

MARUGÁN

UN LUGAR PARA VIVIR

REVISTA MENSUAL GRATUITA Nº. 58

MAYO 2026

revistamarugan@gmail.com



TU VIVIENDA EN MARUGÁN

**CONSULTORA INMOBILIARIA
DE MARUGÁN**

C/. Narcisos, 90 TLF. 622 268 005

Marugán - Segovia

tuviviendaenmarugan.com



Marugán información de interés

TELÉFONOS

Ayuntamiento	921 196 281
	921 196 158
Biblioteca Municipal	921 196 281
Consultorio médico	921 196 257
(cita previa)	921 483 211
Centro de Salud Sg.Rural	921 442 590
Colegio	921 196 072
Guardería	921 196 037
Agua y Usos David	915 782 215
	608 521 126
Farmacia	921 196 419
Bomberos Marugán	619 733 564
Guardia Civil Sangarcía	921 178 013
Servicios Sociales	921 470 654
Registro Santa María	921 594 100
Concej Medio Ambiente	921 196 193
Urgencias todos los servicios	112

HORARIO CONSULTORIO MÉDICO

De lunes a viernes con cita previa 921 483 211
Enfermera: lunes 09,30 y jueves 11,30 horas.

BIBLIOTECA MUNICIPAL

CONSULTAR AYUNTAMIENTO

MINIBÚS DE LA URBANIZACIÓN AL PUEBLO

Meses de Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiembre

Salida a las 11:00 h. de la calle Encinar esquina Siete Fuentes

Llegada a las 11:40 horas a la puerta del Consultorio Médico

Primer **regreso** a las 12:30 horas del Consultorio Médico

Salida a las 13:00 de calle Encinar esquina Siete Fuentes

Segundo **regreso** a las 13:30 horas del Consultorio Médico

PRECIO MINIBÚS BONOBÚS 20 VIAJES 5 € (viaje 0,25 €)
VENTA EN LAS OFICINAS DEL AYUNTAMIENTO DE MARUGÁN
Plaza de la Constitución 1

LINECAR HORARIO DE AUTOBUSES A SEGOVIA

Tlf. Información: 921 42 77 05

ADMINISTRACIÓN DE FINCAS

Fase 1 y 4 Ignacio Avial Escobar
Despacho Avial Asesores
info@avialasesores.com
691 220 953
Paseo Conde Sepúlveda 5 6º C 40002 Segovia

Fase 2 Luis Pablo Fernández Blasco (Abogado)
C/. Arribas, 2 1 centro 47002 Valladolid
Tlf. 640 86 31 28 www.blascoytresierraabogados.com

Fase 3 CENTRALIA
Oficinas: Sábados Dirección: Centro Comercial
Tlf: 921 196 440 y 91 827 99 07 asesor@centralias.com

OTROS SERVICIOS

DEFOLIM Limpieza y vaciado de fosas sépticas. Tlf: 620 995 570

BAENA Limpieza y vaciado de fosas sépticas. Tlf.: 616 392 774

MOVISTAR

Tlf/Wasap 619 518 678 tufibrahallgado@tutiendamovistar.es

CAIXABANK

Oficina móvil 2º y 4º martes de cada mes en Pl. Plazuela 09.30h

P/
2





MONTEERRUBIO®
Correduría de Seguros

TLF. 615 398 259

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO



HOGAR



MASCOTAS



AUTO



VIDA



SALUD

OFICINAS CALLE NARCISOS PARCELA 90, PINAR JARDÍN MARUGÁN 40142 SEGOVIA

MÁS QUE UNA VIVIENDA S.L.U. Colaborador Externo
MONTEERRUBIO CORREDURÍA DE SEGUROS BROKER, S.L.U. / Nº Registro DGSyFP: J2316 Concertado Seguro de Responsabilidad Civil y Capacidad financiera, según legislación vigente

ALQUILER DE APARTAMENTOS TURÍSTICOS



CASA FORTUNA

MARUGÁN TLF.: 921 19 62 87/98



Restaurante Bar - FORTUNA

921 19 62 87 / 98

Especialidad en comida casera
Tapas variadas

**Q
U
E
S
T
A
N
C
O
P
R
E
N
S
A
S**

CAPILLAS PORTÁTILES

UNA MIRADA AL PASADO

Por Agustín Rivilla Sastre



Tradiciones que han sido el resultado de siglos de conocimiento transmitido de generación en generación y que representan la identidad y la historia de cada municipio. Conservar estas tradiciones locales es esencial para permitir a las generaciones presentes y las venideras comprender su patrimonio cultural para, así, poderse conectar con sus raíces.

Según me relata Nines González, una de las costumbres que no ha desaparecido en Marugán, pero que está costando mucho mantenerla, es la de las capillas portátiles o domiciliarias, llamadas así porque van pasando de casa en casa. Aunque el uso de esta antigua rutina haya decaído notablemente y que su arraigo, entre la población, no tenga nada que ver con el que tuvo antaño, esta práctica tan ancestral sigue manteniéndose en Marugán.



Muchas personas naturales del municipio recordarán esta tradición que también se llevaba a cabo en la gran mayoría de los pueblos de la provincia de Segovia. Se trata de una hornacina hecha en madera de pequeñas dimensiones y de poco peso para poderla trasladar con facilidad. Dentro de la capilla, tras abrir dos puertas, encontramos a la Sagrada Familia protegida por un cristal. La capilla suele rotar por un número de domicilios de tal modo que pueda regresar al cabo de un mes al punto de partida. El turno va de hogar en hogar, siguiendo siempre la misma dirección y con una periodicidad antaño diaria, pues no se podía retener más de veinticuatro horas en una casa.

