Hoy

CHARLAS

'El cuidado de la Casa Común: Laudato Si'. Salón del Instituto de la Plaza de la Cruz de Pamplona. 19:30 horas. Ciclo de conferencias del Foro Gogoa. Ponente: Jaime Tatay, profesor en la Facultad de Teología de la Universidad Pontificia Comillas. Entrada libre hasta completar aforo.

Taller Body Percussion. Sala 3 Civican. 17 horas. En este taller se explorará, partiendo del propio cuerpo como instrumento, la creación y el arte de hacer música. Con La Mare y Plena Inclusión. Ciclo 'Otras miradas'. Entrada libre previa inscripción en: informacion.civican@fundacioncajanavarra.es o 948 222 444.

Encuentro: La Mare. Atrio Civican. 19 horas. Exhibición del resultado del taller 'Body Percussion' y posterior encuentro con María del Mar Rodríguez, La Mare, compositora y cananante, sobre el trabajo realizado y la importancia de la inclusión.

Taller 'Cómo aceptar una enfermedad crónica'. Biblioteca de Navarra. 17 horas. Plazas limitadas. Gratuito. Inscripción previa: 848 423 450 y escuelapacientes.navarra.es Organiza: Escuela de Pacientes, Escuela de Salud Navarra. Colabora: Biblioteca de Navarra.

LITERATURA

David Mariezkurrena presenta su libro 'Cancionero infantil de Pamplona'. Palacio del Condestable. 19.30 horas. Acompañado por Regina Salcedo. Organiza Ateneo Navarro.

Presentación del libro 'Locura', de Maite Sota Virto. Biblioteca Txantrea. 19 horas. Lonsa Quijano es una lectora voraz y exigente. La última recomendación de su amigo bibliotecario le ha defraudado tanto que se ha propuesto asumir el reto de escribir ella misma y en tiempo récord una novela negra. Desde un pequeño apartamento con vistas al mar de Hendaia esta profesora desarrollará una genuina trama policial, ocurrida en el fabuloso 'château d'Abbadia' al inicio de la Segunda Guerra Mundial. Sin embargo, su carácter obsesivo y los peculiares paisajes alrededor del castillo ejercerán una influencia desquiciante sobre su ideal de vida, que es la cómoda y nada peligrosa rutina. Entrada libre, hasta completar el aforo.

'Los límites del fantástico: géneros y etiquetas'. Librería Ménades c/ San Gregorio 3 Pamplona. 18:30 horas. Conversación entre los autores Laura P. Larraya, autora de Libélula e Ismael M. Biurrun, autor de Duración de un fantasma.

Presentación del libro 'Tu cerebro tiene hambre. 5 grandes cambios que te ayudarán a perder grasa y a ganar salud'. Sala Ámbito Cultural El Corte Inglés, Pamplona. 19 horas. De Marián García (@boticariagarcia), rostro habitual en los medios de comunicación y en las redes sociales. ¿Qué podemos hacer frente al hambre emocional? ¿Cuáles son las estrategias que funcionan realmente para perder grasa? ¿Es más importante la dieta o el ejercicio? ¿Son para mí los medicamentos para la obesidad que triunfan en TikTok? ¿Podemos desafiar nuestros genes o nos tenemos que conformar con el michelín que traemos de serie? Entrada libre hasta completar aforo.

Cristina López del Burgo presenta 'El camino de la infertilidad'. Nuevo Casino Principal de Pamplona. 19 horas. Luces, sombras y nuevos sueños... Le acompaña Jokin de Irala, catedrático de medicina preventiva y salud pública.

TEATRO

'Delicad@s'. Casa de la Juventud, Pamplona. 19.30 horas. Con el Grupo de Teatro UPNA. 'XVIII Ciclo de Teatro Joven'. Microteatro contemporáneo. La delicadeza de las personas es muy amplia, incluso controvertida. Damos por hecho que las personas delicadas se expresan, se emocionan y actúan de forma parecida y en nuestro imaginario aparecen casi como un cliché. Sin embargo, la delicadeza a veces aparece con palabras abruptas, emociones escondidas y comportamientos absurdos. Se representan escenas de la obra 'Delicadas', del dramaturgo navarro Alfredo Sanzol. Entrada libre, previa retirada de invitaciones desde el día anterior.

