

nuestros **200** pueblos

año XVIII - enero 2013

Revista Municipal de los Pueblos de la Alcarria y la Campiña

Publicación Mensual

FELIZ

2013

Proyectos y construcción de NAVES AGRÍCOLAS

SUBVENCIONES
Y PLANES DE MEJORAS

MEDICIÓN DE FINCAS Y DESLINDES

DAÑOS DE CAZA

PROYECTOS AGRÍCOLAS
Y GANADEROS

LEGALIZACIÓN DE EXPLOTACIONES

TRABAJOS TOPOGRÁFICOS

ALEGACIONES CATASTRO Y SIGPAC

LICENCIAS DE OBRA Y ACTIVIDAD

NUEVAS AYUDAS AGROAMBIENTALES
Y DERECHOS DE PAGO

AgrícolaMerlina

C/ del Cid, 18 - 19248 HITA (Guadalajara)
Tels: 949 85 29 18 - 605 97 93 07 - 605 07 57 08
agricolamerlina@hotmail.com



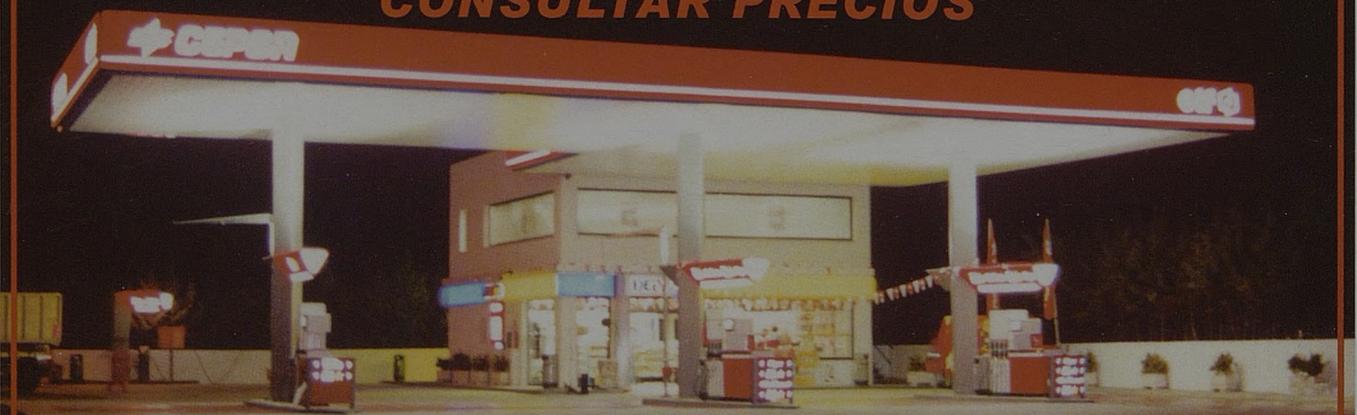
AgrícolaMerlina
INGENIERÍA AGRÍCOLA



GRUPO REBOLLO
GUADALAJARA

GASÓLEOS A DOMICILIO

EL MEJOR SERVICIO CON LA MEJOR CALIDAD
CONSULTAR PRECIOS



TELÉFONOS: 949 28 55 39 - 949 22 18 50



Queremos expresar nuestro agradecimiento a todas las personas, ayuntamientos y entidades que durante estos 17 años han colaborado de una u otra forma con esta publicación.

Su participación ha hecho posible que la revista alcance el número 200 y sigamos llegando cada mes a nuestros pueblos con el mismo ánimo con el que partíamos en la primavera de 1996.

Nos sirve de estímulo seguir contando con vuestra ayuda y el apoyo de los miles de lectores que la reciben. Gracias a todos.

INTERMEDIO COMUNICACIÓN

PUBLICIDAD - DISEÑO GRÁFICO Y EDITORIAL

QUEREMOS QUE LE VEAN

Alcalá de Henares, 14 - 7º - GUADALAJARA

www.intermedio-comunicacion.es

949 210082

Publicidad en
"Nuestros Pueblos"
606087330

CERRAJERÍA Y ALUMINIO

ANTONIO MARTINEZ E HIJOS S.L.

- Ventanas Correderas y Abatibles
- Con Rotura de Puente Térmico
- Oscilobatientes
- Puertas de Calle
- Cerramiento de Terrazas
- Variedad de Colores
- Últimos Modelos en Mamparas de Baño y Ducha
- Frentes de Armario

**MONTAJES
A
DOMICILIO**

**ESPECIALIDAD EN
DUPLICADO DE
LLAVES DE TODO TIPO**

**CUARENTA AÑOS DE EXPERIENCIA
GARANTIZA NUESTROS TRABAJOS**

c/ General Moscardó Guzmán, 57 - 15
(GUADALAJARA)

Teléfono y Fax: 949 23 29 90

BLASCO IBÁÑEZ. POLÍTICA, HONOR Y UN DUELO

■ En estos días que nos ha tocado vivir, el honor es cosa de poco valor en muchos casos y viendo lo que ocurre en la política, el caso del ilustre literato español Blasco Ibáñez viene a ser algo incomparable con cualquier aspecto actual. Aquel se batió hace un siglo en duelo y quizás sea excesivo jugarse la vida por unas palabras, pero en la actualidad ni un triste acto honorable se ve entre los políticos.

Blasco Ibáñez se vio respondiendo en un duelo con pistola por un discurso político en el Congreso de los Diputados. Nacido en Valencia en 1867, en 1904 era diputado y en un discurso parlamentario atacó a las fuerzas del orden ya que al parecer había sido zarandeado por uno de ellos en la calle, al que llamó tenientecillo en el estrado del Congreso. Aquella queja de Blasco ofendió a dichas fuerzas del orden y se vio retado a duelo, y ya que esto significaba retractarse públicamente o batirse, la tercera opción, no contemplada, era perder su honor, eligió jugarse la vida.

Como contrincante para el político fue elegido el teniente Alestuei, un buen tirador. El duelo sería a muerte y con pistola. Y así se llevó a cabo. No hay que olvidar que todo comenzó por que un político se quejó de que había sido zarandeado. Hoy, un político en ese mismo parlamento insulta a otro ladrón y este le responde con el consabido y tú más quedando ahí todo. Como decía antes, ni tanto ni tan calvo.

El duelo se lleva a cabo en una finca y después de dar veinticinco pasos, ambos se volvieron y dispararon. Blasco dispara sin suerte y Alestuei también yerra su primer tiro. Vuelve a fallar el escritor y en su segundo intento el teniente acierta en el cuerpo de su contrincante, que cae al suelo. Todos le daban por muerto, pero al acercarse comprueban que Dios había estado de su lado. La bala había impactado en la hebilla del cinturón y había quedado después trabada en el cuero del propio cinto. Aquello le permitió al político y escritor salir del duelo con honor y con vida, a pesar de ser la pelea a muerte.

Según la norma de los duelos, estaba prohibido llevar cinturón o cualquier otro objeto que pudiera servir de parapeto o interrumpir la trayectoria de una bala. Por lo tanto, Blasco incumplió dicha regla. Pero la vigilancia de la misma correspondía al padrino del contrincante, por lo que la culpa recae en el padrino del teniente Alestuei en aquel duelo, que descuidó sus obligaciones, aunque así acabara salvando la vida al político. Blasco bastante tendría con templar los nervios antes del duelo como para pensar en si cumplía las normas de caballeros en duelo.

JACINTO BENAVENTE

(1866-1954) DRAMATURGO ESPAÑOL

El que es celoso, no es nunca celoso por lo que ve; con lo que se imagina basta.

Si la pasión, si la locura no pasaran alguna vez por las almas... ¿Qué valdría la vida?

La peor verdad sólo cuesta un gran disgusto. La mejor mentira cuesta muchos disgustos pequeños y al final, un disgusto grande.

En asuntos de amor los locos son los que tienen más experiencia. De amor no preguntes nunca a los cuerdos; los cuerdos aman cuerdamente, que es como no haber amado nunca.

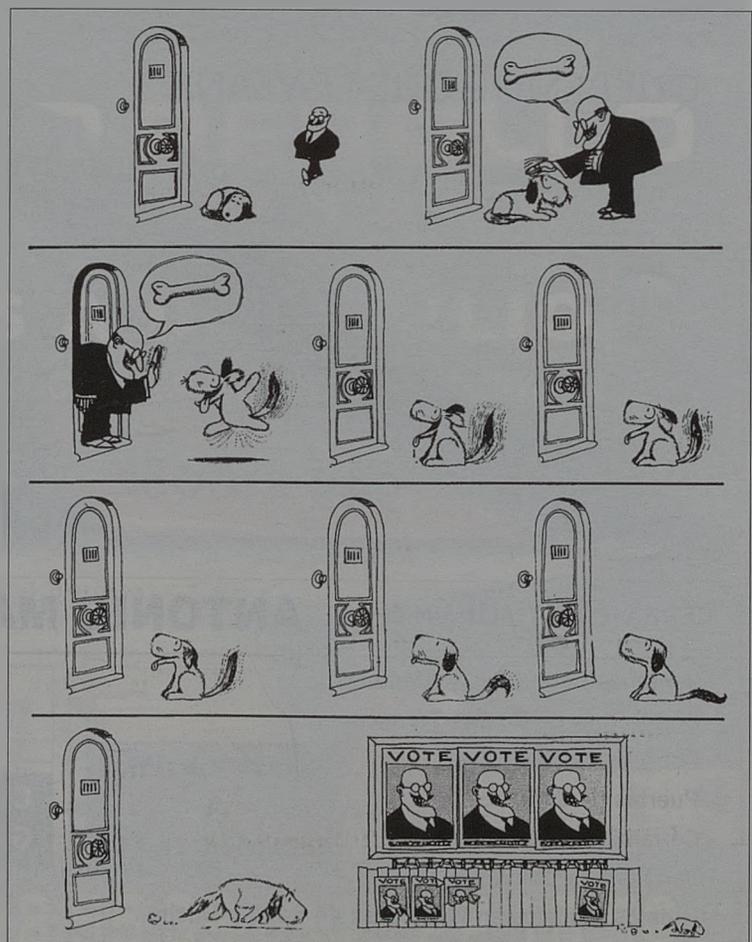
Cuando no se piensa lo que se dice es cuando se dice lo que se piensa.

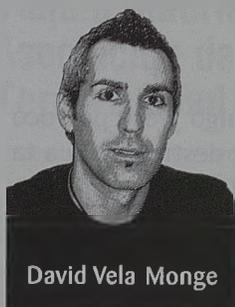
El verdadero amor no se conoce por lo que exige, sino por lo que ofrece.

A perdonar sólo se aprende en la vida cuando a nuestra vez hemos necesitado que nos perdonen mucho.

El enemigo sólo empieza a ser temible cuando empieza a tener razón.

Lo peor que hacen los malos es obligarnos a dudar de los buenos.





David Vela Monge

El fin de mi mundo

Allí estaba, crédulo confeso del posible final de este ya más que finiquitado mundo,

sentado frente al horizonte, cerveza en mano, con la necesidad del condenado de pedir un último deseo, con la conciencia tranquila, el alma en paz y ese temor que da lo desconocido; mirando al cielo, esperando una señal, un destello, un temblor, algo que indicara que el anunciado fin del mundo comenzaba a ser una realidad.

No pasó nada más que las horas, el mundo seguía girando aunque el mío estaba a punto de pararse, se desmoronaba, era tragado por ese agujero negro que es la vida.

Mi mundo tal y como lo conocía agonizó y murió, en esta catástrofe había un único superviviente. La vida cayó ante mis ojos y no había sido capaz de verlo.

A veces podemos pasarnos años sin vivir creyendo que lo hacemos y de pronto nuestra vida se concentra en un instante, en hechos y palabras que lo cambian todo.

Siempre creí que los caminos que se eligen en compañía son para andarlos juntos, no para desviarse y buscar atajos en solitario que nos llevan a precipicios en los que uno suele caer mientras el otro sale indemne y construye el puente de una nueva vida.

Nos creemos poseedores de una buena jugada, la mano repartida es buena, llevamos el juego por donde queremos, pero al levantar las cartas nos gana la mano, se lleva nuestra vida apostada en el centro de la mesa pues era imposible perderla y quedamos desnudos, expuestos, frágiles, vulnerables ante la vuelta a ese mundo que un día decidimos dejar.

Tuve miedo, ese miedo que paraliza, que bloquea, que impide seguir avanzando, que te encadena a ti mismo, del que sólo sales rompiendo las cadenas y no teniendo miedo del día que no has visto y, si dios quiere, me quedan muchos días por ver.

Dicen que el dolor es inevitable pero el sufrimiento es opcional. No pienso sufrir más que lo necesario, desestimaré esa opción, la desterraré de mi memoria, olvidaré el dolor y guardaré los buenos recuerdos, que fueron muchos, en un rinconcito de mi corazón.

¿De qué sirve lamentarse? Cuando la vida te da una razón para llorar hay que demostrarle que hay mil razones para reír. La vida no hay que comprenderla, hay que vivirla.

Regreso al refugio paterno de donde no debería haber partido nunca, regreso al calor y al certero consejo materno exento de maldad y egoísmo, vuelvo a encontrarme, a ser el que fui sin hipócritas caretas, vuelvo a abrazar en el camino a los viejos y abandonados amigos que esperaban mi regreso como yo el suyo, ansiosos por la llegada, como si el tiempo cruel, los efímeros días, no hubieran pasado, como si quince años fuera ayer.

Vivo inmerso en una vorágine de cambios. Bendito caos, síntoma de nueva libertad.

PRODUCCIONES
ARTÍSTICAS Y
CULTURALES
CONTRATACIONES
MUSICALES Y
ESPECTÁCULOS

TODO PARA SUS FIESTAS EN EMPRESAS Y LOCALIDADES

GRUPOS - ORQUESTAS - DÚOS - TRÍOS - CUARTETOS - REVISTAS DE VARIETADES - CONCIERTOS
EVENTOS - PROGRAMACIÓN Y PARQUES INFANTILES - ESCENARIOS - SONIDO - ILUMINACIÓN
GRADAS - SILLAS - CARPAS - COMIDAS POPULARES



ALQUIMIA
ANACONDA
BAKARA
BANDA IPANEMA
BANDA NOCTURNA
CIUDAD ALICANTE
COVER BAND
EMBRUJO
EUFORIA
EVASIÓN
FREEDOM

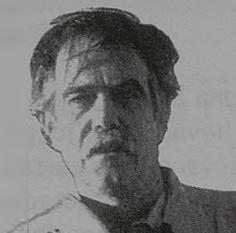
LA CALLE
LA MISIÓN
LA MUNDIAL
GOLDEN
LA PATO
LASSER
MASTER
MATRIX
MITO
MONTECARLO
MUNDO

NUEVO TALISMÁN
PRIMERA PLANA
RETO 999
SCREAM
SHOW BAND
SYBERIA
TABU
TITANIC
VALENCIA
VÉRTIGO
VOLTAJE

TRÍOS Y CUARTETOS:
ALAZAR
APLAUSO
LIBRA
LÍMITE
LUZ DE GAS
MILENIO
POPART
TIERRA

C/ Exposición, 3
GUADALAJARA
www.pacme.es
E-mail: pacme@pacme.es

Tfno: 949 216999
Fax: 949 230770
Móvil 667780530/31



Antonio Pérez
Henares

Gallinas asesinas

El gallinero de El Enebral está bajo la directa y exclusiva autoridad de Mari. Los demás tenemos en tal asunto unas atribuciones estrictamente subordinadas y en el caso del perro Mowgli una tajante orden de alejamiento. Son "sus" gallinas y no hay nada más que hablar sobre sus cuidados, seguridad y protección. Por cierto, esta última muy cuidadosamente dispuesta y blindada dada su ubicación montuna y atracción fatal que su presencia y olores despiertan en zorras, garduñas y otros variados bichos colmilludos.

