



Cruz Roja Albacete

3.010 Tweets



Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia



Cruz Roja Albacete @Cruz... · 13/9/17 ✓

Esta tarde se reúne el Comité Provincial de [#CruzRoja](#) para revisar Plan Estratégico, el Plan de Acción 2015-2019 y trabajar Desarrollo Local.



Cruz Roja C-LM



Cruz Roja Albacete @Cruz... · 13/9/17 ✓

Visita de agradecimiento y reconocimiento a los voluntari@s de [#CruzRoja](#) que cubren turnos en Feria de Albacete, Felicidades gran trabajo





Cruz Roja Española Albacete



INICIO

INFORMACIÓN

OPINIONES

FOTOS



Cruz Roja Española Albacete



19 de septiembre de 2017 ·

Cruz Roja Tobarra.

Retomamos nuestro taller de manualidades para mayores de 65 años. Los miércoles a las 5 de la tarde en nuestra sede de la avenida de la Guardia Civil,119. Actividad gratuita.



Proyecto "enred@te"

MANUALIDADES

Taller dirigido a personas mayores de 65 años

Actividad gratuita





Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia



Radio Tobarra @radiotobarra · 20/9/17 ✓

Vuelve el Taller de Manualidades para mayores de 65 años de Cruz Roja Tobarra. Actividad gratuita.



Los miércoles a las 17:00 horas

Personas con movilidad reducida pueden disponer de transporte adaptado.



Más información en la sede de Cruz Roja, Avda. de la Guardia Civil, 119. Tel. 967 32 51 98



www.cruzroja.es/tobarra · tobarra@cruzroja.es



Radio Tobarra @radiotobarra · 20/9/17 ✓

Este fin de semana....



ASOCIACIONES | ACTIVIDADES



1 y 2. Inicio de la actividad del Club de Lectura para mayores de 65 años que se realizará una vez por semana. 3. El pasado miércoles se inició el curso relativo al Taller de Manualidades con buena asistencia. 4. A la actividad de gimnasia asistieron 14 usuarios en la última edición. / CRE

CRUZ ROJA, CON LOS MAYORES

La programación de actividades dirigidas a personas con más de 65 años se puso en marcha esta semana • Entre los talleres propuestos, que son de carácter gratuito, están el Club de Lectura, el de manualidades y gimnasia

G.G. / TOBARRA

La asamblea local de Cruz Roja Española, que preside Manuel Román, ha iniciado esta semana su programación de actividades dirigidas a las personas mayores de 65 años.

Entre las actividades que se han iniciado o comenzarán en los próximos días, destaca el Club de Lectura, un Taller de Manualidades y la gimnasia de mantenimiento, todas ellas dirigidas a personas mayores de 65 años y totalmente gratuitas.

Desde la Asamblea local realizan un llamamiento para que los tobarreños se inscriban y participen, en los distintos cursos y horarios: el Club de Lectura todos los lunes por la tarde; la gimnasia de mantenimiento los miércoles de

10 a 11 de la mañana y el taller de manualidades, los miércoles por la tarde, de cinco a siete.

La actividad de Gimnasia de Mantenimiento se pone en marcha con el objetivo de «fomentar hábitos saludables a través de ejercicios físicos adaptados a la edad de los usuarios». El pasado año se realizó con la asistencia de 14 usuarios.

Dentro de las actividades programadas, al igual que ocurría en años anteriores, se desarrollará el programa Enredaté dirigido a los mayores de 65 años, «con el objetivo de mejorar la comunicación y participación social de personas mayores, compartiendo experiencias y valores».

El pasado año también se puso en marcha un curso de Smartfo-

Pretenden mejorar la comunicación y participación social de los asistentes y que compartan experiencias

ne, «para facilitar el acceso a las nuevas tecnologías de las personas mayores». Y también se desarrollaron otros cursos y pusieron en marcha talleres interesantes para todos.

INCREMENTO DE SOCIOS. Desde la Asamblea Local recuerdan que es importante el incremento de socios, que ya superan los 715,

y también el de voluntarios, «básicos para la entidad que el pasado año presentó un balance económico, que superó los 66.000 euros».

Explican desde la entidad, que «socios y voluntarios son los dos pilares fundamentales sobre los que se sustenta nuestra benéfica Institución. Sin su aportación económica y humana sería imposible desarrollar todo lo expuesto en él».

Cruz Roja Tobarra, que en 2018 llegará a los 90 años de existencia, «viene cumpliendo con su humanitaria labor de ayudar a los más desfavorecidos y vulnerables; sabiéndose adaptar en cada época y momento a lo demandado por estos colectivos: ayuda alimentaria y sanitaria, atención de todo tipo a personas mayores, lucha contra la pobreza y exclusión social; pago

de recibos de luz, agua; suministro de productos básicos para niños y jóvenes, atención a víctimas de maltrato de género, formación, cooperación internacional; y un largo etcétera».

En definitiva, desde la asamblea local de Cruz Roja, que preside Manuel Román, organizan y desarrollan un buen número de actividades gratuitas dirigidas a los mayores de 65 años y también realizan contactos periódicos con personas mayores «con el objetivo de hacer un seguimiento conjunto de la evolución de su situación, para prevenir situaciones de riesgo, atajar las existentes, detectar nuevas». Sobre este seguimiento se explica en la memoria de 2016 que se realizaron un total de 74 intervenciones a 31 usuarios.



INICIO

INFORMACIÓN

OPINIONES

FOTOS



Cruz Roja
Albacete

Cruz Roja Española Albacete

...

25 de septiembre de 2017 · 🌐

CLUB DE LECTURA, CRUZ ROJA TOBARRA.

Con el comienzo del curso hemos puesto en marcha de nuevo nuestro "Club de Lectura" para mayores de 65 años, los lunes por la tarde en la sede de Cruz Roja en Tobarra, Avenida de la Guardia Civil, 119. Actividad gratuita.



Cruz Roja Española
Tobarra

Proyecto "enred@te"

CLUB DE
LECTURA



para mayores
de 65 años

LOS LUNES

17:30 HORAS

SEDE DE CRUZ ROJA





Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia



Radio Tobarra @radiotobarra · 25/9/17 ✓

Si tienes más de 65 años, Cruz Roja te propone su Club de Lectura los lunes



para mayores
de 65 años

LOS LUNES
17:30 HORAS
SEDE DE CRUZ ROJA



Radio Tobarra @radiotobarra · 20/9/17 ✓

Vuelve el Taller de Manualidades para mayores de 65 años de Cruz Roja Tobarra. Actividad gratuita.



Los miércoles a las 17:00 horas

Personas con movilidad reducida
pueden disponer de transporte adaptado.



