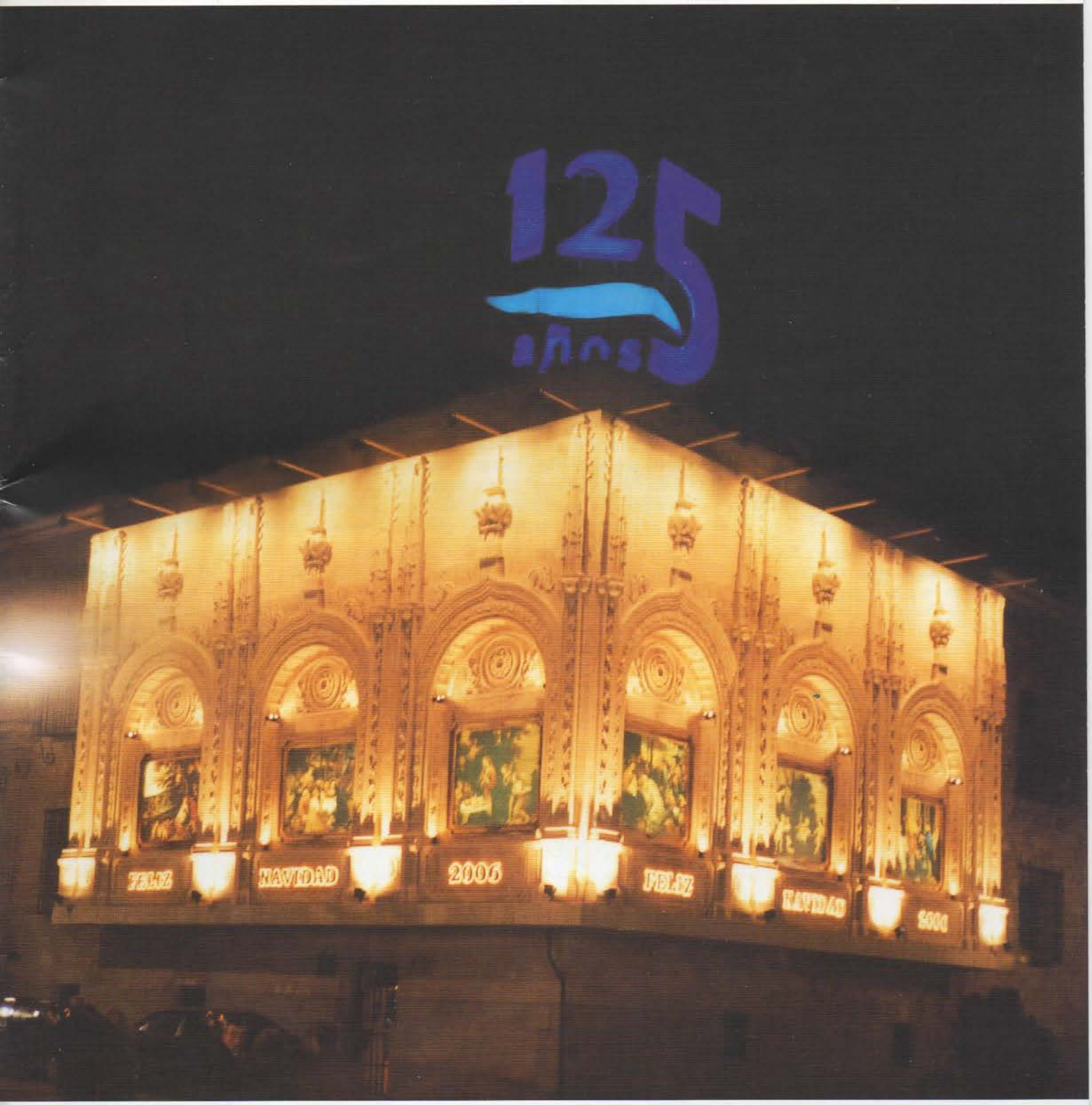
BOLETÍN INFORMATIVO

DE LA ASOCIACIÓN DE JUBILADOS, PENSIONISTAS Y PREJUBILADOS DE CAJA DUERO

Número 24 **Febrero 2007**



Fachada de la Oficina Principal de Caja Duero. Salamanca. Navidad 2006

Edita: Asociación de Jubilados, Pensionistas y Prejubilados de Caja Duero
(C.I.F. G-42.015.479)
Pasaje de la Caja de Ahorros, nº 15-3º Derecha
Telf. y Fax: 923 21 49 82 (contestador)
e-mail: asojubiduero@arrakis.es

Portada: Fachada Oficina Principal Salamanca. Navidad 2006

Foto portada: Emilio Iglesias.

Coordinación y redacción: Manuel Prieto de la Fuente

Imprme: Gráficas Valle, S.L.

Colaboraciones:
Guadalupe García de Dios
Argimiro Salvador Ullán
Cándido Pérez Ortega
Carlos Javier Jiménez P.
Dani Sebastián Martínez
Enrique Jiménez Corrales
Fabián Iglesias Ramos
Francisco Barbero Salinero
Francisco Jesús Martín H.
Germán Ramos González
Gloria Martín López
Leopoldo García Mateos
Manuel Díaz Calzada
Manuel Prieto de la Fuente
Victoria Lopesino Fernández

Fotografías:
Francisco Barbero
Emilio Iglesias

La Redacción no se responsabiliza de las opiniones manifestadas en los artículos que se publican, recyaendo exclusivamente en los firmantes de los mismos.

Sumario

•**Presentación** Pág. 2

•**Exposición Aniversario 125 Años** Págs. 3-4

•**Actividades Sociales** Pág. 4

•**Crónicas viajeras** Págs. 5-7

•**Navidad de los Asociados** Págs. 8-13

•**Colaboraciones** Págs. 14-18

•**In Memoriam** Pág. 19

PRESENTACIÓN

La incorporación de gran número de socios a nuestra Asociación, en los últimos meses del año pasado y primeros del 2007, me hacen comenzar enviándoos un saludo y dándoos la "bienvenida" a todas y a todos, pues para los miembros de la Junta Directiva

es una gran alegría ver como la asociación va creciendo en su número de asociados, esperando que con vuestra llegada se incremente también la participación en las distintas actividades que se vayan programando, y que siga reinando el buen ambiente de amistad y camaradería, que viene caracterizando a esta vuestra nueva casa.

Iniciábamos el año 2006 con 295 asociados, incorporándose dicho año 34 compañeros, número que se ha visto incrementado con 54 nuevos asociados al día 20 de febrero del año 2007, como consecuencia del plan de prejubilaciones aprobado por Caja Duero que ha afectado a unos 250 empleados, por lo que espero que en los próximos meses se sigan inscribiendo nuevos socios, lo que nos obligará a replantear algunos aspectos de la asociación para su buena marcha y funcionamiento.