Pues bien, a pesar de mi asumida incompetencia en los destinos de nuestra fauna avícola doméstica, he podido establecer y comprobar que las gallinas, con no muy buena fama en otros aspectos, pueden verla aún más deteriorada si se publicita un comportamiento verdaderamente asesino con sus congéneres. Dos de ellas lo han sufrido, una pereciendo en el ataque y la otra siendo rescatada casi moribunda. Una tercera, considera cabecilla de las agresoras, ha sido erradicada.

En un breve plazo y tras varios meses de aparente pacífica convivencia mientras eran pollitas e iban comenzando a poner, comenzaron las hostilidades. Una apareció muerta, pero días antes había rescatado otra a la que salvé por minutos. Quizás tuvo dificultades al poner su

primer huevo y pudo sangrar algo y eso provocó el ataque que la dejó con ano destrozado y a la que encontré inmóvil en el suelo. La curé con desinfectante, la hice beber y comer con cebas forzosas y la separé de sus cainitas compañeras. Creí que perecería dada su debilidad y estado pero fue recuperándose hasta recuperar prestancia y fortaleza.

Tras un amplio periodo de convalecencia madrileña intentamos reintegrarla en la comunidad campera. Fue inútil. De inmediato comenzaron a atacarla. Ella se defendió con éxito de una y luego de otra, pero después los ataques fueron combinados y comprendí que dejarla allí, aunque pasó una noche y sobrevivió porque buscó para dormir un refugio en altura, era condenarla a muerte. Con premeditación. Asesinato, vamos.

El gallo, joven, pero que poco a poco está poniendo orden e imponiendo su autoridad, intentó cierta defensa y calmar los ánimos pero fracasó ante la alianza de las otras. Así que la rescatada ahora vive con dos pavos a los que también hubo que apartar porque los tenían desplumaditos y atemorizados. Se ve con la tribu que la ha condenado pero ya no hace intención de buscar su compañía aunque duerme justo encima de la celosía de separación y hubiera podido cruzar al otro lado. Me parece que sabe lo que le aguarda y esta superviviente nata, que hasta ha superado el avatar de quedarse días encerrada bajo un cubo que le cayó encima, sin agua ni comida, prefiere andar sola que mal acompañada.

¡Hay que ver lo que aprende uno de las gallinas!

nuestros
Pueblos

es una publicación mensual de los Ayuntamientos de:
Alarilla, Aldeanueva, Arbacón, Atanzón, Brihuega, Cañizar, Caspueñas, Centenera, Cogolludo, Espinosa, Fuentelahiguera, Heras, Hita, Lupiana, Malaguilla, Matarrubia, Membrillera, Muduex, Puebla de Beleña, Taragudo, Torija, Torre del Burgo, Trijueque y Valdegrudas.

**NUESTROS
PUEBLOS**

Publicación
mensual

Edición, impresión y distribución: **INTERMEDIO EDICIONES**

C/ Alcalá de Henares, 14 - 7º 19003-Guadalajara Tfno: 949 21 00 82

Coordinación y edición: **Jesús E. Padín Gordo**

E-mail: intermedio.ediciones@gmail.com

Imprime: Gráficas Corredor C/ Fco. Medina y Mendoza, Parcela 13, Nave 25 - CABANILLAS DEL CAMPO

Año XVIII
Enero
2013

NÚMERO
200

Depósito Legal: GU-50/1996

Nota importante: La información que aparece en la revista NUESTROS PUEBLOS es suministrada y supervisada únicamente por los municipios que integran la publicación. Los contenidos son responsabilidad exclusiva de los Ayuntamientos cuyo epigrafe aparece a principio de cada página. La editorial no se identifica necesariamente con los mismos ni con los comunicados, valoraciones u opiniones que en ellos pudieran aparecer.

Viaje a Madrid de la Asociación de la Tercera Edad de Torija

Quiero empezar presentando mi respeto y sinceridad para felicitaros y deseáros un próspero Año Nuevo en general para todos, para los más pesimistas un poco de comprensión y confianza, ya que siempre se dijo que Dios aprieta pero no ahoga, esperemos que sea así.

Después de mi cordial saludo y buenos deseos para todos pasaré a desglosar el viaje que anualmente hace la tercera edad a Madrid para ver sus adornos y comer todos juntos en un restaurante cerca de la Plaza Mayor y visitar algún monumento emblemático.

Este año hemos podido visitar la Casa museo de la moneda y timbre. Pocos podíamos imaginar lo que allí se sella aparte de las monedas y billete que luego salen a los bancos y cajas de ahorro; allí se imprimen todos los carnets de identidad, permisos de conducir, pasaportes, letras de cambio y toda clase de papel sancionador, las tarjetas que usamos para asistir al médico, las recetas médicas, todos los timbrados de las botellas de alcohol..., en fin, cierta cantidad de cosas que se hacen en este local, creo que único en el mundo.

Yo personalmente vine admirado de lo que allí pude ver y con ganas de volver con mucho más tiempo para empaparme de muchas cosas que se pueden aprender en dicho museo, es una verdadera maravilla. Tiene 17 salas en las cuales describen la historia de el dinero desde



Grecia a la actualidad, siempre hemos tenido la impresión de que las primeras monedas las acuñaron los griegos en pequeñas tabla de metales en bruto, piezas integradas en una escala de valores por su peso que les dieron nombre de Dracmas. Después fueron los romanos quienes fabricaron monedas de bronce de gran tamaño que fueron reduciendo tamaños y pesos recibiendo el nombre de Ases. También los romanos en tiempos de la República Romana acuñaron monedas de plata a semejanza de la griega, pero la moneda que caracterizó a Roma fue de plata y se llamó Denario. Conocimos como moneda el maravedí, lo que eran los reales de vellón, piezas de plata de ocho reales, etc. Aquello es un tesoro y les invito a visitarlo porque les encantará.

Ángel Padín



MÁRMOLES

Juan de Dios Sánchez C.B.

C/ Eras del Canal s/n
FONTANAR (Guadalajara)

Tfno./ Fax: 949 33 11 46

Móvil: 639 69 38 86

LÁPIDAS, COLUMNAS, ENCIMERAS,
CHIMENEAS, ESCUDOS, FACHADAS
Y TODO TIPO DE TRABAJOS
EN PIEDRA NATURAL

CONSULTE PRECIOS
PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

La Navidad y la ilusión

Este año la Navidad se ha visto afectada por el ambiente que reina en nuestra sociedad, quizá de manera involuntaria, muy en contra de los deseos de la población. Pensemos mejor que ha sido pura casualidad. O simplemente una visión subjetiva de unos pocos. Otrora de niños salíamos a pedir el aguinaldo, transmitiendo una alegría contagiosa, la noche de Nochebuena. Pero este año apenas si han salido algunos zagales, con una música tan tímida prácticamente inaudible. Cabe recordar el ambiente que reinaba en los bares del pueblo, donde se reunían los hombres con zambombas, botellas de anís, tapaderas, triángulos, algunas guitarras y bandurrias...etc. para festejar la llegada de la Navidad, el nacimiento de Jesús. Este año sí que se han escuchado, después que la rondalla cantase en los numerosos actos litúrgicos propios de estas fechas. Pero se echaba en falta algo en opinión de muchos vecinos. Hasta Sus Majestades los Reyes Magos notaron esta falta de ambiente navideño, no por el menor número de regalos que entregaron a niños y mayores en el Ayuntamiento (eso no refleja la felicidad en absoluto), ni porque se dejase de representar el belén viviente en la parroquia, que también se hizo un año más. Pero faltaba algo. Algo que jamás debemos de perder a pesar de los años, de consentir que nos quiten a pesar de todo lo que estamos viviendo: LA ILUSIÓN.

La Ronda Villa de Lupiana, ganadora en los dos grandes certámenes de villancicos provinciales

Un elemento por el que es conocida la villa no sólo en nuestra provincia, sino también en todas las limítrofes, es por su ronda. Aunque nació para actuar en Navidad, pronto comenzó a interpretar canciones tradicionales de otras épocas del año, como los mayos, sanjuaneras...

En las pasadas Navidades han actuado en Albalate de Zorita, en Yunquera y Tórtola de Henares, en el monasterio que las jerónimas tienen en Yunquera.... Pero cabe destacar sus triunfos, sus primeros premios en el XXII Concurso de Villancicos "Ciudad de Guadalajara" y en el XXI Certamen de Rondas Tradicionales Navideñas de Torija, con el tema "Pañales de Luna". Certámenes que, junto con el resto de los que se celebran en toda la provincia, no tiene otros objetivos sino los de rescatar la música tradicional castellana y estrechar la unión entre nuestros pueblos.

Por su parte, el Belén Monumental de la villa también consiguió un lugar en el podio, alzándose con el segundo puesto en el Concurso de Belenes de Guadalajara, a nivel provincial, en la categoría de parroquias. Con una superficie de superior a los 20 m2 y a las 110 figuras de barro, el belén se caracteriza por su estilo judío y el cuidado de sus detalles.



Día del Árbol

El próximo sábado 2 de febrero, Lupiana celebrará el tradicional Día del Árbol. Este año las labores se centrarán prioritariamente en la poda de los árboles que adornan la villa, la limpieza de parques y jardines, así como la plantación de algunos árboles en las zonas verdes. A medio día los participantes podrán reunirse a comer en el Prao, llevando cada cual las viandas que desee.

Nueva normativa para las fuentes

Desde la Delegación de Sanidad se ha dado orden al Ayuntamiento para que coloque un cartel informativo en las fuentes de La Virgen y la Fuente Nueva, indicando que su agua no está tratada.

Nochebuena con alegría

Y esta noche es Noche Buena y mañana Navidad,... Un año más en primer lugar recordamos a los que en este año se han ido y que quedarán para siempre en las calles de nuestro pueblo, donde les hemos visto cuando venían de comprar el pan, del campo o de dar un paseo.

Noche Buena, mensaje de S.M. el Rey y a cenar que a las 00:30 horas comienza la misa del gallo. A la salida de ésta cada uno siguió la celebración según le pedía el cuerpo.

Los jóvenes se animaron y pasaron una buena noche en el "Granero", mientras otros, tocaron y cantaron hasta que el cuerpo aguantó o las voces pidieron descanso, que esto no hacía nada más que empezar.

FIN DE AÑO Y NUEVO AÑO CON ESPERANZA

Se terminó el año, toca hacer balance de lo vivido, de lo bueno, de lo menos bueno, que en mayor o menor medida siempre hay algo por ahí, pero nos tenemos que quedar con lo bueno y de ahí coger fuerzas para afrontar el nuevo año, a ver si de una vez nos dicen que la crisis remite,... y si no, habrá que pasarla como sea, aquí estaremos.

También esta noche escuchamos las zambombas, botellas, panderetas...hasta la madrugada y de propina desde la Misa de Año Nuevo hasta la hora del café se estuvo rondado de casa en casa pidiendo el aginaldo.

NOCHE DE REYES Y CONTINUAMOS LA FIESTA

Ya vienen los Reyes por los arenales... La noche del día 5 de Enero llegaron los Reyes Magos a saludarnos, antes de hacer entrega de los regalos y como se viene haciendo desde hace años les acompañamos haciendo el recorrido por las calles hasta la Iglesia donde se celebró la Eucaristía para posteriormente adorar y besar la imagen del Niño Jesús. A continuación los Reyes Magos hicieron entrega de parte de los regalos que este año traían a niños y mayores, dejando pendientes algunos para entregar esa noche en cada casa y poder cenar con el turrón agua y leche que cada niño deja junto a la venta.

A la salida de la Iglesia, nos dirigimos al Granero donde después de tanta emoción nos tomamos un caldito, unos



chorizos al vino, un vaso de chocolate y como no, el roscón de Reyes.

Y esta va por despedida, la que echan los labradores... Última noche de villancicos. Hemos hecho un repaso de todos los villancicos y jotas que hemos ido recopilando cada año, de los abuelos, de los padres, de los vecinos... alguno se habrá quedado ahí, pero el año próximo será el primero que cantemos, lo importante es estar ahí y no perder ni la ilusión ni la alegría.

FELIZ 2013



La Botarga, las vaquillas y la inauguración del museo serán los protagonistas de las fiestas de las Candelas

Fieles a la tradición, el Ayuntamiento y la Comisión de Festejos han diseñado un nuevo programa para la celebración de la Fiesta de las Candelas de Interés Turístico Provincial donde no faltara la botarga, y los actos incorporados desde 2008 como son la suelta de vaquillas que se celebrara en la tarde del día 2 de febrero.

Durante la celebración de la Fiesta de las Candelas, se procederá a la Inauguración del Museo de Historia y Costumbres de Arbancón, donde se contara con una sala dedicada a La Botarga y Hermenegildo Alonso realizando un repaso al significado de las Botargas y a la Fiesta de las Candelas.

PROGRAMACIÓN

Sábado 26 de Enero:

18:30 h. En la Sala de Cine del Colegio, presentación de las máscaras promocionales de la Botarga de las Candelas y de las nuevas Camisetas de Arbancón. A continuación proyección de videos de las Fiestas de las Candelas y Fiestas Patronales de años atrás.

Domingo 27 de Enero:

10:00 h Concurso Gastronomico de Comida de Puchero, en la Plaza Mayor de los Cuatro Caños, con almuerzo para los participantes.

13:30 h. Deliberación del Jurado y entrega de premios del Concurso Comida de Puchero.

Viernes 1 de Febrero:

19:30 h Hoguera de la Candelaria, amenizado por la Charanga "Maniseros".

20:30 h Inauguración del Museo de Historia y Costumbres de Arbancón. Apertura de la Exposición "El Corazón en Danza" en la Sala de Exposiciones del Museo.

22:00 h Cena de Mozos en el Hostal "El Balcón de Arbancón".

00:00 h Continúa la fiesta con la Charanga en el Salón de Actos del Ayuntamiento.

Sábado 2 de Febrero:

09:00 h Salida de la Botarga por las calles de la localidad.

11:00 h Pasacalles amenizado por la Charanga Maniseros, acompañados de la Botarga.

12:00 h Santa Misa y Procesión en honor a la Virgen de las Candelas.



13:30 h Baile Vermú en el Ayuntamiento amenizado por la Charanga.

16:00 h Suelta de Vaquillas en la Plaza de Toros y Parque de la Zarzabala, además juegos con "Vaquillas Al Quite".

19:00 h Salida de la Botarga por las calles y Caldo Caliente amenizada por la Charanga en el Salón de Actos del Ayuntamiento.

20:00 h Entrega del premio Botarga del Año, en el Salón de Actos del Ayuntamiento.

22:00 h Cena Popular

00:00 h Gran Verbena de Disfraces con Orquesta en el Ayuntamiento.

Domingo 3 de Febrero:

12:00 h Aprovecha y visita el Museo de Historia y Costumbres de Arbancón.

15:00 h Gran Paella popular Fin de Fiesta en el Ayuntamiento.

Sábado 9 de Febrero:

11:45 h. Proclamación de Alcaldesa Mayor por la Asociación de Mujeres en la Sala Multiusos del Colegio.

12:00 h Santa Misa en Honor a Santa Águeda

13:00 h. Baile Vermouth de Santa Águeda en la Sala Multiusos del Colegio.

14:00 h. Comida de Santa Águeda

ALUMINIO



CAMARILLO

- * Ventanas y contraventanas
- * Cerramientos de terrazas
- * Mamparas de baño
- * Perfil europeo y rotura térmica
- * Aluminio lacado en colores e imitación madera
- * Mosquiteras

Visite nuestro taller y exposición en:

C/ Méjico, 29/30 - Nave 11 - Tfno: **949 20 30 34**
19004 - GUADALAJARA

La Cabalgata de Reyes cerró los actos navideños

Una numerosa cabalgata de reyes celebrada en la tarde noche del pasado 5 de Enero puso el punto y final a las fiestas navideñas de Arbancón, donde grandes y pequeños han podido disfrutar de varias actividades organizadas por el Ayuntamiento y la Asociación Juvenil Los Cuatro Caños.