Lectura dramatizada de la obra teatral: 'Arriba las manos Sociedad Limitada', de la escritora Yolanda Almeida. Biblioteca Berriozar. 18:30 horas. Intérpretes: Yolanda Almeida y Alain Elizalde. Inscripción previa: 948 301765 biblibrr@navarra.es

MÚSICA

Conciertos Escuela Especial de Música Joaquín Maya de Pamplona. C/ General Chinchilla nº 6 bajo, entrada por C/ Padre Moret). Salón actos. 17:30 h **Audición del alumnado de oboe de la profesora María Arratibel.** 19 h **Duodécimo "Pequeño Gran Concierto" de alumnado variado**. 20 h **Audición del alumnado de trombón del profesor Juan Carlos Aoiz.**

CINE

'Una vida no tan simple'. Filmoteca de Navarra. 19.30 horas. '14º Ciclo Arquitectura de cine'. España, 2023. Dirección y guión: Félix Viscarret. Isaías era un prometedor arquitecto. Ahora pasa sus días entre su estudio de arquitectura y el parque donde juegan sus hijos a la salida del colegio. Dondequiera que esté, Isaías siente que no está donde debería. Con su mujer, Ainhoa, se nota el paso de los años y lo agotadores que pueden ser los niños. Isaías entabla una amistad con Sonia, madre de otro niño del cole, que le va a mostrar que esto de criar a tus hijos y entrar en la vida adulta no es tan simple. Entrada gratuita, previa retirada en taquilla el día de la sesión.

'El triángulo de la tristeza', de Ruben Östlund. Civivox Iturrama. 19 horas. Ciclo 'Ver, oír, aplaudir'. Proyección en Programa de accesibilidad universal con Retina Navarra. Tras la Semana de la Moda, Carl y Yaya, pareja de modelos e influencers, son invitados a un yate en un crucero de lujo. Mientras que la tripulación brinda todas las atenciones necesarias a los ricos invitados, el capitán se niega a salir de su cabina, a pesar de la llegada inminente de la célebre cena de gala. Los eventos toman un giro inesperado y el equilibrio de poder se invierte cuando se levanta una tormenta que pone en peligro el confort de los pasajeros. Entrada libre, previa inscripción en el tfno 010, la red Civivox o www.pamplonaescultura.es

CON NIÑOS

'Around the world'. Biblioteca infantil Civican. 18 horas. La hora del cuento' con Virginia Morionnes A partir de 4 años. Acceso libre hasta completar aforo.

Cuentacuentos musical en euskera y castellano con alumnado del Conservatorio Superior de Música de Navarra y la coordinación de Lucía Ayestarán. Sala Infantil de la Biblioteca de Navarra. 18 horas. Títulos:' Agur Miel Otxin! (euskaraz'); 'Hansel y Gretel (castellano)'. Idiomas: Bilingüe. A partir de 4 años.

VARIOS

'Cafeteando'-¡Solo baila! Casa de la Juventud, Pamplona. 18.30 horas. Entrada libre, hasta completar el aforo.

Mañana

CHARLAS

'Cerebro sano-enfermo. Nuevo concepto: salud cerebral'. Colegio de Médicos de Navarra (Avda. Baja Navarra, 47). 18 horas. Con el neurólogo Pedro Clavero. La charla forma parte del Ciclo "Envejecimiento saludable" que organiza el Colegio de Médicos de Navarra, en colaboración con la Asociación de Jubilados Pico de Orhi. Entrada libre hasta completar aforo.

'Resultados del proyecto de ciencia ciudadana y calidad del aire'. Museo de Educación Ambiental de Pamplona. 19 horas. Se darán a conocer los resultados del proyecto de ciencia ciudadana, donde a través de la cesión de plantas se da a conocer la calidad del aire.