Junto a la satisfacción que nos produce la incorporación de nuevos socios, está la tristeza de ver como desde el mes de diciembre nos han dejado 6 compañeros: Feliciano Hernández Pacho y José Agustín Gómez Hidalgo de Salamanca, Benigno Gago Gago de Zamora, Benjamín Lázaro Antón y Alejandro López Millán de Soria y Cesáreo Hernández Martín de Cáceres, por lo que desde aquí quiero enviar mi cariño y recuerdo a sus familiares.

El pasado año, como todos sabéis, la Caja celebró el 125 Aniversario de su fundación, organizando con dicho motivo una exposición colectiva para empleados y jubilados de la entidad "ENTRE EL TRABAJO Y EL ARTE" en la que participaron 41 obras, de las que 13 correspondieron a nuestros asociados, a quienes agradezco y felicito por la calidad de sus obras, además de transmitir mi enhorabuena a nuestros compañeros asociados: Pablo Rodrigo Hernández que obtuvo el tercer premio por su óleo "Bodegón", a Tomás Iglesias Fernández del Campo por su talla en madera "Pié" y José Antonio Ferreira Villar por su maqueta del navío "San Juan Nepomuceno" al ser merecedores de sendos accésit.

Aunque nos queda lejos la Navidad, quiero agradecer la buena acogida y el buen ambiente que reinó en la comida o cena de confraternidad que celebramos con dicho motivo en las distintas provincias, como lo demuestra el hecho de que cada año se incremente el número de participantes, que ascendió a 317 personas de Avila, Cáceres, Palencia, Salamanca, Soría, Valladolid y Zamora.

En la actualidad se están celebrando, con muy buena participación, las competiciones de juegos de mesa: tute, mus, dominó y hand remy, que finalizarán en el mes de marzo, ya que la entrega de los trofeos a los ganadores y ganadoras se hará en la próxima Asamblea General de nuestra Asociación.

Por la Junta Directiva se está organizando la Asamblea General de la Asociación, que será el 16 de abril, por lo que estamos preparando el encuentro y estudiando los temas a tratar, que os comunicaremos con la suficiente antelación para que reservéis la fecha en vuestras agendas con tiempo y podáis asistir ya que nos gustaría contar con la presencia de todos, os esperamos.

Al pertenecer a la Agrupación Europea de Jubilados de Cajas de Ahorros e Instituciones Afines nos han invitado a su Asamblea General que este año será en Sicilia-Italia, del 20 al 27 de abril y a la Asamblea de la Federación de Asociaciones de Cajas de Ahorros Confederadas que tendrá lugar del 6 al 10 de marzo en Marbella por lo que quienes estén interesados pueden asistir, ya que el ambiente es muy agradable y algunos temas que se tratan son de gran interés.

Esta revista, que tenemos cuatrimestralmente en nuestras manos, se debe al entusiasmo de Manolo Prieto su coordinador, y a un grupo de compañeros que desinteresadamente y con gran ilusión hacen que estemos en contacto e informados, por lo que quiero mostrarles mi agradecimiento a la vez que invitar a que más compañeros participéis, ahora que el número de socios se ha incrementado, animaros os necesitamos.

Saludos y hasta nuestra Asamblea.

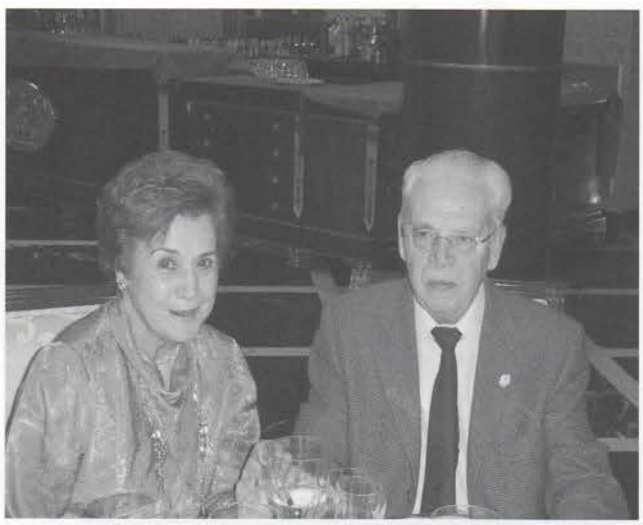
GUADALUPE GARCÍA DE DIOS
Presidenta

EXPOSICIÓN 125 ANIVERSARIO

"ENTRE EL TRABAJO Y EL ARTE"

Caja Duero, y con motivo de la celebración de su 125 Aniversario, el pasado año, organizó gran número de actividades, entre las que se enmarcaría la exposición colectiva de empleados y jubilados de la Entidad que han sabido compaginar su vida laboral con sus aficiones artísticas.

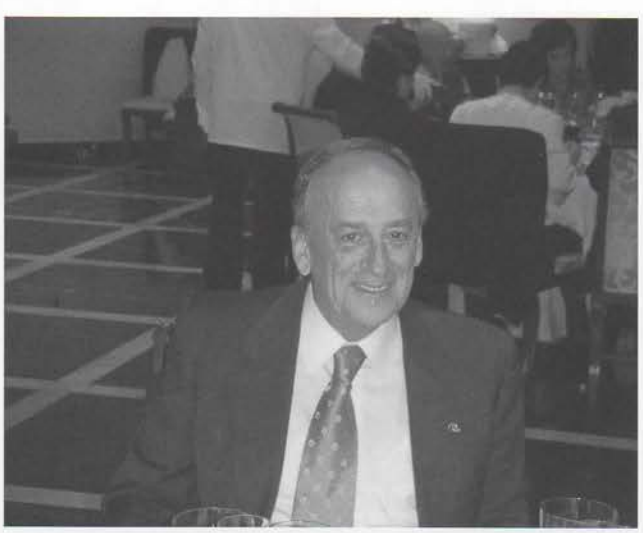
Dicha exposición, cuyo título fue "Entre el trabajo y el arte", tuvo lugar del día 30 de noviembre al 10 de diciembre, en la sala de exposiciones del Centro Hispano Japonés de la Universidad de Salamanca .



Pablo Rodrigo Hernández.
BODEGÓN. Óleo sobre lienzo. 80 x 120

La exposición presentaba 41 obras de fotografía, pintura, escultura y marquetería, dejando patente la capacidad creativa y artística de los compañeros.

Nuestra Asociación estuvo muy bien representada por 13 compañeros de Cáceres, Salamanca y Soria: Martín Blázquez Trigo, Gregorio Calónge Delgado, José Antonio Ferreira Villar, Antonio Fuentes Castro, Natividad García de Dios, Miguel García Martínez, Tomás Iglesias Fernández del Campo, Rafael Puyuelo de Pablo, Germán Ramos González, Leandro del Rey Tardáguila, Vicente Rodero Hernández, Pablo Rodrigo Hernández y Antonio Vaquero Sanjuán.