A lo largo de las fiestas Navideñas los vecinos de Arbancón, han podido disfrutar desde el pregón navideño celebrado en la Iglesia de San Benito Abad, de varias sesiones de cine en la Sala Multiusos del Colegio, así como de la visita del Paje Real o una divertida Noche Vieja infantil con las campanadas de la suerte al medio día de la jornada del 31 de Diciembre.

Tampoco faltó una fiesta de Noche Vieja en las instalaciones del Centro Joven.

Como cierre de las fiestas Navideñas, los más pequeños esperaban impacientes la llegada de Sus Majestades los Reyes de Oriente. En la villa hicieron su aparición llegando por la zona de los "caballitos" para ser recibidos por gran-



des y pequeños en la Plaza Mayor, donde tras unas palabras de bienvenida por parte del Ayuntamiento y un mensaje de sus majestades se pudo disfrutar de una pequeña colección de fuegos artificiales.

Para reponer fuerzas el Salón de Actos del Ayuntamiento se encontraba repleto mientras se repartía un chocolate caliente para los asistentes y el reparto de regalos para los jubilados. Seguidamente la comitiva se dirigió a la Iglesia de San Benito Abad donde se realizó el reparto de regalos y la adoración al niño Jesús

ECO-KASA

TU SOLUCIÓN ENERGÉTICA

Plaza de Castilla, 33 - 19190 Torija - (Guadalajara)

www.kinsasesores.com/

Teléfonos: 650 52 17 37 - 949 32 22 16

Ahorre hasta un 60%
en su consumo de energía,
información y estudio sin compromiso

Asesoría energética,
Energías renovables
Venta de pellet, Leds
Exposición

Estufas de pellet

Ecokasa2012@hotmail.com



La ronda de Lupiana triunfa en el Certamen de Navidad



Un año más, Torija recibió la Navidad con su ya tradicional Certamen de Rondas Tradicionales Navideñas. A pesar del frío, se pudo pasar una gran tarde en la Villa. Todo comenzó a las 17.30 en la Iglesia, donde Sindulfo Ayuso (componente de la Ronda de Lupiana) dio el pregón navideño y se inició la jornada festiva. Primero las rondas actuaron en la Iglesia con un villancico. Posteriormente se dio paso a la ronda de calles, donde los asistentes pudieron degustar migas, caldo y chorizos al vino. Para acabar, la fiesta tenía el gran colofón en el polideportivo, donde cada ronda interpretaba un tema libre. También allí se repartió café con bollos para combatir el frío. Los grandes ganadores fueron, en tercer lugar, la Ronda de Cifuentes; en segundo lugar, la Ronda de Villanueva de la Torre. Y la gran ronda ganadora fue la de Lupiana. Os esperamos al año que viene en la XXIV edición.

NOTICIAS BREVES

♦ *Arreglo del camino de Tórtola.*

♦ *La matanza de lo taurinos*

La peña taurina de Torija ha celebrado su día del soio con la tradicional matanza del cerdo en un acto que tuvo lugar el primer fin de semana de diciembre, contando con una gran participación.

♦ *Teatro alternativo*

LaEl grupo teatral de Caspueñas actuó en Torija el pasado 8 de diciembre con la representación de la obra Tormento en el Convento que hizo pasar una tarde divertida a todos los asistentes.

LA ALTURA DE TORIJA LA MARCA EL CASTILLO, NO LA BASURA

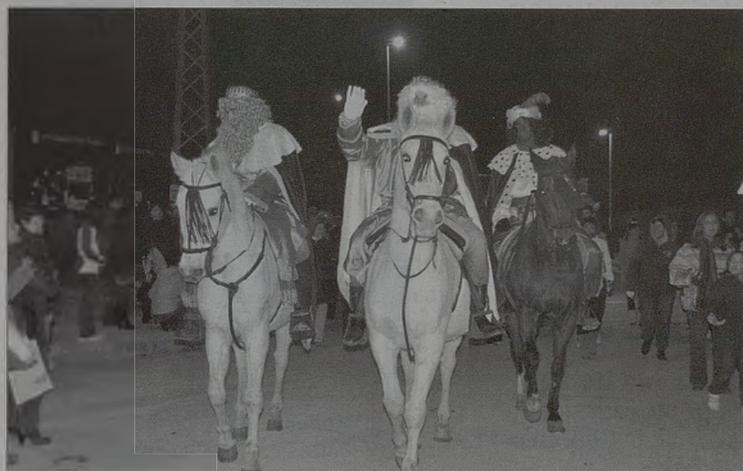
!!! EXIGIMOS LA FINALIZACIÓN DEL TERCER VASO !!!

@Nochapuzas   #no+chapuzas

En la cabalgata de Torija los Reyes llegaron a caballo

Como en todos los lugares, Torija celebró la Navidad. Todo dio comienzo en las vísperas de la Nochebuena, cuando todos los niños y niñas del colegio deleitaron a sus familiares con unas sencillas y emocionantes obras de teatro.

Ya pasada la Nochebuena, Torija acogió su XXIII Certamen de Rondas Tradicionales Navideñas, en el que este año tuvo gran acogida tanto por las personas del pueblo como para los visitantes. El día 29, nos visitó el Cartero Real, que acudió a la misa de dicho domingo a recoger las cartas de los niños de Torija. Para dar fin a estas fiestas, el día 5 tuvo lugar la Gran Cabalgata de Reyes, que estos años nos sorprendieron con dos carrozas nuevas y sus Majestades llegaron a Torija en caballo. Desde estas líneas, agradecer a todas las personas que han ayudado en todos los actos realizados, y también desear un Próspero Año 2013 a todos.



Salud, Felicidad y Prosperidad para el Año 2013

Corporación Municipal quiere desear a sus vecinos tanta suerte como gotas tiene la lluvia, tanta salud como rayos tiene el sol y tanta felicidad como estrellas hay en el cielo. Rogando a la Sagrada Familia sea imagen a seguir y apoyo para afrontar las situaciones adversas y favorables del 2013. Os deseamos un extraordinario y productivo año 2013.



VISITA DE LOS REYES MAGOS DE ORIENTE A MALAGUILLA

Sus majestades los Reyes Magos de Oriente hicieron, como viene siendo habitual, una visita la tarde-noche del 5 de enero. La recepción de sus Majestades lleno de ilusión y alegría a los más pequeños de la localidad, contagiando esa emoción a los más mayores. La llegada, como cada año, fue por la carretera de Matarrubia, sus Majestades aparcaron sus camellos para coronar la carroza, que los jóvenes de Malaguilla les habían preparado. Recorrieron las calles hasta la Iglesia, donde aguardaban el resto de vecinos. En la parroquia, Don Jesús recordó a los niños que deben comportarse bien, porque los Reyes Magos saben cómo somos durante todo el año. Conocedores de las peticiones de cada uno de los habitantes de Malaguilla, volvieron a sus camellos cargados de presentes.



■ FESTIVIDAD DE LA PATRONA LA VIRGEN DEL VALLE

Malaguilla se prepara para celebrar la fiesta en Honor de la Virgen del Valle. El primer fin de semana de Febrero se festeja el día de su Patrona, coincidiendo este año en el día de su festividad, el día de Candelas. Nueve días antes, el párroco Don Jesús oficia el novenario de preparación a la solemnidad de la Virgen del Valle. Es un fin de semana de fraterna unión donde se reúne el pueblo entorno a su Patrona. Sin olvidar el principal motivo de la festividad. El programa de la fiesta será el siguiente:

Viernes 1 Febrero

- 19:30 - Pasacalles a cargo de la Charanga El Conejo de la Loles
- 20:30 - NOVENA Y SALVE a la VIRGEN DEL VALLE.
- 00:00 a 5:00 - Orquesta DARWIN

Sábado 2 Febrero

- 11:30 Diana a cargo de la Charanga El Conejo de la Loles
- 12:00 Procesión con la VIRGEN DEL VALLE
- A continuación Almonedea y Santa Misa. Reparto de la CARIDAD
- 14:30 Baile Vermouth (Largo, Duro e Intenso) en el teleclub Charanga El Conejo de la Loles.
- 20:00 a 21:30 Dúo Alazán
- 00:30 a 5:00 Orquesta SLABON

Domingo 3 Febrero

- 12:30 Diana por las calles del pueblo a cargo de la Charanga El Conejo de la Loles
- 12:30 Procesión con la VIRGEN DEL VALLE
- A continuación Almonedea y Santa Misa
- 15:00 Baile Vermouth en el teleclub Charanga El Conejo de la Loles



¿Cuántas veces ha pasado por puertas de hogares presididos por la Patrona de la localidad ilustrada en un azulejo? Ahora los vecinos de Malaguilla, lo pueden tener también, se encuentra expuesta una muestra en la Iglesia de la localidad. Si estas interesado, hánoslo saber y te informamos.

ACTIVIDAD EN LA ASOCIACIÓN SAN ISIDRO DE LA TERCERA EDAD. La Asociación de la Tercera Edad de Malaguilla, Asociación San Isidro, tiene como objetivo principal la movilización y participación de los jubilados y pensionistas de Malaguilla en la vida social y cultural del municipio.

Se reúnen durante todo el año, pero tienen marcadas algunas fechas en el calendario, como es el día de los Santos, que se reúnen para tomar un chocolate y pasar un rato agradable. Días atrás, organizaron un bingo benéfico entre los socios, destinando la recaudación a la compra de alimentos que donarían al Banco de Alimentos de la región; entre las cantidades donadas, se destacan los 60 litros de leche.

JMS

Esos locos bajitos

Hay un periodo de nuestras vidas en el que quedamos huérfanos de nuestros hijos. No es que vayan creciendo todos los días ¡Crecen de repente! Y nosotros nos quedamos, con el escaso pelo cano, observándoles a distancia y deseándoles lo mejor para su existencia. Salieron del asiento de atrás y pasaron al volante de sus propias vidas y esperamos con cierta angustia que elijan acertadamente su propia felicidad.

De improviso, nos dan nietos y explota en nosotros todo nuestro cariño estancado, que nos sobra y que quizá, por falta de tiempo, no dimos del todo a nuestros propios hijos. Quizá por eso los abuelos somos tan exagerados. Los nietos son la última oportunidad que nos queda de vivir una nueva ilusión plena de sentimiento.



Cuentan, que solo aprendemos a ser hijos cuando somos padres... y solo aprendemos a ser padres cuando somos abuelos...!!

▪ En el sentimiento

El pasado domingo acompañamos en su último viaje a nuestro vecino Máximo. Hombre entrañable y de breves palabras, sabias y justas. Solía pasar los veranos, en compañía de su mujer, en este pueblo que le vio nacer y crecer. Nos acompañaba hasta terminadas las fiestas que le gustaba disfrutar y echarse uno que otro baile con Benita. ¡Como se le iluminaba el semblante cuando recibía la visita de sus hijos y nietos! La mayoría de las frescas mañanas del estío, paseaba despacio, a trocitos, hasta la entrada del pueblo sin dejar de mirar la vega y cuando llegaba a mi altura solíamos echar una corta parrafada, aunque suficiente, para arreglar el gobierno, el tiempo y nuestro pueblo.

Como la mayoría, en los años cincuenta y ya hecho un mozo salió de nuestro pueblo en busca de trabajo y en Leganés encontró su hogar hasta el final. Qué feliz y orgulloso se le vio aquel día de San Antonio, que junto a su rondalla de jubilados, nos ofreció a todos los vecinos un recital de pulso y púa. Es posible que en alguna de las noches solitarias y serenas de nuestro pueblo, algún viandante pueda escuchar a lo lejos, el sonido de la guitarra de Máximo tocando para su pueblo.

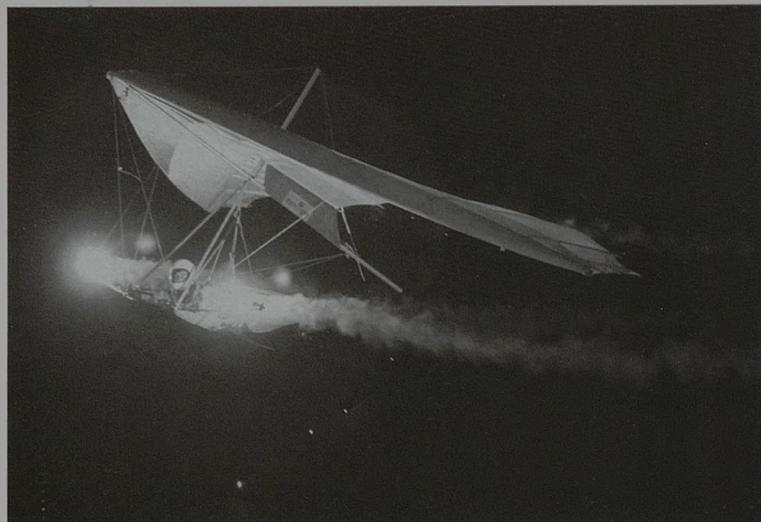
▪ Afectado

Este año que se ha marchado para no volver jamás. Este número 2012 que ya nadie escribirá. Esta cosecha preñada de ingratos acontecimientos que nadie querrá comprar. Estos doce meses que muchos tratan de olvidar. Me han dado que pensar. Porque al final me pregunto, qué culpa tiene el 2012 de que le hayan adjudicado la puñetera crisis precisamente en su cifra, podría haber sido en otra cualquiera, 2016, 3000, etc. Sencillamente, le han cargado con el "mochuelo" o le han hecho bailar con la más fea, como queramos.

Cuando nos preparábamos para comer las uvas junto a nuestros amigos, en la plaza y bajo el reloj del Ayuntamiento, como ya viene siendo habitual, me hice estas preguntas y antes de que sonaran los cuartos y sus encanecidas barbas se perdiesen por las callejuelas del pueblo, le di las gracias al viejo año por haberme dado la oportunidad de comenzar un nuevo año. Conocer un nuevo calendario. Seguir disfrutando de la vida, el aire, el sol y el cariño de mis semejantes. Y como decía mi abuela: "Es de bien nacido, ser agradecido".

Unos porque le daban las gracias, otros porque estaban deseando perderle de vista, juntos nos comimos los doce de uvas, brindamos, al gusto del consumidor, sonó la zambomba, se cantaron villancicos y se repartieron cientos de besos y abrazos deseándonos un ¡Feliz Año Nuevo!!

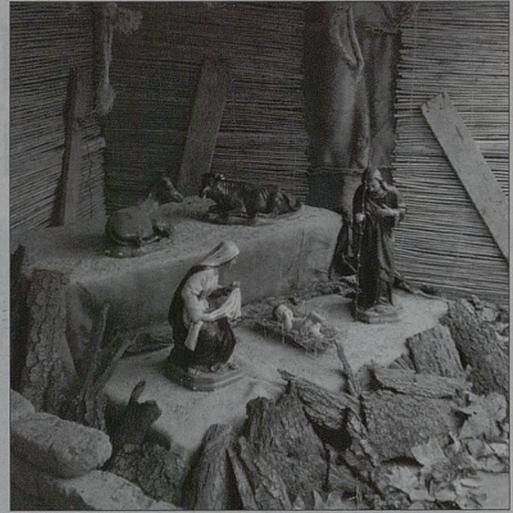




Alarilla recupera el esplendor de sus Reyes Magos en Ala Delta

La Navidad 2012 en Alarilla comenzó con el montaje del Belén en la Plaza Mayor, acontecimiento en el que cada vez se pone mayor ingenio, para continuar con todos los actos religiosos programados para esos días, así como otros acontecimientos que amenizaron todo este periodo vacacional. Un 24 de Diciembre y un 25 de Diciembre tranquilos, dieron paso a un fin de año más movidito. La Comisión de Fiestas de este año 2013, ya está totalmente volcada en la organización de las mismas, y para ello organizó la Fiesta de Fin de Año en el Centro Social, que estuvo amenizada por el mejor de los DJ, Jesús. Pero como no podía ser de otra forma, según terminaron de sonar las 12 campanadas, se empezaron a escuchar por todo el pueblo los "ruidos" de los cencerros de nuestro Zarragón, una de las Botargas de la provincia de Guadalajara, con prisas por salir. El Zarragón está declarado como fiesta de Interés Turístico Provincial, y es una de las figuras más importantes de nuestro pueblo, con sus llamativos colores y su temible careta. El Zarragón también hizo su presencia en la Misa de Año Nuevo, no dejando pasar a las mujeres al recinto santo sin previo pago de una pequeña voluntad.





