

## AIRE LIBRE

Hoy viernes se celebra el Día Mundial de los Humedales. Y Madrid no se queda atrás en ecosistemas de este tipo ni en propuestas para visitarlos. De Rozas de Puerto Real a Velilla de San Antonio, pasando por Alpedrete y Leganés, habrá actividades de todo tipo y para todas las edades.

**Embalse entre bosques.** La ruta en torno al embalse de Los Morales, en Rozas de Puerto Real, que organiza el centro de educación ambiental El Águila, es idónea para disfrutar con la presencia de aves acuáticas y con el tránsito de bosques de influencia mediterránea a otros más atlánticos. Domingo 4. A las 11.00 en Rozas de Puerto Real. Actividad gratuita. Niñas y niños a partir de los 7 años. Información e inscripciones: 91 865 20 98 / ceaelaguila.blogspot.com.es.

**Dos en uno.** Una ruta organizada por el Centro Trama y una plantación que propone el CEA Caserío del Henares, entre otros colectivos, tienen como protagonistas a las lagunas de Velilla de San Antonio. Domingo 4. A las 10.30 en Velilla de San Antonio. Actividades gratuitas. Ruta guiada con el Centro

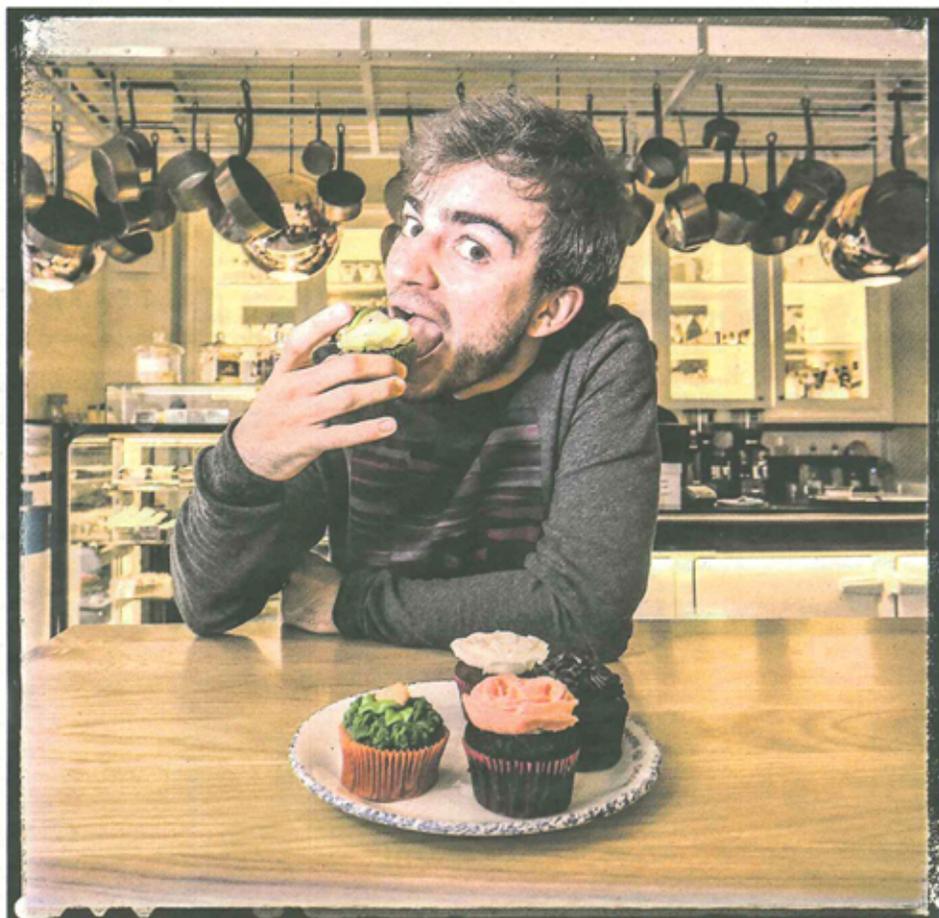


Lagunas de Velilla de S. Antonio.

Trama: 91 668 21 77 / medioambiente@trama.org. Plantación con el CEA Caserío del Henares: 91 673 82 99 / caseriodehenares.blogspot.com.es.

**Humedales de Alpedrete.** La celebración del Día Mundial de los Humedales permitirá conocer ecosistemas acuáticos de algunos lugares menos populares, pero igualmente importantes, como los de Alpedrete. Sábado 3. Salida a las 11.00. Desde la calle de Los Molinos con la calle de Palmira (Alpedrete). Actividad gratuita. Más información: 918 57 21 90 / alpedrete.es.

