

La Panera



PÁGINA 4

**El rebusco como
costumbre y remedio
de necesidad**



PÁGINA 7

**Fiestas y tradiciones
en torno a San Juan**



PÁGINA 17

**Cuidados del corazón
en verano**



PÁGINA 18

**Josefina Aldecoa,
una pluma
de origen leonés**

ACTIVIDADES
DE LOS CENTROS

**Semana de
clausura de
actividades**

Programas de excursiones
estivales de los Centros

PÁGINAS 21 A 22



**Junta de
Castilla y León**

EJEMPLAR GRATUITO

Edita:

Gerencia de Servicios Sociales de Castilla y León.

Equipo de Redacción:

Pablo Barrio García,
Prisciliano Castillo Arredondo,
Nely García,
Emilia González Álvarez,
María Gloria Lombana,
Ángeles Tascón Cuesta,
Ángel Sánchez del Palacio.

Coordinación:

Mercedes González Rojo.

Imágenes cedidas por:

Centros de Personas Mayores León I y León II.,
Marcos de la Cuesta García,
Mercedes González Rojo,
Servi-Escuela.

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.

Editorial

En recuerdo de los libros. <i>Por Mercedes G. Rojo</i>	3
---	---

Cultura y tradiciones

DESDE LA TRADICIÓN

El rebusco como costumbre y remedio de necesidad. <i>Por Taurino Burón Castro</i>	4
Fiestas y tradiciones en torno a San Juan. <i>Por Emilia González Álvarez</i>	7
Aquel tabaco de antes (I). <i>Por Prisciliano Castillo Arredondo</i>	8

Noticias breves

Un original pregón de Semana Santa	10
Cambios en la zona del Polígono 10	10
Los mayores también plantamos árboles	10
Desaparición del paso a nivel	11
Nota de participación	11

Opinión y participación

Trilla, burros y cristales de colores. <i>Por María Gloria Lombana</i>	12
La estación. <i>Por Nely García</i>	13
Sobre los parques: una queja ciudadana. <i>Por Laudelina Monge</i>	14
Asamblea regional de la CONFAV celebrada en León. <i>Por M.G.R.</i>	15

Salud y calidad de vida

Cuidados del corazón en verano. <i>Por el Dr. Fernando Prada Alonso</i>	17
--	----

Sección Cultural

PARA SABER MÁS

Josefina Aldecoa, una pluma de origen leonés. <i>Por Valseco</i>	18
---	----

PÁGINAS DE CREACIÓN

Fuente, cómplice. <i>Por A. R. Retuerto</i>	19
Callejuela. <i>Por Nieves Martínez</i>	20

Agenda y datos de interés

ACTIVIDADES DE LOS CENTROS

Semana de clausura de actividades de los Centros de Personas Mayores de Colón y San Isidoro	21
Programas de excursiones estivales de los Centros	22

OTRAS ACTIVIDADES

XIV Convivencia para Asociaciones de Personas Mayores	23
--	----

DATOS DE INTERÉS

Nuevo formato para participar en "La Panera"	23
---	----

En recuerdo de los libros

Por MERCEDES G. ROJO

Escribo estas líneas para la revista al terminar el 23 de abril, Día Internacional del Libro. En Cataluña se celebra Sant Jordi entre regalos de libros y rosas a los seres queridos; en nuestra región se celebra, con más pena que gloria, el día de la Comunidad, pero sin libros de por medio. Los libros, elemento fundamental para ayudarnos a superar los momentos de crisis (de todo tipo de crisis) y apoyo sin par para el alma lacerada de tantas personas. Será por eso, quizá, que a lo largo de la historia de la humanidad se le ha tenido tanto miedo y, tantas veces, ha sido demonizado por gobiernos totalitarios o por personas e instituciones que querían seguir ejerciendo el poder sobre la población, impidiendo con su prohibición el flujo y reflujo de ideas que podrían poner en entredicho sus ansias de poder. Por eso, un año más, al llegar este día, me hace desear que ¡ojalá se extendiese esta costumbre catalana por todos los rincones del mundo y, a través de los libros, se llegará al respeto generalizado de las gentes más allá de credos e ideologías, pues solo lo que se conoce se puede respetar realmente!

De vuelta a casa he recordado que era en este mismo día cuando otros años se entregaba oficialmente el galardón del Premio Cervantes y que en esta ocasión, al coincidir con el sábado santo, se ha trasladado al día veintisiete de abril. Recordemos que este año le ha correspondido a Ana M^a Matute, tantos años rondado que casi se le escapa la vida en su espera. Ya en el momento de la concesión, tal noticia pasó apenas de puntillas por muchos de los medios informativos, lo que me hizo pensar si sería el hecho de ser mujer (la tercera que lo recibe) la disculpa utilizada para no desplegar tanto bombo y platillo como en otras ocasiones. Porque, para quien haya leído su obra, está claro que la ca-

lidad de la misma no ha de ser y, si tantas veces se ha barajado su nombre a lo largo de los años, por tantas gentes diferentes, aunque nunca se lo hayan llegado a dar hasta ahora, algún tipo de aval habrá de representar para su merecimiento.

Cosas como ésta son las que me hacen reflexionar sobre lo lejos que aún pretenden mantener a las mujeres del hecho cultural e intelectual. La razón no es otra que la que hace un momento esgrimí, la apertura de mente que da acceder a todo tipo de lecturas y que lleva sin duda a la creación de una personalidad y un pensamiento propio más difícil de domeñar que alguien que no conoce más que aquello que el poder (del tipo que sea) solo le deja conocer. Por eso no pierdo la esperanza, cuando me encuentro con mujeres de entre ochenta y noventa años que, como me ocurrió en actividades celebradas durante el pasado mes de marzo – mes dedicado sin duda a la mujer –, por propia iniciativa son capaces de hacernos descubrir a escritoras como Fina de Calderón (una gran desconocida pero importante mecenas de nuestros días), o de tener un recuerdo para la recién fallecida Josefina Aldecoa (única representante femenina de un grupo literario que vio la luz en nuestra ciudad a través de la revista Espadaña) o para el aniversario de Manuela Rejas (ejemplo de la capacidad de superación que la lectura y la escritura pueden aportar a cualquier persona, incluidas las mujeres).

Por eso he querido que estas líneas que dan entrada a esta revista que ha pretendido, desde el momento de su aparición, ser un granito de arena para mantener viva la llama de la cultura, vayan hoy dedicadas a nuestros amigos los libros. Esos que, según dicen tantos dichos, nunca nos fallan.

El rebusco como costumbre y remedio de necesidad

Por TAURINO BURÓN CASTRO

La palabra rebusco figura en nuestros diccionarios de la lengua con el estereotipo o cliché tan socorrido para sus definiciones, en este caso: *acción o efecto de rebuscar*; también, con otro segundo de: *recoger fruto que queda en los campos, particularmente de las viñas, después de alzadas las cosechas*. A la luz de esta segunda acepción podremos encontrar sentidos análogos aplicados en el mundo rural y en el urbano incluso, como reflejo de un sistema de vida de subsistencia, fuera de nuestro ámbito geográfico, identificando una sociedad marginal en el perímetro de grandes ciudades. Tampoco resulta actualmente ajena tal actividad si observamos a rebuscadores acercarse a contenedores en busca de residuos o sobras de alimentos, cuando no de cachivaches que pueden servir para la reventa en la chatarrería o el rastro. Frecuentemente no sabríamos precisar si el móvil del rebusco es un hábito o una necesidad. Los filólogos aún no han conseguido ponerse de acuerdo cuando se trata de saber de dónde procede la etimología de buscar, ni, por tanto, sus derivados con prefijo re-buscar y re-busco.

