella, se convirtió en un tema popular en el arte decimonónico, en el que abundaron las representaciones

de niños de condición humilde realizando actividades cotidianas o simplemente jugando despreocupados.

Si bien algunas esculturas del realismo tienen un tono anecdótico y humorístico, un número mayor de ellas pretende despertar la conciencia y llamar la atención sobre las malas condiciones en las que vivía, especialmente, la clase obrera.

**Extracto del texto de Chloe Sharpe
para el catálogo de la exposición
Unir los fragmentos*

► **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

En el comienzo

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

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



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

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”.

Pintar de oído



► **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 tienen 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 comparen también en la exposición en una sala de procesos que explica el complejo desarrollo de la propuesta de Rivas.

Mirada dinámica

► 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

tación, 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.

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 represen-

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 represen-

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

tación, 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.



Los creadores holandeses Tejo Remy & Rene Veenhuizen dirigen la reforma de la sala LECTO y la terraza del CAB

Punto de encuentro

EL CAB ha culminado la renovación integral de la sala LECTO y de la terraza anexa, un proyecto diseñado y ejecutado por los creadores holandeses Tejo Remy & Rene Veenhuizen, reconocidos internacionalmente por su enfoque innovador y sostenible del diseño. Ambos han concebido una intervención que convierte a LECTO y su terraza en un lugar polivalente, abierto y estimulante, donde diseño, arte y vida cotidiana se entrelazan de manera natural.

LECTO surgió en 2004 como un lugar singular de consulta, lectura y encuentro, que enriquecía la experiencia del visitante más allá de lo estrictamente expositivo. La reciente intervención, comisariada por Emilio Navarro, se plantea desde criterios de sostenibilidad, economía circular y permanencia en el tiempo, integrando diseño, funcionalidad y respeto por la arquitectura del edificio.

Espacios para la interacción.

El proyecto gira en torno a una estructura central en la que el mobiliario integra múltiples funciones: sentarse, reunirse y leer se entrelazan a la perfección. Esta pieza constituye el núcleo del espacio, creando diferentes zonas para la interacción y el relax; es más que un simple objeto funcional ya que organiza y dinamiza el espacio.

Por un lado, la propia estructura del mueble es una librería donde se guardan ejemplares de la biblioteca,



y al mismo tiempo, es el lugar donde sentarse a leer o simplemente a estar, disfrutando de un buen libro y un café. Por otro lado, de uno de sus brazos extensibles emerge una barra de café, generando una zona pensada para reunirse y relajarse.

Programación. En este nuevo marco se desarrollarán actividades relacionadas tanto con la investigación y el conocimiento como con la mediación y la formación (talleres de pequeño formato vinculados a las exposiciones, actividades educativas para diferentes públicos y encuentros con profesionales de la cultura).

Asimismo, la incorporación de la cafetería y la terraza convierte a LECTO en un espacio de pausa y conversación, ideal para charlas abiertas, cafés con artistas y colaboraciones con agentes culturales de la ciudad.

La reforma genera también un ámbito flexible de experimentación artística que permitirá acoger performance, lecturas dramatizadas, proyecciones audiovisuales y acciones efímeras, tanto en la sala como en la terraza, así como conciertos de pequeño formato, sesiones de DJ y experiencias musicales experimentales que dialoguen con la creación contemporánea, reforzando el carácter innovador y vivo del espacio.

CABEXPERIMENTA AUTORRETRATO, NUESTRO VERDADERO REFLEJO

■ Taller comentado.
Martes 11 de noviembre.
De 18 a 19.30 h
Para mayores de 16 años.
Precio: 5 € por persona.

Exploraremos el autorretrato y su relación directa con el autoconcepto. Hablaremos de cómo ha servido a los artistas a lo largo de la historia para aprender sobre sí mismos y su arte, expresar cómo se ven y, por supuesto, trabajaremos en el nuestro. Autorretratarse es una de las mejores maneras de entendernos a nosotros mismos.



ENCUENTROS CON EL ARTE. Café, pastas y mucho arte

■ Jueves 13 de noviembre, 11 de diciembre y 8 de enero.
De 17.30 a 19 h
A partir de 16 años.
Precio: 5 €

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.



CAB + 60 EL CAB EN COMPAÑÍA

■ Martes 18 de noviembre y 16 de diciembre.

De 18 a 19 h

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.

VISITA LOS ALMACENES

■ Martes 9 de diciembre.

De 17.30 a 19 h

Si tienes 60 años o más te invitamos a compartir un paseo único por la arquitectura interna y externa del edificio. Conoce los lugares de almacenaje, dónde se organizan las exposiciones y cómo se custodian las obras de las distintas colecciones. Puedes venir solo o con tu grupo de ami-

gos. Es necesaria inscripción previa en el 947 256 550.

CABEXPERIMENTA: NIÑOS Y FAMILIAS TALLER FAMILIAR. ESE CUADRO ME MIRA RARO

■ Sábado 22 de noviembre o sábado 13 de diciembre.

De 17.30 a 19.30 h

Para niñas y niños de 4 a 12 años acompañados de uno o dos adultos.

Precio: 5 € por persona.

En esta visita orientada al público infantil

TALLER: EXPLORANDO EL LENGUAJE EMOCIONAL A TRAVÉS DEL ARTE

■ Imparte: Javier Corral Arroyo, psicólogo general sanitario, docente y divulgador, con formación en terapia conductual-contextual.

Jueves 4 de diciembre.

De 17.30 a 19 h

Mayores de 16 años.

Precio: 15 € por persona.

Es necesaria inscripción previa en el 947256550.

Este taller invita a tomar conciencia del lenguaje que habitamos y abrir nuevas formas de expresión a través del arte, sin juicio, sin presión estética. Desde una mirada psicológica, sabemos que cambiar cómo hablamos de lo que nos pasa puede transformar cómo lo sentimos. Si además lo hacemos a través de la creatividad, conectamos con un espacio más libre, más auténtico, más nuestro.



ARTE SANO VIENE A SANARTE. ARTE Y MENTE

■ Charla-debate: Jesús J. de la Gándara y Humberto Abad.

Miércoles 19 de noviembre, 19.30 h

Entrada libre hasta completar aforo.

Compartiremos una charla con dos personas infectadas por el virus de la inquietud creativa. Sabedores de ello por teoría y práctica. Uno usa el filo de la palabra, el otro el cincel y la gubia. Disertaremos, mostraremos, compartiremos... Ustedes debatan, discrepen, aporten... y todos saldremos más sanos de lo que hemos entrado.



acompañado de sus familias intentaremos hacer descubrir a los más jóvenes que la lectura de una obra de arte nos puede llevar a sentir, a reflejar lo que tenemos dentro. A través de las exposiciones de este ciclo veremos que la obra de arte no es algo solamente estético, sino que a través de los colores (o su ausencia) podemos encontrar un lugar donde sentirnos entendidos, a veces, sin hablar con nadie.

CABCONTINUA DESCUBRIENDO A...

El CAB ofrece la oportunidad de conocer a los artistas que actualmente exponen 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

■ Sábados a las 13 y 18.30 h

Domingos a las 13 h

Visitas comentadas de la mano de un mediador a las exposiciones de los artistas en exposición los fines de semana.

CÍRCULOS DE SILENCIO EN EL CAB TIEMPO DE SILENCIO

■ Miércoles 19 de noviembre y 17 de diciembre. 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.

ACTIVIDADES CAB

NUEVO LECTO

LIBROS EN SU TINTA

La nueva sala LECTO es un espacio creado para fomentar la pasión por la lectura, la investigación y el aprendizaje. Este proyecto nace con la intención de brindar a la comunidad un lugar donde los libros, la cultura y el conocimiento sean accesibles para todos.

La sala LECTO está llena de ellos, pero son diferentes a los de una biblioteca habitual. Los exploraremos con la ayuda de otros artistas en una fusión entre tinta y diferentes artes.

• Conoce la biblioteca y disfrútala

■ Jueves 20 de noviembre.

De 19 a 20 h

Entrada gratuita

Es necesaria inscripción previa en el

947256550.

En el CAB podemos disfrutar de una de las mayores bibliotecas de arte contemporáneo de Castilla y León con más de 3500 ejemplares. En este primer encuentro y de la mano de Javier Palma, nuestro mediador, queremos invitarlos a descubrir los recursos, colecciones y servicios que estarán disponibles para estudiantes, docentes y público en general.

CLUB DE LECTURA DE CÓMIC

■ Jueves 27 de noviembre, 18 de diciembre y 15 de enero.

De 18.30 a 19.30 h

Mayores de 16 años.

Precio: 5 €

Inscripciones en

www.cabdeburgos.com

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 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.



EXPERIMENTACIÓN: LOS SENTIDOS DE LECTO

La recién estrenada sala LECTO nos invitará a jugar con nuestros sentidos, a experimentar con nuestras sensaciones. Beberemos y comeremos, compondremos versos y nos desahogaremos con percusión. A lo largo de este ciclo celebraremos una unión entre gastronomía y arte en la que el CAB y sus espacios renovados nos descubrirán una nueva manera de percibir el arte, la comida y la bebida.

• Ópera y burbujas

■ Viernes 14 de noviembre.

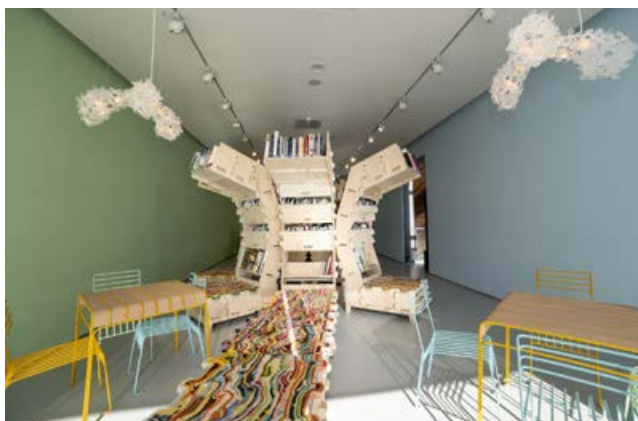
De 20 a 21.30 h

Precio: 60 € (precio especial pack de dos entradas: 100 €)

Venta en Telentradas.

Pilar Cruces (sumiller) y Pedro Bartolomé (director de orquesta).

Una soprano, un piano y la efervescencia de las burbujas: vive la emoción de la ópera en directo. Presentamos una experiencia sensorial en la que las burbujas acompañan a las voces, los matices del champagne se entrelazan con las emociones de la ópera y cada copa se convierte en un escenario.



• Cervezas, salsas picantes y percusión

■ Viernes 28 de noviembre.

De 19 a 20 h

Precio: 25 €

(venta en Teleentradas)

Una cata de salsas picantes en la que las cervezas nos ayudarán a pasar el trago y nos desahogaremos a golpes con la percusión. El ambiente acogedor de la cervecería celta The Taverner Celtic Center nos acompaña en una actividad pensada para paladares atrevidos.

CULTURAL CAJA DE BURGOS Burgos (Avda. Cantabria, 3) | 20.15 h | Entrada: 2,50 €
Venta de entradas: taquillas de Cultural Cordón, Cultural Caja de Burgos (el día de la proyección a partir de las 19.30 h) y Teleentradas
Organizan: Fundación Caja de Burgos y Aula de Cine y Audiovisuales de la Universidad de Burgos

EN FAMILIA

► **Jueves 30 de octubre**
In the Summers

Alessandra Lacorazza. EEUU, 2024.
95 min. V.O.S.E. ESTRENO

Las hermanas Violeta y Eva visitan todos los veranos a su amoroso pero imprudente padre, Vicente. Él se esfuerza por crear un mundo maravilloso para ellas pero, bajo la divertida fachada, existe una lucha contra la adicción que gradualmente erosiona la magia, culminando en un devastador accidente. Vicente intenta compensar el pasado. Pero las heridas no se curan fácilmente. Gran Premio del Jurado a la Mejor película y Mejor Dirección en el Festival de Sundance 2024.