Pero los actos navideños no acabaron aquí y como colofón final quedaba la visita de los Reyes Magos. Este año se presentó el 5 de enero con un día inmejorable y buenas condiciones climatológicas que hicieron que la noche fuera espectacular. Comenzó la cabalgata un poquito antes que de costumbre para evitar problemas con el tiempo climático y fue rápida, pues sus Majestades los Reyes Magos venían con prisa por repartir los regalos. Desde el cerro de La Muela fueron surcando los aires primero la estrella, guiando el camino a los tres Reyes y después Sus Majestades, en Ala Delta, y sus Pajes, en parapente. Este año contábamos con el Campeón de España y Subcampeón de Europa del año 2012 para ayudar a Sus Majestades, así como con más especialistas que colaboraron para que toda la Cabalgata fuera espec-

tacular. Tras el aterrizaje de la comitiva que llegaba de Oriente, el público que esperaba en la ladera acompañó a los Reyes Magos hasta al pueblo, para disfrutar de un caldo calentito, chorizos, migas, castañas asadas, chocolate, mantecaditos, ... A destacar la cada día mejor decoración de la Plaza Mayor, el Belén Viviente, y sobre todo el buen ambiente. Los Reyes Magos dieron un pequeño detalle a cada niño, dejando el resto de regalos para la noche. Acabó la noche con una pequeña Fiesta organizada por la Comisión de Fiestas.

La nota triste de estas navidades se produjo el día 25 de diciembre con el fallecimiento de una de las mujeres más longevas de nuestro pueblo, Justa Lorenzo, a los 97 años de edad. Nuestro más sentido pésame a todos los familiares.



Deliciosa matanza popular

Con el propósito de evocar tiempos pasados y recuperar de algún modo tradiciones de antaño para adaptarlas a los nuevos tiempos, desde hace unos años se viene celebrando en Alarilla la tradicional matanza popular. Aunque algunas familias siguen manteniendo esta costumbre, la idea de juntar a todos los vecinos en torno a este acto ha hecho que se vuelva a organizar este año con un éxito de asistencia y participación. El menú compuesto por migas castellanas y la carne del cerdo junto con la buena mano de los cocineros contribuyeron a que el día fuera espléndido.



VISIÓN SIN LÍMITES, UNA REVOLUCIÓN PARA LOS PRÉSBITAS

Central Óptica Guadalajara nos presenta la última revolución en lentes progresivas. Hasta hoy en las lentes progresivas debíamos elegir entre campos de visión más amplios o una reducción del efecto balanceo. Pero esto suponía para algunos usuarios cierta inseguridad al bajar las escaleras, un leve mareo al mover la cabeza o algunos problemas para enfocar, por ejemplo, a la hora de leer. **Con las nuevas lentes Varilux S 4D ya no es necesario elegir.**

Para que nos facilite todos los detalles sobre estas nuevas tecnologías preguntamos a **Alfonso Casasnovas Gerente de Central Óptica Guadalajara**, todo un experto en la salud visual de Guadalajara.

Alfonso Casasnovas, ¿No es muy rotundo hablar de "visión sin límites"?

En absoluto, hasta ahora los usuarios con presbicia se veían limitados por sus lentes en algunas ocasiones.

Con las nuevas **Varilux S 4D** los usuarios disfrutan una **experiencia visual única** y una capacidad de **reacción instantánea**, además de incluir el **"ojo dominante"** como un parámetro fundamental a la hora de optimizar la **personalización**.

¿Cómo se ha conseguido esto?

Fundamentalmente, con **tres innovaciones patentadas por Essilor** –el líder mundial en lentes progresivas– en tecnología, diseño y personalización. Si hablamos de lo tecnológico, gracias a **Nanoptix** la estructura principal de la lente se recalcula completamente para eliminar el efecto balanceo. Como resultado, **Varilux S 4D consigue una reducción del efecto balanceo de hasta un 90%**.

En el caso del diseño con **SynchronEyes** se tienen en cuenta las diferencias fisiológicas entre los dos ojos. Con **Varilux S 4D los campos de visión son hasta un 50% más amplios** en comparación con las principales lentes premium del mercado.

Respecto a la personalización, la **tecnología 4D** nos permite **identificar el ojo dominante** para mejorar el tiempo de reacción. De esta forma **la visión es instantánea**.



Bernard Maitenaz
Inventor de la lente progresiva
Presidente Essilor Internacional 1980-1991

¿Qué es eso del ojo dominante? ¿Cómo afecta a la visión?

En nuestro día a día, es el ojo dominante **el que fija la mirada** –tiene más protagonismo–, seamos diestros o zurdos y, además, juega un papel importante en la percepción del espacio.

La tecnología 4D define el diseño de las lentes respetando el papel protagonista del ojo dominante.

¿Pero cómo se identifica el ojo dominante?

La identificación del ojo dominante se realiza de forma fácil y rápida, gracias al **Visiooffice**, el instrumento de toma de medidas ópticas más avanzado del mercado, y al **localizador 4D**, una nueva herramienta específica para la toma de medidas.

En Central Óptica Guadalajara recomendamos Varilux S4D con el 100% de garantía. De hecho, todos los clientes que lo han probado nos han agradecido la sugerencia y nos comentan

las **grandes diferencias del antes y el después.**

Vuestros centros han sido reconocidos como Varilux Especialistas, ¿qué significa esta distinción?

Se trata de un distintivo otorgado por la firma **Essilor** –líder mundial en lentes oftálmicas–, este reconocimiento certifica a las **ópticas del mercado especializadas en adaptación de lentes progresivas**, ofreciendo un mejor servicio y atención a sus clientes así como los últimos avances y calidad en sus productos.

Una última recomendación para nuestros lectores?

Nuestra recomendación, cuando se detectan los primeros síntomas de la presbicia, es acudir al óptico de referencia. Y sobre todo, que recuerden que **la salud visual es sinónimo de calidad de vida**, nosotros podemos ayudarle a ver el mundo como nunca antes lo había visto.

CG
Central Óptica



C/ Virgen de la Soledad, 11 · Guadalajara · Telf: **949 23 11 72**

C.C. Eroski · Guadalajara · Telf: **949 20 21 74**

C.C Ferial Plaza · Guadalajara · Telf: **949 31 93 60**

Avda. Guadalajara, 8 · Azuqueca de Henares · Telf: **949 27 74 35**

La Asociación Cultural La Fragua quiere señalar el “nevero” de Taragudo



Un nevero (también denominado helero y ventisquero) es una acumulación de nieve relativamente poco extensa, que, protegida por la sombra y por la forma particular del terreno que lo aloja, es capaz de subsistir en verano a mayores temperaturas, por debajo del límite de las nieves perpetuas, como un pequeño glaciar de circo. Son muy frecuentes en las zonas altas de las montañas, en las que toda la nieve caída en invierno no llega a derretirse completamente en primavera y verano. En las latitudes altas se pueden encontrar neveros casi en cualquier cota. En las latitudes medias se concentran a partir de los 2.500 metros o 3.000 metros, según la zona. En las zonas cálidas del planeta, se sitúan por encima de los 4.000 o 5.000 metros. A partir de una determinada superficie, un nevero se puede considerar como glaciar, por eso, las dimensiones de estos nunca llegan a ser muy grandes.

También se denomina helero a la placa de hielo que se forma durante las noches frías sobre la nieve al congelarse el agua de fusión de ésta.

Durante el invierno, la capa de nieve que se va formando nevada tras nevada va cubriendo la totalidad del suelo. En primavera o verano, las nevadas remiten y la nieve comienza a fundirse dejando superficies descubiertas. Estas superficies sin nieve van creciendo, hasta el punto en que las superficies con nieve se reducen, formándose los neveros.

La diferencia entre un glaciar y un helero no es exclusivamente el mayor espesor del primero. Fundamentalmente, el helero es una masa estática de hielo y generalmente más pequeña. Sin embargo, el glaciar está dotado de movimiento propio, lo que supone que tiene un alto poder erosivo y de transporte de materiales que sedimenta formando morrenas.

Pues la Asociación Cultural La Fragua de Taragudo aprobó en su última reunión el procedimiento para señalar el “nevero” de Taragudo. La idea de la asociación es dar a conocer esta formación geológica de manera que sea mucho más fácil de localizar y de este modo dar a conocer otro de los atractivos de los que goza el municipio.

Los Cantos de la Alcarria cumplieron con éxito su mayoría de edad

Si sumamos a un gran plantel de agrupaciones y a una buena organización, el que la edición de este año coincidía con el del día del sorteo de Navidad y, por tanto, la suerte también estaba aliada para que, climatológicamente hablando, el tiempo acompañara atrayendo más gente que en años anteriores, tenemos todos los ingredientes para que el XVIII certamen Cantos de la Alcarria en Navidad se asegurara un éxito, como así fue.

A las seis de la tarde comenzó el acto con un saludo de bienvenida al numeroso público que llenaba el templo de Nuestra Señora de la Asunción, por parte de uno de los párrocos de la villa, D. Felipe. Seguidamente, Montse Ramos, secretaria de la asociación cultural Carravilla, entidad organizadora del certamen, dio paso al pregonero navideño, D. Jesús Molina Alcántara, recientemente elegido Vicario Episcopal de los arciprestazgos de Sigüenza y zonas rurales, y que, en la pasada década, fue párroco de Atanzón.

A su finalización, las nueve agrupaciones acapararon todo el protagonismo para dar paso al apartado musical. La ronda de Azuqueca, una formación ya clásica en el certamen atanzonero desde que éste se creó, fue la primera en ponerse a los pies del altar para interpretar dos villancicos. Tras ella, el estruendo de los cencerros por el pasillo central hasta la cabecera del templo, fue el presagio de que llegaba el turno de la ronda de Cantalojas. A ella le siguieron el grupo de Guadalajara Cantiga Folk y la ronda de Hita. Posteriormente, la ronda de Horche animó a los presentes a que con sus palmas les acompañaran en su interpretación, lo cual hizo que el ambiente comenzara a ganar enteros, y que el público con sus aplausos lo agradeciera al finalizar su actuación. Después fue el momento de escuchar a la ronda La Alegría, la cual, en su segundo villancico, hicieron una versión de Los campanilleros, adaptada a los típicos instrumentos que portan, que provocó la mayor ovación de la tarde. Continuó el recital de folclore navideño con la presencia de los miembros del grupo Palacio de la Cotilla y, tras ellos, la ronda Amigos de Sigüenza, que, con sus enormes zambombas, terminaron cantando sus conocidas Doce palabras.



Por último, como suele ser costumbre, el certamen lo cerró la anfitriona Real Zambombada de Atanzón, la cual irrumpió en su desfile inicial con su Dale a la zambomba para situarse sus treinta miembros en las escalinatas del altar. Interpretaron el villancico El niño perdido y después La Virgen camina a Egipto, ésta con acompañamiento de acordeón a cargo de su director Valentín Pérez, que gustó al respetable, poniendo el cierre final a las nueve actuaciones, tras dos horas de duración.

A cada formación se le hizo entrega de un recuerdo cerámico conmemorativo de esta decimo octava edición y de un jamón. Acudieron a presenciar este ya clásico encuentro navideño provincial de rondas, con el edil de la villa Carmelo Ramos a la cabeza, el vicepresidente segundo de la diputación, Lorenzo Robisco, el diputado-delegado de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, Antonio Ruiz,



los alcaldes de Hita, José Ayuso, y de Valdregudas, Carlos Viejo, así como el presidente provincial del Partido Castellano en Guadalajara, José Manuel Sanz.

Finalmente, la plaza Mayor congregó a un mayor número de asistentes que en ediciones anteriores, que se reunieron en torno a los tres puntos que la organización había dispuesto para repartir caldo, migas y chorizos, respectivamente, además de pan y vino, gracias a la colaboración de voluntarios del pueblo. La estancia en el centro de la localidad se pudo prolongar, gracias a que el tiempo acompañó, compartiendo viandas y tocando más villancicos, cánticos y jotas, esperando de nuevo a que los Cantos de la Alcarria, una vez que han superado en esta edición su mayoría de edad, vuelvan el próximo año con la misma fuerza e ilusión.



Atanzón disfrutó un año más con la cabalgata

Tal y como estaba previsto, a las siete en punto de la tarde, un fuerte destello comenzó a dejarse ver a la altura de la ermita de la Concepción. Se trataba de los grandes focos de la carroza que traía a SS.MM. los Reyes Magos de Oriente y que, poco a poco, se fue aproximando a la entrada del pueblo donde, sobre todo los más pequeños, les esperaban nerviosos y contentos junto con sus padres y abuelos.

La cabalgata trascurrió por las calles que conforman cada año el recorrido habitual, con un gran ambiente navideño, gracias los acordes de los miembros de la Zambombada y sus villancicos, y bajo una lluvia incesante de caramelos que sus majestades y los pajes reales lanzaban desde la carroza.

Ya en la iglesia, los tres Reyes Magos ocuparon sus tronos en la cabecera para saludar a todos los asistentes y, tanto Melchor, como Gaspar, como Baltasar, tuvieron unas palabras de agradecimiento por el recibimiento que se les había dado a su llegada a Atanzón. Inmediatamente después, los pajes empezaron a acercar los regalos, que inundaban el altar, a sus majestades para comenzar el carrusel de ir nombrando tanto a los peques como a los mayores. En esta ocasión el reparto duró algo más de lo habitual, por cuanto parece ser que durante este último año unos y otros se habían portado bien y les habían traído todo lo que les habían pedido.

Al finalizar el acto, SS.MM. los Reyes Magos se despidieron para proseguir con su duro trabajo por otros pueblos de la comarca, esperando regresar al año que viene de nuevo a la villa atanzonera. Mientras tanto, en el teleclub de la asociación de jubilados todo el mundo se reunió para dar buena cuenta de un rico roscón de reyes con chocolate.



Con la tradicional cabalgata de Reyes concluyó el amplio programa navideño que un año más ha tenido lugar en Atanzón, en donde, gracias al ayuntamiento y la asociación Carravilla, empeñados con su organización en mantener las tradiciones, a la colaboración de voluntarios en los distintos eventos, a la intervención de los miembros de la Real Zambombada e incluso a los que se siguen acercando a disfrutar de los actos y a los que todavía deciden pasar las Navidades en el pueblo con los suyos en esta época del año, hacen que las cosas pequeñas tengan más valor. En definitiva, que estos pueblos de la Alcarria mantengan su latido también en invierno.

NOTICIAS DE LA VILLA

♦ San Blas

• Coincidiendo con el primer fin de semana de febrero, los días 2 y 3 tendrán lugar distintos actos para celebrar la fiesta de San Blas. El sábado por la tarde se llevará a cabo el II concurso de tortillas y por la noche la actuación de un dúo musical. El domingo se celebrará la misa con procesión, amenizada por los dulzaineros Mirasierra, y al mediodía la comida de la Asociación de Jubilados, con posterior chocolate para todo el mundo.

♦ Internet

• Desde el pasado mes de diciembre, la web atanzon.com ha vuelto a ponerse en marcha en donde se irán incluyendo noticias, eventos y todo lo relacionado con lo que acontezca en Atanzón, así como la actualización de los contenidos de las distintas secciones.



