



# NOTICIAS QUE TEALEGRAN

## Barreras laborales invisibles



Encontrar trabajo ya es complicado para muchas personas. Pero para las mujeres autistas, este camino puede ser aún más difícil. Aunque hoy se habla más del autismo, todavía existen prejuicios y poca comprensión, especialmente en el caso de las mujeres.

El autismo influye en la forma en que una persona se comunica, aprende y se relaciona. No todas las personas autistas son iguales. Algunas necesitan más apoyo, mientras que otras pueden vivir de manera independiente. Muchas mujeres autistas han pasado desapercibidas durante años, porque aprenden a imitar comportamientos sociales para encajar.

Este esfuerzo puede causar cansancio y estrés. Cuando buscan trabajo, estas dificultades se hacen más visibles. Por ejemplo, una entrevista laboral puede ser muy complicada. Entender preguntas abiertas o responder con rapidez no siempre es fácil para una persona autista.

Además, muchas empresas tienen poca información. Algunas creen que una persona autista no podrá trabajar en equipo, pero esto no siempre es cierto. Muchas tienen habilidades valiosas, como concentración, atención al detalle o pensamiento lógico.

En las mujeres, la situación es más compleja. Durante mucho tiempo, el autismo se ha estudiado más en hombres. Por eso, muchas mujeres reciben diagnóstico tarde o no lo reciben. Esto limita sus oportunidades laborales.

También influye la presión social. Se espera que las mujeres sean muy sociables. Si una mujer autista no cumple con eso, puede ser juzgada injustamente, lo que afecta a su confianza.

Para mejorar, es importante que las empresas entiendan el autismo y apoyen mejor a estas personas. Pequeños cambios pueden ayudar mucho.

En conclusión, la inserción laboral de la mujer autista sigue siendo un reto. Con más comprensión y apoyo, es posible crear un entorno más justo para todas.





Klaus Wizner marzo 2026

## LA IMPORTANCIA DE LA MUJER EN LA CULTURA

¿Alguna vez os habéis parado a pensar quiénes han escrito los libros que leemos, pintado los cuadros de los museos o descubierto las medicinas que nos curan? A menudo, cuando estudiamos historia, parece que solo los hombres hicieron cosas importantes. Pero si miramos con lupa, descubriremos que las mujeres siempre han tenido un papel clave en la cultura, aunque muchas veces no se les diera el reconocimiento que merecían.

A lo largo de los siglos, la mujer ha sido un pilar fundamental en la sociedad, cuidando de la familia y educando a las nuevas generaciones. Sin embargo, su aportación va mucho más allá. Las mujeres han sido artistas, científicas, escritoras y líderes que han cambiado el mundo. A pesar de que durante mucho tiempo no se les permitía estudiar o trabajar igual que a los hombres, muchas lucharon para tener su lugar.

Un ejemplo de superación es Frida Kahlo, una pintora mexicana que, a pesar de tener una vida llena de dolor por un accidente, se convirtió en una de las artistas más famosas del mundo usando sus pinturas para expresar sus sentimientos. O Marie Curie, la primera mujer en ganar dos premios Nobel por sus avances en la ciencia, demostrando que la inteligencia no entiende de géneros.

En la cultura actual, las mujeres son esenciales en la educación, la política y la tecnología. No solo son las encargadas de cuidar, sino que son trabajadoras, líderes y emprendedoras. Su papel es el de una "fuerza motriz" en la comunidad, aportando sensibilidad y nuevas perspectivas en todo lo que hacen.

Es muy importante que en el colegio y en las noticias aprendamos sobre estas mujeres increíbles que allanaron el camino hacia la igualdad. Aún hoy, el 8 de marzo y durante todo el año, celebramos sus logros y recordamos que la cultura se construye entre todos y todas.