La historia y la propia experiencia nos ponen de manifiesto que en los pueblos se ha practicado el rebusco principalmente en el sector agrícola. Pero no solamente se rebuscaban racimos, gajos y espigas, también patatas, maíz, remolacha, frutas diversas, castañas, nueces, inclusive la leña y árboles que arras-

traban las avenidas del río, cuya apropiación regulaban las ordenanzas de los pueblos. En ocasiones, se iba a rebuscar bellotas de encinas, que (una vez secas adquirían un sabor ligeramente dulce), las gustábamos acompañadas con pan. Exitosa nos resultó una operación para la compra del primer balón en la escuela, gracias a que nos ayudamos para la misma con las pesetas que sacamos de patatas rebuscadas, que vendimos en el pueblo. Era en torno al año 1950, necesariamente debía ser de los balones primitivos que estaban dotados de *pitorro para inflar*. La introducción de este primer balón de cuero en el pueblo serviría para señalar el tiempo en que las escasas pelotas inflables de goma o las improvisadas *zambombas* quedaban superadas; juegos ancestrales quedaban relegados por uno llamado deporte. Desconocido me resultó el rebusco que presencié en un pueblo limítrofe, que movía a los chavales a madrugar el segundo día de la fiesta patronal para ir al lugar del baile del día anterior a *re-buscar*., lo que fuera: cacahuets, caramelos... tal vez y con suerte, unas *perronas*.

Espigas y racimos se rebuscaron siempre con más frecuencia, dependiendo de donde predominara uno u otro cultivo, llegando a considerarse su momento como un epílogo de las cosechas de cereales y viñedos. Se refiere el de espigas siempre como una tarea femenina, que aún conocimos cuando para la siega de la mies se utilizaba la guadaña, y

posteriormente con las máquinas segadoras, desde finales de la década de los años cuarenta del pasado siglo. La siega a hoz dejaba escasas posibilidades al espiguelo, a pesar de lo que recuerda el coro de espigadoras de la zarzuela *La rosa del azafrán*, de Jacinto Guerrero:

*¡Ay, ay, ay! Ten memoria, mi segador,
no arrebañes los campos de mies
que detrás de las hoces voy yo.*

Verdaderamente que el espiguelo nadie lo ha plasmado mejor que un francés, el pintor del siglo XIX Jean François Millet, en el cuadro *Las espigadoras*.

Donde más extensión y aplicación ha tenido la tarea del rebusco, sin duda, ha sido en el viñedo. Posiblemente se deba a que nunca fue un cultivo tan extensivo como los cereales, y que es de donde nos quedan más testimonios escritos, por haber sido practicado desde la Edad Media y regulado en países europeos desde el siglo XVIII. En Francia se reglamentó el rebusco de uvas mediante leyes nacionales, llegándose a crear tres vo-



El rebusco de espigas o racimos exigía buena vista, pues en un caso y en otro los frutos se identifican con el rastrojo o se ocultan entre el follaje.

cablos populares para definirlo. En España no disponemos de tanta variedad. A este respecto debemos tener presente que la plantación de viñas fue muy extendida en la Edad Media por órdenes monásticas francesas, las mismas que se expandieron posteriormente por España a partir del siglo XII, y que tenían a su servicio masas de campesinos a los que permitían esta actividad. Sin duda que también debió de influir el sistema de contrato medieval, denominado "complantatio", que consistía en una especie de explotación "a medias" entre el dueño del majuelo y su siervo, al que se concedía derechos de usufructo. Si tenemos en cuenta que el Antiguo Testamento recoge fuentes literarias de Asia Menor y Oriente próximo, donde se producen las primeras referencias del vino, podemos afirmar que el rebusco es aún más antiguo que los primeros testimonios que recomiendan los bíblicos: *Cuando siegues la mies de tu tierra, no segarás hasta el último rincón de ella, ni espigarás tu tierra segada. Y no rebuscarás tu viña, ni recogerás el fruto caído de tu viña; para el pobre y para el extranjero lo dejarás.* Levítico, cap. 19, versículos: 9 y 10.

Conocemos que su práctica ha sido habitual en regiones vitivinícolas: La Rioja, Extremadura, Andalucía, Galicia, Castilla y León... En nuestro entorno, las ordenanzas de los pueblos, es verdad que reproducen más el sistema de *cotar* las viñas, garantizado por medio de guardas contratados temporalmente para limitar incluso el acceso de los propietarios al comenzar la maduración de los frutos (popularmente se decía cuando *pintaban*), o para regular la cantidad que de los mismos se podía recoger hasta el momento de iniciarse oficialmente la vendimia. Una lista de penas aplicables existía para disuadir a quienes quebrantaran estas normas escritas o regidas por costumbres, que llegaban a aplicarse incluso a los perros que, como se sabe,

son buenos degustadores de esta fruta. La contratación de un guarda juramentado era suficiente garantía en las entidades menores. No obstante, también se solía aplicar por los cultivadores más prevenidos una disuasión que consistía en recurrir a formar chozos circulares en las viñas a base de manojos de vides que se habían dejado reservados en la primavera para este fin, medida que no siempre obtenía eficaces resultados para los que algunos vecinos llamaban *uveros*, quienes conocían de antemano la situación de las cepas que ofrecían sus frutos anticipadamente por ser de maduración temprana (malvasía), o porque accedían a las mismas en horas nocturnas, si bien sus huellas o las señales del fondo de los capazos dejaban un testimonio inconfundible, pero anónimo. El tiempo y momento de *ir a por uvas* solía comenzar en la segunda quincena del mes de agosto, cuando, después de la misa del pueblo, mayores y chavalería acudían a su viña provistos del correspondiente *serillo* o cesto de mimbre. Sin embargo *ir a uvas* tenía una connotación distinta en la jerga de jóvenes y mozalbetes principalmente.

Nuestra generación conoció esta práctica cuando la mayor parte de los pueblos disponían de sectores de campo que se dedicaban a la plantación de viñas, aunque en algunas zonas la tierra no fuera muy a propósito para su cultivo, pero que significaban un medio de autosuficiencia y abastecimiento económico y complementario de la casa. Tal vez, por lo mismo, se justifique el refrán *con pan y vino se anda el camino*. El rebusco se practicaba principalmente por vecinos que no disponían de viñas y por pastores que entraban con sus rebaños a ramonear las cepas, una vez retirado el fruto. Durante los dos meses de sementera, cuando se iba a llevar la comida a fincas inmediatas a viñas, aún se podían encontrar gajos agrazones, que se habían abandonado durante la vendimia por *estar verdes*.

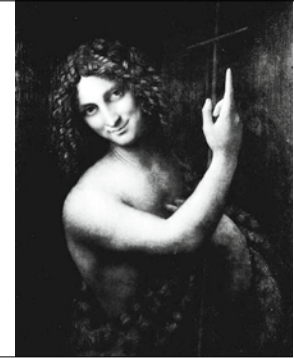


En todos los casos que hemos aludido se regulaba el rebusco, aunque en zonas de escaso viñedo predominaban las costumbres, muchas veces inspiradas en ordenanzas. En resumen, el rebusco representa una relación vecinal más, aplicada con criterios de solidaridad, en que los bienes de propiedad privada cumplían una función de aprovechamiento común; significa igualmente un fruto de la avenencia y tolerancia, como sucedía cuando las propiedades particulares se convertían en pastos comunales, o se consentía a los muchachos *apañar* matas de hierba (*hierbatos*) libremente durante la primavera, servicio que ha sido sustituido por los perversos y contaminantes herbicidas. Estas actividades son testimonios, igualmente, de un sistema de vida austera, ejemplo y antecedentes de los actuales términos falaces como ecología, reciclaje o sostenibilidad.