Una cuarta parte del presupuesto de 2013 se dedicará a inversiones

El pasado 22 de diciembre fue convocado el concejo, tal y como fue acordado en la constitución de la corporación, para dar cuenta del transcurso del año, así como para la aprobación de los presupuestos para el 2013, que se caracterizan por ser unos presupuestos ajustados a la situación en la que nos encontramos. Las cuentas de Matarrubia para este año destacan porque no habrá subidas de impuestos, y la cantidad con la que se cuenta ascienden casi a los 150.000€, con una dotación de casi el 25% dedicada a inversiones, que tienen su financiación de recursos propios del Ayuntamiento, pues en la situación actual no se esperan subvenciones de otras administraciones.

Entre las inversiones previstas destaca la primera fase de ampliación de las escuelas para dotarlas de servicios con el propósito de convertirlas en un espacio polivalente para uso y disfrute de los vecinos. También será importante la pavimentación de la calle de la iglesia así como la aportación municipal a los planes provinciales que ya han sido aprobados y adjudicados por lo que con la llegada del buen tiempo se procederá a renovar otro tramo de la red de abastecimiento de agua potable.



Acondicionamiento de la Calle del Arroyo

El Ayuntamiento ha procedido este mes de enero al cordado de los chopos junto con el acondicionamiento de la Calle del Arroyo en su confluencia con la cañada al disponer ya de los permisos por parte de Vías Pecuarias, dejando dicha calle preparada para en otra fase acometer la instalación del colector de aguas residuales.

Mejora en las antiguas escuelas

Por otro lado, el Consistorio está llevando a cabo mejoras en las antiguas escuela y que consisten en el repaso de tejado y la sustitución de las ventanas de hierro, que se encuentran en lamentable estado, por unas de aluminio con persianas incorporadas y las rejas. Esta actuación ha sido posible gracias a la subvención concedida por parte de ADAC procedente de los fondos europeos que gestiona esta asociación de desarrollo rural.

Visita adelantada de los Reyes



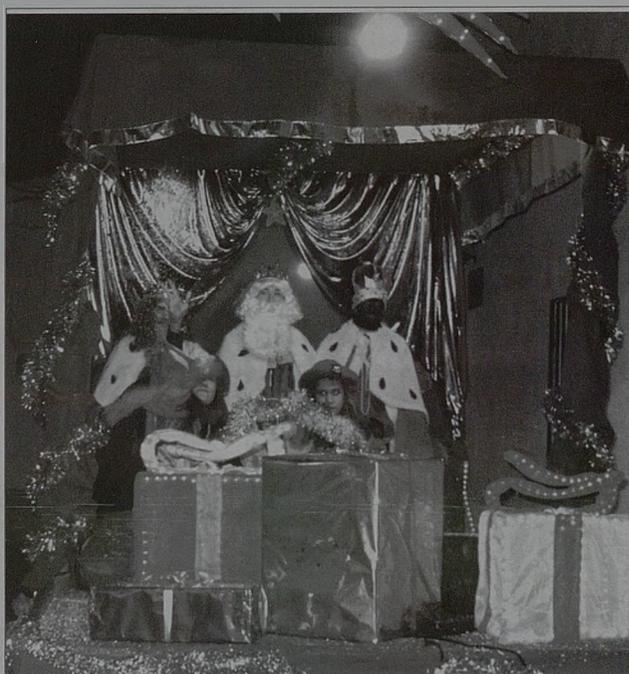
Como en años anteriores, la chiquillería de Matarrubia tuvo el honor de contar con la presencia de sus Majestades los reyes magos el último sábado del mes de diciembre. Sus Majestades tuvieron a bien recoger en persona las cartas y dieron la oportunidad a los pequeños de poder conversar personalmente con ellos. A su despedida, los miembros de Ascudema tuvieron una pequeña merienda para todos los reunidos en el centro social, así como una degustación de chocolate con bizcochos ofrecida por el Ayuntamiento, como adelanto del que ofreció el día de reyes con roscón.



La Cabalgata de los Reyes Magos une a Cañizar con la vecina Ciruelas

La noche del día 5 de enero es la noche más esperada por los niños. A los mayores, todo hay que decirlo, todavía nos hace ilusión ver que sus majestades los Reyes Magos siguen teniendo algún detalle. Los Reyes, como cada año, se pasearon en su carroza, preparada para la ocasión con todas las comodidades para hacer la visita a Cañizar lo más acogedora posible. La entrega de regalos se hizo en la iglesia y todos los niños, buenos y malos, tuvieron lo que habían pedido en sus cartas.

Posteriormente la carroza se desplazó al vecino pueblo de Ciruelas, donde una vez concluida la cabalgata todos disfrutamos de una exquisita merienda. Este fue el broche de unas navidades que cada año nos van pesando más.



El Olmillo iniciará el febrero de celebración con la matanza popular

La Asociación Cultural El Olmillo tiene previsto organizar para los próximos días 2 y 3 de febrero la tradicional matanza popular que desde hace algunos años se ha convertido en uno de los eventos con mayor trascendencia en el municipio.

Los actos comenzarán, no obstante, un día antes pues a las 22,00 horas del día 1 de febrero están convocados todos los socios en el local de la propia asociación para el cortado de las migas que forman parte de uno de los platos que se expondrán en esta fiesta culinaria.

Aprovechando la gran concentración de socios que atrae esta actividad, la Asociación aprovechará estos días para proceder al cobro de las cuotas anuales que deben abonar los socios que podrán hacerlo durante toda la jornada del sábado, 2 de febrero, y el domingo, 3 de febrero, por la mañana.

Para los niños menores de 10 años, la cuota es de 4 euros, mientras que los adultos deberán pagar 10 euros. El pago lleva incluida la actividad de la matanza, de manera que los que no sean socios deberán pagar 12 euros si quieren asistir a los actos programados.



Por último y aprovechando esa gran concentración de socios, para el mismo sábado a las 17,00 horas está prevista la reunión ordinaria en la que pueden participar todos los socios con el objetivo de programar las actividades de este año.

NUESTRA JUVENTUD

Los que hoy son de mí tiempo
nacimos en plena guerra
no nos acordamos nada
pero sí de la posguerra...

La vida era muy difícil,
España quedó muy mal
y con muy poquitos años
tuvimos que trabajar...

En invierno a las olivas
luego después de zagal
y por si esto fuera poco
todo el verano a trillar...

Fuimos muy poco al colegio
a mi manera de ver
pues nos hicimos mayores
sin casi saber leer...

No había esas discotecas
pero sí hacíamos baile
en el salón de sesiones
que nos dejaba le Alcalde...

Allí con el pianillo
con sus diez piezas marcadas
una tras otra bailábamos
hasta esperar a las cabras...

Estas eran la hora punta
las chicas se iban corriendo
porque si se retrasaban
ya las echaban de menos...

Las que ya tenían novio
se paraban en la puerta
se daban cuatro achuchones
y así acababa la fiesta...

Salíamos de paseo
sin agarrar de la mano
por si acaso nos veían
seríamos criticados...

Nos pasábamos de correctos
respetando a nuestros padres
con la cabeza bien alta
como todo el mundo sabe...

No me canso de escribir
por esta noble actitud
que mantuvo siempre viva
esta noble juventud...

Cuando voy siendo mayor
me ha dado por la escritura
a otros les da por cavar
y a otros por echar basura...

Todos somos ya mayores
casi todos de Muduex
pero que a nuestra manera
nos lo pasábamos bien...

No doy nombres ninguno
pero a todos en plural
mido con la misma vara
y a todos aprecio igual...

Pues ya terminé diciendo
con otras dos o tres líneas
mucho salud para todos
y para nuestras familias...

JOSÉ DE LAS HERAS
20/09/2001

CABALGATA DE REYES

Tras ver a Dios nacer todo se anima,
cómo hacer la adoración que se merece
tratando de encontrar cuando oscurece
la luz que tachareis de luz divina.

A Muduex entero veis que le fascina
hacer de estas costumbres lindas leyes,
saliendo a saludar a esos Reyes
que en pos de la niñez su amor inclina.

Llegaron al portal y el pueblo opina
que debe ser Dios el heredero,
y le deben festejar como el primero
que puede situarse tan encima.

La alegre Cabalgata se encamina
a los pueblos de este valle del Badiel,
reflejándose la luna dentro del él
y alumbrando la espesura de la encina.

El lucero vespertino no se arruina
repartiendo tanta luz que nos parece
que es la misma de ese sol cuando aparece
por detrás de la montaña o la colina.

Todo brota en esta tierra envanecida
para bien de quien la cuida y la trabaja,
sirviendo a su Dios al que agasaja
por servirnos como ejemplo en esta vida.

Surge sin pensar que es de la ruina
del que impera como bueno o como malo
lo que hoy sirve a la niñez como regalo
y a nosotros más el cielo nos arruina.

A la escucha del sonar de los tambores
que inunda todo el valle y sus caminos,
vemos en sus puertas los vecinos
que animan a cantar a sus mayores.

Ya vendrán unos tiempos que mejores
no sentimos en el cuerpo tanto frío
de vivir tan apartados de ese río,
de alegría que transmiten los pastores.

No es justo que llevemos lindas flores
a los niños porque nunca ilusiona
y el niño aún siendo niño no perdona
que le engañen su ilusión con mil colores.

Después de disfrutar de unos momentos
pensando en el placer que les espera,
a los niños corriendo por la pradera
con los juegos que les ponen tan contentos.

No es que el niño crea el sueño conseguido
cuando goza en el presente de un regalo,
es que piensa en ese tiempo ya pasado
y entre sueños engañado lo ha perdido.

Todo deben a un señor que sin fortuna
emplea todo el tiempo en hacer bienes
repartiendo en aquellos que no tienen
y su bolsa tan pequeña se le esfuma.

Él sabe que este tiempo que así emplea
es posible que ninguno lo agradece
y aún es más que critican si parece
que no gusta de bailar con la más fea.



Que alegría que gargantas infantiles
acusen satisfechos tantos dones
y salgan a jugar de sus rincones
con los juegos de unos Reyes tan gentiles.

A nosotros su alegría es el consuelo
Del anuncio de estas fiestas candorosas
Que nos traen al recuerdo tantas cosas
Que nos hacen acercarnos más al cielo.

*Escrito por Pablo Gómez Asensio, que asistió a una
Cabalgata de Reyes en el valle del Badiel.*



Muduex ha vuelto a recibir a sus Majestades los Reyes Magos de Oriente en olor de multitudes en la particular cabalgata que el municipio comparte con los de Miralrío, Casas de San Galindo y Valdearenas, que tuvo lugar el pasado 6 de enero, lo que implica que sean numerosas las personas que acuden a este evento. En esta ocasión, la comitiva partió desde Miralrío donde los Reyes Magos de Oriente dieron una vuelta por la localidad y disfrutaron con la degustación de un chocolate con roscón. A continuación, la cabalgata se trasladó a las Casas de San Galindo donde Sus Majestades fueron recibidas con vino dulce y unas pastas. Posteriormente, le tocó el turno de la visita a Valdearenas donde pudieron tomarse el vermouth. Finalmente, todos los asistentes se congregaron en Muduex donde fueron repartidos los regalos en la iglesia. Y para despedir a los Reyes Magos hasta el próximo año, se les invitó a unas migas con huevos en el almacén que volvieron a ser todo un éxito pues consiguieron congregarse a más de 400 personas.

Carta a los Reyes Magos

Otras navidades que hemos pasado, otro año vencido, otras pascuas y año nuevo que hemos estrenado. Entre pascuas y año nuevo ha pasado el frío, hasta el día de reyes que recibimos a sus majestades y con ellos la carta que nuestro vecino Ángel Salvatierra nos manda a todos.

LOS OTROS REYES

Desde que Jesús nació
y en el mundo se hizo hombre
a tres reyes recibió,
en aquel portal tan pobre.

De los Reyes sus regalos
el niño Dios aceptó,
y al devenir de los años
en fiesta se transformó.

Y casi sin darnos cuenta,
un gran abismo se abrió
y una brutal diferencia
entre dos mundos surgió.

¿No es un cargo de conciencia,
que unos seres inocentes
soporten con gran paciencia,
el ser de otros continentes?

Porque es muy cierto y verdad...
hay personas especiales
que no conocen los males,
que otros sufren sin cesar.

Las diferencias sociales
las tienen que soportar,
por nacer en un lugar
donde el mal es tan fecundo
que no existe bienestar.

Solo el andar vagabundo
nos indica, sin dudar
que el pueblo que va errabundo
es porque no tiene hogar.

¿Por qué la vida en la tierra
discurre de esta manera?
para unos tan placentera
y para otros una guerra.

Sufro por tantos países
sobre los que el hombre impera
y no pueden ser felices
como los de otras fronteras.

No existe felicidad
para esas gentes te digo,
deberíamos cambiar,
y no echar en olvido
ese abismo tan profundo.

Me remuerde la conciencia
al ver, en ese otro mundo
a gentes morir sin tregua,
niños, mujeres y hombres

no sólo porque son pobres
sólo porque no les llega.

Lo que a nosotros nos sobra...
dado, antes de que se pierda,
haced, esa buena obra
que de ellos nadie se acuerda.

Me dicen sus majestades,
los "Reyes Magos de Oriente"
que a todas mis amistades,
conocidos y parientes,
les ponga en antecedentes,
de los hechos singulares
que acaecen a otras gentes.

Todos tenemos conciencia,
de lo que pasa en el mundo,
pero falta esta advertencia,
Pues nuestro ingenio fecundo
le va restando importancia,
a lo que es nauseabundo.

Desde esta nuestra alegría
debemos de recordar,
¡sobre todo en este día!
a todos, los que la vida
se empeño en desheredar.

Si desde esta plataforma
lograra haceros pensar,
en esa apretada horma
que ellos deben soportar,
a lo mejor consiguiera
un algo, de bienestar,
para aquellos de allá afuera
que no tienen ni tendrán.

Amigos todos que estamos
vitoreando a los "magos",
recibiendo sus regalos
aplaudiendo sus presentes,
deberíamos acordarnos,
de esas otras pobres gentes
para los que el día de "Reyes",
es como un día cualquiera.

Piénsalo bien Centenera,
ellos no se lo merecen.

Sigamos con alegría,
celebrando esta jornada
y hagamos algo este día
por los que no tienen nada.

Centenera 5 de enero de 2013

Ángel Salvatierra Alonso



Santa Águeda

Recordar a todos nuestros vecinos que el sábado 9 de febrero celebraremos nuestra patrona "SANTA ÁGUEDA". El programa es sencillo:

13,00 H: MISA Y PROCESIÓN CON LA PATRONA POR LAS CALLES DEL PUEBLO.

Al terminar la misa haremos entrega del premio "Águeda del año 2012".

15,00 H: PAELLA POPULAR, PAGADA ENTRE TODOS.



■ ORDENANZAS

Al finalizar el año que hemos cerrado se han revisado y actualizado las ordenanzas municipales que estaban en vigor, dando entrada a otras, como la de vados de garajes.

Las ordenanzas municipales son los documentos encargados del funcionamiento municipal, por eso es importantes su revisión y actualización adaptándolas a los tiempos actuales.

Navidad en Valdegrudas

Como anticipo de la Navidad, el día 23 de diciembre los pequeños del pueblo se dieron cita en el local del "Granero" para representar la obra teatral del Nacimiento del Niño Jesús en Belén.

Han sido varios los días dedicados a la preparación del acto y no pocos los esfuerzos de los organizadores para reunir a todos para llevar a cabo la representación.