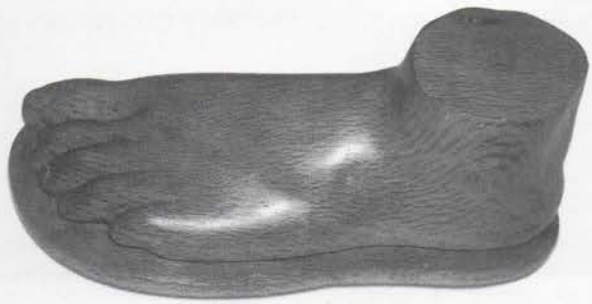
José Antonio Ferreira Villar
MAQUETA DE NAVÍO SAN JUAN NEPOMUCENO.
90 x 110 x 45

Los galardonados fueron: Mariano Sánchez, jefe de Planificación comercial, por su óleo " *Valle de Baldeón*" que obtuvo el premier premio ,Juan Carlos Gallego, gerente de proyectos en tecnología de la información, por su fotografía "*Chica en tranvía*" obtuvo el segundo premio, recayendo el tercero en nuestro asociado Pablo Rodrigo por su óleo *"Bodegón"* a quienes desde aquí enviamos nuestra felicitación mas cariñosa.

También queremos felicitar a los compañeros que recibieron menciones especiales: Margarita Calvo por su óleo "*Atardecer*", Tomas Iglesias por talla de madera "*Pie*", José Antonio Ferreira por su maqueta "*Navío San Juan Nepomuceno* y José Antonio Marcos por su óleo "*Las Sabinas*".

Esperamos que vuestra afición artística no decaiga y que podamos disfrutar contemplando vuestras obras en el futuro, con el apoyo de nuestra Caja.

GUADALUPE GARCÍA DE DIOS



Tomás Iglesias Fernández del Campo
TALLA EN MADERA DE ENCINA

ACTIVIDADES SOCIALES

Nos encontramos en la parte final de las diferentes actividades programadas desde octubre de 2.006 hasta septiembre de 2.007 y de las que a continuación os informamos de la fase en que se encuentran.

RECREATIVAS

Las competiciones de MUS y TUTE han finalizado la fase provincial, estando pendiente de que se juegue la interprovincial, con la participación de parejas de Palencia, Salamanca y Valladolid.

En lo que se refiere a DOMINÓ, HAND REMY y TUTE C....., donde la participación ha sido solamente de asociados de Salamanca, están totalmente terminadas.

En la próxima Asamblea General facilitaremos los nombres de los ganadores de todas las competiciones Recreativas, con la entrega de los premios establecidos.

DEPORTIVAS

Los socios inscritos en CICLISMO y SENDERISMO continuarán practicando estos deportes, de forma programada, hasta el mes de junio, con la participación, en ambos, de asociados de Palencia, Salamanca y Valladolid.

CULTURALES

Los asociados, de Salamanca, que integran la CORAL, continuarán con sus clases hasta el mes de junio.

FRANCISCO BARBERO SALINERO
Vocal de Actividades

CRÓNICAS VIAJERAS

VIAJE A JAÉN, ÚBEDA, CAZORLA Y BAEZA

24 - 25 - 26 de octubre 2006

Queridos compañeros y amigos: No sé por qué, pero no resisto la tentación de dirigirme a vosotros en forma de carta o misiva, como la llaman los más doctos y en estos términos:

Deseo que al recibo de estas cuatro letras (que pueden ser cuatro mil) os encontréis bien; yo bien gracias a Dios.

Pretendo daros ciertos datos del viaje realizado a una parte de Andalucía. Ya quisiera yo poder hacerlo como las impresiones de viajes, que Madame de Sevigné, envió a su hija, en el llamado género epistolar, pero ¡pobre de mí!, me conformo solo conque esta carta, os sirva de pretexto para ocupar un ratito de vuestro tiempo. A quienes compartimos esos días, para recordar lo visitado, y a quien no, para que sepáis que en un lugar de España como Jaén, Ubeda, Baeza y Cazorla hay cosas sumamente interesantes que pueden despertar el deseo de conocerlas.

Con la maleta hecha, (en cada viaje me propongo reducir lo más innecesario) nos disponemos a emprender el viaje. El camino es largo, lo que supuso una pequeña madrugada, compensada con la ilusión de comenzar una etapa de tres días, que se nos prometían, y lo fueron, muy felices.

En Puerto Lápice, "parada técnica" en la Venta del Quijote; patio sotechado, pila, pozo de piedra, grandes tinajas, estatua del Ingenioso Hidalgo, cerámica propia del lugar... sólo faltaba la presencia de Doña Dulcinéa, pero como a falta de pan buenas son tortas, se suplió esa ausencia con la degustación de un buen queso y un buen vino de la tierra.

Ya, divisando Jaén, nos encaminamos a un monte, que domina la ciudad, en cuya cima, se encuentra el famoso Parador Nacional de Santa Catalina, imponente construcción, con salas y dependencias preciosas y un amplio y bien decorado comedor en consonancia con el menú servido, que fue de gran calidad y esmero en la presentación.

Ya, al atardecer, nos alojamos en Ubeda, a 700 mtrs. de altitud y que con una población de 40.000 h. es el centro comercial de aquella comarca y junto a Baeza, han sido declaradas Ciudades Patrimonio de la Humanidad.

Entre sus monumentos, podemos señalar el Hospital de Santiago, construido a las afueras, por albergar enfermos contagiosos, su plaza de toros que después de la de Ronda, es la más antigua de Andalucía, la muralla árabe, y la Plaza de Juán Vázquez de Mendoza, gran mecenas del siglo XVII, que construyó en dicha Plaza, varios edificios de uso privado, como el de la iglesia–mausoleo, del Salvador, con proyecto de Diego de Siloé. Su sacristía, posee una puerta

abierta en esquina, cosa nada común; que en su día albergaba una Academia al estilo de los próceres italianos, que les daba catagoria social, y que llegó a tener hasta 17 Capellanes.

El convento, donde vivió y murió San Juan de la Cruz, el mejor poeta religioso del mundo, ha sido convertido en museo y exhibe una buena colección de cuadros.

La iglesia de San Pablo, fue transformada en templo cristiano por Fernando III, después de arrebatársela, a los moros.

Sobre la muralla de la Mezquita, se encuentra, Santa María de los Reales Alcázares, que en su día, tuvo privilegio de Catedral.

El actual Ayuntamiento, es uno de los grandes palacios de la arquitectura española, de estilo clásico italiano. Su patio está rodeado de columnas de mármol genovés, rematadas con escudos familiares. A ambos lados de la escalera que conduce al piso superior, se encuentran adosados a la pared, a modo de tapices, unas alfombras de esparto, típicas de la zona, conocidas con el nombre de "ubedías".