Antiguamente se solía llevar a otra vivienda al anochecer, siguiendo escrupulosamente el listado elaborado y colocado en una parte de la capilla. Cuando la imagen llegaba a una vivienda se hacía el recibimiento y se colocaba en el mejor lugar de la casa. Se había la capilla y se le ponía luz con lamparillas de aceite o con velas, como señal de respeto, que permanecían encendidas de

día y de noche. En el interior, había un libro en el que aparecían las oraciones que había que rezar tanto al recibir la imagen como al despedirla. En la base de esta capilla, hay una ranura a forma de hucha y era costumbre poner una limosna que servía para mandar misas en favor de las familias maruganesas que participaban en esta práctica devocional y de sus ánimas.

La persona responsable de la capilla, llamada celadora, se encargaba de buscar participantes para este rito y elaboraba una lista manteniéndola siempre



P/
3

Javier Arcones

Segovia

arquitecto

@aarcones

JAVIER ANGEL

JAVIER ANGEL

Javier Ángel Arcones Benito

Móvil 639 06 54 37

aarcones@gmail.com

Estudio de Arquitectura

Talleres Marugán

Roberto Marugán Martín

Cerrajería en general

Crta. Otero-Sanchidrián, Km 20

Móvil 670 86 65 54



actualizada. También se encargaba de extraer el dinero y llevarlo a la parroquia para las mandas de las misas. Posteriormente la volvía a poner en funcionamiento, previa limpieza y preparación, para que de nuevo siguiera el orden marcado por la lista que estaba compuesta por cerca de 30 personas. Este grupo de gente recibía el nombre de coro, y por último estaba el titular o dueño de la capilla.

El origen de esta tradición se remonta al siglo XV, incluso hay historiadores que hablan del siglo XIII. La practicaban los franciscanos y las órdenes de caballería medievales para unir en la oración y fomentar la piedad en las familias devotas. En un principio eran únicamente imágenes de San Francisco de Asís, de San Antonio de Padua o de la Virgen del Carmen, asociadas todas ellas a la orden franciscana. Más tarde se incorporaría a la Sagrada Familia.

Otra idea, también defendida por los historiadores, es que a partir de la contrarreforma se fomenta, además de las procesiones, el uso de estas capillas como reacción a la reforma protestante llevada a cabo por Martín Lutero.

Parece que la introducción en España se produce más tarde, a finales del siglo XIX o principios del XX, y se debe a los Padres Paules y a las Hermanas de la Caridad. Con el estallido de la Guerra Civil entraron en desuso, remontando su tradición hacia los años cincuenta del siglo pasado, momento de mayor auge.

Mi interlocutora Nines González me puntualiza que, aunque esta tradición aún sigue vigente en Marugán y en otros pueblos de la provincia, con el paso del tiempo se ha ido modificando. Ahora, la capilla pasa más días en cada vivienda ante la falta de relevos generacionales que quieran continuar con esta devoción.



COLABORACIÓN

P/
4



**PISCINAS
ARCANA**

☎ 669208606

✉ ventas@piscinasarcana.es

www.piscinasarcana.es



PISCINAS PREFABRICADAS

No te quedes este verano sin tu Piscina!!

Nos encargamos de todo el proceso de instalación,
hasta la puesta en marcha.



JARDINERÍA VÍCTOR REY

DISEÑO Y EJECUCIÓN DE JARDINES.
TALAS Y PODAS CONTROLADAS.
INSTALACIÓN DE RIEGOS Y LOCALIZACIÓN DE AVERÍAS.
TRATAMIENTOS FITOSANITARIOS.
SIEMBRA DE CÉSPED NATURAL Y TEPES.
INSTALACIÓN DE CÉSPED ARTIFICIAL.
JARDINERÍA VERTICAL ARTIFICIAL Y NATURAL.
MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA DE PARCELAS.

victorrey135@gmail.com 616 45 38 87 www.victorrey.es

N

A

T

U

R

A

S

I

T

V

I

T

A

57

Pinar Jardín
(Marugán)

MILANO REAL (ILVUS MILVUS).

El Milano Real (Milvus milvus) es una rapaz de una envergadura considerable, pudiendo oscilar entre los 140 y 170 centímetros (distancia entre las puntas de sus alas abiertas) y con un peso de aproximadamente un kilo. Se la reconoce muy fácilmente cuando está volando por la profunda horquilla de la cola y las llamativas manchas blancas que exhiben bajo sus largas alas. La cabeza y el cuello presentan un color blanquecino con finas rayas oscuras. Las partes inferiores son de tonos predominantemente rojizos y pardos con, también, pinceladas oscuras en las partes ventrales. Las patas, ojos y la base de pico son de color amarillo (imagen). No presenta dimorfismo sexual.

Se trata de una rapaz verdaderamente bella, a la que podemos observar cualquier día del año con solo levantar la vista al cielo si caminamos por espacios abiertos o, por encima de la copas de pinos y encinas de la urbanización. Es en estos espacios donde desarrolla su vida, criando, reuniéndose en dormideros cuando cae la noche o reposaderos que eligen en determinadas zonas arboladas del pinar y cazando en el campo abierto planeando en grandes círculos, aprovechando las térmicas, con un vuelo extraordinariamente ágil, armonioso y elegante, dando la sensación de flotar en el aire sin el más mínimo esfuerzo. Es incansable en estos ejercicios de exploración. Sin embargo, la mayor parte de sus presas, las consigue volando a poca altura del suelo, con rapidez y, efectuando vuelos rasantes sobre pequeñas elevaciones y montículos del terreno. En ocasiones, durante la época de elección de pareja y cortejo de la misma, podemos ver a los milanos realizando auténticas acrobacias aéreas, como si de una exhibición se tratara, con picados increíbles, persecuciones y entrelazados de garras en pleno vuelo. Un auténtico espectáculo.

La población española de milanos es sedentaria y su número se ve incrementado por la llegada, en invierno, de numerosas parejas provenientes del resto de Europa, que eligen muchas zonas de la Península, convirtiéndose a España en el principal destino de esta especie (Castilla y León es una de las principales áreas de concentración de milanos reales). Aunque, en los últimos años, debido, probablemente al cambio climático, recibimos menos invernantes. También ha descendido el número de sedentarios. En libertad y condiciones favorables, su expectativa de vida puede alcanzar los 24 años.

