

NAVARRA

DepoKultur

Blanca Angulo

Isabel Gemio
Personal

José María
Echeverría
Músico
internacional

Cross de Uharte

José Javier Aznárez
Marian Maeztu

San Fermín
Marathon

Mai Garde
Nuestra capitana

I Festival
internacional de bandas
de música de Pamplona

ÍNDICE

José María
Echeverría 3

José Javier Aznárez
y Marian Maeztu 9

Isabel Gemio 13

I Festival
internacional de
bandas de música de
Pamplona 15

Mai Garde 21

Cross de Uharte 27

San Fermín
Marathon 31

Blanca Angulo 33

NAVARRA DepoKultur
Nº9 - Junio 2019



En nuestra portada

JESÚS MARÍA ECHEVERRÍA



**LA MÚSICA EN
LAS VENAS**

A sus 56 años el compositor olitense, Jesús María Echeverría, ha demostrado ya su grandeza en el ámbito de la música navarra.

A los 23 años funda la Orquesta de Cámara de Donostia. Ese mismo año, becado por la Diputación de Guipúzcoa, estudia Dirección de orquesta en el conservatorio de Viena con Julius Kalmar, y más tarde, en la Royal Academy of Music de Londres con Sir Colin Davis y George Hurst. En 1988 comienza su colaboración con la Orquesta Sinfónica de Navarra y en 1989 debuta con la Orquesta Sinfónica de Euskadi, agrupación que dirigirá varias veces a lo largo de su carrera. Durante su estancia en Londres funda The European Sinfonia, orquesta con la que realiza varias giras por España, destacando el concierto de Compostela 93 con Elena Obraztsova entre los solistas. En 1995 hace una gira por el País Vasco con la Orquesta Nacional de Rusia.

Ha dirigido numerosas orquestas, entre las que figura la Nacional de Letonia, y realizado giras por Japón y Polonia. Con la Orquesta Sinfónica de Musikene, centro en el que es profesor de Análisis y Coordinador de Estudios Orquestales, ha realizado en los últimos años varios proyectos, entre los que destacan la Sinfonía nº 1 de Mahler en 2011, Carmina Burana junto a La Sociedad Coral de Bilbao (Kursaal y Arriaga 2012) y la ópera Las Golondrinas de Usandizaga (Victoria Eugenia 2015). Además, dirige habitualmente ópera y zarzuela.

Jesús Echeverría es también un destacado compositor. Formado con Agustín González Acilu, Francisco Escudero, Tomás Marco y Cristóbal Halffter, ha obtenido numerosos premios, entre los que destacan el Premio Internacional de Composición Pablo Sorozábal (1999), el Premio Joaquín Turina o el de Composición Ciu-

dat D'Alcoi (2000). Ha recibido numerosos encargos y sus obras han sido estrenadas en prestigiosos ciclos como la Quincena Musical.

El pasado mes de marzo, Baluarte se vistió de gala para presentar el estreno absoluto del Concierto para percusión y orquesta encargado a este compositor navarro, con Javier Odriozola como solista de la Orquesta, a la percusión. En el programa también se incluyeron las obras de dos gigantes del siglo XX: Sinfonía en Do mayor de Igor Stravinsky y Sinfonía núm. 1, en Re mayor, opus 25 "Clásica" de Sergei Prokofiev. Acudimos al concierto y nos encontramos exactamente, con lo que Jesús nos explicó durante el ensayo de la obra, en un lenguaje sencillo diciendo; "Este trabajo sorprenderá al espectador, porque es algo nuevo que no conocen y que no es habitual escuchar en una sala de conciertos. Es una propuesta un poco arriesgada, con un lenguaje actualizado, honesto, protagonizado por un sonido nuevo que es la percusión, sonido que tiene una gran riqueza porque existen muchos instrumentos de diferentes países. Yo he usado los más habituales en orquesta y los he dividido en grupos. Os vais a encontrar por todo ello, un diálogo con la orquesta, armonías poco habituales y es una oportunidad de escuchar algo nuevo". Realmente, su descripción, se ajustó a lo que nos encontramos. Enhorabuena.

TRES PREGUNTAS A JESÚS M^a ECHEVERRÍA

NDPK: ¿A qué edad comenzaste en el mundo de la música?

JE: Con 9 años ya me dispusieron para ser músico, pero ya a los 18 años, fue cuando decidí que la música, podía ser mi vida y me dediqué en cuerpo y alma a estudiar y formarme de una manera íntegra de la música. Estudié primeramente en San Sebastián, luego Londres y luego ya regresé aquí.

NDPK: ¿Crees que en Navarra las instituciones apoyan la carrera musical y formación de quienes empiezan ahora su carrera musical y poder desarrollarse sin salir fuera de aquí?

JE: Reconozco que, en mi época, era más fácil porque no éramos muchos. Yo creo que fui el único director de orquesta navarro en salir fuera, pero creo que ahora hay más oportunidades para salir fuera ya que existen becas tipo ERASMUS que antes no había o si las había, eran en menor número que ahora, aunque reconozco, que, aunque las becas son más habituales hay tantos músicos, que también es más complicado acceder a ellas. Cuando empecé yo, al ser menos personas, a mí me llegaron las oportunidades rápidamente, de hecho, estando en mi segundo año en Londres, la orquesta de Navarra ya me invitó a dirigir. Hoy pienso que sí hay un esfuerzo para ayudar por las instituciones, pero no se llega a todo el mundo por lo que ya he dicho, ahora hay mayor número de estudiantes que dirigen su ámbito profesional, al mundo de la música. Lo de formarse fuera, en este momento, ya no lo veo tan necesario porque hay buenos formadores. Existen centros como

Musikene, Reina Sofía, etc. donde el profesorado son aquellos que había que buscar fuera en mi época de estudiante y hoy están en España, sin embargo, como hay un gran espacio temporal entre estudiar y trabajar, los estudiantes siguen formándose, salen fuera, conocen nuevos mundos musicales y se perfeccionan en el ámbito que han elegido, pero repito, en España, hay muy buenos formadores. En mis años de formación, o salías fuera, o no aprendías nunca nada.