Más información en la sede de Cruz Roja. Avda. de la Guardia Civil, 110. Tel. 087 33 51 09





Cruz Roja Albacete

3.010 Tweets



Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia



Cruz Roja Albacete @Cruz... · 25/9/17 ✓

Ya tenemos en marcha nuestro Club de Lectura para [#mayores](#) de 65 años, los lunes 17:30h en la sede de [#CruzRoja](#) Tobarra, actividad gratuita.



para mayores
de 65 años

**LOS LUNES
17:30 HORAS
SEDE DE CRUZ ROJA**

Cruz Roja C-LM y Tú



↻ Cruz Roja Albacete ha retwitteado



Cruz Roja Española ✓ @Cr... · 24/9/17 ✓

12 delegados de emergencias parten hacia las áreas más castigadas por desastres naturales

bit.ly/2fDUdPk





Cruz Roja Española Albacete



26 de septiembre de 2017 · 🌐

Cruz Roja en Tobarra realiza este miércoles día 27 de septiembre a las 5 de la tarde en el Centro de Mayores un "Taller de Risoterapia". Estas actividades están enmarcadas dentro de las actividades del programa de Promoción del Envejecimiento Activo que financia la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha. La actividad es gratuita, para más información podéis dirigiraros a la sede de Cruz Roja en Tobarra, Avenida de la Guardia Civil, 119 teléfono 967325198.





Radio Tobarra

644 Tweets



Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia



Radio Tobarra @radiotobarra · 27/9/17 ✓

También, gimnasia para los mayores de 65



Radio Tobarra @radiotobarra · 26/9/17 ✓

Este miércoles, unas saludables risas en el Centro de Mayores.





Cruz Roja Albacete

3.010 Tweets



Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia



Cruz Roja Albacete @Cruz... · 26/9/17 ✓

Taller de Risoterapia en Tobarra para [#Mayores](#) de 65 años el miércoles día 27 a las 17h, para más información Cruz Roja [#Tobarra](#) 967325198.



Cruz Roja C-LM y Tú



↻ 3

♡ 3



Cruz Roja Albacete @Cruz... · 25/9/17 ✓

Ya tenemos en marcha nuestro Club de Lectura para [#mayores](#) de 65 años, los lunes 17:30h en la sede de [#CruzRoja](#) Tobarra, actividad gratuita.



para mayores





Radio Tobarra Municipal



27 sept. 2017 a las 14:05 •

Javi y Laura nos presentan en TOBARRA A LA UNA las actividades de Cruz Roja para personas mayores de 65 años.

<http://www.radiotobarra.es/programas/tobarra-a-la-una/>

AHORA es
www.radiotobarra.es



28

1 comentario • 6 veces compartido



Me gusta



Comentar



Compartir



Publicado (hoy a las 09:46h.)



CRUZ ROJA:TALLER DE RISOTERAPIA

PROMOCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO
(actividad gratuita)

En el CENTRO DE MAYORES.
Este miércoles, día 27 a las 5 de la tarde.

Te esperamos!!!



CASTILLA-LA MANCHA

PROGRAMA

**PROMOCIÓN DEL
ENVEJECIMIENTO ACTIVO**

**TALLER
DE
RISOTERAPIA**

- Fecha: *27 septiembre 2017*
- Lugar: *Centro de Mayores*
- Hora: *5 de la tarde*
- Información: *Cruz Roja. Tel. 967325198*



Inicio



EQUIPO DE RESPUESTA INMEDIATA
EN EMERGENCIAS



13

23



Cruz Roja Albacete @CruzR... · 26/9/17 ✓

Taller de Risoterapia en Tobarra para [#Mayores](#) de 65 años el miércoles día 27 a las 17h, para más información Cruz Roja [#Tobarra](#) 967325198.



Cruz Roja C-LM y Tú



3

3



↻ Cruz Roja Española ha retwitteado



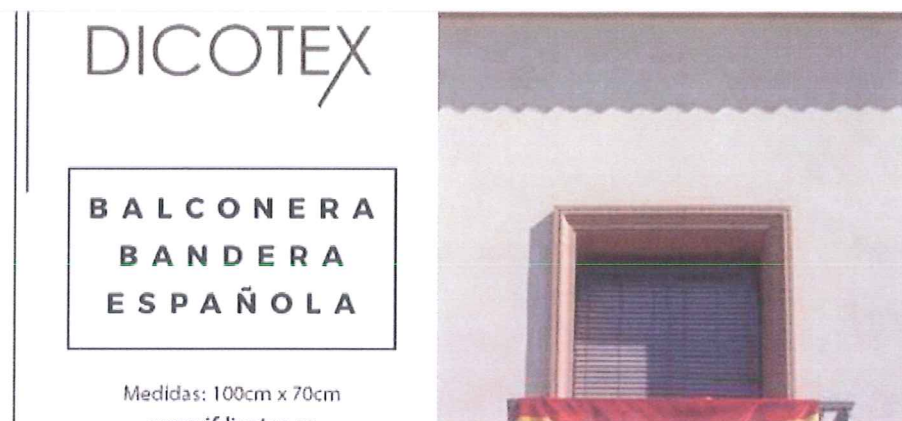
Cruz Roja Alicante @CRAlic... · 26/9/17 ✓

[#ÚltimaHora](#). Cincos personas llegadas en [#patera](#) están recibiendo asistencia en [#Torrevieja](#). [#Humanidad](#)





Inicio



Radio Tobarra @radiotobarra · 26/9/17

Este miércoles, unas saludables risas en el Centro de Mayores.



Polici a Nacional ha retwitteado



ASOGRA @ASOGRA_ · 26/9/17

Gracias @policia por sus consejos y pautas de prevención por la seguridad de las Personas Sordas en #Granada





Inicio



30

268

1.008



Radio Tobarra @radiotobarra · 27/9/17

También, gimnasia para los mayores de 65



Policía Nacional @policia · 27/9/17

Desde 2015, detenidos 248 terroristas yihadistas en operaciones en España y en el exterior. Tú puedes ayudarnos **SOON**
[#StopRadicalismos](#)





Cruz Roja Albacete

3.010 Tweets



Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia



Cruz Roja Albacete @Cruz... · 29/9/17 ✓

Taller de risoterapia de cruz roja en Tobarra, para mejorar el estado de salud y de autoestima de las personas en proceso de [#envejecimiento](#)



Cruz Roja C-LM y Tú



Cruz Roja Albacete @Cruz... · 28/9/17 ✓

Grupo PIENO en Caudete ¿Tienes entre 8 y 14 años? ¿Quieres realizar actividades con chicas y chicos de tu edad y de tu Localidad? Inscríbete



SUCESOS | INTERVENCIÓN POLICIAL

La Policía Local detiene a una persona y se incauta de 60 kilos de cannabis

Observaron una plantación de marihuana en una parcela vallada en la mañana del martes, en un servicio rutinario de los agentes locales en la pedanía tobarreña de Cordovilla

• Para el traslado de la gran cantidad de droga intervenida, los efectivos, que ya han recibido diversas distinciones, tuvieron que solicitar un vehículo de grandes dimensiones.

G.G. / TOBARRA
Policía Local de Tobarra ha realizado una importante acción policial en la pedanía de Cordovilla, de la cual se ha incautado 60 kilos de cannabis sativa y, con la colaboración de la Guardia Civil, ha procedido a la detención de un hombre de 34 años, según la información a la que ha tenido acceso *La Tribuna de Albacete*.