Club de lectura fácil 'Confabuladas'. Civivox Iturrama. 11 horas. Club integrador, de carácter mensual, en el que participan personas con diversas capacidades y se utiliza material adaptado a la lectura fácil. Con Beatriz Cantero. Ciclo en colaboración con Las Gafas de Escribir y ANFAS. Entrada libre, previa inscripción en tfno 010, la red Civivox y www.pamplonaescultura.es

LITERATURA

Aida González Rossi. Civivox Condestable, 19 horas.¡Oh diosas amadas! Autoras frente a sus iconos literarios. Aida González Rossi, tras cuatro poemarios publicados, se estrenó en la novela con la prodigiosa 'Leche condensada', uno de los debuts más destacados de 2023. Aida nos hablará de una de las escritoras más fascinantes de

EL DÍA

Han transcurrido 129 días del año. **El sol** sale a las 6.54 y se pone a las 21.13

SANTORAL

Santoral Nuestra Señora del Toro, Víctor, Acacio, Heladio, Desiderato, Arsenio, Gibriano, Martín de Saujón, Bonifacio IV, Benedicto II, Metrón, Wiro, Amanto Ronconi, Beata Carmen del Niño Jesús González.

EFEMÉRIDES

1902. Entra en erupción el volcán La Montagne Pelée (Martinica), que sepultó la ciudad de Saint Pierre y causó la muerte de 30.000 personas.
1939. Se celebra el primer sorteo del cupón de la ONCE.
1988. El socialista François Mitterrand es reelegido presidente de Francia.

LA FRASE

Georges Bernanos
ESCRITOR
"Quien no ha visto en la carretera al alba, entre dos hileras de árboles, no sabe qué es la esperanza"

PARA SALIR



La cantante La Mare, en dos eventos en Civican

■ Mar Muñoz, La Mare, compositora y cantante gaditana con fuerte compromiso social, estará hoy en Civican para protagonizar un taller con personas de la entidad Plena Inclusión, sobre música e inclusión. Después se ofrecerá una exhibición del trabajo realizado y habrá un encuentro con La Mare. Cita: Civican. 17 horas Taller. 19 horas Exhibición y encuentro con la artista.

La boticaria García presenta un libro

■ Marián García (@boticariagarcia), rostro habitual en los medios de comunicación y en las redes sociales, presentará hoy en Ámbito el libro *Tu cerebro tiene hambre. 5 grandes cambios que te ayudarán a perder grasa y a ganar salud.* Cita: Sala Ámbito Cultural El Corte Inglés, Pamplona. 19 horas. Entrada libre hasta completar aforo.



TELÉFONOS

EMERGENCIAS **112**

Policía Nacional	091
Guardia Civil	062
PAMPLONA	
Policía Municipal	092
Policía Foral	948 202920
Bomberos	112
Atención ciudadano	010
Mancomunidad Comarca.	948 42 32 42
Tfno de la Esperanza	948243040
Teléfono de la Vida	948245035
Tele Taxi	948351335
Hospital Universitario Navarra	848422222
Clínica Universidad Navarra	948255400
Clínica San Miguel	948296000
Hospital S. Juan de Dios	948231800
Alcohólicos Anónimos	948241010
Familiares alcohólicos	636319713
Defensor del pueblo	900702900
DYA	948171717
Información turística	848420420
Asoc. Ludópatas Aralar	948252916
ALSASUA	
Ayuntamiento	948562161
Policía Municipal	629202414
Centro de salud	948564966
ELIZONDO	
Ayuntamiento	948580006
Policía Municipal	617609332
Centro de salud	948581832
SANGÜESA	
Centro de salud	948871441
TAFALLA	
Ayuntamiento	948701811
Centro de salud	948704034
Policía Municipal	092

TRANSPORTES

Aeropuerto	948168700
Air Nostrum	**901 111 500**
Binter	**922 327 700**
Información Renfe	902320320
Estación autobuses	948203566
Artieda	**948 300 287**
Bilmanbus	**902 999 748**
Conda/Alsa	**948 314 224**
Cuadrabus	**945 890 804**
EDSA	**948 131 933**
Interbus	**948 371 037**
La Baztanesa	**948 580 129**
La Burundesa	**948 303 505**
La Estellesa	**948 326 509**
La Muguiroarra	**948 302 623**
La Pamplonesa	**948 188 881**
La Veloz	**948 870 209**
Leizaran	**676 974 309**
Monbus	**982 292 900**
PLM	**902 144 174**

Copia para uso exclusivo de 290606 - 72e493b94999421a940e5dd23699f104