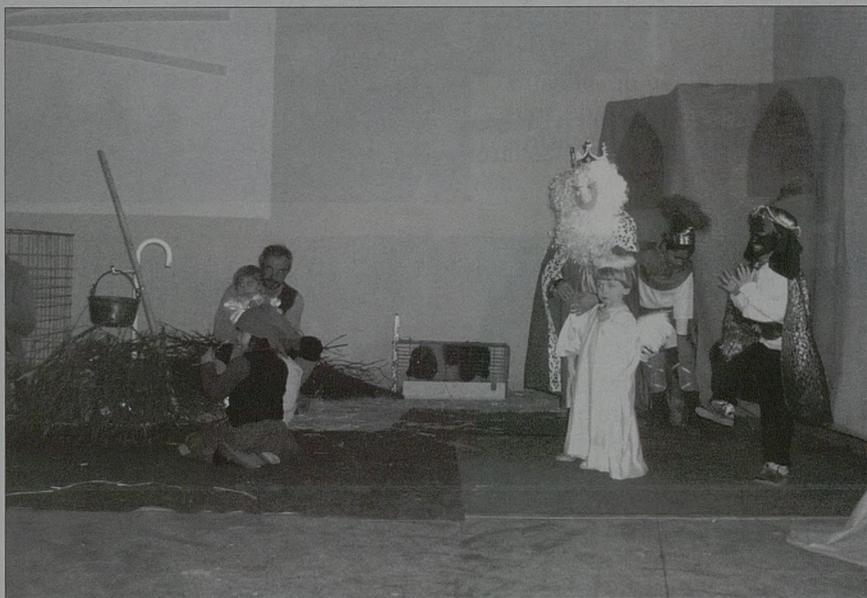
El público presente quedó encantado del trabajo de los niños y de la preparación de los decorados para la representación, al igual que de los papás y mamás que participaron junto con sus niños en la obra.

Nos dejaron un buen ejemplo de interés por fomentar el desarrollo de la cultura en nuestro pueblo y nos invitan a participar conjuntamente en otras actividades culturales.

Al día siguiente: Nochebuena. Pequeños y mayores después de la Misa vespertina de Navidad salieron de ronda para felicitar a los vecinos las navidades y pedir el aguinaldo. Todos quedaron muy satisfechos de este gesto de paz entre todos los que pasaban una noche tan especial en el pueblo.

Los días de Navidad fueron pasando y después de Año Nuevo algunos vecinos fueron a visitar la fábrica de cerveza Mahou. La actividad, preparada por la Asociación Cultural A. de Valdegrudas, fue muy interesante y formativa.

Las actividades de Navidad terminaron un año más con la Cabalgata de los Reyes Magos. Este año hicieron parada en nuestro pueblo el día 7 de enero haciendo muy felices a los pequeños con sus juguetes y a los mayores con la merienda de caldo, chocolate y roscón que tomaron todos juntos al compás de los villancicos y canciones de la charanga después de la celebración.



Agradecemos la colaboración de todos los que han aportado su "granito de arena" para mejorar la Navidad en el pueblo: Ayuntamiento, ACUAVA, Parroquia y Vecinos. ¡Gracias a todos!



MADERAS
DANIEL ABAD, S. A.

Juan de Austria, 135
(Polígono del Henares)
Tlfs: 949 215620 y 949 215668
Fax: 949 219360
19004 - **GUADALAJARA**

La entrada a Cogolludo recupera su fuente

La popular fuente “de los Chorritos” vuelve a lucir en su misma ubicación y con todos sus chorritos funcionando.

Los trabajos realizados por los operarios municipales y el fontanero del centro comarcal de la diputación, han logrado que en estas navidades podamos ver totalmente arreglada esta emblemática fuente para nuestro pueblo, así como su entorno.

Se ha recuperado el firme del lugar y calzado el pilón de la fuente. Los conductos de salida del agua hacia los pilones se pueden regular gracias a la instalación de unas llaves. Se ha impermeabilizado el pilón, las jardineras han sido reparadas y ya están llenas de flores. El solado se ha realizado con las piedras originales.

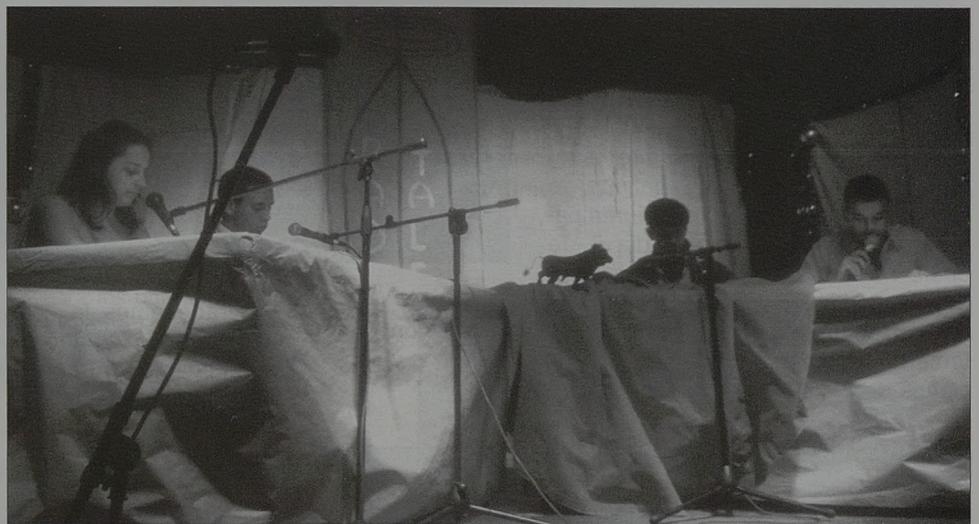
Esperamos que la recuperación de este lugar de nuestro pueblo sea del agrado de muchos y que todos podamos disfrutar con ello.



Festival navideño

El Festival de Catequesis es ya un acto de lo más destacado y esperado de nuestro programa Navideño. Año tras año disfrutamos con los teatros y parodias de estos pequeños artistas. Comenzó la aventura hace veintidós años, con el párroco D. Jesús Mercado y desde entonces no han dejado de amenizar las navidades. Todos los párrocos que han pasado por la localidad, han querido continuar esta interesante actividad, que es un aliciente más de estas fiestas y promueve la participación de muchos voluntarios. D. Mauricio también ha puesto todo su empeño en ello y, junto con el entusiasmo de los niños y el trabajo de los catequistas, se ha conseguido el objetivo.

Este año nuestros actores estrenaban escenario de lujo: el Palacio Ducal. Con semejante plató, la actuación no podía desmerecer y como siempre no defraudó, resultó un éxito. Se rifaron varios regalos, donación de colaboradores, que cada año aumentan. La recaudación de la taquilla y la rifa ha sido destinada a la financiación de las obras de la torre de Santa María.



Como novedad, tuvimos la actuación de un grupo de padres y voluntarios, que representaron un pequeño acto: “Un Oficio para el Niño Jesús”. Después de este debut muchos han descubierto al artista que llevan dentro.

Desde aquí dar las gracias a D. Mauricio, a los catequistas, a los pequeños grandes actores y a todos los voluntarios, que en lugar de pasar unas vacaciones tranquilas, nos regalan su tiempo y su esfuerzo y se comprometen a sacar adelante una magnífica actuación, en apenas una semana de tiempo. Gracias por tanta generosidad.

Navidades en nuestra villa

Ya hemos dejado atrás las fiestas navideñas, para su organización han trabajado muchas personas tanto del Ayuntamiento como de las distintas asociaciones de nuestro pueblo: Amas de casa, El Berral, Libre Albedrío ,además de todos aquellos que a título personal, han arrimado el hombro. Nuestro reconocimiento y agradecimiento para todos ellos.

El pregonero fue nuestro párroco D. Mauricio que nos explicó, entre otras cosas el sentido de la Navidad. Los Villancicos volvieron a oírse en el Ayuntamiento ese mismo día, y el 24 por la tarde alegraron las calles de nuestro pueblo. Se encendieron las luces navideñas, volvió el Cartero Real, el festival de Navidad fue un éxito, los Reyes Magos adoraron al niño en el portal viviente y posteriormente repartieron regalos a niños y mayores en la iglesia.



Solo nos queda desearos a todos un próspero 2013 y confiar en que las próximas Navidades sean un poquito mejores que las pasadas.



■ PROXIMA FIRMA DEL CONVENIO DE COOPERACIÓN CON EL CATASTRO

En breve se firmará el convenio, hasta ahora inexistente, de cooperación entre el Ayuntamiento y Catastro Nacional. Los datos de que dispone el Ayuntamiento serán volcados en el sistema informático del Catastro.

A partir de la firma de este convenio, además de las acciones tomadas por el Ayuntamiento, el Catastro se encargará de regularizar las anomalías detectadas, tanto en Cogolludo como en sus pedanías, aplicando la legislación vigente para cada caso.

Este Ayuntamiento, siguiendo los requerimientos del Catastro, ha realizado una revisión en nuestros municipios. Todos aquellos vecinos que han colaborado en dicha revisión, verán regularizada su situación en breve. Los que no lo han hecho o no han aportado la documentación necesaria, será el Catastro el encargado de actuar, aplicando la ley a todos por igual.

Fiesta y solidaridad se unen en Navidad

La localidad de Espinosa de Henares ha gozado de una gran variedad de actividades durante el periodo navideño gracias a la implicación de la biblioteca municipal y la concejalía de cultura encargada de organizar esta celebración. Los actos comenzaron con el concurso de tarjetas navideñas que se llevó a cabo entre los alumnos del centro escolar y que sirvió de prolegómeno al resto de los actos.

En la víspera de la Navidad, el día 23 de diciembre, se celebró la tradicional ronda de villancicos populares, una iniciativa que desde hace varios años vienen realizando un buen número de vecinos que rememoran la tradición de ir a las puertas de las casas del municipio recitando estos cantares a cambio de un aguinaldo. La recaudación obtenida se destina a un fin social y este año se ha donado a Cáritas Diocesana para que pueda desarrollar su programa de reparto de alimentos a los más necesitados.

Finalizada la ronda, todos los participantes y acompañantes pudieron disfrutar con la degustación de castañas asadas y dulces navideños que sirvieron para ambientar la fiesta.

Otro de los acontecimientos a destacar durante el periodo navideño ha sido la fiesta de Fin de Año organizada por el Club de Fútbol de Espinosa de Henares con el objetivo de recaudar fondos para la supervivencia del equipo y de paso ofrecer una alternativa dentro del municipio a esta noche de celebración. La fiesta, que tuvo lugar en el pub del municipio donde se ofrecieron suculentos descuentos en la bebida, fue todo un éxito congregando a lo largo de la noche a numerosos vecinos de la localidad que no quisieron perderse la juerga que acabó de madrugada.

El último de los actos navideños fue la Cabalgata de Reyes que tuvo lugar el día 5 de enero y que fue multitudinaria. La iglesia acogió a sus Majestades después del desfile donde tras la adoración al niño Jesús se procedió al reparto de algunos regalos para los niños. Y como los Reyes Magos tampoco se olvidan de los mayores, se desplazaron después hasta la residencia donde continuaron dando regalos. A continuación, los niños del municipio deleitaron a los Magos de Oriente con una representación teatral que gozó de una gran presencia de público. Para acabar la jornada, el Consistorio ofreció a todos los presentes un chocolate con bizcochos.



NOTICIAS BREVES

♦ *El Carnaval se mantiene en fin de semana*

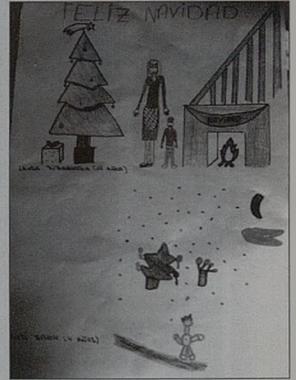
Espinosa de Henares celebrará el próximo 9 de febrero la fiesta de Carnaval siguiendo los mismos pasos que se dieron el pasado año cuando el Consistorio decidió trasladar esta festividad al fin de semana más cercano al día de su celebración con el fin de que pudiera estar presente el mayor número de vecinos.

De este modo, para ese día está previsto que se lleve a cabo el tradicional concurso de disfraces con el desfile de todas las imaginativas ideas de los participantes y que tendrá lugar en el centro social donde el jurado decidirá los ganadores del certamen. Además, la jornada carnavalesca se completará con el reparto de pan y chorizo junto con sangría y para concluir actuará un dúo musical en el baile de disfraces que pondrá el broche a la fiesta.

♦ *Preparando Santa Águeda*

Con la llegada de febrero, Espinosa rezuma un ambiente festivo muy especial ya que dicho mes comienza con una de las celebraciones más importante y conocida de la historia del municipio: la festividad de Santa Águeda. Catalogada como Fiesta de Interés Turístico Provincial, este evento organizado por las mujeres consigue atraer a numerosas personas y visitantes así como importantes figuras de la cultura y la política provincial y regional. De momento, al cierre de esta edición no se había desvelado aún quien será la alcaldesa de honor de este año. Como siempre, no faltarán los bailes y la música en el día que reivindica las mujeres al poder..

La Navidad ambienta a los niños de Carrascosa



El impulso que desde el Ayuntamiento de Carrascosa de Henares en colaboración con la biblioteca municipal se ha dado a las actividades navideñas ha tenido sus frutos, dado que tanto la participación como la ambientación han sido importantes, haciéndose notar estas entrañables fechas más que nunca.

Centradas en los más pequeños, de gran éxito se puede calificar el concurso de christmas navideños cuyos ganadores fueron Laura Ribagorda, de 11 años, en la categoría infantil y David Siloiu, de 4 años, en la benjamín.

Otro de los eventos que también concentró a los más pequeños fue la visita del Paje Real el día 2 de enero como antesala a la llegada de los Reyes Magos. Los niños pudieron dejar sus cartas con la lista de regalos y hacer un primer tanteo de lo que podía caer. Los prolegómenos la Cabalgata del día 5, una lujosa carroza donde Sus

Majestades pasearon por la localidad haciendo entrega de regalos y caramelos. Para despedirles, se les invitó a una chocolatada con bizcochos que puso punto y final a la fiesta.

El Ayuntamiento de Carrascosa quiere mostrar su agradecimiento a la Diputación provincial ya que gracias a su apoyo económico han sido posibles todos estos actos, así como a la implicación y dedicación de la bibliotecaria y todos los que han colaborado para que los niños no pierdan nunca la ilusión de esta fiesta.

■ El Consistorio podría crear una ordenanza de convivencia contra los actos vandálicos

A cuenta de los últimos y constantes actos vandálicos detectados en la localidad, tal como pintadas en vehículos y señales o la destrucción del patrimonio público, el Ayuntamiento de Carrascosa está estudiando la posibilidad de aprobar una ordenanza de convivencia mediante la cual pueda sancionar estas conductas y reparar así los daños causados, más aún si cabe cuando los vándalos promocionan después sus fechorías a través de las redes sociales por lo que son fácilmente identificables. Además, ya ha puesto en conocimiento de las autoridades las actuaciones denunciadas a fin de evitar que vuelvan a producirse.

■ Santa Águeda y San Blas

Carrascosa de Henares comenzará el mes de febrero cargado de fiestas de diversos colectivos. Por un lado, el día 2 de febrero tendrá lugar la festividad de San Blas que organizan los agricultores del municipio y en la que cada vecino deberá participar aportando una comida para su posterior degustación en la plaza del pueblo.

Por otro lado, las mujeres ya se encuentran preparando la fiesta de Santa Águeda que se desarrollará el día 9 de febrero con los actos de costumbre, tal como la elección de la alcaldesa Mayor, música y degustaciones gastronómicas.

El cementerio será ampliado y recibirá un lavado de cara

Dada la demanda detectada para la compra de nichos, el Ayuntamiento de Carrascosa ha proyectado una ampliación del cementerio municipal y un acondicionamiento del lugar. De este modo, está previsto que se hagan 160 nuevos nichos junto con el arreglo de las calles y las tapias que guardan el camposanto. El inicio de las obras está previsto para el mes de febrero y los trabajos serán financiados por el Consistorio.



NOTICIAS BREVES

◆ Reunión con el coto de caza

Con el objetivo de conocer la situación actual en la que se encuentra el coto de caza de Carrascosa de Henares, dado que buena parte de él lo conforman terrenos municipales, el Consistorio instó hace ya año y medio al presidente de esta sociedad a mantener una reunión con el responsable municipal para dar cuenta de todo lo que acontece y que concierne al municipio. Dicha reunión aún no se ha producido a pesar de las múltiples comunicaciones transmitidas, por lo que el Consistorio está estudiando la posibilidad de tomar cartas en el asunto actuar en consecuencia.