En resumen, la mujer es memoria viva de nuestra sociedad, transmisora de valores y creadora de cultura. Conocer su historia nos ayuda a valorar más la igualdad y a entender que tanto chicas como chicos tienen el mismo derecho y capacidad de cambiar el mundo con su talento.





**Miguel Del Egidio** marzo 2026

## AGENDA CULTURAL MES DE ABRIL

- Teatro Circo
- Diana Navarro – “Ya no estoy sola”  
Martes, 14 de abril
- 22:00
- Teatro Circo
- Canadá (FAEMCLM)  
Miércoles, 15 de abril
- 20:30
- Teatro Circo
- De Reajo (FAEMCLM)  
Sábado, 18 de abril
- 20:00
- Teatro Circo
- Una noche de amor desesperada  
Martes, 21 de abril
- 20:00
- Teatro Circo
- Prodigios internacionales – Camerata CLM  
Jueves, 23 de abril
- 20:00
- Teatro Circo
- Goya, la melodía de una leyenda  
Viernes, 24 de abril
- 20:00
- Teatro Circo
- Goya, la melodía de una leyenda  
Domingo, 26 de abril
- 12:00
- Teatro Circo
- Gala de Danza  
Martes, 28 de abril
- 20:00
- Teatro Circo
- Romance sonámbulo



# DEPORTE

## AMIAB ALBACETE: UN EQUIPO DE LEYENDA



**Klaus Wizner**, marzo 2026

El BSR AMIAB Albacete es un club profesional de baloncesto en silla de ruedas, con sede en Albacete, España, reconocido como uno de los equipos más potentes de Europa. Compite en la División de Honor (máxima categoría española) y ha ganado múltiples títulos de Champions Cup, Ligas Nacionales y Copas del Rey.

Es uno de los más laureados, acumulando al menos 12 títulos principales hasta 2025. Su palmarés destaca por 4 Champions Cup consecutivas (2022-2025), 4 Ligas Nacionales (2018, 2022, 2023, 2024), 2 Copas del Rey (2021, 2024), 2 Challenge Cup (2015, 2016), y 1 Supercopa (2022).

En la actual edición de la Copa del Rey, el equipo de AMIAB consiguió salir como campeón, derrotando al equipo de Ilunion de Madrid, logrando así otro título para sus vitrinas.

En la final dominó un duelo muy igualado gracias a la actuación destacada por Jorge Salazar (21 puntos y 11 rebotes) y Óscar Onrubia.

El tercer puesto se lo llevó El Amivel Reyes Gutiérrez que se colgó la medalla de bronce tras derrotar al Econy Gran Canaria.

La sede estuvo en Móstoles que acogió a los ocho mejores clasificados de la primera vuelta de la Superliga Fundación ONCE.



# BUSCANDO A ROBINSON CRUSOE



M<sup>a</sup> Ángeles. Andrés, Miguel del Egido. marzo 2026

## WILBUR

**Buenas tardes, ¿cómo estás?**

Muy bien, encantado de estar aquí con vosotros

**¿Conoces lo que es el autismo?**

Sí, me suena, si, lo he escuchado muchas veces y sé muy bien lo que es

**¿Qué es lo que más te ayuda para divertir a la gente?**

Lo principal es el público, por que tiene que haber público a la hora de que haya un show por que si no, no habrían risas, y al final la risa es el alimento del payaso. Digamos que en ese universo que un payaso crea aderezado con la risa, pues ahí estoy muy cómodo y es lo que más me gusta, estar en ese mundo de comedia.

**¿Por qué crees que se usa el término “payaso” como insulto?**

La verdad que no sé de dónde viene y desde cuándo se usa esto, tendría que mirarlo. Soy arduo defensor de la palabra payaso “Yo soy payaso... no , es que soy cómico, soy clown, payaso con P de pi,pi pirivippipiri

**¿Te da vergüenza de ver tus actuaciones por la tv?**

No ,la verdad que no, me gusta verme, además, siempre se aprende mucho, sí que es verdad que para hacer buenas actuaciones tienes que hacer muchísimas malas, es el camino de clown de payaso, entonces no, no me molesta me gusta y me divierto mucho pero eso sí, soy muy crítico conmigo mismo.

