geoPlaneta

A la venta el 21 de marzo de 2017

geoPlaneta

España Gratis

500 experiencias que puedes disfrutar a 0€

Edurne Baz Uriarte

Planes e ideas para llenar tu tiempo libre sin vaciar tu cartera

- **Muchas de las actividades que uno puede incluir entre sus planes no tienen coste alguno. Conocer el trabajo de un artista en su propio estudio, presenciar un auténtico desembarco vikingo, saborear deliciosas especialidades regionales en multitud de fiestas populares, o acudir a un banco que no funciona con dinero… Este libro descubrirá al lector una amplia y exhaustiva selección de las mejores experiencias que pueden llevarse a cabo en España sin pagar un euro, para disfrutar solo o en familia, y para todos los gusto, convirmando que las mejores cosas de la vida, literalmente, no tienen precio.**

- **Incluye actividades especiales para niños y accesibles a personas con discapacidades y un capítulo dedicado a iniciativas solidarias de trueque, bancos del tiempo, monedas alternativas y consumo responsable.**

- **Con información detallada organizada de forma temática, un práctico índice geográfico para encontrar fácilmente las propuestas que tengamos más cerca y un listado de recursos *online*, museos, organismos e instituciones que ofrecen actividades gratuitas.**

- **Segunda edición de la guía España gratis publicada en 2013, ahora renovada y actualizada con nuevas experiencias.**

geoPlaneta

Marzo 2017. Aunque parezca imposible, disfrutar de multitud de actividades sin tener que llevarse la mano a la cartera es fácil, si uno sabe cómo. Desde conocer de primera mano el trabajo de un artista en su propio estudio, presenciar un auténtico desembarco vikingo o asistir a un festival de cine entre graneros y corrales, hasta internarse en las entrañas de la Tierra en busca de los orígenes del arte, saborear deliciosas especialidades regionales en incontables fiestas populares o acudir a un banco que no funciona con dinero. **Este libro recoge más de quinientas propuestas aptas para todos los gustos** que pueden ser disfrutadas de forma gratuita; y que nos ayudarán a descubrir que las mejores cosas de la vida, literalmente, no tienen precio.

Resulta imposible reunir en estas páginas todas las alternativas que prosperan al margen del dinero o en paralelo a él. Este libro, además de ofrecer un gran número de propuestas concretas, aspira humildemente a inspirar al lector en su búsqueda, sean cuales sean sus inquietudes personales. Quizá sea la naturaleza, el arte, la literatura, el cine o las artes escénicas; puede que prefiera conocer la Historia, participar en las fiestas populares o el carnaval, practicar deportes o recorrer las calles, pueblos, ciudades o pequeños rincones de nuestra geografía. También podemos participar en degustaciones colectivas, o ver a través de los ojos de los niños. En resumen, hay centenares de propuestas, ideas y alternativas aptas para todos los públicos y bolsillos. Sólo hay que tener un poco de imaginación en buscar en las fuentes de información apropiadas.

SUMARIO DEL LIBRO

PRÓLOGO
LOW'BECEDARIO
PARA AMANTES DE LA NATURALEZA
PARA AMANTES DEL ARTE
FIESTAS POPULARES PARA TODOS LOS GUSTOS
UN OASIS EN MITAD DEL ASFALTO
PARA AMANTES DEL CINE
PARA DISFRUTAR EN FAMILIA
PARA ATLETAS (Y DEPORTISTAS DE GRADA)
EL ESPECTÁCULO DEBE CONTINUAR
UN PASEO POR LA HISTORIA
LA VIDA ES UN CARNAVAL
PARA AMANTES DE LA LITERATURA
PARA ESTÓMAGOS INQUIETOS
SE HACE CAMINO AL ANDAR
LOS RINCONES MÁS CURIOSOS
PARA LOS QUE DISFRUTAN SOBRE DOS RUEDAS
PARA NOSTÁLGICOS Y AMANTES DEL PASADO
VERANO EN LA CIUDAD
PARA TODO TIPO DE ROMÁNTICOS
PARA AMANTES DE MISTERIOS, LEYENDAS Y RELIQUIAS
PARA LOS ENAMORADOS DEL CIELO Y LAS ALTURAS
FELIZ Y ECONÓMICA NAVIDAD
UN PARÉNTESIS EN EL RUIDOSO DEVENIR DEL MUNDO
NI CON TU CARTERA NI CON LA MÍA
ÍNDICE GEOGRÁFICO
ÍNDICE POR CATEGORÍAS

