

La otra página del mes de los libros

¡ESCRITA Y FIRMADA!

La grafóloga nos descubre el lado más humano de los grandes literatos que dejaron su huella en Toledo

P.2-3



Ponemos en marcha la 'estación del millón de euros'

P. 7



Conservar el patrimonio sin que lo pague el vencedor

P. 12



10 pequeñas historias que hacen más única la catedral

P. 8-9

Mora

La Fiesta del Olivo, de recoger aceitunas a lanzar chochos

Bargas

La Patrulla Verde nos llena de primavera un año más

Nambroca

Más de 100.000 euros para mejorar el alumbrado público

Mocejón

Nuestros tesoros con ruedas ocuparán las calles 2 años después

Orgaz

A los bolos ya no se juegan los cuartos, pero sí hay campeones

Sonseca

La fiesta de nuestro patrón cumple más de 400 años

PARA CELEBRAR ESTA SEMANA EL DÍA DEL LIBRO

Descubrimos el lado más personal de **11 escritores que dejaron su firma en Toledo**

MARÍA SAIZ
MSAIZ@PRENSAIBERICA.ES

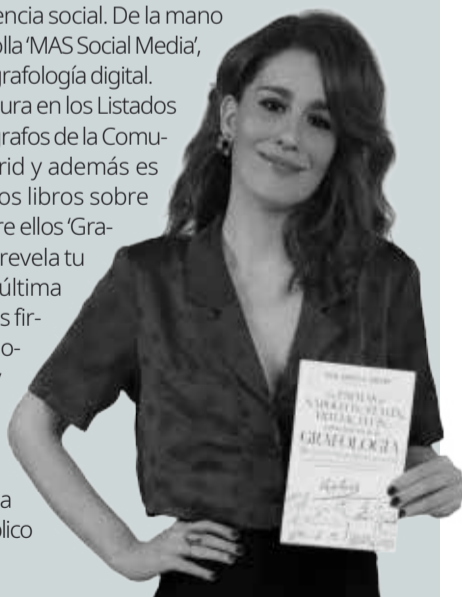
Cada 23 de abril, el Día del Libro invita a redescubrir la literatura desde nuevas perspectivas. Una jornada no solo dedicada a la lectura, sino también a quienes dieron forma a las palabras que han atravesado siglos. Y en ese recorrido, Toledo -donde se extiende al mes del libro- ocupa un lugar privilegiado en el que la historia, el arte y la literatura conviven en cada rincón.

Cuna y refugio de grandes autores, Toledo mantiene relación directa con figuras clave del Siglo de Oro, como Garcilaso de la Vega o Lope de Vega. Sin embargo, su rastro no solo se limita a sus obras, también permanecen en documentos, manuscritos y firmas que permiten acercarse a su identidad.

Con el objetivo de conocer ese lado más personal, La Crónica de Toledo analiza, de la mano de la grafóloga experta Macarena Arnás, once escritores que no solo dejaron su firma en Toledo, sino en la historia española.

El análisis de Macarena Arnás, una de las grafólogas más importantes

Licenciada en Derecho y Comunicación, Macarena Arnás es una experta en grafología. Su pasión por la psicografía, la cual descubrió cuando apenas tenía 10 años, la desarrolló a través de «La Magia de las Letras». Un proyecto dedicado a la grafología, las técnicas proyectivas, la pericia caligráfica y al coaching. A través de este, el cual también cuenta con un perfil en Instagram (@lamagiadelasletrasoficial), analiza escritos y dibujos de personajes de interés y trascendencia social. De la mano de este desarrolla 'MAS Social Media', orientado a la grafología digital. Desde 2017 figura en los Listados de Peritos Calígrafos de la Comunidad de Madrid y además es autora de varios libros sobre grafología, entre ellos 'Grafología, lo que revela tu escritura' o su última publicación 'Las firmas de Napoleón, Stalin y otras historias de la grafología', en los que se acerca esta disciplina al público general.



¿Cómo de fiable puede llegar a ser el análisis de un grafólogo?

La grafología no está reconocida oficialmente como ciencia, sino como pseudociencia. Aún así, los análisis de personalidad que desarrolla

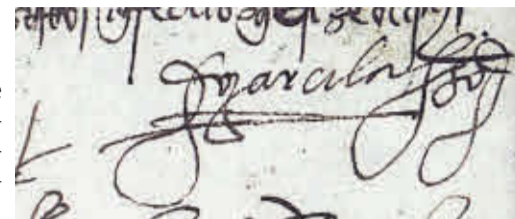
sí están bien valorados y respaldados por la sociedad. Esta disciplina parte del estudio morfológico de la escritura, en la que también se fundan

otras técnicas asentadas en la comunidad científica, como la pericia caligráfica. Una misma persona puede ser grafólogo y perito calígrafo. Este determina la autenticidad de manuscritos y es aceptada como prueba fiable.

5 CONSERVADAS EN EL ARCHIVO HISTÓRICO PROVINCIAL DE TOLEDO

Garcilaso de la Vega

Se trata del testamento del poeta toledano. Pese a que se conserve en el archivo, el poeta lo realizó en Barcelona en julio de 1529, siete años antes de su muerte. Desde la ciudad condal fue enviado a su viuda, Elena de Zúñiga.



PERSONA MUY EMOCIONAL. Predominan las lazadas, típicas de la época, pero los trazos van un poco más en sentido regresivo, las letras se inclinan levemente, lo que indica que era una persona muy emocional, pero también cambiante y variable, que podía llegar a tener muchos cambios de humor.

Santa Teresa de Jesús

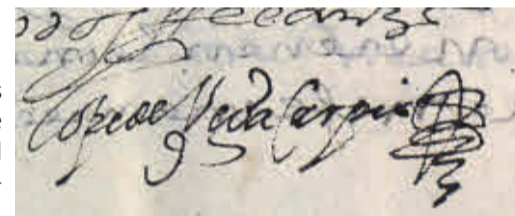
Se trata de un documento fechado en marzo de 1588. En concreto, un acuerdo firmado entre la Santa y su amiga Luisa de la Cerda, para la financiación del convento que terminó fundando en Malagón, Ciudad Real. El AHPTO cuentan con otros dos documentos con su firma.



PERSONA INQUIETA Y SENSIBLE. Se aprecia una grafía aparentemente caótica y desordenada, pero con buena psicomotricidad. Esto sugiere inteligencia, inquietud y sensibilidad.

Lope de Vega

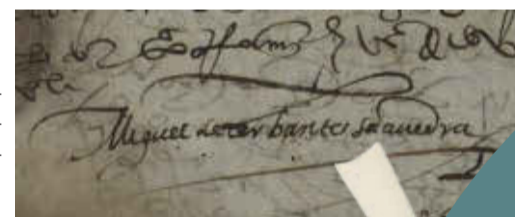
El archivo conserva dos documentos firmados por el autor de la obra 'Fuenteovejuna'. Ambos se tratan de contratos de alquiler, en concreto, el presentado data de 1604 para una vivienda cerca de la iglesia de San Justo.



PERSONA MUY EMOCIONAL. Tiene una tendencia a prolongar mucho la zona inferior, lo que indica que era una persona que hacía todo lo que se proponía. Las curvas hablan de un carácter creativo e idealista, además de ser también un hombre muy autoexigente consigo mismo.

Miguel de Cervantes

No vivió en la capital, pero sí en Esquivias, de donde era su mujer, Catalina de Palacios. En esta localidad, ante el notario otorgaron y firmaron ambos su carta de dote matrimonial en 1586.



PERSONA MUY EMOCIONAL. Era habitual la firma en dos planos, acompañada de curvas y lazadas que reflejan cierto componente de prestigio social. También presenta lazos y crestas, habituales de la época, que se asocian con rasgos como la imaginación, la subjetividad y cierta tendencia a la evasión.

Tirso de Molina



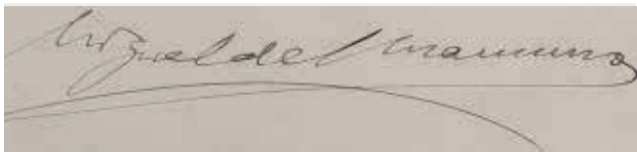
Se trata de un contrato firmado en 1615 por muchas personas, entre las que se encuentra Gabriel Téllez, su nombre real. Un acuerdo entre el comendador de Santa Catalina y el convento de la Merced.

MUY PERFECCIONISTA. Es una letra en la que los renglones se pisan unos a otros y con un ángulo a la izquierda, lo que indicaría que era una persona muy perfeccionista, con tendencia a veces al rencor o a la autoexigencia. La letra tumbada también indica un carácter pasional.



OTROS 6 ESCRITORES LIGADOS A TOLEDO

Miguel de Unamuno



Es una carta escrita de su puño y letra en mayo de 1913. En esta, el escritor bilbaíno apoya al director de la Escuela de Maestros de Salamanca y a su homóloga de la Escuela de Maestras sobre la formación de los correspondientes escalafones de funcionario.

PASIONAL E INTELIGENTE. Su letra filiforme, es decir, con apariencia de hilo, y con inclinación progresiva hacia la derecha reflejan lógica e inteligencia, además de un carácter pasional.

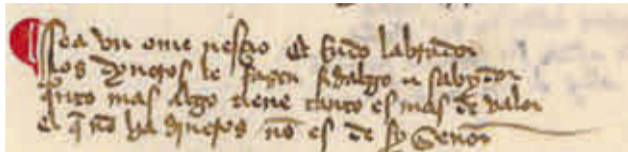
Fernando de Rojas



Conservada en el Archivo Municipal de Talavera de la Reina, es la primera firma descubierta del autor de 'La Celestina', que fue alcalde del propio municipio.

PERSONA CON ORGULLO. Es una letra en dos planos con una tendencia a ocupar las zona superior e inferior e inflarlas, lo que habla de un fuerte sentido de la estética, necesidad de reconocimiento y autoafirmación. El hecho de que haya tantos inflados desvela que era un hombre con mucho orgullo.

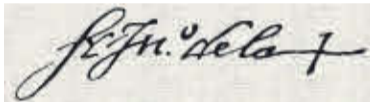
Arcipreste de Hita



La firma proviene del 'Libro de buen amor', composición formada por más de 1.700 estrofas que relatan la vida de Juan Ruiz, autor de la obra y más conocido como el Arcipreste de Hita.

INFLUENCIADO POR LA ÉPOCA. Aún así, es una letra muy cuidada con mucha cresta y formas que van hacia la parte izquierda, lo que indica buena memoria y cierta nostalgia. Es cierto que hay más componentes marcados por la cultura que por su personalidad.

San Juan de la Cruz



Esta se conserva en los archivos históricos provinciales de Jaén y Segovia, entre otros lugares. En ambos se guardan documentos notariales del religioso y poeta, quien nunca firmó sus escritos.

CABEZÓN Y RACIONAL. La firma tiene más ángulo y una letra un poco cuadrada, lo que plasma cierta cabezonería, terquedad y una persona con un fuerte sentido de la racionalidad. También hay una falsa unión, lo que señala timidez a la hora de relacionarse.

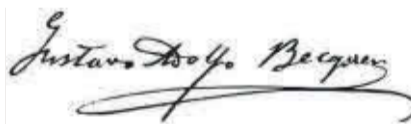
Benito Pérez Galdós



La firma y el fondo documental del novelista español, autor de obras como 'Fortunata y Jacinta' o 'Marianela' se conservan principalmente en la Casa-Museo Pérez Galdós, en la Palmas de Gran Canaria, de donde era originario. Descubrió Toledo de joven y la capital se convirtió en fuente de inspiración, la inmortalizó en 'Ángel Guerra' o 'El audaz'.

PERSONA CON MUCHO GENIO. Aparece un carácter un poco impulsivo y complicado. La letra está muy tumbada, por lo que podría ser una persona con mucho genio. La letra y la rúbrica está un poco en zigzag, lo que también habla de un hombre con grandes habilidades persuasivas y con cierta capacidad de seducción a la hora de convencer o defender sus ideas.

Bécquer



Pese a no conservarse como tal en un documento en Toledo, el célebre poeta español dejó su firma en la puerta del convento de San Clemente, realizada entorno al año 1857 y que fue descubierta en 1915.

PERSONA CREATIVA Y EMOCIONAL. Es una letra súper curva, con una tendencia a prolongar mucho el trazo en la zona inferior, además de hacerlo un poco tumbado. Esto señala que era una persona que ejecutaba todo lo que se proponía. Además, se observa un fuerte sentido de la estética, el cual está muy marcado, y desvela que era un hombre muy creativo. Por último, la curva hacia la zona de la izquierda también habla de nostalgia y de una persona con buena memoria emocional.

Los 5 rasgos de las firmas que pueden desvelar tu personalidad

- 1 **La inclinación:** si es ascendente indica optimismo y ambición; si es descendente se asocia al pesimismo y fatiga física o mental
- 2 **Legibilidad:** si es legible sugiere claridad de pensamiento, responsabilidad y seguridad; mientras que si es ilegible puede indicar una personalidad reservada
- 3 **Tamaño:** si es grande es una persona extrovertida y con alta autoestima; en el caso de una firma pequeña, suele reflejar timidez
- 4 **Estructura:**
 - Solo nombre: da una mayor importancia a la propia individualidad
 - Solo apellido: simboliza el rol social y autoridad
 - Nombre y apellido: un equilibrio entre la vida íntima y la social
 - Firma envolvente: el trazo que envuelve la firma se asocia al deseo de protección, una persona cauta y prudente
- 5 **Presión y forma:**
 - Firma angulosa: indica energía y firmeza
 - Firma curva: se asocia a la amabilidad, sociabilidad y buenos modales
 - Presión fuerte: indica gran energía vital e intensidad

LO QUE DESVELAN LAS FIRMAS

DESDE RASGOS DE COMPORTAMIENTO, COMO LA IMPULSIVIDAD O LA TIMIDEZ, HASTA ATRIBUTOS EMOCIONALES O INTELIGENTES

El Archivo Histórico Provincial de Toledo guarda gran parte de la vida de El Greco

M. SAIZ
MSAIZ@PRENSAIBERICA.ES

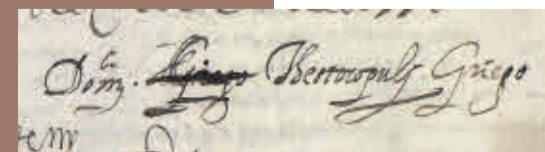
El célebre pintor no solo dejó su huella en la capital a través de sus obras... En total, el Archivo Histórico Provincial de Toledo conserva 170 documentos relacionados con la vida de Doméniko Theotokópoulos, más conocido como El Gre-

co, convirtiéndose así en la mayor fuente de documentación del griego.

Buena parte de su vida ha podido ser reconstruida gracias a estos documentos, los cuales comenzaron a ser recuperados por el archivo a partir de 1910. Entre estos se encuentra el escrito con su última firma, la cual realizó siete días antes de morir en la carta de poder que otorgó a favor de su hijo Jorge Manuel, el 31 de marzo de 1614. En este escrito el artista, ya muy enfermo, confía a su hijolatarea de realizar su testamento.

El Greco

Su letra inclinada o tumbada se relaciona con pasión, impulso y creatividad.