EL Milano Real es una especie protegida, incluida en el Catálogo de Especies Amenazadas como "Vulnerable". Son numerosas las amenazas que reciben sobre su existencia como la ingesta de cebos envenenados, raticidas, electrocución, muertes en parques eólicos, pérdida de su hábitat, la caza ilegal, cambios en los usos agrícolas y ganaderos, la explotación de nidos en época de cría, desaparición de muladares,... Se estima que la población se redujo considerablemente a partir de la década de los 90. Debido a todo esto la protección jurídica de la Directiva sobre aves de la Unión Europea confectionó un plan de actuación en su área de distribución.

En España, según palabras del responsable del programa de Conservación de Especies Amenazadas de SEO/BirdLife, "las actuaciones con respecto al milano real y su catalogación a escala estatal como especie en peligro de extinción [...] está dando sus frutos y la especie se va recuperando paulatinamente" aunque, también señala que "sigue siendo una especie muy afectada por episodios de envenenamiento en nuestro país". Algo cruel, deplorable y prohibido.

Alimentación: El régimen alimenticio del Milano es variado aunque, la carroña es parte muy importante de su dieta sobre todo, en la época de invierno y, sus visitas a vertederos, muladares, mataderos o granjas, donde encuentra desperdicios de todo tipo, son muy frecuentes. Cuando sale de caza escoge presas que puede capturar con cierta facilidad como gazapos de conejo, pequeños mamíferos como ratas y ratones, algunas aves, anfibios, reptiles, peces (en contadas ocasiones) e invertebrados y, en general, cualquier animal despistado, lento o enfermo y presas heridas que los cazadores dejan en el campo. También es bastante habitual verlo en las cunetas de las carreteras donde, a menudo, hay restos de animales atropellados. Normalmente, toda su actividad de caza y de búsqueda de alimento la desarrolla en áreas abiertas y despejadas, sin cobertura arbórea ni matorrales aunque, el milano real, depende en gran medida de zonas forestales donde elegirá su dormidero, reposadero y lugares de cría.

Poco después de la salida del sol el milano real abandona el dormidero y vuela en dirección de su zona de caza, que suele ser la misma durante bastantes años. Una vez allí, planeando en círculo o linealmente a gran altura en muchas ocasiones, con frecuentes quiebros y cambios de dirección y ayudado por su penetrante vista y por su cola en forma de horquilla para compensar los efectos del viento en su trayectoria, comienza la búsqueda y la captura, normalmente por sorpresa de sus presas vivas. Sin embargo, cuando quiere capturar pequeños invertebrados vuela a poca altura repitiendo el recorrido por una misma zona hasta caer velozmente sobre ellos. Una vez conseguido el objetivo regresa a su reposadero o lugar de cría.

Construcción del nido: Una vez elegida la pareja, después de acrobáticas paradas nupciales, dos o tres semanas antes de producirse la puesta, comienzan la construcción del nido o, como en la mayoría de los casos, la reparación del que ya han utilizado en años anteriores. Suelen estar ubicados a considerable altura en una gruesa rama u horquilla del árbol elegido. Como material para confeccionar la plataforma utilizan ramas secas partidas del árbol o recogidas del suelo, lana y hierba y lo recubrirán con piedras y todo tipo de desperdicios humanos como papeles, plásticos, cuerdas, trapos, ... que seguirán aportando al nido aunque ya haya pollos en él.

Puesta: A mediados de marzo aproximadamente, comienza la puesta que, normalmente, estará compuesta de 2 huevos, aunque puede haber nidos con 1 (probablemente de hembras jóvenes) o con 3. Los huevos son depositados en intervalos de unos tres días y, la hembra, comienza a incubar desde la puesta del primero. Son de color blanquecino con manchas rojizas o pardas. Su tamaño es de unos 57 x 45 milímetros y pesan alrededor de los 60 gramos. No hay segunda puesta.

Incubación: Dura entre 30-32 días para cada huevo. Incuba la hembra aunque, el macho la releva durante periodos breves de tiempo en los que se ausenta para alimentarse. Cuando el macho da por finalizada la caza, regresa a un árbol cercano al nido con la intención de controlar a los intrusos. La hembra protege a los pollos de la intemperie durante sus primeros 15 días de vida, no abandonando el nido en ningún momento y, cuando las plumas empiezan a cubrir su cuerpo, sale de caza y colabora con el macho en el aporte alimenticio. Los jóvenes permanecerán en el nido entre 45 y 50 días. Cuando lo abandonan, se quedan por los alrededores durante algunos días más, alimentándose de las presas que los progenitores dejan en él. Cuando cumplen dos meses de vida se separan de los padres.

Reposición del nº 9

Disfrutemos y conservemos nuestro magnifico entorno

FAUNA
EN MARUGÁN



P/5

COLABORACIÓN Paco G.D.

Aislamiento térmico
exterior-SATE



TACONS
Reformas y Construcción
CONSTRUCCIÓN EN GENERAL
666027151
635694024

ABEL VIVERO JARDINERIA

* Realización y Mantenimiento de Jardines
* Limpieza y Cerramiento de Parcelas
* Adornos de Jardineria, Césped en Tepes y Leña
viveroabel@gmail.com

MARUGÁN
(SEGOVIA)

921 19 61 90
659 41 55 35
628 36 32 77

**AC TAURINA
INTERPUEBLOS**

PERSONAJES DESTACADOS

SANTIAGO GARCIMARTÍN MARTÍN. (1976 – 2002)

Santiago Garcimartín nació en Segovia, porque era donde se localizaba el hospital, el 12 de octubre 1976. Era hijo de Jesús Garcimartín y de Presentación Martín, y junto a su hermana melliza Pilar, eran los menores de cinco hermanos.