NDPK: ¿Nos puedes contar un momento en el escenario que dijeras "qué emoción, esto es increíble"?

JE: Hay muchos, pero quizás uno de los más bellos que yo he experimentado, fue un homenaje al olitense Jesús García Leóz que hizo la banda sonora de unas 100 películas, entre ellas, "Bienvenido Mister Marshall" en el teatro Gaiarre, con la orquesta de Navarra, y con el público en pie. Al final lloré porque me sentía muy vinculado a García Leóz. Fue muy bonito.

NDPK: Muchas gracias por tu tiempo y te deseamos muchos éxitos. SEGUIREMOS TU CAMINO.



JESÚS GARCÍA LEÓZ

Hablemos ahora de otro de los grandes músicos navarros, OLITENSE para más señas y también llamado Jesús... Tal y como nos ha explicado Echeverría, Jesús García Leóz fue uno de nuestros músicos navarros más relevantes. Nacido en Olite, el 10 de enero de 1904, se inició en la música de la mano de su padre para posteriormente formarse en piano con Eleuterio Munárriz Urquía. Salió de tierras navarra rumbo a Argentina en el año 1921, para continuar sus estudios de piano en el conservatorio de Bahía Blanca. En 1925, regresó a España donde completó su formación en el Real conservatorio Superior de Música de Madrid. Fue alumno de maestros muy importantes de la época como el maestro Balsa, Conrado del Campo para convertirse finalmente, en discípulo del gran compositor y musicólogo español Joaquín Turina que fue representante del nacionalismo musical en la primera mitad del siglo XX y que, junto a Manuel de Falla e Isaac Albéniz, produjo las obras más relevantes del impresionismo musical en España. En el año 1933, el cine conquistó a Jesús comenzando a componer música para películas. Durante la guerra civil española, fue detenido por militares sublevados y permaneció encarcelado durante 6 meses. Tras la guerra, dedicó gran parte de su tiempo a componer lo que hoy llamamos, bandas sonoras para cine de las que podemos destacar, “La sirena negra” en el año 1947, “Balarrasa” en 1950 o la famosa cinta de Berlanga “Bienvenido Mister Marshall” en el año 1952. Hablar de Leóz es, sin duda, hablar de uno de los grandes de nuestra música.



A man and a woman are standing outdoors in front of a dense green background of trees. The woman, on the left, has long blonde hair and is wearing a grey patterned jacket over a bright green scarf. The man, on the right, has dark hair and is wearing a dark blue sweater over a light blue button-down shirt. They are both holding a dark green rectangular sign with their hands. The word 'VOCACIÓN' is written in a stylized, golden-yellow font across the middle of the image, overlapping the man's chest and the sign.

VOCACIÓN

JOSÉ JAVIER AZNÁREZ
MARIAN MAEZTU

Los músicos José Javier Aznárez y Marian Maeztu, se despiden de las orquestas que fundaron en el año 1995 dedicadas a la flauta de pico, Irubide y Caro Baroja. Siempre hemos seguido el trabajo de estos dos maravillosos maestros, que han conseguido con este proyecto, enormes logros en el desarrollo educativo y emocional de sus alumnos. Padres de tres de los grandes músicos que ha dado Navarra, Javier, Leyre y Pablo Aznárez, o también conocidos como, “Hermanos Aznárez”, el currículo de ambos profesores es amplio y brillante.

Marian Maeztu es licenciada en Psicología por la UNED, además de diplomada en

magisterio de EGB. Estudió música en los conservatorios de Estella y Barañáin y se especializó en el método Kodaly en 1986 por la Universidad de Esztergom de Hungría. Para quienes no sepan quien fue Kodaly, este hombre fue un músico húngaro que consideraba que << el intelecto, las emociones y la personalidad de todas las personas pueden desarrollarse y trabajar través de la música. Así, la música debe ser accesible a todos, con sencillez, pero sin perder calidad musical>>. Desarrolló un sistema para hacer más fácil y menos académico el aprendizaje, partiendo de la idea de que los niños deben encontrarse con la música lo más pronto posible. En la práctica, eso se traduce en que, desde el inicio

de la escuela, los niños representan en las clases piezas musicales compuestas a base de cantos y costumbres folclóricos, una experiencia colectiva que sería el primer paso en el aprendizaje de la música.

Jose Javier Aznárez, es diplomado en magisterio EGB, licenciado de H. y CC de la música por la Universidad de Salamanca y psicología por la UNED. Poseedor del DEA en didáctica de la música investigando sobre el “desarrollo del OIDO ABSOLUTO”. Autor del proyecto educativo “Música para todos”, con publicaciones en el campo de la psicología y pedagogía musical en castellano, euskera y gallego. Ha sido asesor de la revista “eufonía” y asesor técnico de enseñanzas musicales de Gobier-

no de Navarra. Podríamos hablar mucho de la trayectoria profesional de José Javier, pero nos quedamos en este momento, con el gran trabajo que ha desarrollado en Navarra junto a su mujer, Marian, aportando ambos, todos sus conocimientos para dar al estudio de la música el lugar que merece. Si bien es cierto que echaremos de menos a estos dos directores y fundadores de dos de las orquestas que se han ganado nuestro corazón gracias a su trabajo y su dedicación, queremos despedirnos de ellos, no con un adiós, sino con un HASTA LUEGO.