PARA RECUPERAR EL EDIFICIO

La Diputación comprará el edificio de la Escuela de Enfermería de Toledo

El Gobierno de la Diputación modificó su presupuesto, mediante un crédito extraordinario, superior a los dos millones de euros. Es para adquirir el edificio de la Escuela de Enfermería de Toledo. El objetivo es convertir el edificio en una residencia de estudiantes.



DESDE EL MARTES 21 DE ABRIL

'Curso de Caló' para descubrir la lengua del Pueblo Gitano

El Museo Sefardí, aprovechando la celebración del Día del Libro, organiza un curso introductorio de caló, la lengua del Pueblo Gitano en España. El objetivo es acercar al público su riqueza lingüística y cultural. Será los días 21, 22 y 23 de abril a las 17:00.

EXPOSITORES, HUERTOS...

Vuelve el Mercado de las Flores para llenar el jardín de San Lucas

En el jardín de la iglesia de San Lucas, como cada mes, se podrá disfrutar del tradicional Mercado de las Flores. El sábado 2 de mayo, se reúnen en este espacio tan especial expositores profesionales y aficionados de viveros, floristerías, artistas y huertos de ocio.

LA DIPUTACIÓN PRETENDE ACERCAR LA LECTURA A TODOS Y CONVERTIRLA EN ESENCIAL

Toledo es la capital de los libros con un abril repleto de actividades

REGINA RUIZ
RRUIZ@PRENSAIBERICA.ES

La cultura tiene un peso muy importante en el día a día de Toledo y durante el Día del Libro 2026 no iba a ser menos. Una provincia vinculada a Cervantes y en una región como Castilla-La Mancha, escenario de la obra más destacada de la literatura española, como es el Quijote, tenía que tener una programación a la altura. Por eso, la Diputación de Toledo ha preparado todo un mes de actividades para seguir acercando este arte a todos sus habitantes.

PROGRAMACIÓN GRATUITA Y DIVERSA

Las actividades son gratuitas y en dos espacios espectaculares toledanos: el Sitio Histórico de Santa María de Melque y el Palacio Provincial. El objetivo de esta programación es que los vecinos vean la lectura como una herramienta esencial para su desarrollo personal, además de que pueda unir a la

PROGRAMACIÓN

Hasta el 28 de abril se podrá disfrutar de estas actividades

En el Sitio Histórico de Santa María de Melque, para centros educativos:

- Hasta el 30 de abril: talleres de arqueología experimental, para conocer de primera mano técnicas de excavación

En el Palacio Provincial de Toledo:

Desde hoy lunes 20 al 30 de abril, amplia programación cultural con actividades de literatura, arte y comunicación. Como:

- Venta de libros a precios reducidos
- La exposición de pintura ManchArte
- Presentaciones literarias. El 21 de abril, 'Puerta Blanca: El secreto, de Ángeles Cantero', en un acto abierto al público.

El 23 de abril, Día del Libro, fuerte programación:

- Lectura pública de textos a cargo de alumnado y profesorado del Colegio Santa María Maristas
- Por la tarde, el escritor Pedro Carreño presentará 'Columnas de barro', con una teatralización de temática quijotesca.

El 28 de abril, presentación de Historia de la Sierra de San Vicente, con una actuación musical en directo del guitarrista Ariel Acebedo.

sociedad y ayudar a la difusión de nuestro patrimonio histórico. Se trata de una programación diversa y ac-

cesible para todos los vecinos, con presentaciones de libros, exposición e, incluso, actuaciones musicales. Ade-

Así ven y la escriben sus autores

Santiago Sastre Ariza.

Obras como 'Toledo en mi mano'. Explica que es una ciudad cercana, un escenario literario que despierta todo tipo de emociones

Jesús Maroto.

Aparece en obras como antologías de poesía toledana como 'Zocodoversos'. Cuenta que la gente de Toledo hace comunidad de forma muy rápida, lo que ayuda a conocer a más personas e inspirarte de sus historias, además de ser un buen escenario para crear

Rafael Cabanillas Saldaña.

Obras como 'Enjambre'. «Uno de mis actos más bellos es poder nombrar Toledo como el paisaje que habito»

más, habrá puntos de venta en los que podremos encontrar las obras más buscadas a precios reducidos. Las ac-



Los libros más vendidos en Toledo en 2026

- 1 'La asistenta', Freida McFadden
- 2 'Vera una historia de amor', Juan del Val
- 3 'Comerás Flores', Lucía Sobral
- 4 'Llevará tu nombre' Sonsoles Ónega
- 5 'Maite', Fernando Aramburu
- 6 'La ciudad de las luces muertas', David Uclés
- 7 'El novio', McFadden
- 8 'Mentira', Juan Gómez Jurado
- 9 'El último secreto', Dan Brown
- 10 'Bailando lo quitado', Ana Milán

tividades cuentan con un presupuesto de 2.000 euros y se podrán disfrutar hasta el 28 de abril.

Toledo y Alicante firman un convenio de colaboración

El alcalde de Toledo, Carlos Velázquez, y el de Alicante, Luis Barcala, firmaron convenio de colaboración entre las ciudades para generar nuevas oportunidades. Va a fortalecer sus ofertas turísticas y la promoción como destinos.



Candlelight llega a Toledo con un tributo a The Beatles

El domingo 26 de abril, en el Círculo de Arte, llega Candlelight, los ciclos de música clásica a la luz de las velas. En esta ocasión, traen un tributo a The Beatles a las 17:30 y un concierto Queen vs ABBA a las 18:30.



Un nuevo medio de actualización constante en internet y publicación mensual en papel, sobre todo lo que pasa y afecta a Toledo. Noticias de interés general recogidas por y para los vecinos, que siempre son los protagonistas de nuestras informaciones.

Todo con un tratamiento periodístico y un enfoque informativo para que siempre encontremos lo que nos interesa, importa, preocupa y entretiene.

Redacción:
cronica.toledo@epe.es



ANÚNCIATE
639 73 28 04

Responsable Comercial:
Carlos Redondo

mail: credondo@epe.es

Teléfono: 639 73 28 04

el Periódico
de España

Tagus
ahora es

Facsa. Toledo

**Misma empresa
Mismo equipo
Mismo compromiso**

*Más de 20 años
cuidando el agua
de Toledo.*

El programa para que los mayores disfruten de su móvil

El programa 'Conecta Toledo' ayudará a un centenar de personas mayores con concursos gratuitos a manejar «con seguridad, confianza y autonomía», teléfonos móviles y disfrutar así de todas las ventajas.



Avanza la segunda fase de recuperación de Vega Baja

La segunda fase de este proyecto contempla la adecuación de una parte del yacimiento visigodo para hacerlo visitable. Se van a crear sendas peatonales y eliminar barreras que actualmente dificultan el tránsito.



21 millones de euros para generar empleo en la provincia

La Diputación de Toledo ha presentado el programa 'Toledo Emplea +' para 2026 y 2027. Una iniciativa de 21 millones de euros para la creación de empleo y reforzar los servicios municipales la provincia.



Propuestas con respuestas

Recogemos las propuestas que los vecinos plantean a La Crónica de Toledo y la respuesta del ayuntamiento. Aquí no abordamos temas políticos, sino las situaciones cotidianas que los ciudadanos identifican y que requieren mejoras.

¿Siguen los proyectos anunciados de la candidatura a Capital Europea de la Cultura 2031?

El ayuntamiento tiene una hoja de ruta y un programa que va a desarrollar con la convicción de que la cultura es la herramienta más transformadora para mejorar a las personas y a las ciudades. No ser Capital Europea de la Cultura no significa que dejemos atrás el esfuerzo realizado. Seguiremos trabajando por hacer de Toledo referencia y escaparate cultural.



Los parques presentan una falta de zonas verdes y los padres echamos de menos que haya más columpios

La apuesta decidida de este ayuntamiento con el aumento de zonas verdes es total y absoluta. El Plan de Arbolado se encuentra ya en su cuarta fase. Para cuando llegue el final de la actual legislatura, la ciudad contará con alrededor de 5.000 nuevos ejemplares autóctonos y decenas de miles de nuevos arborescentes. La recuperación del histórico parque de Safont en el proyecto Renace Tajo es buena muestra de nuestra política verde con la eliminación de hormigón y su rehabilitación para ocio y disfrute para nuestros vecinos.



La suciedad generada por las aves es muy abundante y sería bueno controlarla

En materia de limpieza el Ayuntamiento de Toledo ha destinado una partida mayor para este año 2026 y así reforzar sus servicios. El objetivo es que estos lleguen a más zonas de la ciudad, que en estos momentos se encuentra en constante crecimiento. También hay que recordar que se han reforzado las labores de limpieza los fines de semana. Además, se ha formalizado una licitación específica a través del Consorcio para ofrecer un servicio de limpieza de los espacios visitables y las Rutas de Patrimonio Desconocido debido, entre otras cosas, a los excrementos generados por las aves que habitan en el Casco Histórico. La limpieza es una de nuestras prioridades.

El aparcamiento sigue siendo un problema sin resolver en la ciudad

Somos conscientes de los problemas que se dan para aparcar. Es conveniente recordar que nuestra ciudad cuenta con numerosos aparcamientos gratuitos con un número de plazas considerable, unos más próximos al Casco Histórico y otros algo más distantes, como puede ser La Pareda, pero todos disponen de servicios de transporte público cercanos para acercarse al centro. Este ayuntamiento abrió más de 200 plazas de aparcamiento junto Renfe en el barrio de Santa Bárbara y se ha ampliado el de Santa Teresa hasta las aproximadamente 1.000 plazas. Pero no paramos. Hemos anunciado un nuevo aparcamiento en una parcela en las inmediaciones del Hospital Universitario de Toledo con hasta 600 nuevas plazas gratuitas.



Habría que mejorar la frecuencia de buses en Azucaica

El ayuntamiento podrá en marcha una nueva línea que comunique el barrio de Azucaica, El Beato y el barrio del Polígono. No sólo reforzará y aumentará la frecuencia de autobuses urbanos en el barrio, sino que permitirá a sus vecinos desplazarse por más zonas de la ciudad sin necesidad de utilizar su vehículo privado. Esta línea está prevista esté operativa cuando finalice el nuevo vial que comunicará el barrio con el Polígono y que también es una demanda histórica.

TECNOLOGÍA MÁS EFICIENTE

La Diputación de Toledo renovará el alumbrado artístico del palacio

La Diputación ha iniciado la renovación del alumbrado artístico exterior del Palacio Provincial. El sistema actual de 2003 será sustituido por una instalación de tecnología LED de última generación, más eficiente y respetuosa, con un importe de 762.197 euros.



EN TODA CASTILLA-LA MANCHA

El plazo de solicitudes para la escuela de idiomas termina el día 30

Ha comenzado el procedimiento para la admisión en las escuelas oficiales de idiomas en Castilla-La Mancha para el curso 2026/2027. Las solicitudes se pueden presentar hasta el 30 de abril y únicamente se pueden realizar por vía electrónica en la Secretaría Virtual.



DESPUÉS DE SEIS AÑOS DE DETERIORO, LA RECLAMACIÓN HISTÓRICA VECINAL VISLUMBRA LA SOLUCIÓN

Ponemos en marcha la 'estación del millón de euros'

REGINA RUIZ
RRUIZ@PRENSAIBERICA.ES

Desde hace seis años, los vecinos de Toledo denuncian que su estación de autobuses lleva arrastrando desperfectos y un estado de deterioro importante. Hay que recordar que este lugar es el punto de unión entre el centro de la ciudad y muchos de los municipios de la provincia, además de una de las opciones más utilizadas de los turistas para llegar desde Madrid, con un servicio directo cada media hora.

Esta situación va a llegar a su fin, porque entre lo que queda de 2026 y 2027, la Junta de Castilla-La Mancha, la Diputación y el Ayuntamiento de Toledo han firmado un acuerdo histórico para arreglar todos los desperfectos. Será más de un millón de euros de inversión y estarán repartidos a partes iguales entre las tres instituciones. Van a servir para arreglar las escaleras mecánicas y los ascensores, una de las reclamaciones más repetida entre los vecinos, solucionar los problemas de filtraciones y drenaje del agua o mejorar los aseos, entre otros puntos. El objetivo es una estación más moderna, eficiente y segura para un medio de transporte que realiza más de 11.000 viajes en el año y emite más de 200.000 billetes anuales en Toledo.



Así será la reforma «histórica» de nuestra estación

La reforma llega con un acuerdo conjunto entre Junta de Castilla-La Mancha, Diputación y Ayuntamiento de Toledo. Ya en 2026 se redactará el proyecto, saldrá su licitación y se extenderá hasta 2027. Consisten en:

- Reparar escaleras mecánicas y ascensores.
- Solucionar problemas de filtraciones y drenaje de agua
- Reparar la cubierta.
- Mejorar la climatización de una forma más eficiente.
- Acondicionar las dársenas, paredes y otras estructuras.
- Mejorar los aseos y zonas de espera para pasajeros.

Pensada para vivirla, como en Manzanares o Alcázar de San Juan

La reforma de la estación de autobuses de Toledo no se queda ahí. El consejero de Fomento, Nacho Hernando, explicó que quieren que tenga una vida útil similar a las estaciones de Manzanares o Alcázar de San Juan, es decir, el ocio y la restauración de sus inmediaciones desarrollados. Con una estación más atractiva, es fácil que llegue actividad empresarial a la zona y poder ser un punto de reunión para vecinos.

¿Sabes por qué a los autobuses de Toledo los llaman «Katangas»?

Aunque es un término que se está perdiendo, si eres de Toledo, seguro que has escuchado cómo llaman a los autobuses «katangas». Una palabra muy particular que proviene de los inicios de este servicio, que se inauguró en la década de los 60 en la ciudad. En esos momentos, ocurría la guerra de Katanga en el Congo. La llegada de este sistema supuso un cambio muy importante, todo el mundo quería montar en ellos y se generaban conflictos, hasta el punto que la gente empezó a decir: «Esto es peor que la guerra de Katanga».

TOLEDO, SÉPTIMA Clasificación por costes de rehabilitación en estaciones similares

- 1. Madrid - Méndez Álvaro. 2004-2007.** 15 millones de euros. Ampliación de dársenas e integración intermodal con Cercanías.
- 2. Estaciones de autobuses de Catalunya 2026.** 10 millones de euros. Rehabilitación integral, mejora de pavimentos y accesos y mejora en los servicios.
- 3. Salamanca. 2018.** 4 millones de euros. Modernizar su imagen y potenciar la comodidad, se instaló una cristallera, nuevas dársenas, se cambiaron las instalaciones obsoletas por otras más eficientes y el edificio se adaptó a las personas con discapacidad.
- 4. Toledo. 2012.** 3,5 millones de euros. Renovación de dársenas, rehabilitación integral del edificio y mejoras en los accesos.

- 5. Sevilla - Estación Plaza de Armas. 2022-2024.** 3,5 millones de euros. Reforma integral, mejora de accesos...
- 6. Línea de la Concepción. 2025.** 3,4 millones de euros. Reforma de la cubierta, los cuartos de baño, las salas de espera, los locales comerciales, la dársena exterior y la Plaza de Europa.
- 7. Toledo. 2026-2027.** Más de un millón de euros. Es una rehabilitación total, arreglando escaleras mecánicas, cubierta, ascensores, aseos...
- 8. Soria. 2025.** 800.000 euros. Eficiencia energética (aislamiento, carpinterías), accesibilidad universal y redistribución de espacios.
- 9. Granada. 2019.** 250.000 euros. Reforma integral del edificio y mejora de los accesos.