► **Jueves 6 de noviembre**
Juliette en primavera

Blandine Lenoir. Francia, 2024. 95 min.
V.O.S.E. ESTRENO

Juliette, una joven ilustradora de libros infantiles, vuelve a su pueblo natal para reunirse durante unos días con su familia: su padre, tan modesto que solo sabe expresarse con bromas; su madre pintora, que disfruta al máximo de la vida; su abuela, que está perdiendo el control, y su hermana, una madre abrumada por una vida rutinaria que la devora. También se cruza en su camino con Pollux, un joven poético y entrañable. Una deliciosa, nostálgica, cálida y liberadora comedia llena de inteligencia.

CHINA

► **Jueves 13 de noviembre**
Breve historia de una familia

Jianjie Lin. China, 2024. 99 min. V.O.S.E. ESTRENO

Los padres de Wei descubren que Shuo, un tranquilo y enigmático amigo del instituto de su hijo, proviene de un entorno problemático y deciden integrarle poco a poco en la familia. Pero un trágico y repentino suceso va a hacer que viejas heridas y secretos no contados salgan a la luz. Con un estilo visual muy marcado, Jianjie Lin nos remite al cine de Michael Haneke con esta elegante variación del extraño que se introduce en la vida de una familia que no es la suya.

► **Jueves 20 de noviembre**
Black Dog

Guan Hu. China, 2024. 110 min.
V.O.S.E. ESTRENO

En los alrededores del desierto de Gobi, en el norte de China, en los días previos al inicio de los Juegos Olímpicos de Pekín, Lang, un ex convicto, regresa a su ciudad, ahora semide-ruida y casi fantasmal, en la que apenas queda ya gente. Allí se encariña con un perro negro desvalido que le acompañará en su recorrido al que un día fue un hogar. Un western chino contemporáneo que emociona y desconcierta a partes iguales. Mejor Película en la sección Un Certain Regard del Festival de Cannes 2024.

► **Jueves 27 de noviembre**
A la deriva

Jia Zhangke. China, 2024. 111 min.
V.O.S.E. ESTRENO

En la China de principios de los años 2000, Qiao Qiao y Guao Bin comparten un amor apasionado pero frágil. Cuando Guao Bin desaparece para probar suerte en otra provincia, Qiao Qiao decide ir en su busca. Jia Zhangke nos ofrece otra pequeña joya profunda y compleja de una China que se desvanece. Ganadora del Premio Espiga Verde en SEMINCI 2024, que distingue a la película que muestre una mayor sensibilidad hacia la necesidad de proteger el planeta y los valores medioambientales.

BIOPIC

► **Jueves 4 de diciembre**
Antes de nós

Ángeles Huerta. España, 2025. 84 min.
V.O.S.E. ESTRENO

1918. Castelaio deja su plaza de funcionario en Pontevedra para trabajar como médico en Rianxo durante la gripe española. Un héroe para el pueblo, pero un hombre ausente para su mujer, Virxinia. 1929, el matrimonio recorre Bretaña pocos meses después de la pérdida de su único hijo. Dos seres rotos y un vínculo que ya no se entiende. Biopic que se centra dos períodos de la vida de Castelaio, narrador, ensayista, dramaturgo, dibujante, médico y político español.

► **Jueves 11 de diciembre**
Münter y el amor de Kandinsky

Markus Rosenmüller. Alemania, 2024.
126 min. V.O.S.E. ESTRENO

Una pareja de amantes superdotados: Gabriele Münter y Wassily Kandinsky, cofundador del movimiento alemán de arte moderno "Blauer Reiter". Mientras a él le llegó la fama y el reconocimiento artístico y económico, ella se consumió a su sombra. Una historia de amor y desamor que cambió para siempre la historia del arte. Gabriele Münter conoció a Wassily Kandinsky cuando aún soñaba con abrirse camino en el arte. Una pasión que los unió como amantes y como cómplices creativos.

► **Jueves 18 de diciembre**
La gran ambición

Andrea Segre. Italia, 2024. 123 min.
V.O.S.E. ESTRENO

Narra la vida del político Enrico Berlinguer, secretario general del Partido Comunista Italiano, durante los años cruciales de su carrera, entre 1973 y 1978. La historia se centra en el momento en que Berlinguer estuvo a punto de llevar al Partido Comunista al poder en 1978 mediante una alianza con la Democracia Cristiana. El secuestro y asesinato de Aldo Moro, líder de los democristianos, frustró un acuerdo que hubiese cambiado la historia del país y del equilibrio geopolítico en todo el mundo.



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 celebra hasta el mes de 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.

Una mirada poliédrica

Conferencias, diálogos y charlas de un gran número de expertos, videopodcast, 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'. En este último bimestre del año, el programa sigue abordando distintos aspectos de la salud mental hasta brindar una mirada poliédrica a la realidad de los trastornos psíquicos.

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.

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

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**

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 26 de noviembre 19.30 h**

interClub (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 13 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

Creer y relacionarse en redes sin riesgos ¿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**

VIDEOPÓDCAST

Todos los videopodcast están disponibles 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.*

► **Ya disponible**

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.*

► **Ya disponible**

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 Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental.*

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

► **A partir del viernes 21 de noviembre**

CHARLAS

interClubes

El arte de dormir bien. Claves para un sueño reparador

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

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

Hablemos de salud mental

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

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

Mente en movimiento. Cómo el deporte transforma tu salud mental

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

► **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)

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

FORMACIÓN

Foro Solidario (BURGOS)

Píldoras de salud mental. 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
Precio: 8 € | Fianza de 5 € para profesionales de entidades del Tercer Sector de Burgos

Impacta: La huella que dejas

► **Martes del 4 al 25 de noviembre**

De 10 a 12.30 h
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

CINE

Foro Solidario (BURGOS)

Entrada libre hasta completar aforo. 19 h

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)

Entrada libre hasta completar aforo. 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

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

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

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

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



TALLERES

Foro Solidario (BURGOS)

Relajación con cuencos tibetanos

► **Viernes 21 de noviembre y 12 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

► **Hasta el 25 de mayo**

Público joven y adolescente
De 17.30 a 20.30 h | Gratuita previa inscripción

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)

Me concentro en la naturaleza

► **Sábados 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 €

► **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 €

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

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

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

Estiramientos para el bienestar

Todos los públicos | Precio: 3 €

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

► **Jueves 20 de noviembre**
De 12 a 13 h (Briviesca)

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 6 de noviembre**
De 18.15 a 19.15 h (Aranda de Duero)

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 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 €



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

TEATRO

Cultural Caja de Burgos (BURGOS)

La burbuja de Julia

Maquinant Teatre

► **Miércoles 5 de noviembre**

10 y 12 h | Alumnado de Educación Primaria

Hasta el final de la fiesta

Mamen García y Albert Sanz

► **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 o: 5 € (sin derecho de acceso al concierto)

A favor de: Parkinson Burgos y Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Burgos (AFABUR)

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

► **Hasta el 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

► **Del 31 de diciembre**



Regala



con sentido

En estas Navidades, lo tienes fácil para ser original
y hacer felices a las personas a las que quieres.

La Fundación Caja de Burgos te propone
diferentes opciones para que puedas regalar.

Hemos seleccionado
las mejores ideas para ti en:
www.cajadeburgos.com/regalaconsentido



**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
aulabuma@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

Medidas como el uso de energías renovables, la implementación de modelos de economía circular y la restauración de ecosistemas convierten a las empresas en agentes clave en la transición hacia un modelo sostenible.

El verde como valor empresarial

Las empresas tienen un papel decisivo no solo como generadoras de impacto ambiental, sino también como agentes clave en la transición hacia un modelo sostenible. Cada vez más compañías reconocen su responsabilidad y están adoptando prácticas que contribuyen a la conservación del entorno, beneficiando tanto al planeta como a sus empleados y comunidades cercanas.

Ejemplos como Bridgestone y Constantia-Tobepal en Burgos demuestran que es posible integrar la sostenibilidad en la estrategia empresarial. Estas compañías colaboran con el Aula de Medio Ambiente en proyectos que incluyen plantaciones, educación ambiental y conservación de especies locales.

La sostenibilidad empresarial se manifiesta en acciones concretas como el uso de energías renovables, la implementación de modelos de economía circular y la restauración de ecosistemas. Estas medidas no solo reducen la huella de carbono, sino que también mejoran la reputación corporativa y aumentan la competitividad en un mercado cada vez más consciente.

Un aspecto especialmente relevante es la renaturalización de espacios industriales. Transformar parques empresariales en entornos verdes con especies autóctonas, infraestructuras ecológicas y hábitats recuperados permite mitigar



¿Quieres sumarte a las empresas con conciencia ambiental?

Desde el Aula de Medio Ambiente podemos ayudarte para que contribuyas a la conservación de la naturaleza. Si contactas con nosotros, realizaremos una valoración para poder realizar un proyecto concreto adaptado a tu empresa de Burgos, Valladolid o Palencia.

CONFERENCIA

La vida de los polígonos industriales de Burgos

Miguel Ángel Pinto

(director de las Aulas de Medio Ambiente de la Fundación Caja de Burgos).

20 de noviembre.

Aula de Medio Ambiente de Burgos. 19 h

el impacto ambiental, mejorar la calidad del aire y fomentar la biodiversidad. Además, estos espacios tienen un efecto directo en el bienestar de los trabajadores, al reducir el estrés, mejorar la calidad acústica y promover estilos de vida más saludables.

Las empresas tienen la capacidad –y la responsabilidad– de liderar este cambio desde su entorno más inmediato, generando beneficios ambientales, sociales y económicos. Apostar por la naturaleza no es solo una decisión ética, sino una inversión inteligente en un futuro más habitable.



Un tesoro natural

El programa “Jardines con ambiente”, promovido por el Ayuntamiento y la Fundación Caja de Burgos, culmina con una exposición itinerante.

COMO colofón a la edición de 2025 del programa “Jardines con Ambiente”, desarrollado por la Fundación Caja de Burgos y el Ayuntamiento de la capital burgalesa para la dinamización ambiental de los parques y jardines de la ciudad de Burgos, los centros cívicos de la capital burgalesa y el Aula de Medio Ambiente de la Fundación Caja de Burgos acogen en el último tramo del año y el comienzo de 2026 una exposición itinerante sobre las adaptaciones que las plantas hacen para protegerse de los peligros que las rodean y lograr sobrevivir en

CALENDARIO DE LA EXPOSICIÓN

- **Centro Cívico San Agustín**
Del 14 al 26 de octubre.
- **Centro Cívico Vista Alegre**
Del 28 de octubre al 9 de noviembre.
- **Centro Cívico Las Huelgas**
Del 11 al 23 de noviembre.
- **Centro Cívico Gamonal Norte**
Del 25 de noviembre al 7 de diciembre.
- **Centro Cívico Río Vena**
Del 9 al 21 de diciembre.
- **Centro Cívico Capiscol**
Del 7 al 19 de enero.
- **Aula de Medio Ambiente**
Del 21 de enero al 8 de febrero.

distintos ambientes, utilizando diferentes estrategias. La muestra incluye la posibilidad de realizar visitas guiadas para hacer su contenido más accesible a todos los públicos.