Escuchadles.

Pichad aquí

<https://youtu.be/39-z2WtVLL8>



ISABEL GEMIO

Más allá de la GRAN PANTALLA

Nos cuenta Isabel Gemio, <<Dos palabras cambiaron mi vida para siempre: distrofia muscular. Mi hijo tenía una enfermedad rara e incurable. Y mi fama, dinero o contactos no servían absolutamente para nada. Pero la vida seguía y debía esforzarme por vivirla de la mejor forma posible. Gustavo se lo merecía>>.

«Con el tiempo he sabido que mi hijo es mi maestro, el Buda que cada día me demuestra el significado del presente, la verdadera dimensión de las cosas que importan y del amor. Gustavo es mi héroe, el héroe más real y valiente que conozco».

Así resume Isabel Gemio el contenido de su libro “Mi hijo mi maestro” que presentó en Pamplona el pasado mes de febrero, invitada por Diario de Navarra. En él, la periodista cuenta todo lo sucedido con su hijo Gustavo desde el comienzo de la adopción, pasando por la época del diagnóstico de la enfermedad del niño, y de todas las experiencias posteriores vividas a partir del descubrimiento de la terrible dolencia del pequeño. Isabel nos comenta que <<no lo he escrito antes porque no estaba preparada para ello y porque todo llega cuando

tiene que llegar; además, siempre he querido dejar a mis hijos al margen de mi popularidad, que ellos vivieran su vida, y creo que el momento de hablar era este y no otro>>. Contaba Isabel en este acto de presentación, que, a ella, no le gusta hablar del dolor porque es algo muy personal y muy difícil, pero, <<ya que tengo facilidad para comunicarme y altavoces para que me escuchen, estoy utilizando las dos herramientas a fin de que se conozca el mundo de las enfermedades raras que es tan devastador para quienes las padecen y para el entorno>>. También dejó claro que, <<en la investigación está la clave del progreso. En España deberíamos invertir más en investigación y no dejar que nuestros talentos, que hay muchos, se vayan fuera a hacer lo que podrían hacer aquí si se les financia, y conseguir de esta manera, resultados para mejorar el diagnóstico, tratamientos etc. de nuestra sociedad>>. En el libro, Gemio habla en uno de los capítulos del gran trabajo interior que tuvo que hacer, ayudada por la meditación, para sentirse fuerte y afrontar con entereza el <<envite de dolor que supone la enfermedad de un hijo>>.

Lo hemos leído, y nos ha impactado. Lectura recomendable.



MI HIJO, MI MAESTRO

ISABEL GEMIO

Una historia de amor y dolor jamás contada

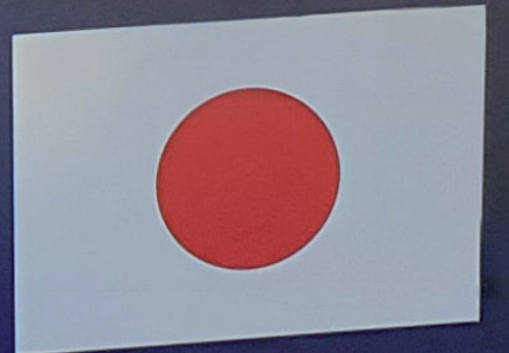


“LA PAMPLONESA” CENTENARIA

**I FESTIVAL
INTERNACIONAL DE
BANDAS DE MÚSICA
DE PAMPLONA**

WAKURA WIND ORCHESTRA

JAPÓN



Asociación Amigos banda de música
La Pamplonesa
musika bandaren Lagunen Elkartea

En Pamplona tuvo lugar, el pasado 15 de junio, el **I festival Internacional de Bandas** que tuvo como anfitriona, a nuestra querida **“Pamplonesa”** que cumplía nada más y nada menos, que **100 años** de historia. Los gigantes de la capital quisieron regalar sus paseíllos y bailes a este conjunto tan importante y emblemático de música, para agradecerle cada acorde, cada nota y cada esfuerzo invertido durante un siglo, acompañando los eventos más importantes de la ciudad. Japón, Puerto Rico, Francia, Canadá, Irún... bandas de todos los lugares del mundo ocupaban parte de una abarrotada Plaza del castillo repleta de padres, madres, niños y abuelos, que bailaban al son de las interpretaciones de los diferentes conjuntos musicales que allí se encontraban.

Con motivo de su 100 cumpleaños, la institución musical presentó el pasado 4 de junio, en el **Palacio de Condestable**, el **libro** que conmemora su centenario y en el que se narra la historia de la banda y su relación con la ciudad de Pamplona.

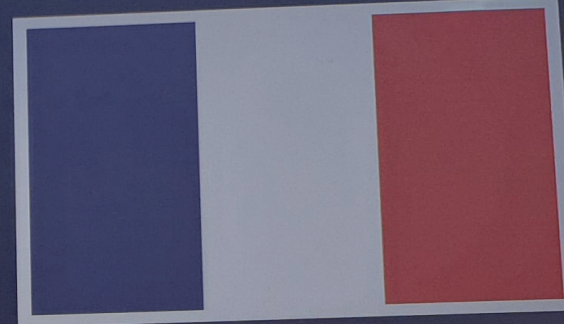
En el acto comparecieron los autores: **Luis María San Martín**, musicólogo, profesor de historia del Conservatorio Superior de Navarra y componente de ‘La Pamplonesa’; **Rebeca Madurga**, musicóloga, Dra. en artes y humanidades; **Javier Marquínez**, historiador y técnico superior del Ayuntamiento de Pamplona y **Mikel Juániz**, componente de ‘La Pamplonesa’. Por todo ello, los pamploneses, con un 90% de sus votos han decidido que sea la banda, quien lance el **txupinazo** en las fiestas de **San Fermín**, un honor bien merecido. El subdirector de La Pamplonesa, **Jesús Garisoain**, será, probablemente quien prenda la mecha del cohete sanfermineros en nombre de toda la agrupación musical puesto que lleva ya más de treinta años ejerciendo dicho cargo.