INCLUSIÓN EDUCATIVA

La provincia de Toledo tendrá 26 equipos de atención a alumnado TEA

La apuesta del Gobierno de Castilla-La Mancha por la inclusión educativa da un paso más allá. Por ello, la provincia de Toledo recibirá, de manos del Gobierno regional, 26 equipos de atención educativa para alumnado con Transtorno del Espectro Autista (TEA).



EL PRÓXIMO 31 DE MAYO

Isidoro Gómez Cavero será nombrado 'Hijo Predilecto de la Región'

El Gobierno de Castilla-La Mancha va a distinguir a Isidoro Gómez Cavero con el título de 'Hijo Predilecto de la Región'. Este reconocimiento se le da por su compromiso con el deporte a través del club de balonmano REBI Cuenca y su larga trayectoria al frente del club.



SELECCIONADAS POR UN ACADÉMICO DE CIENCIAS HISTÓRICAS Y DE BELLAS ARTES

10 pequeñas historias que hacen más única la catedral

Nuestra Catedral es única. Eso es sabido por todos, pero no lo son algunos secretos que esconde en su interior, y que desde La Crónica de Toledo queremos revelar de la mano de diversos estudios de Juan Luis Alonso.

La historia de la Catedral, Primada de España, comienza en 1226 con la primera piedra colocada por Fernando III y el impulso del arzobispo Jiménez de Rada, y en este 2026 se celebrará durante todo el año su 800 aniversario.

La obra se prolongó durante más de dos siglos, hasta su consagración en 1493, y desde entonces ha dejado en la ciudad ocho siglos de fe, poder, arte e historia.

¿CONOCES SUS SECRETOS MÁS ALLÁ DE SU BELLEZA?

Es posiblemente -y dentro de todo el patrimonio de la ciudad- lo que más impacta a cualquiera que nos visite. Un templo gótico con cinco naves que deja boquiabierto a cualquiera. Su estética es envidiable. Pero esta Catedral pasa a un siguiente nivel si se descubre todo lo que la hace más única en el mundo si cabe... ¿Te atreves a descubrirlo? Merece la pena.



JUAN LUIS ALONSO
Académico Correspondiente de la Real Academia de Bellas Artes y Ciencias Históricas de Toledo

LA VIRGEN QUE SE RÍE**Fue la respuesta a una historia de amor, guerra... y un año de fidelidad**

La tradición narra la historia de Beatriz, una joven que rezaba cada día ante la Virgen mientras su marido, Santiago, estaba en la guerra. Durante más de un año no tuvo noticias de él, pero nunca perdió la fe. En una ceremonia, la imagen de la Virgen sonrió de forma milagrosa y, en ese mismo instante, Santiago regresó inesperadamente, sano y salvo, reencontrándose con su esposa y su hijo tras un largo cautiverio. Y por ello esta virgen es la consecuencia del amor y un año de fidelidad.

**PINTURA DE SAN CRISTÓBAL****Mide 11 metros y, según la tradición, quien la miraba no moría ese día**

Esta pintura, muy común en la Edad Media, representaba protección frente a la muerte súbita durante 24 horas. La figura muestra al santo —de gran tamaño— cruzando un río con el Niño Jesús sobre sus hombros, una escena ligada a su leyenda como 'portador de Cristo'. Realizado en 1638 por Gabriel Ruedas, el fresco destaca por su monumentalidad y detalles simbólicos.

**LIRA DEL CIELO****Aquí estuvieron las dos que existen, y una ha vuelto a sonar**

La lira del cielo es un instrumento único y estrechamente vinculado con nuestra Catedral. La pieza original llegó aquí en el año 1628, y en 1902 la compró el Museo de Instrumentos Musicales de Bruselas, donde sigue. En el pasado mes de marzo, una réplica original de la lira volvió a sonar en la Catedral, y aquí seguirá. Es un sonido, como dicen los expertos, «toledano».

BOTIJOS CON AGUA MILAGROSA**Sale de los pozos del claustro y se reparte desde el siglo XVII**

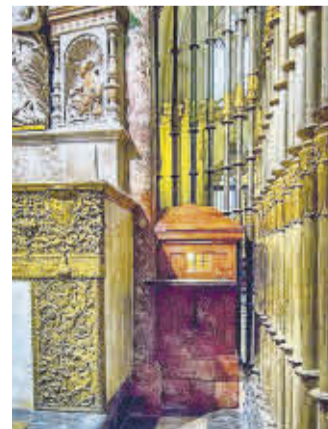
La Catedral de Toledo mantiene una tradición centenaria conocida como los botijos del agua de la Virgen, que se celebra cada 15 de agosto, día de la Virgen del Sagrario. Desde el siglo XVII, se reparte gratuitamente agua procedente de los pozos del claustro para aliviar el calor a vecinos y visitantes. Esta costumbre, ligada a leyendas de curaciones y milagros, se ha convertido en una de las tradiciones más populares de la ciudad y hoy se sigue celebrando en el interior del claustro catedralicio.

RELOJ DE UNA SOLA MANILLA**Solo necesitaban que marcara las horas de los rezos, y los minutos no importaban**

Es uno de los únicos relojes de una sola manilla en todo el mundo, y en la Catedral se encuentra sobre la puerta 'de la Feria'. Fue construido hace dos siglos (alrededor de 1776) por Manuel Gutiérrez, y en el pasado producía un sonido peculiar con un martillo que golpeaba el yunque situado sobre la esfera interior. La única aguja que tiene indica la hora, ya que su diseño priorizó marcar únicamente las horas, y sigue siendo de los pocos en todo el planeta Tierra.

PIEDRA EN LA QUE SE HABRÍA POSADO LA VIRGEN MARÍA**La 'Piedra de la Descensión', donde la Virgen María se apareció a San Ildefonso en el año 665**

La Catedral alberga la conocida Piedra de la Descensión, situada en una pequeña capilla, vinculada al milagro en el que la Virgen María descendió para imponer la casulla a San Ildefonso en el año 665. Según la tradición, en esta piedra quedaron marcadas sus huellas y hoy sigue siendo objeto de devoción. La capilla, construida en el siglo XIV, se ubica en un lugar de gran valor histórico y simbólico, ya que ha pasado de basílica visigoda a mezquita y, finalmente, a catedral.



27.901 ALUMNOS ESTE CURSO

Castilla-La Mancha incrementa en un 137% los alumnos de FP Dual

Amador Pastor, consejero de Educación Cultura y Deportes de Castilla-La Mancha, anunció recientemente que la región ha incrementado en un 137% el alumnado que cursa Formación Profesional Dual. Esta formación ha sufrido un aumento de 16.128 alumnos este curso.



EN TODA LA REGIÓN

I Rutas Senderistas Accesibles para Personas con Discapacidad

El Gobierno de Castilla-La Mancha lanza la I edición de las Rutas Senderistas Accesibles para Personas con Discapacidad. En total serán 10 rutas en 2026, dos por provincia. Tendrán lugar en meses de primavera y otoño y están pensadas para un máximo de 60 participantes.



UN BALCÓN QUE USABA ISABEL LA CATÓLICA

Asistía desde ahí a los actos religiosos de la Catedral toledana



Este pequeño palacio incluía varias estancias, capilla, tribuna y un patio privado, permitiendo a la reina alojarse y asistir a los oficios religiosos desde un balcón privilegiado sin mezclarse con el público. Hoy se conservan algunos elementos como el balconcillo restaurado y un patio oculto, testigos de la presencia de la monarquía en el templo y de la estrecha relación entre poder político y religioso.

UN RELICARIO CON LA MANO DE SANTA LUCÍA EN SU INTERIOR

Se conserva en el tesoro de nuestra Catedral, es del siglo XIV, y fue donado por Gil de Albornoz

El relicario de Santa Lucía es una obra del siglo XIV de origen italiano, probablemente de la escuela sienesa, formada por dos piezas distintas —la caja con la reliquia y la estructura— realizadas en momentos diferentes y posteriormente unidas. Esta unión se atribuye al cardenal Gil de Albornoz, quien habría adquirido las partes en Italia antes de su muerte y promovido su ensamblaje. Con el tiempo, el relicario pasó a la Catedral de Toledo, donde se integró en su tesoro como una pieza de gran valor histórico y artístico. El cuerpo incorrupto se encuentra en Venecia.



LA SAGRADA FAMILIA NO ES CATEDRAL, SINO BASÍLICA

Estas son la más antigua, la más grande, la más...

J. L. MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

Las catedrales son de lo mejor del patrimonio histórico de nuestro país. Levantadas normalmente hace siglos, son testigos directos de la evolución de la ciudad que, mientras va cambiando con el paso del tiempo, ellas siguen ahí, tal y como las construyeron. Y en nuestro país tenemos algunas de las más bellas del mundo.

1 LA DE TOLEDO FUE PRIMERO IGLESIA, LUEGO MEZQUITA...

La actual catedral se erige sobre los restos de una antigua iglesia visigoda del siglo VI, por lo que primero fue iglesia, posteriormente mezquita (siglo VIII), hasta que en 1226 el rey Fernando III el Santo ordenó la construcción de una nueva catedral gótica.

2 ¿POR QUÉ ES CATEDRAL?

Una catedral es la iglesia principal de una diócesis y sede del obispo, y una iglesia es simplemente un templo de culto cristiano.

3 ¿CUÁLES SON LA MÁS ANTIGUA Y LA MÁS MODERNA?

La más antigua, y quizás desconocida, es la de San Martiño de Mondoñedo, en el municipio de Foz (provincia de Lugo), levantada sobre unos restos prerrománicos del siglo IX. Su apariencia actual con las re-



formas introducidas en el siglo XI, cuando fue reformada en estilo románico. La más moderna es la catedral de la Almudena, en Madrid. Encargada por Alfonso XII en 1883, fue consagrada el 15 de junio de 1993 por san Juan Pablo II.

4 ¿Y LA CATEDRAL MÁS GRANDE?

La de Santa María de la Sede (Sevilla), con 23.500 metros cuadrados. Y no solo de España, para muchos es la catedral gótica más grande del mundo. Su origen se remonta al siglo XII, con la construcción de la mezquita mayor de Sevilla, de la que se conservan el Patio de los Naranjos y la Giralda.

5 ¿Y LA CATEDRAL MÁS ALTA?

Es la Catedral de la Asunción de la Virgen -en Salamanca-, con 110 metros de altura. En 1755, dos décadas después de la finalización de su construcción, el terremoto de Lisboa hizo temblar la ciudad y provocó graves daños en la torre. Se propuso derribarla, pero los arquitectos de la época buscaron soluciones para mantenerla en pie.

6 ¿Y LA CATEDRAL MÁS VISITADA?

La Catedral de Sevilla fue la más visitada durante el pasado 2025. Según cifras de la web oficial, visitaron el conjunto de Catedral y Giralda un total de 2.336.111 personas. Le siguen la Catedral-Mezquita de Córdoba, y la de Burgos.

EL PENDÓN DE LA BATALLA DE LEPANTO

Tras muchos años, hoy se puede ver en el Museo de la Santa Cruz



La Catedral conservó durante siglos uno de sus grandes tesoros históricos: el pendón de la Batalla de Lepanto (1571), una enseña de la Santa Liga donada por Felipe III en 1616. Este estandarte, que llegó a colgar en el templo en celebraciones especiales, simboliza una de las batallas navales más importantes de nuestra historia, y ligada con nosotros.

UNA DE LAS CAMPANAS MÁS GRANDES DEL MUNDO

«La Gorda» mide 2,29 metros de altura, pesa más de 17 toneladas y muy pronto se agrietó

La Campana Gorda de Toledo, conocida como Campana de San Eugenio, fue fundida en 1755 por encargo del cardenal Luis Antonio de Borbón y es una de las más grandes del mundo, con 17 toneladas. Su colocación en la torre de la Catedral fue todo un acontecimiento en la ciudad, pero desde el primer momento presentó problemas: su sonido no era el esperado debido a fallos en la fundición. Poco después se agrietó, probablemente al poco tiempo de su estreno, lo que marcó y sigue marcando su historia.



HASTA 12.000 EUROS

Ayudas del Gobierno Regional para los estudiantes

El Gobierno de CLM anima a las familias a solicitar las ayudas Reto-D, destinadas a estudiantes de estudios postobligatorios con el objetivo de combatir la despoblación en zonas rurales. Pueden alcanzar hasta 12.000 euros para universidad y 6.000 euros para FP.



GOBIERNO REGIONAL

Trabajos preventivos para evitar incendios durante el verano

La región trabaja actualmente en unas 13.000 hectáreas y prevé ampliar esta cifra con 15.000 más gracias a una inversión de 23 millones de euros. Además, se destacan las 'quemadas prescritas' como herramienta clave para evitar la propagación del fuego.



EL PASADO 16 DE ABRIL SE CELEBRÓ EL DÍA MUNDIAL DEL EMPRENDIMIENTO

En CLM el emprendimiento tiene sangre toledana

JUAN LUIS MARTÍN, REGINA RUIZ, MARÍA SAIZ
CRONICA.TOLEDO@EPE.ES

La inversión es clave para la economía y el devenir de cualquier ciudad. Genera riqueza, puestos de trabajo, servicios para los vecinos y los que nos visitan...

Y nuestra ciudad puede estar orgullosa de su tejido empresarial, con un total de 35.960 empresas y 35.960 valientes que se decantaron por Toledo, poniendo en riesgo su capital, y gracias a ello somos cada año un territorio más rico, diverso, y por el que cada día se fijan más inversores. Hemos de celebrarlo, y los tres ejemplos que vemos son sinónimo de valentía... y éxito.

TRES EJEMPLOS DE ÉXITO



Presidente del CD Toledo y fundador de Sánchez Garrido Abogados & Asesores

Joaquín Sánchez-Garrido: «Lo más importante es no tener horarios... y eso ya no pasa en los jóvenes»

Es desde enero de 2021 presidente del club de fútbol, además de dirigir su propio despacho de abogados. Para él, lo más complicado de emprender hoy día es «que el mundo es más competitivo que hace 20 años». Y no duda en cuanto a las claves del éxito, «formación permanente, sacrificio, persistencia... y no tener horarios». Aunque merece la pena, «dirigir una empresa es lo más divertido, y lo más difícil es despedir a personal». Ve a Toledo como una ciudad magnífica para invertir «porque está cerca de Madrid», e incluso ve una oportunidad de mercado: «Hacen falta hoteles».



Dueña del negocio Soy la mona, joyas artesanales que diseña, hace, vende y gestiona ella desde el Casco Histórico

Celia Espinosa: «Lo peor de emprender es convivir cada día con la incertidumbre y no dudar de ti misma en el proceso»

Tiene 28 años, pero lleva desde los 21 emprendiendo con su línea de joyas Soy la mona. Aunque sus creaciones han aparecido en 'La que se acerca', 'Operación Triunfo' o en portadas de revista, es complicado confiar en que todo va a ir bien, tomando decisiones tan importantes a diario: «A día de hoy sigo pensando a veces que esto no es para mí, pero emprender me ha ayudado a saber enfrentarme a los retos ir superando esas inseguridades». En 2025, recibió el premio Talento Joven Emprendedor.