Según la información facilitada por la Jefatura local, «en la mañana del martes día 26 de septiembre, agentes de la Policía de Tobarra, en un servicio rutinario de vigilancia en la pedanía de Cordovilla, observaron en una parcela vallada, una plantación de marihuana, compuesta por numerosas plantas de gran tamaño y con un sistema de riego por goteo».

Las plantas «estaban sembradas en varios puntos de la parcela y, las de mayor tamaño, en otro vallado próximo de unos 40 metros cuadrados».

PLANTAS EXPUESTAS. Según esa misma información, «también se incautaron varias plantas, expuestas para ser secadas en una caseta de riego y dos envases con varios cogollos».

La Policía Local de Tobarra tu-



Imagen de los agentes de la Policía Local de Tobarra en la intervención realizada en Cordovilla. / POLICÍA LOCAL

vo que solicitar un vehículo de grandes dimensiones para el traslado de la droga incautada.

También colaboraron agentes de la Guardia Civil de puesto de Tobarra, que junto con los miembros de la Policía Local procedieron a la incautación de 60 Kilos de Cannabis Sativa (marihuana) y a la detención de un individuo de 34 años de edad, vecino de Tobarra y propietario de las plantas incautadas, que fue puesto a disposición judicial. --

Cabe destacar, según recuer-

dan desde el cuerpo policial que dirige José Francisco Villaescusa, «que la Policía Local de Tobarra, todos los años, al inicio del curso escolar, establece servicios de vigilancia en la proximidades de los centros educativos, para evitar cualquier acto delictivo y de forma especial el consumo y tráfico de sustancias estupefacientes».

Hay que recordar que la Policía tobarreña ha recibido diversas felicitaciones y distinciones, por su colaboración con otros cuerpos «y el trabajo y profesionalidad con

el que actúan», como las felicitaciones realizadas por el General Jefe de la Guardia Civil de la zona de Castilla-La Mancha, Alfredo González Ruiz, o las de la presidencia de la Junta de Comunidades, consejerías, direcciones generales, delegados del gobierno y subdelegados.

También obtuvieron el premio Plinio «a la mejor Policía de Castilla-La Mancha», en 1996 y 1998; y las medallas al mérito Policial, concedidas por el Ministerio del Interior en 1997, 2003 y 2010.

DESARROLLO

El alcalde valora la concesión del proyecto Edusi en el que está incluido el municipio

G.G. / TOBARRA

El alcalde de Tobarra, Pío Bernabéu, ha valorado públicamente la concesión del proyecto Edusi, en el que está incluido el municipio y que aportará a la zona de Hellín unos fondos que superan los 3,7 millones de euros.

En su valoración pública, el primer edil tobarreño quiere «agradecer al Ministerio de Fomento del Gobierno de España, la millonaria aportación de más de tres millones de euros, al igual que a la Diputación que aportará 774.000 euros, para este proyecto en el que está incluido el municipio con otros pueblos colindantes con la vecina localidad de Hellín».

Explica que el proyecto de Estrategia de Desarrollo Urbano Sostenible Integrado (Edusi), está subvencionado por los Fondos Europeos FEDER y que fue en 2014, cuando la Diputación de Albacete «inició un proceso de reflexión estratégica que permitió identificar los retos de futuro para el periodo 2014-2020 a escala provincial, y desarrollar una estrategia propia. Con este proceso de reflexión se puso en marcha una dinámica de trabajo que está permitiendo implementar, de una manera integrada y bajo criterios de sostenibilidad, las soluciones para los problemas identificados en los municipios de la provincia».

ACTIVIDADES

Cruz Roja pone en marcha un Taller de Risoterapia para mayores de 65 años

G.G. / TOBARRA

La asamblea local de Cruz Roja Española, que recientemente ha iniciado su programación de actividades dirigidas a las personas mayores de 65 años, puso en marcha en la tarde de ayer un Taller de Risoterapia.

El taller se celebró en el Centro de Mayores, y la asistencia era totalmente gratuita, ya que la actividad se incluye dentro de la programación para la Promoción del Envejecimiento Activo.

Hay que recordar que entre las actividades que ya se han iniciado o comenzarán en los próximos días, destacan la puesta en marcha de un Club de Lectura, un nuevo Taller de Manualidades y la gimnasia de mantenimiento, todas ellas dirigidas a personas mayores de 65 años, incluidas en el referido programa de envejecimiento activo, que es totalmente gratuito para los asistentes.

EDUCACIÓN | REUNIÓN

El Consejo Escolar Municipal constituye una comisión para la Semana Santa 2018

Asistió como nueva concejal de Educación Pilar Tébar, que sustituye a Luisa Fernández

G.G. / TOBARRA

Bajo la presidencia del alcalde de Tobarra, Pío Bernabéu, se celebró en el salón de plenos del Ayuntamiento una reunión del Consejo Escolar Municipal que, entre otras cosas, procedió a constituir una comisión de coordinación para la Semana Santa de 2018.

El consejo, del que forman par-

te los directores de los centros educativos municipales (Colegios Asunción, Cervantes y Cristo de la Antigua y el IES Cristóbal Pérez Pastor) y miembros de la corporación (un representante de cada grupo político), estudió la propuesta de actividades a realizar en el municipio, aprobó la propuesta municipal para el Calendario Es-

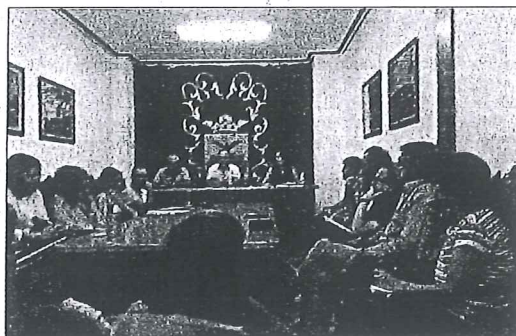


Imagen de la reunión celebrada en el Ayuntamiento. / P.B.

colar y realizó una valoración sobre el inicio del curso, al tiempo que procedió a revisar las comisiones del propio Consejo Escolar Municipal, del que forma parte como nueva concejal de Educación Pilar Tébar, en sustitución de Lui-

sa Fernández. En representación de los grupos políticos municipales, además del alcalde y de la concejal de Educación, asistieron; Santiago Valcárcel, del PP; Carlos López, del Partido Socialista y Manuel Escobar, de la PCdt.



Cruz Roja Española Albacete ha añadido 5 fotos nuevas.

29 de septiembre de 2017 ·

TALLER DE RISOTERAPIA DE CRUZ ROJA ESPAÑOLA EN TOBARRA.

Desde el proyecto de atención a personas en proceso de envejecimiento, siguen con los talleres para mejorar el estado de salud y de autoestima de las personas, en este caso, mediante el uso de la risa, con un taller de risoterapia.