A no mucha distancia de Ubeda, se encuentra el pueblo de Cazorla, construido en la ladera de la Sierra de su nombre; un verdadero prodigio por sus blancas edificaciones y su bello conjunto que le hacen inolvidable, pero, amigos, si me pierdo, no me busquéis allí, no porque no me atraiga, sino porque mis condiciones físicas, no me permiten hacer alpinismo y "casi, casi", lo es, ascender por sus empinadas calles y por sus numerosas escaleras, que hacen su recorrido muy fatigoso.

Baeza, con su 16.000 h. y una buena situación estratégica, fue la primera ciudad andaluza, conquistada en 1.227, por las huestes cristianas. Así como en Ubeda, predominan los grandes edificios privados, aquí, en su mayor parte, son patrimonio público, lo que no impide, que haya gran cantidad de escudos nobiliarios por toda la ciudad.

La Fuente de la Plaza de los Leones del siglo XVI, recuerda a la de la Alhambra granadina, es íbera por sus estatuas y sirve como recuerdo para la esposa de Amilcar Barca. Muy próximo, está el antiguo matadero, hoy Juzgado, con un sorprendente escudo de Carlos I.

La Puerta de Jaén, antigua muralla (1.476), fue por el Arco del Barbudo, entrada a la ciudad.

La Universidad de Baeza, gozó de gran prestigio a partir de su fundación en 1.582, pero a mediados del siglo XIX, fue clausurada como tal, y convertida en Instituto de Bachillerato, donde ejerció, Antonio Machado, que pese a estar ahí, unos años, nunca llegó a sentirse integrado en la ciudad. Su aula, cuenta con cantidad de recuerdos, y entre ellos, un curioso contrato de trabajo, a su nombre, por importe de 5.500 ptas. anuales, por su docencia.

Joya indiscutible, es el Palacio de Jabalquinto, hoy, Universidad Internacional Reyes Católicos, gótico isabelino, con elementos platerescos y renacentistas en su galería superior, ascendiendo a ella, por una escalera barroca.

La románica iglesia de Santa Cruz, policromada en varias de sus paredes, es la única de ese estilo en Andalucía. Lo importaron desde Castilla los conquistadores que llegaron de allí.

Conmemoración de la traída de agua a Baeza, es la fuente de Santa María, con capiteles rematados en arcos y un escudo de Felipe II. Desde aquí y por una escalinata, penetramos en la Catedral, edificada sobre la base de una mezquita. Es renacentista, y como gran lujo, posee la extraordinaria Custodia, tras una reja de protección que al accionar su mecanismo con una moneda, deja al descubierto la maravilla, compuesta de tres cuerpos, en oro y piedras preciosas.

Quedaría incompleta esta descripción del viaje, sin hacer referencia a la enorme cantidad de olivos que hay por todas partes. Me picó la curiosidad, cuantos serían, y la guía me informó, que en el año 2.003, se contabilizaron, y según datos, pasaban de los diez millones de ejemplares, entonces; porque actualmente, se habían aumentado mucho las plantaciones, lo que incrementaba su número.

He estado muy contenta de ponerme en contacto con vosotros y me despido agradeciéndoos haberme aguantado hasta aquí. Os deseo lo mejor. Un abrazo

DANI SEBASTIÁN

NAVIDAD ABULENSE

NAVIDAD 2006 DE LOS ASOCIADOS ABULENSES

Esta Navidad nos reunimos el Sábado día 16 de diciembre, en el Restaurante Típico y Céntrico Abulense de Denominación "San Millán", para celebrar una comida de fraternidad y compañerismo y pasar un día agradable entre asociados.

La asistencia no fue masiva, tan solo participaron cinco matrimonios y dos personas Individuales, y nos acompañó por primera vez un asociado de Arévalo, incorporado a la Asociación a mediados del año 2006.

Esperemos que el año que viene seamos y participemos más asociados en estos actos de Navidad.

CARLOS JAVIER JIMÉNEZ PRIETO

NAVIDAD EN CÁCERES

Un año más hemos vuelto a reunirnos, para celebrar las entrañables fiestas navideñas, los compañeros de la provincia de Cáceres, con la tradicional comida de Navidad.

En ésta ocasión el lugar elegido fue "Hotel Las Cigueñas" en la ciudad de Trujillo, ya que cada año lo cebramos en una localidad diferente, dada la dispersión de Asociados por localidades de toda la provincia.

Fueron una horas, como siempre, de entrañable alegría por volvernos a ver y al mismo tiempo contarnos cosas que nos han sucedido desde la última vez que nos vimos, hablar de los nietos, de los que tan orgullosos nos sentimos los abuelos y en fín, de todo lo que se nos ocurre.

Comenzamos dando la bienvenida a las nuevas incorporaciones, una Carmen prejubilada y otra Carmen que lo habrá sido a comienzos del año, deseándoles que al pasar a la situación de "reserva activa", se sigan encontrando si cabe, más felices entre nosotros por muchos años.

Lamentamos muy de veras el que por motivos de salud, nuestro compañero Cesáreo y su esposa Carmen, no

pudieran asistir, y a los que todos les deseamos de corazón, una pronta recuperación y que no tardando mucho nos volvamos a ver en alguno de los viajes que se organicen. Tres esposas de compañeros tampoco acudieron, dos por otras ocupaciones y la otra porque tenía que quedarse de "niñera" de su nieta, que cuando se habla de ella se le "cae la baba" igual que al abuelo, ¿verdad Ignacia?. Otro matrimonio, Martín y Elo, tampoco les fué posible asistir por enfermedad de un familiar. En fín son circunstancias de la vida y a nuestras edades de vez en cuando necesitamos algún "parche" para poder seguir marchando.

A los postres de la comida, nuestro vocal en la Junta Directiva, Andrés, organizador de todos los eventos que nos conciernen, obsequió a cada una de las señoras con un detalle, muy del gusto de ellas, consistente en un magnífico pañuelo bordado a mano, y nuestro poeta Juán-José, como siempre, nos deleitó con su escogido y extenso repertorio de Gabriel y Galán, y así, pacificamente y sin alboroto, transcurrió un año más, ésta comida de Navidad.

¡¡Feliz año a todos!!

ENRIQUE JIMÉNEZ CORRALES

NAVIDAD EN PALENCIA

Mi anterior crónica sobre la comida navideña del 2.005 de los palentinos, terminaba con la frase: ¡Que no nos falte ninguno! Y afortunadamente nadie ha faltado a la cita del 21 de diciembre en el ya "institucionalizado" Restaurante Don Jamón.

Como en años anteriores la comida se desarrolló mezclando animadas conversaciones y abundantísimas viandas de las que como es habitual, dimos buena cuenta.