Nacido en 2021 con el propósito de sensibilizar y concienciar a la población e implicar a los ciudadanos en la conservación de la biodiversidad, “Jardines con ambiente” fomenta el respeto por los entornos urba-

nos naturales a través de un mejor conocimiento tanto de los valores que contienen como de la gestión realizada desde el Ayuntamiento para garantizar la presencia de biodiversidad compatible con la actividad propia de la ciudad. También pretende la participación directa en la mejora de dichos espacios a través de la captación de datos o de la aportación de nuevos elementos a los mismos.

Esta edición del programa, que comenzó en mayo, se desarrolla hasta finales de 2025 y está actuando en los espacios naturales de La Isla, riberas del Arlanzón, Fuentes Blancas, La Quinta, el Castillo, San Amaro-Las Rebolledas (tramo de Fuentecillas) y los parques de Félix Rodríguez de la Fuente, Cruz Roja, Doctor Vara, Buenavista-Manuel de Falla, y Río Vena.

Las actuaciones se desarrollan en torno a tres líneas: educación e interpretación ambiental, con paseos interpretativos para el público general; talleres de voluntariado ambiental, y la exposición anteriormente mencionada.

Casas inteligentes



El programa Hogares verdes, que promueve prácticas sostenibles y responsables con el medio ambiente en el ámbito doméstico en las provincias de Burgos, Valladolid y Palencia, pone también el foco en las nuevas tecnologías y, en concreto, en las ventajas que procuran los llamados dispositivos de hogar inteligente, que permiten automatizar muchos procesos dentro de la casa para incrementar la eficiencia y seguridad en el hogar.



¿Qué son las tecnologías domésticas inteligentes?

Son el conjunto de dispositivos y sistemas que permiten automatizar y controlar funciones del hogar mediante internet, sensores y aplicaciones.

Su propósito es brindar mayor comodidad, seguridad y eficiencia energética al conectar y gestionar los aparatos de manera remota o automática.

Características principales:

- Conexión a internet: los dispositivos

suelen estar vinculados a la red Wi-Fi o a *hubs* centrales.

- Control remoto: se pueden manejar desde un móvil, tablet o computadora, incluso estando fuera de casa.
- Automatización: los equipos pueden ejecutar acciones de manera automática (por ejemplo, encender las luces al detectar movimiento).

Beneficios de implementar tecnologías inteligentes

- Económicos: permiten reducir el consumo eléctrico de manera

significativa, generando un ahorro constante en la factura del hogar.

- Ambientales: al optimizar la energía utilizada, contribuyen a disminuir la huella de carbono y favorecen un estilo de vida más sostenible.

• Confort: facilitan la vida diaria gracias a la automatización de tareas y la posibilidad de controlar el hogar desde cualquier lugar.

- Seguridad: incorporan sensores y sistemas de alerta que previenen riesgos, detectan fallos y protegen frente a intrusiones.

Principales dispositivos para el ahorro energético en el hogar



• **Termostatos inteligentes:** ajustan la temperatura según hábitos y ocupación.



• **Iluminación inteligente:** bombillas LED con control remoto y sensores de movimiento.



• **Electrodomésticos eficientes:** lavadoras, refrigeradores y hornos conectados.



• **Regletas inteligentes:** evitan el consumo fantasma (stand-by).



• **Sistemas de monitoreo energético:** control del consumo en tiempo real.

hogaresverdes



TALLER Entiende tus facturas energéticas

De 18 a 19 h
Actividad gratuita previa inscripción.

Valladolid

Jueves 20 de noviembre.

Palencia

Jueves 4 de diciembre.

Burgos

Jueves 11 de diciembre.

VISITAS

Para público adulto.
Actividad gratuita previa inscripción.

Valladolid

Cartif (Boecillo)

Martes 18 de noviembre.

De 11 a 12.30 h

Burgos

Visita a Esologic (Gamonal)

Martes 2 de diciembre.
De 18 a 19 h

Ecodestrezas para aprovechar estas tecnologías

- Programación eficiente: configurar horarios para iluminación y climatización.
- Monitoreo y análisis: revisar

datos para optimizar el consumo.

- Mantenimiento preventivo: actualización de software y limpieza de dispositivos.
- Uso responsable: evitar el sobreconsumo por exceso de automatización.

AMBIENTE INFANTIL

Burgos, Valladolid y Palencia

Pasa una tarde divertida realizando una manualidad y juegos a través de los cuales trabajaremos la importancia de cuidar el medio ambiente.

Para niños y niñas de 4 a 10 años.

Viernes de 17.30 a 19.30 h

Precio: 6 €

AMBIENTE INFANTIL EN INGLÉS

Palencia

Taller para aprender de manera lúdica vocabulario y expresiones de temática ambiental.

Segundo martes del mes de 17.30 a 19.30 h

Precio: 6 €

TALLERES EN FAMILIA

Taller de elaboración de adornos navideños sostenibles

Precio 6 €

De 17.30 a 19.30 h

Palencia

Miércoles 17 de diciembre.

Valladolid

Miércoles 17 de diciembre.

Burgos

Jueves 18 de diciembre.

CUMPLEAÑOS AMBIENTALES

Celebra tu cumpleaños con nosotros. Puedes elegir entre diferentes temáticas y actividades ambientales.
Precio: 11€ / asistente.

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

ACTIVIDADES PARA ADULTOS

Ambiente de pájaros Valladolid

• Jueves 13 noviembre: PRAE.

• Jueves 11 diciembre: Museo de la Ciencia.

De 10 a 13 h

Precio: 6 €

Burgos

20 noviembre.
10 de diciembre.

De 10 a 13.30 h

Precio 6 €

Observación de aves en Santoña (Cantabria)

Burgos y Valladolid

Miércoles 17 de diciembre.

Precio: 20 €

Taller de cosmética bifásica casera

Palencia

Martes 18 y
miércoles 19 de
noviembre.

De 17 a 20 h

Precio: 33 €

Taller de adornos navideños

Burgos

Martes 16 de diciembre.

De 10.30 a 13 h

Precio: 16 €

Valladolid

Jueves 11 de diciembre.

De 17.15 a 19.45 h

Precio: 16 €

Setas y suelo, una alianza vital

Cada 5 de diciembre se celebra el Día Internacional del Suelo, una fecha que nos invita a reflexionar sobre la importancia de este recurso esencial para la vida. Y qué mejor momento que el otoño, cuando los bosques se llenan de setas, para mirar al suelo con otros ojos y descubrir qué lo hace "estar vivo".

La edafología, ciencia que estudia el suelo y su fertilidad, y la micología, dedicada al mundo de los hongos, se entrelazan al investigar cómo interactúan hongos, plantas y suelo. Muchos hongos viven bajo tierra y desempeñan funciones clave para mantener la salud del ecosistema.

Los hongos del suelo son auténticos ingenieros ecológicos. Descomponen la materia orgánica, liberando nutrientes que las plantas pueden absorber. Forman micorrizas, asociaciones simbióticas con las raíces, que mejoran la absorción de agua y minerales. También contribuyen a la formación de agregados del suelo, mejorando su estructura y capacidad de retención de humedad. Algunos



incluso actúan como defensores naturales, protegiendo a las plantas frente a patógenos.

Sin embargo, las prácticas agrícolas intensivas, el uso de pesticidas y la compactación del terreno amenazan esta biodiversidad fúngica. Incluso la recolección de setas puede dañar el micelio si no se realiza con cuidado. Por eso, es fundamental recolectar con respeto, sin remover en exceso la capa superficial del suelo.

Conservar el suelo es conservar también los hongos que lo mantienen fértil. Las setas no son solo un manjar otoñal, sino indicadores de un ecosistema sano. Proteger los hongos es proteger los suelos... y el futuro de nuestros bosques y cultivos.

Este otoño, celebremos la vida que brota bajo nuestros pies. Porque el suelo, aunque invisible a menudo, sostiene todo lo que crece.

DOCUMENTALES

Burgos, Valladolid y Palencia

Proyecciones comentadas.

Lunes. 18.30 h

Entrada libre hasta completar aforo.

La aventura del saber: hongos y setas

Lunes 3 de noviembre.

Hongos

Lunes 10 de noviembre.

El suelo, un ecosistema vital

Lunes 17 de noviembre.

JORNADAS DE IDENTIFICACIÓN DE SETAS

Burgos y Palencia

En colaboración con la Asociación Micológica Gatuña (Burgos) y con la Cátedra de Micología

de la Universidad de Valladolid en Palencia.

- Lunes 27 de octubre (solo Burgos).
- Lunes 3 de noviembre.
- Lunes 10 de noviembre
- Lunes 17 de noviembre
- Lunes 24 de noviembre (solo Palencia).

De 19 a 20 h. Entrada libre.

TALLERES INFANTILES

Para niños y niñas de 4 a 10 años.

De 17.30 a 19.30 h
Precio: 6 €

La seta de cardo

Valladolid y Palencia
Viernes 14 de noviembre.

¡A recolectar!

Burgos

Jueves 27 de noviembre.

PARA ADULTOS

Cursos de micología Palencia

Imparte: Raúl Fraile.
Martes 11, miércoles 12 y jueves 13 de noviembre.
De 17 a 20 h
Precio 33 €

Burgos

Imparte: Asociación Micológica Gatuña.
Jueves 27 de noviembre.
De 18 a 20 h
Precio: 10 €



Todos a una

El programa de voluntariado ambiental “Reconciliando Personas y Naturaleza” ha respaldado 38 proyectos de Burgos, Palencia y Valladolid en 2025

El Voluntariado Ambiental es un pilar fundamental en la conservación de nuestro entorno. Con motivo de su día, se destaca la labor crucial de iniciativas como el programa de voluntariado ambiental “Reconciliando Personas y Naturaleza”, que impulsan la Fundación Caja de Burgos y la Fundación “la Caixa”, y que ha respaldado en 2025 un total de 38 proyectos en las provincias de Burgos, Palencia y Valladolid. El impacto acumulado del programa es notable: a lo largo de trece años, se han apoyado 454 proyectos que han involucrado a más de 20.000 personas voluntarias en las tres provincias.

Un ejemplo significativo de la labor realizada en este marco es la Fundación Splora. Nacida en 2019 de la mano de miembros del movimiento scout, la fundación

¡Anímate a participar!

Si la labor de la Fundación Splora te ha inspirado, puedes encontrar toda la información sobre la convocatoria del programa “Voluntariado Ambiental: Reconciliando Personas y Naturaleza” en <https://www.cajadeburgos.com/voluntariado-ambiental>. La próxima convocatoria se abrirá en abril de 2026.

tiene como uno de sus grandes objetivos la sostenibilidad ambiental y participan ininterrumpidamente en el programa de voluntariado ambiental desde 2020.

Splora comenzó con proyectos de marcaje de senderos y mejora de la biodiversidad en el pinar de Antequera, al sur de la ciudad de Valladolid. En 2022 y 2023, llevaron a cabo el

proyecto Oruwar en el mismo paraje, centrado en mitigar el impacto de la procesionaria del pino.

Continuando con su labor de trabajo en conservación de la biodiversidad, la Fundación Splora impulsó el proyecto Revolotea. Tras iniciarse en el colegio público Puente de Simancas el año anterior, en 2025 la actividad se desarrolló en el parque Ribera de Castilla del barrio de Rondilla, en Valladolid.