Santiago, conocido cariñosamente como “Santi”, fue un deportista maruganés muy querido en el pueblo de Marugán y sus alrededores por su afabilidad y por su afecto íntimo, profundo y sincero. Un apasionado del deporte y un referente en su municipio al involucrarse en actividades deportivas tanto locales como regionales.

El 22 de octubre de 2002, en una jornada marcada por la adversidad y el infortunio del destino, Santiago perdía la vida en un desgraciado accidente laboral a la edad de 26 años.

En su honor, se celebra anualmente la Carrera Popular de Marugán, denominada “Memorial Santi”. Este año se celebrará la XXI edición que, como las veinte anteriores, servirá para recordar a Santi.



COLABORACIÓN Fercu.

Etnobotánica

MAGNOLIA

Magnolia grandiflora (Magnoliaceae) Magnolio, Sureste de Estados Unidos de América, florece en los meses de mayo a julio.

* ORIGEN DEL NOMBRE: Dado por Linneo en honor al médico y botánico de Montpellier (Francia), Pierre Magnol, responsable del Jardín de esa ciudad (1639-1715).

* HOJAS: Grandes, enteras y ovales, de color verde lustroso por el haz y herrumbrosas por el envés; gruesas. Las flores llamativas -de hasta 25 cm. de vuelo-, solitarias y de color blanco-crema, a las que alude su nombre específico. Los frutos son semejantes a las de plátano, en miniatura.

* CURIOSIDADES: Simboliza "el pudor". Esta especie sufrió mucho en la época de las glaciaciones y desapareció de grandes áreas. Es un eslabón entre las plantas angiospermas y gimnospermas. Se han descubierto fósiles de hasta 5 millones de años: La primera planta conocida en Europa data de 1688.

LOS MAGNOLIOS DE MARUGÁN

Como lámpara de ochenta y un brazos,
de color verde y blancas tulipas,
luz divina de Marugán fogonazo,
florece la magnolia, huele que flipa

si mece el aire sus blancos lazos,
la Virgen de la Salud modifica
y se hace recato de un flechazo,
en aromas blancas, de esperanza rica

imbuido con aura de luz, blancura
y esperanza, fuerza de la Patrona
y la simbología toda a favor,

luce la flor delicada y pura,
es lámpara, es árbol, autor, autora,
es belleza y del jardín el farol.

COLABORACIÓN Rutino Rodado Pérez



**ECONOMISTAS
ABOGADOS
ESPECIALISTAS
LABORALES**

C/ Roble, 19 40002 Segovia
T. 921 922 000 F. 921 921 010
info@toraser.es www.torquemada-asesores.com

DEL 29 DE JUNIO AL 28 DE AGOSTO

CAMPAMENTO MARUGÁN

¿TE APUNTAS?

Edad: de 4 a 12 años

Horario: 9:00 o 10:00 a 14:00

Lugar: polideportivo

Inscripción hasta el 17 de mayo



Colaborador:



Organizador:



CONECTA

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:
WWW.CONECTAVENTURA.COM - 644209633

15€ de descuento para niños o tutores legales empadronados



EMPRESA DE SERVICIOS

TRAMITACIONES DE OBRA NUEVA
TASACIONES
LEGALIZACIONES
ASESORIA
SEGUROS
HERENCIAS
VALORACIONES PERICIALES
ALARMAS
PROYECTOS

MAS QUE UNA VIVIENDA S.L.U.
TLF 622 268 005
masqueunavivienda@gmail.com
Oficinas: C/. Narcisos, 90



Tuviviendaenmarugan.com

**CONSULTORA
INMOBILIARIA DE
MARUGÁN**

ANTES DE TOMAR CUALQUIER
DECISIÓN CONSÚLTENOS
C/. Narcisos, 90
622 268 005

CALLES

- 1.- AV. SIETE FUENTES
- 2.- Pº DE LA SIERRA DE GREDOS
- 3.- Pº DE LA CUESTA DEL ESCUDO
- 4.- LIRIOS
- 5.- AZUCENA
- 6.- LILA
- 7.- AMAPOLAS
- 8.- JAZMÍN
- 9.- NARCISOS
- 10.- GERANIOS
- 11.- FLOR DE LIS
- 12.- EDELWEIS
- 13.- Pº FUENTE DEL CURA
- 14.- ROSA
- 15.- YEDRA
- 16.- CLAVELES
- 17.- AV. SANTA CATALINA
- 18.- NARDOS
- 19.- VIOLETAS
- 20.- MARGARITAS
- 21.- AV. VIRGEN DE LA SALUD
- 22.- VIRGEN DEL PRADO
- 23.- VIRGEN DE LOURDES
- 24.- VIRGEN DE LA FUENCISLA
- 25.- ALMENDRO
- 26.- EUCALIPTO
- 27.- MADROÑO
- 28.- CHOPO
- 29.- ROBLES
- 30.- SAUCES
- 31.- ABETOS
- 32.- ACACIAS
- 33.- ACEBOS
- 34.- OLIVAR
- 35.- ENCINAR
- 36.- PINAR



ENTRADA



POR ENCARGO

- ARROZ CON BOGAVANTE
- PAELLAS MIXTAS
- CORDERO
- COCHINILLOS
- POLLOS DE CORRAL

☎ 641068269

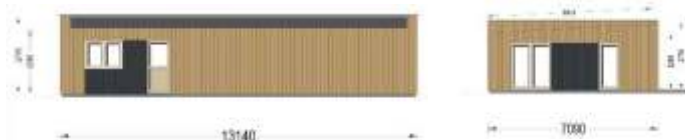
¿QUÉ TE APETECE COMER? DÍNOSLO

EL PINAR
BAR- RESTAURANTE

Hace ya



P/
10



CONSÚLTANOS SIN COMPROMISO

TE SORPRENDEREMOS

622 268 005

LA IDEA DE QUE DIOS ES LA NATURALEZA, ORIGINAL DE SPINOZA, HA TENIDO UN GRAN EFECTO EN LA FILOSOFÍA Y LA CIENCIA

Baruch Spinoza, el gran filósofo judío siglo XVII que influyó en genios como Goethe o Einstein, desafió las concepciones tradicionales sobre Dios con una perspectiva que, aunque radical en su tiempo, ha dejado una marca indeleble en la historia del pensamiento.

