

CENTROS DE PERSONAS MAYORES DE LEÓN

Nº 22- JUNIO 2008
EJEMPLAR GRATUITO

La Panera

NUESTRO TEMA:

Los Mayores ante el verano



Viajar con el Imsero



Cumpleaños en el MUSAC



José M.ª Merino
Nuevo Académico
de la Lengua



Junta de
Castilla y León

LA PANERA

Nº 22 - Junio 2008

EJEMPLAR GRATUITO

Edita:

Gerencia de Servicios Sociales de Castilla y León.

Equipo de Redacción:

Felicitas Barrio González,
Pablo Barrio García,
Prisciliano Castillo Arredondo,
Emilia González Álvarez,
Jesús Martínez Herrero,
Ángel Sánchez del Palacio,
Ángeles Tascón Cuesta.

Coordinación:

Mercedes González Rojo.

Imágenes cedidas por:

Prisciliano Castillo Arredondo,
Pablo Barrio García,
Marcos de la Cuesta García,
Mercedes González Rojo,
Jesús M. Herrero,
Ángel Sánchez del Palacio,
Ángeles Tascón Cuesta.
Centros de Personas Mayores
León I y León II.
ServiEscuela Siglo XXI.

Diseño gráfico, Maquetación e Impresión:

RSP Sistemas Gráficos, S.A.

Depósito Legal: LE-1482-2002.

Agradecimientos: El equipo de redacción agradece una vez más a cuantas personas colaboran con su material o su trabajo a la consecución de esta nueva revista.

La redacción de la revista no se hace responsable ni está necesariamente de acuerdo con las opiniones que se dan en esta revista.

SUMARIO

Editorial

Creciendo un poco más. *Por Mercedes G. Rojo* 3

¿Quiénes somos?

Hoy se presentan M^a Ángeles Tascón y Prisciliano Castillo Arredondo 4

Cultura y tradiciones

Parte 1: OFICIOS QUE SE PIERDEN

El carretero. *Por Jesús M. Herrero* 6

Parte 2: DESDE LA TRADICIÓN

Hijo, no tenemos pan ¡Hay que amasar!. *Por Félix Vecilla Campos* 7

Parte 3: JUEGOS TRADICIONALES

Recuerdos y juegos de la posguerra. *Por Pablo Barrio García* 8

Nota de participación 9

Noticias breves

Elecciones para el Consejo de Centro "León I" 10

Premio de poesía para una persona de nuestro equipo. 10

Nuevos viajes dentro del Programa "Espacios Dorados" 11

Entrega de diplomas en los cursos de iniciación a la informática e internet. 12

Cumpleaños en el MUSAC . 14

Conectando Generaciones. 15

Nuestro tema: Los mayores ante el verano

Aquella trilla. *Por Prisciliano Castillo Arredondo* 16

Un verano en la memoria. *Por Fely Barrio* 22

Compartir momentos. *Por Mercedes G. Rojo* 25

Opinión y participación

Viajar con el Imsero 2007-2008. *Por Jesús M. Herrero* 26

Curiosa casualidad. *Nieves P. Rodríguez* 27

El poder creativo de la edad

Francisco González Ferreras: Un artista con vocación. *Por Pablo Barrio García* 28

Salud y calidad de vida

Algunos consejos de salud. *Por Emilia González* 30

Sección Cultural

PÁGINAS DE CREACIÓN

Flores del campo. *Por Nely García* 31

La alegría de una madre. *Por Ovidio González Seijas* 32

Agenda y datos de interés

DATOS DE INTERÉS

José María Merino, nuevo académico de la Lengua 33

¿Sabía qué...? 33

ACTIVIDADES Y OTRAS

Semana cultural en los Centros León I y León II 34

Excursiones para el verano 2008 en los C.P.M. León I y León II 34

Creciendo un poco más

Por MERCEDES G. ROJO

Como toda criatura que nace y se va desarrollando hasta alcanzar su madurez antes de comenzar el declive de su vida, parece que este proyecto de La Panera, que entre todos hemos puesto en marcha, crece un poco más cada día. En esta ocasión me gustaría hacerme eco de dos aspectos que forman parte de esa pauta de crecimiento. El primero se refiere al propio equipo, el segundo a los temas que desde esta publicación nos gustaría seguir abordando.

Respecto al primer aspecto y como se puede apreciar en ediciones anteriores, las firmas que aparecen en los sucesivos números de nuestra revista no siempre coinciden con los nombres que aparecen en el equipo de redacción. Muchas de esas firmas son colaboradores más o menos esporádicos que nos van haciendo llegar sus trabajos por diversos cauces. Pero parece que la carta que en el número de diciembre de 2007 escribimos a los Reyes Magos surtió su mágico efecto. Hemos debido de ser buenos a lo largo de este tiempo, porque desde el número anterior se nos han incorporado tres nuevas personas al equipo de redacción, ya de manera estable. Se trata de M^a Ángeles Tascón Cuesta, Pablo Barrio García y Prisciliano Castillo Arredondo.

Como en el caso de los demás, nuestros lectores no siempre podrán ver reflejadas sus firmas en estas páginas, porque no todos los trabajos (fundamentalmente aquellos que suponen una cobertura de carácter más informativo) se firman. Pero si algo puedo asegurar como coordinadora es que su esfuerzo está ahí, y que sin él esta publicación no podría seguir adelante y llegar a todos nuestros lectores cuatro veces al año.

El segundo aspecto se refiere a los temas o secciones que se van a seguir abordando desde La Panera. En este sentido, es una nueva forma de

abrirnos a la participación de aquellos que nos siguen desde casa, porque también ellos pueden colaborar con nuevas propuestas. En el número anterior presentamos una nueva sección dedicada a sacar a la luz la capacidad creadora de personas que han desarrollado este aspecto al margen de su profesión y su vida cotidiana. Poco a poco su semblanza irá apareciendo en nuestras páginas rescatándolas del anonimato de un mundo donde la edad parece convertirse en enemigo del reconocimiento en numerosos campos.

Pero también queremos rescatar la aportación de mujeres que tuvieron importancia en nuestra historia y que la mayoría desconocemos. La idea nos surgió con el ejemplo de Faustina Álvarez, a quien la ciudad tiene dedicados una calle y un colegio. Pero no es el único caso. Por ello, poco a poco trataremos de conocerlas a través de una nueva sección que titularemos "Haciendo visibles a nuestras mujeres" y para la cual aceptamos sugerencias.

Estas son de momento nuestras novedades. Hemos creído que su incorporación a esta revista que tantas personas siguen, son una forma de mantener vivo el interés por ella, de hacerla más rica en contenidos y más atractiva.

Esperamos no equivocarnos.

¿Quiénes somos?

HOY SE PRESENTAN...

A continuación, aprovechamos la ocasión para que nuestros nuevos colaboradores se presenten ante todos nuestros lectores y lectoras, con el fin de que puedan tener una breve referencia de ellos.



Semblanza de M.ª Ángeles Tascón Cuesta

Por M.ª Ángeles Tascón Cuesta

Tengo por delante uno de los retos más difíciles para mí, presentarme ante todos ustedes amigos/as lectores.

Les confesaré que, aunque durante mi vida he tenido que presentarme a diferentes personas, siempre lo he hecho de una en una y cara a cara. Por eso comprenderán que pensar en hacerlo de forma satisfactoria ante un grupo tan numeroso y diverso, mediante estas líneas, me resulte un tanto extraña, aunque ciertamente me ofrece una buena oportunidad para reflexionar sobre cómo me veo en relación con los demás.

Creo que desde que alcanzo a recordar me he visto como alguien a quien le gusta escuchar y observar a las personas que me rodean, intentando comprender el por qué de sus actitudes y comportamientos (me parece que ahora le llaman a esto "empatía"), para después extraer unas conclusiones que en ocasiones han sido más acertadas que otras, pero siempre con el propósito de intentar colaborar para que

las personas expresen y desarrollen todo el potencial positivo que tienen, fomentando la armonía entre todos.

Mi trabajo profesional de 30 años atendiendo al público en un hotel familiar ha sido una pequeña escuela en la que he disfrutado y aprendido mucho, aunque mantengo el anhelo de seguir aprendiendo todo lo que pueda. Y ahora con esta nueva colaboración que he aceptado, se me brinda la oportunidad de aportar el humilde grano de arena de mi trabajo y mi experiencia. Me pregunto si servirá para algo, pero siento que si en alguna medida les puede servir a ustedes, entonces a buen seguro que sí.

Gracias por su atención y un saludo cordial



Semblanza de Prisciliano Castillo Arredondo

Por Prisciliano Castillo Arredondo

Me llamo Prisciliano Castillo Arredondo. Nací en Jabares de los Oteros, el 15 de Abril del 1937, por lo que acabo de cumplir los 71 años.