ZORIONAK QUERIDA BANDA, Y QUE CUMPLAS MUCHOS MÁS...



ORCHESTRE D'HARMONIE
LA NEHE - DAX

FRANCIA



Asociación Amigos banda de música
La Pamplonesa
musika bandaren Lagunen Elkartea





MAI
GARDE

*NUESTRA
CAPITANA*

En el año en curso, si tenemos que hablar de un deporte que nos ha dado grandes alegrías en nuestra tierra, estamos hablando, sin lugar a dudas, del fútbol. Mai Garde, una de las capitanas del equipo femenino de Osasuna, quien demuestra en todas y cada una de sus apariciones públicas, su madurez como jugadora y como persona, nos atendió en el campo de “El Sadar”. Agradecemos al club habernos facilitado no solo poder estar con ella, sino reunirnos en este lugar tan mágico.

NavarraDepokultur (NDPK): Buenos días Mai. En primer lugar, gracias por tu tiempo. ¿Podrías describir tus emociones, la primera vez que pisaste este campo, que sabemos es “el campo de tu vida”, como capitana y con el equipo que tanto quieres?

Mai Garde (MG): La verdad que fue “cumplir un sueño que pensaba, era imposible”. El fútbol femenino ahora está en auge, pero yo que ya tengo una edad, he vivido muchas cosas en este deporte, y nunca pensé recibir este premio.

NDPK: He leído en otras entrevistas que, de jovencita, practicabas fútbol, pero sólo te dejaban entrenar en el colegio, no jugar. ¿Por qué seguiste en este deporte cuando de alguna manera te estaban diciendo que era una práctica de chicos?

MG. Por mi padre. Él fue portero de fútbol y nos llevaba a verle jugar a mí y a mis hermanas además de traernos al Sadar para presenciar los encuentros de Osasuna. Después, nos animó a seguir en el deporte a mi hermana Bea y a mí, que éramos las dos que estábamos siempre con un balón en los pies y nos apuntó en el “Burladés” que era el único equipo femenino que existía entonces. Ocho años tenía yo cuando entré en este equipo. Así que, gracias a mi padre y también a mi madre, sigo en el fútbol.



NDPK: Y tan pequeñita, cuando comunicabas a tu entorno “estoy jugando a fútbol”, que era tradicionalmente, “un deporte de chicos”, ¿qué sensaciones recibías en respuesta?

MG. Bueno, la sensación era la de ser “la rara de la clase” porque era extraño ver a una chica en los recreos que prefiriera jugar al fútbol en vez de a otras cosas. La incompreensión, era total. Ahora, soy más consciente de aquella etapa, y aunque entiendo que en aquella época sucedieran esas situaciones porque estaba tristemente normalizado que las chicas no jugáramos a fútbol, considero que viví experiencias duras por los comentarios y por las posteriores barreras que me fueron poniendo y que fui eliminando conforme se presentaban. Yo solo pensaba en que me gustaba el fútbol y que quería jugar a fútbol. El apoyo de mis padres fue fundamental.

NDPK: Tú época en el fútbol sala la defines como la época en la que deportivamente, mejor has estado. Cuéntame aquello que más recuerdas de esta etapa deportiva y que más te ha marcado.

MG: Yo creo que me fui a jugar fútbol sala en mi mejor momento en el fútbol porque estaba en Lagunak y en primera división e hicimos un buen año. Maduré y aprendí muchas cosas en esa etapa, pero las circunstancias en Navarra eran las que eran e hice el cambio de deporte porque no quería salir de aquí, ya que yo ya tenía trabajo y mi familia vivía en Navarra. Mi hermana jugaba en aquella época en el Orvina y el entrenador de este equipo me propuso el cambio que acepté y que, por cierto, fue muy duro debido a que, en ese momento, el Orvina jugaba en 1ª división y tenía como compañeras, a las mejores jugadoras de España. Fue el mejor año de la historia del Orvina. Me costó amoldarme a la manera de jugar en esta disciplina porque es diferente a la del fútbol, pero lo conseguí. El segundo año fue tan bueno que empezaron a llamarme equipos de otros sitios. Del Orvina, va-

rias jugadoras nos fuimos al “Txantrea” a segunda división y dos años después, siendo un equipo sencillito, conseguimos entre todas, subir a primera división y es, en este momento, donde guardo uno de los mejores y más positivos recuerdos de mi vida deportiva. Ascender con un equipo, es lo más bonito que te puede pasar.

NDPK: Y conseguiste, además, ser con el “Txantrea” tanto en segunda división como en primera, una de las máximas goleadoras de segunda y nacionales respectivamente, ¿no?

MG: Así es, y por todo esto me dieron oportunidades de salir a jugar fuera de Navarra, pero el fútbol sala es más duro que el fútbol de campo y pagan poco. Por todo esto no me marché. Aquí tengo un trabajo, la familia..., y entonces, llegó la opción de venir a Osasuna.