Recientemente encontrábamos una noticia periodística informando que en tierras de Extremadura se recurría, por asociaciones agrarias, un bando que publicaba el alcalde de Almendralejo para autorizar el rebusco en los viñedos. No creemos que sea una señal de que ha desaparecido el sentido comunitario que simboliza el rebusco, sino más bien parece que las actuales situaciones económico-sociales son proclives a que se cometa el abuso que siempre se procuraba evitar por quienes rebuscaban, que consistía en no adentrarse en propiedades en las que no habían sido recogidos aún los frutos.

Fiestas y tradiciones en torno a San Juan

Por EMILIA GONZÁLEZ ÁLVAREZ



Mis amigas y yo, el día anterior a la fiesta, lo preparábamos todo para que saliera bien, ya que el día siguiente era San Juan.

Había costumbre en mi pueblo de poner altares en la carretera ese día. Éramos unas niñas y todos los años poníamos uno. Con una mesa y varias tablas, mi hermano mayor nos lo colocaba, nosotras lo tapábamos con unas sábanas blancas usadas. En una cunita poníamos un niño Jesús que hacía de San Juanín y a los lados unos ángeles, que eran dos amigas, las más bajitas y guapas, con el pelo rubio y rizado, vestidas de blanco. Lo adornábamos con flores silvestres y unas estampitas de santos y un plato para las monedas que nos echaran. Lo dejábamos muy bonito y decorado.

- *Una perrina para San Juanín* - pedíamos a las personas que se acercaban a verlo. Y ellas nos contestaban: - *Sí, sí, San Juanín.*

- *No come, pero gasta pantalones* -, así les contestábamos.

Algunos nos echaban una perrina cuyo valor era de cinco céntimos. Otros una perrona que valía diez céntimos. Como éramos varias amigas, íbamos de dos en dos por el pueblo pidiendo, también a casa de nuestros familiares. Siempre nos daban algo.

Con lo que sacábamos en el altar, y pidiendo, juntábamos unas cuantas pesetas para dárselas a nuestras madres que nos hacían una

merienda. Cada una nos hacía algo especial, fiambre, tortilla y otros fritos, fruta y dulces.

A la tarde, ya todo preparado, nos lo ponían con un mantel y servilletas de tela en una cesta, también unas botellas de agua del caño, ya que a los niños no nos daban vino, aunque nuestras familias lo cosechaban. Subíamos a las bodegas a comerlo. El sitio era bueno para merendar y jugar toda la tarde.

El recuerdo que tengo en mi mente es de aquellos albaricoques tan dulces y jugosos, que no se parecen en nada a los de hoy en día. Después de respirar el aire puro y limpio y haber merendado y jugado hasta el atardecer bajábamos todas cantando a nuestras casas antes de que se hiciera de noche, donde nuestras madres nos esperaban dándonos un beso y preguntándonos cómo nos lo habíamos pasado.



Aquel tabaco de antes (I)

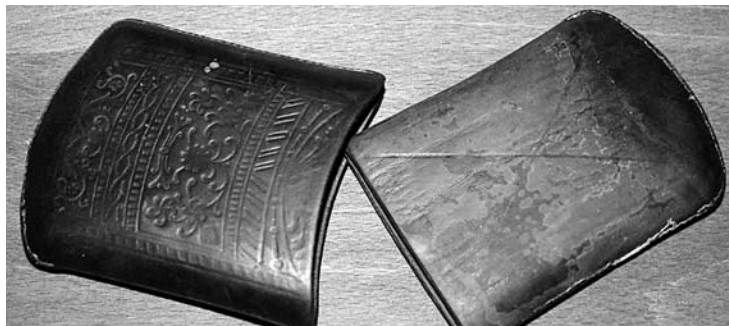
Por **PRISCILIANO CASTILLO ARREDONDO**

Ahora que está de actualidad el tema del tabaco por la polémica ley, es bueno recordar lo que era éste allá por los años 40 ó 50.

Entonces, lo raro, lo anormal era que un hombre no fumara. A partir de los dieciocho años, oficialmente, ya podías hacerlo. De chico ya se venía haciendo, aunque fueran unos cigarros que se vendían en las carameleras durante las fiestas. Se llamaban de anís. Llevaban algo como serrín y sabía a demonios, casi peor que el tabaco. También, a veces, hacíamos cigarros con la corteza de la vid. Sabía peor y tosíamos como carreteros. Lo que nunca se veía era fumar a una mujer, creo que ni a escondidas. Era incomprendible que se diera esto.

Entre mis primeros recuerdos está ver recoger las colillas para usar las pocas briznas de tabaco que quedaban; se apuraban hasta el final, hasta que casi te quemabas los labios. Había quien la última chupada, la daba poniendo la colilla (ya aplanada de tanto chupar) con lo aplastado en vertical, para extraer lo último de la nicotina. Se iba a recogerlas por los portales de la iglesia, después de la misa o del rosario, pues los hombres solían echar un cigarro mientras charlaban y esperaban para entrar.

A nadie se le ocurrió entonces que el tabaco no era bueno para la salud. En los bares y estancos había buzones para depositar cigarros para repartir entre los enfermos de los hospitales, o entre los acogidos en las residencias de ancianos que no se podían pagar ese vicio. En las películas de guerra se veía como a los heridos se les daba un cigarro como primera medicina.



Hasta mediados de los años cincuenta, el tabaco estaba racionado. Se daba una *cartilla de fumador* a cada varón mayor de dieciocho años. Cada mes se iba con la cartilla por la ración de tabaco que a cada uno correspondía. No recuerdo ahora cuánto correspondía a cada uno, pero justo lo que venía gastando un fumador medio. Los que fumaban más, o se aguantaban o recurrían a los que fumaban poco, o a los escasos hombres que no fumaban, pero que no rechazaban la cartilla. Pagaban lo que pidieran. Yo recuerdo el *cuarterón*, parecido a un *brik* de ahora, pero más pequeño, verde, con el escudo del águila. También estaba el papel de fumar, sobre todo de la marca *JEAN*. Había libritos alargados y cuadrados; el papel venía doblado por la mitad, a la largo o a lo ancho, según. El librito, de cartón fino, tenía un hueco en un lateral para que se pudiera ver las hojas que quedaban todavía. Alguna marca insertaba una hoja roja cuando faltaban cinco; así, al salir ésta, ya se sabía las que quedaban y se procuraba tener otro. En eso se basó la obra de Miguel Delibes *“La hoja roja”*. Al principio me llamaba mucho la atención que cuando tirabas de una hoja, al salir ésta, quedaba la mitad de la otra fuera.

El tabaco se vaciaba en la petaca, que normalmente eran de cuero, más o menos lujosas, más o menos grabadas o historiadas. Las había de dos formas, aunque las dos consistían

en dos especie de bolsas que encajaban una en otra. En el primer tipo la abertura de una parte se metía hacia el fondo de la otra, con lo cual para usarla se sacaba del todo y se echaba el tabaco en la palma de la mano. En el otro modelo más alargado, la abertura quedaba a un lado, con lo cual, con tirar un poco de la pieza interior, ya quedaba la abertura fuera; la ponías para abajo, sobre el papel o sobre la palma de la mano, a la vez que le dabas unos golpes con los tres dedos y ya salía el tabaco.