**¿Cuál es tu show con el que has tenido más éxito?**

Con “piensa en Wilbur” el 1º mío individual con el que llevo ya 15 años me ha dado muchísimas alegrías. Siendo el 1º show vuelcas toda tu creatividad y sí, tengo mucho cariño al 1º

**¿Hubieras preferido llegar a ser deportista olímpico a cambio de no trabajar en la comedia?**

No!!, me hubiera encantado ser olímpico, me quedé muy cerca y hubiera sido fantástico, pero si me das a elegir me quedo con las dos cosas



# ENTREVISTA DEL MES



## ¿Te gusta la moda?

No me atrae mucho, no soy muy de moda, soy de ropa práctica y que se pueda manchar, ropa de trabajo es mi moda, del Leroy Merlín y Obramat.

## ¿A través de qué medios te gusta informarte(internet, tv, radio, prensa, RRSS)?

Youtube lo que más uso, muchos canales de política, naturaleza, cultura...

## ¿Qué película te hubiera gustado protagonizar?

La máscara, soy muy fan de Jim Carrey.

## ¿Te han robado alguna vez?

De pequeño, me han robado unas cuantas veces, sobre todo cuando era más pequeño, pero sin ningún peligro.

## ¿Qué época histórica te hubiera gustado vivir?

Esta es en la que vivimos ahora, pero soy un romántico y la Edad Media me gusta mucho. Películas como el Señor de los Anillos, El Hobbit, aunque sé que es mucho más dura que esta época, pero mi romántica inconscencia me veo con un hacha y un escudo en la mano.

## ¿Comes mucho pan?

Sí, me gusta. Pero a mi chica Raquel le gusta más. Sobre todo una buena tostada con aceite y ajo. Es el mejor desayuno que puede tener uno y me apasiona.

## ¿Eres Robinson Crusoe?

Ya me gustaría ser Robinson Crusoe, soy Wilbur, que ya es bastante.







## EXPOSICIÓN TIRAS CÓMICAS

**Miguel Del Egidio**, marzo 2026

Nuestra primera exposición ya se ha hecho realidad. Durante el mes de marzo nuestras tiras cómicas han estado expuestas en la sala "La cachorra".

Para nosotros ha sido muy importante poder mostrar nuestro trabajo y creatividad a la ciudad. Además poder llegar a un público joven, en un ambiente tan divertido nos ha ayudado mucho a animarnos a seguir trabajando y creando escenas cómicas que puedan sacar una sonrisa a la gente.

Cómo adelanto deciros que estamos preparando próximas exposiciones en otros lugares, para que todos podáis seguir disfrutar de nuestro humor.



## EL DIVÁN DE M<sup>a</sup>ÁNGELES

**M<sup>a</sup>Ángeles Candel** marzo 2026

### 1. Hola Lucia ¿Cómo estás?

Hola María Ángeles, muy bien. ¿Y tu?

### 2. ¿Desde cuándo estas en Desarrollo?

Llevo en desarrollo casi 4 años ya ¡ como pasa el tiempo!

### 3. ¿En qué recurso trabajas?

trabajo centro de día collado piña y en ocio.

### 4. ¿Cuáles son tus funciones?

Acompañar a las personas del centro de día a realizar las actividades que hacemos y fomentar su autonomía.

### 5. ¿Qué vas hacer esta primavera ?

Esta primavera me gustaria viajar mucho hacer muchas rutas por el campo que me de el sol

*Conocemos a : Lucia Castillo  
Cuidadora*



¡Muchas gracias lucia por tu labor!