Durante esta jornada de voluntariado, los participantes se involucraron en el montaje de hoteles para insectos beneficiosos (gracias a la instalación de estas estructuras, la huerta vecinal de la Rondilla contará con refugios para insectos polinizadores) y de juegos y manualidades de aprendizaje del ciclo biológico de las mariposas y de su importancia en los ecosistemas.



BURGOS, PALENCIA Y VALLADOLID

Documentales de la serie ibérica de
"El Hombre y la Tierra" de RTVE.

Jueves 27 de noviembre

El águila real 1

El águila real resulta poco conocida
en sus peculiaridades más íntimas.

Jueves 18 de diciembre

El águila real 2

Desde la parada nupcial hasta que
los aguiluchos abandonan el nido.

CONSULTAR DOCUMENTALES SOBRE
HONGOS Y SETAS EN PÁG. 38

EXPOSICIONES

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

BURGOS



► Bichos XXL

Esculturas de Román Muñoz Rey (Taller Guirigay)

Esculturas realizadas en diferentes materiales de 19 pequeños animales (algunos de ellos microscópicos) aumentados de volumen hasta hacerlos visibles y palpables, como ampliados al microscopio. Estos "bichos" (escarabajos peloteros, ácaros del polvo, pulgas...) tienen en común su gran capacidad de adaptación al medio, son seres que han sabido evolucionar.

VALLADOLID



► Rumbo al Ártico

**Fotografías de José Luis
Gómez de Francisco**

Estas imágenes nos recuerdan que el Ártico no solo es un indicador clave del estado de salud del clima global, sino también un indicador de la interconexión entre los sistemas naturales y las actividades humanas. Protegerlo es fundamental para garantizar un futuro sostenible.

PALENCIA



► Tambores en los árboles

**Una historia sobre la vida
de los pájaros carpinteros**

La exposición consta de quince paneles interpretativos y réplicas de las siete especies de pájaros carpinteros presentes en la Península Ibérica, así como distintos elementos asociados a la presencia de los pájaros carpinteros en la cultura.

Del talento local a la innovación global

Æver impulsa desde 2024 la instalación de 'scaleups' de energías sostenibles en Castilla y León

LA Aceleradora Vertical de Energías Verdes (Æver), una iniciativa promovida por Fundación Caja de Burgos y el Instituto para la Competitividad Empresarial de Castilla y León, nació en 2024 con el propósito de consolidar el liderazgo de nuestra región en energías renovables y convertirse en un polo de atracción para empresas que desarrollasen su actividad en el ámbito de las energías verdes.

La iniciativa busca desde entonces impulsar nuevos proyectos enfocados en el área de las energías verdes, y Castilla y León, que produce una proporción extremadamente alta de su electricidad con renovables (un 88,7 %), parece ser un buen lugar para ello. En un país eminentemente eólico como España, Castilla y León se ha destacado como la comunidad que más energía eléctrica produce a partir de la fuerza del viento (13.553 GWh). También es la que registra el mayor incremento de energía fotovoltaica, al aumentar un 31,2% su capacidad de generación; y el segundo mayor productor de energía hidroeléctrica a nivel nacional.

Nuevas empresas en Castilla y León. Este punto de partida, envidiable para muchos países y regiones del mundo entero, sumados a las acciones desarrolladas por Æver, ha hecho de imán para que muchas empresas decidan instalarse en una región que atrae y retiene talento gracias a su fortaleza en el sector de las energías verdes.

Es el caso de Hotta, que ha desarrollado un innovador sistema que



Qué ofrece Æver

- Mentorización especializada
- Asistencia legal
- Ayudas para pruebas de concepto o estudios de mercado
- Capacitación tecnológica
- Acciones de comunicación
- Red de acuerdos de colaboración / impulso institucional
- Zona de coworking / espacio físico
- Financiación para la aceleración / apoyo a ronda

permite aprovechar el calor generado por servidores para proporcionar calefacción y agua caliente sin coste adicional; o el de Enlighten Energy, cuya tecnología ya ha sido testada en Estados Unidos o en Noruega y permite medir, predecir y optimizar el impacto de la suciedad en las pla-

cas solares, posibilitando que sus clientes reduzcan costes y aumenten la producción energética.

Impulsar las comunidades energéticas (organizaciones que permiten desarrollar en un ámbito local un modelo energético propio) es el objetivo de Senda Green, otra de las compañías que se han acogido al programa de aceleración de Æver en sus primeros meses de vida.

También se ha incorporado a la aceleradora verde SECS, una empresa que lidera la integración de diferentes fuentes de energía a través de su Power Plant Controller (PPC), el cerebro que coordina la operación eficiente de parques híbridos.

Una aproximación diferente al universo de las energías renovables es la que protagoniza Fundeen, que ha logrado que cualquier ciudadano pueda invertir en proyectos energéticos desde tan solo 500 euros.

Inteligencia artificial para la industria

El proyecto Data Sensorium gana la cuarta edición del DESAFÍO industrial convocado por POLO positivo



DATA Sensorium, un proyecto burgalés impulsado por Juan José Gutiérrez y Fernando Lázaro, ha sido el ganador del IV DESAFÍO industrial de POLO positivo, aceleradora industrial impulsada por Aciturri, Fundación Caja de Burgos, Gonvarri, Grupo Antolin, Hiperbaric, Grupo Correa y Grupo Cropu. La

cuarta edición de DESAFÍO industrial se centró en la optimización del mantenimiento industrial mediante inteligencia artificial, con el objetivo de mejorar los procesos predictivos, preventivos y correctivos en plantas industriales.

Data Sensorium propone un enfoque disruptivo basado en IA generativa

y modelos de lenguaje de gran tamaño (LLMs) para transformar la gestión de datos y la toma de decisiones en el mantenimiento industrial.

La plataforma, una herramienta escalable, adaptable a los principales sistemas de gestión industrial y de alto impacto operativo, genera datos que pueden entrenar modelos predictivos con mayor precisión, permitiendo anticiparse a fallos antes de que ocurran y mejorando continuamente el rendimiento gracias a un sistema de retroalimentación constante.

La elección de Data Sensorium refleja la creciente importancia de la IA aplicada al sector industrial, donde la transformación digital no solo optimiza procesos, sino que también permite generar valor económico y sostenible.

DESAFÍO industrial identifica los principales retos del sector industrial y lanza convocatorias para que emprendedores, startups, pymes, estudiantes e investigadores propongan soluciones reales.

El programa no solo ofrece un premio económico de 10.000 euros para el desarrollo de la idea ganadora, sino que brinda acompañamiento experto y acceso directo a los departamentos de innovación de las empresas promotoras.

martes

3

diciembre

9.30 a 11.30 h

Edificio NEXO

neXworking

TU PYME, TU RUTA:

Estrategias que marcan el camino

C/ La Puebla, 1 • 09004 Burgos | Teléfono: (+34) 947 258 113
dinamismoempresarial@cajadeburgos.com

INSCRIPCIÓN GRATUITA EN:

<https://cajadeburgos.com/nexworking>

f @emprendedoresBurgos **X** @emprendeCdB **in** dinamismo empresarial | emprendimiento

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/ Pisuegra, 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

salud



**INTERCLUB
CAJA DE BURGOS**

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

Que el otoño **no te pare**

Los interClubes de la Fundación Caja de Burgos premian la constancia de sus usuarios con sesiones de spa y entrenamientos personales



ESTE otoño, elige cuidarte. Queremos que los usuarios de los interClubes de la Fundación Caja de Burgos mantengan su salud activa durante los meses fríos, evitando el sedentarismo, la apatía o el aislamiento.

Queremos premiar tu constancia y energía. Consigue puntos asistiendo a interClub en otoño, la mejor estación para cuidarte. Para ello, te proponemos que participes y consigas puntos en nuestra Gira Wellness.

¿Cómo funciona? Cada visita entre el 3 y el 16 de noviembre suma puntos, unos puntos que se traducirán en premios como sesiones de Spa y entrenamientos personales.

Haz de interClub tu centro de bienestar, cuida tu cuerpo y comparte con otras personas tu tiempo.

PARTICIPA A LA VEZ QUE TE CUIDAS EN:

1. Sala Fitness
- Clases grupales
- Gimnasio
2. Spa de interClub de Burgos
3. Consultas iniciales gratuitas de servicios sanitarios
4. Talleres de cocina saludable en Aranda de Duero, Burgos y Medina de Pomar
5. Concursos de cocina
6. Brunch saludable (miércoles 12 de noviembre).

ALGUNOS CONSEJOS

Psicología. Deja que el otoño sea un refugio para ti: dedica tiempo a leer, a hacer ejercicio físico o simplemente a reconectar contigo mismo.

Fisioterapia. Dedica cinco minutos cada mañana a realizar una rutina suave de movilidad articular –especialmente de cuello, hombros y espalda baja– para activar tu cuerpo y reducir la rigidez típica de los días fríos. Esta sencilla práctica puede marcar la diferencia en tu energía y bienestar diario.

Logopedia. Bebe agua y líquidos con frecuencia para mantener las mucosas de la garganta húmedas, y protege tu garganta y cuello con bufandas o fulars para protegerte del aire frío y los cambios bruscos de temperatura.

Menú de estación



LA Escuela de Cocina aprovecha en otoño los alimentos de temporada para combinar talleres prácticos con el Servicio de Nutrición de Interclub Caja de Burgos, con el objetivo de difundir los beneficios de los alimentos otoñales, ricos en

vitaminas, minerales y energía. Entre otros ingredientes imprescindibles en otoño, figuran la calabaza, el boniato y las setas; los frutos rojos y las castañas; las uvas, la granada, la manzana y la pera, y las carnes magras y el pescado.

CONSEJOS NUTRICIONALES

- **Prueba cocciones lentas (cremas, sopas...)**, ideales para mantener el calor corporal y aprovechar las propiedades nutritivas de los alimentos.
- **Adapta los horarios**, cenas más tempranas y recetas reconfortantes para los días fríos.
- **El dúo mágico:** cereal + legumbres.
- **Crema de calabaza + jengibre + leche de coco.** El jengibre ayuda a aumentar el calor corporal, es rico en vitamina B y C y es un energético natural. La leche de coco es una buena sustituta de la nata, ya que no tiene grasa ni lactosa y es rica en vitaminas y minerales.

MONOGRÁFICOS

Bocadillos, sándwiches y hamburguesas

- Para adultos

Burgos

Viernes 14 de noviembre.
De 19.30 a 21.30 h

Aranda de Duero

Martes 18 de noviembre.
De 19 a 20 h

Medina de Pomar

Jueves 20 de noviembre.
De 19 a 21 h

- Para niños

Briviesca

Viernes 7 de noviembre.
De 18 a 20 h

Burgos

Viernes 7 de noviembre.
De 17.45 a 19.15 h

Aranda de Duero

Viernes 21 de noviembre.
De 17.30 a 18.30 h

Medina de Pomar

Sábado 22 de noviembre.
De 11 a 12.30 h.

Miranda de Ebro

Miércoles 26 de noviembre.
De 18 a 20 h

Concurso de sándwiches

Se recogerán los bocadillos hasta las 15 h y el jurado decidirá a las 18.30 h

Burgos

Lunes 3 de noviembre

Aranda de Duero

Martes 18 de noviembre.