La risoterapia es una estrategia o técnica psicoterapéutica que tiende a producir beneficios mentales y emocionales por medio de la risa. La risa es saludable y reír sirve para vivir mejor. En el acto de reír, como en todo acto que se experimenta verdadero placer, se segregan endorfinas, las hormonas de la felicidad que aseguran el bienestar. Por lo tanto la risa tiene que estar presente diariamente para incrementar nuestras habilidades de solución de problemas, puesto que los problemas de la vida con una risa siempre se solucionan mejor.



INFRAESTRUCTURAS | OBRAS

Arreglan el camino de dos pedanías con una ayuda de 14.000 euros

Proceden a realizar obras de asfaltado de la vía que une Santiago de Mora y Los Mardos con cargo a una subvención aportada por el Grupo de Acción Local Campos de Hellín

• Para el alcalde, Pío Bernabéu, con esta actuación «se verán beneficiados de manera especial los vecinos de ambas pedanías y también los agricultores de la zona».

G.G. / TOBARRA

Con cargo a una subvención de más de 14.000 aportada por el Grupo de Acción Local Campos de Hellín, el Ayuntamiento tobarreño ha iniciado el arreglo de caminos rurales de diversas pedanías.

En concreto, y según la información facilitada por el alcalde, Pío Bernabéu, «se procederá a realizar obras de asfaltado, parcheo y renovación del firme en diversos tramos del camino rural que une las pedanías de Los Mardos y Santiago de Mora».

Recuerda el primer edil tobarreño que las obras han comenzado esta misma semana y que están presupuestadas en una cantidad que supera los 14.000 euros, financiadas con fondos procedentes del Grupo de Acción Local en un 80%, «el resto lo aportará el propio consistorio».

VECINOS Y AGRICULTORES. El alcalde recuerda que con esta actuación, se verán beneficiados «de manera especial los vecinos de ambas pedanías, así como los numerosos agricultores que trabajan en las explotaciones agrarias de



El alcalde (segundo por la derecha), el concejal de Urbanismo y diversos técnicos en el camino que se arreglará. / P.B.

esta zona tobarreña. Y se favorecerá el tránsito de vehículos por caminos rurales, así como todo tipo de servicios municipales, sociales, sanitarios, etcétera».

Del mismo modo, continúa Bernabéu, «en algunos tramos se va a realizar el perfilado y refino de cunetas y la ejecución de vados de paso en los cauces de las ramblas, así como otros trabajos de mejora de este camino rural».

Revisión de las obras

En el inicio de las obras, proyectado para el pasado miércoles, se personaron en la zona el propio alcalde, Pío Bernabéu, acompañado por el concejal de Urbanismo, Juan García, y el técnico municipal, Rafael Alfaro, «con el fin de revisar y comprobar los tramos en los que se va a actuar, ubicados en esta vía, transitada principalmente por los vecinos de ambas pedanías».

Hay que recordar que esta vía, que une ambas pedanías (Los Mardos y Santiago de Mora), se encuentra en un estado muy deficiente y que los vecinos han manifestado en más de una ocasión, desde hace años, que era necesario proceder a su arreglo. G.G.

PATRIMONIO

La Oficina Municipal de Turismo edita diversos folletos

■ La Oficina Municipal de Turismo que dirige el concejal de la Plataforma Ciudadana de Tobarra (PCdT), Manuel Escobar Martínez, ha editado diversos folletos informativos, «sobre los lugares y monumentos más emblemáticos de Tobarra y alrededores», siendo el último de los realizados el referido al conjunto Rupestre de Alborajico, «otra joya de nuestro patrimonio artístico histórico, un lugar que no deja indiferente a quienes lo visitan y que recomendamos abiertamente». En el folleto se indica que este conjunto del siglo VI, «se encuentra situado en la Muela de Alborajico, una pequeña montaña al noreste del paraje de Alboraj, muy próximo al arroyo del Ojuelo, a la Laguna de Alboraj y, a pocos kilómetros de la pedanía de Aljubé».

PEDANÍAS

Eligen a José Luis Moreno como nuevo presidente de la Asociación de Vecinos de Sierra

■ La asamblea de la Asociación de Vecinos de la pedanía tobarreña de Sierra, se reunió con el fin de elegir y designar al nuevo presidente de la asociación para los próximos dos años. Explican desde la propia asociación, que a partir de ahora, «el cargo lo asume José Luis Moreno Pérez, vecino de la pedanía y persona muy activa en nuestra asociación». Además, durante la reunión, se habló sobre el estado de las cuentas de la asociación y la situación del cementerio, que pertenece a los propios vecinos de la pedanía de Sierra y de la Iglesia.

ACTIVIDADES

El Centro de Mayores programa un curso sobre 'El Poder de la palabra'

■ Desde la dirección del Centro de Mayores de Tobarra, que está programando diversas actividades de cara al último trimestre del año, han programado para el próximo 3 de octubre, un curso sobre *El Poder de la Palabra*, para el que está abierto el plazo de inscripción hasta un día antes del comienzo del mismo. Se trata de un curso que consta de tres sesiones que se realizará con el objetivo principal de prevenir y sensibilizar «para fomentar la autonomía y autoestima, ofreciendo información sobre posibles situaciones de maltrato o abuso a personas mayores». Se realizará los martes en horario de mañana, de 10,30 a 11,30.

MAYORES | ACTIVIDADES

Asistencia masiva al Taller de Risoterapia

La actividad denominada como Taller de Risoterapia, organizada por Cruz Roja dentro del proyecto de Atención a personas en proceso de envejecimiento, contó con gran asistencia y un resultado aceptable. Se realizó con el objetivo principal de «mejorar el estado de salud y de autoestima de la persona mediante el uso de la risa, que es saludable». La risoterapia «tiende a producir grandes beneficios mentales y emocionales por medio de la risa». / J.G.





Radio Tobarra

644 Tweets



Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia



Radio Tobarra @radiotobarra · 3/10/17 ✓

Otra propuesta de Cruz Roja

para personas mayores de 65 años

Miércoles 4 octubre 2017

5:00 de la tarde

en la sede de Cruz Roja

Actividad gratuita



Radio Tobarra @radiotobarra · 29/9/17 ✓

(Y sabe cantar el himno del Atleti)





🔍 Cruz Roja Española Albacete



INICIO

INFORMACIÓN

OPINIONES

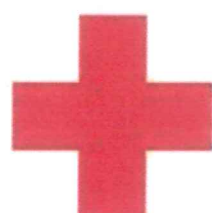
FOTOS



Cruz Roja Española Albacete



3 de octubre de 2017 · 🌐



Cruz Roja Española
Tobarra

CHARLA SOBRE LA DEPRESIÓN

para personas mayores de 65 años

Miércoles 4 octubre 2017

5:00 de la tarde

en la sede de Cruz Roja

Actividad gratuita



Personas con movilidad reducida
pueden disponer de transporte adaptado.





Cruz Roja Española Albacete ha añadido
2 fotos nuevas.