# CURIOSIDADES HISTÓRICAS



**Pablo Martínez** marzo 2026

## EL SIGLO DE ORO ESPAÑOL (XVI- XVII)

### La pintura Española.

La pintura barroca Española se usó en gran medida como un arma propagandística de la Contrarreforma, por lo que predominaron los cuadros religiosos que debían conmover y convencer al fiel. La escuela española se caracterizó por el realismo y la emotividad y por los frecuentes mensajes simbólicos ocultos detrás de la escena principal.

**Diego Velázquez** fue el mejor pintor del Barroco español que realizó obras de temática muy distinta como escenas de la vida cotidiana (El aguador), históricas (La rendición de Breda), retratos de la familia real (Felipe IV) y otros personajes (El Bufón Calabacitas), obras de tema mitológico (El triunfo de Baco) o religioso (Cristo Crucificado) y paisajes...

Junto a él también destacaron otros artistas:

•**José de Ribera**, el Spagnoletto que siguió el modelo del naturalismo extremo de Caravaggio aunque con mayor colorido.(Isaac y Jacob).

•**Francisco de Zurbarán**, que realizó bodegones, numerosas escenas religiosas y retratos de santos y santas para diversos monasterios y conventos. Sus personajes reflejan intensos sentimientos. (Inmaculada Concepción, Bodegón con cacharros, Santa Eufemia)...

•**Bartolomé Esteban Murillo** pasó del realismo y el tenebrismo de sus primeras obras (San Jerónimo) a otras más serenas e intimistas (La Sagrada familia del pajarito).



## EFEMERIDES

**Juan López**, marzo 2026



## NACE ANTONIO VIVALDI



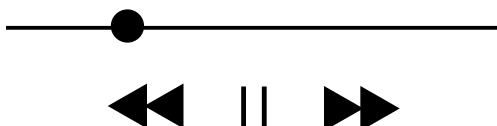
Antonio Lucio Vivaldi (Venecia, República de Venecia, 4 de marzo de 1678-Viena, 28 de julio de 1741) fue un compositor, violinista, empresario, profesor y sacerdote católico veneciano del Barroco. Era apodado Il prete rosso («El cura rojo») por ser sacerdote y pelirrojo. Se le considera uno de los más grandes compositores barrocos, su influencia durante su vida se extendió por toda Europa y fue fundamental en el desarrollo de la música instrumental de Johann Sebastian Bach. Su maestría se refleja en haber cimentado el género del concierto, el más importante de su época. Compuso unas setecientas setenta obras, entre las cuales se cuentan más de cuatrocientos conciertos, para flauta, violín y diversos instrumentos musicales, y cerca de cuarenta y seis óperas. Es especialmente popular como autor de la serie de conciertos para violín y orquesta “Las cuatro estaciones”.







Porta tambien llamado cristian ,es un rapero nacido en barcelonan que salto a la fama en el año 2006 consiguiendo mas de 5 millones de descargas ern muy poco tiempo.ha sacado numerosos discos tales como reset tratornoi bipolar algo ha cambiado equilibrio no hay truco no es cuestion de edades en boca de tantos





## PREMIOS OSCAR 2026

**Álvaro Saltó Ruano** marzo 2026

Son los galardones prestigiosos de la industria cinematográfica mundial organizada por la Academia de las artes y las ciencias en los Ángeles. La gala fue el pasado 15 de marzo en el Dolby Theatre de Los Ángeles.

El título favorito parecía ser 'Los pecadores', el relato de vampiros sureños de Ryan Coogler, era el título que parecía tener más papeletas para convertirse en el film protagonista de la noche tras batir el récord de candidaturas y volverse la película con más nominaciones al Oscar de la historia (16 nominaciones).

Otras películas nominadas fueron:

- 'Una batalla tras otra': 13 nominaciones
- 'Marty Supreme': 9 nominaciones
- 'Frankenstein': 9 nominaciones
- 'Valor sentimental': 9 nominaciones
- 'Hamnet': 8 nominaciones



Cabe destacar la presencia española con 'Sirat' como candidata para la categoría de Mejor Película Internacional y que, además, es candidata a la estatuilla al Mejor Sonido.