CEO de Bonilla Motor, enfocada en taller y venta de coches

Lucía Bonilla: «En mi casa siempre se ha hablado de emprendimiento, lo tenemos en nuestro ADN»

Desde hace ocho años Lucía Bonilla lleva las riendas de Bonilla Motor como CEO de la empresa familiar. Fundada por sus padres hace 45 años -los mismos que tiene ella- esta empresa toledana de automoción está enfocada en taller y venta de coches que «faculta en torno a 7-8 millones de euros anuales», según explica a La Crónica. Lucía se define como «una mente inquieta» y lleva toda la vida emprendiendo. Su último proyecto, su startup 'Motor Mind' hace cinco años. Esta nació con el objetivo de «responder a una necesidad que no cubría el sector».

Radiografía de las 35.960 empresas en Toledo

6.373

de hostelería y restauración

3.156

empresas de servicios

2.715

de construcción y obras públicas

2.624

de alimentación y bebidas

1.491

de agricultura y pesca

Toledo, la provincia con más empresas de la región

- Toledo 35.960
- Albacete - 24.772²
- Ciudad Real - 27.615
- Guadalajara - 11.879
- Cuenca - 13.379

Comparativa con otras ciudades

- Huesca 16.525
- Badajoz 30.560
- Salamanca 19.535
- Jaén 26.300
- Teruel 8.961

¿Cuántas empresas hay en...

432.231 en Madrid

347.462 en Barcelona

133.536 en Valencia

Ayudas para centros tecnológicos

Castilla-La Mancha publicará una nueva convocatoria de ayudas dotada con 1,3 millones de euros para impulsar la I+D+i en los centros tecnológicos. Estas subvenciones apoyarán proyectos de innovación, programas de investigación y acciones de formación para el tejido productivo, con un máximo de 600.000 euros por centro.



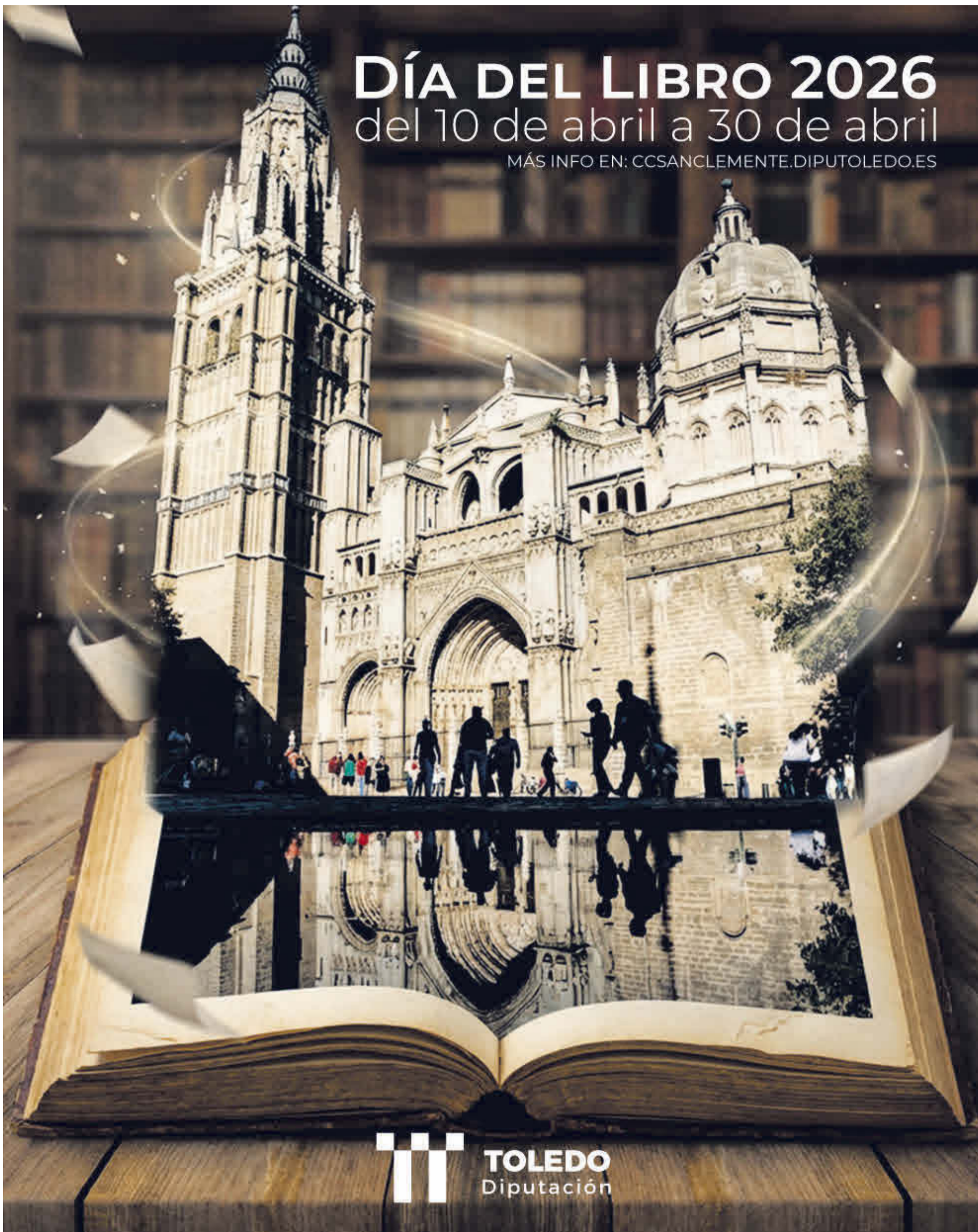
135 millones pagados de la PAC 2025

El Gobierno ha reforzado su apoyo al sector ganadero con 135 millones de € abonados en la PAC 2025, dentro de un total de 566. A estas ayudas se suman otras líneas como bienestar animal, recursos genéticos y la incorporación de jóvenes, que ya ha beneficiado a más de 1.400 nuevos ganaderos.

DÍA DEL LIBRO 2026

del 10 de abril a 30 de abril

MÁS INFO EN: [CCSANCLEMENTE.DIPUTOLEDO.ES](https://ccsancllemente.diputoledo.es)



TOLEDO
Diputación

LA RED DE VENCEJOS DE TOLEDO PIDE PROTEGER LOS NIDOS DE NUESTRA MURALLA

Conservar el patrimonio sin que lo pague el vencejo

RAFA SARDIÑA

RSGOMEZ@PRENSAIBERICA.ES

Ligero como el aire, el vencejo apenas supera los 45 gramos, pero en su pequeño cuerpo esconde la capacidad de surcar el cielo a gran velocidad, alcanzando ritmos cercanos a los de un halcón peregrino. El vencejo común suele llegar a la Península Ibérica a finales de abril o principios de mayo, por lo que nos encontramos en fechas en las que su protección —recogida en la legislación española y europea— es especialmente relevante. Desde la Red de Vencejos de Toledo se denuncia que las obras en la muralla del tramo de la Bajada de San Martín ponen en peligro la supervivencia de la especie. En este enclave ya se ha documentado con anterioridad la presencia de nidos de vencejos.

Nidos en la muralla de San Martín de Toledo



Estas obras están financiadas por el Ministerio de Cultura, que invierte 1,2 millones de euros. Así, la exigencia de «parar» los trabajos de restauración que exige la Red de Vencejos de Toledo pone sobre la mesa el debate sobre la compatibilidad entre la conservación del patrimonio histórico y la protección de la fauna urbana.

Es un pájaro increíble

1 Pesan entre 35 y 45 gramos

El vencejo común pesa entre 35 y 45 gramos aproximadamente, lo que le permite un vuelo muy ligero y eficiente durante gran parte de su vida en el aire. Y mide de 16 a 17 centímetros.

2 Las hembras ponen 2/3 huevos

La época de cría del vencejo en la Península Ibérica va de mayo a julio. La hembra suele poner 2 o 3 huevos por puesta, que se incuban unas 3 semanas antes de la eclosión.

3 Es casi tan rápido como el halcón peregrino

El halcón peregrino poco tiene que envidiar al vencejo, porque este pequeño ave es una de las más rápidas del mundo, que puede alcanzar los 100 kilómetros por hora.

4 Pasa meses enteros en el aire sin posarse en el suelo

Es una de las características más llamativas de este ave. Pasan de media de seis a diez meses en el aire, aunque se han documentado vencejos que han estado hasta 300 días volando sin parar.

5 Llega a alcanzar los 2.000 metros de altitud

Suele volar a gran altura, normalmente entre 1.000 y 2.000 metros de altitud. Es poco común verlo volar a ras de suelo.

6 Duerme volando

Puede dormir mientras vuela. El vencejo pasa gran parte de su vida en el aire y realiza vuelos de planeo donde reduce la actividad cerebral para descansar durante la noche.

380
POLLUELOS
DE VENCEJO
fueron rescatados
en el año 2025
en Toledo

7 Para alimentar a las crías captura insectos en pleno vuelo

Forma una bola de comida en la boca (bolo) de insectos que 'caza' mientras vuela. Luego regresa al nido y la regurgita para los polluelos.

8 ¡Se aparean en el aire!

Están tan adaptados a la vida en el cielo que pueden aparearse en vuelo. Comen, beben y copulan mientras vuelan.

9 Las crías echan a volar en menos de dos meses

El polluelo está aproximadamente 38-56 días en el nido antes de volar por primera vez. Depende de la comida y el clima, pero ese es el tiempo medio hasta que se independiza de sus padres. Hasta entonces, ellos son quienes lo alimenta.

Fidelidad a la pareja... y también al nido

La misma pareja de por vida

Muchas parejas se mantienen durante varios años, a veces de por vida. Además, vuelven cada primavera al mismo lugar de cría. Si uno de la pareja muere o se pierde, pueden formar una nueva en la próxima temporada de cría.

No les enseñan a volar

Los polluelos, al salir del nido, realizan su «primer vuelo» sin aprendizaje previo.

Ven a los insectos... desde el cielo

Puede detectar insectos en el aire incluso a gran altura.

Hacen los nidos con pegamento natural

Sus nidos son simples: usa plumas, hierbas y lo que atrapa en el aire, pegado con saliva.

Siempre vuelven al mismo nido

Regresa cada año al mismo lugar de nidificación, a veces al mismo hueco exacto.

Beben sin dejar de volar

Los vencejos pueden beber agua en vuelo rozando la superficie de ríos o lagos.



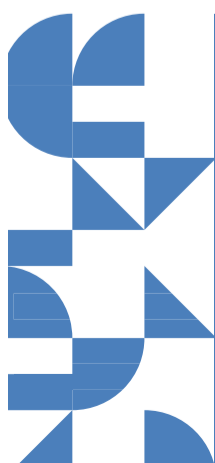
92 días para una operación, 23 menos que la media

Castilla-La Mancha cerró el año 2025 con 36.260 pacientes en lista de espera quirúrgica (18,06 por cada 1.000 habitantes), algo por encima de la mediana nacional (17,69). Sin embargo, el tiempo medio de espera es de 92 días, inferior a los 121 del Sistema Nacional de Salud. La situación es más pacientes, pero menos tiempo de espera.



Objetivo: en tres años triplicar los turistas del sur de Iberoamerica

El presidente de Castilla-La Mancha, Emiliano García-Page, ha propuesto en São Paulo triplicar en tres años los visitantes del Cono Sur (Argentina, Chile, Uruguay, Paraguay y Brasil). Lo ha anunciado en la World Travel Market Latin America, donde la región es la única CCAA con stand propio.



CR

CRÓNICAS

Toledo

Edición digital

www.epe.es/es/toledo



el Periódico de España

100 BECAS PARA APOYAR LA CARRERA Y EL TALENTO DE JÓVENES INVESTIGADORES

Impulso a la excelencia y a la retención y a la atracción de talento

DOCTORADO INPHINIT		POSDOCTORADO JUNIOR LEADER
161.200 €	Dotación total por la beca	320.100€
4 años	Duración	3 años
1.337	Solicitudes recibidas	751
4,49%	Tasa de éxito	5,33%
60	Becas concedidas	40
26,05 años	Media de edad	35,2 años
45% hombres / 55% mujeres	Género	40% mujeres / 60% hombres
Tecnología, ingeniería, física, química, matemáticas y ciencias de la salud y la vida (Incoming.Todas las disciplinas (Retaining))	Ámbitos de estudio	Tecnología, ingeniería, física, matemáticas y ciencias de la salud y la vida (Incoming y Retaining)



Catalina Vela Gual

Comenzará su primer doctorado en el Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas

«Buscar mejores tratamientos para los pacientes con cáncer es mi manera de contribuir a la sociedad». Catalina, nacida en Mallorca y formada en la Universidad de Barcelona, aspira a que sus hallazgos mejoren algún día la vida de los pacientes oncológicos. Con ese objetivo, ha vivido de primera mano la investigación biomédica en instituciones de referencia como la University of Cambridge. Ahora, a sus 25 años, y gracias a las becas de doctorado de la Fundación “la Caixa”, inicia una nueva etapa profesional con ilusión: su doctorado en el Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas en Madrid. «Es muy gratificante poder desarrollar mi investigación en España con las excelentes condiciones que me brinda esta beca», declara.



José Luis López Guillén

Gracias a la beca desarrolla parte de su doctorado en Toronto

«Mejorar el diagnóstico y tratamiento de las cardiopatías infantiles es el objetivo de buena parte de mi doctorado». José Luis López Guillén, de 32 años y especializado en cardiología pediátrica, centra su trabajo en integrar la genómica y la inteligencia artificial para avanzar en la atención cardiovascular en niños. Gracias a la beca de doctorado INPHINIT de la Fundación “la Caixa”, ha iniciado una etapa clave en su carrera investigadora, que actualmente le ha llevado a Toronto para realizar una estancia internacional. «Está siendo una experiencia muy enriquecedora», destaca. En los próximos meses regresará a España para continuar su doctorado en el Hospital La Paz con la mirada puesta en mejorar la vida de los pacientes más jóvenes.

Garantizar que los mejores jóvenes investigadores permanezcan en España y Portugal y puedan desarrollar sus ideas es clave para impulsar la innovación y la ciencia de excelencia. Con este propósito, la Fundación “la Caixa” otorga 100 becas de doctorado y posdoctorado, dirigidas a talentos destacados que llevarán a cabo sus proyectos en universidades y centros de investigación de la península Ibérica, reforzando la capacidad científica y tecnológica en nuestro país.

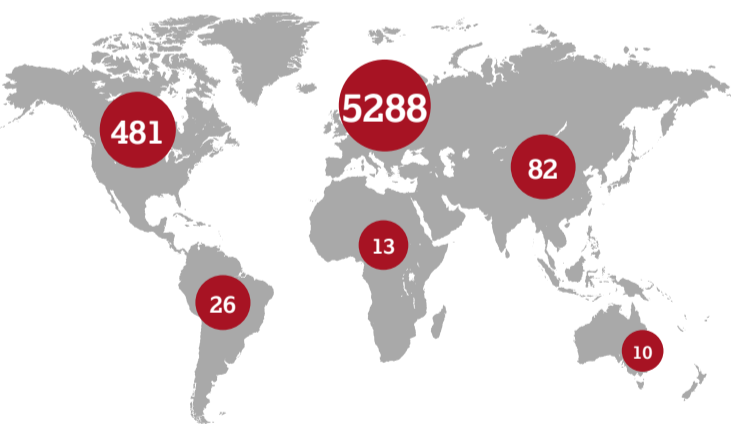
El doctorado es el nivel más alto de estudios universitarios y está dirigido a personas que quieren especializarse en un área específica. Durante el doctorado, el estudiante desarrolla un proyecto de investigación original, aporta nuevos conocimientos en su campo y, al finalizar, debe presentar y defender una tesis doctoral. El doctorado suele durar de tres a cuatro años.