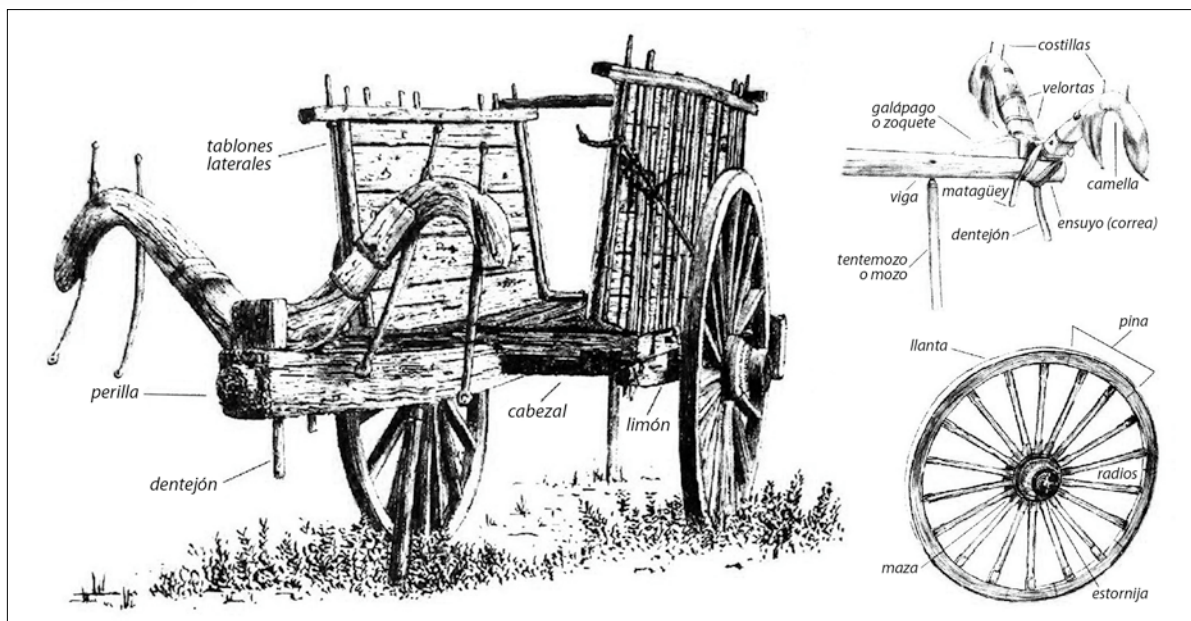
A los once años ingresé en el Seminario Menor, donde estudié 5 cursos de Latín; pasé al Seminario Mayor donde hice dos cursos de Filosofía. Dejé los estudios eclesiásticos y, primero porque entonces se dieron facilidades en Magisterio a los muchos que estábamos en las mismas circunstancias, convalidándonos distintas asignaturas y, luego porque entonces me convencí que mi verdadera vocación era la de maestro, hice los estudios correspondientes. Haciendo la mili en el Ferral, aprobé las oposiciones. Mi estreno en la docencia fue en Manzaneda de Truchas, (La Cabrera); luego estuve otro curso en Cimanés del Tejar; me casé ese año. Para conocer nuevas tierras estuve diez años en Guipúzcoa, (cinco en San Gregorio de Ataun y cinco en Legazpia), de los cuales estuve cuatro de Director Escolar por designación de la Inspección. Cuando empezó a enrarecerse el ambiente por aquellas preciosas tierras, doblando el mapa, pasé a San Juan de Aznalfarache (Sevilla) (cinco años) y otros quince en la misma Sevilla, de los cuales nueve ejercí de Director Escolar por votación del Consejo Escolar.

Me jubilé por la LOGSE a los 60 años. Hace cuatro años que nos trasladamos a vivir en León.

Una de las formas de ocupar mi jubilación ha sido poner por escrito mis primeros recuerdos y las faenas y costumbres de mi pueblo, de los que tengo unos 300 folios. Me considero un devorador de libros; he leído todo lo que ha caído en mis manos, mendigando “libros para leer” a todos los sitios por donde he ido.

Ahora ocupo mi jubilación asistiendo a la Universidad de la Experiencia, ya en segundo curso, además de colaborar voluntariamente con la Dirección de la misma; también colaboro con Cáritas en la sección de Inmigrantes.

OFICIOS QUE SE PIERDEN



El carretero

Por **JESÚS M. HERRERO**

Como de tantos otros, de este oficio podemos decir que, si no ha desaparecido del todo, si que ha quedado relegado a una mínima actividad, después de que en tiempos pasados casi podríamos apostar que, aún en poblaciones agrícolas bastante pequeñas, había un profesional de este oficio en muchas de ellas.

El trabajo que éstos realizaban prioritariamente, como dice la propia palabra de CARRETERO, consistía en la construcción y reparación de diferentes modelos de carros y carretas que eran arrastradas por los distintos tipos de ganado (caballos, mulas, vacas,...). Esos modelos dependían de las labores para las que se utilizaban: agrícolas, de carga, transporte de viajeros como las calesas, o diligencias... En su construcción se utilizaba madera, hierro, aparte de otros elementos. La labor de estos profesionales se puede considerar como una mezcla entre la de carpinteros, herreros, pin-

tores y reparadores... Un trabajo variado, más bien artesanal ya que por aquel entonces las máquinas no abundaban en este oficio puesto que el tiempo de la tecnología todavía no había llegado.

En la actualidad apenas si se ve alguno de estos carruajes, que han pasado a los rincones de algunos pueblos, gracias a personas nostálgicas que tratan de conservarlos para sacarlos en algunos desfiles de ciertas fiestas o mostrarlos en museos etnográficos.

DESDE LA TRADICIÓN

Hijo, no tenemos pan... ¡Hay que amasar!

Por FÉLIX AVECILLA CAMPOS

MADRE: Hijo, levántate, está amaneciendo y tenemos que amasar.

HIJO: Sí, madre, ¿qué hago?

MADRE: Mientras yo pido a la vecina “ulmiento”, preparo el horno, la masera, la caldera y la harina, tú vas por leña y traes un “gavillón” de “ilagas” para prender.

Mientras tanto, mi madre, sola y a media luz, enciende el fuego y, sobre unas “trébedes”, pone a calentar una caldera de cobre llena de agua hasta la mitad. A continuación, prepara en la masera la harina con el “ulmiento” y, cuando el agua está templada, lo envuelve todo agregando sal. Hace una pasta bien sobada con las manos haciendo fuerza con los puños hasta lograr que se ponga en su punto.

Cuando llego del monte con un buen “feje” de leña, me pongo a sobar con ella porque no puede, suda mucho y, en la cocina de horno, empieza a hacer mucho calor.

Una vez conseguida una buena masa, la tapa y la deja reposar hasta que fermenta un poco.

Después de un buen rato y en la misma masera, va haciendo las hogazas, unas ocho o nueve, y dos tortas redondas y lo vuelve a tapar otro poco hasta que se suelten.

En el horno meto la leña más seca para conseguir buenas brasas. Ato a la punta de una vara larga unas plantas que llamamos “matagallinas” y “forraco”, y barro el horno varias veces.

Cuando se consigue la temperatura ideal, metemos las hogazas y las dos tortas con una pala toda de madera, fina, blanquecina, redonda y de mango largo.

El horno tiene una ventanita a la derecha, donde se arriman las brasas para que guarde la temperatura.

Transcurrido un tiempo, lo primero que se saca son las dos tortas, bien doradas y calentitas. La madre les echa azúcar y miel.

Y aquí empieza la fiesta.

Mi madre llama a mi padre y a mis hermanos menores. Presto acuden con la jarra llena de vino. Se parten las tortas en trozos y se echan en el vino. Todos comemos y bebemos y, a veces, alguno se pone “chipilurzi”, porque se acaban las tortas y se continúa con la hogaza.

Son vivencias cotidianas de mi familia en los años 30 en Valle de Mansilla, Ayuntamiento de Villasabariego (León).

REFRÁN: “Sopa en vino no emborracha pero alegre a la muchacha”.

JUEGOS TRADICIONALES

Recuerdos y juegos de la posguerra

Por PABLO BARRIO GARCÍA

Los recuerdos de aquellos “años cuarenta” no me resultan demasiado gratos analizarlos, a no ser, únicamente, los referentes a las distracciones que los niños de mi edad, más bien mozalbetes, practicábamos, ajenos a la situación tan precaria en que nos hallábamos todos los miembros de mi familia. Pero un chiquillo de apenas doce años como yo, no se daba cuenta de ello, puesto que se buscaba la vida como buenamente podía, junto con algunos compañeros de aproximadamente la misma edad, con tal de no pasar hambre.

Recuerdo especialmente, por las consecuencias tan graves que tuvo en una ocasión, el juego que llamábamos del “pite”. Se jugaba, como muchos recordarán, con un palo, con una longitud variable entre los seis y diez centímetros *-ya que cada uno lo hacía a su manera-* y con un grosor de uno o dos centímetros. Este palo se afilaba por sus dos extremos para, con una paleta de madera no demasiado gruesa, picar en uno de los lados afilados del palo tirado en el suelo a cuyo golpe se levantaba, lo que aprovechaba quien estaba jugando para “atizarle” con la misma pala y enviarlo lo más lejos posible.

A pesar de tomar todas las precauciones posibles, en una ocasión *-sin duda por no darle al “pite” en el sitio adecuado-* se desvió su trayectoria dando de lleno en el ojo de un compañero, con la consecuencia de la pérdida del mismo. El accidente sirvió para que no volviésemos a jugar al “pite” y buscásemos otros juegos menos peligrosos.

Como por ejemplo “la tuta”. Éste me gustaba especialmente puesto que, entonces, yo tenía buen ojo... La “tuta” era un trozo de madera de unos quince centímetros de alto, por cuatro o seis de ancho, que se estrechaba en el medio. Se ponía a una distancia acordada en el suelo, y encima de ella, lo que se quería jugar. A continuación, con unas arandelas gruesas, parecidas o iguales a las que se utilizan para jugar a “la rana”, se lanzaban hacia la “tuta”, y quien la tiraba ganaba lo que tenía puesto encima. Los mayores jugaban algún dinero, pero nosotros lo único que podíamos jugar eran cromos de futbolistas o cosas por el estilo. Supongo que en cada lugar podría tener “la tuta” diferentes tamaños y características, e incluso diferente nombre.

Otro de los recuerdos más placenteros de aquellos años, y que además nos quitaba parte de la necesidad y el hambre que padecíamos, era la pesca de cangrejos. Era una manera de pesca muy peculiar, pero que nos

daba excelentes resultados. Como no había dinero para comprar “rateles” (o “reteles”, según la zona), solo disponíamos de uno para todos. La verdad es que tenía que haber muchos cangrejos para, con un arte tan primitivo, sacar tantos. Lo llamábamos la **pesca “con varas”** y consistía en lo siguiente: las “gusanas” de tierra, que previamente habíamos cogido y metido en un bote, las ensartábamos con una aguja haciendo unos collares que atábamos o enrollábamos a unas arandelas o piedras dispuestas a propósito. A su vez, dichas arandelas iban sujetas a una larga cuerda, que se ataba al extremo de una vara larga. Ésta, la dejábamos caer en el sitio apropiado donde pensábamos que pudiese haber cangrejos. Pasado un tiempo prudencial, con mucho tiento y muy poco a poco, las varas las íbamos izando hasta introducir el “ratel” de que disponíamos por debajo del cebo procurando que no se escapasen los cangrejos que, voraces, no se soltaban tan fácilmente de su exquisito bocado. Y así pescábamos en



Elementos para el juego de la “tuta”, en otros lugares conocido como “tarusa”. Sobre el pequeño trozo de madera se colocaban, según el caso, monedas o simples cromos que constituían el premio de dicho juego

aquellos tiempos del hambre unos cangrejos extraordinarios. Me reservo decir la cantidad de ellos que se escapaban, ¡claro!