Medina de Pomar

Sábado 29 de noviembre.
De 11 a 12 h

Especial sopas y cremas

Aranda de Duero

Jueves 27 de noviembre.
19 h

Medina de Pomar

Jueves 27 de noviembre.
De 19 a 21 h

Burgos

Viernes 12 de diciembre.
De 19.30 a 21.30 h

Especial guisos con setas de temporada

Burgos

Martes 2 de diciembre.
De 19.30 a 21.30 h

Aranda de Duero

Jueves 11 de diciembre.
19 h

Medina de Pomar

Jueves 11 de diciembre.
De 19 a 21 h

Cocina navideña

Aranda de Duero

Jueves 18 de diciembre.
De 17.30 a 19 h

Medina de Pomar

Jueves 18 de diciembre.
De 19 a 21 h

Burgos

Viernes 19 de diciembre.
De 19.30 a 21.30 h

CURSOS

PARA ADULTOS

Técnicas básicas de cocina (mensual)

Burgos

Lunes.
De 19.30 a 21.30 h

Aranda de Duero

Martes.
De 19.30 a 21.30 h

Medina de Pomar

Martes.

De 19.30 a 21.30 h

Técnicas intermedias de cocina (mensual)

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

Propuestas para moverse y pensar



Los interClubes han diseñado para este último bimestre del año una serie de actividades pensadas especialmente para los más pequeños, con juegos, talleres y ejercicios divertidos para que puedan moverse y pasarlo bien. Junto a los talleres físicos, figuran

propuestas como el aprendizaje lógico matemático, con el que, a través de acertijos y problemas, los niños y niñas de 6 a 8 años se sumergirán de manera divertida en las matemáticas, o la deboteca, un espacio para realizar las tareas escolares.

Se mantienen en la programación el *scape room* deportivo, y 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, así como los talleres de yoga, teatro y patinaje, entre otros.

ACTIVIDADES FÍSICAS

Psicomotricidad

Aranda de Duero

Miércoles.
De 17 a 18 h

Briviesca

Miércoles.
De 18 a 19 h

Energy Junior (+12)

Aranda de Duero

Martes.
De 16 a 17 h

Briviesca

Martes.
De 18 a 19 h

Medina de Pomar

Lunes y miércoles.
De 17.30 a 18.30 h

Baile moderno juvenil (+12)

Aranda de Duero

Miércoles.
De 16 a 17 h

Ballet

Aranda de Duero

• Ed. Infantil: viernes de 16.30 a 17.20 h

• 1º - 3º EPO: viernes de 17.30 a 18.20 h

• 4º - 6º EPO: viernes de 18.30 a 19.20 h

Dance fit kids

Aranda de Duero

Martes o jueves.
De 18.30 a 19.30 h

Briviesca

Jueves.
De 18 a 19 h

Burgos

Miércoles.
De 17 a 18 h

Medina de Pomar

Jueves.
De 17.30 a 18.30 h

Miranda de Ebro

Martes.
De 17 a 18 h

Patines

Medina de Pomar

Viernes.
De 17.30 a 18.30 h

Yoga fit

Burgos

Martes.
De 17 a 18 h

Dance circuit

Burgos

Lunes.
De 17 a 18 h

MARATÓN DE JUEGOS

Sábados divertidos: *Scape room* deportivo, construcción de juguetes...

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
De 6 a 8 años.

Debeteca

Burgos

Jueves.
De 17.30 a 18.30 h
De 18.30 a 19.30 h

OTRAS ACTIVIDADES

Cuentacuentos en inglés

Aranda de Duero

• 7 de noviembre.
• 19 de diciembre.
De 17.30 a 18.30 h

Medina de Pomar

• 7 de noviembre.
• 19 de diciembre.
De 17.30 a 18.30 h

Teatro infantil

Aranda de Duero

Jueves
De 17.30 a 18.30 h

Costura juvenil

Aranda de Duero

Viernes
De 16 a 17 h

Libres de estrés

El spa urbano del interClub de la capital burgalesa te propone algunas experiencias de relax para empezar el año renovado. Conoce las ofertas de nuestro balneario urbano, combinadas con servicios como el gimnasio, la terapia ocupacional y la fisioterapia, porque no hay mejor regalo que el autocuidado y la recuperación del estrés.



Circuito individual o en pareja spa 60 min.	Piscina a 32º, poza de agua fría, sauna finlandesa, baño turco, terma, ducha escocesa, ducha de aceites, pediluvio	16 € (individual) 24 € (pareja)
Circuito spa + trat. Rehabilitador fisioterapia	Masaje de 30 min + circuito spa 60 min	47 €
Un año de spa + gimnasio	Uso ilimitado de sala de fuerza y musculación, spinning, trx y cardiovascular + tarifa plana spa	280 € 30 € matrícula por nuevo socio

ACTIVIDADES EN LA PROVINCIA

CULTURA

Magia

Burgos

Sábado 3 de diciembre.
10.30 y 12.30 h

Miranda de Ebro

Viernes 2 de enero.
18.30 h

Briviesca

Viernes 2 de enero.
18.30 h

Medina de Pomar

Viernes 26 de diciembre.
18.30 h

Concierto

Medina de Pomar

Sábado 29 de noviembre.
De 19 a 21 h

MEDIO AMBIENTE

Charla sobre eficiencia energética en el hogar

Imparte: Hogares Verdes.

Briviesca

Miércoles 3 diciembre.
De 18 a 19.30 h

Charla sobre adicciones a las compras

Con motivo del Día Mundial contra el Consumismo (28 de noviembre).

Briviesca

Lunes 24 de noviembre.
De 19 a 20 h

Burgos

Martes 25 de noviembre.
De 19 a 20 h

Miranda de Ebro

Viernes 28 de noviembre.
De 19 a 20 h

Aranda de Duero

Miércoles 3 de diciembre.
De 19 a 20 h

Medina de Pomar

Viernes 5 de diciembre.
De 19 a 20 h

Intercambiador de libros (BookCrossing)

Durante noviembre y diciembre en todos los interClubes.

Taller juvenil de reciclaje de ropa. Upcycling

Aranda de Duero
Viernes 19 de noviembre.
De 16 a 17.30 h

Taller infantil de adornos navideños reciclados

Aranda de Duero

Viernes 5 de diciembre.
De 17.30 a 18.30 h

Briviesca

Viernes 28 de noviembre.
De 18 a 20 h

Miranda de Ebro

Viernes 12 de diciembre.
De 18 a 19 h

Medina de Pomar

Sábado 13 de diciembre.
De 11.30 a 12.30 h

SOLIDARIDAD

25 de noviembre: Día Internacional de la Eliminación de la Violencia Contra la Mujer

• Especial defensa personal para mujeres

Miranda de Ebro

Miércoles 26 de noviembre.
De 17.30 a 19.30 h

Burgos

Jueves 27 de noviembre.
De 19 a 20.30 h

Briviesca

Viernes 28 de noviembre.
De 18.30 a 20.30 h

Aranda de Duero

Sábado 29 de noviembre.
De 9.30 a 11 h

Medina de Pomar

Sábado 29 de noviembre.
De 10 a 11.30 h

• Charla: Prevención de la violencia de género

Imparte: Unidad de Participación Ciudadana de la Policía Nacional

Aranda de Duero

Martes 25 de noviembre.
19 h

Miranda de Ebro

Martes 25 de noviembre.
19 h

Medina de Pomar

Miércoles 26 de noviembre.
19 h

Inteligencia artificial para mentes curiosas

RECREA +60 te invita a conocer una herramienta indispensable que está cambiando la forma en que interactuamos con la tecnología. Sumérgete en el mundo de la Inteligencia Artificial y sus aplicaciones en la vida cotidiana. Se explorarán herramientas para la generación de imágenes, vídeos, audios, presentaciones y contenido interactivos, así como los aspectos legales y éticos del uso de la IA.



Aprende a utilizar la Inteligencia Artificial – ChatGPT

Del 26 de noviembre al 5 de diciembre.
4 sesiones.
Miércoles y viernes de 10 a 12 h. (salvo la última sesión que será hasta las 11.30 h).

Creación y edición de contenidos audiovisuales con Inteligencia Artificial

Del 10 al 19 de diciembre (4 sesiones).
Miércoles y viernes de 10 a 12 h. (salvo la última sesión que será hasta las 11.30 h).

Gratuito. Inscripción previa.

Plazas limitadas.

Formaciones gratuitas financiadas por la Junta de Castilla y León "CyL Digital".



RECREA EN DIGITAL

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

CONOCE EL FUNCIONAMIENTO DE TU TABLET

Aprende a manejar tu tablet: iníciate

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

APRENDE LOS RECURSOS DE TU MÓVIL SMARTPHONE

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).

APRENDE A USAR EL ORDENADOR

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

Noviembre y diciembre.
Lunes y miércoles a las 11 h
Miércoles y viernes a las 12 h
Precio mensual: 39 € (socios) / 56 € (no socios).

Neurodanza creativa



UNA propuesta creativa que une movimiento, ritmo y danza con ejercicios que estimulan la mente, la memoria y la concentración.

Ideal para personas adultas y mayores que quieren mantenerse activas física y mentalmente, de forma divertida y accesible.

Neurodanza creativa

Noviembre y diciembre.

Martes. 11.45 h

Precio mensual: 29 € (socios) / 41 € (no socios).

Clase de prueba gratuita: martes 28 de octubre a las 9.30 h

Baila +60

Noviembre y diciembre.

Jueves. 11.45 h

Precio mensual: 29 € (socios) / 41 € (no socios).

Clase de prueba gratuita: miércoles 29 de octubre a las 9.30 h

Bailes circulares

Noviembre y diciembre.

Lunes. 13 h

Precio mensual: 29 € (socios) / 41 € (no socios).

Actívate +60

Noviembre y diciembre.

Viernes. 12 h

Precio mensual: 29 € (socios) / 41 € (no socios).

Cocina creativa +60

18 de noviembre.

Martes de 19.30 a 21.30 h

Precio mensual: 35 € (socios) / 39 € (no socios, especial +60).



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.

• 5 de noviembre:

Patch Adams (Tom Shadyac, 1998, 120 min).
Presentación a cargo de Payasos de Hospital.

• 12 de noviembre:

Joker (Todd Phillips, 2019, 121 min).

• 19 de noviembre:

Siempre Alice (Richard Glatzer, Wash Westmoreland, 2014, 101 min).

• 26 de noviembre:

Toc Toc (Vicente Villanueva, 2017, 96 min).

• 3 de diciembre:

Take Shelter (Jeff Nichols, 2011, 121 min).

• 10 de diciembre:

El príncipe de las mareas (Barbra Streisand, 1991, 132 min).

• 17 de diciembre:

Melancolía (Lars von Trier, 2011, 136 min).

Los erizos leen

Espacio para el desarrollo personal fundamentado en la lectura, comentario y aplicación de textos inspiradores.

Jueves. 19.30 h

• 27 de noviembre.

• 11 de diciembre.

Entrada libre hasta completar aforo.

Relajación con cuencos tibetanos

Viernes. De 19 a 20.30 h

• 21 de noviembre.

• 12 de diciembre.

Precio +60: 5 € (anticipada) / 8 € (inscripción el día de la actividad).



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

• 18 de noviembre.

• 16 de diciembre.

Gratuito (se requiere inscripción previa llamando al 947 25 65 50).

Visita los almacenes del CAB

Conoce la arquitectura del CAB desde dentro.

Martes de 17.30 a 19 h

• 9 de diciembre.

Gratuito (se requiere inscripción previa llamando al 947 25 65 50).



RECREA AUTOGESTIÓN

Lugar: Foro Solidario

C/ Anna Huntington, 3 - 947 481 746

recrea@cajadedeburgos.com

Conoce tus derechos: lo que debes saber después de los 60

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?

Aprende a cuidar tu economía con el Banco de España



UN programa del Banco de España que pretende introducir contenidos básicos sobre finanzas y fomentar hábitos económicos saludables entre las personas mayores.