Los resultados de la gala fueron los siguientes:

“Una batalla tras otra” dirigida por Paul Thomas Anderson fue la gran ganadora de la noche con 6 premios entre los que destacaron mejor película y mejor dirección.

Los premios principales fueron a Michael B. Jordan como mejor actor en la película ‘Los Pecadores’ y a Jessie Buckley por la película “Hamnet”.

La película “Los Pecadores” pese a ser la más nominada consiguió menos premios de los esperados, cuatro.

La Mejor Película Internacional fue la llamada “Valor sentimental” hecha en Noruega.

También una de las que más destacan es la película Franskenstein en categorías técnicas.



# VIDEOJUEGOS, MANGA Y JUEGOS DE MESA



Joaquín González, Tomás Monsalve, marzo 2026

## EL AMO DE CASA MÁS TEMIDO

*"De yakuza a amo de casa"* (Gokushufudo) es una comedia que sigue a Tatsu, un temido jefe yakuza conocido como el «Dragón Inmortal». Tatsu se retira del crimen para convertirse en un amo de casa dedicado y apoyar a su esposa Miku. La serie destaca por el humor absurdo al aplicar la intensidad y métodos de su pasado a las tareas domésticas, la cocina y los encuentros con vecinos y ex-asociados. Es tal la vida que lleva nuestro protagonista que incluso sus más fieles amigos empiezan a creer que se ha vuelto un débil y ha perdido el temor que infundía en las calles.



## EL JUEGO DE INTELIGENCIA DE UN ANIMAL

El lince es un juego de mesa familiar con el que pondrás a prueba tus reflejos y tu agudeza visual. Para ganar la partida tienes que ser el primer jugador en encontrar tus imágenes en el tablero central. Rápido, toma una de las fichas de dentro de la caja y busca su pareja en el tablero de juego ¡¡hay 70 imágenes diferentes en él!!

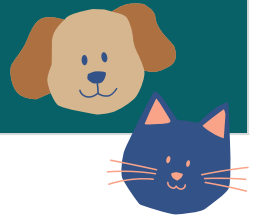
El juego Lince permite múltiples y originales sistemas de juego.

Estos juegos de tablero se dividen en partes separables para montar y desmontar en cada momento, por lo que se puede montar de manera diferente cada juego para que los «tramposos» no memoricen dónde están las imágenes. Además, está fabricado con materiales reciclados.

Existen varias versiones disponibles de este juego: Mi primer lince, Lince viajero, Lince Disney, Lince edición familia, ... ¡Y ahora, Lince GO!

Lince incluye: 1 tablero de juego con 70 imágenes diferentes, 70 fichas con imágenes, 12 fichas de colores, 1 caja montable e instrucciones de juego. *Edad recomendada* de 4 a 8 años. De 2 a 4 jugadores.





## Zobasis

**Sandra Martínez.** marzo 2026

### ADOPTA a Selma

**Selma | 1 año | Mediano**

Esta es Selma fue encontrada junto a otra perrita la calle y desde entonces no se han separado es cariñosa, buena y muy sensible, aunque algo dependiente, está lista para encontrar una familia que le de estabilidad y tiempo para seguir creciendo.



**Francisco Jesús García,** marzo 2026

### ¿SABÍAS QUÉ?...

Los gorilas son los primates más grandes del mundo, comparten hasta el 98% de su ADN con los humanos y viven en grupos familiares liderados por un "espalda plateada". Son herbívoros que obtienen agua de la vegetación, tienen narices con patrones únicos y construyen nidos diarios para dormir.