Teníamos mucho que comer y que contar ya que algunos es en éste día cuando nos vemos sin prisa y con tiempo de sobra para ponernos al día de nuestras cosas y saber como nos va la vida. Gracias a Dios y a Caja Duero nos va a todos bastante bien ¡no podemos quejarnos!. Algunos incluso envidian nuestra privilegiada posición en la vida. Este año tienen la posibilidad de unirse a nuestra pequeña familia un buen número de compañeros que han pasado al privilegiado mundo de los **"pre"**. Los esperamos.

Durante la comida, Merche, nos entregó las fotos de la reunión del pasado año, esto tiene una gran ventaja y es que se nos ve más jóvenes. Lo que gusta mucho, no solo a las señoras, tambien los caballeros tienen su grado de coquetería y les encanta verse con un poco más de pelo...

A los postres se contaron algunos chistes, hay quien domina el relato y escenificación como auténticos profesionales del "Club de la comedia", lo que produce sonoras carcajadas que contribuyen, como no, a mejorar el ambiente entrañable de la cita.

Este año la reunión terminó un poquito antes para las señoras, estas navidades han "caído" en unas fechas fatales, y había que rematar compras y ultimar recados. Los señores dieron la reunión por terminada

con la consabida partidita de mus. ¡Ah, éste año, ha habido menos consumo de cigarros puros! ¡menos mal!.

La lotería también nos ha visitado, poquito, poquito, pero por algo se empieza. Isidoro, que fue el que nos proporcionó el décimo, para la próxima nos ha prometido el gordo.

Así transcurrió la comida de Navidad del 2006, seguro que la próxima es cuando menos igual de divertida y entrañable, y si es posible la superaremos, Tenemos todo un año para organizarlo.

GLORIA MARTÍN

NAVIDAD EN SALAMANCA

Celebramos los de Salamanca el encuentro con motivo de la Navidad el 16 de diciembre.

Como tenemos acostumbrado, iniciamos la conmemoración navideña con la Santa Misa, en la Iglesia de San Juán de Sahagún, que se aplicó, por todos los compañeros fallecidos en el año , teniendo un recuerdo especial, por los cuatro compañeros de Salamanca que fallecieron durante el 2006.

Al tener lugar en sábado, la misa estuvo muy concurrida, no sólo por nuestros asociados y esposas, sino por otros fieles en general.

No había concluido aún noviembre cuando en el seno de la Coral alguien lanzó la idea de cantar durante la Misa, unas canciones en homenaje y memoria de Antonio Vaquero, y demás compañeros fallecidos, si el Párroco concedía su anuencia.

Antonio fue el creador, el impulsor y el alma de la Coral en los primeros difíciles años. De la mano de Jaime Alejandro Guillén contagiaron a todos su entusiasmo. Las carpetas que aún usamos para archivar las partituras son las que Antonio creó y diseñó. ¡Que mejor idea que cantar en su honor y como gratitud!

Así que manos a la obra. Se eligieron los cánticos y se prepararon con todo entusiasmo.

Y se celebró la misa.

A la salida los abrazos y muestras de alegría de rigor, máxime entre compañeros que hacía tiempo que no se veían.

Asistieron a la misa las viudas de nuestros compañeros fallecidos, que recibieron agradecidas los testimonios de afecto y aliento por parte de numerosos compañeroos y sus esposas.

Nuestra alegría se vió, no obstante, empañada por la noticia, que corrió como la pólvora, del fallecimiento en trágicas y luctuosas circunstancias del compañero en activo, Julián González

Peinado, director de la Oficina del Pasaje, de muchos conocido.

La cena de hermandad fue como el año pasado, en el Hotel Alameda Palace.

A la hora señalada ya estábamos todos dispuestos.

El salón amplio y profusamente iluminado; mesas redondas, adornadas con exquisito gusto y comodamente colocadas. Menú abundante y de excelente calidad.

Las mesas estuvieron muy animadas: los comensales no perdieron la ocasión para cambiar impresiones sobre los más diversos temas, incluso,

como de rigor, algún esporádico cotilleo.

Durante el animado ágape se obsequió a las damas con una hermosa rosa. ¡Bonito detalle!

Como colofón, tuvimos el baile, que no puede faltar, animado por un dúo que tocó bailables adaptados al "respetable".

La participación fue muy nutrida, en número de 139, incluso hasta el final, : las tres de la madrugada. Los resistentes bailadores despidieron el acto, como mandan los cánones al uso, con la conga y la jota, despidiendo así el 2006 y, *Tanti Auguri !* Para el 2007.

ARGIMIRO SALVADOR ULLÁN

El pasado día 20 de diciembre, a las puertas de la Navidad, los asociados de la Región de Soria, celebramos la tradicional jornada de convivencia navideña, siguiendo el guión previsto:

A las 13 horas Eucaristía, oficiada por nuestro compañero **José Sotillos Martínez**, en la parroquia de San Francisco de Asís. Insistió el oficiante, en su breve homilía, sobre el SI comprometido de la Virgen María, en el anuncio del ángel, que la involucraba de lleno en el misterio de la Encarnación. Invitándonos a un compromiso personal que, como jubilados, nos permita colaborar en asuntos que tengan que ver con la solidaridad, la paz y la justicia, evitando "matar el tiempo", dando sentido a nuestros ratos de ocio.

Hubo, como es costumbre, un recuerdo emocionado para nuestros compañeros fallecidos en el año que termina. En la mente y cariño de todos los presentes estaban los nombres de **Emiliano Palacín Ransanz** y **Francisco Lucas Delso**, asociados números 7 y 8 respectivamente.

A las 14,30 horas, celebramos el tradicional almuerzo en Casa Garrido. A los postres, se le tributó un sentido homenaje a **Julia Millán Hernández** (también estaba previsto hacerlo a **Elena Blanco Varas,** quien no pudo asistir por asuntos familiares propios de esas fechas). Se le entregó un hermoso ramos de flores y una placa conmemorativa, - obsequio de la Asociación- por sus 80 años, ya que junto a otros compañeros no se les pudo hacer la entrega en el "DIA DEL ASOCIADO", el día 4 de Julio en Ciudad Rodrigo (Salamanca), con esta distinción pasaban a la sección de "Veteranos" dentro de la Asociación.

Las damas fueron obsequiadas con una preciosa orquídea y posteriormente se celebró un sorteo de los objetos donados por la Obra Social.

En resumen, vivimos una grata jornada donde el compañerismo y la hermandad fueron los protagonistas.

Desde Soria, os deseamos a todos Feliz Navidad y venturoso Año 2007.

CÁNDIDO PÉREZ ORTEGA

En el centro Julia Millán Hernández, homenajeada por sus 80 años.

NAVIDAD EN VALLADOLID

Como en años anteriores y siguiendo la tradición, la Asociación de Jubilados y Prejubilados Pucelanos, celebró el día 15 de Diciembre, en el Hotel Feria, su ya conocida comida de Navidad para que todos juntos, brindáramos por la llegada de una de las fechas más señaladas del calendario.