5 de octubre de 2017 •

Ayer, en la sede de Cruz Roja en Tobarra tuvo lugar una charla sobre la Depresión, donde se explicó en qué consiste, su sintomatología, cómo afecta a las personas mayores, cómo aparece, cómo mejorar nuestro estado de ánimo, etc.

Impartida por Amparo Ballesteros, voluntaria de Cruz Roja y médico de profesión.



MAYORES | ACTIVIDADES



[]

AMPARO BALLESTEROS

«Los síntomas se deben detectar de manera rápida para evitar que se achaquen a la vejez»



1. Un momento de la charla ofrecida por la doctora Amparo Ballesteros a las personas presentes en la actividad. 2. Asistieron alrededor de 30 personas. 3. Voluntarios de Cruz Roja recogen a las personas que necesitan acudir en un vehículo adaptado, para que nadie se quede sin ir a una cita. / G.G.



[]

LAURA LÓPEZ GARCÍA

«Trabajamos diariamente con 109 usuarios mayores para mejorar su calidad de vida»



[]

MANUEL ROMÁN

«Cruz Roja es una entidad viva gracias a que cuenta con el apoyo de toda la sociedad local»

ACCIÓN CONTRA LA DEPRESIÓN

La doctora Amparo Ballesteros ofreció una charla por la tarde a una treintena de asistentes, dentro del Programa de Atención a mayores, dependientes y sus familias

G.G. / TOBARRA

Una treintena de personas, mayores de 65 años, asistió ayer tarde a la actividad organizada por Cruz Roja, dentro de su Programa de Atención a personas mayores, dependientes y sus familias, con el fin «de detectar los síntomas de la depresión».

La acción fue llevada a cabo por la doctora Amparo Ballesteros, ex coordinadora del Centro de Salud, tras su reciente jubilación, quien afirma que su intención principal es la de que los asistentes «puedan detectar de manera rápida los síntomas de la depresión, ya que en muchas ocasiones, sobre todo en las personas mayores, se enmascaran porque se achacan a la vejez».

Amparo Ballesteros habló «de un acercamiento a los trastornos del ánimo en general y de forma específica, de los síntomas y las situaciones que van de la mano del envejecimiento y del estilo de vida previo y el que se adopta con la

edad». Recordó que «no hay fórmulas mágicas, pero sí está claro que debemos de evitar el aislamiento y la inactividad».

En otro momento de su intervención, también dijo «que es muy común el sentimiento de soledad y en muchos casos de abandono, como propiciadores de estos estados depresivos en los mayores».

PROGRAMA PARA MAYORES.

La charla, para la que desde la Asamblea Local dispusieron de un servicio de recogida de las personas que lo necesitaran, con un vehículo adaptado, fue muy animada y los asistentes mostraron su satisfacción porque se realicen este tipo de actividades.

Con el programa, dirigido a mayores de 65 años, según explica la trabajadora social, Laura López García, «se pretende mejorar la calidad de vida de las personas mayores a través de diferentes actividades, encaminadas a fomentar la autonomía personal, combatir la

soledad y el aislamiento, el seguimiento de hábitos saludables, el mantenimiento de las funciones cognitivas y el apoyo a las familias con personas mayores a su cargo».

Recuerda Laura López que trabajan diariamente con 109 usuarios mayores para mejorar su calidad de vida, «generando dinámicas de inclusión encaminadas al bienestar físico emocional y social y con el objetivo de que todas las personas mayores pueden ocupar el puesto que merecen en la sociedad y disfruten de una vida plena y satisfactoria sea cual sea su edad».

Amparo Ballesteros alaba «el gran trabajo que lleva a cabo Cruz Roja en Tobarra, y no sólo con las personas mayores, ya que pone en marcha actividades para los jóvenes y realiza trabajos con la comunidad, servicios sociales, en definitiva un trabajo excepcional en todos los sentidos y ámbitos».

El presidente, Manuel Román, recuerda que «Cruz Roja es una

entidad viva, gracias a que cuenta con el apoyo de toda la sociedad local, a que tienen unas instalaciones extraordinarias y al gran número de voluntarios que desarrollan un trabajo solidario y sin descanso».

Voluntarios que realizan «visitas periódicas a los usuarios del programa, para charlar, salir a pasear o realizar actividades de distinta índole, prestan servicios de acompañamientos puntuales, para acudir a una cita médica o a una gestión administrativa».

Son voluntarios (la entidad cuenta con unos 90) los encargados de facilitar la asistencia de los vecinos que lo soliciten, como en la tarde de ayer, en la que tuvieron que realizar diversos viajes para recoger en un vehículo adaptado, a las personas que querían asistir a la charla y no podían hacerlo por sus propios medios, como también harán (ya lo anuncian) para visitar el cementerio el próximo 1 de noviembre.


ALBACETE
BALOMPIÉ


AYUNTAMIENTO



DIPUTACION

TOBARRA

Charla contra la depresión en CRE

G. G. - jueves, 5 de octubre de 2017



Charla contra la depresión en CRE

La doctora Amparo Ballesteros ofreció una charla a una treintena de existentes, dentro del Programa de Atención a mayores, dependientes y sus familias

Una treintena de personas mayores de 65 años, asistió a la actividad organizada por Cruz Roja, dentro de su programa de atención a personas mayores, dependientes y sus familias, con el fin «de detectar los síntomas de la depresión», charla ofrecida por la doctora Amparo Ballesteros



Atrás



Adelante



Inicio



Marcadores



Pestañas



Cruz Roja Española Albacete ha añadido
3 fotos nuevas.



7 de octubre de 2017 ·

Cruz Roja Española en Hellín acoge la 2ª Jornada sobre Voluntariado para Presidentas y Presidentes Locales de Cruz Roja en la Provincia de Albacete.

Durante la mañana del Sábado 7 se reunieron las Presidentas y Presidentes Locales de Cruz Roja de la Provincia de Albacete en la Asamblea Local de Hellín para trabajar la gestión de voluntariado en relación a la captación, acogida, incorporación, participación y formación del mismo en Cruz Roja Española, elaborando y diseñando herramientas y canales que sirvan a los equipos locales y provinciales para incrementar sus capacidades y mejorar sus respuestas en la atención hacia las personas más vulnerables.

Estas Jornadas ofrecen un espacio de análisis y reflexión a las Presidentas y Presidentes Locales en relación a las propuestas de mejora en la actividad voluntaria.





🔍 Buscar



Inicio

Información

Opiniones

Fotos

Vídeos



Cruz Roja Española Albacete ha añadido
2 fotos nuevas.

5 h • 🌐

Ayer, en la sede de Cruz Roja en Tobarra tuvo lugar una charla sobre la Depresión, donde se explicó en qué consiste, su sintomatología, cómo afecta a las personas mayores, cómo aparece, cómo mejorar nuestro estado de ánimo, etc.

Impartida por Amparo Ballesteros, voluntaria de Cruz Roja y médico de profesión.