En lugar de concebir a Dios como una entidad trascendente y antropomórfica, Spinoza vio a Dios en la Naturaleza misma, una única sustancia infinita. Estas ideas influyeron tremendamente en las ideas de Goethe sobre la naturaleza. En 1785, Goethe afirmó memorablemente: "Spinoza no prueba la existencia de Dios; la existencia es Dios."

Para Spinoza, Dios no es una entidad separada del universo, sino la única sustancia que lo compone. Todo lo que existe, desde la más mínima partícula hasta el vasto cosmo, está en Dios y es una manifestación de su esencia. Esta profunda conexión entre Dios y el universo se encapsula en su declaración "Deus sive Natura", que se traduce como "Dios, es decir, la Naturaleza". No hay una línea divisoria entre Dios y el mundo; son una entidad.

A diferencia de las visiones tradicionales que presentan a Dios como un creador que interviene en los asuntos del mundo o que posee emociones humanas, Spinoza nos presenta a un Dios que opera según leyes necesarias y determinadas, al igual que la naturaleza. No hay caprichos divinos ni intervenciones milagrosas; todo lo que sucede es una expresión directa de la esencia de Dios.

Además, Spinoza rechazó la noción de que Dios actúa con un propósito o meta. Según él, atribuir objetivos o intenciones a la naturaleza es un error de interpretación. La naturaleza, y por ende Dios, simplemente es. Todo lo que ocurre es el resultado de sus leyes inmutables y eternas.

La visión de Spinoza fue considerada herética y generó enorme polémica. Al hablar sobre el nihilismo, Jacobi se refería a esta idea, que según él rebajaba a Dios y al desposeerlo de su trascendencia lo acababa negando.

Pero en nuestra época, influenciada por los paradigmas materialistas de la ciencia, las ideas de Spinoza ofrecen una posibilidad de espiritualidad immanente. Spinoza nos desafía a ver a Dios no como un ser distante en los cielos, sino como la esencia misma de todo lo que nos rodea.

En resumen, Spinoza nos invita a contemplar a un Dios immanente en cada aspecto de la existencia y como tal se acerca, al menos desde cierto ángulo, a ideas similares a las que se encuentran en el hinduismo. Particularmente, las nociones de que el universo es el cuerpo de Krishna o Vishnu, si bien en algunas escuelas vaishnavas se cree que Dios tiene una esencia trascendente.

Por otro lado, su idea es enormemente atractiva puesto que, como Goethe señaló, no necesita ser probado porque es evidente en la mera existencia.

Las ideas de Spinoza, que identifican a Dios con la Naturaleza y ven al cosmos como una manifestación divina, han dejado una profunda huella en movimientos espirituales y religiosos contemporáneos. Estos movimientos, que a menudo enfatizan conceptos como "Dios es todo", "Dios es energía" o "La Tierra es Dios", se inspiran consciente o inconscientemente en la visión panteísta de Spinoza.

Su filosofía ha proporcionado un marco teórico para aquellos que buscan una espiritualidad más conectada con el mundo natural y que divinizan el cosmos. En una era donde la sostenibilidad y la conexión con la naturaleza son esenciales, las ideas de Spinoza resuenan con fuerza, ofreciendo una perspectiva que une lo divino con lo terrenal y promueve una profunda reverencia por el universo en su totalidad.

COLABORACIÓN Pedro García Valverde P/11

MARUGANTE, NO HAY CAMINO



CAMINAR: EL HÁBITO MÁS SIMPLE QUE TRANSFORMA TU SALUD

Hay algo profundamente humano en el acto de caminar. No requiere equipamiento, ni cuotas mensuales, ni una planificación compleja. Basta con salir y avanzar. Sin embargo, detrás de ese gesto cotidiano se esconde una de las herramientas más eficaces para mejorar la salud de forma integral.

Un impulso para el corazón

Caminar a buen ritmo activa el sistema cardiovascular sin someterlo a un estrés excesivo. El corazón late más rápido, la circulación mejora y las arterias se mantienen más flexibles. Con el tiempo, esto ayuda a reducir la presión arterial y el riesgo de enfermedades cardíacas.

No hace falta empezar con grandes metas. Un paseo de 20 o 30 minutos al día ya marca la diferencia. Si puedes mantener una conversación mientras caminas, pero notas que respiras algo más rápido de lo normal, estás en el punto ideal.

Respirar mejor, vivir mejor

El sistema respiratorio también se beneficia de este hábito. Al caminar, especialmente al aire libre, los pulmones trabajan de forma más eficiente, aumentando la capacidad pulmonar y favoreciendo una mejor oxigenación del cuerpo.

Un consejo sencillo: presta atención a tu respiración. Intenta hacerla más profunda y rítmica, acompasada con el paso. Por ejemplo, inhalar en tres pasos y exhalar en otros tres. Este pequeño ajuste puede convertir un paseo normal en un ejercicio mucho más completo.

Músculos en movimiento, cuerpo más fuerte

Aunque no lo parezca, caminar es un ejercicio muscular muy completo. Piernas, glúteos y zona media del cuerpo se activan para mantener el equilibrio y el movimiento. Con regularidad, mejora la resistencia, la coordinación y la postura.

Para intensificar los beneficios, puedes variar el terreno o el ritmo. Subir cuestas, alternar tramos rápidos con otros más suaves o incluso añadir pequeñas cargas, como una mochila ligera, son formas sencillas de progresar sin complicaciones.

Un aliado del sistema inmune

El movimiento moderado y constante tiene un efecto positivo en el sistema inmunológico. Caminar ayuda a reducir el estrés, mejora el descanso y favorece la circulación de las células defensivas del organismo.