Pese a algunas indisposiciones y dolencias, que por supuesto, no lograron mermar nuestra alegría, conseguimos reunirnos cuarenta y cinco. Augurando y esperando que el próximo Año nos vuelva a reunir de nuevo a todos, eso si, sanos como manzanas y fuertes como robles.

MANUEL DÍAZ CALZADA

NAVIDAD EN ZAMORA

El pasado 16 de Diciembre, día de Santa Albina, los "jubiletas" de **Zamora**, nos reunimos como todos los años para festejar la llegada de la Navidad.

Era un sábado frío y nebuloso, pero eso no impidió que nos enganchárámos en una calurosa y prolongada conversación que duraría hasta bien comenzada la tarde-noche.

El primer encuentro lo tuvimos solo los "compas" de Zamora en la iglesia de Lourdes para asistir a una eucaristía que se había encargado previamente para aplicarla "in memoriam" de nuestro compañero y miembro de la Asociación, **Benigno Gago** recientemente fallecido a consecuencia de no haber podido superar el postoperatorio de una delicada operación de corazón por una enfermedad coronaria. Todos los familiares asistentes, sobre todo su viuda **Amalia,** se vieron reconfortados por nuestra presencia y solidaridad en tan luctuoso momento por tratarse de un día muy especial. Vaya desde aquí nuestro recuerdo más cariñoso a este compañero que este año no ha podido ser partícipe de nuestra fiesta.

Como quiera que el encuentro gastronómico estaba previsto para las 14,30 horas, intentamos invertir nuestro tiempo libre en visitar algún belén, lo cual no fue posible, y decidimos tomarnos un aperitivo para contrarrestar el frío de la mañana..

A la hora prevista nos encaminamos al restaurante del hotel AC, por eso de cambiar de escenario, aunque lo previsto en un principio era desplazarnos hasta Benavente para celebrarlo en **El Ermitaño,** restaurante que aparece este año en la guía de CAMPSA. Ello no fue posible por haber llegado a la cita demasiado tarde, pero la próxima Navidad, pondremos toda nuestra industria en desplazarnos hasta la ciudad de los condes-duques.

Hubo algunas ausencias a la reunión, pero ésta ha sido la ocasión que más comensales ha concentrado. El menú escogido fue del agrado de la mayoría. Al final, en los postres, este año no hubo los tradicionales obsequios para las damas. Se intentará que el próximo año se retome esta bonita iniciativa aunque no sea a cuenta de la Obra Social de la Caja su obtención como en ocasiones anteriores.

La sobremesa estuvo animada y no faltaron a destacar proyectos realizables para el futuro y no buenos deseos simplemente, como repetir este encuentro hacia la mitad del año, compartir excursiones y viajes con otros compañeros de provincias limítrofes y retomar por tercera y última vez el intento de visitar el Bierzo hacia la última semana del mes de Septiembre.

Antes de poner fin a la reunión, nos hicimos a la salida la obligada foto de familia, compramos lotería para el sorteo de Navidad y visitamos el belén de la Diputación Provincial, despidiendo a los "compas" que se habían desplazado.

Resultó una jornada muy agradable y de encontradas emociones.

EMILIO J. ALONSO

Vocal por Zamora

COLABORACIONES

HABLEMOS DE SALUD

SIERES CELIACO, **OLVÍDATE DEL GLUTEN Y SÉ FELIZ**

La Revista SENDA, (que recibimos en nuestra Asociación), y que con tanto acierto dirige **Matilde Pelegrí Torres,** publicaba en sus páginas y para conocimiento de todas aquellas personas, que puedan padecer esta enfermedad, una información convincente y que puede ayudar a toda persona, que sin saberlo, la padece, por eso le damos difusión insertándola en nuestra Revista.

La enfermedad Celíaca (EC), intolerancia permanente al gluten, es una de las enfermedades crónicas gastrointestinales más frecuentes en España y produce una atrofia de las vellosidades del intestino que conlleva una mala absorción de los nutrientes. **El gluten es una proteína que se encuentra en el trigo, la cebada, el centeno, la espelta, el kamut, el tricale y la avena. Sin embargo el maíz y el arroz NO contienen gluten.**

Carlos Bravo, *coordiandor de proyectos de la Federación de Asociaciones de Celíacos de España (FACE),* explica que no hay una cifra clara sobre el número real de celíacos existentes en España. Algunos estudios de carácter autonómico. "Sitúan la prevalencia de la enfermedad en torno a 1 *celíaco por cada 100/150 personas, lo que significa que entre 300.000 y 400.000 españoles son celíacos.* Sin embargo, en la actualidad solo están diagnosticados cerca del 10 por ciento y el resto lo son sin saberlo." En los próximos años, "preveemos *un incremento notable en el número de diagnósticos entre las personas mayores,* debido a un mejor conocimiento de la enfermedad entre el colectivo médico y a campañas de información entre la población".

Los síntomas más frecuentes en adultos son fatiga, dolores abdominales, gases y anemia ferropénica. El estreñimiento está presente en el 10 por ciento de los casos y, frecuentemente, son personas diagnosticadas de síndrome de intestino irritable. La osteomalacia, osteopenia y osteoporosis son habituales también, con el consiguiente incremento del riesgo de fracturas. Sin embargo, los síntomas pueden ser confusos o estar ausentes **dificultando su diagnóstico**, que se realiza mediante **biopsia intestinal.**

El retraso en el diagnóstico o ausencia del tratamiento adecuado puede conllevar complicaciones como malnutrición, depresiones y mayor riesgo de padecer determinados casos de cáncer. Además, puede asociarse a otras enfermedades crónicas como diabetes, epilepsia y dermatitis, entre otras.

"El único tratamiento eficaz es la dieta sin gluten (DGS) de por vida. No debe ser una dieta baja en gluten, porque está demostrado que el consumo continuado de pequeñas cantidades puede ser perjudicial para la salud de celíaco. Por tanto teniendo cuidado y control sobre lo que consumimos no existe ninguna limitación para disfrutar de una alta calidad de vida", afirma Carlos Bravo.

CONSEJOS QUE MEJORAN LA CALIDAD DE VIDA

Afortunadamente, cada día el mercado ofrece mayores posibilidades, como un correcto etiquetado, para la detección de alimentos con gluten. Además, se elaboran productos indicados expresamente para personas celíacas.

El celíaco debe basar su dieta en alimentos naturales: legumbres, carnes, pescados, huevos, frutas, verduras, hortalizas y cereales sin gluten. Si bien la Legislación vigente obliga a especificar el origen botánico de las harinas, almidones, féculas, sémolas y cualquier otro derivado de los cereales utilizados, no siempre queda claro. Por tanto, es conveniente leer siempre la etiqueta y, **ante la duda, rechazar el producto.**

Una persona celíaca debe procurar **eliminar de la dieta todos los productos a granel, los elaborados artesanalmente y los que no estén etiquetados. También ha de tener precaución con la manipulación de alimentos en casa, bares y restaurantes** para evitar que alimentos sin gluten sean cocinados en aceites donde previamente se hayan elaborado otros productos. La misma precaución hay que tener con las harinas de maíz o arroz de venta en panaderías y supermercados que no certifiquen la ausencia de gluten, porque pueden estar contaminadas. Al igual sucede con el pan sin gluten horneado en panaderías que manipulen otras harinas.