Cruz Roja Albacete

3.010 Tweets



Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia



Cruz Roja Albacete @Cruz... · 21/10/17 ▾

Comenzamos el sábado formándonos para mejorar nuestras acciones en las Jornadas de [#Formación](#) para el [#Voluntariado](#) [#Albacete](#)



Cruz Roja C-LM y CRJ_CastillaLaMancha



Cruz Roja Albacete @Cruz... · 17/10/17 ▾

Taller para Voluntari@s sobre el Buen Trato a [#PersonasMayores](#) con José Luis García Delegado de Participación Ciudadana [@policia](#) [#Albacete](#)





Radio Tobarra

644 Tweets



Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia



Radio Tobarra @radiotoba... · 23/10/17 ✓

Servicio de transporte adaptado para visitas al cementerio.



Cruz Roja Española

Tobarra

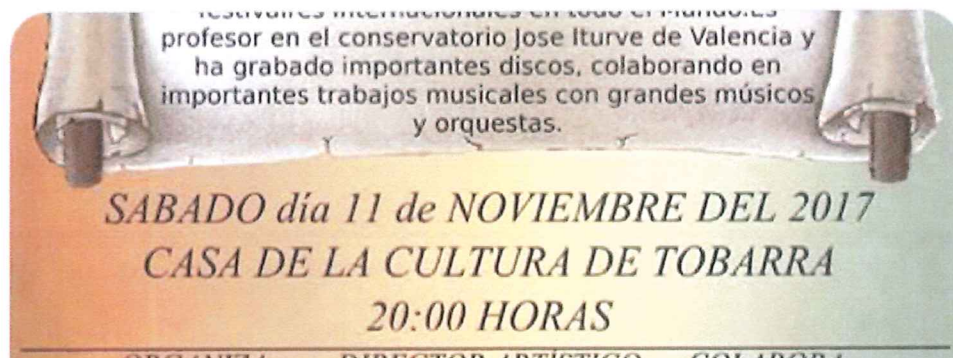
FESTIVIDAD DE TODOS LOS SANTOS

PONEMOS A DISPOSICIÓN DE PERSONAS
CON MOVILIDAD REDUCIDA EL SERVICIO DE



Radio Tobarra @radiotoba... · 23/10/17 ✓

Guitarras en..., la Casa de Cultura





INICIO

INFORMACIÓN

OPINIONES

FOTOS



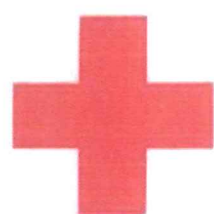
Cruz Roja Española Albacete

...

23 de octubre de 2017 · 🌐

Cruz Roja TOBARRA.

Un año más, Cruz Roja ofrece su servicio de Transporte Adaptado con motivo de la festividad de Todos los Santos. Además, el día 1 de noviembre en la puerta del Cementerio Municipal, se realizarán prestamos de productos de apoyo para todas las personas que lo soliciten.



Cruz Roja Española

Tobarra

FESTIVIDAD DE TODOS LOS SANTOS

*PONEMOS A DISPOSICIÓN DE PERSONAS
CON MOVILIDAD REDUCIDA EL SERVICIO DE*

TRANSPORTE ADAPTADO



DEL 26

DE OCTUBRE





Cruz Roja Española Albacete

...

24 de octubre de 2017 ·

CRUZ ROJA EN TOBARRA.

El viernes día 27 de octubre de 2017, Cruz Roja impartirá un taller de Alimentación Saludable en la Casa de la Cultura de Fuente Álamo. Actividad gratuita.

CASTILLA-LA MANCHA

PROGRAMA

**PROMOCIÓN DEL
ENVEJECIMIENTO ACTIVO**

**TALLER DE
ALIMENTACIÓN
SALUDABLE**





Cruz Roja Albacete

3.010 Tweets



Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia



Cruz Roja Albacete @Cru... · 24/10/17 ✓

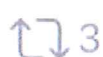
Cruz Roja Tobarra un año más ofrece su servicio de Transporte Adaptado con motivo de la festividad de Todos Los Santos.

CON MOVILIDAD REDUCIDA EL SERVICIO DE

TRANSPORTE ADAPTADO



DEL 26
DE OCTUBRE
AL 2 DE NOVIEMBRE



Cruz Roja Albacete @Cru... · 23/10/17 ✓

En [#CruzRoja](#) Madrigueras también puedes disfrutar el próximo día 31 de octubre de un "Pasaje del Terror", te esperamos [#Halloween](#)





Radio Tobarra Municipal

25 oct. 2017 a las 10:26 •

Esta tarde a las 19:30, en las aulas de Cruz Roja, se inauguran las "II Jornadas por la Igualdad". Serán tres días hablando de diversidad sexual y de género.

Lo hacemos también hoy miércoles en TOBARRA A LA UNA:

<http://www.radiotobarra.es/programas/tobarra-a-la-una/>



PRUEBA NUESTRAS APLICACIONES



RTM
Radio Tobarra Municipal

AHORA es
www.radiotobarra.es

¡¡NOS TIENES EN EL BOLSILLO!!



Casimiro Bleda Onrubia y 21 personas más

POLÍTICA



Imagen de los cinco concejales del Partido Popular en uno de los últimos Plenos celebrados en el Ayuntamiento de Tobarra. J.G.G.

El alcalde considera que mientras él trabaja, el PSOE y la PCdT «ya están de campaña electoral»

En respuesta a los grupos políticos de la oposición municipal, Pío Bernabéu destaca «la doble cara de la Plataforma» y cree que «jamás se llevará a cabo la moción de censura»

G.G. / TOBARRA

El alcalde de Tobarra, Pío Bernabéu, ante las manifestaciones realizadas la pasada semana por los grupos municipales de la Plataforma Ciudadana de Tobarra (PCdT) el PSOE, en el que mostraban su preocupación por la deriva a la que el alcalde está llevando al municipio» y explicaban las reuniones realizadas para presentar una posi-

ble moción de censura, «con el fin de reconducir la situación política municipal», considera que «la oposición adelanta en Tobarra la campaña electoral de 2019».

Para Bernabéu, la Plataforma Ciudadana «sin aportar ninguna idea, ni proyecto, tan sólo poniendo la condición al PSOE de que el concejal Valcárcel no sea el alcalde, realiza lo que parece una declaración de intenciones a sus votantes

para que se vea que no tienen pacto con el Partido Popular».

Por su parte, el PSOE, «no aporta prácticamente nada. Entre otras cosas, que refinanciará la actual deuda. Con lo cual se alargará en el tiempo y se incrementará la misma. También que tiene el teléfono del presidente Page y que eso es una gran noticia, aunque no dice de tener el del vicepresidente García Molina, que es quien lleva real-

mente las riendas de Castilla-La Mancha».

Para el alcalde y el Partido Popular de Tobarra, lo planteado por la PCdT «son excusas, ya que jamás se llevará a cabo la moción de censura, aunque en el PSOE propongan otro concejal para la alcaldía, ya que las relaciones quedaron demasiado dañadas entre ambos en el anterior periodo municipal».