NDPK: Dices que el fútbol sala es más duro que el fútbol de campo, ¿en qué sentido?

MG: En muchos sentidos. Las competiciones, por ejemplo, hasta este año, aún no eran oficiales. Este año, es el primero en la historia en el que se ha celebrado un europeo.

NDPK: Osasuna está apostando fuerte por el equipo femenino. A nivel nacional, ¿qué otros clubes están apostando también por sus equipos femeninos?

MG: Está claro que ahora, todos los equipos que tienen equipo en primera y segunda división masculino, es decir, que tienen posibilidades económicas, tienen ya su equipo femenino. Eibar y Alavés son muy fuertes, en mi opinión.

NDPK: Con el boom que existe en este momento con las jugadoras de fútbol, ¿Cómo llevas el tema de las entrevistas? Lo digo, porque seguramente, hasta hace poco, enfrentarte a tanta prensa no era lo normal...

MG: (Ríe). No, no era lo normal. Pienso que mientras sea algo positivo, bonito, no nos podemos quejar siempre y cuando ayude a dar luz al fútbol femenino, a darle mayor visibilidad y ayudar así, a las niñas que vienen detrás con fuerza. Cuando yo era pequeña, no tenía referentes femeninos en el fútbol, ahora, gracias a la prensa y a la atención que los medios nos prestan, esas pequeñas, pueden tener un referente también femenino, además de masculino, para seguir en el fútbol pisando fuerte.

NDPK: En algún momento, estando con la prensa, o incluso en algún partido, entrenamiento... has pensado “tierra, trágame” ...

MG. Hace poco..., saliendo de trabajar, que trabajo en el casco viejo de Pamplona, vestida de calle, se me acercaron dos chicos con un móvil y pensaba que me lo estaban dando para que les sacara una foto y me dicen; “no, pero que queremos salir contigo”. Me quedé asombrada, porque eso me pasa después de un partido, o de entrenar, pero saliendo de trabajar y vestida de calle no me había pasado y no reaccionaba. Uno de los chicos también se quedó ahí un poco cortado por mi reacción, pero me dice, “ya sé que no eres Roberto Torres, pero eres Mai Garde, ¿te importa hacerte una foto con nosotros?”. Me quedé más flipada todavía, y por supuesto, me hice una foto con ellos. Es algo a lo que no estoy acostumbrada y, la verdad, me dejaron en shock.

NDPK: Y cuando ya no juegues a fútbol, ¿qué harás?

MG. Lo mismo que hasta ahora. Date cuenta que yo no soy, vamos a decir, “profesional” en el fútbol porque yo tengo mi trabajo. Seguiré trabajando como hasta ahora, pero sí me gustaría seguir vinculada al fútbol femenino y ojalá en Osasuna, que es el equipo de mi tierra y de mi vida.

Defender esta camiseta para mí es algo grande. No sé en qué tipo de trabajo, pero ayudar a las jugadoras que llegan y en Osasuna,

daría lo que sea por conseguir esto.

NDPK. Tus renunciaciones personales para llegar a estar donde estás ahora en este deporte, ¿cuáles han sido?

MG: Me he perdido muchas cosas. No somos profesionales y muchos días de vacaciones, por ejemplo, me pierdo por el fútbol. Cenas con amigas, acontecimientos familiares... Es una vida dedicada por y para el fútbol que no nos va en el sueldo, pero sí en satisfacción personal, porque he elegido hacerlo. Me llevo también las maravillosas personas que he conocido en este deporte.

NDPK: Para ser capitana de un equipo, ¿qué cualidades hay que tener?

MG. La veteranía creo que es importante porque hace falta ser calmada, serena...,

para tranquilizar al vestuario en ciertos momentos, hablar con el cuerpo técnico... Yo lo intento hacer lo mejor posible siempre teniendo en cuenta que somos compañeras e iguales en el equipo.

NDPK: Que les dirías a las niñas que empiezan para que no dejen el fútbol si realmente les gusta.

MG: Independientemente del fútbol, les diría que hagan aquello que quieran hacer de verdad, de corazón, sin importar el qué dirán, porque estamos en este mundo para ser felices y un paso importante para esa felicidad, es dedicarte y hacer aquello que te gusta.

NDPK: Gracias Mai por atendernos. Ha sido un auténtico placer conocerte y SEGUIREMOS TU CAMINO...



Foto del C.A. Osasuna

An aerial photograph of a park setting where a cross-country race is taking place. A large group of runners, mostly wearing orange shirts, are gathered on a paved path. Several cars and a white van are parked along the road to the left. The park is filled with trees, some with autumn-colored leaves, and stone picnic tables. A small building with a red-tiled roof is visible on the right. The text 'CROSS DE UHARTE' is overlaid in a large, stylized font.

CROSS DE UHARTE

DEPORTE SOLIDARIO

Este año, **ADEMNA**, asociación navarra para la ayuda a personas con esclerosis múltiple, será la asociación sin ánimo de lucro a la que irán destinados todos los fondos obtenidos en el próximo **Cross de Huarte**, que tendrá lugar el próximo **25 de agosto** de 2019. El recorrido será el mismo de otros años, 6,5 kilómetros que transcurrirán junto al río Arga, con subidas y bajadas para todos los gustos. El próximo 15 de julio se abrirán las inscripciones. ¿Os animáis?

NOSOTROS, SÍ.

Sobre ADEMNA...