El posdoctorado es la etapa posterior al doctorado, destinada a investigadores que ya han obtenido su título de doctor. Durante esta fase, el investigador continúa desarrollando su carrera científica.

BIENESTAR DE LOS INVESTIGADORES

Estas becas no solo proporcionan salarios competitivos, sino que incluyen un completo programa de formación transversal. En el caso

CASI 6.000 ESTUDIANTES YA SE HAN BENEFICIADO



de las becas de doctorado, se refuerzan competencias esenciales como la comunicación científica, el bienestar emocional de los investigadores, el liderazgo y el acceso a oportunidades de financiación. Por su parte, las becas de posdoctorado están pensadas para impulsar carreras científicas independientes, fomentando la innovación y el liderazgo como pilares fundamentales del desarrollo profesional y de la excelencia investigadora.

De los 100 becarios seleccionados en esta edición, 41 son españoles y 59 extranjeros, procedentes de 25 países. Entre estos, el país con mayor representación de becarios es Italia con 14, seguido de Portugal con 12, Alemania con 5, y Bélgica y Polonia con 3 becarios cada uno.

Una ayuda para todo el mundo

La Fundación destinará a esta promoción de becas de doctorado y posdoctorado más de 22 millones de euros. Se han distribuido entre más de 70 centros de investigación y universidades de España y Portugal. Los requisitos para acceder a ellas son no haber iniciado un doctorado, haber residido o trabajado en España o Portugal durante más de 12 meses en los últimos tres años, estudios superiores que habiliten para el doctorado y nivel de inglés acreditado (B2 o superior). La ayuda económica cubre los costes laborales, de investigación y de matrícula al doctorado.

64.454 CONTRIBUYENTES

Toledo se beneficia de las deducciones fiscales del Gobierno Regional

Unos 64.454 contribuyentes de la provincia de Toledo se podrán beneficiar de las deducciones fiscales que el Gobierno regional ha incluido en el tramo autonómico del IRPF para la campaña de 2025 y que suponen un importe de 16 millones de euros.



DEL 6 AL 11 DE JULIO

El 'Campus Gigantes' vuelve este verano a Toledo, por cuarta vez

Toledo volverá a celebrar el 'Campus Gigantes'. Esta edición, la cuarta, se realizará entre el 6 y el 11 de julio, en horario de 9:00 a 14:30 horas. El campus, dirigido a niños y jóvenes de entre 7 y 16 años, tiene un enfoque formativo adaptado a todos los niveles.



EL PASO HACIA LAS ENERGÍAS RENOVABLES PARA QUE LA TEMPERATURA NO AUMENTE 4 GRADOS

Una investigación de la UCLM predice el tiempo que tendremos en 50 años

JUAN LUIS MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

Las condiciones meteorológicas nos afectan a todos. Cualquier persona, cuando se levanta, piensa el tiempo que hará en la calle o si está lloviendo. Y hay actividades que dependen del clima de una zona. Por ejemplo, el tipo de cultivos que se pueden desarrollar en una región depende de ello.

Gracias a una investigación puntera del Campus de Toledo encabezada por Miguel Ángel Gaertner, catedrático del área de Física de la Tierra, podemos conocer cómo variará el clima en varias décadas. Todo ello lo hacen a través de un modelo climático, que es un programa matemático que han desarrollado, basado en ecuaciones y principios físicos, que permiten determinar la presión atmosférica, el viento, las temperaturas o la precipitación. Y no solo ello, desde es-

Estudian cómo renovar nuestras energías

Nos darían

- Seguridad
- Autonomía
- Más economía para el país

Evitarían

- Sequía
- Aridez
- Acidificación
- Olas de calor

DE LA FACULTAD DE CIENCIAS AMBIENTALES Y BIOQUÍMICA

ta investigación están centrados actualmente en el estudio de las energías renovables, porque «no podemos depender más de los combustibles fósiles, porque son más inestables por los problemas de suministro, y lo renovable casa con las características de nuestro país, además de tener más ventajas», explica.

Ahora centrados en las energías renovables

Los últimos cinco años de investigación se han centrado en las energías renovables porque «no podemos depender más de los combustibles fósiles. Las energías renovables, por las características del país (radiación solar, viento...) son bastante más baratas».



Miguel Ángel Gaertner

Ya tienen avances

Un resultado prometedor que han obtenido es que «la energía solar en particular es muy estable de un año a otro. Los combustibles fósiles son muy volátiles, en cambio la solar apenas varía, y por las características de España hay mucha. Y también tenemos avances con otra fuente como es la energía eólica marina, que tiene una calidad muy buena».

«¡Pero todo depende de nosotros!»

El cambio climático para este catedrático es ya «una realidad», y el tiempo que haga dentro de 100 años «depende de nosotros». De no dar el paso a las energías renovables se produciría «un aumento de temperatura de unos 4 grados».



Nueva consulta externa en el Hospital de Toledo

La Unidad de Cuidados Paliativos del Complejo Hospitalario Universitario de Toledo ha puesto en marcha una consulta externa de Cuidados Paliativos. Este recurso asistencial permitirá reforzar la atención integral a pacientes con enfermedades avanzadas y a sus familias, al tiempo que mejora la calidad asistencial.



II Torneo Interescolar de Ajedrez en Toledo

Un total de 183 jugadores de 12 colegios de Toledo participaron en el II Torneo Interescolar de Ajedrez. En esta ocasión el evento apostó por un certamen por equipos, con un total de 34, en lugar de la categoría individual en la que se compitió en la primera edición del torneo.

Hacen proyecciones del clima en el futuro

Tienen un programa matemático configurado en el que instalan diversos principios físicos como la fuerza de presión con el viento o la termodinámica y, a raíz de esto, realizan ecuaciones con las que pueden 'resolver' el futuro, y con ello pueden conocer aspectos del clima de 50 años.

¿De qué fechas pueden predecirlo?

El programa elaborado por los investigadores del Campus de Toledo no proporciona, por ejemplo, la temperatura exacta de un día en concreto, es más a nivel general, como el clima aproximado que hará dentro de 10, 20 o 50 años. Todo ello a través de los principios físicos.

¿Cómo se prevé nuestro futuro clima?

«Tendremos un clima más extremo en la ciudad de Toledo, con más diferencia de temperatura entre invierno y verano, y precipitaciones más irregulares pero más torrenciales cuando se produzcan», afirma el experto. Aunque la evolución depende «de lo que hagamos».

UNO DE NUESTROS VECINOS PODRÍA AMPLIAR SU FORMACIÓN CON LOS MEJORES DEL MUNDO

HIJA DE TAXISTA, NADIE EN SU FAMILIA TENÍA ESTUDIOS

Pilar Manchón

Hoy es líder de investigación sobre inteligencia artificial en Google Research

Hija de un taxista y una ama de casa sin estudios, Pilar Manchón creció en Sevilla en un hogar donde nadie había terminado la escuela. Su padre dejó el colegio a los 12 años y su madre a los 13. Fue la primera en acceder a la universidad y transformar su vida gracias a su esfuerzo y vocación. Pilar, lingüista computacional, es hoy una de las figuras clave en el desarrollo de la inteligencia artificial desde su puesto como directora de Estrategia de Investigación en IA en Google. Ahora vive en Los Altos, California (Estados Unidos). Su trayectoria cambió gracias a una beca de posgrado en el extranjero de la Fundación "la Caixa", que le permitió trasladarse a la Universidad de Edimburgo tras licenciarse en

Filología Inglesa. «Aquello supuso un antes y un después en mi carrera», explica.

«ARRIÉSGATE Y TEN CONFIANZA EN TI MISMO»

Aquella oportunidad no solo impulsó su formación, sino que la conectó con una comunidad internacional de talento e innovación. Desde entonces, ha desarrollado una carrera destacada en el ámbito tecnológico, centrada en uno de los grandes retos actuales: garantizar que la inteligencia artificial sea ética y esté alineada con los valores humanos. Defiende su potencial para mejorar la sociedad y anima a las nuevas generaciones a arriesgar, confiar en sí mismas y aspirar a transformar el mundo.

De Toledo y provincia pueden salir los genios del futuro

Cualquiera de nuestros vecinos puede aspirar a estas becas de posgrado de la Fundación "la Caixa". No importa de dónde vengas, ni tus recursos, ni tu origen: con talento, esfuerzo y curiosidad, puedes convertirte en uno de los genios del futuro y ayudar a transformar el mundo.



CONSIGUIÓ TRABAJAR EE.UU. CON UN NOBEL DE QUÍMICA

Marc Expòsit

Diseña proteínas para nuevas terapias que salvarán vidas

Marc Expòsit es uno de los jóvenes investigadores que está contribuyendo a transformar la biotecnología a través del diseño de proteínas con inteligencia artificial. Su trayectoria dio un salto decisivo tras obtener una beca de la Fundación "la Caixa", que le permitió acceder a Baker Lab de la University of Washington. Fue clave no solo por la financiación, sino también por el reconocimiento que supone en procesos altamente competitivos como la admisión a programas de doctorado.

ESTÁ TRABAJANDO PARA CURAR EL CÁNCER

Actualmente cursa su doctorado en Ingeniería Molecular bajo la dirección del Nobel David Baker, pionero en el diseño computacional de pro-

teínas. Su investigación se centra en el desarrollo de citoquinas, proteínas que regulan la respuesta del sistema inmunitario, con el objetivo de diseñar nuevas terapias para enfermedades como el cáncer o los trastornos autoinmunes. Mediante algoritmos avanzados, su trabajo permite explorar combinaciones imposibles de abordar en el laboratorio tradicional, abriendo la puerta a proteínas completamente nuevas con funciones específicas. Además del avance científico, Expòsit destaca el entorno colaborativo del Baker Lab, donde la conexión entre investigadores impulsa la innovación. Contempla seguir vinculado a la investigación o emprender nuevos proyectos en el ámbito biotecnológico.

BECAS QUE PERMITEN INVESTIGAR HASTA CON UN PREMIO NOBEL

La Fundación "la Caixa" convoca 100 becas para cursar estudios de posgrado en universidades o centros de investigación de Europa, América del Norte o Asia-Pacífico. Tienen una duración de 24 meses y ha permitido a alumnos a estar bajo la dirección de un premio Nobel como David Baker, que es un pionero en el diseño computacional de proteínas.

¿CUÁL ES EL LIMITE DE EDAD Y QUÉ HACE FALTA PARA PEDIRLA?

No hay un requisito de edad, pero sí es necesario disponer de un título de grado concedido por una universidad española (los candidatos españoles) o una universidad portuguesa (los candidatos portugueses). Además, los estudios de grado deben de haberse finalizado entre enero de 2017 y julio de 2026.

INICIÓ LA AVENTURA CON 30 AÑOS, MUJER Y DOS HIJOS

Sergio Boixo

Desarrolla un chip cuántico capaz de hacer en 5 minutos cálculos que llevarían 10.000 trillones de años

Con 30 años, una mujer y dos hijos, Sergio Boixo decidió dejar atrás su carrera en la banca -trabajó en el Banco Central Europeo y en Dresdner Bank- para seguir su vocación científica. Nacido en León, creció en un entorno familiar ligado a la ciencia: su abuelo era veterinario y su abuela química. Desde pequeño mostró interés por la física y la filosofía, y esa curiosidad marcó su vida. Con el impulso de una beca de la Fundación "la Caixa", cursó estudios en Física Cuántica y se trasladó a Estados Unidos para completar su doctorado. «Me fui con toda mi familia a Albuquerque, Nuevo México. Allí trabajé sobre todo la metrología cuántica y elaboramos una teoría que explicaba cómo

hacer medidas con mucha más precisión», cuenta.

SU OBJETIVO AHORA ES EL PRIMER TRANSISTOR CUÁNTICO

Hoy es uno de los referentes en computación cuántica, liderando proyectos pioneros que buscan desarrollar el primer ordenador cuántico funcional. Junto a su equipo ha creado avances como un chip capaz de resolver en minutos cálculos imposibles para los ordenadores tradicionales. Willow es un chip cuántico capaz de realizar en cinco minutos un cálculo que al más rápido de los ordenadores clásicos le llevaría hacer 10.000 trillones de años. Boixo está convencido de que «el siguiente hito es el primer transistor cuántico».

SE FUE A LA CUARTA MEJOR UNIVERSIDAD DEL MUNDO

Juan Argote

Su software permite mejorar el transporte público en la ciudad

Juan Argote, nacido en el barrio de Les Corts, en Barcelona, descubrió su vocación gracias a los documentales de Jacques Cousteau y su interés por matemáticas y biología. Inicialmente se inclinó por la arquitectura, pero pronto eligió Ingeniería de Caminos en la Universitat Politècnica de Catalunya (UPC), donde se fascinó por la ingeniería de transporte. «Fue la primera vez que vi la posibilidad de influir en la vida diaria de las ciudades», explica.

En el año 2008, recibió la beca de posgrado en el extranjero de la Fundación "la Caixa", que le abrió las puertas de la Universidad de Berkeley, en California, Estados Unidos. Allí desarrolló su doctorado y el software CABBIE -junto a sus com-

pañeros de doctorado- para mejorar el transporte público, que se integró en ciudades como San Sebastián, en el País Vasco. Con este sistema, se dio cuenta que «podía influir en las infraestructuras de las ciudades».

AHORA SE DEDICA A TRANSFORMAR LA CIUDAD Y LA TECNOLOGÍA

Hoy está al frente de Aurora Data Solutions, liderando proyectos de movilidad inteligente y vehículos autónomos. Su experiencia muestra cómo la vocación, la formación y oportunidades como las becas de la Fundación "la Caixa" permiten a personas como Juan transformar la ciudad y la tecnología, contribuyendo a un futuro más eficiente y seguro.



Según los últimos datos del INE, en Toledo hay casi medio millar de ciudadanos chinos empadronados.

SE CONMEMORA DESDE EL 2010

En Toledo también se habla mandarín y hoy celebramos el Día de su lengua

R. SARDIÑA
CRONICA.TOLEDO@EPE.ES

Cada 20 de abril se conmemora el Día de la Lengua China, una jornada establecida por las Naciones Unidas con el objetivo de promover el multilingüismo, la diversidad cultural y el uso equitativo de las lenguas oficiales dentro del organismo internacional. Esta fecha busca también acercar a la ciudadanía la riqueza

za del idioma chino, uno de los más hablados y antiguos del mundo.

El Día de la Lengua China forma parte del programa de los Días de las Lenguas Oficiales de la ONU, que incluye las seis lenguas reconocidas por la organización: árabe, chino, inglés, francés, ruso y español. Estas celebraciones tienen como finalidad reforzar el valor de la comunicación entre culturas y fomentar el respeto por la diversidad lingüística como herramienta de entendimiento global.