El coordinador de proyectos de FACE explica que "cuanto más transformado esté un plato menos garantías tenemos de que no contenga gluten. Los celíacos tenemos muy restringida la elección de alimentos ela-

borados, ya que los derivados de los cereales son productos frecuentes y presentes en cerca de un 70 por ciento de los platos".

Aunque puede ser incómodo al principio, es recomendable que en las casas donde viva un celíaco se eliminen las harinas de trigo y el pan rallado normal y, en su lugar, utilicen harinas y pan rallado sin gluten o copos de puré de patata para rebozar, empanar o espesar salsas. Así, la mayoría de los alimentos que se preparen los puede tomar toda la familia.

Dado que los productos sin gluten es la dieta como único tratamiento, y que estos pueden ser hasta 10 veces más caros que uno normal, se ha solicitado al Ministerio de Sanidad y Consumo que considere, como ya se hace en otros piases europeos, los productos especiales sin gluten de "primera necesidad" (pasta, galletas o harina) dietoterápicos y así poderlos recetar", insiste Carlos Bravo. En este sentido el coordinador de proyectos de FACE reclama a las administraciones públicas y a las entidades privadas la promoción de campañas de información a la población en general y a los profesionales de la salud, educación y restauración sobre la enfermedad celíaca y la dieta sin gluten.

MANUEL PRIETO DE LA FUENTE

TRES POEMAS DE VICENTE GARNERO LLORET

BUSCANDO LA ORILLA

SECUENCIAS DEL AYER

Yo sé que el ayer no vuelve,
aunque llegue la fruta de cada verano
otra vez con el mismo dulzor
y manen las fuentes con igual frescura.
Pero los recuerdos, ya recuerdos son.

Sería bueno borrar de la mente
tristezas de ayer
que alteran la paz del presente.
Puñales del pensamiento
que en alma se clavan crueles.

Sería bueno si solo quedaran
en la cinta rancia de una larga vida
secuencias de la infancia huída,
añejas imágines del largo camino
que incluyen paradas, descansos,
musitando canciones que nunca se olvidan
de aquellas verbenas, juventud ya ida.

EL SILENCIO DE LAS PALABRAS

Si pudiera detener el tiempo
y matar las horas,
cantaría con los pájaros
al despuntar la aurora.

Si pudiera ser feliz
con el pensamiento,
reviviría el amor
Soñando lejanos besos.

Ilusión es mi norte
esperanza es mi meta
el camino es angosto
dura es la existencia.
Lo dicen las miradas
sin decir nada.
¡Es el silencio de las palabras!

EL ABUELO

No te conocí, abuelo
y cada vez que lo pienso
me entran ganas de llorar
por no tener tu recuerdo.

No te conocí, abuelo,
cuando quisieron nacerme,
no estabas ya con nosotros.
Ay, que triste pensamiento.

Me hubiera gustado, abuelo,
bien sujeto de tu mano,
irme a la feria riendo
y verte a ti disfrutando.

Me hubiera gustado, abuelo,
crecer despacio a tu lado,
escuchando tus palabras
mientras pasaban los años.

Hoy en ti me miro, abuelo,
y mis nietos contemplando.
¡Quisiera oír en tus risas
ecos de tiempos lejanos!

MANUEL PRIETO DE LA FUENTE

CUENTO TOTALMENTE SABIO

La Presidenta de la Federación Nacional de Asociaciones de CC.AA. Dª **Victoria Lopesino Fernández,** nos envió hace algún tiempo el siguiente cuento, que por su interesante "moraleja", reproducimos a continuación:

TOTALMENTE SABIO.

Cuenta una leyenda que había dos niños patinando en una laguna congelada.

Era una tarde nublada y fría, pero los niños jugaban sin preocupación, cuando de pronto el hielo se quebró y uno de los niños cayó al agua.

El otro niño viendo que su amiguito se ahogaba debajo del hielo, tomó una piedra y empezó a golpear el hielo con todas sus fuerzas hasta que logró quebrarlo y así salvó a su amigo.

Cuando llegaron los bomberos y vieron lo que había sucedido, se preguntaron:

"¿Cómo lo hizo? El hielo está muy grueso. ¡¡¡Es imposible que lo haya podido quebrar con esa piedra y sus manos tan pequeñas!!!

En ese instante apareció un anciano y dijo: "Yo sé cómo lo hizo".

"¿Cómo?", Le preguntaron al anciano, y él contesto: "No había nadie a su alrededor que le dijera que no se podía hacer"...

"SI LO PUEDES IMAGINAR, LO PUEDES LOGRAR"
¡CON ESTA REFLEXION, INICIA NUEVAS METAS!

UNA FAMILIA INGLESA

En una ocasión, una familia inglesa, que pasaba sus vacaciones en Escocia, en uno de sus paseos, observaron una casita de campo que les gustaba para sus vacaciones, indagaron quien era el dueño y resultó ser el Pastor de la Iglesia Anglicana al que se dirigieron para que les mostrase la casita. El propietario así lo hizo. La amabilidad del propietario y la distribución de la casita fueron del agrado de la familia que la dejaron comprometida para sus próximas vacaciones.

Ya de regreso a Inglaterra repasaron de memoria cada habitación del inmueble y de pronto la mujer se acordó, que no había visto el W.C.

Dado lo práctico que son los ingleses decidió escribir al Pastor y lo hizo en los siguientes términos:

Estimado Pastor: Soy miembro de la familia que hace unos días visitó su casa con deseos de arrendarla para nuestras próximas vacaciones y omitimos enterarnos de algunos detalles, y quiero que nos indique donde está el W.C.

Finalizó la carta y como era de rigor la despachó al Rvdo. quien al recibirla desconociendo la abreviatura de W.C., creyó se trataba de la capilla de la religión anglicana " Woad Chapel" y contestó:

Estimada señora: Tengo el gusto de informarla que el lugar a que Vd. se refiere se encuentra a 12 Kms. de la casa, lo que hace que sea algo alejado, sobre todo si se tiene la costumbre de ir frecuentemente. Algunas personas llevan comida y permanecen allí todo el día. Unos van a pie y otros en tranvía por lo que siempre llegan en el instante justo. Hay lugar para 400 personas sentadas y cien de pie. Los asientos están forrados de terciopelo rojo y el aire es acondicionado para evitar el efecto de las aglomeraciones. Se recomienda llegar temprano para conseguir lugar. Mi mujer por no hacerlo así, en cierta ocasión tuvo que soportar todo el acto de pie y desde entonces no ha ido a estos servicios.