**El viaje del agua.** El CEA Polvoranca ajusta su actividad al lema del Día Mundial de los Humedales: "Los humedales urbanos hacen que las ciudades sean más agradables para vivir". Para ello se descubrirá cómo el agua vertebró el humedal periurbano de Leganés, cómo se adapta la vegetación a él y qué fauna lo habita. Domingo 4. A las 10.30 en el CEA Polvoranca (parque de Polvoranca, Leganés). Actividad gratuita. Para mayores de 12 años. Información e inscripciones: 91 648 44 87 / madrid.org (medio ambiente/red de centros). JAVIER RICO



El compositor y productor musical Jaime Altozano, en Celicioso. / KIKE PARRA

LOS LUGARES DE... Jaime Altozano

## Clásica y pasteles para celíacos

El compositor madrileño es un enamorado de la oferta cultural de la capital y disfruta de los viajes en metro gracias a los músicos que tocan en sus túneles

PELAYO ESCANDÓN, Madrid

**1. Celicioso.** Soy celíaco y cuando era pequeño no conocí locales que ofrecieran exclusivamente productos sin gluten, y mucho menos con tartas, galletas o magdalenas. Esta pastelería maravillosa tiene incluso pan. (Hortaleza, 3).

**2. Teatro Real.** Me fascina la parte que no se ve. Tiene cinco plantas subterráneas enormes donde trabajan escultores, pintores o sastres que preparan la puesta en escena de varias óperas a la vez. Me recuerda al banco de Gringotts de *Harry Potter*, pero con artistas en vez de dinero. (Plaza de Isabel II, s/n).

**3. Parque Juan Carlos I.** En mi adolescencia vivía en Ciudad Lineal y salía a correr con mi amigo Álex los cinco kilómetros que hay hasta el parque con la intención de seguir dentro, pero como llegábamos molidos solíamos pasear y charlar. Lo recuerdo con nostalgia, ya que durante años también fui a montar en bici con mi padre. (Logroño, 36).

**4. Lago del Retiro.** Aquí viví el mayor fenómeno social no político que he visto en mi vida. Fue la fiebre del videojuego de realidad aumentada Pokémon GO. En el parque había pokémon que aparecían cada mucho y durante muy poco tiempo en diferentes esquinas y llegué a ver a miles de chavales

corriendo de un lado a otro. La gracia del lago es que podías encontrar pokémon acuáticos. Era casi un lugar de culto en el que alguna vez me vi jugando con el móvil.

**5. Teatro Nuevo Apolo.** Es el heredero del Teatro Apolo, que cerró sus puertas para ser deruido en 1929. Conserva la misma decoración y tienen iniciativas variopintas. Hace poco vi a la orquesta Camerata Musicalis interpretar parte de la zarzuela con la que se inauguró el primer Apolo. Lo que estaba escuchando era lo mismo que escuchaba la gente en 1873. Te hace sentir parte de la historia. (Plaza Tirso de Molina, 1).

**6. Restaurante Da Nicola.** Italiano con carta para celíacos. En este local probé por primera vez una pizza que no hubiera hecho en casa. Soy fan del diseño utilitario y tenían gafas graduadas, paredes tratadas acústicamente o cartas en braille. (Mostenses, 11).

**7. Auditorio Nacional.** Voy a menudo y ofrece más propuestas de las que pueda parecer. Estuve en el concierto *¡Solo Música!*, que duraba todo el día y en el que cinco orquestas interpretaron nueve novenas sinfonías, como la de Schubert, Haydn o Mozart. Una propuesta diferente de presentar música clásica sin perder la esencia. (Príncipe de Vergara, 146).

**8. Museos geológicos al aire libre de Col-**

**menar Viejo.** Dos centros con rocas prehistóricas que te hacen reflexionar sobre el pasado de manera muy sutil. Dentro de millones de años habrá alguien observando objetos que nos resultan cotidianos con los mismos ojos que observé esas rocas. Tienen un aire más artístico que natural.

**9. Metro de Madrid.** Me intriga su relación con los músicos que hay en los túneles. La música está viva y puedes escuchar una melodía que te emocione y que te transporte a otro lugar. Me refiero a los músicos que están en estático no a los que entran al vagón y te ponen un altavoz a 90 decibelios.

**10. Escuela Creativa de Música.** Aquí estudié producción musical y en sus paneles puedes encontrar muchas iniciativas interesantes y propuestas para formar grupos. La Sonrisa de Julia, una banda que me gusta mucho, nació en este centro. Además, tiene una situación privilegiada en Malasaña. (Palma, 35).

### Divulgación musical 'online'

**Jaime Altozano** (Madrid, 1993) impulsa la docencia musical online con exitosos vídeos divulgativos en YouTube en los que explica de manera sencilla conceptos como la armonía y los acordes o desentraña las bandas sonoras de *El señor de los anillos* o *Star Wars*.