La clave está en la constancia. No se trata de hacer grandes esfuerzos un día y nada el resto de la semana, sino de integrar el hábito en la rutina diaria: aprovechar cualquier recado para hacerlo a pie, dar un paseo después de comer o sustituir trayectos cortos en coche.

Caminar no es solo desplazarse. Es una forma de cuidar el cuerpo sin forzarlo, de reconectar con el entorno y de recordarnos que, a veces, las soluciones más simples son también las más eficaces.

COLABORACIÓN Javier Sanz





UN VIKINGO EN MARUGAN

FREYJA, una diosa Vikinga.



En la historia de los Vikingos no solamente había hombres salvajes, también existían diosas hermosas de una belleza y dulzura enorme. Freyja fue una de ellas, la diosa vikinga del amor, la belleza, la fertilidad y la muerte. Es una de las diosas más prominentes y venerada de la mitología nórdica, y su culto era muy popular entre los vikingos. La influencia de Freyja en la cultura nórdica se puede ver en muchos aspectos. Por ejemplo, el día de la semana viernes (en inglés, Friday) está dedicado a ella, ya que en nórdico antiguo se llamaba "Freyjudagr", que significa "día de Freyja".

Freyja era la hija de Njörd, el dios del mar, y hermana de Freyr, el dios de la fertilidad. Su nombre significa "la señora", y es vista como la líder de las Valkirias, un grupo de mujeres guerreras que elegían a los guerreros más valientes para llevarlos al Valhalla, el palacio de Odín. Se considera, además, la patrona de las cosechas y los nacimientos, vinculada con la primavera y la renovación.

Ella recibía a la mitad de los muertos en combate, siendo la otra mitad para Odín. Su poder era tal que se dice que la magia vikinga había nacido de ella, y era quien le había enseñado a Odín a usarla, revelando su influencia y poder.

Se dice que tenía un gran apetito por el amor y la lujuria, por lo que tenía muchos amantes además de su esposo, Od. Su belleza y su poder seductor podían hacer que cualquier hombre cayera rendido a sus pies con solo una mirada. Sin embargo, cuando Od desapareció, ella lloró lágrimas de oro, evidenciando su capacidad para sentir un amor profundo y doloroso. En algunos relatos se sugiere que Od y Odín eran la misma persona.

Además, Freyja también era asociada con la muerte. Se creía que tenía el poder de decidir quién viviría y quién moriría en la batalla, y a menudo se representa acompañada de dos grandes gatos negros, símbolos de la muerte y la magia, ya que también era capaz de ver el futuro y manipular las fuerzas del destino.

El tesoro más preciado de Freyja fue el collar de los Brising, de oro y fabricado por cuatro enanos, que, al verlo, lo deseó inmediatamente. Según la leyenda, lo consiguió a cambio de pasar una noche con cada uno de los enanos y se dice que era tan brillante que podía iluminar toda la tierra.

Los gatos fueron considerados sagrados para Freyja, hasta se cree que tenía el poder de transformarse en uno de ellos a su voluntad. Los gatos también representan la independencia, la astucia y el misterio características muy vinculadas a su personalidad y a su papel en la mitología nórdica. A Freyja normalmente se le representa en un carro tirado por dos grandes gatos, símbolo de su estatus divino, de su conexión con el mundo animal y su poder sobre la vida y la muerte. Según los registros históricos, Freyja murió en un enfrentamiento entre dioses y gigantes. Sin embargo, la investigación sugiere que su muerte pudo haber sido causada por uno de los propios dioses: Loki.

Loki, el dios de la travesura y la astucia, siempre ha sido un personaje polémico en la mitología nórdica. Se sabe que ha causado problemas a los dioses en numerosas ocasiones, y su papel en la muerte de Freyja no es una excepción.

Antiguos textos nórdicos describen un encuentro entre Loki y Freyja poco antes de su muerte. Según estos textos, Freyja y Loki discutieron acaloradamente antes de que Loki la atacara y la matara.

A través de Freyja, vemos la complejidad y la riqueza de la mitología nórdica, ya que encarna muchas contradicciones como ser la diosa del amor y la belleza, pero también de la guerra y la muerte, siendo, sin duda, una de las figuras más potentes y multifacéticas de dicha mitología.



COLABORACIÓN

Mantenimiento de casas en Madera.
Montaje de casas prefabricadas en madera.
Montaje de casetas Habitables.
Trasteros

607612060
clientes@julianconstruccion.es
julianconstruccion.es

MANUEL
TU VECINO MANITAS

REPARACIONES DOMÉSTICAS
INSTALACIONES - BRICOLAJE

Rápido, económico y de total confianza

NUESTROS SERVICIOS MÁS SOLICITADOS:

FONTERÍA: Cambio de grifería - Cambio de sistemas - Sellados sanitarios - Desagües...

ELECTRICIDAD: Colocación de lámparas - Cambio de enchufes, interruptores y bombillas...

CARPINTERÍA: Montaje de muebles (IKEA) - Cambio de bombín de cerradura - Colocación de esquinas...

BRICOLAJE: Colocación de cuadros, espejos, cortinas, estores soportes TV...

PRECIOS CONVENIENTES Y ADAPTADOS A SUS NECESIDADES

Consultenlo, Presupuesto gratis

Urbanización Pinar Jardín C/ Oliva; nº 72
 Teléfono: 609 404 303 - Email: manuel@pinyajardin.es

JARDINERIA ALEJANDRO

Mantenimientos de parcelas

Setos y podas

Limpiezas de parcelas

Proyectos y averías de riego

Teléfono: 607677565



COCINA con Carolina

RATATOUILLE

INGREDIENTES

- 2 pimientos rojos medianos
- 1 pimiento verde mediano
- 5 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cebollas
- 5 o 6 dientes de ajo
- 800 g de tomates maduros (para rallar o triturar)
- Sal al gusto • Pimiento negro molido al gusto • Tomillo al gusto • Romero al gusto
- 2 o 3 tomates de pera grandes
- 1 calabacín (del mismo grosor que los tomates)
- 1 berenjena (del mismo grosor que los tomates)



PREPARACIÓN

Asa los pimientos, pélalos y trocéalos.