La Asociación de Esclerosis Múltiple de Navarra es una entidad sin ánimo de lucro creada en el año 1995. Su principal objetivo es proporcionar a las personas afectadas y a sus familiares, una atención adecuada a sus necesidades con el objetivo de mejorar su calidad de vida. Mediante un equipo multidisciplinar, integrado por profesionales de fisioterapia, terapia ocupacional, psicología, trabajo social, rehabilitación, logopedia, cuidadoras, etc., se ofrece un tratamiento integral e individualizado tanto para las personas que padecen la enfermedad, como para los familiares-cuidadores. En Navarra está declarada de utilidad pública por Acuerdo del Consejo de Ministros adoptado de 19 de septiembre de 2001. Está inscrita en el Registro de Asociaciones del Gobierno de Navarra con el número 421.

La Asociación de Esclerosis Múltiple de Navarra es miembro de pleno derecho de la Federación Esclerosis Múltiple España (EME) que forma parte de la Federación Internacional de Esclerosis Múltiple (MSIF) como “organización de apoyo” y de la Plataforma Europea de Esclerosis Múltiple (EMSP) como “miembro asociado”.

Forman parte de COCEMFE Navarra que

a su vez pertenece a CERMIN, Comité de Representantes de Personas con Discapacidad de Navarra. (CERMI Autonómico).

La misión de ADEMNA es mejorar la calidad de vida de las personas afectadas de esclerosis múltiple y otras enfermedades neurodegenerativas, de sus familias y entorno, desde una perspectiva integral e individualizada, desarrollando acciones eficaces y eficientes.

Para ello se constituyeron como una entidad asociativa sin ánimo de lucro, gestionada desde la transparencia, la participación y el respeto al entorno y las personas, siendo medio de representación del colectivo ante los diferentes estamentos sociales.

VISIÓN

Ser una organización reconocida por el sistema socio-sanitario, organizaciones similares y la sociedad en general por su capacidad de integrar a todas las personas afectadas.

Sensibilizar e informar a las personas afectadas, a sus familiares y a la sociedad en aspectos relacionados con la enfermedad en el marco de su compromiso con la mejora continua.

Incorporar y desarrollar las mejores prácticas en su tratamiento integral, teniendo una participación activa en organizaciones superiores a la nuestra y colaborando con otras asociaciones desde el intercambio de experiencia y conocimientos.

VALORES

Humanismo. Creer en el valor de la persona por encima de todas las cosas.

Espíritu de apertura y de no exclusión.

Transparencia.

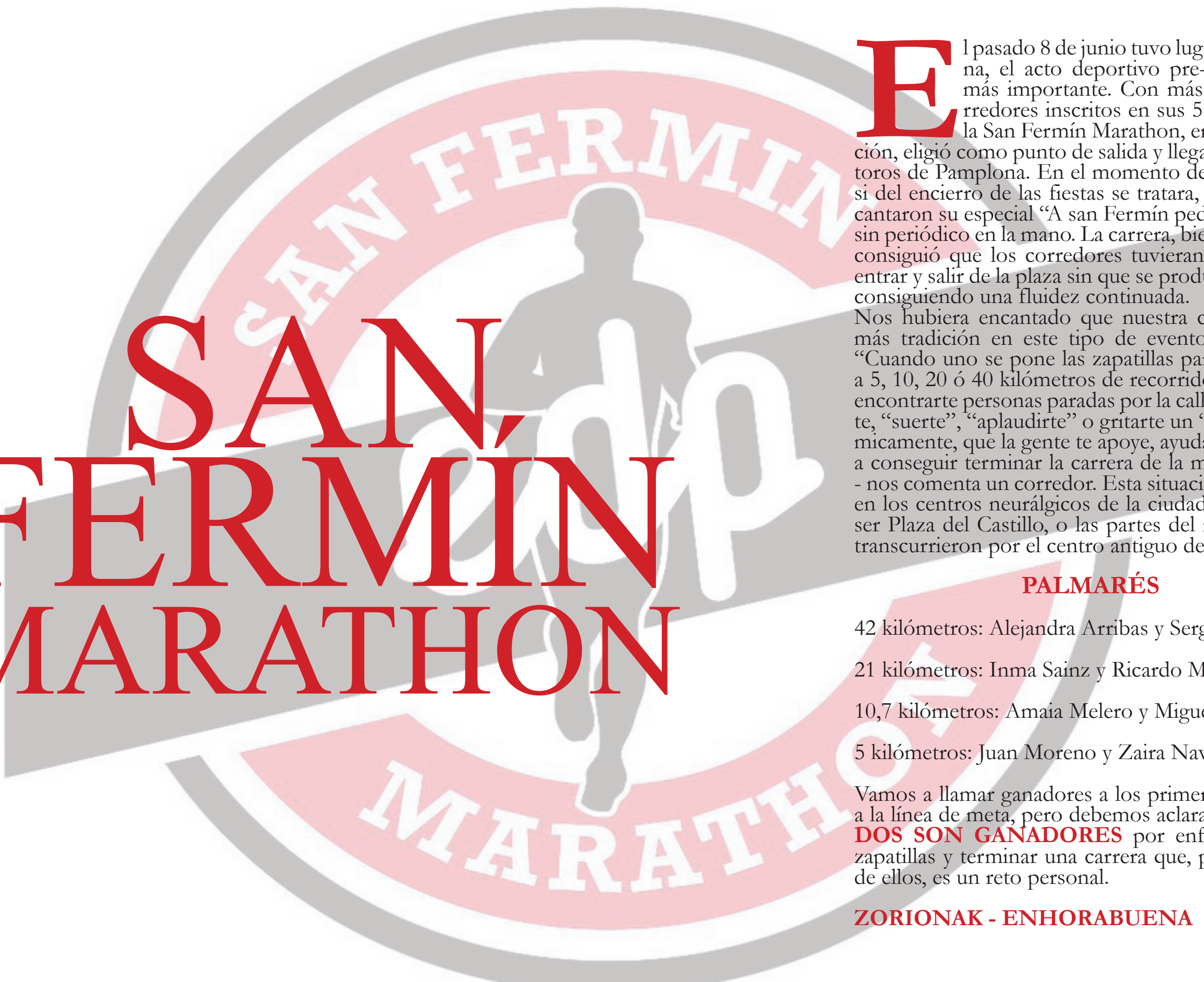
Compromiso e implicación del equipo de profesionales.