◆ Apoyo a la familia de Alfonso Isidro

Desde estas páginas, los vecinos de Carrascosa quieren mostrar su apoyo a la familia de Alfonso Isidro dado que están pasando unos momentos muy delicados a causa de una grave enfermedad. Carrascosa os echa de menos.



Los Reyes Magos adelantaron su visita e hicieron la Cabalgata a pie

La Cabalgata de Reyes de Heras de Ayuso, organizada por la Asociación Cultural, ha visto modificada su tradicional manera de aparecer por la localidad. En esta ocasión, Reyes Magos hicieron su aparición a pie por el camino de Palacio hasta la entrada del municipio donde buena parte de la vecindad les esperaba en el antiguo lavadero municipal al candor de las hogueras.

Sus Majestades dejaron aparcados sus camellos en la Dehesa y bajaron acompañados de los pajes que portaban unas grandes antorchas para iluminar el camino. En esta ocasión, la comitiva adelantó su llegada respecto a años anteriores dado que al caer el día en sábado, serían muchos más los municipios que debían visitar.

En la entrada del pueblo, Melchor, Gaspar y Baltasar hicieron su primera parada donde los vecinos les recibieron con un caldito calentito. A continuación, tras dar una vuelta por las principales calles de la localidad, se dirigieron hasta la iglesia donde adoraron al Niño y proce-

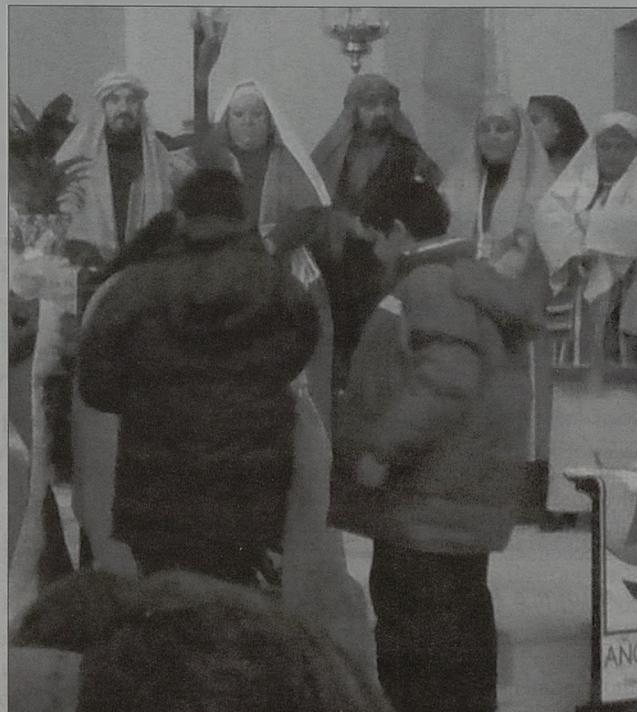
dieron al reparto de algunos regalos, dejando el resto para la noche.

Uno de los atractivos de este año fue que algunos vecinos se ataviaron con ropajes de la época formando un belén viviente que dio al evento un aspecto de realismo mucho mayor.

Tras la partida de Sus Majestades a otros pueblos para seguir repartiendo regalos, los habitantes de Heras continuaron la fiesta en el centro social con la degustación de unos chorizos al vino y roscón de reyes con chocolate.



05/01/2013



INTERMEDIO

EDICIONES

COMUNICACIÓN Y DISEÑO EDITORIAL

Edición ■ Comunicación
Diseño Gráfico ■ Publicidad
Imagen Corporativa ■ Publicaciones
Promoción Turística
Catálogos ■ Folletos ■ Libros ■ Cartelería
Publicaciones periódicas ■ Comunicación Audiovisual

**LE INFORMAMOS Y ASESORAMOS
SIN COMPROMISO**

**NUESTRO TRABAJO ES
HACER QUE LE VEAN**

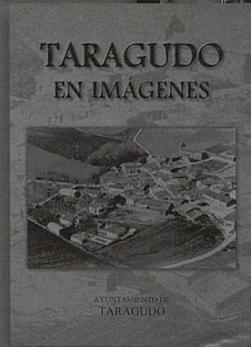
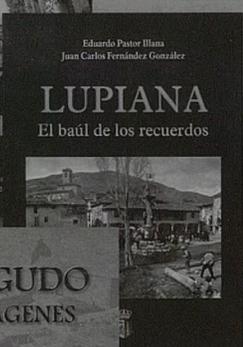
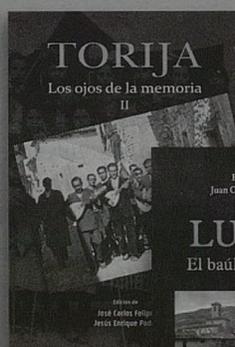
NOVEDAD

LEYENDAS MOZÁRABES Y VISIGÓTICAS

Un instrumento para la crítica y
la propaganda política en la Edad Media



EMILIO CUENCA RUIZ
MARGARITA DEL OLMO RUIZ



Alcalá de Henares 14, 7º C - 19003 **GUADALAJARA**

Teléfono **949210082** - intermedio.ediciones@gmail.com

Ejercicio físico y envejecimiento

Deporte recomendado en edades avanzadas

La imagen del envejecimiento suele estar ligada a percepciones negativas: a los 65 años se es viejo; las personas mayores son todas aproximadamente iguales y habitualmente poco atractivas o asexuadas; con la ancianidad llega la mala salud y la senilidad. De hecho, estas percepciones están muy alejadas de la realidad.

Así, los adjetivos utilizados para describir a las personas mayores pueden sugerir imágenes totalmente distintas: patriarca, edad dorada, veterano, anciano o decano frente a caduco, viejo, senil o arrugado. La diferencia está en la calidad de vida que conservan las personas a las que se refieren estas palabras y esa calidad depende fundamentalmente de la conservación de su independencia en actividades cotidianas, movilidad y comunicación mediante los programas apropiados de manutención y rehabilitación.

¿Cuál es la importancia de la actividad física en las personas de edad avanzada?

Es un componente clave de los cuidados de salud del anciano, en todos los niveles de prevención, teniendo en cuenta que:

Las afecciones músculo esqueléticas son la condición crónica más común en este grupo de edad.

Provocan dolor y discapacidad

Más de la mitad de los hombres y casi 2/3 de las mujeres mayores de 75 años, se quejan de dolor y limitación por problemas musculares y esqueléticos.

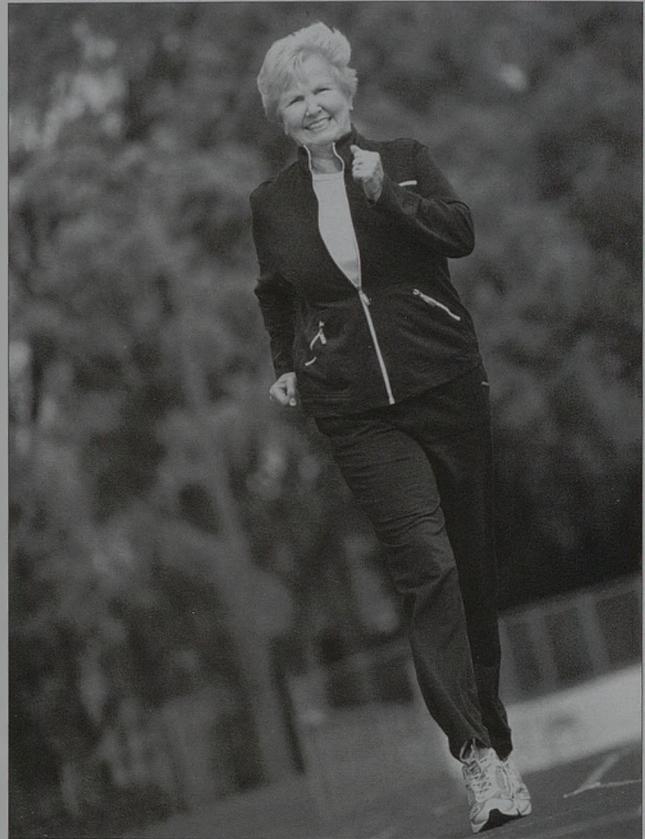
Los médicos de atención primaria gastan mucho más tiempo en el diagnóstico y tratamiento de estas enfermedades.

A su vez, dichos profesionales tienen menos conocimientos y manejo de estas patologías en comparación con otras quizás menos prevalentes.

¿Es el deterioro de la capacidad física algo inevitable con el envejecimiento?

Desgraciadamente, los estereotipos negativos pueden llevar a concebir que el envejecimiento es un estado discapacitante progresivo, que la calidad de vida del anciano con enfermedades crónicas es mala y que la asistencia al anciano es paliativa y poco gratificante. ¡Nada más lejos de la realidad!. Muchos de estos cambios se deben de hecho a influencias modificables como la inactividad, la dieta y factores personales y psicosociales, entre otros, no siendo la salud el único determinante de la calidad de vida de los ancianos, lo que en parte contrasta con la apreciación del equipo de salud.

La Rehabilitación Geriátrica adquiere un papel dominante en la conservación de la calidad de vida del anciano, pues los principios de rehabilitación son aplicables a muchos de los problemas que se encuentran en el enfrentamiento terapéutico de las personas mayores.



¿Cuáles son las ventajas que otorga el hacer ejercicio?

La actividad física es un factor protector para el desarrollo de enfermedades crónicas y de discapacidad. Los ancianos son el grupo más sedentario (mayor en mujeres y en niveles educacionales bajos).

En un estudio con nonagenarios de residencias, se encontró que la suplementación alimenticia y un programa de ejercicios mejoraban su condición física y su funcionalidad.

El principal problema radica en iniciar y mantener un programa de ejercicios.

Además, en múltiples estudios se ha demostrado que el ejercicio físico programado, contribuye a disminuir otros factores de riesgo y condiciones patológicas:

- Disminuye la tensión arterial sistólica
- Disminuye la grasa corporal
- Mejora el trabajo cardíaco
- Aumenta el consumo máximo de oxígeno
- Aumenta la sensibilidad a la insulina
- Mantiene la masa muscular
- Mantiene los rangos articulares
- Aumenta la fuerza muscular
- Refuerza los músculos posturales
- Estimula el crecimiento óseo
- Mejora el riego sanguíneo cerebral

¿Todos los ancianos deben hacer ejercicios similares?

A pesar de los beneficios anteriormente descritos del ejercicio, no todos los ancianos son candidatos para una prescripción directa de ejercicio. La mayoría de los riesgos de morbilidad y mortalidad relacionados con el ejercicio se han relacionado con condiciones cardíacas preexistentes. Aquellos con diagnósticos que contradijan para la actividad de ejercicio agudo (ej. enfermedades cardiovasculares severas, enfermedad pulmonar severa, diabetes mellitus no controlada, o convulsiones) y aquellos con limitación motora extrema debido a artritis severa por ejemplo, requieren atención más especializada. Sin embargo, en general, una prescripción de ejercicio es adecuada para adultos ancianos aparentemente saludables con flexibilidad y capacidad funcional disminuida debido a inactividad crónica. En el caso de los primeros, es necesaria la evaluación médica de especialidad y la estabilización de su patología base previo a dar inicio a un programa de actividad física.

Antes que el médico prescriba actividad física para el paciente anciano, se aconseja una evaluación clínica de riesgo cardíaco, posibles limitaciones, contraindicaciones y otras consideraciones médicas. La historia debe incluir una revisión de los medicamentos, síntomas actuales y factores de riesgo potencialmente modificables a través del ejercicio.

Pedalear

El pedaleo es una actividad muy poco costosa, energéticamente hablando, por lo que se puede realizar durante mucho más tiempo que cualquier otra actividad

Además de los beneficios circulatorios, mantiene el tono de brazos, columna y, evidentemente, piernas. No obstante hay que tener en cuenta, que aunque es muy bien tolerado al final de cada sesión se deben realizar ejercicios de elasticidad.

El pedaleo en bicicleta estática sustituye perfectamente al ciclismo y no hay que dudar en emplearlo en aquellas personas con limitaciones del movimiento espacial (dificultad de la marcha, vértigo, desalineaciones corporales, etc.).

¿Cómo se promueve la actividad física entre los adultos mayores?

Actualmente hay una serie de barreras que impiden el desarrollo de programas de ejercicio físico para personas mayores y una de ellas es la falta de información acerca de la actividad física y el envejecimiento en nuestra sociedad. Por ello es importante promover y facilitar un aumento de la actividad física en el adulto mayor implicando a una amplia variedad de sectores en la difusión de la información relativa al envejecimiento saludable, y apoyar los entornos favorables que promueven la actividad física, tales como la familia, o grupos formados por personas de la misma edad, entre otros.



Estamos empezando a comprender que no se trata de añadir años a la vida sino vida a los años y esto es exactamente lo que se consigue con la práctica regular de ejercicio en la tercera edad.

Recomendaciones para realizar ejercicio físico

- Antes de empezar, siempre consultar al médico.
- Durante el ejercicio controlar regularmente el pulso pues si está muy rápido hay que descansar. Verificar el tiempo de retorno a la calma, un tiempo de recuperación demasiado largo es indicativo de que algo no marcha bien.
- Se elegirán actividades que sirvan para mejorar la resistencia cardio-respiratoria, evitando siempre los esfuerzos muy intensos. Es mejor un esfuerzo continuado y de intensidad moderada.
- La actividad física debe ser regular y constante. En caso de suspender el programa durante un tiempo, la reanudación será progresiva.
- Ante cansancio moderar el ejercicio, dosificar los esfuerzos con progresión regular.
- Evitar esfuerzos que exijan posturas estáticas, rígidas.
- Parar al menor síntoma de dolor, mareo, vértigo, respiración jadeante o dolor de cabeza.
- Con el aumento de edad se está más propenso a las lesiones debido a la pérdida de elasticidad de los tejidos del aparato locomotor, por lo que los esfuerzos serán siempre de débil intensidad y de duración relativamente larga (marcha, bicicleta, natación etc.).
- Perseverar con tenacidad y paciencia para conseguir el fin buscado, evitando siempre quemar etapas.
- Tener en cuenta que estar en buena forma es casi una cuestión de sentido común.
- Uno de los objetivos prioritarios de prevención de enfermedades y promoción de la salud para este nuevo milenio es fomentar la actividad física en todas las edades, especialmente en la tercera edad, intentando aumentar la proporción de personas adultas que realicen ejercicio físico de forma regular, al menos 30 minutos al día, preferiblemente todos los días, disminuyendo al máximo la población sedentaria.

FUENTE: SALUDALIA

El Obispado da luz verde a la mejora de la iglesia

La corporación municipal mantuvo el pasado mes una reunión con el obispo de Sigüenza-Guadalajara, Monseñor Atilano Rodríguez, con el objetivo de co-mentar el estado físico de nuestra Iglesia y solicitar autorización para, en el momento en el que sea económicamente factible, realizar mejoras en este monumento de nuestra localidad.

La reunión no pudo ser más fructífera, dado que se obtuvo la deseada autorización. Esperamos que en un futuro no muy lejano podamos disfrutar de una Iglesia mejorada que a su vez sirva de atracción para el turismo de la Alcarria Alta.

▪ Los jubilados se vuelcan en el reparto de juguetes

La Asociación de Jubilados y Pensionistas de La Beltraneja en la tarde del 5 de enero repartió, entre todos los niños que acudieron al Centro Social, juguetes y regalos donados tanto por socios de la Asociación como por el resto de vecinos.

En total, casi 60 niños y niñas de la localidad pudieron disfrutar de sus nuevos juguetes gracias a la iniciativa de la Asociación que tuvo una estupenda acogida.