POR QUÉ SE CELEBRA EL 20 DE ABRIL

La elección del 20 de abril no es casual. Esta fecha está vinculada a la tradición china del "Guyu" o "Lluvia de Mijo", uno de los 24 términos solares del calendario tradicional del este de Asia, que marca el inicio de la temporada de lluvias en el campo y simboliza la fertilidad y el crecimiento.

DESDE 1946

El chino es una lengua oficial desde hace solo 80 años

El chino es lengua oficial de las Naciones Unidas desde hace 80 años. Forma parte de las seis lenguas oficiales junto con árabe, inglés, francés, ruso y español, promoviendo el multilingüismo.

409

chinos empadronados en la ciudad

3.193 en toda la provincia de Toledo

800 millones de hablantes nativos

50.000

caracteres tiene la lengua

2.000-3.000 caracteres para leer un periódico. Una misma sílaba puede tener varios significados «ma» significa madre, caballo o regañar. Una de las lenguas más antiguas (3.000 años) en uso

7

variedades del chino

- Mandarín (Putonghua) el más hablado y oficial en China
- Cantonés (Yue) muy usado en Hong Kong, Macao y sur de China
- Wu incluye el shanghainés
- Min hablado en Fujian y Taiwán (incluye hokkien, teochew, etc.)
- Xiang (hunanés)
- Gan
- Hakka (kejia)

¿Has celebrado el Día Mundial del Beso?

Los 11 datos que nos animan a besarnos más

R.SARDIÑA
CRONICA.TOLEDO@EPE.ES

Un beso es un gesto cotidiano que, además de su valor emocional, puede tener efectos positivos en nuestro organismo. Diversos estudios apuntan a que ayuda a reducir el estrés, favorece la sensación de bienestar y contribuye a la relajación del cuerpo. Además, juega un papel funda-

mental en la salud cardiovascular, que es la primera causa de muerte en España. Un beso actúa como un «medicamento» contra la hipertensión arterial, enfermedad conocida como «aseisno silencioso» porque no presenta síntomas hasta causar complicaciones graves como infartos.

1. El beso más largo de la historia

Está en el libro de los Récorcs Guinness. Duró la friolera de 58 horas, 35 minutos y 58 segundos. Fue en Tailandia en el año 2013.



2. Sara Carbonero e Iker Casillas

Según una encuesta, es el beso más recordado por los españoles. El que fuera portero de la Roja besó a su novia de entonces, la periodista Sara Carbonero en el Mundial de Sudáfrica, 2010.

3. 80 millones de bacterias... en 10 segundos

Lo que puede parecer alarmante, pero en realidad forma parte de la exposición natural del cuerpo a microorganismos. Este intercambio ayuda a "entrenar" al sistema inmunológico.

4. Libera dopamina, que produce placer

Un simple beso, incluso de muy pocos segundos, es capaz de activar la liberación de dopamina, un neurotransmisor relacionado con el placer y la recompensa. Esta sustancia provoca sensaciones de bienestar, felicidad y conexión emocional, lo que explica por qué un beso puede generar una respuesta positiva inmediata en el cerebro y reforzar el vínculo afectivo entre las personas.

5. Y reduce la hormona del estrés

Un beso también ayuda a reducir los niveles de cortisol, la hormona relacionada con el estrés. Al disminuir esta sustancia en el organismo, se favorece una sensación de calma y relajación, lo que contribuye a mejorar el estado de ánimo y el bienestar general.

6. Medicina natural contra la hipertensión

Actúa como una especie de «medicina natural» para el organismo, ya que ayuda a relajar el cuerpo y puede contribuir a reducir la tensión arterial.

7. Quema hasta 26 calorías por minuto

El beso se convierte en una receta de salud porque ayuda a quemar entre 2 y 26 calorías por minuto.

8. Pone en marcha hasta 34 músculos faciales

Al hacerlo se activan y coordinan hasta 34 músculos de los labios, mejillas y mandíbula.

9. Y 112 músculos

Al besar, el cuerpo activa también músculos que ayudan a mantener la postura y el equilibrio, además de los faciales. En total, intervienen músculos del rostro, cuello y cuerpo, incluidos los

112 músculos posturales, que estabilizan la posición.

10. Besar es el mejor aliado contra las arrugas

Ayuda a mejorar la circulación de la cara y estimula la producción de colágeno, que previene las arrugas.



11. El beso más famoso de la historia

La fotografía de un marinero besando a una enfermera en Times Square (Nueva York) en 1945 es, probablemente, el beso más famoso de la historia. Se dice que no fue a la única mujer a la que el marinero besó.



23 millones de euros para prevenir incendios

Dentro del plan INFO-CAM, la Junta de Castilla-La Mancha invierte 23 millones de euros en la prevención de incendios, que está activo «los 365 días del año». Además, durante esta temporada, se ha reforzado en 15.000 más las hectáreas que se vigilan de cerca.



Hasta 15.000 inmigrantes regularizarán su situación

La regularización extraordinaria de inmigrantes impulsada por el Gobierno podría beneficiar en Castilla-La Mancha a entre 13.000 y 15.000 personas, según el delegado del Gobierno, José Pablo Sabrido. Para gestionar las solicitudes, se ha habilitado 13 oficinas, incluida Correos y Seguridad Social.



Cataratas y hernias, lo que más lista de espera tiene

Son las operaciones más frecuentes y, a su vez, las que más lista de espera tienen en la región, según los datos del Ministerio de Sanidad. La cirugía de cataratas tiene a más de 8.000 pacientes en espera, mientras que las hernias o las prótesis de rodilla, a 1.588 y 1.163 respectivamente.

OBRAS DE ARTE ABSTRACTO

San Clemente acoge la exposición en honor a Agustín Decórdoba

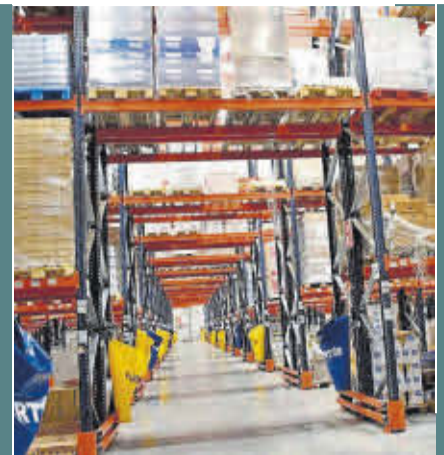
El Centro Cultural San Clemente acoge hasta el 8 de mayo la exposición ABS-TRAK, para adentrarse en una de las etapas más significativas de Agustín Decórdoba. Es un homenaje al artista, fallecido en octubre de 2024, y que busca dar valor al arte contemporáneo.



8% DEL TRABAJO REGIONAL

La región que más crece en el empleo del sector logístico en España

Castilla-La Mancha ha creado más de 20.000 nuevos empleos logísticos desde 2015, con más de 72.000 personas en el sector y el 8% del empleo regional. José Manuel Caballero, vicepresidente de la Junta, explicó: «Somos la región donde más ha crecido»



MÁS DE 100 EXPERTOS ELIGEN EL TOP 10 DE TURISMOS EN LOS 'WORLD CAR AWARDS'

Dos de los elegidos como mejores coches del mundo ya circulan por Toledo

JUAN LUIS MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

Cada año, los 'World Car Awards' eligen a los mejores coches. Desde 2003 reconocen, premian e impulsan la excelencia, el liderazgo y la innovación en la industria automovilística a nivel mundial.

Llevan 22 ediciones, el jurado está formado por expertos de todo el mundo y el mejor coche de 2025 ha sido para ellos el BMW iX3.

Y del top 10 seleccionado, en el pasado año compramos en Toledo hasta 25 unidades. Desde luego que no, no vamos descalzos.

RADIOGRAFÍA DEL SECTOR EN CASTILLA-LA MANCHA

El parque de turismos en Castilla-La Mancha sigue envejeciendo y alcanza ya una media de 15,8 años por cada vehículo, por encima de la media nacional (y de la de Toledo). Más de la mitad de los coches (55,6%) tiene más de 15 años y por cada vehículo nuevo se venden 3,1 de más de 10 años, según datos de ANFAC.

Además, casi dos tercios del parque son coches antiguos o poco eficientes: un 33,8 % no tiene etiqueta ambiental y un 32,5 % tiene etiqueta B, mientras que los vehículos más limpios (0 y ECO) suponen el 4,5 %, pese a su crecimiento reciente. Los eléctricos puros siguen siendo minoritarios (0,4 %). En cuanto a infraestructuras, la región cuenta con 1.982 puntos de recarga.

Los vehículos con etiqueta 0 y ECO representan el 4,5 % en CLM



Imagen: BMW

EL TOP 10

Los coches del año

De 58 candidaturas, los 100 expertos que como cada año se reunieron en Nueva York a primeros de abril, han elegido los 10 mejores coches de 2025. Los más valorados son los siguientes:

- Coche del año: BMW iX3
- Top 2: Hyundai Palisade
- Top 3: Nissan Leaf
- Top 4: Audi Q5
- Top 5: BYD Seal 6 DM-i
- Top 6: Hyundai Ioniq 9
- Top 7: Kia EV4
- Top 8: Kia EV5
- Top 9: Mercedes-Benz CLA
- Top 10: Toyota RAV4



Probablemente tenemos el parque móvil más joven de España

A pesar de que la edad media de los vehículos de la región de Castilla-La Mancha es de 15,8 años, esta ratio se aleja de la realidad de Toledo, donde la media es de 11,04 años. En Ceuta y Melilla la media se sitúa en 17,7 (donde más), y en Madrid donde menos (11,5).

La edad media nacional es de 14,5

El 55,6 % de turismos de Castilla-La Mancha tienen más de 15 años. En Toledo, 11,04: España: 14,5 años
Madrid: 11,5 años
Toledo ciudad: 11,04 años
Castilla-La Mancha: 15,8 años

¿Qué tiene el BMW iX3?

Autonomía de hasta 805 km¹, potencia de carga de 400 kW², y un nuevo nivel de intuición en el manejo y la orientación.

¿Cómo se elige?

Más de 100 miembros en el jurado los eligen. Prueban y evalúan cada uno de los vehículos nuevos o rediseñados. Los premios fueron creados en 2003.

Los coches más vendidos en Toledo

El Dacia Sandero sigue arrasando a nivel nacional y europeo. Estos fueron los más vendidos (2025):

- Dacia Sandero: 63
- Nissan Qashqai: 56
- Hyundai Tucson: 52
- Toyota BZ4X: 41
- Hyundai Kona: 39
- KGM Korando C300: 39
- Toyota Corolla: 37
- Tesla Model 3: 34
- Toyota C-HR: 32
- MG ZS: 29

En 2025 compramos 25 unidades de los mejores coches

De los elegidos como 10 mejores coches del pasado año, en Toledo se compraron tres Audi Q5 (top 4) y 22 unidades del Toyota RAV 4 (top 10). Se nos resistió alguno del Top 3.

Audi Q5: 3 unidades
Toyota RAV 4: 22 uds.

Otras categorías

El coche más lujoso

Lucid Gravity

Coche de alto rendimiento

Hyundai Ioniq 6 N

Vehículo eléctrico mundial

BMW iX3

Coche urbano mundial

Firefly

El mejor diseño

Mazda 6e / EZ-6

En 2025 compramos casi 1.500 coches nuevos

Coches nuevos en la Comunidad de Madrid: 492.613
Alcalá de Henares: 2.963
Toledo: 1.318

La esgrima sigue triunfando

La pasada semana el club de Esgrima Toledo celebró 'Invita una amiga', un encuentro pensado para «abrir puertas, compartir y seguir impulsando la esgrima femenina, porque este deporte no tiene géneros».



María Carmen, el nombre más toledano

En la provincia de Toledo predominan nombres tradicionales como María Carmen (9.264 mujeres), María (7.705), María Pilar (5.076), Lucía (4.572) y Carmen (4.403), que siguen siendo los más comunes según el INE.



Concierto tributo a Extremoduro

El viernes 8 de mayo, la Sala Times de la ciudad de Toledo acogerá el concierto tributo a Extremoduro 'Duro y Crudo by Black Suits', con apertura de puertas a las 20:30 y comienzo a las 21:00.

PROVINCIA P CHASCA RRILLOS

Envía tus propuestas a: cronica.toledo@epe.es

Nambroca tiene un futuro ESPECTACULAR en Gimnasia Rítmica, ¡enhorabuena!

NAMBROCA. La pasada semana se celebró el Interescolar Nambroca 2026 de Gimnasia Rítmica, y lograron clasificarse para el campeonato de España Lucía Fogeda, Carla Tejada, y el conjunto juvenil.

Se cumplen 40 años del rodaje de 'El viaje a ninguna parte' en el municipio

ORGAZ. En 1986, el rodaje de 'El viaje a ninguna parte' llevó a Fernando Fernán-Gómez a Orgaz y a ganar un Premio Goya. En la película, se aprecian lugares como la plaza de la Iglesia del pueblo.



MORA 22 ACTIVIDADES DURANTE TRES DÍAS PARA DISFRUTAR DE LA 68ª EDICIÓN DE SU MAYOR FIESTA

La Fiesta del Olivo empieza recogiendo la aceituna y acaba lanzando el chocho

JUAN LUIS MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

Del sábado al lunes se celebrará la 68ª edición de la Fiesta del Olivo, el evento más tradicional -y festejado- en el municipio de Mora.

Ya el viernes tendrán lugar las primeras actividades, aunque el pregón será el sábado a las 21 horas en el Teatro Municipal, a cargo del moracho Ángel José Cervantes. Y este año tendremos un total de 22 actividades en tres días, que finalizarán con un concierto a las 21:30 horas del lunes.

SÁBADO Y DOMINGO, LOS PRINCIPALES DÍAS

Destacan los torneos y partidos, la inauguración de la Feria del Aceite y del Queso y las exposiciones, así como la presentación de las Reinas y la tradicional 'Bailá'. El pregón oficial, el encendido de la hoguera y la verbena popular serán algunos de los principales actos del sábado. El domingo 26 es el día más institucional y multitudinario, con la diana, la misa solem-

ne y, sobre todo, el desfile de carrozas y carros engalanados, uno de los actos centrales de la fiesta, además del festival nacional de folklore. El lunes 27 se pondrá el broche final con actividades como el concurso de migas y el lanzamiento de chocho, la entrega de premios y un concierto tributo, cerrando así tres días intensos donde los morachos volverán a disfrutar de su mayor tradición.



El concurso de lanzamiento más simpático del mundo

Aunque los morachos lo conocen de sobra... fuera de este municipio de 10.064 habitantes lo 'flipan'. En esta edición tendrá lugar el lunes a las 10:00 y consiste, básicamente, en lanzar con la boca los huesos de aceituna a la mayor distancia posible. El récord se dio en el Campeonato Mundial de este curioso 'deporte', en Cieza (Murcia)

en 2014, cuando un concursante logró lanzar su hueso a una distancia de 21 metros y 43 centímetros. Y lo más divertido del concurso es que participan desde niños a abuelos. Tan solo hace falta un hueso de aceituna y muchas ganas de 'soplar'. Por todo ello, el lanzamiento de chocho coloca cada año a Mora en el mapa, por ser los más originales.

La Plaza de Toros estará lista en tan solo siete meses

J. L. MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

«En las próximas semanas presentaremos el proyecto de la Plaza de Toros, y que-remos finalizar las obras en

seis o siete meses, que la próxima Fiesta del Olivo se pueda celebrar aquí», nos cuenta el alcalde Emilio Bravo Peña.