Servicio.

Capacidad de respuesta.

Fuente; <https://esclerosismultiplenavarra.com/es/la-asociacion/em-navarra>





SAN FERMÍN MARATHON

El pasado 8 de junio tuvo lugar en Pamplona, el acto deportivo pre-sanferminero más importante. Con más de 2.500 corredores inscritos en sus 5 modalidades, la San Fermín Marathon, en su sexta edición, eligió como punto de salida y llegada la plaza de toros de Pamplona. En el momento de salida, como si del encierro de las fiestas se tratara, varios mozos cantaron su especial “A san Fermín pedimos”, eso sí, sin periódico en la mano. La carrera, bien organizada, consiguió que los corredores tuvieran espacio para entrar y salir de la plaza sin que se produjeran atascos consiguiendo una fluidez continuada.

Nos hubiera encantado que nuestra ciudad tuviera más tradición en este tipo de eventos deportivos. “Cuando uno se pone las zapatillas para enfrentarse a 5, 10, 20 ó 40 kilómetros de recorrido, se agradece encontrarte personas paradas por la calle para desear-te, “suerte”, “aplaudirte” o gritarte un “ánimo”. Anímicamente, que la gente te apoye, ayuda a centrarte y a conseguir terminar la carrera de la mejor manera” - nos comenta un corredor. Esta situación solo se dio en los centros neurálgicos de la ciudad como puede ser Plaza del Castillo, o las partes del recorrido que transcurrieron por el centro antiguo de la ciudad.

PALMARÉS

42 kilómetros: Alejandra Arribas y Sergio Glaría.

21 kilómetros: Inma Sainz y Ricardo Martínez.

10,7 kilómetros: Amaia Melero y Miguel Gómez.

5 kilómetros: Juan Moreno y Zaira Navarro.

Vamos a llamar ganadores a los primeros que llegan a la línea de meta, pero debemos aclarar, **QUE TODOS SON GANADORES** por enfundarse unas zapatillas y terminar una carrera que, para cada uno de ellos, es un reto personal.

ZORIONAK - ENHORABUENA



Cómo definir a Blanca Angulo Muñoz, autora de “Pagoda negra” ...

No tenemos palabras suficientes para definir a esta hermosa persona, pero lo intentaremos. Blanca Angulo nació en Pamplona el año 1985. Con tan solo 21 años, fue diagnosticada de un linfoma muy agresivo que cambió su vida. La fundación Josep Carreras contra la leucemia la invitó a contar su testimonio y a raíz de dicha petición, nació este libro que podríamos decir, es “una fusión entre la autobiografía de la autora y un medio de auto ayuda”. << Pretende ser una guía, y servir de ayuda para ver el cáncer como una oportunidad de cambio de mejora, crecimiento y desarrollo>> - señala Blanca-, un punto de vista valiente y que, después de leer su testimonio tan bien explicado, hemos sentido en cada una de las palabras escritas en el manuscrito, la fortaleza de esta mujer. Tomás Yerro, nuestro gran escritor navarro, es el encargado del prólogo de este libro, y señala algo en lo que estamos totalmente de acuerdo tras la minuciosa lectura de “Pagoda Negra”. Tomás dice lo siguiente;

<< La obra encierra una esencial carga autobiográfica, proyectada a través de la protagonista, Itxaso, sin duda, un alter ego ficcional de Blanca, que recorre un camino plagado de dificultades hasta llegar a la cima de la felicidad. No hallamos, pues, ante un relato de aprendizaje, encaminado a trascender la mera narración para con-

vertirse, al mismo tiempo, en un atractivo libro de auto ayuda. La inevitable fase de duelo clínico al recibir el diagnóstico y su gran impacto emocional, posee entre otros rasgos específicos, el de la brevedad, debido a que casi a renglón, seguido de recibir la mala nueva, comienza la terapia>>.

Blanca relata sus momentos más difíciles uniendo de manera maravillosa, el deporte que practicaba antes de ser diagnosticada de cáncer y que era el tae kwon do, (donde tenía un buen palmarés y al que sigue vinculada en la actualidad, aunque deportivamente ya no lo practica), con la enfermedad. El valor que le da al deporte es importante, algo que aplaudimos porque de todos es sabido que practicar una actividad deportiva, independientemente de la disciplina a la que te dediques, es importante en el desarrollo físico y emocional de los seres humanos.

Gloria Fernández Albéniz, presidenta de la Asociación Eduardo Domezain de donantes de médula de navarra, define su opinión sobre el relato de Blanca como << un bellísimo libro con grandes enseñanzas. Es un canto a la esperanza. De una enorme resiliencia. Cuando la lucha por la vida es una emergencia, hay que amarrarse a todos los estímulos para seguir en ella. El lema es no rendirse, creer en lo imposible y volar hacia metas con el poder de la mente>>.

Nuestra opinión personal es que es un libro para tener siempre a mano, fácil de leer, claro en conceptos, y con mucha luz. Altamente recomendable.