NOTA DE PARTICIPACIÓN

Sigue abierta la participación en esta y otras secciones de nuestra revista. Queremos resaltar la importancia de que los trabajos sean personales.

Para el próximo número hemos elegido un tema que esperemos dé lugar a muchas colaboraciones dado el amplio enfoque que el mismo puede presentar. Será el tema **“LOS MAYORES FRENTE A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS”**.

Para facilitar nuestro trabajo:

El/la informante deberá especificar como datos personales su nombre, dirección, D.N.I. y edad (que serán de uso exclusivo para el equipo de redacción de la revista). En la publicación -salvo que se nos especifique lo contrario- sólo aparecerá el nombre del correspondiente colaborador.

La presentación de los trabajos deberá ser perfectamente legible, para facilitar correctamente la transcripción de los mismos, mejor si es a máquina u ordenador.

Fecha última de recogida de los trabajos: 1 de septiembre para que puedan entrar en el siguiente número. Los recogidos después de esta fecha pasarán al archivo de reserva de la redacción, que los irá rescatando para los siguientes números.

Lugar de recogida: Centros de Personas Mayores León I y León II, especificando: para la revista “La Panera”, o a través de cualquiera de los miembros del equipo de redacción.

RECORDAMOS que no será publicado ningún texto -por muy interesante que nos parezca- del que desconozcamos su procedencia, es decir, que no aceptamos la colaboración de personas anónimas, aunque de cara a la publicación éstas si puedan mantener su anonimato ante los lectores bajo un seudónimo.

Elecciones para el Consejo de Centro "León I"

De acuerdo con el Decreto 24/2002 de 14 de febrero, de la Junta de Castilla y León, que regula el procedimiento para la elección de representantes de los socios en el Consejo de Centro de los Centros de Personas Mayores dependientes de la Gerencia de Servicios Sociales, la Dirección del Centro de Personas Mayores "León I" de León, convocó elecciones a dicho Consejo, el pasado 6 de marzo de 2008, con el siguiente calendario:

- Del 1 al 16 de abril:** Plazo para presentar candidaturas.
- Día 17 de abril:** Lista provisional de candidaturas.
- Del 24 al 30 de abril:** Plazo para presentar impugnaciones a la lista provisional.
- Del 1 al 7 de mayo:** Resolución de impugnaciones.
- Día 8 de mayo:** Publicación de la lista definitiva de candidatos.
- Del día 8 al 14 de mayo:** Campaña electoral.
- Día 15 de mayo:** Elecciones a representantes de socios en el consejo de Centro.
- Día 22 de mayo:** Constitución del Consejo de Centro.

Los resultados de dichas elecciones en el próximo número de nuestra revista, tras el regreso de las vacaciones veraniegas.

Premio de poesía para una persona de nuestro equipo

El pasado mes de marzo, Mercedes González Rojo, coordinadora de esta revista de "La Panera", obtuvo el 2º premio de poesía en el certamen VOCES DE MUJER 2008 convocado desde el Ayuntamiento de Astorga.

El premio le fue entregado el pasado día 28 de marzo, dentro de los actos relativos a la Semana de la Mujer que se celebraron en dicha localidad.

No es el primer premio que recibe con sus trabajos, pues ya suma varios en su haber,

en diversos concursos de dentro y fuera de la provincia.

El equipo de redacción de "La Panera" quiere sumarse a las muchas felicitaciones que ha recibido nuestra coordinadora y compañera. ¡Felicidades, Mercedes!



Alba de los Cardaños (Palencia).

Nuevos viajes dentro del programa “Espacios dorados”

Dentro del Programa “Espacios Dorados” que en su día presentamos ya en nuestra revista, socios de los Centros de Personas Mayores León I y León II, han acudido recientemente a dos nuevos destinos.

El primero de los viajes dentro de este programa “Espacios dorados”, se realizó el pasado 16 de abril, a la hermosa localidad zamorana de Fermoselle, donde se visitó la Casa del Parque “Convento de San Francisco” y el Conjunto Histórico-Artístico de la propia localidad de Fermoselle. Tras reponer fuerzas con la comida, se visitó también el paraje conocido como la Presa de La Almendra, en el río Tormes, y varios interesantes enclaves sobre el río Duero.

El segundo de los viajes tuvo como destino Fuentes Carrionas, en Palencia. Se visitó la Casa del Parque en Cervera de Pisuerga y se realizó una pequeña ruta conocida como “El Roblón”. Tras la comida en la misma Cervera, se visitó el Museo Etnográfico y se inició el retorno pasando por los embalses, y conociendo los pueblos de Santibáñez de Resoba y Alba de los Cardaños, pasados los cuales, sendos miradores nos permitieron admirar el paisaje.



Grupo de alumnos y alumnas participantes en el último curso de Internet celebrado en el Centro León II

Entrega de diplomas en los Cursos de Iniciación a la Informática e Internet

El pasado día 19 de marzo último, tuvo lugar la entrega de diplomas a los 14 alumnos que culminaron el Curso de Internet, celebrado en el Aula de Informática del Centro de día León II (San Isidoro).

También el mismo día y en el mismo lugar se procedió a la entrega de Diplomas de asis-

tencia a los Cursos de Iniciación a la Informática a los 24 alumnos que participaron en los mismos.

En ambos casos estuvieron presentes en el acto la profesora que impartió las clases y algunos de los voluntarios de Informática que colaboran en la formación práctica de los alumnos.



Grupos de alumnos y alumnas que participaron en el nuevo Curso de Iniciación a la Informática que fue desdoblado en dos turnos, dado el número de participantes. Junto a ellos la profesora que impartió las clases y algunos de los voluntarios que colaboraron en la fase práctica.



Tras tres años de funcionamiento, el MUSAC se ha convertido en la imagen más moderna de nuestra ciudad que nos representa a nivel mundial en todos los ámbitos de la cultura.

Cumpleaños en el MUSAC

El día uno del pasado mes de abril, el MUSAC (Museo de Arte Contemporáneo) de nuestra ciudad celebró sus tres años de vida. Dicha celebración ha estado acompañada de un amplio programa de actividades repleto de talleres, exposiciones, ciclos de cine y documentales. Durante este tiempo, las veintitrés exposiciones realizadas en sus salas han computado alrededor de medio millón de visitantes.

El director de dicha institución cultural ha considerado un verdadero éxito la respuesta obtenida desde su apertura.

Uno de los aspectos que nosotros queremos reseñar desde nuestra revista son las actividades que también se programan para per-

sonas de más de 60 años que, junto al resto de las actividades y la visita al edificio en sí (que se ha convertido en todo un emblema de nuestra ciudad a nivel internacional) son excusas más que suficientes para acercarnos a un espacio profundamente ligado con la cultura de nuestros días.

Conectando generaciones

Del siete al once de Abril un año más se celebraron en León unas Jornadas Municipales con motivo de la Semana del Mayor organizadas por el Ayuntamiento de la ciudad.

Una carpa instalada en la plaza de San Marcelo sirvió de punto de encuentro para la realización de los diferentes actos programados. Talleres participativos, aulas virtuales, El Rincón de la Salud, demostraciones de Servicios para los Mayores, actuaciones, conferencias, exposiciones, representaciones teatrales y otras propuestas, se dieron estos días cita en dicho espacio y otros aledaños como el Nuevo Recreo Industrial o el Salón de Plenos del propio Ayuntamiento.

Así mismo, la mañana del primer día estuvo dedicado al homenaje que desde esta institución pública se le hizo a aquellas personas que llevan "50 AÑOS DE CONVIVENCIA", a quienes se recibió en el Salón de los Reyes del Ayuntamiento, con la bienvenida por parte del Alcalde y autoridades y la entrega de una placa conmemorativa. El acto estuvo amenizado por un espectáculo de danza y otro de música tradicional cubana, además de proyectarse el audiovisual "Álbum de fotos". Tras todo ello un vino español para todos los presentes. En dicho homenaje participó uno de nuestros colaboradores Jesús M. Herrero y su esposa, que recientemente habían celebrado sus bodas de oro.

La Semana del Mayor concluiría el viernes once con la celebración de un baile de clausura en la misma Carpa.

Aquella trilla...

(en la zona de Pajares de los Oteros)

Por PRISCILIANO CASTILLO ARREDONDO

Era pesada, cansina, rutinaria, reiterativa y... sobre todo aburrida.

Desde primeros de julio, al ver que ya alguien ponía la era, los rapaces nos poníamos nerviosos preguntando cuándo la poníamos nosotros (*a los pocos días estábamos ya muy hartos de trilla*); hasta que por fin se decidía el día. Se cargaban los trillos en el carro; se cargaban también todos los demás aperos necesarios.

Los trillos estaban formados por gruesas tablas de pino, curvadas por la parte anterior; tenían por debajo incrustadas infinidad de lascas o esquirlas de piedras pedernal que, como sierras, irían moliendo la paja. Por la primavera llegaba una familia de Cantalejos, con los carros llenos de trillos para vender; también restauraban los trillos viejos que habían perdido las piedras o ya las tenían desgastadas.

Con todo ello bajábamos alegres y contentos, saltando a los lados del carro, hasta las eras. Eran terrenos comunales situados en las orillas del reguero Valdarcos; cada ciertos años se sorteaban y te podía tocar en un sitio o en otro.

Bueno, pues ya con todo se preparaba la primera trilla. Al principio la era estaba "gafa", con piedras y cagarrutas de las ovejas, la hierba bastante alta, en fin nada acogedora; se barría y se descargaban los carros. Al final de la temporada quedaba lisa, sin apenas rastro de hierba y la poca que quedaba, muy corta; como si se hubiera pulido.