Sofríe la cebolla picada con 2 cucharadas de aceite. Ahora incorpora el ajo picado, rehágalo un minuto más.

Pon los tomates rallados o triturados y cuece hasta que espese. Agrega los pimientos, salpimenta y condimenta con tomillo y romero picado.

Cortar los otros tomates, la berenjena y el calabacín en rodajas de medio centímetro. Reparte la salsa de tomate en la base del molde.

Coloca las rodajas de verduras en círculos concéntricos y salpiméntalos. Mezcla el ajo, tomillo y romero picados con 2 cucharadas de aceite para pintar las verduras. Tapar la fuente con papel de hornear y papel de aluminio y hornear 2 horas a 150 °C.

Destapar y hornear 30 minutos más a 180 °C, esta vez, con calor solo arriba.

LA BODEGA DEL TIO BLAS "Marianito"



SAN VICENTE PATRON DE LOS BODEGUEROS

SAN VICENTE BENDITO QUE NO ME VAYA DE ESTE MUNDO SIN ANTES TOMAR UN MARIANITO



CIUDADANO KANE



George Orson Welles vino al mundo el 6 de Mayo de 1915 en Kenosha, Wisconsin. A los dos años ya pedía a su madre que le leyera los textos originales de Shakespeare. A los diez, dirigía e interpretaba obras de teatro. A los veintitrés, aterrizó a casi dos millones de oyentes con su célebre difusión radiofónica de La guerra de los mundos. Hollywood no tardó mucho en poner sus ojos, y su billetera, al servicio de su excepcional talento. Y fue la emergente productora RKO con la que firmaría su primer contrato.

Su primer proyecto fracasaría, por falta de presupuesto, una adaptación de la novela de Joseph Conrad, El corazón de las tinieblas. Inmediatamente después se enfrascó, junto al guionista Herman J. Mankiewicz, en un proyecto personal, destinado a dibujar sobre el papel, lo que más tarde pasaría a ser en imágenes, y en opinión de la crítica norteamericana, la mejor película de todos los tiempos, Ciudadano Kane.

Inspirada en la vida de William Randolph Hearst, cuenta la ascensión y caída de un magnate de la prensa, Charles Foster Kane. Tras su muerte, un periodista (Joseph Corten), comienza una investigación, interrogando a los personajes relevantes de la vida de Kane, tratando de dilucidar quién fue aquel realmente, y el significado de Rosebud, palabra emitida por Kane, justo antes de exhalar su último aliento.

La ópera prima de Welles revolucionaría el cine y lo transformaría para siempre, al relacionar forma y contenido. He aprendido, con el paso de los años y la cantidad de cine ingerida, que una historia no la cuentan sólo sus personajes; también la cuenta sus luces, sus sombras, los colores, los objetos, las líneas o las lentes. Ciudadano Kane también es pionera en todo eso. La narrativa, acelerada unas veces, lenta en otras, la historia contada en flashback, desde la infancia del personaje... Un personaje del que tanto a los espectadores como a los demás protagonistas de la narración, se nos escapa la verdad última de su personalidad. Y es que cada ser humano, es, en sí mismo, un universo complejo de descifrar. Welles trabajó con el director de fotografía Greg Tolland, con el que tuvo sus más y sus menos. Gracias a ambos descubrimos los techos en los encuadres, los contrapicados extremos y las posibilidades de la profundidad

de campo.

Todo esto es un lenguaje muy técnico, soy consciente, pero es que ahí precisamente reside, no sólo en lo artístico, la grandeza de esta monumental película.

Orson Welles dirigió una docena de películas más, todas ellas excelentes, y, pese a sus problemas con el establishment, se convirtió en un prolífico actor. Murió el 10 de octubre de 1985, de un infarto, en su casa de Hollywood. Un genio, para la posteridad, figura inigualable del siglo XX, a la misma altura que Ford, Chaplin, Hitchcock, Murnau o Kubrick.

FILMOTECA



PASATIEMPOS

12 juegos de mesa

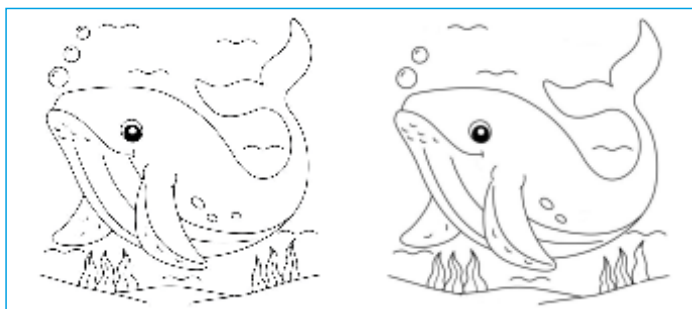
A G J A F S A M P S E I P A H C
N L U E R A Y S O A T C H R U U
E S A K L T O R T R N R C C D N
D I A I P S N Z A C L U E D O A
O V A M V H C J S N E T R I S M
R I C O A I E T X T O V C U B U
L R P B I D R S U D A I U T Y L
P T A E R O U T N E H J T P E R
Y D U E O M S Z E D E X O C A B
E L Z F S I H C R A P H L S I S
C A O B N N U R O A C U R N E P
O C E P D O V D M L E F G N R A
A P B L O E R E I D A O Q D E L
C I F A I N J J O S I L U D U K
S P D S Y C O A Y P U N O M Q L
E R F K S E R M K E Z A C S C R

MES DE ABRIL/26

CIES, ONS, TABARCA, TAGOMAGO, AROSA,
TOXA, MEDAS, CABRERA, PEREJIL
ALBORAN, SALVORA
FAISANES

ENCUENTRA LOS 7 ERRORES

P/
14



Pablo dime algo que me enloquezca,
He vendido todos tus zapatos y me he comprado una moto.