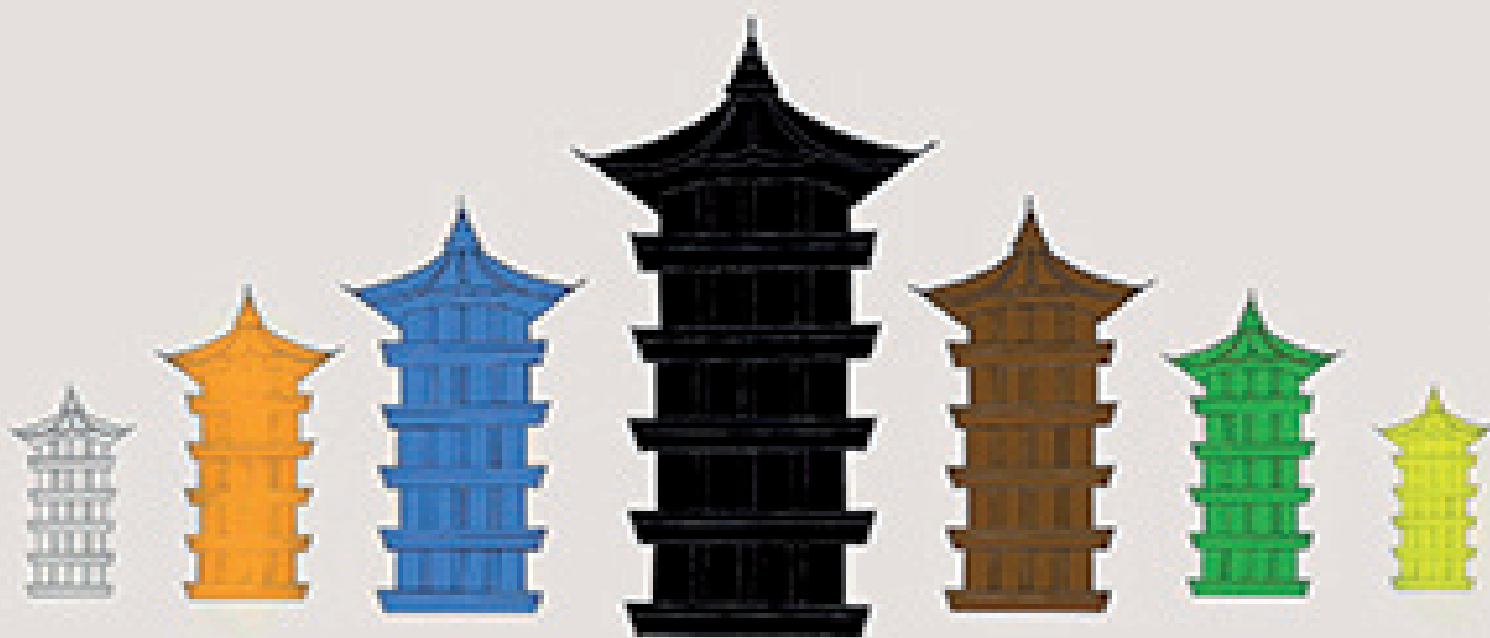
BLANCA ANGULO MUÑOZ

Tu FUERZA es nuestra FUERZA

PAGODA NEGRA

CÓMO SUPERÉ UN CÁNCER

Blanca Angulo Muñoz



TOMÁS YERRO

Hemos hablado de Tomás Yerro, encargado del prólogo de la obra de Blanca Angulo, y que es, nada más y nada menos, que el actual premio **PRÍNCIPE DE VIANA A LA CULTURA 2019**, galardón que le fue entregado por la presidenta del Gobierno de Navarra, Uxue Barcos, el pasado mes de mayo.

Tomás Yerro, como muchas y muchos de vosotros/as sabéis, es un referente navarro espectacular en cuanto a cultura de nuestra tierra se refiere. Nacido en Lerín en el año 1950, además de tener obras literarias que merecen la pena ser leídas como, La novela de aventuras: Homenaje a "La Isla del Tesoro" o, nuevos modos de arte de narrar, fue nombrado director del Servicio de Acción Cultural del Gobierno de Navarra y, en 1995, Director General de Cultura, cargo en el que es renovado en 1996. En septiembre de 1999 es sustituido en la Dirección General por J. R. Corpas Mauleón y regresa a sus cátedras de la Universidad y del Instituto de la Plaza de la Cruz.

Licenciado en Filología Románica por la Universidad de Navarra, en 1975, a los 25 años de edad, publica su primer libro, Aspectos técnicos y estructurales de la novela española actual. Obtuvo la cátedra de Lengua y Literatura, ejerciendo la docencia en la Universidad de Navarra, UNED e institutos de Pamplona, Altsasu- Alsasua y Tafalla. Otros trabajos como, La lectura creadora, Río Arga, revista poética navarra: Estudio y antología (Pamplona), Didáctica de la publicidad y Escritores navarros actuales, hacen de Tomás uno de los autores más importantes de nuestra comunidad. Es autor de numerosas colaboraciones en revistas y publicaciones especializadas, como el boletín Novedades de la Red de Bibliotecas Públicas de Navarra y Príncipe de Viana. Ha dirigido las revistas Itaca y Río Arga. La seriedad, el rigor y una fuerte personalidad distinguen sus recopilaciones y análisis de la literatura y de la cultura contemporáneas.

Fuente; aunamendi.eusko-ikaskuntza.eus/eu/yerro-villanueva-tomas/ar-144214/

CONSUMAMOS LITERATURA NAVARRA.

Una recomendación de Navarra Depokultur



WORLDWIDE CULTURE