Cuando eran las diez o más, y empezaba a calentarse el sol de firme, se empezaba a trillar: se enganchaba cada pareja al trillo mediante una cadena que iba desde un gancho que tenía el primer travesaño a los "sobilluelos" que llevaba el yugo justo en medio, entre las dos vacas; en el caso de los caballos al gancho se le sujetaban los balancines a los que se enganchaban los tiros, uno a cada lado de cada caballo, que se fijaban a los collarines de cada uno.

El trillo llevaba un asiento, sólido y estable: un taburete, una silla o algo así. Con la marcha lenta de las vacas no había problema. Algunos ponían un saco lleno de paja, pero era más inestable e incómodo. Para el trillo de los caballos se ponía una "tajueta", de cuatro patas bien abiertas para darle estabilidad cuando iban corriendo. Otra cosa necesaria que llevaba el trillo era el "cagadero". Si las vacas o caballos cagaban había que "apararlo" porque sino la boñiga se pegaba al trillo y entonces "atropaba", amontonaba la mies. Por eso había que ir pendiente, mirar de vez en cuando el culo de los animales, (*ojo al ojete*) y



Trilla en Pajares de los Oteros.

cuando se les veía la más mínima intención, pararlos, (*jjo!*, para las vacas y *¡so!* para los caballos) coger la lata, el caldero, la pala, el vaso de la noria, la talega, o lo que se empleara para ello, y ponerlo debajo del rabo y tenerlo allí hasta que el animal terminara de aliviarse. Si te descuidabas y no llegabas a tiempo tenías que coger las boñigas o los cagajones con la mano para que los trillos no atroparan. Después te limpiabas las manos en el rabo de las vacas y ya estaba todo. No era demasiado desagradable si el animal estaba bien, pues con la alfalfa, la paja y el grano que comían su olor no era muy desagradable. Lo malo era cuando el animal estaba descompuesto. No sabía uno cómo ponerlo y si además tenía catarro, entonces era peligroso. Recuerdo el caso de alguien que, cuando estaba intentando poner bien el cagadero para “aparar” el chorro, bastante líquido, que estaba saliendo, el animal tosió y todo el chorro le vino en plena cara. Menos mal que entonces estábamos al lado del caño y, llorando, fue corriendo a lavarse. Cuando se llenaba el recipiente, se descargaba en un lugar destinado para ello, donde se iba formando un montón regular que, llegado un momento, se llevaba para el

corral a fin de que las gallinas aprovecharan el grano que iba entero en las boñigas.

Las vacas y caballos iban comiendo continuamente; cuando la paja ya estaba molida, las vacas, mientras iban andando, metían el morro en la paja e iban arando la trilla, cogiendo con la lengua el grano ya que abajo había más. Pocas veces se les ponían los “bozos”.

Bueno, pues a trillar tocan. Al principio a los animales les cuesta más andar porque las pajas están enteras y se hunden las patas pero, poco a poco, entre las piedras de los trillos que hacen como sierras que van partiendo las pajas, las patas de los animales que también hacen lo suyo, y luego con el calor, que hace que se mueva más fácilmente casi sólo con tocarlas, hace que vaya cambiando tanto el color como la forma de la trilla. Empieza con una altura de más de medio metro y de color ocre o algo así y termina con unos diez centímetros de color más bien blanco.

Al principio, cuando empezaba la era, a los chiquillos nos encantaba ir en el trillo, por la cosa esa de que te lleven sin mover tú los pies

(entonces en pocas ocasiones te sentías llevado, pues a lo mejor nunca habías montado en tren y mucho menos en coche). Pero cuando a una vuelta sigue otra, y otra, y otra..., así una hora y otra hora, un día y otro día (a veces durante más de dos meses) con la aguijada en las manos para picar a las vacas, aguantando el sol, el polvo, el viento que a veces te metía la paja en los ojos y por todo el cuerpo, mirando para el culo de los animales a ver si lo iban a hacer..., lo que decía al principio: pesada, cansina, y todo eso. Había que procurar no chocar con las parejas que venían de frente, que el trillo no se saliera de la trilla porque entonces decían que se estropeaban las piedras que llevaba, y si te descuidabas te arreaban algún pescozón. En fin, que terminaba uno de trilla hasta arriba.

Según la cosecha de cada uno, había trillas con una pareja que tardaba varios días en molerla (alguno usaba hasta tres parejas). Si además había una pareja de caballos, se adelantaba más, pues casi siempre iban corriendo. Claro, entonces la era se hacía más extensa. Iban unas parejas en una dirección y otras para el otro. Cada poco se cambiaba para que no se cansaran los animales de ir siempre para dentro o para fuera. Todos queríamos trillar con los caballos porque era menos aburrido y por la velocidad que llevaban.

Los que no trillaban se ponían a la sombra del carro donde se estaba muy fresco y se pasaba bien hablando, descansando, durmiendo, o sin hacer nada, con la barrila al lado para echar un trago de vez en cuando. Allí se ponían las herramientas: las distintas horcas de madera (*de tres, de cuatro y de seis dientes -las más usadas eran las de cuatro-, que se usaban para extender la mies al hacer la trilla y para emparvar*), las de hierro (*de tres dientes para descargar los carros, aunque también se utilizaba la de cuatro; la de seis, con un mango de más de dos metros que se usaban para acarrear*), las

palas de madera para entornar (*siempre conocí las mismas; bueno, menos una que rompí yo jugando y ¡la que se preparó!*), las rastras de madera para meter las orillas y para atropar la trilla, las escobas y valeos, ..., en fin todo lo necesario. Todas las herramientas cuando se compraban eran bastas y ásperas; con el uso se ponían lisas y brillantes.

Los chavales éramos los que generalmente trillábamos para que los mayores descansaran. Suerte que tienen los niños de ahora que no les dejan trabajar hasta que no tienen dieciséis años, que se traumatizan. Entonces, desde que te tenías en pie ya te encargaban algo. Pero las cosas eran así, ¡qué le vamos a hacer!. Por eso cuando estabas ya agotado empezabas a pedir "*oye, cógeme el trillo*". A veces lo conseguíamos; otras había que seguir pidiéndolo, y hasta llorando, a ver si alguien se compadecía de ti.

Al llegar el mediodía se daba la primera "entornadura" con las horcas de madera. Era bastante trabajosa porque, aunque por arriba ya se había molido bastante la paja, la de abajo estaba todavía intacta y como al hacer la trilla se dispersaban bien las gavillas para que quedaran las pajas en todas las direcciones, costaba un poco darle la vuelta con la horca. Se procuraba dejarla un poco en el aire para que el sol la calentara bien durante toda la siesta. Y nos íbamos a comer.

Tanto a mediodía como al anochecer, coincidíamos con los demás que también se iban para casa, por la calle que subía al pueblo. Aquello parecía una procesión: personas, vacas, caballerías, carros; todos en la misma dirección, charlando, dando voces. Llegábamos a casa, desuncíamos el ganado, comíamos, (sin mirar si las manos estaban sucias o no; raramente te las lavabas), y a dormir la siesta. En un abrir y cerrar los ojos (nunca mejor dicho) ya te llamaban otra vez y, ¡hala!, a uncir de



La trilla con caballos era más divertida que la trilla con vacas o bueyes. Todos los niños preferían la primera porque iban mucho más rápido, y el espacio en que se trillaba se hacía más grande y, por tanto, menos monótono.

nuevo las vacas y a dar vueltas sobre el trillo con todo el sol encima, luchando para que no se cerraran los ojos, arreando las vacas, que también se adormitaban, y esperando a que llegaran “las cinco”, que dejabas un rato el trillo mientras comías. Cuando se andaba mal para terminar la trilla, no se paraba, se relevaba a los que estaban en el trillo.

¿Qué eran las cinco? Pues la merienda. Algún chaval subía a casa y volvía rápido con lo que la madre había preparado en un serón o un fardel (*más o menos una bolsa de tela; hoy se usarían las bolsas de plástico del Corte Inglés, que entonces no habían llegado aún*). ¿Qué comíamos?, pues no mucho. Unas veces una ensalada de cebolla, o de pimientos o de tomates; otras, un trozo de chorizo o de tocino; también podía ser un poco de bacalao y poco más, y eso sí, con abundante pan, y el vino, que no faltaba nunca. No sé que se agradecía más si lo que se comía o el rato que se descansaba. Pero pronto había que volver al trillo.

Cuando ya bajaba la fuerza del sol, se llevaba mejor y para no aburrirse se echaban unas cantarinas por todo lo alto; desde las cancio-

nes de moda hasta la misa o las canciones religiosas. De todas las trillas salían cantares.

Si el tiempo estaba “encalmado” se iba formando una nube de polvo por encima de las eras. Como en esa época estaba todo el mundo en la era, también se charlaba, se iba de una era a otra, se formaban corrillos. Lo malo era cuando hacía viento. La paja, ya menuda, volaba y se te metía en los ojos, entre la ropa y se hacía muy incómoda. Había que dar otras dos entornaduras por lo menos, pero desde que la paja se iba moliendo ya se hacía con palas de madera. Había que ir agachado dando la vuelta a la paja. A veces lo hacíamos también con las rastras de madera. Éstas también se utilizaban para meter las orillas porque a veces se esparcía demasiado la trilla, sobre todo el trillo de los caballos que, con la velocidad echaba la paja para afuera.

Cuando ya estaba cerca la puesta del sol, y visto que ya estaba bien molido (*se cogía un puñado de paja, procurando meter la mano por debajo para ver si había pajas largas y que casi todas tenían más o menos dos o tres centímetros y no se veían espigas o trozos de ellas*), se mandaba sacar las parejas con sus trillos (*jlle-*

gaba la liberación!) y se enganchaba a una de ellas la "emparvadera" para atropar la trilla.