Los niños se sientan juntos y todos cantan a coro. Al entrar, se les entrega a todos un papelito, pero al salir deberán entregarlo para seguir utilizándolo el resto de la temporada. Todo lo que dejan depositado, lo destinan para dar de comer a los huérfanos del lugar. Además hay fotógrafos que toman fotografías de distintas posturas, las cuales son luego publicadas en los diarios de esta ciudad, sirviendo así para dar a conocer este formidable servicio.

Su affmo.

LEOPOLDO GARCÍA MATEOS

TERCERA EDAD, MAYORES, ANCIANOS...

La sociedad de nuestra época, siente miedo a enfrentarse con las realidades y las disfraza con eufemismos, dando nuevos nombres a las cosas. Así; al que llamábamos el portero de la comunidad de vecinos, (que por cierto quedan muy pocos), ahora se le denomina empleado de fincas urbanas, al maestro, profesor de EGB o de la ESO, etc.

Seguimos polemizando sobre los términos que se emplean para denominar a las personas que han tenido la suerte de haber cumplido muchos años.

Por razones nunca muy bien explicadas, hace algo menos de dos décadas que algunas personas empezaron a utilizar eufemismos para referirse a los viejos, como "población de edad avanzada", "tercera edad" y más recientemente "mayores". Mucha gente opina que esas denominaciones no han hecho sino introducir confusión. Incluso el término "tercera edad", que parecía durante bastante tiempo el ajustado, ha entrado en crisis, cuando ha empezado a hablarse de una "cuarta edad", referido al periodo en que los viejos dejan de valerse por si mismos.

En una entrevista al escritor catalán José Luis Sanpedro dice: " El término tercera edad no me gusta. Yo soy viejo, gracias a Dios he llegado a viejo y ejerzo de viejo. Lo de la tercera edad me parece como si el ser viejo costara trabajo decirlo. Para mi la tercera edad es como el ATS o la EGB, términos que suplantan nombres de toda la vida".

La expresión "población de edad avanzada" podría asimilarse, pero también se presta a confusión. ¿Edad avanzada, para qué?. Algunas veces se habla de niños de edad avanzada para referirnos a aquellos que se han desarrollado más rapidamente que sus compañeros.

El cantautor y escritor, Juán Mari Montes, en referencia a estos temas, cuestiona la denominación "Mayores", ya que dice, que a su hijo, que ya tiene 7 años lo ve muy mayorcito. Sin embargo, el desaparecido filósofo J.L. López Aranguren, prefería que a esta fase de la vida se les llame "Mayores" y manifestaba que ser mayor en las personas es, según "el dictum antiguo", ser mayor en edad, dignidad y gobierno.

Como pordemos observar el debate sigue abierto. A mi personalmente he de confesar que la denominación viejo no me gusta, pero entiendo que no debemos rechazar llamar a las cosas por su nombre, si bien esa expresión la debemos pronunciar en tono de amabilidad y cariño.

FABIÁN IGLESIAS RAMOS

«AÑO BUEN AÑO»

El burro, asno o pollino como lo queráis llamar, ese animal tan simpático, tan sufrido y polivalente que durante su existencia carga con todo tipo de mercancías, desde productos del campo y la huerta hasta, los urbanos pollinos de los chatarreros que han subido a sus lomos los más variados desechos del hogar como somieres, lavadoras, televisores etc., y que han sido protagonistas de las más variadas historias o anécdotas. Sin olvidarnos del "burro del tío Silgueiro", hombre de Villarino (Salamanca), que vivió parte de su vida, junto a su asno, portando y vendiendo vinagre, y que las gentes del lugar lo recuerdan con una canción:

Ya se murió el burro
que acarreaba la vinagre,
ya se lo llevó Dios
de este mundo miserable.

Muchos de los que habéis nacido en el mundo rural, seguramente conoceréis el refrán; Hace unas décadas no resultaba extraño ver a tres personas subidas en un burro, dado que estos abundaban y su uso en las labores del campo era algo cotidiano.

Cuando esto ocurría, la gente que los veía solía decir..."año, buen año, tres borriquillos en un asno".

Pues bien en esos años de mi infancia en que mis hermanos y yo acudíamos en verano a pasar unos días en el pueblo de mis tíos, compartíamos con mis primos las tareas de la recolección, naturalmente que para nosotros, más que tareas eran juegos.

¡En aquel tiempo dijo Je...! Perdón, se me ha ido la "olla".

En aquellos años el Gobierno Español, había ideado la figura de los "huertos familiares", concebidos para que las familias más humildes del medio rural tuvieran un complemento o ayuda para poder paliar las secuelas que dejó la guerra.

Una de esas familias fueron mis tíos y por lo tanto ciertos días se dedicaban unas horas de la tarde para ir al huerto, limpiarlo y regarlo y por supuesto los chavales nos apuntábamos siempre que podíamos para acompañar a mi tía María a la que le dábamos más trabajo que ayuda, pues no parábamos quietos.

Aquella tarde regresábamos cansados de bregar, y como el huerto estaba a unos dos kilómetros del pueblo, mi tía decidió que subiéramos al burro, al pobre animal, no le sentó nada bien tal decisión y al llegar a la altura del Campo Santo(que así llamaban al cementario), el sufrido animal decidió terminar el viaje por su cuenta y doblando las rodillas se puso a "rezar", haciendo que los cuatro chiquillos que en sus lomos íbamos acomodados saliéramos por encima de sus orejas con el consiguiente susto, que se tornó en graciosa anécdota al comprobar que no habíamos sufrido daño físico y darnos cuenta de la religiosa costumbre del pollino.

GERMÁN RAMOS GONZÁLEZ

Yo del asombro no salgo
pués me parece mentira
que sea quien ya no respira
Agustín Gómez Hidalgo.

Fué ilustrado compañero
erudito en cualquier tema
archidefensor del lema
"la honradez es lo primero."

Sin duda tuvo defectos
como todos los mortales
más sus dotes naturales
le dieron muchos efectos.

Hombre entero demostró ser
pués sabiendo lo que tenía
lo llevó con tal gallardía
que nada dejó trascender.

Marchó el postrer día de enero
de Don Bosco festividad
para con su complicidad
ir al Divino Cordero.

En la despedida recé
al mirar su último lecho
sentí aflicción en el pechos
y desconsolado lloré.

FRANCISCO JESÚS MARTÍN HERNÁNDEZ

HIPOTECA DUERO RENTA

Ahora, Caja Duero y tu vivienda te ofrecen la oportunidad de conseguir un dinero mensual extra con el que podrás disfrutar de tu tiempo libre sin renunciar a nada.

Infórmate en cualquiera de nuestras oficinas.

901 37 37 37 | www.cajaduero.es

Caja Duero