geoPlaneta

ALGUNAS BUENAS IDEAS GRATIS PARA TODOS LOS PÚBLICOS

DON DE LENGUAS

Rara es la ciudad en la que no se puede encontrar un bar o cafetería en los que semanalmente se citen todos aquellos que desean dar rienda suelta a su aprendizaje y soltar la lengua en otro idioma. La propuesta de **Madrid Babel** es un ejemplo ilustrativo: en funcionamiento desde el año 2000, busca fomentar el intercambio de culturas y la práctica de diferentes idiomas con personas de las más diversas nacionalidades. Esta gran comunidad de usuarios pone en marcha todo tipo de actividades semanales de ocio y cultura que permiten ganar soltura con el idioma deseado, al tiempo que se disfruta de un interesante encuentro social. Con carácter fijo, cada semana se organizan dos grandes encuentros en el madrileño Café Galdós, uno los miércoles a partir de las 20.30 y otro los domingos a partir de las 19 horas. También organizan otras actividades como visionado de películas en versión original, tapeos, excursiones, viajes, quedadas de carácter deportivo o visitas culturales, entre otras muchas. www.madridbabel.es

EL TIEMPO ES ORO

A todo el mundo se le da bien hacer algo. O varias cosas. Aprovechar las habilidades personales, y, sobre todo, apostar por una forma de consumo que ensalce la colaboración mutua en detrimento del mero intercambio monetario, es uno de los pilares sobre los que se asientan los “Bancos del Tiempo”. Por las cajas fuertes de estas peculiares “entidades” no circula moneda ni billete alguno; únicamente horas. Tiempo. Dedicación. Colaboración. Usuarios que ponen sus minutos y capacidades a disposición de los demás, al tiempo que reciben del resto idéntico pago. Un crédito mutuo, en resumen; o una renovación del clásico intercambio de favores. www.adbdt.org

PARA AMANTES DE LA NATURALEZA: MELODÍA DE SEDUCCIÓN

La berrea es el sonido del amor, o del deseo de concepción, entre los ciervos. Los machos tratan con sus alaridos y con el uso de sus cornamentas, de demostrar su poderío, su fuerza y su jerarquía sobre el resto ante las hembras expectantes. Un ritual que habitualmente se desarrolla **entre los meses de septiembre y octubre**, y que deja en el terreno huellas inequívocas. Este atávico espectáculo se puede disfrutar en un buen número de rincones naturales de España; Andalucía y Extremadura cuentan con una numerosa comunidad de ciervos, y también es habitual disfrutar del espectáculo en el norte, en diferentes lugares de Asturias, Cantabria o la zona norte de Castilla y León. Algunos ejemplos habituales son la Sierra de Cazorla, parques nacionales como el de Monfragüe o el de Cabañeros o el asturiano Parque Natural de Redes.

PARA AMANTES DEL ARTE: "TARIFA TÚ DECIDES" DEL ARTIUM

El Centro Museo Vasco de Arte Contemporáneo (ARTIUM) de Vitoria-Gasteiz pone a disposición del visitante la llamada "Tarifa tú decides": cada cual decide si paga y, en caso de hacerlo, cuánto paga. De manera que la posibilidad de no hacer aportación alguna y disfrutar de la experiencia de forma gratuita existe, si bien el museo cuenta con la generosidad y compromiso del visitante, con el fin de a contribuir al mantenimiento del centro y al desarrollo de futuros programas. Se puede utilizar esta tarifa todos los miércoles del año y fines de semana posteriores a la inauguración de una exposición.