Ésta era una tabla de unos dos metros y medio de largo por unos cincuenta centímetros de ancho. Por medio de una vara y unos hierros como la "estanguadera" quedaba la tabla, vertical por la parte más larga, en el suelo y se enganchaba a los "sobilluelos". Para que atropara bien tenía que llevar peso: nos poníamos de pie encima del canto de la tabla y, agarrados a la estanguadera o a unos paños que había, hacíamos de peso para que la tabla fuera bien por el suelo y atropara todo. Se ponía la rastra, con los dientes para arriba, a un lado para que no se saliera la paja, y se amontonaba. Al terminar con la emparvadera se arrastraba toda la trilla con las rastras (los dientes para arriba), para que no quedara apenas paja. De pequeños eso de atropar la trilla era una fiesta y hasta íbamos a otras eras a montar en la emparvadera. Si se amontonaba una o pocas más trillas, se hacía un "parvón", redondo, en forma de cono. Era el caso de la cebada o avena, de las que había una o dos trillas. Si eran muchas trillas, de trigo o de centeno, se hacía una parva, larga y ancha, o a veces más de una, por cada tipo de cereal. Emparvar tenía su arte; se hacía con la horca de madera, tirando la paja para arriba, de forma que quedara la superficie uniforme y lisa; cuando llovía, las pocas veces que lo hacía, el agua resbalaba y no calaba.

Antes de terminar con lo de la trilla quiero contar algo raro que ocurrió: debió de ser por los años cuarenta y cinco o por ahí. Era media tarde. Por la parte de Cabrerros, se vieron como unas cortinas muy altas de polvo. Llegó a desaparecer tanto el pueblo de Cabrerros como la cuesta que cerraba toda aquella parte, todavía ahora me parece que lo estoy viendo. Se lo dijimos a los padres que estaban a la sombra del carro, y todos, horrorizados vimos cómo se acercaba aquello a gran ve-

locidad. Un gran vendaval pasó raudo sobre nosotros, levantando el polvo de los caminos, la paja de las trillas, las gavillas de las morenas y hasta algún carro que estaba cargado lo entornó. Vimos cómo la enorme polvareda se alejaba por el Prao Arriba. Nunca he visto algo parecido, ni nadie nos explicó nunca qué fue aquello. Ahora que lo pienso, ¿no sería el 6 de Agosto del 45, efecto de la bomba atómica de Hiroshima? ¡Pues nunca había caído en ello!

Cuando se terminaba un tipo de mies se barría todo el terreno de la era para que no se mezclaran los granos; decíamos que en realidad no hacía falta, que arrastrándolo bien con las rastras con los dientes para arriba quedaba de sobra, pero a la hora de la verdad "*Bah, total no se tarda tanto; vamos a barrerlo!*"; y, ¡hala!, a barrer, tragándose el polvo que se levantaba. Luego se amontonaba en un "*parvonín*" que llamábamos "*terrero*" porque eso era lo que más tenía, la tierra que habían arrancado las escobas. Cuando después se limpiaba, era tierra lo que más salía y algo de grano. Pero en fin, las cosas eran así.

Siempre se trillaba el centeno al final. De la última trilla se cogía el cuerno: al descargar los carros se apartaban las gavillas que parecían más iguales y más largas. Mientras unos trillaban otros iban golpeándolas sobre un trillo vuelto al revés, en puñados pequeños hasta que quedaba la paja limpia, con la espiga sin grano. Se hacían grandes brazados que se ataban con un puñado de pajas que antes se habían tenido en agua; se hacían los brazados que se creía se iban a utilizar para poner debajo de la fruta: manzanas, peras, uvas, etc.; pues así se conservaban hasta las Navidades. Cuando se veía que en alguna era estaban haciendo *cuerno* era señal de que era la última trilla.

Ahora no se explica uno cómo se aguantaba entonces sin ducharse, porque las duchas

ni se conocían y lo más que se hacía, los domingos por la mañana, entre una seña y otra de misa, era lavarte sin camisa mojándote de cintura para arriba. Algunos domingos a lo mejor íbamos la pandilla a los Charcos, la Lagunilla o al río que quedaba a tres kilómetros, y chapuzábamos un rato, pero más por diversión que por higiene.

Polvo tragaba uno de todo: de las tierras, de la era, de la lastra, del pajar y luego se sudaba continuamente con lo cual se formaba una costra que yo creo que era lo que nos protegía ya del picor y demás, pues, la verdad, bien fuera por cansancio, bien porque ya estaba uno acostumbrado, se dormía sin problemas.

Algún año si la cosa iba muy retrasada, se trillaba algún domingo. Siendo pequeño, un domingo por la tarde que estaban trillando, yo me escapé con mis amigos a correr por la carretera como cualquier otro domingo. Cuando a la noche llegué a casa y me preguntó mi madre por qué no había ido a la era a trillar, yo dije que había estado corriendo, que los domingos no se trabaja. Con dos mosquitos se arregló todo.

Cuando llovía (*aunque entonces casi no llovía durante el verano, alguna tormenta que era más el ruido que las nueces*) no se podía acarrear porque la mies estaba mojada, y menos trillar ya que la paja mojada no se muele y da igual trillar que no. Por un lado se alegraba uno porque por lo menos ese día no había que madrugar tanto. Pero no faltaba qué hacer y, así, unas veces había que ir a arrancar yeros, garbanzos, o tochos (*que yo creo que eran lo que ahora se llaman altramuces, ya que se compran como chucherías remojadas, pero entonces se sembraban para venderlo, como los yeros; sólo me acuerdo de que pinchaban las vainas secas si te descuidabas*). Si no había otra cosa, mi madre, por no vernos sin hacer nada,



Casi siempre la trilla era cosa de los niños. Al principio era divertido por la sensación de sentirse uno llevado. Pero cuando llevabas horas, días y hasta meses, dando vueltas al mismo sitio, con la paja metiéndosete en los ojos y en el cuerpo, mirando continuamente para el culo de los animales, acababas de trilla hasta arriba.

nos mandaba ir a atropar espigas, ya de cebada, que era lo que más se descabezaba, ya de trigo. Por cierto que, un año que habíamos atropado bastantes y las dejamos en sacos en la panera del pasillo se nos olvidaron allí y cuando nos dimos cuenta ya se había terminado de la era y, además, se habían podrido casi todas. ¡Menuda rabia nos dio!

De todas formas no deseaba uno que lloviera, primero porque se retrasaba la era y lo que de verdad se deseaba era terminar de una vez; lo segundo porque, si llovía bastante, no sólo no se podía trillar sino que había que dar vuelta a las morenas, porque si se mojaban mucho las espigas y no se secaban, se nacían. Había que ir tierra por tierra, con la hoz, y coger gavilla por gavilla, darle la vuelta y si hacía falta dejarlas separadas unas de otras.

Eso era el veraneo de entonces.

Un verano en la memoria

Por FELI BARRIO

Luz se asomó a la ventana Le gustaba ver amanecer, mirar los guiños de los primeros rayos del sol cuando aparecía tímidamente por detrás de las montañas. Estaba terminando abril y el verano aún tenía que recorrer un buen trecho. Amaneció un día espléndido, invitaba a salir a pasear.

– En esta tierra nuestra la primavera se esconde, no sale del letargo invernal, el invierno es largo, no vendrán muchos días como este antes que llegue el verano y no se puede desperdiciar; el sol es una medicina para los huesos de todo el mundo pero especialmente para los de las personas mayores, hay que salir a calentarlos -pensó en voz alta saliendo a dar un paseo por el bosque-.

El sol iluminaba todos los rincones, dibujaba filigranas al filtrarse entre las hojas de los árboles, llenaba de vida la tierra y a las personas desgastadas por los años vividos. Caminó un buen rato parándose de vez en cuando a mirar despacio, saboreando, viviendo cada sitio por donde pasaba. El bosque era un puzzle vivo que no se acababa de completar nunca.

Cada día que paseaba descubría flores nuevas; nueva era la luz, los colores, los olores, el canto de los pájaros... Todo se acentuaba, impregnaba el entorno entonando un canto a la vida. Hasta el río saltaba más alegre entre las piedras. Descubrió un nido de jilguero. Miró largo rato el amor con que el macho se afanaba en alimentar a la hembra que permanecía en el nido sin apenas moverse incubando su preciado tesoro.

El sol estaba alto, la mañana se había pasado en un suspiro; aunque le apetecía seguir paseando se acercaba la hora del almuerzo y decidió irse a casa.

– Esperemos que mañana las nubes sean benévolas y dejen que el sol se anime y nos regale otro día de calor -se dijo Luz paseando con calma la mirada por el entorno, como si quisiera grabarlo en la retina-.

– Luz, Luz, espera -gritaban Mónica y Paula que aparecieron corriendo por entre los árboles con una caña de pescar, una comba y alguna otra cosa para jugar-.

Un poco detrás venían Diego, Aurora, María y David con dos cestas, y algo más rezagado Marcos con una silla.

– Fuimos a tu casa y no estabas. Manuel dijo que estabas en el bosque. Íbamos a pedirte que nos contaras historias de cuando eras joven y...

Todos querían hablar y no había forma de entenderse.

– Hablar de uno en uno que sino no os entiendo.

– Pues que hoy no tenemos clase. Fuimos a tu casa para que nos contaras cosas y, como habías venido al bosque, mi madre preparó comida y te invitamos a comer y pasar el día con nosotros -dijo Diego-.

– Mi madre dijo que te sentabas mal en el suelo y traemos una silla para que te sientes.



Estarás muy bien, la silla es muy cómoda -*dijo Mónica*-.

– Os contaré como se celebraban las fiestas en mi pueblo hace un montón de años. Pero antes os enseñaré un nido de jilguero. El jilguero es un pájaro que canta muy bien y tiene un plumaje muy bonito. Hay un poema de Jacinto Verdaguer. No lo sé de memoria, pero dice que cuando Jesús moría en la cruz un jilguero fue a hacerle compañía. Al intentar arrancarle los clavos y sacarle las espinas con su pico se tiñó la cabeza de sangre. No pudo arrancarlos y se quedó cantando para suavizarle el dolor. Por eso el jilguero tiene la cabeza roja y es el pájaro que más canta el día de Jueves Santo, según el poema de Jacinto Verdaguer.

Y ahora voy a comenzar con los recuerdos de las fiestas de mi pueblo.

“Cuando yo tenía más o menos vuestra edad vivía en un pueblo lejos de aquí. La fiesta se celebra el día de San Pelayo, que es el 26 de junio. La organizaban los quintos mozos y mozas. Los mozos contrataban la orquesta, la bebida para in-

vitir a los forasteros, preparaban todo para que la fiesta estuviera perfecta. Las mozas limpiaban la iglesia, adornaban el santo, hacían dulces para acompañar a la bebida... En todos los pueblos se hacían grandes fiestas y, si se celebraba una boda o la fiesta, acudían los jóvenes de todos los pueblos de los alrededores porque no había discotecas, ni salas de fiesta, ni cafeterías, ni coches... Coche, lo tenía el rico del pueblo que vivía en la capital y lo llevaba cuando iba a pasar el verano al pueblo. Pero los caminos eran senderos estrechos y el coche no podía transitar por ellos. Así que las gentes se desplazaban andando, en caballo o en burro. Años más tarde abrieron un cine en el pueblo más importante de la comarca, pero algunos sólo podían ir un día al año, porque costaba dinero y había poco.

El pueblo rebosaba de gente. Se invitaba a todos los familiares y amigos que vivían en otros pueblos. Era un día de mucha alegría por estar la familia junta. Entonces no era como ahora que se coge el coche y se va a ver a familiares aunque vivan lejos. Había que ir en caballo o burro. No era

fácil desplazarse y las familias se veían de tarde en tarde.

La fiesta empezaba con una misa. Sacaban a San Pelayo en procesión por los alrededores de la iglesia y, cuando terminaba la misa, había baile-vermú, durante el que se obsequiaba a los asistentes con bebida, magdalenas y otros dulces. Había juego de bolos, juegos para los niños... El que más me gustaba era la piñata, porque daba igual el que la rompiera, siempre nos repartíamos las golosinas. La carrera de cintas era muy bonita. Ponían dos troncos altos en línea recta bastante separados, ataban un alambre de uno a otro. En el alambre, enrolladas en un carrete dejando asomar un extremo con una anilla cosida, colgaban las cintas de colores. Algunas cintas las habían bordado las mozas. Las que tenían novio o les gustaba algún mozo bordaban su nombre por si éste sacaba la cinta. Al principio la carrera era con caballos, años después se corría en bicicleta. Era todo un espectáculo ver a los mozos pasar una vez tras otra, cabalgando al trote o pedaleando deprisa, llevando en la mano un lápiz o un palo afilado. Con él tenían que ensartar la anilla y tirar de la cinta hasta sacarla del carrete. Ganaba el que más trofeos pudiera mostrar, había mucha rivalidad entre los mozos de distintos pueblos y disputaban con mucho ahínco la carrera, que discurría entre la alegría de los familiares y amigos de los que conseguían alguna cinta y el desencanto de los que no sacaban ninguna.

Después llegaba la carrera de mazapán. Las mozas o las madres hacían un mazapán hermoso. Lo llevaban en una bandeja, muy bien adornado, y lo colocaban en una mesa. La meta estaba a unos cien metros. La gente se ponía a ambos lados del trazado de la carrera. Los mozos corrían entre

el griterío de la gente, y el que ganaba se comía el mazapán con sus amigos y unas jarras de vino y dulces que les regalaba el pueblo.

Otra de las competiciones era la carrera de rosca. Ésta no era recta. Se corría en círculo. Consistía en dar varias vueltas a un trazado y el ganador se llevaba una gran rosca rellena de ricas viandas. Esta carrera casi siempre la ganaban los mismos, pues eran corredores admirados por la gente que llegaban con cierta fama. Hasta había alguno que corría descalzo, pero mi memoria no me revela el nombre.

A media tarde empezaba en la era el baile que seguía después de cenar y duraba hasta bien entrada la noche. La chiquillería y la gente joven eran los primeros en llegar sumándose poco después los casados que se habían quedado jugando a las cartas."

– ¿No has oído cantar al ruiseñor? -preguntó Paula-

– A últimos de Abril el ruiseñor canta de noche. Creo que es el pájaro que mejor canta. Su canto es tan bonito que es una delicia oírlo. Para el mes de mayo, que canta de noche y de día, vendremos a escucharlo.

Bandadas de pájaros llegaban al bosque para dormir. El sol se escondía detrás de las montañas. Empezaba a refrescar. Luz llamó a los niños y emprendieron el camino de regreso.

– Ha sido una tarde muy bonita, como volver a vivir aquellos veranos de la adolescencia, que es también una manera de vivir -pensaba Luz mientras escuchaba contar a los niños como habían pescado dos peces y a todo lo que habían jugado-

Compartir momentos

Por MERCEDES GONZÁLEZ

Aún recuerdo las tardes de mi infancia tratando de escaquearme de la hora de la siesta que, en casa de mis abuelos, era sagrada.

Nadie se movía en ese periodo de tiempo que duraba dos o tres horas. Todo quedaba inmobilizado, hasta el trino de los pájaros en los jardines cercanos parecía quedar en suspenso, sumido en el sueño de la tarde.

Lo que me gustaba de esas horas era precisamente el silencio que lo envolvía todo, esa especie de soledad que me permitía refugiarme en mi rincón preferido de la casa y enfrascarme en uno de aquellos libros de viajes de tipografía manuscrita que se guardaban en el desván de mis abuelos, de la época en que mi madre y mis tíos eran pequeños. Allí, sentada en el alféizar de la ventana de la oficina de mi abuelo que daba a la calle Santiago, una calle estrecha, en penumbra a aquellas horas y llena de silencio. Pero lo que también recuerdo de esos días largos de verano son las horas compartidas, llenas de historias, de momentos de aprendizaje y de descubrimiento. Cuando era más pequeña, con mi abuelo, pues en su casa (de las antiguas, nosotros vivíamos ya en un piso) se respiraba fresca en aquellas tardes calurosas. La angosta calle a la que daba, su largo zaguán, su patio sobre el que se descolgaba la galería de madera creando un pequeño soportal a cubierto del sol, y los enormes árboles del vecino jardín de Maca, eran artífices de ese oasis de fresca aún en los días más ardientes. Y abajo, en ese zaguán, siempre dispuesto, el botijo de barro de Jiménez con su agua siempre fresca para calmar la sed.

Después, cuando ya fui un poco más mayor y mi abuelo ya no estaba, recuerdo las veladas en torno a las historias de mi padre. A veces sentados por horas a la mesa, otras mientras paseábamos por los campos cercanos con la disculpa de "sacar a los perros". Esas tardes – noches estuvieron llenas de información, llenas de aprendizajes que a menudo me gusta recordar y cuya esencia guardo aún en mí como oro en paño.

Uno y otro compartieron su experiencia conmigo, especialmente en esos momentos del verano, donde

los días son más largos y parece que las horas dan mucho más de sí, y se encuentra tiempo para todo.

Por eso, y por la experiencia que a menudo comparto con otras gentes, estoy segura que esta época de estío que de nuevo se acerca puede ser un momento propicio para compartir intergeneracionalmente recuerdos y vivencias.

Muchos de nuestros lectores pasarán ese tiempo en las casas que aún mantienen en los pueblos de origen. Y tendrán nietos que compartirán con ellos a veces incluso todo el periodo veraniego. Y son muy largos los días estivales. Es un buen momento para buscar un acercamiento a ellos. A veces la oportunidad podría llegar a través de una tarea compartida, a veces a partir de un comentario que se convierta en el hilo capaz de desenredar todo un ovillo de recuerdos y experiencias del que, estoy segura, más de uno de estos nietos quedará prendido para siempre; a veces podrá llegar también a partir de un objeto reencontrado que se convierta en ese regalo inesperado que llene de ilusión aunque sólo sean unos instantes...

Pero los momentos hay que esperarlos o, como mucho, propiciarlos. Manténnos alerta para descubrir su llegada o encontrar la disculpa justa para favorecerlos. Pero no es bueno forzarlos como se hace muchas veces, porque entonces será cuando sintamos el fracaso de nuestro intento y tal vez perdamos con ello nuestra oportunidad para compartir ¡tantas cosas que se llevan dentro!

Es verdad que los tiempos han cambiado, y que el ritmo frenético de una vida cargada de estímulos se precipita especialmente sobre los más jóvenes. Pero estoy segura que la magia de las palabras aún funciona y que el deseo de escuchar y de aprender sólo espera en muchos de ellos a que vosotros encontréis el momento más propicio para llegar hasta allí.

Y el verano es un buen momento para intentar de nuevo esta magnífica experiencia.

Viajar con el IMSERSO ²⁰⁰⁷₂₀₀₈

Por **JESÚS M. HERRERO**

Viajar en la actualidad está batiendo todos los records de participación, de tal manera que podríamos decir que se ha convertido en un, llamémosle, vicio o fiebre.

Agencias de viajes proliferan por todas partes, en todas las poblaciones, ofertando gangas en todos los medios de comunicación para el total de la población, tanto en nuestra nación como en el extranjero.

En publicaciones anteriores hemos escrito sobre los VIAJES ofertados por el Imsero, que siguen en la cresta de la ola entre los dedicados a las personas de la Tercera Edad. Por toda nuestra geografía tienen muy buena aceptación, y la valoración de los mismos va "in crescendo" entre el grupo de destinatarios al que van dirigidos. Como dice el refrán, "si fuéramos gallinas no pondríamos un huevo en casa".

Desde 1.994 hasta hoy las diferencias en estos viajes se han disparado, generándose una tendencia de ligera pérdida de calidad en algunos aspectos (aunque no en todos), como por ejemplo las comidas. Están perdiendo la calidad que antes tenían. Aunque no es mucho, sí se nota sobre todo en el tema de la calidad. A pesar de todo se le puede dar un aprobado, puesto que la comida es abundante y hambre nadie pasa, "si no es una cosa, siempre hay otra".

Respecto a los usuarios de nuestra provincia lo que peor se lleva son los desplazamientos, sobre todo los que tienen por destino el este de nuestra península, las zonas catalanas y levantinas: Lloret de Mar, Salou, Peñíscola y

otros. La planificación de los mismos, tiene leña que cortar. Ya desde hace unos cuantos años se están realizando unos itinerarios con los que parece que no se llega nunca al punto de destino cuando de estas zonas se trata. De salir a primera hora de la tarde para encontrarnos en destino a última hora de la misma hemos pasado a tener que madrugar para encontrarnos en el punto de partida a las siete de la mañana para acabar con el proceso de instalación en el hotel casi a la media noche, con lo cual el tiempo de viaje para el mismo recorrido se ha incrementado a más del doble, en una jornada perdida entre viajes, esperas, cenas a toda prisa (porque si no nos cierran el comedor) y ubicación en las correspondientes habitaciones, en un tremendo ajeteo para personas que en su mayoría pasamos de los setenta años.

Claro que de esta forma no nos ha dado tiempo a aburrirnos. Menos mal que al día siguiente todos los sinsabores de este viaje están olvidados. A las diez de la mañana nos citan para darnos las charlas instructivas en cuanto a excursiones, información sobre los diferentes medios de comunicación, como funciona el tema de los médicos, etc. Y ya salimos más contentos que unas pascuas a realizar el ojeo de la población.

Al regreso el tiempo que nos costó llegar hasta León, aun fue más largo. La causa fue que el día de nuestro regreso coincidió en viernes.

Saliendo de PEÑISCOLA a las DIEZ de la mañana, desde MADRID lo hicimos a las cuatro de la tarde con dirección a León, encontrándonos en plena operación “fin de semana”, lo que nos llevó a discurrir por la Nacional VI Madrid-Coruña a una velocidad de treinta o cuarenta kilómetros por hora hasta llegar a Guadarrama, lo que hizo que no llegáramos a casa hasta las diez de la noche.

Pero afortunadamente no pasó nada. Y todos prácticamente hemos regresado a nuestros lares, contando lo bien que nos lo hemos pasado, y esperando que pronto nos salga otro viaje parecido.

Estos lances son los que cuentan y nos hacen olvidar otros más desagradables y penosos.



Los recuerdos de los viajes son imágenes que nos acompañan

Curiosa casualidad

Por NIEVES P. RODRÍGUEZ

Muchas veces ocurren cosas que nos llaman la atención y nos llevan a decir ¡qué casualidad! Porque coinciden situaciones chocantes, que tienen relación entre ellas.

Voy a contar una de estas casualidades y tiene que ser en primera persona porque me ocurrió a mí. Todavía me parece algo muy especial.

Hacia algún tiempo que deseaba tener en la mesilla de noche un pequeño crucifijo, pero los que venden tienen poco parecido con la cruz que llevaba Jesucristo y con la que los romanos usaban como castigo. Por ello decidí construir una yo misma con dos trocitos de un arbusto, que me parecía más apropiado, menos lujosa y adornada que las que venden. Dicha cruz no llevaba la imagen del crucifijo, pero le puse una base de madera para que se

sostuviera y me quedé tan contenta porque además me había salido gratis.

Pasó poco tiempo y un día estaba yo comprando en la frutería del barrio y noté algo en el suelo. Me agache para ver que era y... ¿qué era? Una imagen del crucificado pequeña. La llevé a casa y era exactamente del tamaño de la cruz que yo había construido. Así que la pegue con un poco de cola y aquí está, en mi mesita, como algo especial que valoro mucho, por lo que significa y la “casualidad” que supuso encontrar la imagen exacta que necesitaba. Estas son casualidades especiales y hay muchas.

Francisco González Ferreras: Un artista con vocación

Por **PABLO BARRIO GARCÍA**

El artista al que vamos a referirnos hoy en esta nueva sección recién estrenada, es un personaje muy singular, ya que se trata de un hombre que ha dedicado prácticamente toda su vida al trabajo, siendo éste su única gran vocación. Ese trabajo ha consistido en (*valga la redundancia*) trabajar y doblegar la madera, haciendo con ella verdaderas obras de arte.

Muchos leoneses ya lo conocerán, pues ha expuesto en más de una ocasión, tanto en la capital leonesa como en muchas ciudades españolas, sus maquetas de los monumentos arquitectónicos más importantes del país.

Se trata de Francisco González Ferreras (*Paco, para los amigos*), quien amablemente me ha enseñado todas sus obras, algunas de las cuales ya conocía, pues tengo la satisfacción y el orgullo de ser su amigo desde la infancia, habiendo aprovechado la coyuntura para recordar ambos algunos episodios vividos en aquella época.

La afición a la madera le viene a Paco desde entonces. Al hilo de ello, recordamos juntos una anécdota muy curiosa, cuando el maestro D. Ginés lo castigó junto con otro compañero de clase y los encerró a los dos en la escuela nacional. Paco era algo trasto, desde luego, y como no le gustó el castigo empezó a arrancar un par de tablas del suelo de la escuela. Con ellas rompió los cristales de la ventana y saltaron por ella a la calle. Hay que decir que había caído una nevada impresionante, por lo que, las tablas arrancadas, las

convirtió en esquís, pasándoselo “pipa” con ellas... No recordaba (*natural*), lo que le pasó con el Sr. Maestro al día siguiente.

Al margen de la anécdota contada, la realidad es que ya con 16 años, nuestro personaje de hoy, hizo una maqueta de la catedral de León. Sería el embrión de lo que desde hace aproximadamente 25 años (*cuando decidió cerrar la fábrica de muebles que poseía*), ha sido y sigue siendo, su pasión favorita.

Pero, aparte de hacer maquetas, también le gustaba el deporte del esquí, que no se le daba nada mal, así como el tenis, cuya práctica, con cuarenta y tantos años ya encima, le proporcionó muchas satisfacciones y algún que otro trofeo importante. Puede considerarse, por tanto, un hombre polifacético en cuanto a sus aficiones.

Volviendo a sus maquetas, he de decir que el taller donde realiza sus trabajos, tiene todas las características de un estudio de arte. Colgados de la pared están muchos de los planos que hace antes de ejecutar la obra elegida, así como los instrumentos de medir los edificios

que, a escala, va a convertir en auténticas joyas de madera.

En la exposición que tiene en la nave en la que trabaja (*que aunque amplia se le queda pequeña*), ni él mismo sabe las obras que guarda. Calcula que unas 43, más o menos. Ante la vista de dichas maquetas (*todas por cierto hechas en madera de nogal*), a poca sensibilidad que tenga el visitante, no dejará de embelesarse y admirar el trabajo minucioso y concienzudo de su autor.

Paco me dice que es feliz allí, y se le pasa el tiempo volando. Lo último que terminó fueron unas arcadas de la Aljafería de Zaragoza, a las que agregó, por su cuenta, un minarete (o alminar) árabe digno de admirar. Solo le falta el almuecín anunciando a la oración...

Actualmente ocupa su tiempo en la construcción de la maqueta de Santa María Magdalena de Tarazona (Zaragoza), cuya torre mudéjar es una maravilla.

Como buen padre de sus "criaturas" dice querer a todas por igual. Pero siempre se tiene una preferencia especial por alguna. En su caso, como es lógico, sus preferencias son los monumentos de León, y dentro de éstos, la Catedral, que admite es única en su construcción. Y él ha visto muchas. Dice que la única que se le parece algo es la de Colonia, (*aparte de la de Saint-Denis muy cerca de Paris*) pero para su gusto, demasiado grande. También siente predilección (*debido al largo proceso de "gestación" pues tardó en "nacer" unos dos años*) por la catedral de Santiago de Compostela, así como por la hermosa iglesia-palacio de Santa María del Naranco, en Oviedo.

Un servidor, sin embargo, lo que resaltaría sobre todas las obras, que como se ha dicho son todas extraordinarias, sería el trabajo que ha realizado del interior de nuestra Catedral de León. Aparentemente, por fuera no representa



Francisco González lleva más de 25 años dedicándose a su pasión favorita. De sus creativas y hábiles manos han salido maquetas de muchos de los más emblemáticos monumentos de nuestra geografía, pequeñas joyas en madera hechas con todo el mimo que unas manos pueden ser capaces de transmitir.

más que una caja de madera un tanto deformada, pero cuando Paco abre su interior y la ilumina; la sensación que producen sus vidrieras en miniatura es sensacional. Y es aquí donde Paco se explaya diciendo que el interior de esta Catedral es único, debido a la incorporación de lancetas en la totalidad de los ventanales de la nave central, cosa que no ocurre en ninguna otra catedral. Y repito que de esto entiende.

Ya para terminar con la semblanza de este artista, que me reitera que está dispuesto a recibir a quien quiera admirar sus obras, sólo me resta agradecerle su amabilidad y desearle que siga (*a pesar de sus casi 77 años*) durante mucho tiempo más, creando estas maravillas en madera.

Muchas gracias Paco.

Algunos consejos de salud

Por EMILIA GONZÁLEZ

Hoy quiero presentaros unos consejos muy útiles para todos.



7 RAZONES A FAVOR DE LA SOPA

- 1) Pocos estómagos la rechazan.
- 2) Estimula las paredes estomacales y facilita la asimilación de otros alimentos.
- 3) Contribuye por su componente líquido a la hidratación del organismo.
- 4) Equilibra la dieta por sus ingredientes variados.
- 5) Tiene moderación calórica y es variada y equilibrada en su composición,
- 6) Como se dice vulgarmente, no sin razón, (caliente) "entona".
- 7) Si el o la cocinera que la presenta no son "insistentes" difícilmente cansa.

BENEFICIOSA BICICLETA

Beneficia. Se llega a decir que "coger un manillar" mejora el estado de ánimo y fortalece el organismo.

Ventajas:

- perder peso
- disminuir el nivel del colesterol
- evitar dolores de espalda
- mantener un corazón sano.

Sobre la forma de uso, ya hay mucha diversidad de opiniones: unos hablan de dos o tres veces por semana; otros de una salida, 20 ó 30 kms, diaria (tal vez más breve)...



Se dice que un 48% de los españoles pedalean al menos una vez al mes, más como diversión que a modo de ejercicio. A pesar del clima más fresco y lluvioso, el mayor número de usuarios está en la España húmeda. En zonas cálidas no atrae tanto y puede ser peligroso.

Flores del campo

Por NELLY GARCÍA

*Tienen las flores del campo
aroma de primavera,
y el alma siente su canto
y la envuelve la quimera.*

*“No las cortes” que se mueren
deja que se sientan bellas,
que sus colores te lleven
a soñar con las estrellas.*

*Que sus perfumes te embriaguen,
que tu alma se estremezca,
que tus sentidos divaguen,
que te invada la belleza y sientas el cielo cerca.*

*El viento trae con su brisa
canciones del infinito,
y en las flores se divisa,
un balanceo exquisito.*

*Si las coges se marchitan
como se marchita el alma,
cuando las penas la ahogan
¡deja! que vivan en calma.*

*Flores de montes y prados humildes, pobres y bellas
que vuestra vida depende de una sola primavera,
en el reino del tiempo, vuestro paso deja huellas
Y a mis sentidos se adhieren vuestras vidas pasajeras.*



La alegría de una madre

Por OVIDIO GONZÁLEZ SEIJAS

Una niña adolescente
cuando empieza a vivir,
caritativa y decente
humilde con toda gente
mientras no llegue a sufrir.

Si los hijos salen buenos,
y tiene un buen esposo,
no habrá en casa truenos,
el cariño en la familia
todo se vuelve reposo.

Hasta que se van marchando
cada uno a hacer su vida
La madre muy dolorida,
y se lo traga callando.
el amor la hace sufrida.

Después ya vienen los nietos
retozando de alegría,
besitos a los abuelos,
te queremos, abuelita,
y ella lo sufre callando
viendo acortar sus días.

Se van pasando los años,
mis padres envejeciendo,
yo voy siguiendo sus pasos,
no quiero entristecerlos,
jamás quiero hacerles daño.

La madre no te lo dice,
pero tú, la estás viendo,
que aquel cuerpo tan bonito
más se parece a un sarmiento,
la que me acunó en su seno
y el alimento del pecho.

Un día ella me dijo:
creo que fui buena madre,
pero ya me siento ir.
Atiende bien a los tuyos
y, si aún queda, a tu padre,
pues yo ya voy a partir.

Tu esposo y tus hijos
en mí vieron el ejemplo,
porque la vida sigue
todos tenemos que morir
Predicar con el ejemplo.

¡Qué grande es una madre!
Y que bajos detractores
Si tenemos buenos padres,
vivimos llenos de amores,
aún después de que nos falten
conservamos sus valores.

Desde antes de nacer
hasta después de morir
nadie piensa padecer.
Lo que te toque sufrir,
tenemos que asumirlo,
dejar la suerte correr.

Lo que esté en el destino
procura no padecer,
lo demás ya está escrito
en la pila del bautismo
desde antes de nacer.

Algún día nos veremos
sin tanta melancolía.
Alegres reconocemos,
gran alegría es la mía
sí con la Virgen nos vemos
al terminar esta vida.

Y yo como mi madre
siento, que un día rueda
a una tumba como ella,
y nos abracemos las dos
en el sueño de la muerte.

Y date por satisfecho
por el tiempo que has vivido.
Da todo por muy bien hecho:
y lo que hayas sufrido
no te lo tomes a pecho.

Nadie nos tiene la culpa
de nuestros bienes o males,
cuando tú has tenido una
otro las tiene a pares.

Nacemos con un destino
que nadie sabe el final
por mucho que lo intentemos,
ni por mucho caminar
no lo vas a conseguir
ver el final del camino.

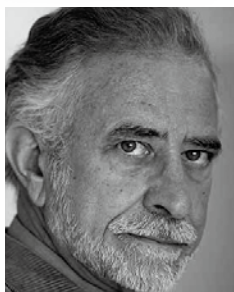
Sabemos cuando nacemos
no cuando vas a morir
y el tiempo que recorreremos
no lo sabemos vivir.

Disfruta según tus fuerzas
ni quieras aparentar,
tengas mucho tengas poco
aquí lo vas a dejar.

Jesús dijo a sus apóstoles
nunca paguéis mal por mal
si no queréis compararos
y seréis como otros tal.

Si dominas tu paciencia
y te alejas del mal,
serás persona de ciencia,
serás el hombre cabal.
y después tendrás clemencia.

DATOS DE INTERÉS



José María Merino, nuevo Académico de la Lengua

El escritor José María Merino ha sido elegido el 27 de marzo académico de número en la Real Academia Española, pasando a ocupar el sillón 'm'.

Es el cuarto leonés que accede a esta institución, donde la lengua y la literatura leonesas están representadas por los lingüistas Valentín García Yedra y Salvador Gutiérrez y el también literato Luis Mateo Díez, que ha sido uno de los tres académicos que avalaron su candidatura junto a Arturo Pérez Reverte y Álvaro Pombo.

Aunque José María Merino nació en A Coruña, se siente leonés, y como a tal se le reconoce dentro del panorama de la literatura. Cultiva la poesía, la narrativa en sus diversas facetas, y la literatura infantil y juvenil.

Ha colaborado con la UNESCO para temas latinoamericanos y fue director del Centro

de Letra del Ministerio de Cultura. A lo largo de su ya larga trayectoria literaria ha recibido importantes premios en reconocimiento a su labor, entre ellos el Premio de la Crítica en 1985 por su novela "La orilla oscura".

José María Merino asegura que ser elegido académico de la RAE es un "reconocimiento" a toda su obra.

Desde estas páginas queremos hacer llegar nuestra felicitación y nuestra admiración a este autor que es además un personaje cercano a nuestra realidad cultural, ya que muy a menudo podemos contar con su presencia en eventos literarios y culturales repartidos por nuestra geografía leonesa, defendiendo también la figura de elementos tan tradicionales como el "filandón".

¿Sabía que...?

En los años veinte el campo de fútbol de la Cultural se encontraba al final de la calle de Ordoño II. La Asociación Cultural y Deportiva Leonesa no era solamente una asociación deportiva tal como la conocemos hoy en día, sino que en sus principios también se dedicaba a actividades de tipo cultural y literario.

Felices tiempos en que algo tan dispar como

el fútbol y la cultura podían convivir en paz. Evidentemente, "cada oveja con su pareja" dice el refrán, las actividades culturales se murieron o se olvidaron, y quedaron solamente las futbolísticas.

Sin entrar en profundidades, tal vez es que ambas actividades -la intelectual y la futbolística- no son COMPATIBLES.

ACTIVIDADES Y OTRAS

Semana Cultural en los Centros León I Y León II

Como viene siendo habitual en estas fechas, entre los días 2 y 5 de junio tendrá lugar la Semana Cultural con la que los Centros León I y León II, clausuran las actividades del presente curso.

Durante las tardes de los días 2, 3 y 4, los distintos talleres y grupos presentarán una muestra de sus trabajos en el Centro cultural de Santa Nonia. Por las mañanas, habrá también actividades culturales con salidas por la ciudad para conocer aspectos de la misma como "las fuentes", "los escudos y fachadas",... También habrá exposiciones de trabajos realizados a lo largo del curso.

La clausura final se realizará el día 5 de junio, jueves, en La Candamia, donde como ya viene siendo habitual, se celebrará una misa por la mañana y se podrá disfrutar de distintas actuaciones, para concluir el día con la celebración de un gran baile para todos.

Los programas con los horarios de actuaciones y otros datos de interés están a disposición de los socios en los correspondientes centros.

Excursiones para el verano 2008 en los C.P.M. León I y León II

En el Centro de Personas Mayores León I se encuentra a disposición de todos los socios el programa de excursiones hasta septiembre de 2008. Entre ellas podemos destacar la programada a Zaragoza con motivo de la "Exposición Internacional del Agua", los días 19 al 21 de junio; una nueva ruta de senderismo para el día 11 de junio; las tradicionales visitas a las playas asturianas los miércoles de julio y agosto, además de la visita a la Feria de Muestras de Gijón; y sendos viajes a Sa-

lamanca y Miranda do Douro para el mes de septiembre.

También el C.P.M. León II tiene su programa de excursiones a disposición de sus socios y socias. En este caso destacar: en el mes de junio tres rutas diferentes con destino en Urueña, el Canal de Castilla y Covadonga; en el mes de julio y agosto coinciden los días de excursión a las playas asturianas aunque con diferentes destinos; y ya en el mes de sep-

tiembre destacar el viaje de cuatro días al Algarve portugués recalando en localidades tan emblemáticas de dicha comarca como Elvas, Faro, Sagres, Lagos y Évora; y una posterior visita al Palacio de Canedo en el Bierzo.

Para conocer los requisitos de participación y todos los detalles, es preciso consultar la información que se pone a disposición de todos los socios en los respectivos Centros.

¡FELIZ VERANO Y RADIANTES VIAJES!



Zaragoza y el Algarve portugués, dos de los lugares a los que se realizarán excursiones

Teléfonos útiles

En esta sección seguimos incluyendo algunos teléfonos de utilidad con el fin de facilitar el acceso a la información que a veces se convierte en un proceso largo y complicado. Si a lo largo de la vida de esta revista,

se detectase por parte de los lectores errores en este sentido o ausencias que pudieran resultar de interés, nos gustaría que se lo notificaran al equipo de redacción, con el fin de subsanar el error o la ausencia.

ADMINISTRACIÓN DE CASTILLA Y LEÓN

Club de los 60. Información sobre los "Programas de Mayores"	☎ 902 10 60 60
Plan Gerontológico y Programas de Mayores	☎ 913 44 88 88
Gerencia Territorial de Servicios Sociales. León	☎ 987 25 66 12

SERVICIOS SOCIALES

Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS)	
Centro de Atención e Información. Avda. de la Facultad. León	☎ 987 21 87 37

TELÉFONO DORADO

Servicio Social para paliar la soledad de las Personas Mayores	☎ 900 22 22 23
Teléfono de la Esperanza	☎ 987 87 60 06
Unidad de clases pasivas.	
Delegación de Hacienda. León	☎ 987 87 78 00
Pensiones no contributivas. Gerencia de Servicios Sociales. León	☎ 987 29 61 00

SEGURIDAD

Policía Local de León	☎ 092
Policía Nacional	☎ 091
Protección Civil. Plaza de la Inmaculada, 6. León	☎ 987 22 22 52

Asesoramiento Jurídico y Psicológico para las Personas Mayores

toma nota...
...te sacará
de dudas