Educación financiera y seguridad económica

Miércoles. 11 h

- 19 de noviembre: Cómo funciona el sistema financiero y qué hace el Banco de España.
- Gratuito. Inscripción previa.

- 9 de diciembre: Derecho a la Salud y Atención Médica: ¿Qué es el consentimiento informado? Carta del Derecho del Paciente en Castilla y León.
- Entrada libre hasta completar aforo.

Educación financiera para mayores

Imparte: Víctor Atapuerca (Arquia Banca).

Martes. 19 h

- 11 de noviembre: Cuentas básicas, tarjetas de crédito/débito, comisiones.
 - 16 de diciembre: Planes de pensiones y ahorro, rentas vitalicias; características y recomendaciones.
- Entrada libre hasta completar aforo.



RECREA CON AMBIENTE

Lugar: Aula de Medio Ambiente

Gta. Ismael García Rámila, 4 - 947 278 672

aulabuma@cajadedeburgos.com

Jornadas de identificación de setas

Asociación Micológica Gatuña.

27 de octubre y 3, 10 y 17 de noviembre.

Lunes. 19 h

Gratuito. Acceso preferente para mayores de 60 años.

Ambiente de pájaros

Entorno de Fuentes Blancas y Villalonguéjar.

19 de de noviembre y 10 de diciembre.

Miércoles. De 10 a 13 h

Precio: 6 €

Excursión: Museo de la Fauna Salvaje y Museo de la Siderurgia y Minería de Castilla y León

Miércoles 12 de noviembre

Salida: 8 h (Coliseum Burgos).

Regreso: 20 h

Precio: 55 € (incluye autobús y entrada a ambos museos). Comida: 20 €

Taller de adornos navideños

Martes 16 de diciembre.

De 10.30 a 13.30 h

Precio: 16 €

Taller de micología

Imparte: Asociación Micológica Gatuña.

Jueves 27 de noviembre.

De 18 a 20 h

Precio: 10 €



RECREA CONVIVENCIAL

Lugar: Foro Solidario

C/ Anna Huntington, 3 - 947 481 746

recrea@cajadedeburgos.com

ACTIVIDADES

Taller de guitarra española

Martes de 10 a 11.30 h

Taller de canto coral

Martes de 11.30 a 13 h

Hasta el 26 de mayo.

Precio mensual: 28 €

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

A favor de Asociación Parkinson Burgos y

Asociación de familiares de enfermos de

Alzheimer Burgos (AFABUR).

Cultural Caja de Burgos (Avda. Cantabria, 3).

Lunes 22 de diciembre. 19.30 h

Entrada general: 5€.

Entrada Fila 0: 6€ (aportación para la entidad beneficiaria sin derecho de acceso al concierto).

La Edad del Bienestar: Cómo cuidarnos después de los 60

Imparte: Pilar San Martín Ibáñez, especialista en medicina familiar y comunitaria.

Jueves 6 de noviembre. 19 h

Entrada libre hasta completar aforo.

Café con voz: "Antes no se hablaba de esto"

Martes 25 de noviembre. 18 h

Precio: 1 €

Creando con el alma



UNA experiencia creativa en la que la expresión plástica no es el objetivo final, sino el medio para estimular la memoria, fomentar la expresión personal y fortalecer los víncu-

los entre los participantes. La actividad no exige habilidades previas; se prioriza la libertad de expresión, el valor simbólico de la creación y el proceso personal de cada participante.

Arteterapia para conectar, recordar y expresar

Martes 18 de noviembre.

De 17 a 19 h

Gratuito. Se requiere inscripción previa.

Curso: del 13 de enero al 24 de marzo (10 sesiones).

Precio: 50 €

Burgos, la ciudad desconocida

• Los orígenes desconocidos de Burgos

Imparte: Eloy L. Zamanillo, investigador y doctorado de la Universidad de Burgos.

Lunes 17 de noviembre. 19 h

Gratuito. Inscripción previa.

Recréate en la Historia

• Huella Real: La Monarquía en los pueblos de Burgos | Lerma y Felipe III

Imparte: Tania Araguzo, educadora de Recrea +60.

Lunes 15 de diciembre. 19 h

Gratuito. Inscripción previa.

Ajedrez: jaque al olvido

Hasta el 16 de diciembre. Martes de 18 a 19.30 h

Precio mensual: 25 €

Nuevo curso: del 13 de enero al 24 de marzo (10 sesiones). Precio: 55 €

Entre charlas y puntadas:

Cosemos en compañía

Hasta el 18 de diciembre. Jueves de 17 a 19.30 h

Precio: 25 €

Nuevo curso: del 15 de enero al 19 de marzo (10 sesiones). Precio: 50 €

Activa-Mente

Imparte: Viktorya Hakobyan

Hasta el 17 de diciembre (mañanas) y 18 de diciembre (tardes).

Mañanas: lunes y miércoles de 11.30 a 12.30 h

Tardes: lunes y jueves de 17 a 18 h

Precio mensual: 25 €

Nuevo curso: del 12 de enero al 23 de marzo (20 h). Precio: 60 €

VISITAS

Conoce nuestra Fundación

• Centro de Dinamismo Empresarial y sede central de la Fundación Caja de Burgos

Miércoles 5 de noviembre. 12 h

Salida: 11.30 h (Foro Solidario).

Gratuito. Inscripción previa.

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

Martes 11 de noviembre. 12 h

Salida: 11.30 (Foro Solidario).

Gratuito (plazas limitadas).

INVIERNO DE MUSEOS

Museo de Burgos. "Bellamente aterrados. Un siglo de Luis Sáez (1925-2025)"

Cuarenta obras que muestran la evolución artística y los distintos estilos que cultivó el artista burgalés.

Martes 25 de noviembre. 11 h

Salida: 10.15 h (Foro Solidario).

Gratuito. Plazas limitadas.

Museo de la Evolución Humana (Burgos)

Una espectacular muestra de los hallazgos de la Sierra de Atapuerca, Patrimonio de la Humanidad.

Martes 20 de enero. 11 h

Salida: 10.30 h (Foro Solidario).

Precio: 5 €

BURGOS: HISTORIA EN PIEDRA

Palacio de Castilfalé – Ruta teatralizada

Un paseo para descubrir el encanto del Renacimiento burgalés.

Martes 16 de diciembre. 12 h

Salida: 11.30 h (Foro Solidario).

Precio: 5 €

EXCURSIONES

- 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.

LUGARES CON ENCANTO

Laguardia y Labastida (Rioja Alavesa)

Dos pueblos medievales rodeados de viñedos.

Un recorrido que combina historia, arquitectura y enología.

Jueves 6 de noviembre.

Salida: 8 h (Coliseum Burgos).

Precio: 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: 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.

Jueves 4 de diciembre.

Salida: 8 h (Coliseum Burgos).

Precio hasta el 19 de noviembre: 55 € (75 € con comida incluida).

Después: 60 € (80 € con comida incluida).

Santa María de la Huerta y Medinaceli (Soria)

Dos lugares emblemáticos del patrimonio soriano: el monasterio cisterciense de Santa María de la Huerta y el casco histórico de Medinaceli.

Jueves 5 de febrero.

Salida: 8 h (Coliseum Burgos).

Precio hasta el 22 de enero: 55 € (75 € con comida incluida).

Después: 60 € (80 € con comida incluida).

Gracias por estar



QUEREMOS agradecer la confianza que nos has regalado durante todos estos años con una jornada muy especial. Empezaremos con una visita a la abadía románica de San Quirce y proseguiremos en el

Palacio de Saldañuela, en cuyo patio central compartiremos una comida entre amigos. Para terminar, la tarde se llenará de música y baile, un broche mágico para un día que quedará en la memoria de todos.

Un día para disfrutar entre historia, música y buena compañía

Jueves 27 de noviembre.

Salida: 11.30 h (Coliseum Burgos).

Regreso: 19 h aprox. (Palacio de Saldañuela).

Precio: 85 €

¡ESTO ES VIDA!

FITUR (Madrid)

Feria anual sobre el turismo mundial que se celebra en Ifema.

Sábado 24 de enero.

Salida: 8 h (Coliseum Burgos).

Precio hasta el 10 de enero: 55 €

Después: 60 €

Circo del Sol (Madrid)

Vive una experiencia única con la visita al espectáculo OVO del Cirque du Soleil.

Jueves 19 de marzo.

Salida: 15 h (Coliseum Burgos).

Espectáculo: 20 h

Precio: 105 € (no incluye comida/cena).

ruta de las catedrales

Valladolid

Jueves 29 de enero.

Salida: 8 h (Coliseum Burgos).

Precio hasta el 15 de enero: 55 € (75 € con comida incluida).

Después: 60 € (80 € con comida incluida).

MONUMENTOS CON HISTORIA Campos del Renacimiento (Palencia)

Becerril de Campos, Paredes de Nava, Cisneros y Fuentes de Nava.

Jueves 26 de febrero.

Salida: 8 h (Coliseum Burgos).

Precio hasta el 12 de febrero: 55 € (75 € con comida incluida).

Después: 60 € (80 € con comida incluida).

BIENVENIDOS A PALACIO El Pardo (Madrid)

Enclave histórico y natural rodeado de bosques y jardines.

Miércoles 18 de febrero.

Salida: 8 h (Coliseum Burgos).

Precio hasta el 5 de febrero: 55 € (75 € con comida incluida).

Después: 60 € (80 € con comida incluida).

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

solidaridad



Acercarse a los hijos

El Foro Solidario acoge un taller de disciplina positiva y el Círculo de Seguridad Parental, dos programas para mejorar los vínculos con la infancia

El programa de formación para familias que se desarrolla en el Foro Solidario incluye en el último bimestre del año un programa de escuela de familias basada en la disciplina positiva, 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.

La disciplina positiva es una corriente educativa que defiende que la clave de la educación no reside en el castigo, sino en el respeto entre personas. A través de esta teoría se enseña a padres y profesores a ser respetuosos, amables y firmes de forma simultánea, con el objetivo de que los niños aprendan desde temprana edad a cooperar y ser disciplinados, sin que por ello tengan que perder su propia dignidad.

El desempeño de la educación positiva va orientado a que los adultos desarrollen el sentido de pertenencia de niños y niñas, pues su función principal no es la corrección a través de la educación, sino de la conexión. Esta consiste en establecer en los pequeños un vínculo con los distintos tipos de entorno en los que se desenvuelven, como la familia o la escuela, donde mejorará su comportamiento al sentirse parte de la comunidad.

Fortalecer vínculos. Este taller se complementa, a partir de enero, con el Círculo de Seguridad Parental, un



Disciplina positiva **Imparte: Arantxa Arroyo.**

Del 6 de noviembre al 4 de diciembre.

Jueves de 18 a 20 h

Precio: 105 € (individual) /

145 € (pareja).

Círculo de Seguridad Parental **Imparte: Carolina Gutiérrez.**

Del 12 de enero al 9 de marzo.

Lunes de 18 a 20 h

Inscripciones hasta el 7 de enero.

Precio: 210 € (50% de descuento para el segundo miembro de la misma unidad familiar).

programa internacional, basado en décadas de investigación sobre el apego, que nos ayuda a fortalecer el vínculo con hijos e hijas.

A veces como madres y padres sentimos que no sabemos qué necesita realmente nuestro hijo o hija. Este taller nos invita a parar, reflexionar y descubrir juntos cómo comprender mejor sus señales y acompañarlos de manera más segura.