La colección de este museo está formada por más de 3000 obras de arte representativas de las diferentes técnicas empleadas en la creación contemporánea durante los siglos XX y XXI, desde la pintura hasta la escultura, pasando por la fotografía, el vídeo o la instalación. A su colección permanente suma exposiciones temporales y un rico programa de actividades culturales y formativas. www.artium.org

VOSE… Y GRATUITA

Algunas salas de proyección cuentan con promociones que animan a los clientes a disfrutar del séptimo arte a precios más asequibles de lo habitual, con iniciativas como el "Día del espectador". Algunos van incluso más lejos, ofreciendo una entrada completamente gratuita. Un ejemplo son los Cines Duplex, en El Ferrol. Además de ofertar entradas a 1€ cada último viernes del trimestre (en el llamado "Día del Duplex"), cuenta desde hace años con otras interesantes iniciativas de disfrute gratuito, como ciclos de cine en versión original subtitulada, organizados en torno a la figura de diferentes directores (Steven Spielberg, Woody Allen, Alfred Hitchcock…), géneros (cine bélico, cine clásico…) o estaciones del año ("Otoño de cine", "Primavera de cine", "Invierno de cine"…). También ofrece diversas proyecciones temáticas y gratuitas en colaboración con asociaciones de la comarca ferrolana y alrededores. www.cineduplexferrol.es

LIBROS LIBERADOS

El llamado *bookcrossing*, o la liberación e intercambio de libros, es una iniciativa mundial que cuenta cada vez con más aceptación entre los lectores más generosos. Evita la acumulación en estanterías privadas de grandes cantidades de libros que jamás serán releídos, o puede que ni siquiera leídos, permitiendo a otros lectores disfrutar de ellos, al tiempo que quien los ha puesto en circulación se sumergen en las historias que otros participantes ponen a su vez sobre el mapa. La liberación de libros en espacios públicos se puede hacer de forma individual y no reglada, pero tiene mucho más interés participar en una comunidad con idénticos intereses. Es tan sencillo como etiquetar los libros que se pretenden liberar y registrarlos en la página web oficial. De este modo, su periplo será público, y se podrá conocer en cada momento por donde anda cada ejemplar. Existen otras iniciativas que se mueven en la misma dirección. www.bookcrossing.com

LA GRAN MARMITADA

En Santoña (Cantabria) durante las fiestas de la Virgen del Puerto, la primera quincena de septiembre, se celebra la gran marmitada, un ejemplo de las miles de fiestas populares con comida gratuita que tienen lugar por toda España. En Santoña ese día se reparten miles y miles de raciones de este suculento manjar marinero entre los múltiples asistentes. No contentos con la oferta, los santoñeses, suelen añadir además pan, cerveza y vino de acompañamiento. Peñas, agrupaciones y vecinos se suman entusiastas cada año al consistorio en la organización de la esperada cita, pelando las patatas, picando la

cebolla y guisando el bonito. Durante las fiestas patronales, es también habitual la procesión marítima en la bahía con una gran sardinada popular.

LA AUTORA

Edurne Baz (Vitoria-Gasteiz, 1979) se esfuerza, como el resto, por seguir viviendo y disfrutando en tiempos económicamente revueltos. Ha trabajado como colaboradora y conductora en diversos programas de radio –en emisoras como Radio Vitoria o Punto Radio Álava– y televisión –en la cadena local Álava 7–, además de publicar artículos de opinión en revistas y periódicos como El Correo o el Diario de Noticias de Álava. Habiendo elegido el periodismo y la comunicación como apasionante y azarosa profesión, las dificultades para la supervivencia no le son ajenas, como tampoco la insaciable curiosidad y el interés por explorar diferentes campos. Autora de las guías Vitoria-Gasteiz De cerca y Camino de Santiago De cerca, publicadas por Lonely Planet y geoPlaneta, y España gratis de geoPlaneta. En España gratis se adentra en el tentador terreno de la gratuidad con una misión en absoluto imposible: desmonetizar la agenda personal y constatar la cantidad de experiencias que todavía pueden disfrutarse sin pasar por caja.

FICHA DEL LIBRO

ESPAÑA GRATIS. 500 experiencias que puedes disfrutar a 0 €.
Edurne Baz Uriarte
GeoPlaneta. Lonely Planet. 2017
14,5 x 21,5 cm 400 pags. PVP: 15 euros. Tapa flexible
A la venta desde el 15 de marzo de 2017

Para más información a prensa:

Lola Escudero. Directora de Comunicación GeoPlaneta – Lonely Planet

Tel: 91 423 37 11 - 680 235 335

lescudero@planeta.es

www.geoplaneta.com