Esta plaza era de un particular y fue adquirida por el

ayuntamiento hace dos años con el objetivo de «recuperar nuestro patrimonio, ya que fue construida por 26 morachos y es también parte de un legado sentimental», afirma el mandamás del ayuntamiento.

VAN A CABER 2.500 PERSONAS

También nos explica que «el presupuesto será cercano al millón de euros, y habrá

eventos de todo tipo: musicales, deportivos, culturales... Van a caber unas 2.500 personas y se van a instalar nuevas puertas. Se va a reformar dejando el anillo y las gradas», confiesa.

Por todo ello, una vez las obras finalicen en siete meses, será un gran avance para el pueblo moracho, que recupera un espacio en desuso y un patrimonio que se construyó con mucho sudor.



FIESTA DE INTERÉS TURÍSTICO NACIONAL

VIERNES 24 DE ABRIL

- 19:00.** Torneo de tenis en las pistas Municipales
- 23:00 a 06:00.** Festival con DJ en las pistas polideportivas
- 23:30.** Olivo Rock-Fest, en el auditorio municipal

SÁBADO 25 DE ABRIL

- 09:00.** Torneo de petanca en el Parque de las Delicias
- 09:30.** Tiro al plato.
- 10:30.** Concurso plástico
- 16:00.** Torneo de fútbol sala en el Pabellón Polideportivo Municipal
- 17:00.** Torneo de fútbol en el campo de 'Las Delicias'
- 18:00.** Partido de fútbol sala entre MORA FSF vs Innovalimentación FS TALAVEIRA
- 19:00.** Inauguración en la casa de la Cultura
- 20:15.** Recepción y presentación, en el Salón de Plenos del Ayuntamiento
- 20:30.** Bailá, en la plaza de la Constitución
- 21:00.** Pregón en el Teatro Principal. A cargo del moracho Ángel José Cervantes
- 23:00.** Hoguera en la Ermita de Nuestra Señora de la Antigua
- 00:00.** Verbena en el Auditorio Municipal

DOMINGO 26 DE ABRIL

- 08:00.** Diana a cargo de la banda de música de Mora
- 10:00.** Recepción en el ayuntamiento
- 10:30.** Misa en la Iglesia Parroquial de Santa María de Altagracia
- 11:30.** Desfile por el recorrido habitual
- 15:00.** Almuerzo en los salones AKERA Palace
- 20:00.** Festival de Folklore en el Auditorio Municipal

LUNES 27 DE ABRIL

- 09:30.** Migas y Mojetas en el Parque Municipal
- 10:00.** Lanzamiento de chocho
- 14:00.** Entrega de premios en el Auditorio Municipal
- 21:30.** Concierto

Tenemos a un auténtico «Mozart» del trombón: Adrián Bargaño Novillo

BARGAS. Con 6 años Adrián descubrió su pasión: el trombón. Con una gran trayectoria, se ha proclamado campeón del Concurso de Jóvenes Intérpretes del conservatorio jenorabuena!



¿Conoces a la primera mujer del pueblo licenciada en Medicina?

ORGAZ. Adelaida Navarro Patiño se licenció en Medicina y Cirujía en la Universidad de Cádiz en 1931. Nació en Orgaz, donde sus padres ejercían de profesores.

¿Sigues utilizando palabras como «pachasco» o «pampirolá»?

SONSECA. Hay palabras que solo utilizan los sonsecanos. 'Pachasco' es un término para decir de forma irónica «porque tú lo digas» y 'pampirolá', una cantidad grande de algo.

BARGAS UN CENTRO OCUPACIONAL REFERENTE A NIVEL PROVINCIAL



La Patrulla Verde nos llena de primavera un año más

MARÍA SAIZ
MSAIZ@PRENSAIBERICA.ES

Son conocidos por todos. Con chaleco verde y herramientas en mano, la conocida como Patrulla Verde recorre las calles de Bargas con una misión clara: cuidar el entorno y demostrar que la ilusión también se construye trabajando. Este grupo conformado por 13 vecinos forma parte del centro ocupacional del municipio, donde personas con discapacidad no solo pasan las mañanas, sino que también dejan su huella en Bargas a través de la jardinería.

SON CONOCIDOS POR TODOS LOS VECINOS

Coordinados por Lola, que lleva más de tres décadas al frente, el proyecto ha evolucionado hasta convertirse en un referente local. «Es un centro muy enfocado al trabajo, no es un centro ocupacional al uso», explica a La Crónica. Esa filosofía se traduce en una rutina que les ha permitido ganar autonomía



Los gemelos Jesús y José, a sus 61 años, son los más veteranos de todos sus compañeros

Jesús y José son dos de los rostros más conocidos del centro. Con 61 años, llevan alrededor de tres décadas formando parte de la Patrulla Verde; prácticamente desde sus inicios. Siempre reciben a todos los visitantes con una sonrisa y destacan por su cariño y atención hacia sus compañeros. Para ellos, el centro es mucho más que un lugar donde pasan las mañanas: es su casa y su rutina, donde han crecido a nivel personal y socialmente.

independencia, además de integrarse plenamente en la vida de Bargas.

La Patrulla Verde no solo mantiene parques, también colabora con colegios y asociaciones. «Todo el pueblo nos conoce», asegura Lola,

reflejando el vínculo que han creado con los vecinos.

Más allá de un trabajo, el grupo -convertido en una segunda familia- ha contruido algo aún más importante: un espacio de pertenencia y desarrollo personal.

Un centro con más de 30 años de historia

El centro ocupacional de Bargas nació en 1987 y desde 1990 cuenta con la coordinación de Lola, para quien es su segunda familia. Bajo sus riendas, el centro ha evolucionado desde un enfoque educativo a uno más laboral, centrado en la autonomía y la integración social.

13 vecinos que nos tienen conquistados

La Patrulla Verde está formada por 13 usuarios que dedican buena parte de tiempo en el centro a la jardinería y medio ambiente. Su constancia y compromiso les ha convertido en una parte esencial del día a día del pueblo, donde son reconocidos por todos los vecinos.

ORGAZ TRADICIONES POPULARES



A los bolos ya no se juegan los cuartos, pero sí hay campeones

3
NUEVOS GANADORES EN NUESTRO TORNEO DE BOLOS

REGINA RUIZ
RRUIZ@PRENSAIBERICA.ES

Este mes de abril, en Orgaz hemos vuelto a vibrar con otro emocionante campeonato de bolos. En esta ocasión, el primer premio ha sido para Romeo Martínez. El segundo clasificado ha sido Aquilino García-Calvo, mientras que el tercero lo ocupa Ángel Barbero. Es habitual que en varias ocasiones durante el año, el Parque Municipal Riansares se convierta en un exigente campo de bolos. Tanto en las categorías infantiles como en las de adultos, es una tradición muy popular en nuestro municipio que sigue creciendo cada año. Además, los que participan se llevan un obse-

quio muy especial de parte del ayuntamiento de Orgaz.

Lo cierto es que los campeonatos de bolos que disfrutamos a día de hoy son resultado de una larga evolución. Desde el siglo XIX, era un juego en el que matar el aburrimiento, demostrar tu destreza y además «jugarte los cuartos», como explica Jesús Gómez Fernández-Cabrea de la Villa de Orgaz. En la actualidad, como bien saben los vecinos se sigue jugando con seis piezas de madera que deben ser derribadas mediante lanzamientos de tres palos en cada jugada.

¿Por qué es tan típico este juego en el municipio?

El origen de los bolos en Orgaz no tiene una fecha definida, pero se sabe que es anterior al siglo XX. Era una de las principales formas de ocio masculino en el pueblo. Se practicaba especialmente en los días que las condiciones meteorológicas no dejaban ejercer la actividad agrícola, días de San Borce. Tenían que llenar las horas sin hacer nada, además de que las partidas iban acompañadas de apuestas de dinero, lo que aumentaba el interés para otros.

Elegida la reina mayor para la Fiesta del Olivo 2026

MORA. Marina Revenga Martín de Vidales será la reina mayor, acompañada de ocho damas: Eva, Fátima, Karla, Lidia, Marta, Melany, Sofía y Virginia.



Nuestro joven vecino Mauro Guijarro sigue bajando el crono

BARGAS. El futuro del atletismo bargueño tiene nombre propio. Con 9 años Mauro sigue «demostrando un gran potencial», su último éxito en Talavera.



Los precios de nuestro mercadillo, más bajos que nunca...

MOCEJÓN. Frutas los hermanos bajan los precios a algo nunca visto: con el kilo de manzanas a un euro, el de mandarinas a 1,50 y las fresas de temporada... a 3,49.

NAMBROCA HASTA OCHO ACTIVIDADES

Cuentacuentos, magia, Yoga con bebés... para celebrar el Día del Libro

JUAN LUIS MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

Como cada año, el 23 de abril se celebra el Día del Libro, y desde el Ayuntamiento de Nambroca han organizado una amplia programación para seguir promoviendo la lectura en el municipio, tanto en pequeños como mayores. De un total de ocho actividades podrán disfrutar los nambroqueños hasta el domingo 26, aunque lleva habiendo actividades desde el pasado viernes.



CON UN SORTEO INCLUIDO

Todo aquel que vaya a la Biblioteca Municipal de Nambroca y deje un dibujo de su libro o personaje de cuento favorito, entrará directamente en el sorteo de un lote de material escolar.

Desde el consistorio animan a los vecinos a participar, y todos, sean ganadores o no, se llevarán un marca-páginas de obsequio. Se puede participar hasta el mismo Día del Libro, 23 de abril.

Destacan en la programación de este año los talleres infantiles, ya que uno de los principales objetivos es que los más pequeños se enamoren de los cuentos y la lectura en general, para que Nambroca tenga una generación amplia de lectores.

PROGRAMACIÓN

LUNES 20

Taller de yoga con bebés con Mar Quirós

- 17:30 - biblioteca pública municipal
- Público familiar, de 10 meses a 3 años
- Inscripción previa

MIÉRCOLES 22

Taller infantil de magia con Mago Alvarete

- 17:30 - biblioteca pública municipal
- Público infantil de 5 a 10 años
- Inscripción previa

JUEVES 23

DÍA DEL LIBRO

Cuentacuentos + taller El poder de las palabras de María Rodríguez Cañadillas

- 17:30 - biblioteca pública municipal
- Público familiar, de 4 a 12 años

VIERNES 24

Talleres infantiles 'Día del Libro' con La Nube de Cristal. 'Soy doctora de cuentos de hadas'

- 17:00
- 3 a 6 años
- Taller de cómic ¡El problema de Gipsy!
- 18:30
- 7 a 11 años
- Inscripción previa

DOMINGO 26

Ruta literaria Quercus

Encuentro con el autor Rafael Cabanillas

- Parque Nacional de Cabaneros (Navas de Estena, Ciudad Real)

MOCEJÓN LA CITA SERÁ EL PRÓXIMO 10 DE MAYO



Nuestros tesoros con ruedas ocuparán la calle

MARÍA SAIZ
MSAIZ@PRENSAIBERICA.ES

Los motores del pasado volverán a rugir el próximo 10 de mayo en Mocejón. El municipio se prepara para acoger una nueva exposición de coches y motos clásicas que convertirán sus calles en un auténtico viaje al tiempo sobre ruedas, con vehículos históricos propiedad de vecinos del pueblo.

La iniciativa, impulsada por el ayuntamiento, celebra su segunda edición tras el éxito cosechado en 2024, cuando cerca de un centenar de vehículos -entre coches,

motos y caravanas- participaron en una jornada que sorprendió por su ambiente y acogida por parte de los vecinos y visitantes que no se quisieron perder la cita.

DOS AÑOS DESPUÉS VUELVEN A SALIR

Además de poder ver estos «tesoros con ruedas», el evento contará con la actuación en directo del dúo Manchelos, formado por Olivares y Tejer, que pondrá el toque musical a una cita pensada para los públicos.

Con esta propuesta, Mocejón vuelve a apostar por una jornada que une tradición y convivencia vecinal.

¿Cuáles son los requisitos?

VEHÍCULOS CON MÁS DE 40 AÑOS DE ANTIGÜEDAD

Las personas interesadas en participar con su vehículo clásico podrán inscribirse en las oficinas del ayuntamiento hasta el 29 de abril.

EL PROPIETARIO DEBE ESTAR EMPADRONADO EN MOCEJÓN

Una condición que busca reforzar el carácter local del evento y fomentar la implicación directa de los vecinos.

En la Plaza de la Constitución, de 11:00 a 15:00

111.418 euros de la Diputación mejorarán nuestras calles

El Ayuntamiento de Nambroca ha sido beneficiario de una subvención por importe de 111.418€ otorgada por la Diputación Provincial. Esta ayuda se destinará al alumbrado público, limpieza viaria, cementerio, transporte escolar, escuela infantil y Protección Civil.



Y la reina infantil de la Fiesta del Olivo será la gran...

MORA. Sofía Velázquez de Gracia ha sido la elegida. Le acompañarán las damas Alma, Blanca, Clara, Inés, Leah, Triana, Valeria y Vega.



Encontrado Azul, el gato que se perdió la semana pasada

OLÍAS DEL REY. Para la tranquilidad de Shirin, su dueña, encontraron a Azul en la zona del mercadillo. Apareció sano y salvo. Agradecen la colaboración vecinal.



En unos años las tendremos en los Juegos Olímpicos, ¡seguro!

ORGAZ. Nuestras vecinas Leire Lozano y Leire Caballero quedaron tercera y quinta clasificadas en el reciente V Torneo Rítmica 7 estrellas. Qué orgullo para todos.

OLÍAS DEL REY PERMITE SACAR IMÁGENES DE LA MEJOR CALIDAD SIN IMPORTAR LA ILUMINACIÓN DEL LUGAR

Tenemos un nuevo dron para mejorar nuestra seguridad

REGINA RUIZ
RRUIZ@PRENSAIBERICA.ES

Olías del Rey sigue cuidando su seguridad para la mayor tranquilidad de los vecinos y ahora ha incorporado al equipo de la Policía Local un dron de última generación. Gracias a este sistema, va a mejorar el control en puntos estratégicos de la ciudad, convirtiéndose en un apoyo muy importante para el municipio. Su uso facilitará tareas de prevención, control del tráfico, vigilancia de eventos y apoyo en situaciones de emergencia.

Desde el ayuntamiento celebran esta incorporación, asegurando que va a permitir a los agentes trabajar con mayor eficacia y anticipación, ofreciendo una respuesta más rápida en cualquier incidente del pueblo.

El dron de la Policía Local de Olías del Rey es DJI Matrice 4T de la marca ACRE, con cuatro modalidades de vuelo diferentes para adaptarse a cualquier situación. Es especialmente útil en entornos con poca luz. Consigue sacar imágenes de alta resolución sin importar la iluminación de la zona y lo hace en solo 0,5 segundos.



Equipado con cámara de alta resolución y tecnología térmica

Este dron, además de sacar imágenes en alta resolución sin importar la hora del día, su iluminación con infrarrojos alcanza distancias de 100 metros, con una resolución ultra alta para revelar pequeños detalles. Además, cuenta con un sensor de temperatura para detectar a personas.