Las sesiones son guiadas por una facilitadora certificada, con apoyo de materiales audiovisuales, ejemplos reales y espacios de diálogo. El objetivo no es ser madres o padres "perfectos", sino lograr una crianza

lo suficientemente segura que dé confianza y bienestar a nuestros hijos e hijas... y también a nosotros mismos.

El Círculo de Seguridad Parental se basa en la teoría del apego, según la cual el movimiento en las relaciones entre padres e hijos desde sus primeros meses es parte esencial de su desarrollo evolutivo y su estructura de personalidad. Dicho movimiento permite explicar la naturaleza del vínculo emocional que, desde el nacimiento, se establece entre el niño y sus cuidadores, así como por qué las relaciones afectivas son tan importantes en nuestra experiencia como adultos.



Para crecer **sin complejos**

DENTRO de su programa formativo para familias y docentes, el Foro Solidario acoge el viernes 30 de enero un taller que pretende enseñar a estimular la autoestima infantil como una herramienta fundamental para ayudar a niños y niñas a que sean autosuficientes y puedan tomar sus propias decisiones en todas las situaciones y problemas que deberán afrontar a lo largo de su vida.

El origen de desafíos en los entornos de convivencia con

población infantil puede ser una baja autoestima. Es por este motivo que hay que llevar a cabo actuaciones concretas que mejoren la confianza en sí mismos, dándoles la oportunidad de creer en sus habilidades y capacidades, lo que les permite tomar riesgos y enfrentar desafíos con más facilidad.

Construir hacia una buena autoestima supone aprender a

valorarse y a respetarse a sí mismos, lo que les ayuda a respetar a los

demás. También genera una capacidad de establecer límites saludables en sus relaciones con los demás. Estas habilidades se

pueden conformar entrenando y modelando por parte de las personas adultas que comparten espacios con la infancia.

Cómo fomentar la autoestima infantil

Imparte: Arantxa Arroyo.

Viernes 30 de enero.

De 17 a 21 h

Precio: 40 €

INFANCIA CON VALORES

Coeducación: ¡por la igualdad!

Para niños y niñas de 6 a 11 años.

Este taller acerca a los conceptos de estereotipos de género, desigualdad y corresponsabilidad en el hogar, además de concienciar

a los y las participantes en el uso de lenguaje no sexista, en la erradicación de la violencia de género y, en definitiva, de la necesidad de alcanzar una igualdad real entre hombres y mujeres.

Viernes 28 de noviembre.

De 18 a 19.30 h

Precio: 3 €

EN FAMILIA

Familiumina: juegos de luz y color en familia

Para niños y niñas de 3 a 6 años acompañados de algún familiar.

Actividad familiar en la que niños y niñas aprenden y se divierten a través una dinámica manipulativa y experiencial, acompañados de una persona de su familia

(madre, padre, abuelo, abuela, tío, tía...).

El taller persigue potenciar el desarrollo de actividades familiares y fomentar la observación, la exploración libre y la estimulación sensorial.

Viernes 5 de diciembre.

De 18 a 19 h

Precio 2 € / participante.

Nuevas oportunidades

El programa Innova Social ofrece un curso sobre la aplicación de la inteligencia artificial en la planificación, ejecución y evaluación de proyectos en el Tercer Sector



El programa Innova Social, impulsado por Fundación Caja de Burgos y Fundación “la Caixa” como un entorno de aprendizaje colectivo para profesionales de las entidades del Tercer Sector de Burgos y provincia, desarrolla entre los meses de noviembre y febrero el curso online “Inteligencia Artificial para la gestión del ciclo de proyectos”.

Dentro de su oferta especializada para desarrollar el talento y aprovechar la inteligencia colectiva de las organizaciones burgalesas propiciando el trabajo en red, Innova Social pone el foco en las nuevas oportunidades que está abriendo la Inteligencia Artificial (IA) para las entidades del Tercer Sector, entre las cuales la gestión del ciclo de proyectos no es una excepción. Esta acción formativa se centra en aplicar la IA a uno de los ámbitos estratégicos que determinan la eficacia y sostenibilidad de las organizaciones sociales: la

planificación, ejecución y evaluación de sus proyectos.

La experiencia acumulada demuestra que la IA puede transformar la forma en que gestionamos iniciativas, aportando mayor eficiencia en el uso del tiempo y los recursos, una toma de decisiones más informada y segura, y

Este curso representa una inversión estratégica en la profesionalización de las entidades sociales

la automatización de tareas rutinarias que históricamente han consumido gran parte de la energía de los equipos. Todo ello libera espacio para que las personas se concentren en lo esencial: diseñar y llevar adelante proyectos con verdadero impacto social.

En este curso se trabajará de manera práctica cómo incorporar

herramientas accesibles de inteligencia artificial en las distintas fases del ciclo de proyectos, desde la formulación hasta el seguimiento y la evaluación, siempre bajo un enfoque ético, consciente y adaptado a la realidad del Tercer Sector. La IA se convierte así en un aliado que permite multiplicar el alcance de las entidades, reducir errores y fortalecer su capacidad de respuesta frente a un entorno cambiante y exigente.

Este curso representa una inversión estratégica en la profesionalización de las entidades sociales, dotándolas de competencias para innovar en la gestión de proyectos y superar la brecha tecnológica que aún persiste en el sector. Participar en esta formación es apostar por un futuro en el que la tecnología esté al servicio de las personas y refuerce la misión transformadora que define al Tercer Sector.

Autoestima en movimiento

INNOVA Social incluye también el curso “Crea-acción: Identidad, autoestima y movimiento”, una formación teórico-vivencial diseñada para profesionales y personas vinculadas al ámbito social que buscan integrar nuevos movimientos para potenciar su bienestar y desempeño profesional a través del Sistema Biodanza y los Círculos de Cultura. Las neurociencias señalan el cuerpo y el aprendizaje vivencial como una de las maneras más eficaces de adquisición de nuevos patrones por la efectividad de su integración y por la creación de nuevas conexiones neuronales.



PRESENCIAL			
ACCIÓN FORMATIVA	DOCENTE	FECHAS	HORARIOS
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
Crea-acción: Identidad, autoestima y movimiento	Carmen Cuartango	Del 13 de enero al 24 de marzo	Martes de 17.30 a 20.30 h
Reuniones internacionales – ODS II	Noemí Ruth García	Del 13 de enero al 24 de marzo	Martes de 19 a 21 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 a 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

AULA VIRTUAL: * Al ser un curso online, será requisito obligatorio e imprescindible conectarse a las sesiones con cámara y mantener una participación activa para que la asistencia al curso sea contabilizada.

Motor de futuro

La Fundación Caja de Burgos y la Universidad burgalesa organizan en el Foro Solidario una jornada sobre economía circular

El Foro Solidario acoge el martes 11 de noviembre, de 17.30 a 19.30 h, la jornada “La economía circular como motor de la innovación social”, organizada por la Universidad de Burgos y la Fundación Caja de Burgos en el marco del proyecto europeo RUN-EU.

Esta jornada forma parte de una serie de eventos coordinados en toda Europa que se celebran de forma simultánea en las diez instituciones que conforman la alianza RUN-EU (Regional University Network – European University).

Bajo el lema común de fomentar la innovación con impacto local, cada institución de RUN-EU ha elegido un enfoque específico adaptado a las necesidades y desafíos de su comunidad. En el caso de Burgos el eje temático elegido ha sido la economía circular como motor de cambio social y medioambiental, una línea estratégica



clave para el desarrollo sostenible de la región.

La jornada comenzará con una presentación breve del proyecto RUN-EU y del Máster en Economía Circular de la Universidad de Burgos, seguido de una mesa redonda con ponentes procedentes del mundo empresarial, el Tercer Sector y el ámbito académico, quienes compartirán experiencias reales de innovación social vinculadas a modelos circulares.

El acto contará con la participación de Alessandro Zuottolo,

miembro del equipo RUN-EU en la Universidad de Burgos; Óscar Foronda, coordinador académico del Máster en Economía Circular, y Marta Sanz, experta en sostenibilidad y economía circular, fundadora del proyecto Resiliando. En la mesa redonda intervendrán Goretti Mahamud (Fundación Lesmes), Laura Ortega Manrique (Oficina de Economía Circular del Polígono de Villalonquén) y David Blanco Alcántara (Universidad de Burgos).

Inscripciones en el Foro Solidario

FORMACIÓN

Diploma de Experto/a Universitario/a en Enfoque de Género

Dirige: María Isabel Menéndez Menéndez.
El presente título de Experto/a en Enfoque de Género, de carácter teórico-práctico, tiene como objetivo general ofrecer una formación que capacite a las personas egresadas para desarrollar

su trabajo en políticas de igualdad y/o prevención de la violencia contra las mujeres.

Matrícula: 650 €
Inicio: febrero de 2026.
Información, preinscripción y matrícula a través de la web del título: <https://www.ubu.es/expertoa-universitariaen-enfoque-de-generosemipresencial>

DESARROLLO PERSONAL

Club de lectura: los erizos leen

Espacio para el desarrollo personal fundamentado en la lectura, comentario y aplicación de textos inspiradores.

Jueves. 19 h
27 de noviembre.
11 de diciembre.
Entrada libre hasta completar aforo.

El título del libro se acordará en la sesión y se publicará en la web www.cajadeburgos.com

Club de lectura “Gabo vive”

En colaboración con la entidad “Yo soy Colombia”.

• “Remitente Ulises”, de Valeria Díaz Amador.
Lunes 10 de noviembre.
19 h. Entrada libre hasta completar aforo.

Relajación con cuencos tibetanos

Imparte: José Ignacio Villahoz.

Viernes. 19 h
21 de noviembre.
12 de diciembre.

Precio por sesión: 6 € (anticipada) / 5 € (+60) / 8 € (inscripción el día de la actividad).

ARTE CON VALOR

Foro Solidario. Entrada: 6 € (espectáculo del 14 de noviembre) y 5 € (espectáculo del 22 de diciembre).

Entradas Fila 0: 6 € (aportación para la entidad beneficiaria sin derecho de acceso al concierto). Venta de entradas en: TeleEntradas Caja de Burgos, taquillas de Cultural Cordón, Centro de Arte Caja de Burgos CAB, punto de información del Foro Solidario Caja de Burgos y organizaciones participantes. La recaudación íntegra de cada actividad se destinará a las organizaciones indicadas.

Promueven: Fundación Caja de Burgos y Fundación "la Caixa". Coordina: Jorge Jiménez Quirce.

► 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 familiares enfermos de Alzheimer Burgos (AFABUR).

Armonía humana

ARTE con Valor, el ciclo de conciertos y espectáculos altruistas, acerca en noviembre al Foro Solidario al 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, dedicada a visibilizar y rendir homenaje a las personas con Parkinson y Alzheimer, recordando que el arte también es una forma de cuidar y acompañar.



**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@cajadedeburgos.com

De lunes a viernes de 12 a 14 y de 18 a 20 h. Entrada libre.

EXPOSICIONES

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

► En colaboración con la ONG Persona Solidaridad.

Hasta el 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.



Tiempo para vivir

► IDEARTE. 13ª Edición:

En colaboración con la Asociación de Alcohólicos Rehabilitados de Burgos (ARBU).

Del 14 de noviembre al 19 de diciembre.

De lunes a viernes de 10 a 14 y de 17 a 20 h
Entrada libre.

LA exposición anual de ARBU es una muestra del trabajo realizado por los usuarios del centro de día dentro del taller ocupacional, uno de los pilares de su programa de rehabilitación.

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/

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.