Se refiere también Pío Bernabéu,

a la «doble cara de la Plataforma Ciudadana de Tobarra» y consideran que el concejal Manuel Valcárcel, «sigue con su obsesión, desde que perdió las elecciones de 2015, de volver a la alcaldía de Tobarra. Cosa que tampoco es creíble, dada su buena posición y sueldo en Geacam, donde además tiene a su disposición un todo terreno para desplazamientos particulares y paseos por Tobarra».

OPOSICIÓN

Bernabéu cree que «quieren ganar en los despachos»

Pío Bernabéu lo tiene claro: «los dos grupos políticos que perdieron las pasadas elecciones municipales, quieren mover ficha y han estado manteniendo diversas reuniones para plantear una moción de censura al actual equipo de Gobierno del Partido Popular, queriendo ganar en los despachos lo que no consiguieron en las urnas de una manera democrática. Algo que, por otra parte, también es totalmente democrático y están en su derecho».

RESPUESTAS

«Los socialistas obstaculizan y ponen trabas»

En respuesta al PSOE, el alcalde considera que «la tónica general» del principal grupo de la oposición está siendo la de «obstaculizar y poner trabas, desplegando de manera continua y constante una campaña de acoso y derribo hacia nuestro equipo de gobierno del PP, en la que permanentemente han puesto impedimentos a todas nuestras propuestas, aunque buscáramos el beneficio de nuestro pueblo; su política ha estado basada desde el principio en no colaborar nunca en nada».

BREVES

MUJER

Las II Jornadas de Igualdad que abordan la 'Diversidad sexual' comienzan hoy

■ Entre hoy y el próximo viernes, se realizarán las II Jornadas de Igualdad, que serán inauguradas en un aula de la Asamblea Local de Cruz Roja a las 19,30 horas. Después de la inauguración se ofrecerá una charla sobre la diversidad,

a cargo de los psicólogos Leo Mulló y Ana Prieto, «dirigida al público en general, pero especialmente a padres y madres». Mañana y el viernes se realizarán talleres formativos en el Instituto de Enseñanza Secundaria Cristóbal Pérez Pastor dirigidos a los alumnos de tercero y cuarto de la ESO y una sesión destinada al profesorado del propio IES.

COLECTIVOS

La Asociación de Amigos del Tambor convoca su asamblea general

■ La Asociación de Amigos del Tambor (la más numerosa del municipio) realizará su asamblea general, presidida por José Manuel Cano Paterna, el próximo 10 de noviembre, en su sede, donde se aprobarán los proyectos para 2018.



DESARROLLO

El Grupo de Acción Local Campos de Hellín aprobará hoy el presupuesto 2018

■ Los más de 40 miembros de la Asociación Campos de Hellín, pertenecientes a entidades públicas y privadas de la comarca, se reunirán esta tarde en Ontur, con el fin de celebrar una asamblea en la que se aprobará, si procede el presu-

puesto para 2018, que contempla unos ingresos superiores a los 223.000 euros, mientras que los gastos no alcanzan los 193.000 euros. La asamblea también adoptará acuerdos relativos a la composición de la Junta Directiva y será informada sobre los detalles de ejecución del Programa Comarcal de Desarrollo Rural y los proyectos aprobados hasta la fecha.



TELEVISIÓN HELLÍN

3 h ·

Cruz Roja Tobarra, un año más, ofrece su servicio de Transporte Adaptado en el cementerio con motivo de la festividad de Todos Los Santos. A partir de mañana 26 de octubre.



Cruz Roja Española

Tobarra

FESTIVIDAD DE TODOS LOS SANTOS

*PONEMOS A DISPOSICIÓN DE PERSONAS
CON MOVILIDAD REDUCIDA EL SERVICIO DE*

TRANSPORTE ADAPTADO



**DEL 26
DE OCTUBRE
AL 2 DE NOVIEMBRE**

El 1 de noviembre en el cementerio, préstamo de sillas de ruedas, muletas, andadores...

Para solicitar el servicio llamar al 967 22 22 22 o al 967 32 51 98



MUJER | ACTIVIDAD

Abordan la diversidad sexual en las II Jornadas de Igualdad

La asociación 'Todos por la igualdad de género de Tobarra', presidida por Amparo Ballesteros, anima a los vecinos a que se hagan socios, con una simple aportación anual de cinco euros

G. G. / TOBARRA

En la tarde de ayer fueron inauguradas las II Jornadas de Igualdad organizadas por el Centro de la Mujer y la asociación *Todos por la igualdad de género de Tobarra*, y que concluirán el próximo viernes con talleres para alumnos de la ESO en el IES Cristóbal Pérez Pastor.

Este año se aborda el tema de la diversidad sexual, y tras la inauguración se ofreció una charla sobre la diversidad, a cargo de los psicólogos Leo Mulió y Ana Prieto, que

interactuaron con la treintena de personas que acudió a la llamada de la asociación y del Centro de la Mujer, entre otras la concejal de Cultura, Pilar Tébar.

La asociación que preside Amparo Ballesteros, hace un llamamiento para la captación de socios, que pagan una cuota anual de cinco euros, y recuerdan que se constituyó «expresamente para sensibilizar de la importancia de la igualdad de género en todos los ámbitos de la vida diaria».

Y recuerdan que todos tenemos

la obligación y responsabilidad de «prestar ayuda para erradicar las tendencias y hábitos que subrayen las diferencias en función del sexo, superando así las costumbres machistas de trato discriminatorio».

TALLERES. Esta mañana y la del viernes, se realizarán talleres formativos en el Instituto de Enseñanza Secundaria Cristóbal Pérez Pastor, dirigidos a los alumnos de tercero y cuarto de la ESO y una sesión destinada al profesorado del propio IES.

Las jornadas se organizan con el apoyo económico del Instituto de la Mujer de Castilla-La Mancha, y se dirigen «principalmente a la comunidad educativa, eligiendo el tema de la diversidad social porque está oculto y causa muchos problemas que pueden llevar a la exclusión social».

Concluirán mañana con un nuevo taller dirigido a los alumnos de la ESO, e impartido por los mismos expertos, que hablarán sobre las diferencias que hay en cuanto a la identidad social.

CONSEJOS

Decálogo sobre la igualdad

En la convocatoria de esta jornada, las organizadoras ofrecen un decálogo en el que, entre otras cosas se aconseja: «educar en igualdad para ayudar a erradicar tendencias y hábitos que subrayen las diferencias. No permitas que ninguna persona se sienta menospreciada. Denuncia la vulneración de los derechos humanos de las mujeres. Impulsa y fomenta una igual participación de mujeres y hombres en todos los ámbitos de la vida, en igualdad de derechos y deberes. Potencia el uso de un lenguaje no sexista. Participa socialmente y apoya las iniciativas que favorezcan la equidad de género. Exige la igualdad de trato y los derechos de todas las mujeres, etcétera».



Los expertos posaron con las organizadoras de las jornadas, en la sede de Cruz Roja, a donde acudieron unas 30 personas. / G. G.