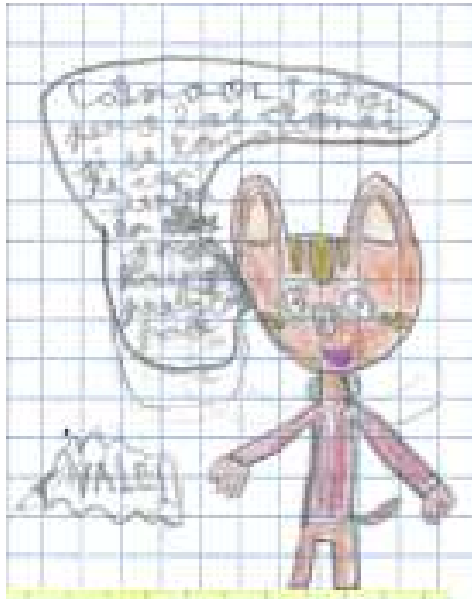
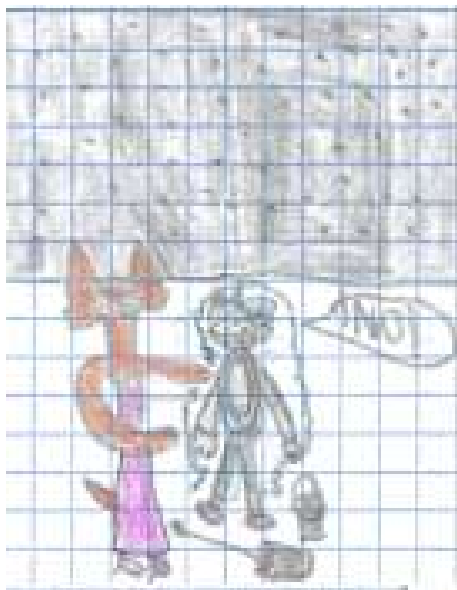
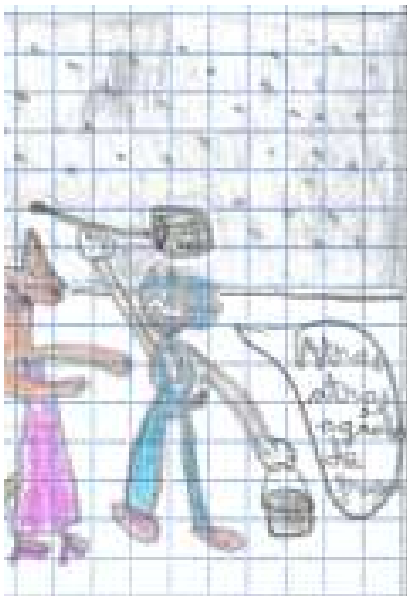




**Dani Gómez** marzo 2026

**En este capítulo 2;** Daniel Tiger ayudará a los Tipos Malos a rescatar a Diana Foxington del profesor mermelada, que la tenía secuestrada en su laboratorio, para ello se disfrazarán para entrar en el laboratorio sin ser reconocidos y evitar ser infectados.