Proporciona datos precisos a los cuerpos de seguridad

Para que la Policía Local de Olías del Rey pueda tomar las mejores decisiones, este dron les proporciona información precisa y útil. Su tecnología de posicionamiento y sensores avanzados garantiza la exactitud que necesitan las operaciones policiales, además de optimizar los vuelos.

Dron policial utilizado en muchos países

El nuevo dron de la Policía Local de Olías del Rey es un apoyo muy importante para los cuerpos de seguridad. Prueba de ellos es que su uso está extendido en países como Francia, Alemania, Italia, Estados Unidos, Canadá, Colombia, Japón, Australia y muchos más.

Mejorar la vigilancia en eventos, tráfico...

Está pensado especialmente para la seguridad pública. Su gran vista aérea permite detectar y actuar con rapidez en avalanchas, aglomeraciones u otros peligros de eventos. Permite tomar decisiones ágiles sobre las carreteras, observando su circulación.

Nuevas aceras, luces Led... están listas las mejoras

REGINA RUIZ
RRUIZ@PRENSAIBERICA.ES

Durante este mes de abril, muchos trabajos de rehabilitación han finalizado en Olías del Rey. Por un lado, se ha llevado a cabo un plan de renovación del alumbrado público, con una inversión de 116.701 euros.

El objetivo es modernizar las infraestructuras urbanas y reducir el consumo energético, además de mejorar la calidad de la iluminación en calles. El proyecto incluye la mejora y sustitución de luminarias por tecnología LED en distintos puntos del municipio: la urbanización Las Lomas, en calles como Lilo, Celinda, Petunia, Clavel y Geranio, así como en San Pedro de Alcántara, la entrada a las urbanizaciones Entrepinos y Villas del Pinar, la zona verde de la urbanización Itálica, el entorno verde de la urbanización Salamanca en la zona del 'Petit' y el acceso a la residencia de mayores.

Por otro lado, también han finalizado las obras de mejora de la accesibilidad y del entorno urbano del 'Petit'. El espacio está ahora acondicionado con

nuevas aceras, mobiliario urbano y mejor conexión peatonal para reforzar la seguridad. También se ha instalado una nueva fuente con agua del manantial para los vecinos.



SONSECA CON LOS JUEGOS POPULARES MÁS TÍPICOS

La fiesta de nuestro patrón cumple más de 400 años

REGINA RUIZ
RRUIZ@PRENSAIBERICA.ES

Uno de los momentos más esperados por los vecinos de Sonseca cada año son las Fiestas Patronales de San Juan Evangelista. Del 30 de abril hasta el 6 de mayo, el municipio se llenará de sus tradiciones más típicas. En la

Plaza de la Virgen volverán las barras de bar y se convertirá en el punto de reunión para todos los sonsecanos.

UNA PROGRAMACIÓN PARA TODOS LOS GUSTOS Y EDADES

Las Fiestas Patronales de San Juan Evangelista llevan acompañando a los vecinos

de Sonseca más de 400 años. En enero ya se celebró el sorteo de Reina y Damas, así como el emotivo intercambio del bastón, que ha pasado de Lourdes la Niña del Bastón 2025 a Triana la Niña del Bastón 2026, una parte fundamental de la procesión.

Sobre la programación, el ayuntamiento ya ha puesto

fecha al emblemático concurso de pintura rápida con la categoría «Sonseca», una oportunidad para que los vecinos hagan una obra con lo que significa el municipio para ellos. El primer premio es de 600 euros. Otros concursos que se celebran año tras año son los de ajedrez, el torneo de fútbol, de tortillas, repostería, mus o carrera de coches teledirigidos. Son pruebas para potenciar una competitividad sana, hacer grupo con tus vecinos y, sobre todo, disfrutar. No faltará la esperada cucaña popular,



que cada año reúne a cientos de vecinos en la plaza. Este juego se originó como pasatiempo en Nápoles durante el siglo XVI y en todas las ediciones son más los pequeños y no tanto que se animan a escalar ese poste vertical de cuatro metros y coger algunas de las viandas del final. Para el ayuntamiento es importante crear una programación para todos los gustos y edades. Desde la Cofradía de San Juan Evangelista, animan a seguir manteniendo vivas las tradiciones que hacen especial a Sonseca.

EL ATLETA AFINCADO EN TOLEDO ESTÁ VIVIENDO SU SEGUNDA JUEVENTUD DEPORTIVA

Con más de 5.000 vueltas al Valle, Romera sigue corriendo hacia el podio

MARÍA SAIZ

MSAIZ@PRENSAIBERICA

Juan Francisco Romera ha vuelto a hacer lo que mejor sabe: correr y subirse a un podio. Tres décadas después de su etapa en la élite, el atleta afincado en Toledo vive una segunda juventud deportiva en la que los resultados han llegado casi de forma natural, aunque con una mirada muy distinta a la de entonces.

Tras décadas vinculado al atletismo fuera de las pistas, su regreso a la competición le ha vuelto a situar en el foco, aunque él lo afronta con otra perspectiva. «No para nada. Lo estoy disfrutando mucho, pero no he vuelto a competir para ganar medallas», explica a La Crónica. Sin embargo, los resultados hablan por sí solos, encadenando 6/6 podios en categoría máster.

Esa vuelta también le ha traído recuerdos imborrables. «Me recordó a mi primer podio cuando competí con 11 años en Torrijos... han pasado 55 años y sigo ganando medallas», señala. Ahora, lejos de la exigencia de sus años como maratoniano, Romera valora especialmente poder seguir activo: «Me hace ilusión levantarme cada día y ver que no me duele nada e ir a correr por la tarde». Una motivación sencilla que explica por qué sigue disfrutando del atletismo décadas después.

La jubilación ha sido el momento perfecto para volver a correr

Tras dejar el deporte de élite en 1995, Romera trabajó durante 25 años en la gestión deportiva. Un trabajo que le permitió seguir vinculado a su pasión y, tras jubilarse el año pasado, «era la hora de volver a correr, aunque nunca lo dejara del todo». Entrena 6 veces por semana con el objetivo de disfrutar: «no he vuelto a competir para ganar medallas».

Ha pasado de maratones a distancias medias: desde los 1500 a los 10 kilómetros

Los años pasan para todos, y sus piernas notan las 15 maratones. «Compito en distancias mucho más cortas, entre los 1.500 y los 10 kilómetros», confiesa. «No quiero lesionarme, además mi cuerpo ya no puede exigirse lo mismo que hace 30 años. Entrenando corría casi 200 kilómetros a la semana y ahora hago una tercera parte».

Un regreso «redondo»: 6 competiciones y 6 podios

«No puedo estar más contento con los resultados, han sido una sorpresa». Y no es para menos, en su vuelta a la competición Romera ha completado un pleno de podios en las competiciones disputadas. Entre otros: campeón en 3.000 metros, campeón regional 10k y subcampeón nacional. Y su último éxito: plata en 5k en el Europeo Máster.

Su próximo reto: el Campeonato de Milla en Ruta Master de mayo

Pese a no saber cuánto más estará compitiendo, Romera tiene claro cuál es su siguiente objetivo. «Viendo el ranking de la federación, estoy primero en las pruebas de 1.500, 3.000, 5K y segundo en la de 10K. Me gustaría también conseguirlo en la prueba de la milla que se celebrará el mes de marzo en Cantabria», confiesa.

El Valle de Toledo es una de las zonas más bonitas del mundo para correr

Si le preguntas por una ruta favorita... «sin duda una de las más bonitas que he corrido en toda mi trayectoria, sin duda es la del Valle», confiesa sin dudar. No falla a la cita ninguna semana, de hecho, «hace poco hice una aproximación de veces que la he hecho y, en total, en estos treinta años creo que podido dar la vuelta al Valle alrededor de 5.000 veces».

2:11
horas

Fue el primer español en bajar de este tiempo en maratón

15

maratones

suma en sus pies entre 1984 y 1995



6/6

EN PODIOS

en su regreso a la competición en categoría Máster

30

AÑOS SIN COMPETIR

tras dejarlo en 1995

Con 7 años se mudó a Torrijos y desde los 14 se «enamóro» de Toledo

«Vivo en el sitio que he elegido y no me puede gustar más Toledo», asegura. Pese a nacer en un pueblo de Extremadura, desde muy joven se mudó primero a Torrijos y luego a la capital: «me encanta el Casco Histórico, es donde vivo y me parece que en general la ciudad es muy práctica, con naturaleza al lado».

Dos gimnastas del club Rítmica Ros competirán por Castilla-La Mancha en la Copa de la Reina

Blanca Tirado y Jimena Gemio, gimnastas del Club Rítmica Ros de Toledo, han sido seleccionadas para representar a Castilla-La Mancha en dos importantes competiciones nacionales: la Copa de la Reina y el Campeonato de España CESA. La primera de estas competiciones se celebrará en Santander el 8 y 9 de mayo, mientras que el CESA tendrá lugar en Oviedo los días 4 y 5 de junio.



El Club Rugby Toledo asegura la permanencia en Segunda División en la última jornada

El Club Rugby Toledo, tras su victoria determinante ante Aeronáuticos (40-29) en la última jornada, culmina una temporada exigente y sella su continuidad en Segunda División. Un curso que ha estado marcado por la lucha, el crecimiento y varias despedidas significativas con el cierre. El capitán Enrique «Fueguín» dice adiós al equipo de forma temporal, junto a JC y Cristian.



Concurso de fotografía inédito en la provincia

La Diputación de Toledo ha convocado una primera edición del concurso de fotografía 'Fascinación por las plantas', una propuesta que tiene como objetivo acercar a la ciudadanía la riqueza de la flora autóctona toledana. El plazo de envío finaliza el 30 de abril.



Zocodover acoge este fin de semana la feria del comic

La plaza Zocodover se convertirá del 17 al 19 de abril en un punto de encuentro para los amantes del cómic, la novela gráfica y la literatura ilustrada. Toledo Comic Fest contará con la participación de librerías, editoriales y creadores que acercarán al público sus últimas novedades.



Netflix convierte la plaza de toros en plató

La plaza de toros ha vuelto a ser el foco de Netflix. En esta ocasión este punto de la capital se ha convertido en el set de rodaje de 'Sira', la serie basada en la novela de María Dueñas y que da continuación al universo de 'El tiempo entre costuras' con Adriana Ugarte como protagonista.

MEDIO RURAL

La Ley de Farmacias protegerá este servicio en nuestros pueblos

El Diario Oficial ha publicado la nueva Ley de Ordenación del Servicio Farmacéutico, que entrará en vigor en 15 días. Entre sus objetivos están mejorar la asistencia, facilitar el trabajo de los farmacéuticos y actualizar la normativa autonómica a cambios estatales.



PLANES HIDROLÓGICOS

Se crea la Dirección General del Agua para planificar mejor

El Gobierno de Castilla-La Mancha ha creado la Dirección General del Agua dentro de la Consejería de Desarrollo Sostenible para reforzar la gestión hídrica y la coordinación en la elaboración de los nuevos planes hidrológicos. Al frente estará Montserrat Muro.



LUMBALGIA, EL MOTIVO DE CONSULTA MÁS FRECUENTE QUE PODEMOS SOLUCIONAR NOSOTROS MISMOS

La mejor postura... es la que no dura



PABLO HERRERA
Vicedecano del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid

Para prevenir los problemas de espalda es fundamental moverse más y sentarse mejor

Uno de los conceptos clave es el de «capacidades y demandas». Cada persona tiene unas exigencias en su día a día —por ejemplo, estar ocho horas sentado o realizar esfuerzos físicos— y lo importante es que su cuerpo esté preparado para responder a esas demandas. Eso implica moverse, hacer pausas y adaptar los hábitos.

El dolor lumbar es una de las causas médicas más frecuentes de incapacidad laboral en España, que tiene un impacto directo en la calidad de vida. La prevención es fundamental y se basa sobre todo en la educación. Hablamos de fisioterapia comunitaria, es decir, de promover la salud en un sentido amplio: enseñar a las personas a conocer su cuerpo, a entender las lesiones y a adquirir hábitos saludables antes de que aparezca el dolor.

CAMBIAR DE POSTURA CON FRECUENCIA

Hay que desmontar algunos mitos. La idea de mantener una postura perfecta, como estar siempre a 90 grados, es irreal e incluso poco saludable. Y es que, la mejor postura es la que menos dura.

Lo importante no es estar rígido, sino cambiar de posición con frecuencia. Para ello, debemos introducir lo que llamamos «píldoras de actividad». Son pequeñas pausas activas a lo largo del día. Levantarse, caminar, hacer unas sentadillas, subir escaleras o dar un paseo después de comer. Está demostrado que estos pequeños gestos son muy eficaces para prevenir problemas como la lumbalgia, que afectará, en algún momento de su vida, a más del 70% de la población de la capital.

Dolor lumbar, la consulta más frecuente

Este tipo de dolor suele estar relacionado con malas posturas, sedentarismo e incluso con algunos sobreesfuerzos físicos. Se estima que hasta el 85% de las personas lo padecerán en algún momento, lo que lo convierte en una de las dolencias más comunes en los sistemas sanitarios.

Lumbalgia y dolor de espalda no son lo mismo

El dolor de espalda es un término general que incluye cualquier molestia desde el cuello hasta la zona lumbar. La lumbalgia, en cambio, es un dolor localizado en la parte baja de la espalda, sobre las caderas, y es el más frecuente, asociado al sedentarismo o malas posturas.



Para quienes trabajan en oficina, ¿Existe una postura correcta para estar sentado?

No existe una postura perfecta que se pueda mantener durante horas. Los antiguos consejos de 90° en cadera y rodillas con pantalla a cierta altura son imposibles de cumplir y, además, poco saludables si se mantienen mucho tiempo. Lo más importante es variar la postura y no estar demasiado tiempo igual.

¿Por qué es importante cambiar de postura con frecuencia?

El sedentarismo y permanecer mucho tiempo en la misma postura aumentan la tensión muscular y favorecen molestias en cuello, espalda y lumbares. Cambiar de postura permite reducir la fatiga, mejorar la circulación y disminuir el riesgo de lesiones. Por eso decimos que «la mejor postura es la que menos dura».

¿Qué son las «píldoras de actividad» y cómo puedo hacerlas?

Son pequeños descansos activos que se introducen a lo largo del día para romper el sedentarismo. Pueden ser simples gestos como levantarse y caminar, subir escaleras, hacer unas sentadillas o mover los brazos y la espalda durante unos minutos. Estudios recientes muestran que estas microactividades son incluso más efectivas para la salud que una sesión de gimnasio intensa pero esporádica.

¿Cuándo es necesario acudir al fisioterapeuta?

No es obligatorio ir si no hay dolor o molestias. La fisioterapia es útil cuando hay tensión muscular, dolor lumbar, cervical o de espalda en general, o para la recuperación tras lesiones o cirugías. Lo clave es acudir a tiempo y, sobre todo, seguir las pautas de ejercicio y movilidad que el fisioterapeuta indique, ya que la prevención y la recuperación dependen en gran parte de la constancia del paciente.

70-85%
toledanos sufrirá lumbalgia a lo largo de su vida

60-80%
tiene problemas de espalda ya

1ª
dolencia crónica más frecuente

35 y 54
años
es la peor edad

Más del 40%
necesita fisioterapia

Publicidad

HIPOTECAS

toma nota

- Ir a Eurocaja Rural
- Que me informen personalmente
- Y conseguir la financiación que necesito



Entrar y
preguntar