Fumar era toda una ceremonia, con su propio rito incluido. Se sacaba el librito de fumar del bolsillo del chaleco. Después se sacaba una hoja y se pegaba una esquina de la misma en los labios, donde quedaba colgando mientras se guarda el librito. Se sacaba la petaca de uno de los bolsillos de la chaqueta; se echaba una porción de tabaco en la palma de la mano y se cerraba esta. Se escogía un poco de tabaco, tirando las estacas más o menos grandes que llevaba. Se cogía el papel, se ponía un poco doblado a lo largo, entre el índice y el pulgar de la mano izquierda, se iba echando el tabaco y se movían los dedos para que se desprendieran las briznas que hubieran podido quedar pegadas, mientras se distribuía el mismo a lo largo del papel para que que-

dara la misma cantidad a lo largo de todo él. Con la ayuda de esos dos dedos de la mano derecha, después de doblar hacia dentro los extremos del papel, para que no se saliera el tabaco, con maña y habilidad, se iba enrollando. Antes de terminar de enrollarlo, se pasaba la lengua por el filo de goma que llevaba el papel y, suavemente, se cerraba. Se ponía el cigarro entre los labios y se sacaba el mechero, también del bolsillo correspondiente del chaleco. Se llamaba así por la mecha; pero también *chisquero*, porque había que *chiscar*. Se desenrollaba la mecha, se sacaba un poco, y se la acercaba a la piedra. Sosteniéndolo con la mano izquierda, la palma de la derecha, con un fuerte golpe, se pasaba rozando por la rueda de donde salían unas chispas que prendían en la mecha. Se sacaba más ésta y se soplabla para que se pusiera rojo todo el extremo, para aplicarlo a la punta del cigarro, a la vez que se aspiraba fuerte por la otra hasta que el humo te llegaba a los pulmones.

Parsimoniosamente se metía la mecha dentro del tubo, que quedara bastante metida, y se enrollaba el resto en el mechero, teniendo cuidado de que el tubo de la mecha quedara bien tapado y se apagara del todo, pues la sustancia que forma el interior arde sin fuego y no se apaga por sí sola. Todo esto llevaba su tiempo y, mientras, se seguía charlando con los demás, que hacían lo mismo. Pero entonces no había prisas. Total, que se guardaba uno el mechero y a fumar plácidamente. Había que tener cuidado que no cayera encima de la ropa alguna brizna de tabaco encendido. Entonces no se apagaba y te dejaba una pitera en la camisa, el jersey, o lo que fuera. Si se descuidaba uno un poco en dar una *calada* se te apagaba. Y vuelta otra vez al rito del encendido. Se apuraba hasta el final. La última parte del papel se teñía de amarillo, por la nicotina, que a su vez teñía los dedos y los labios del fumador. Y hasta el bigote teñía, si éste lo llevaba.



Un original pregón de Semana Santa

El día 9 de marzo, como apertura de la Semana Santa, tuvo lugar el pregón por el Cardenal Emérito de Sevilla, don Carlos Amigo Vallejo, a través de una amena simbología en la que un cofrade leonés informa e ilustra a un peregrino proveniente de Cartagena y Sevilla del espíritu emotivo y serio que impregna a la ciudad de León en estas fechas tan señaladas de la cristiandad, en un ambiente muy diferente al que se vive en la Semana Santa andaluza. A la vez le va informando de la historia de las distintas cofradías, de los lugares más emblemáticos de la ciudad y de su religiosidad.

La sorpresa vino al final cuando el ilustre pregonero descubrió a todos los oyentes que el cofrade leonés se llamaba PAPÓN y el peregrino ISIDORO.

Cambios en la zona del Polígono 10

El conocido como cruce de Carrefour ha sido modificado por una gran rotonda provisional. Según dicen, próximamente se construirá una más amplia y definitiva. Durante el tiempo que lleva esta modificación en funcionamiento se ha notado una mayor fluidez y seguridad del tráfico en este punto crítico que absorbe el causado por los numerosos vehículos que entran y salen del sur y oeste de la ciudad.

Así mismo, las obras del hasta hace muy poco paralizado edificio conocido como Ciu-

dad del Mayor, situado en el propio polígono, muy próximo a la fuente de Santa Ana, parecen haberse reiniciado. Al menos se ha procedido a la colocación de la cubierta y a completar las fachadas. Ahora falta saber para cuando será su finalización definitiva y su puesta en marcha real.

Los mayores también plantamos árboles

El pasado 21 de marzo, un grupo de personas del Hogar de Colón nos desplazamos a la Universidad de León. Íbamos invitados por la Facultad de Biológicas que, junto con la Oficina Verde, organizaban una jornada de plantación de árboles. Dicha tarea la compartimos con un nutrido grupo de estudiantes que, por la edad que aparentaban, bien podrían ser nuestros nietos. Fue una convivencia muy agradable. Los jóvenes estaban pendientes de las personas mayores. Cuando observaban que no teníamos herramientas, nos ofrecían la pala, el pico, los guantes, etc.

Acabada la plantación, todos nos comprometimos a llevar un seguimiento de nuestro árbol haciendo visitas periódicas, para regarlo, para contemplar su crecimiento, transmitirles nuestro cariño..., pues sabemos que las plantas son seres vivos y que también ellos nos aportan grandes beneficios.

Se calcula que dentro de unos veinte años los árboles estarán altos y frondosos y, como la expectativa de vida cada vez es más alta, quizás allí estaremos los mayores de Colón a contemplar aquella plantación hecha el 21 de marzo de 2011.



Desaparición del paso a nivel

Por fin León se ha visto libre de las ataduras que la encorsetaban: las vías del tren. Por un lado, la desaparición del paso a nivel del Cruero, ansiada y esperada durante décadas. Por otro lado, la inauguración de la nueva estación provisional, que ha permitido la prolongación de la calle Ordoño II hasta la avenida del Dr. Fleming, con la consiguiente desaparición de la avenida de Palencia. Esta prolongación de la frecuentada calle hasta el futuro Palacio de Congresos, proporciona a la ciudad una nueva dimensión. El barrio de la Sal, marginado hasta ahora, se integra con fuerza en un remozado paisaje urbano.

La inauguración tuvo lugar durante la Semana Santa, cuando la cofradía del Santo Cristo del Perdón pidió permiso para continuar por ella su procesión, un momento muy esperado por muchos leoneses y leonesas.

NOTA DE PARTICIPACIÓN

Permanece abierta la participación para la próxima y otras revistas de la Panera, sin un tema específico, pudiendo enviar textos para cualquiera de las secciones de la revista. Insistimos en resaltar la importancia de que los trabajos sean personales.

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), y nº de carnet de Centro si lo tuviera. En la publicación – salvo que se nos especifique lo contrario – sólo aparecerá el nombre con el que va firmado el trabajo.

Solo se recogerán trabajos exclusivamente presentados escritos a ordenador, con trabajos realizados preferiblemente en letra Times new roman. Podrán ser enviados directamente a la redacción de la revista a través de nuestro correo electrónico **revistalapanera@yahoo.es**, o ser depositados en los Centros, especificando “para la revista La Panera”, siempre y cuando hayan sido impresos con ordenador. **NO SE ADMITIRÁN ORIGINALES ESCRITOS** ni a mano ni a máquina.

Fecha última de recogida de los trabajos: 10 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–** que no aparezca firmado y suficientemente especificada la identidad del/de la autora, es decir, que no aceptamos la colaboración de personas anónimas. Sin embargo cualquier colaboración podrá aparecer por deseo expreso de su autor/a, sin firma o bajo seudónimo.

MUY IMPORTANTE: la redacción de la revista **no devolverá ningún texto que le haya sido enviado, sea o no publicado en la misma.**

Trilla, burros y cristales de colores

Por **MARÍA GLORIA LOMBANA**

Al León de mis amores.

Cuando cruzo la pasarela que atraviesa el río Bernesga y llego a la nueva ciudad que se levanta en Eras de Renueva me siento orgullosa de ese León moderno y cómodo del que disfrutamos los ciudadanos de todas las edades, a la vez que me invade la nostalgia de aquellos años de mi niñez cuando en verano las grandes praderas se cubrían con espigas doradas.

La trilla comenzaba temprano en la mañana. De nuevo siento ternura por aquellos burros que, durante horas y horas, daban vueltas y vueltas tirando del trillo en el cual, a veces, nos dejaban montar. Era entonces cuando la emoción del hecho hacía que desapareciera la ternura hacía los burros. Cuántas veces he envidiado aquellos alegres mozos y mozas cubiertos con el polvo que se desprendía al aventar el trigo que, entre risas y canciones, se intercambiaban miradas cómplices de enamorados.

Al final de la eras estaba la fábrica de vidrio objetivo de abastecimiento para nuestros juegos infantiles. Aquellos cristales de múltiples colores que constituían nuestro más preciado tesoro y que enterrábamos con mensajes secretos. Ahora se encuentran escondidos entre los cimientos de las nuevas edificaciones.

Me pregunto:

¿Qué pensarán los habitantes de León cuando al pasar de los años entre las ruinas arquitectónicas del siglo XX encuentren nuestros tesoros?

Hoy todo ha cambiado. Ahora, los gigantes mecánicos dirigidos por un solo hombre realizan todo el proceso de la trilla. Ya no hay inspiración para los pintores ni los poetas, no hay amores escondidos entre las gavillas amontonadas. El "progreso" ha llegado. Hay que dar paso al cambio. A nosotros nos queda la obligación de escribir los recuerdos para que no se pierdan cuando nuestra mente se quede dormida.



La estación

Por NELY GARCÍA

Pasaba por el principio de la calle Astorga, y me quedé sorprendida por el avance, en las obras que construyen la nueva estación.

Mis ojos se posaron en “la otra” (no quiero llamarla vieja). Mis primeros recuerdos, están relacionados con ella, siendo muy niña, cuando tenía que madrugar para coger el tren en el Campo de Santibáñez, desde Cuadros, con las heladas y el frío en los pies. Después, la llegada a León. La estación me parecía majestuosa.

Los más entrañables son aquellos viajes de finales de junio, cuando los colegios cerraban por vacaciones y, como tantos niños, iba a pasar el verano en el pueblo, con los abuelos. A mi mente llegan recuerdos de utensilios nuevos para la recolección, rastillos, horcas, hoces y también cerezas, que algunos comían en sus bolsas de papel.

Hacia el medio día, la estación estaba repleta de campesinos, niños y veraneantes, sobre todo asturianos. En aquella época, los que podían, pasaban el verano en los pueblos.

El ambiente era alegre (o a mí me lo parecía), todos íbamos con ilusión, algunos por pasarlo bien y otros por la recogida de las mieses.

Pasados algunos años, otra vez mis recuerdos se topan con la estación llena de gente, la víspera de la fiesta del pueblo, niños y mayores tomaban el tren con ilusión.



Después la emigración. ¡Cuántas idas y venidas! Y, en todos los tiempos, los adioses de familiares y la alegría de los reencuentros.

Y, otra vez, mi mente reconstruye la película del pasado en la estación: seres queridos que la frecuentaron y ya no están y otros que se fueron sin volver.

¡Cuántas emociones almacena el recinto! Quizás el ambiente esté tan lleno que se necesitan nuevos aires para acumular los futuros.

Las vivencias entrañables están almacenadas en mentes que, como ella, están a punto de cumplir el ciclo. Y otro nuevo nos reemplazará.

Sobre los parques: una queja ciudadana



“Nunca llueve a gusto de todos”, dice el refrán, y esta época que vivimos es época de quejas y reflexiones. Lo que unos agradecen a otros les sienta mal. Imposible de todo punto es encontrar ese espacio en el que se equilibren los deseos de unos y de los de otros, aunque a veces es algo tan simple como practicar el respeto y considerar como una prolongación de nuestra casa, de nuestro propio salón, por ejemplo, los espacios públicos que compartimos con tanta gente. Y recordar algo tan importante en cuanto a la práctica de nuestros derechos como el hecho de que éstos solo pueden, solo deben llegar hasta donde invadimos los derechos de los demás. Por eso, en este espacio de opinión y participación incluimos una queja sobre la situación de los parques expresada por una lectora de una forma muy particular, pues nos llega en forma de verso. Ojalá sirva a más de una persona para reflexionar sobre su comportamiento, sea el que se refleja en el texto o cualquier otro que interfiera en el pleno disfrute de los demás de cualquier espacio público que ¡recordemos! es compartido.

Tu parque, mi parque

*Al lado de donde vivo
hay un parque pequeñito.
Él me sonríe y me guiña
justo cuando yo le miro.*

*Da oxígeno y perfuma
con sus flores el ambiente
y de su sombra, en verano,
se aprovecha mucha gente.*

*Tiene hierba, tiene flores
y un par de árboles altivos
que miran al cielo y dicen:
“Ya tenemos nuestro nido”.*

*Todas las primaveras,
allá por el mes de marzo,
van cubriéndose de hojas
para que aniden los pájaros.*

*Cada día le saludo
y él me corresponde a mí,
con sus brotes ya me dice
que llega el mes de abril.*

*Últimamente, a este parque
no sé qué le está pasando,
y al preguntar qué le aqueja,
él me lo va contando:*

ue, nuestro parque

*“Estoy lleno de perritos
y otros que no lo son tanto,
que me ensucian y me escarban
y defecan en mi campo.*

*A cualquier hora del día
la gente los trae aquí,
hacen pipí en mi césped
y eso no me gusta a mí.*

*Sus dueños se hacen amigos
y se quedan a la espera,
algunos traen hasta tres,
parece esto una perrera.*

*Casi todos ellos fuman
y como si fuese normal,
acabado su pitillo,
la colilla al suelo va.*

*Qué yo con todo no puedo,
por aquí no hay barrendero,
¿sería mucho pedir
que me pongan cenicero?*

*¿Tengo que seguir así?
¿no hay ley a mi favor?
Los perritos ya la tienen,
¿por qué he de ser menos yo?”*

Por LAUDELINA MONGE

Asamblea regional de la CONFAV celebrada en León

Por M.G.R.

El pasado 10 de abril, se celebró en el Hostal de San Marcos de León, la Asamblea Regional de Asociaciones de Viudas de Castilla y León, enmarcadas en el movimiento de la CONFAV, una organización no gubernamental, incluida dentro del movimiento del Voluntariado Social, que en el año 2009 fue galardonada con la Cruz de Oro de la Orden Civil de la Solidaridad Social. Durante todo el día, más de cuatrocientas viudas provenientes de 13 asociaciones repartidas por toda la Comunidad (la provincia de León es la más representada, con cuatro asociaciones de distintas localidades) se reunieron en torno a una serie de actos que trataron de poner de relieve la realidad de la mujer viuda en nuestro país, y especialmente en nuestra región, un colectivo que está formado por un considerable número de mujeres mayores que constituye en gran medida uno de los colectivos más frágiles económicamente hablando y para quienes estas asociaciones han supuesto, en los últimos sesenta años, un gran apoyo, pues han luchado incansablemente porque los sucesivos gobiernos hayan ido mejorando su situación económica y social.

La Asamblea, que es de carácter itinerante, fue organizada en esta ocasión por la Asociación de Viudas Lancia de nuestra capital, que forma parte del Consejo Municipal de Mayores. De ahí el hacernos eco de tal encuentro. Estas Asambleas Regionales que anualmente se realizan por Autonomías, son encuentros donde se escucha, se informa, se impulsa, se potencia y se anima al movimiento asociativo de las mujeres viudas, para fortalecer, canalizar y difundir el potencial humano que encierra este movimiento. Además, se valoran y conocen directamente las carencias, dificultades

y los logros, es decir, la realidad de las asociaciones y de las mujeres que las componen.

Cada año, esta Asamblea Regional gira en torno a un tema central, sobre el que previamente deliberan y debaten todas las asociaciones que integran la Federación regional. En este caso el tema elegido fue el de "la problemática de la renovación". Diversas fueron las conclusiones que al respecto se sacaron, algunas de ellas derivadas del inevitable envejecimiento que están sufriendo no solo las asociaciones en sí mismas, sino – aún más problemáticamente – sus directivas. Reflexiones que podrían quedar recogidas en las líneas que a continuación siguen, algunas de las cuales incluso serían fácilmente trasladables al asociacionismo en general. Porque vivimos tiempos difíciles para el Asociacionismo. Y tal vez más aún para el de carácter social. Pero ese que se preocupa de los problemas más cercanos, de los del día a día, dejando para después mirar hacia afuera, a los grandes problemas del mundo. O tal vez el mal que nos aqueje sea pensar que los problemas se solucionan con una pequeña aportación económica que nos hace olvidar nuestra responsabilidad frente a quienes han asumido en nuestro lugar la pesada carga de sacar adelante unas entidades que llevan velando tantos años por nuestros derechos. Aunque las de "viudas" no son las únicas asociaciones que adolecen de este mal, se encuentran con un problema añadido: el envejecimiento en los cargos directivos y la falta de implicación en la gente joven, tanto para sustituirlas como para sacar adelante nuevos proyectos.

Es indudable que en los últimos años, a pesar de las tan traídas y llevadas crisis que nos han ido azotando, la calidad de vida de la mujer viuda y la de los hijos que de ella dependían ha ido mejorando considerablemente con respecto a las circunstancias que, hace ya más de cincuenta años, hicieron que grupos de mujeres en esta misma situación se unieran para luchar por sus derechos, para intentar mejorar sus pensiones y las de sus hijos e hijas, y la cobertura sanitaria de los mismos. También se preocuparon de la formación de tantas mujeres que carecían de

ella y de procurarles una orientación laboral que las ayudase a salir adelante junto a sus familias; además de preocuparse por su ocio, o de proponerles nuevas relaciones que les permitiesen superar esa situación a la que se veían abocadas.

En aquellos tiempos, ni desde el Estado se preocupaba nadie por estos asuntos, ni había muchas más opciones asociativas que pudieran dar cobertura a las necesidades de todo tipo que se le venían encima a la mujer viuda, muchas de cuyas representadas eran mujeres aún jóvenes que se veían en la tesitura de encontrarse de pronto solas ante el mundo, sin apenas recursos para sacar adelante una familia. Con esfuerzo y tesón, buscando la unión de todas, lo fueron consiguiendo. Pero aquellas más o menos jóvenes llenas de empuje que lograron que los gobiernos se preocupasen lentamente de ellas, mejorando las pensiones, la seguridad social, facilitándoles medios para proporcionarse una formación; aquellas que consiguieron también hacerse un pequeño hueco en la sociedad, e incluso el respeto de quienes hasta entonces las miraban por encima del hombro, con una cierta conmiseración; aquellas pioneras o se han ido definitivamente o ya peinan canas y están necesitadas de un relevo, a ser posible generacional, que siga empujando esos cambios.

El último encuentro regional tenido en León, donde fueron recibidas por el alcalde de la ciudad y la concejala de Mayores, nos demuestran que sus objetivos permanecen vivos y siguen dispuestas a alzar su voz, año tras año y asamblea tras asamblea, para conseguirlo, como volverán a hacerlo muy pronto en la Asamblea Nacional que se celebrará en Benidorm, los días 7 y 8 de mayo.

Les deseamos suerte y empeño, pues sus esfuerzos han conseguido, a través de todos estos años, cambiar no solo la imagen sino también la realidad de la mujer viuda, facilitando un cambio positivo tanto en ellas como en la sociedad de la que forman parte y para la que han sido (son aún) uno de los principales sostenes.

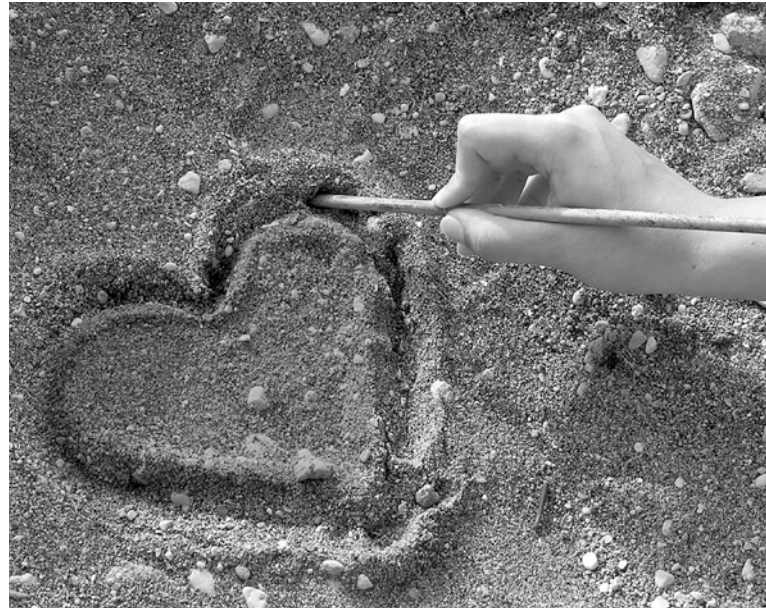
Cuidados del corazón en verano

Por el Dr. FERNANDO PRADA ALONSO (Cardiólogo del Hospital Ntra. Sra. de Regla, de León)

Dentro de muy poco tiempo, por fin, llegará el verano, esa gran estación donde podemos estar más tiempo fuera de nuestras casas disfrutando del clima y, por tanto, nos volveremos a encontrar con muchos amigos que no hemos visto durante el duro invierno leonés.

Tenemos que adaptarnos, pues, al cambio de estación, observando algunos cuidados adecuados a la misma. Lo más importante es estar preparados para los cambios de temperatura, y observar atentamente las indicaciones de vuestro médico de cabecera y algunas que os refiero a continuación:

- ✓ Estar bien hidratados es fundamental y la mejor forma es beber agua. El cuerpo humano pierde 1,5 litros de agua al día, mediante la orina, la saliva, el sudor, etc., y se debe reponer todos los días.
- ✓ Llevar ropa adecuada que deje transpirar la piel, tejidos de algodón y colores claros que repelen el sol
- ✓ La alimentación debe ser rica en sales y vitaminas, como son las ensaladas variadas, todo tipo de verduras y frutas que abundan en esta estación.
- ✓ Disminuir las carnes y legumbres.
- ✓ Consumir, con moderación, frutos secos y con algo de sal (*el que no la tenga prohibida*), ya que se ha demostrado que sube el colesterol bueno. El producto estrella son las nueces. Un estudio realizado en E.E. U.U.,



realizado tomando como base la ingestión de cinco nueces diarias, dio unos resultados maravillosos para el cuidado cardiaco.

- ✓ Cuidado con el sol en las horas punta del día que son las comprendidas entre las 13 y 19 horas. En este espacio de tiempo procurar estar protegidos. Las mejores horas para tomarlo son de 10 a 13 por la mañana y al caer la tarde de 19 a 20 horas.
- ✓ Hay que seguir haciendo ejercicio moderado en las horas de menos calor, caminar y también el muy agradable en este tiempo: la natación.

Por supuesto todo esto siempre con los controles de vuestro médico de cabecera, que sabrá ajustarlos a vuestro estado de salud particular. ¡Feliz Verano!

Josefina Aldecoa, una pluma de origen leonés

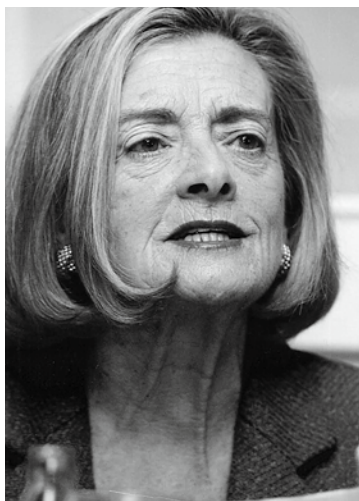
Por VALSECO

El pasado 16 de marzo fallecía en la localidad cántabra de Mazcuerras, la escritora y pedagoga Josefina Rodríguez Álvarez, más conocida como Josefina Aldecoa, nombre que tomó para su carrera literaria de su marido Ignacio Aldecoa, tras enviudar del mismo en 1969.

Muy ligada al León literario que ahora se trata de potenciar, Josefina Aldecoa, formó parte en su juventud de la tertulia literaria que, reunida en la Biblioteca Azcárate de nuestra ciudad, dio lugar a la creación de la revista Espadaña, mítica publicación de poesía de los años cincuenta, fundada de la mano de Antonio González de Lama o Victoriano Crémer, y de la que sería nombrada musa oficial. Afincada en Madrid, Josefina Aldecoa no ha perdido nunca su vinculación con León, tema siempre presente en su obra, aunque no de manera explícita. Así, en diversas ocasiones y entrevistas, ella afirmaba que (fruto del tema de la memoria, tema que la apasionaba y la inspiraba) en muchas de sus obras hay retazos de su paso por La Robla, donde nació y pasó su niñez hasta los diez años, y del León de la guerra (como también lo habrá del Madrid de la posguerra), vivencias que jamás olvidó y que le permitieron construir algunas de sus mejores obras. Así, con ocasión de una de sus visitas a nuestra ciudad, en una entrevista para un medio informativo de la ciudad, aseguró «mi infancia es importantísima y volver a León es volver a ella».

Estos días me han servido para retomar la lectura de alguna de sus numerosas obras, la gran ma-

yoría de las cuales fueron escritas a partir de sus sesenta años, con la madurez de toda una vida dedicada a la enseñanza y a su familia por delante. Imprescindible su trilogía compuesta por *Historia de una maestra*, *Mujeres de negro* y *La fuerza del destino*, donde da una visión muy particular de la época de la posguerra española a partir de personajes femeninos inspirados en las circunstancias que vivieron su abuela y su madre, maestras ambas herederas de una docencia basada en la enriquecedora propuesta de la Institución Libre de Enseñanza. Esta ideología renovadora de la educación (llegada desde los finales del siglo XIX y destruida por la llegada de la dictadura franquista) sería la misma que la llevó a fundar, allá por el año 1959, en Madrid, el colegio "Estilo", del que fue directora hasta casi el final de sus días. Se trataba de un colegio totalmente atípico para aquella época, basado en las ideas de la Institución, en lo que ella había propuesto en la tesis final de su carrera de Pedagogía, y en lo que había visto en colegios de Inglaterra y Estados Unidos. En sus propias palabras "quería algo muy humanista, dando mucha importancia a la literatura, las letras, el arte; un colegio que fuera muy refinado culturalmente, muy libre y que no se hablara de religión, cosas que entonces eran impensables en la mayor parte de los centros". Casi podríamos añadir que incluso hoy en día sigue siendo impensable.



En cualquier caso, Josefina Aldecoa ha sido uno más de esos ejemplos de mujeres que han pasado por la vida dejando una importante huella, aunque –como casi siempre en el caso de figuras femeninas– se le haya dado tan poca relevancia.

Magníficos también sus relatos, algunos de los cuales poseen una carga crítica totalmente actual. Uno de mis favoritos, "El desafío". Será deformación profesional.

Fuente, cómplice

Por A. R. RETUERTO

*En noches de marzo, azules
en esas noches que parece
que el invierno cede,
la vida que llevas dentro
dejas fluir mansamente
mientras dices a mi oído:*

*dejad que llegue,
dejad que venga
la primavera que habita
un paso allá de la peña.*

*Rizos lloras en la piedra
mientras sueñas en ser río.
Ahora suenas violenta
y me sorprendes,
cantas bajito en estío
y me adormeces.*

*Los pocos que se te acercan
saciados, ciegos, se alejan.
Tú añoras los ojos de aquellos niños
que jugando con tus aguas
chillaban y salpicaban.
Que se cree que crecieron
y se fueron.*

*Ya no hay cántaros de barro,
ya no hay viejas enlutadas,
ya no hay bueyes sudorosos,
ya no hay botas de soldados victoriosos
que, impúdicas, golpean
un suelo de sed eterna.*

*Ya no hay hombres encorvados
que regresan al final de la jornada
y una mano en tu hombro apoyan,
mientras intentar saciar
una sed de muchos siglos,
esa sed que está en el alma.*

*Tú, hace tiempo que prefieres
esa sombra sigilosa y acosada
que algunas noches sin luna
del monte baja.
Y mientras bebe,
reconoces esa cara reflejada
que, a escondidas, se dirige
a la casa de su amada.
Y, cómplice, callas.*

*A unos pasos el silencio
se apodera del pueblo huido,
una sola chimenea
teje su aliento con niebla
y hay goteras que destilan
las nieves que siguen vivas,
que resbalan por cuchillos
y penetran, y se quedan
en la memoria clavadas.*

*Sobre un lienzo de nostalgia
un carámbano metálico,
pincel audaz,
traza un perfil en cobalto
que más tarde,
si se separan las nubes,
si la noche se ilumina
y alguien mira,
será luna.*

*Tu, incansable, me repites:
dejad que llegue,
dejad que venga
la primavera que habita
un paso allá de la peña.*





Callejuela

Por NIEVES MARTÍNEZ

*Sobre ti se detiene la alba nube,
desvelada en tu paz, la hiedra medita.
Recóndita estrechez: en ti palpita
un hilo de humildad que al éter sube.*

*Con los brazos abiertos entretuve
al aura que danzando te transita,
el verde terciopelo que te habita,
entre mi mano trémula mantuve.*

*Enojado está el sol pues no consigue
llegar hasta tu suelo pedregoso
que quisiera besar cada mañana.*

*Anegarte en su ardor tenaz persigue
y sólo llega un rayo presuroso,
en su ronda de amor, a tu ventana.*



Semana de clausura de actividades de los Centros de Personas Mayores de Colón y San Isidoro

Una vez más, con la llegada del verano, se pone fin a las actividades habituales de los centros que no retomarán su pulso habitual hasta llegado finales de septiembre, e incluso octubre. Las fechas elegidas este año para la clausura oficial de las mismas irán del 23 al 26 de mayo, tal como habíamos anunciado en la revista anterior.

Desde la dirección de los Centros nos hacen llegar el programa provisional de dichos actos, que reseñamos a continuación. No se esperan muchos cambios, pero os invitamos a que estéis pendientes del tablón de anuncios para haceros con el programa definitivo cuando todo esté cerrado. Mientras tanto os invitamos a que participéis y disfrutéis con las actividades.

Día 23:

11'00 h. Visita guiada por la ciudad de León a cargo de D. Juan Carlos Ponga.

17'30 h. Inauguración por parte del Sr. Gerente de los distintos actos.

Representación de teatro a cargo del grupo del C.D.P.M León II.

Exposición de los diversos talleres: manualidades, madera, labores, oleo .

Día 24 :

10'00 h. Visita a las instalaciones de la Base Aérea de la Virgen del Camino.

17'30 h. Actuación de los Coros de los Centros de Personas Mayores León I y León II.

Actuación del grupo de bailes de salón del C.D.P.M León I.

Continúa la exposición de los distintos talleres.

Día 25:

10'00 h. Visita al museo etnográfico de Mansilla de las Mulas.

17'30 h. Actuación de La Rondalla.

Actuación de los grupos de Bailes Regionales y Pandereta de los C.D.P.M León I y León II.

Último día de la exposición de los talleres.

(todos los actos de tarde de estos tres días y la exposición, tendrán lugar en los locales de la Obra Cultural de Caja España Sta. Nonia).

Día 26:

En las instalaciones de La Candamia.

11'30 h. Recepción de participantes.

12'00 h. Eucaristía.

12'45 h. Actuación del grupo de bailes de salón del C.D.P.M León II.

13'15 h. Actuación de los grupos de Sevillanas de los C.D .P.M León I y León II.

13'40 h. Baile vermut.

14'30 h. Comida, cada uno de su cesta.

17'00 h. Gran baile amenizado con orquesta.

Tras esto, feliz verano para todo el mundo.



Programas de excursiones estivales de los Centros

Una vez más, al llegar la época veraniega, la actividad de los Centros se ve prácticamente reducida al programa de excursiones que cada uno de ellos organiza. En el momento de cerrar esta edición el programa del Centro Colón se haya totalmente cerrado, con precios incluidos salvo el viaje del mes de septiembre. La del Centro San Isidoro, nos llega solamente con la propuesta de viajes. En cualquier caso, toda la información al respecto puede encontrarse en dichas instituciones. Destacar las habituales citas playeras a diversos puntos de la costa asturiana de los meses de julio y agosto, así como la también habitual visita a la Feria de Muestras de Gijón. También se está a tiempo de disfrutar aún de algunas de las propuestas previstas para el mes de junio, y para planificar con tiempo los viajes de varios días que se reservan para el mes de septiembre. Desde el Centro León I se tiene previsto viajar a Cáceres, Mérida, Trujillo y Guadalupe. En el caso del Centro León II, el destino previsto elegido será Galicia.

El programa completo, con su correspondiente información en torno a fechas de salida, reserva, agencia organizadora, etc., se puede encontrar en cada uno de los respectivos Centros. Y felices viajes.

XIV Convivencia para Asociaciones de Personas Mayores

El encuentro anual de asociaciones de Personas Mayores que, con carácter provincial se celebra todos los años por el mes de junio, a instancias de la Federación Provincial de Pensionistas y Jubilados de León, tendrá lugar este año en la emblemática ciudad de Astorga. Será la XIV Convivencia, que se llevará a cabo el día 8 de junio. Todas las actividades se desarrollarán en el espacio conocido como Parque de La Eragudina y se espera la participación de alrededor de dos mil personas provenientes de toda la geografía leonesa. Además del amplio programa de actividades que la organización ofrece, Astorga cuenta con importantes recursos turísticos de todo tipo para pasar una estupenda jornada de convivencia en un encuentro que ya es punto de referencia habitual para muchas personas mayores, antes de comenzar el periodo vacacional estival.

XIV Convivencias para Asociaciones de Personas Mayores
Astorga, miércoles 8 de junio de 2011

Junta de Castilla y León
Federación Provincial de Asociaciones de Jubilados y Pensionistas de León

PROGRAMA

- 10:00 h. Llegada de las asociaciones.
- 10:15 h. Comienzo del pasacalle.
- 11:30 h. Santa misa.
- 12:30 h. Juegan:
 - Rana
 - Tarsus (pila)
 - Pucheros
- 13:00 h. Baile viennois.
- 13:00 h. Recepción de las Autoridades.
- 13:30 h. Entrega de recuerdos a las Asociaciones asistentes.
- 14:30 h. Comida "cada uno con su cesta"
- 16:00 h. Continúa el Pasacalle.
- 16:00 h. Entrega de los Trofeos a los Campeones de los Juegos.
- 16:15 h. Baile hasta finalización de fiesta.

La inscripción a los juegos se realizará telefónicamente antes del 27 de Mayo. Tlf.987251454

Nuevo formato para participar en "La Panera"

Motivado por los cambios, tanto organizativos como de soporte físico, que nuestra revista enfrenta en esta nueva etapa, desde el equipo de redacción nos hemos visto obligados a introducir algunas novedades en el proceso de participación de la misma. A partir de este momento, solo serán admitidos para su publicación aquellos textos que nos lleguen a través de correo electrónico o, en último caso, ya impresos pero a través de ordenador. Preferentemente los textos han de estar escritos con letra Times New Roman, y *–puesto que vamos a contar con menos espacio–* también proponemos que los textos no resulten excesivamente largos. No pretendemos con ello excluir la participación de nadie, así que, conscientes de que puede haber personas que no dominen los medios informáticos, les invitamos a buscar colaboración en los propios centros *–si no tenemos otro tipo de recursos a nuestro alcance–* para encontrar a otras personas que puedan ayudarles en la tarea de pasar sus textos a ordenador y de hacérselos llegar. Para facilitar que los trabajos nos lleguen con la mayor brevedad, hemos habilitado una cuenta de correo electrónico a través de la cual nos los podrán enviar, y que no es otra que **revistalapanera@yahoo.es**. También queremos recordar a nuestros posibles colaboradores que el equipo de la revista no devolverá los trabajos que le sean enviados, se vean o no publicados en la misma.

Evolucionamos con los tiempos para ir adaptándonos a los límites que la crisis nos impone en esta nueva etapa que, sin embargo, estamos seguros será tan fructífera como lo ha sido hasta ahora. Un nuevo reto para la participación de todos vosotros.



**CONVIVENCIA
INTERGENERACIONAL**
PROGRAMA DE ALOJAMIENTOS COMPARTIDOS
Una experiencia de solidaridad entre generaciones



Universidad de León



Junta de
Castilla y León



Servicios Sociales
de Castilla y León