DANIEL TIGER y los Tipos Malos. En noche de Halloween. Versión de Daniel 2



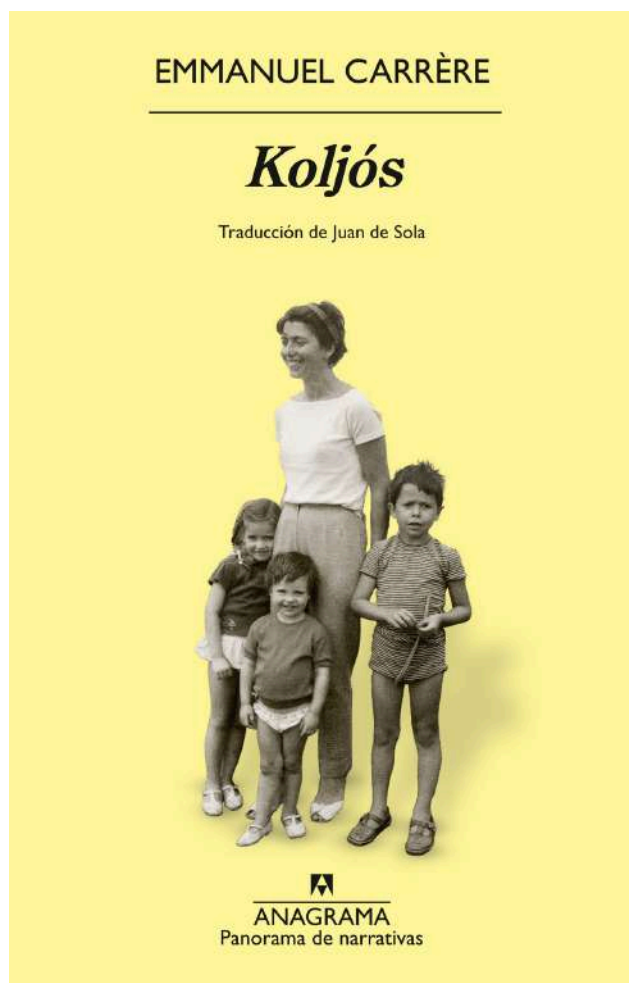


## EL LIBRO DEL MES CON

El panorama francés actual está plagado de grandes voces. Desde el Premio Nobel Michel Houellebecq pasando por la intimista Delphine de Vigan y acabando por el nada despreciable Pierre Lemaitre. Cualquiera de estos autores daría para escribir largo y tendido, no obstante, este espacio me gustaría dedicarlo, aprovechando la publicación de su nuevo libro, a un escritor cuyo estilo recuerda al de nuestro Javier Marías. Se trata de Emmanuel Carrère.

El escritor de *El adversario* regresa a las estanterías de las librerías con *Koljós*. Esta novela, ganadora del premio Médicis 2025, es la historia no solo de la Europa convulsas del siglo XX, sino de la familia de Carrère. Es un tributo a su historia familiar, a su madre y una manera magistral de llevar el duelo por la muerte de esta.

No sé si se trata de su novela más accesible y que sirva de punto de entrada a la obra del escrito. Lo que sí sé es que se trata de una de sus novelas más intimistas. Es, sin lugar a dudas, una gran novela que merece una oportunidad por parte de cualquier lector.





## RECETA: QUESO FRESCO

Antonio González Gil marzo 2026

### INGREDIENTES

- 2 litros de leche fresca pasteurizada
- 1 cucharadita de cuajo
- 1 cucharadita de sal



### PASO A PASO

|                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------|
| 1. Calentar 1 litro de leche hasta 40 °C                               |
| 2. Apagar el fuego, añadir 1 cucharadita de cuajo y remover suavemente |
| 3. Esperar 40 minutos                                                  |
| 4. Cortar la cuajada en cuadrados                                      |
| 5. Colocar gasa en el colador y dejar escurrir el suero                |
| 6. Poner la cuajada en el molde de queso.                              |
| 7. Poner el molde sobre un tupper                                      |
| 8. Dejar en la nevera hasta el día siguiente                           |



Mario Fuentes marzo 2026

## SEGURIDAD VIAL

¿Recuerdas el examen de conducir?, en esta sección te volveremos a examinar. Todos los meses propondremos una pregunta sobre normas de tráfico, haz memoria y rememora tus viejos tiempos.



¿Quién tiene prioridad en una intersección sin señalizar?

- A) El vehículo que circula a mayor velocidad.
- B) El vehículo que viene por la derecha.
- C) El vehículo más grande.

El vehículo que viene por la derecha

Andrés Jiménez. marzo 2026

## TIRA CÓMICA



NO OLVIDES QUE PUEDES SEGUIRNOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES Y DESCARGAR TODAS NUESTRAS EDICIONES EN NUESTRO KIOSKO VIRTUAL. PASATE POR: