

2018



## CONSEJOS PRÁCTICOS

El guía adopta un ritmo de marcha según el nivel del recorrido y las circunstancias. No sobrepases al guía. Si te sitúas por delante irás imponiendo un ritmo mayor y crearás confusión en los demás; cansarás a los menos preparados y puedes provocar la dispersión del grupo, lo que puede ocasionar posibles pérdidas.

Si vas detrás, no te rezagues innecesariamente. Permanece atento al recorrido y **MANTÉN SIEMPRE A LA VISTA A LA PERSONA QUE VAYA DELANTE DE TÍ**, asegurándote de que sea del grupo. Es la mejor manera de no perdernos. Nunca te quedes detrás del compañero que cierra el grupo.

- Aprender a disfrutar de la naturaleza sin dañarla es un objetivo del Taller. Te rogamos que no produzcas ningún tipo de contaminación medioambiental: no dejes restos inorgánicos (latas, plásticos o colillas); ni orgánicos (mondas de frutas, piel del embutido, etc). Procura ser lo más discreto posible para no asustar a los animales (no grites, hables o cantes en voz alta, etc).
- Lleva siempre ropa de abrigo, chubasquero o impermeable y comida dentro del macuto: en la montaña el tiempo puede cambiar rápidamente.
- Nunca te ausentes de la marcha sin decírselo a uno de los compañeros responsables. Lleva siempre contigo este folleto guía.

Para cualquier incidencia:  
[tallermedioambiente@usmr.ccoo.es](mailto:tallermedioambiente@usmr.ccoo.es)

[www.ccoomadrid.es](http://www.ccoomadrid.es)

**CCOO**  
comisiones obreras de Madrid

**CCOO** sindicato  
juven

**AM**  
fundación sindical  
ateneo 1º de mayo

# Ruta de los pesqueríos



**1 DE DICIEMBRE**

**8:30H**

LUGAR DE SALIDA: ATOCHA



**15 KM** EN BAJADA

**DIFICULTAD: MEDIA**



**28 AFILIADOS**  
**32 NO AFILIADOS**

INCLUYE AUTOCAR, COMIDA  
Y SEGUROS

**PARA MÁS INFORMACIÓN Y RESERVAS:**  
[tallermedioambiente@usmr.ccoo.es](mailto:tallermedioambiente@usmr.ccoo.es)





## ***¿DÓNDE VAMOS ESTA VEZ?***

En esta ocasión, el Taller de Medio Ambiente se traslada a la vertiente segoviana del Parque Nacional de Guadarrama, para recorrer un tramo de la Senda de las Pesquerías Reales. Un camino enmarcado por un impresionante escenario natural que, en los estertores del otoño, ahora que la sierra aparece amarilleada y los árboles encendidos en tonos ocre, pardos y cobrizos, es una delicia de reyes, apta para republicanos como nosotros.

Historia y naturaleza desfilan por esta ruta que, siguiendo el curso del río Eresma, transcurre desde La Granja hasta el Puerto de Navacerrada, al paso de puentes, pozas para el baño y agradables praderas enmarcadas por los montes de Valsain.

Por la tarde, después de comer el menú en un restaurante de la zona, nos trasladaremos a la Mancomunidad de la “Mujer Muerta” donde se lleva a cabo una muy interesante experiencia de compostaje en la que participan los ayuntamientos de la zona.

Se trata de un proceso de transformación de la materia orgánica para obtener un abono natural (compost). Esta transformación se lleva a cabo sin ningún tipo de mecanismo y permite reciclar la basura diaria que se genera en los hogares y retornarla a la tierra en forma de humus para las plantas y cultivos. Una compañera, técnica de Medio Ambiente, que coordina el proceso, nos explicará su desarrollo concreto. Al final de la jornada regresaremos a Madrid.

## ***¿QUÉ SE REQUIERE PARA PARTICIPAR EN LA ACTIVIDAD?***

Quienes estén interesados en la actividad, deben inscribirse dirigiendo un mensaje al correo del Taller: [tallermedioambiente@usmr.ccoo.es](mailto:tallermedioambiente@usmr.ccoo.es). Los participantes deberán ingresar el coste de la actividad que incluye transporte en autocar, comida y seguros. La marcha de la mañana es una ruta fácil y accesible. Por ello, no es preciso ninguna precaución especial. No obstante, como siempre, es necesario un calzado adecuado para evitar resbalones y protegernos del frío y de la humedad. Aconsejamos también tener en cuenta que el otoño es una estación de clima cambiante y conviene llevar ropa de abrigo y protección frente a la lluvia.. Por lo demás, lo único que se necesita son ganas de compartir colectivamente una jornada agradable e instructiva con el Taller de Medio Ambiente de CCOO de Madrid

***¡ESPERAMOS QUE DISFRUTÉIS DE UN GRAN DÍA!***