CULTURA | MÚSICA

El guitarrista Ruiz del Puerto actuará el 11-N

Los organizadores consideran que se trata de la «actividad cultural más importantes del año en la localidad»

G. G. / TOBARRA

El próximo 11 de noviembre actuará en la Casa de la Cultura, desde las 22 horas y con una entrada popular (sólo cinco euros) el guitarrista José Luis Ruiz del Puerto, considerado como uno de los artistas más importantes del panorama internacional.

El concierto está organizado por la asociación local Guitarras en el Convento, que preside Fernando Gómez, que realiza diversas actividades y cada año programa, al menos, un concierto (el pasado año contó con una asistencia de más de 80 personas).

Sobre Ruiz del Puerto, escribía la revista especializada *Classical*

Guitar, que «está considerado uno de los más firmes valores dentro del panorama guitarrístico contemporáneo español y su amplia dedicación a la difusión de la música española actual, le ha valido el reconocimiento internacional».

De su extensa biografía, destacar que es miembro fundador de las *Jornadas Internacionales de*

Guitarra de Valencia, director artístico del *Concurso Internacional de Guitarra Alhambra* y, como docente, imparte clases en el Departamento de Guitarra del Conservatorio José Iturbi de Valencia.

Su trabajo dedicado a la música española, inspirada en Federico García Lorca, «ha tenido un gran reconocimiento internacional».



Cruz Roja Albacete

3.010 Tweets



Tweets

Tweets y respuestas

Multimedia

↻ Cruz Roja Albacete ha retwitteado



Cruz Roja C.Real @CruzR... · 29/10/17 ✓

Además de voluntariado de
[#CiudadReal](#), [@CruzRojAlbacete](#)
[@CruzRojaCuenca](#) [@CruzRojaGuada](#) y
[@CruzRojaToledo](#) han participado en el
[#simulacro](#) 👍👏👏



Cruz Roja C-LM y 2 más



↻ 9

♡ 16



Cruz Roja Albacete @Cru... · 29/10/17 ✓

Hoy estamos de [#PreventivosCruzRoja](#)
en la [#BTT](#) de Cenizate con Voluntari@s
de [#CruzRoja](#) Madrigueras. Ánimo 🚴



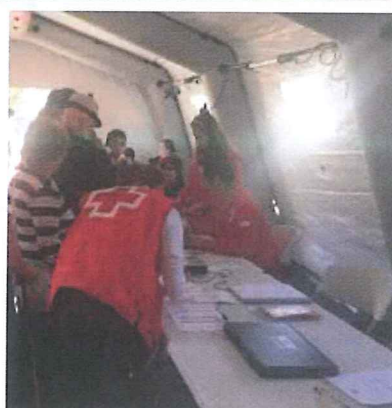


Cruz Roja Ciudad Real ha añadido 6 fotos nuevas.



Ayer a las 15:05 · 🌐

Más de 60 personas han participado en el simulacro de hoy, a los que se suman las personas que nos han ayudado en este entrenamiento haciendo de afectados por una emergencia.



Escribe un comentario...





Cruz Roja Albacete

3.010 Tweets



Tweets

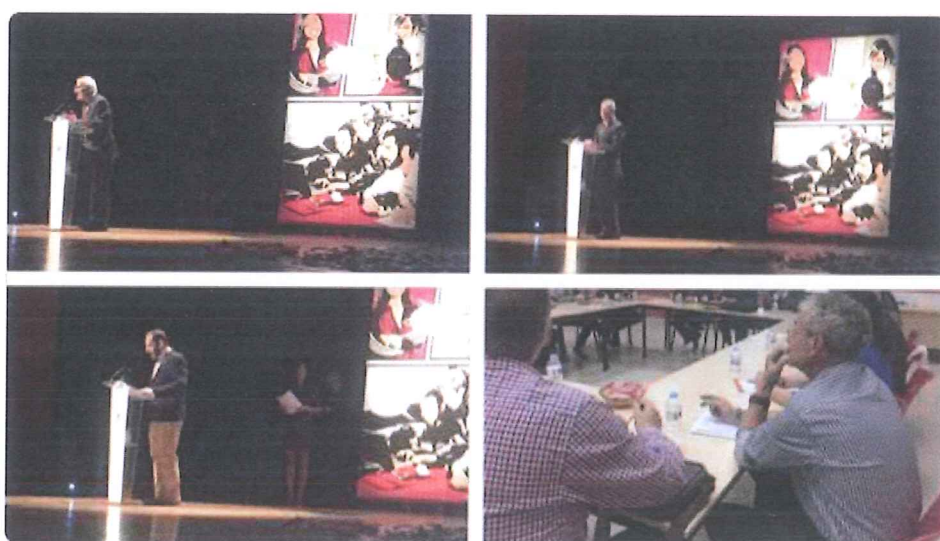
Tweets y respuestas

Multimedia



Cruz Roja Albacete @Cru... · 30/10/17 ✓

Hoy [#DíadelSocio](#) nos acompañan al acto entre otr@s Javier Senent Presidente Nacional de [@cruzrojaesp](#) y Jesús Esteban presidente autonómico.



Cruz Roja C-LM



↻ 2

♡ 3



↻ Cruz Roja Albacete ha retwitteado



LaCerca noticias CLM ✓ · 30/10/17 ✓

.@CruzRojEsp da las gracias a sus socios y socias en [#Albacete](#)
[@CruzRojAlbacete](#) [lacerca.com/noticias/albac...](#)



↻ 2

♡ 3





Inicio



Por si te lo perdiste



Radio Tobarra @radiotobarra · 5d

Servicio de transporte adaptado para visitas al cementerio.



Tobarra

FESTIVIDAD DE TODOS LOS SANTOS

PONEMOS A DISPOSICIÓN DE PERSONAS
CON MOVILIDAD REDUCIDA EL SERVICIO DE

TRANSPORTE ADAPTADO



↻ Cruz Roja Albacete ha retwitteado



Noticias Albacete @PeriodicoAB · 2d

#Albacete Taller gratuito de reanimación cardiopulmonar y auxilios básicos...

@CruzRojAlbacete @CruzRojEsp

**Taller de Reanimación Cardiopulmonar (R.C.P.)
y Auxilios Básicos.**
(GRATUITO)

Viernes 17 de Noviembre
19:00 a 21:00h

Pabellón



Impartido por Cruz Roja La Red





Inicio



Cruz Roja Albacete @CruzRojAlb... · 4d

Cruz Roja Tobarra un año más ofrece su servicio de Transporte Adaptado con motivo de la festividad de Todos Los Santos.

CON MOVILIDAD REDUCIDA EL SERVICIO DE

TRANSPORTE ADAPTADO



DEL 26
DE OCTUBRE
AL 2 DE NOVIEMBRE



3

3



Xtontos @Xtontos

El Día de la Iglesia Diocesana nos recuerda que "Somos una gran familia contigo".¿Cómo podrías colaborar tú?
[#DID17 portantos.es/iglesiadiocesa...](#)