Exposición de pintura

Álvaro Da Silva

DA Silva es un reconocido médico gerontólogo que ha encontrado en la pintura una de sus grandes pasiones. Ha realizado numerosas exposiciones en solitario y con la

Asociación Entredessiguales, tanto en Burgos como en la capital madrileña. Su obra ha sido reconocida con menciones en diversos certámenes como el V Salón de Primavera de Pintura Realista de Madrid, el Premio Nacional de Pintura Juan Francés Feria o del XLII Premio Gredos de Pintura.

Del 5 de noviembre al 8 de diciembre
Visitas de 10 a 14 y de 16 a 19 h



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

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



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. 116 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'.



DÍAS SIN COLE

Para nacidos entre 2014 y 2021

NAVIDAD

ARTE

Navidades en el CAB

TALLERES de expresión plástica, donde los más pequeños podrán conocer nuevos amigos y descubrir nuevas formas de experimentar con el arte y los materiales, en un contexto enriquecedor y diferente: el CAB.

Aprenderemos visitando las exposiciones del centro y descubriendo diferentes obras. Conocer el trabajo de los artistas mediante actividades y trabajos sorprendentes será uno de nuestros objetivos.

Un aprendizaje significativo a través del arte, de manera distendida y divertida.

CAB

- Turno 1: 22 y 23 de diciembre
- Turno 2: 29 y 30 de diciembre
- Turno 3: 7 de enero

De 9 a 14 h | Madrugadores: de 8 a 9 h
Continuadores: de 14 a 15 h
Precios: Turno 1: 32 €; Turno 2: 32 €;
Turno 3: 16 € | Incluye madrugadores y continuadores



SOLIDARIDAD

Una Navidad llena de solidaridad

Los niños y niñas podrán disfrutar de unas mañanas llenas de diversión, aprendizaje y convivencia. A través de juegos, talleres creativos y actividades guiadas, compartiremos valores como la solidaridad, la ayuda mutua y la amistad.

Una propuesta diferente para vivir la Navidad de manera educativa, entretenida y con mucho corazón.

FORO SOLIDARIO

- Turno 1: 22 y 23 de diciembre
- Turno 2: 26 de diciembre
- Turno 3: 29 y 30 de diciembre
- Turno 4: 2 de enero
- Turno 5: 5 de enero
- Turno 6: 7 de enero

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



DÍAS SIN COLE

NAVIDAD

Para nacidos entre 2014 y 2021

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

El año de la serpiente

► 22 y 23 de diciembre

Viaje al corazón del bosque

► 29 y 30 de diciembre

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

Talleres navideños Eco - navidad: Imagina, recicla y crea

► Días: 26 de diciembre y 2, 5 y 7 de enero

De 11 a 13 h
Precio día: 6 €

PALENCIA

Aulártida

► Turno 1: 22, 23 y 26 de diciembre
► Turno 2: 29 y 30 de diciembre y 2 de enero

Los pingüinos I legan en moto

► 5 y 7 de enero

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

VALLADOLID

Navidad sostenible

► 22 y 23 de diciembre

Hibernar en la ciudad

► 26 de diciembre

Nieve, hielo y cambio climático

► 29 y 30 de diciembre

El cielo de invierno

► 2 de enero

Me lo pido todo

► 5 de enero

¿Lo necesito?

► 7 de enero

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

SALUD Y BIENESTAR

Campamentos urbanos

Este programa permite que los más pequeños celebren las fiestas de una manera diferente. A través de manualidades, juegos, cocina y actividad física aprenderán hábitos saludables para su día a día y se divertirán en esta época del año tan especial.

INTERCLUBES

► Días: 22, 23, 24, 26, 29, 30 y 31 de diciembre y 2, 5 y 7 de enero
► Briviesca no ofrece actividad los días 24 y 31 de diciembre.

BURGOS

De 9 a 15 h | Precio día: 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 día: 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 día: 12 € (socios) / 16 € (no socios)
Incluye madrugadores y continuadores

MEDINA DE POMAR

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

MIRANDA DE EBRO

De 10 a 14 h | Madrugadores: de 9 a 10 h
Continuadores: de 14 a 15 h |
Precio día: 12 € (socios) / 16 € (no socios)
Incluye madrugadores y continuadores



BURGOS

NOVIEMBRE

D 2	El niño que domó el viento	Cine	P.61
	Residencia Cordia. 17 h		
L 3	La aventura del saber: hongos y setas	Documental	P.38
	Aula de Medio Ambiente. 18.30 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.10
	Cultural Cordón. 19.30 h		
	Juliette en primavera	Cine	P.25
	Cultural Caja de Burgos. 20.15 h		
D 9	Mi primer festival de cine (2-4 años)	Cine	P.10
	Cultural Cordón. 12.30 h		
L 10	Hongos	Documental	P.38
	Aula de Medio Ambiente. 18.30 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		
	Breve historia de una familia	Cine	P.25
	Cultural Caja de Burgos. 20.15 h		
V 14	Yesca	Música	P.59
	Foro Solidario. 19.30 h		
D 16	Mi primer festival de cine (4-7 años)	Cine	P.10
	Cultural Cordón. 12.30 h		
	Van Gogh, a las puertas de la eternidad	Cine	P.29
	Residencia Cordia. 17 h		

L 17	Ana Carretero: La comunicación hoy	Conferencia	P.60
	Residencia Cordia. 18 h		
L 3	El suelo, un ecosistema vital	Documental	P.38
	Aula de Medio Ambiente. 18.30 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		
	Black Dog	Cine	P.25
	Cultural Caja de Burgos. 20.15 h		
V 21	Hasta el final de la fiesta	Teatro	P.8
	Cultural Caja de Burgos. 19.30 h		
S 22	Mi primer festival de cine (7-10 años)	Cine	P.10
	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	Crece y relacionarse en redes sin riesgo	Conferencia	P.27
	Edificio Nexo. 19 h		
	El águila real 1	Documental	P.40
	Aula de Medio Ambiente. 19 h		
	A la deriva	Cine	P.25
	Cultural Caja de Burgos. 20.15 h		
V 28	Sole Giménez y Juan Valderrama: Algo contigo	Música	P.5
	Fórum Evolución. 19.30 h		
S 29	Mi primer festival de cine (10-12 años)	Cine	P.10
	Cultural Cordón. 12.30 h		
D 30	La joven de la perla	Cine	P.29
	Residencia Cordia. 17 h		

DICIEMBRE

M	2	La salud mental de los deportistas	Diálogos con expertos	P.27
		Cultural Cordón. 19.30 h		
X	3	Take Shelter	Cine	P.29
		Foro Solidario. 19 h		
		Mosaico de estilos	Danza	P.7
		Cultural Caja de Burgos. 19.30 h		
J	4	Antes de nós	Cine	P.25
		Cultural Caja de Burgos. 20.15 h		
D	7	La Bohème	Ópera	P.7
		Teatro Principal. 19.30 h		
L	8	La Bohème	Ópera	P.7
		Teatro Principal. 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		
J	11	Münter y el amor de Kandinsky	Cine	P.25
		Cultural Caja de Burgos. 20.15 h		
D	14	Up	Cine	P.61
		Residencia Cordia. 17 h		
		El efecto	Teatro	P.8
		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		
J	18	El águila real 2	Documental	P.40
		Aula de Medio Ambiente. 19 h		
		La gran ambición	Cine	P.25
		Cultural Caja de Burgos. 20.15 h		

S	20	Gonza Martini: Magia en mis zapatos	Magia	P.12
		CAB. 12.30, 18 y 19.30 h		
D	21	Gonza Martini: Magia en mis zapatos	Magia	P.12
		CAB. 12.30 h		
		La guerra de las corrientes	Cine	P.61
		Residencia Cordia. 17 h		
		Valeria Castro: El cuerpo después de todo	Música	P.6
		Fórum Evolución. 19.30 h		
L	22	Cantamos por ellos	Música	P.59
		Foro Solidario. 19.30 h		
M	23	O mago Paco: Patapatun tun tun	Magia	P.12
		Aula de Medio Ambiente. 11, 13, 17 y 19.30 h		
V	26	Gala Internacional de Magia	Magia	P.14
		Fórum Evolución. 18 h y 21 h		
S	27	Gala Internacional de Magia	Magia	P.14
		Fórum Evolución. 18 h		
L	29	Pablo Costas: El rey de trébol	Magia	P.12
		Foro Solidario. 12.30, 18 y 19.30 h		

ENERO

V	2	Edu el mago	Magia	P.13
		Cultural Cordón. 18.30 h		
S	3	Fernando Saldaña: Escuela de magos	Talleres de magia	P.13
		interClub. 10.30 y 12.30 h		
S	31	José Sacristán: El hijo de la cómica	Teatro	P.9
		Cultural Caja de Burgos. 19.30 h		

FEBRERO

S	28	Lola Herrera: Camino a La Meca	Teatro	P.9
		Cultural Caja de Burgos. 19.30 h		

ARANDA DE DUERO

J	13	Estilo de vida y salud mental en niños y adolescentes	Diálogos con expertos	P.27
NOV.		interClub. 19.30 h		
V	14	Mr. Jones	Cine	P.29
NOV.		interClub. 19 h		
V	5	Intocable	Cine	P.29
DIC.		interClub. 19 h		
V	2	Fernando Saldaña: Escuela de magos	Talleres de magia	P.13
ENE.		Cultural Caja de Burgos. 10.30 y 12.30 h		

MIRANDA DE EBRO

J	13	Estilo de vida y salud mental en niños y adolescentes	Diálogos con expertos	P.27
NOV.		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		
V	2	La magia de Jessica Guloomal	Magia	P.13
ENE.		interClub. 18.30 h		

BRIVIESCA

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		
V	2	Jean Philippe: Atchoum	Magia	P.13
ENE.		interClub. 18.30 h		

MEDINA DE POMAR

V	7	El rey del barrio	Cine	P.29
NOV.		interClub. 18.30 h		
V	21	Siempre Alice	Cine	P.29
NOV.		interClub. 18.30 h		
V	26	Jon Ander: Magia Underground	Magia	P.12
DIC.		interClub. 18.30 h		

PALENCIA

L	3	La aventura del saber: hongos y setas	Documental	P.38
NOV.		Aula de Medio Ambiente. 18.30 h		
L	10	Hongos	Documental	P.38
NOV.		Aula de Medio Ambiente. 18.30 h		
L	17	El suelo, un ecosistema vital	Documental	P.38
NOV.		Aula de Medio Ambiente. 18.30 h		
J	27	El águila real 1	Documental	P.40
NOV.		Aula de Medio Ambiente. 19 h		
J	18	El águila real 2	Documental	P.40
DIC.		Aula de Medio Ambiente. 19 h		

VALLADOLID

L	3	La aventura del saber: hongos y setas	Documental	P.38
NOV.		Aula de Medio Ambiente. 18.30 h		
L	10	Hongos	Documental	P.38
NOV.		Aula de Medio Ambiente. 18.30 h		
L	17	El suelo, un ecosistema vital	Documental	P.38
NOV.		Aula de Medio Ambiente. 18.30 h		
J	27	El águila real 1	Documental	P.40
NOV.		Aula de Medio Ambiente. 19 h		
J	18	El águila real 2	Documental	P.40
DIC.		Aula de Medio Ambiente. 19 h		



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



Espectáculo con descuentos en función del número de entradas adquiridas



Espectáculo con desarrollos

asociados a la Escuela de Públicos

Actividades dirigidas preferentemente a personas mayores de 60 años





La Ruta DE LA Magia

La ilusión

de la magia vuelve a recorrer con espectáculos y talleres los barrios de la capital burgalesa y se acerca también a la provincia.

Ver páginas 11 a 13