Buenas, ¿hablo con el club de las menopaúsicas?
¿Qué se necesita para ser socia?
Nada, no tenemos reglas.

Hola, buenos días ¿hablo con Paco?
Si, dígame
Le llamo por la raqueta de tenis
¡Joder, pues se le escucha de maravilla!

Bienvenido a Decathlon, ¿qué desea?
Unos pantalones cortos con bolsillos
Si señor ¿para Padel, Tenis....?
No, para el tabaco y el móvil

Me encanta la justicia de este país,
si entras en una casa y te llevas la televisión
vas preso, pero si te quedas con la casa entera no

¿ayer lleva H? no, ¿y hoy? Si,
ícomo cambian las cosas de un día para otro!



S
U
D
O
K
U

			3					
8	6		4				9	
	3				2			7
7			8				4	
	9	8				5		
			5	2				
1		4				2		6
3						9	7	
6								3

RESTAURACIÓN DE MUEBLES

Y obras de arte en madera

- Mueble rústico
- Marquetería
- Dorado
- Policromía
- Encordado de sillas
- Papel
- Pergamino
- Cerámica

Pilar Gil Baladrón

Tfno. 649 56 39 52

pg.baladron@gmail.com

MvM

Diseño y reforma de interiores

MIGUEL VELA
627 833 633

miguelvela81@gmail.com

FONTANERÍA & CALEFACCIÓN



ALFONSO GÓMEZ

657943156

PINAR JARDIN - MARUGÁN

ruedainstalaciones@gmail.com

BAR RESTAURANTE EL PINAR

MENU DIARIO-ASADOS-TAPAS

MENU ESPECIAL SÁBADOS

RESERVAS 641-068-269

GUÍA DE SERVICIOS

ANTENAS

LEONCIO
608 104 806

ARQUITECTO

JAVIER ARCONES
639 06 54 37

ARREGLOS DOMÉSTICOS

MANUEL
609 404 303

ASESORES TORQUEMADA

921 922 000

ASESORÍA DE BIENESTAR

CHUS
655 38 28 32

BAZAR MARUGÁN

629 789 540

CERRAJERÍA

Roberto Marugán Martín



670 86 65 54

CERRAJERO 24 HORAS

tuviviendaenmarugan.com

CHATARRA

DAVID
695 400 621

CARPINTERÍA METÁLICA

PEDRO
920 314 199

CARPINTERO

ÁNGEL PÉREZ
617 821 736

CLIMATIZACIÓN

FERMÍN DE ANDRÉS
699932367

CONST. Y REFORMAS

MIGUEL ANGEL
685 964 102

ELECTRICISTA

LEONCIO
608 104 806

FONTANERO

F. GILBERTO S.L.
689 412 403

ALFONSO
657 94 31 56

FISIOTERAPIA

ANDREA
652 435 813

GASOIL CALEFACCIÓN

HIGUERA
921 178 033

JARDINERÍA

DAVID SASTRE
642 671 562

LOS CHERIFF
619 407 281

VICTOR REY
616 45 38 87

VIVEROS ABEL
659 415 535

PEDRO
666 887 582

ALEX
607 677 565

ALBORNOS
696 308 747

LIMPIEZA DE CASAS

IRENE
660 49 49 16

IRINA
636 47 14 88

ERIKA
613 47 91 71

LIMPIEZA DE FOSAS

DEFOLIM
620 995 570

BAENA
616 392 774

PINTURA

BALDUINO
630 450 374

MIGUEL
622 255 368

PORTES

MOHAME
669 980 198

DAVID
695 400 621

PSICÓLOGA

PATRICIA BARBA
637 92 71 10

SEGUROS

615 398 259

VENTA DE BUTANO

HIGUERA
921 178 033

VENTA DE LEÑA

VIVEROS ABEL
659 415 535

ALEJANDRO
671 485 101

LOS CHERIFF
619 407 281

VENTA DE PELLETS

HIGUERA
921 178 033

VIVEROS

VIVEROS ABEL
659 415 535



Segoviana de Montajes Eléctricos, S.L.

Leoncio Rivilla

C/ Santa María de Nieva, 16 • 40003 Segovia
Tel. y Fax 921 43 83 53 • Móvil 608 10 48 06



EMPRESA INSTALADORA DE FONTANERÍA - CALEFACCIÓN Y GAS A ENERGÍA SOLAR TÉRMICA

Calle Nicaragua, 8
Tel. 920 300 035 - 689 412 403
05200 ARÉVALO (Ávila)
danibragado@hotmail.com

Exposición:
Plaza Santa Teresa, 94
COTO DE PUENTEVEJEO
05291 MAELLO (Ávila)



Beni
Obras & Servicios

Desde arreglar un enchufe hasta
construirte una casa

Marugán

+34 691 87 74 51

beniobrasyservicios@gmail.com

Benito Ramo
CHEF

Chef disponible para suplencias,
extras y eventos.

Especializado en cocina castellana
e irlandesa.

Profesionalidad, sabor y
compromiso.

+34 691877451

benichefpuestas@gmail.com

DAVID SASTRE LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

- Mantenimiento de parcelas y de césped.
- Desbrozamos y limpiamos parcelas.
- Tala y poda de pinos y encinas
- Poda de setos
- retirada de escombros vegetales
- instalaciones de riego y césped

642 67 15 62

MAQUINARIA PROPIA



RESIDENCIAL "LAS VISTAS"

Venta de PARCELAS

ARCE GESTIÓN S.A.
INFORMACIÓN Y RESERVAS

+34 651 996 698

(Fernando Sánchez)



CONSTRUCCIONES Y REFORMAS

PAVIMENTOS PULIDOS E IMPRESOS

"DE ESPACIO OLVIDADO A OASIS URBANO"



¡HACEMOS TUS DESEOS REALIDAD!
615 504 294