La Asociación desea agradecer tanto a sus asociados como al resto de vecinos que han colaborado en las últimas actividades organizadas por esta (el mercadillo solidario y el reparto de juguetes) por su generosidad y solidaridad y por su participación en estas iniciativas.



Una noche mágica gracias a los Reyes de Oriente

La Asociación Cultural "El Torreón" de Trijueque contactó con S.S.M.M. Los Reyes Magos de Oriente para que hicieran una parada en nuestro municipio durante su recorrido por las ciudades y pueblos de Castilla La Mancha la tarde noche del 5 de enero y organizó las actividades de la noche más mágica del año.

A las 18.00 y para entrar en calor ofrecieron a los vecinos caldo y chorizos al vino, cantando villancicos como manda la tradición.

A las 19.30, pequeños y mayores fueron a recibir a Sus Majestades Los Reyes Magos de Oriente a La Cava que llegaron en sus carrozas. Todos les acompañaron a la Iglesia donde, como cada año, repartieron los regalos a los niños. Tras repartir los regalos, se despidió a los Reyes para que pudieran continuar con su viaje con un espectáculo de fuegos artificiales.



El ingenio centra el Concurso de Belenes

Por segundo año consecutivo, el Ayuntamiento de Trijueque organizó el Concurso de Belenes Villa de Trijueque, otorgando dos premios finalistas, uno de ellos al Belén más Tradicional y otro al Belén más original.

Hubo participantes de los tres núcleos, que pusieron muy difícil al jurado la elección de las composiciones ganadoras.

Cabe destacar este año la imaginación que han utilizado los participantes, utilizando materiales de todo tipo para la creación de los belenes, principalmente materiales reciclados, y la realización artesanal de las figuras, tanto humanas como animales, los edificios, los paisajes, etc.

Los finalistas del concurso fueron: al Belén más Tradicional Julián Gallego Pastor por el belén expuesto en el restaurante Liébana y al Belén más Original Santiago Abad y Ricardo Pobre por el belén expuesto en el centro social de la Urbanización Mirador del Cid.

Del Belén más Tradicional destacó el nivel de detalle y los pequeños accesorios realizados a mano, y del Belén más Original toda la mecanización, incluyendo agua fluyendo por el río, molinos en movimiento y un volcán que desprendía humo.

El Ayuntamiento desea agradecer a todos los concursantes por su participación y desde aquí da la enhorabuena a los ganadores y anima a todos los vecinos que lo deseen a participar el próximo año.

Así mismo, agradece a los patrocinadores del concurso (Mercado de La Beltraneja, Bar Restaurante La Entrada y Restaurante El Fogón de la Urb. La Beltraneja; Palad'art de Cabanillas del Campo; Restaurante La Muralla y Materiales de construcción Gomez Pacheco de Brihuega), sin los cuales no hubiera sido posible otorgar los premios a los ganadores (consistentes en sendas cestas de Navidad), al resto de participantes (obsequiados con una caja de bombones) y el premio especial al belén realizado por los niños del Fogón (obsequiados con una caja con chucherías).



■ Comienza el curso de corte y confección en La Beltraneja

El viernes 18 de enero comenzó el curso de Corte y Confección organizado e impartido por la Asociación de Mujeres de La Beltraneja, en el Centro Social de la calle Alhelí.

En él, se enseñará a las participantes a realizar algunas prendas sencillas, todo ello a mano. El curso tendrá lugar los miércoles y viernes, de 10.30 a 12.00, y su coste será muy asequible, con un precio especial para sus asociadas.

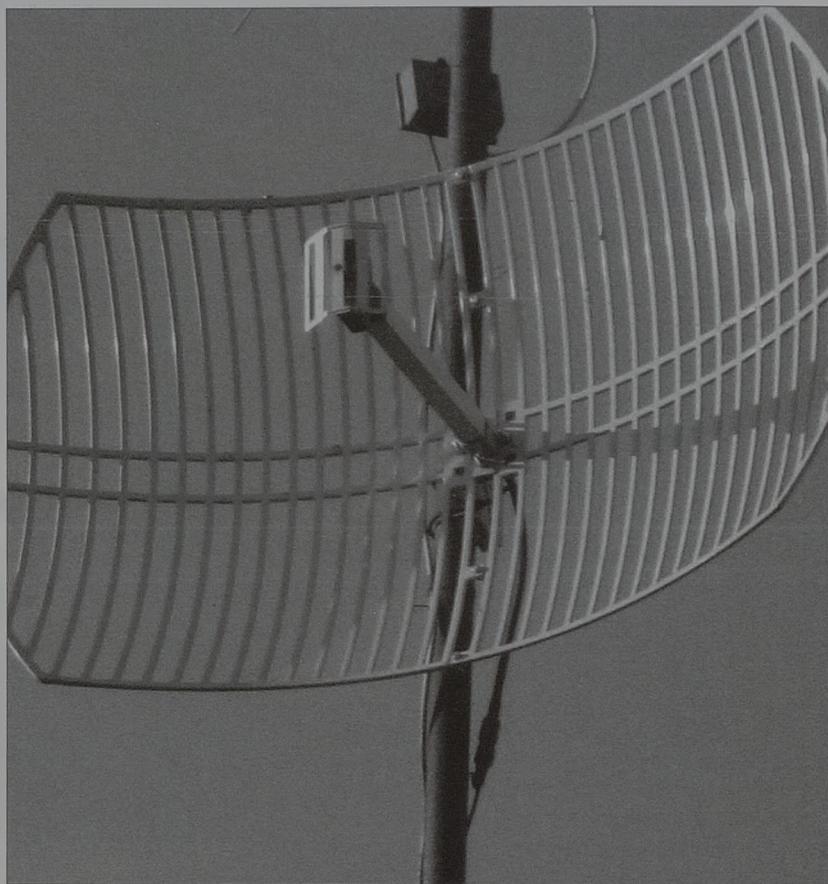
Aquellas personas que deseen asociarse y aprovechar los beneficios de ser socia (el coste es de 10€/año) o participar en este taller de Corte y Confección, puede dirigirse a la Asociación los miércoles de 10.00 a 12.00 en el Centro Social de la calle Alhelí (antiguo Correos)

Una empresa mejorará el servicio de banda ancha de Internet en el municipio

Con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los vecinos y ofrecer unas mejores condiciones de las telecomunicaciones, el Ayuntamiento de Membrillera está trabajando para mejorar el servicio de Internet en el municipio. A pesar de que las compañías tradicionales han instalado dos antenas con el fin de aumentar la velocidad de conexión, aún el servicio sigue siendo muy deficiente por lo que el Consistorio se ha puesto en contacto con una empresa especializada para mejorar dicha conexión de manera que pueda servir como una herramienta más para potenciar el acceso de los vecinos a las nuevas tecnologías.

La empresa de procedencia alemana responde al nombre de Ensinca y cuenta ya con experiencias de éxito en otros municipios de la provincia tal como La Toba y San Andrés del Congosto que tenían un problema similar al de Membrillera.

El Ayuntamiento, de este modo, muestra su implicación para que la localidad pueda estar a la altura de las demandas de la sociedad del nuevo siglo de manera que pueda ser un lugar atractivo para residir y no caer en el olvido al que en muchas ocasiones relegan las administraciones superiores.



Las Vaquillas comienzan la temporada

Las Vaquillas de Membrillera ya se encuentran preparadas para iniciar la ronda de salidas por la provincia en la presente temporada que comienza. Estos curiosos personajes carnavalescos característicos de la población

tienen por delante en este inicio de año una intensa actividad dado que lucirán sus vestimentas por diferentes actos.

Su presencia se espera en la Feria Internacional del Turismo que tiene lugar en Madrid a finales de este mes junto con otras botargas y personajes tradicionales de la provincia. Ya en febrero, también suelen acudir al desfile de botargas y gigantes que tiene lugar durante las celebraciones del carnaval en la capital alcañeña. Pero sin duda alguna, su presencia más importante es la que tendrán ante su público el próximo 9 de febrero en el desfile de carnaval que se celebrará en la localidad. Como siempre, esta fiesta reúne el ingenio de los vecinos en la plaza del pueblo donde nadie se parece a quien es. Como manda la tradición, los mejores disfrazados tendrán premio y los que no, al menos, habrán disfrutado de una gran jornada festiva.



La fiesta de Santa Águeda tendrá lugar el 3 de febrero

Las mujeres de Membrillera ya se encuentran inmersas en los preparativos de la fiesta de Santa Águeda que este año está prevista para el día 3 de febrero, aprovechando el fin de semana. La alcaldesa del municipio, Leopoldina Peinado, cederá durante ese día el bastón de mando a Juani Plaza, la vecina elegida este año para dirigir los designios del municipio durante ese día. Los actos en honor a la Santa se complementarán con otros de carácter lúdico como son los bailes y la comida de hermandad.

Jóvenes y alcohol

JUAN CARLOS VALDERRAMA ZURIÁN

MARÍA PURIFICACIÓN DE VICENTE MANZANARO

Qué, cuanto y cómo consumen

Las pautas de consumo de alcohol en el mundo adolescente y juvenil han sufrido una serie de cambios durante los últimos tiempos, y además, se han ido configurando unas características peculiares, propias de este grupo de edad, alejadas del modelo adulto y tradicional de consumo.

Así podemos destacar como características principales de este grupo de edad en su relación con la adicción alcohólica:

- Búsqueda de nuevos motivos para el consumo, destacando sobre todo la afectación en la esfera psicoactiva de la personalidad. Evasión de lo cotidiano, conseguida mediante la embriaguez, bebiéndose más alcohol y de más graduación.
- Concentración de los períodos de bebida durante el fin de semana o períodos festivos, con incremento de "borracheras", y lo que ello conlleva como alteraciones del orden público o accidentes de tráfico.
- Progresivo descenso de la edad de inicio de consumo de bebidas alcohólicas, que según algunos estudios, se localiza sobre los 12 años, aunque es en torno a los 16 años donde se produce una modificación de las pautas de consumo.
- La cerveza (entre semana) y las bebidas de alta graduación "combinados" (los fines de semana) encabezan el ránking de bebidas preferidas entre los jóvenes.
- En el entorno adolescente y juvenil el consumo de alcohol se suele producir fuera de casa y en espacios donde se producen las relaciones sociales de los jóvenes. Así mientras el consumo se produce en lugares donde hay relaciones entre iguales, hay una ausencia de consumo en el contexto familiar.
- Las creencias predominantes sobre el alcohol siguen destacando sus "efectos positivos" como hemos visto anteriormente, dejando los aspectos negativos "para los demás" ("eso no me pasará a mí").

Al analizar los efectos producidos por el consumo de alcohol es probable que el joven elija la estimulación agradable, cierta e instantánea proporcionada por el mismo. De este modo se construyen pensamientos propios ("no todos los que beben alcohol tendrán una dependencia física o psicológica" "no todos tienen accidentes de coche", "el alcohol afecta a los otros, que no controlan, pero no a mí"...), que contribuyen a reforzar los efectos o ideas positivas.

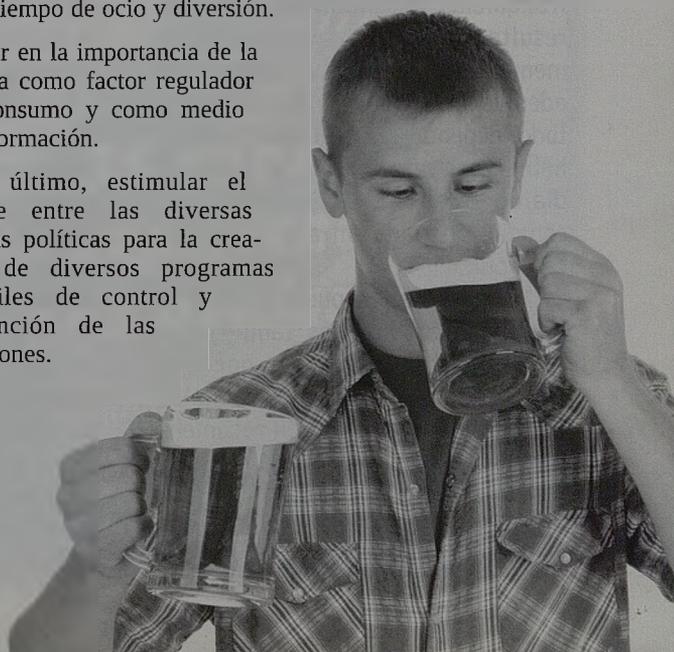
Cómo actuar sobre el problema

Es importante no considerar de forma aislada a los jóvenes del contexto social en que se desenvuelven, sino a ambos conjuntamente, para tener siempre presente los respectivos elementos del sistema: jóvenes, familia, escuela, y barrio o municipio y actuar conjuntamente sobre todos ellos.

Así podíamos considerar diferentes actitudes o pautas de actuación frente al problema, entre los que destacarían:

- Diseñar programas de educación, en los que se incida no sobre los efectos negativos del consumo alcohólico, sino sobre los efectos positivos del no consumo, este pequeño matiz, haría que las medidas tuvieran una mejor acogida general y una mayor eficacia.

- Orientar las actuaciones en el nivel educativo cuestionando y delimitando los efectos positivos del alcohol, que es el conjunto de creencias más desarrollado. Se debe partir de una información realista, que sitúe en su término más justo los "efectos reforzantes" del alcohol, pero que también muestre sus límites. Además existen una serie de creencias erróneas respecto al alcohol (aumento de la potencia sexual, modo de combatir el frío, o como utilidad terapéutica), transmitidas de generación en generación que necesitan ser desmontadas.
- Desarrollar programas de entrenamiento en habilidades sociales, para actuar principalmente en la preadolescencia, antes de que se instaure el consumo habitual de alcohol, para ayudar a esta población a hacer frente a la enorme presión que el grupo ejerce sobre aquellos que no beben. Para ello se debe formar a profesores del sistema educativo, educadores de calle, animadores sociales, etc.
- Hay que utilizar medidas eficaces que no tienen porque ser las más costosas. Hacer más baratas las bebidas no alcohólicas, ya que actualmente es más barato consumir una bebida alcohólica que un refresco, así como potenciar bebidas exóticas con menor o nulo contenido alcohólico pero "que entren por los ojos" a los jóvenes.
- Conseguir imponer líneas de trabajo que logren que la edad de inicio del consumo habitual de alcohol se retrase lo máximo posible, lo cual tendrá una incidencia importante en la prevención de los consumos problemáticos del alcohol.
- Formular objetivos para evitar la desconexión de los adolescentes de los sistemas de contexto, sobre todo educativo, modificar las creencias de adolescentes y jóvenes sobre el alcohol, trabajando fundamentalmente sobre las motivaciones de consumo, o diseñar estrategias para reducir lo máximo posible el dinero que los jóvenes llevan encima los fines de semana.
- Actuar sobre los espacios físicos por donde se mueve la juventud, revisando su diseño. Así podemos:
 - Ceder lugares donde creamos espacios lo más parecidos a los bares y ponerlos en manos de grupos o entidades no controlados por la Administración, que les dé más libertad.
 - Estimular programas que comporten la presencia de educadores en lugares que ellos frecuentan.
 - Obligar a los bares a crear espacios alejados de la barra y con un volumen de música reducido que permita la comunicación y la organización de actividades atractivas que concentren el tiempo de ocio y diversión.
- Incidir en la importancia de la familia como factor regulador del consumo y como medio de información.
- Por último, estimular el debate entre las diversas fuerzas políticas para la creación de diversos programas juveniles de control y prevención de las adicciones.



Un aspecto positivo de la crisis

Recuperación de platos de cuchara

Los expertos en nutrición hacen responsable a la crisis económica de la recuperación de los platos de cuchara, principalmente hablan de las legumbres y el pan, que vuelven a introducirse en la dieta de los españoles porque son alimentos baratos y nutritivos, lo definen como 'el aspecto positivo de la crisis'.

Este argumento se escuchó en el 'Congreso de la Sociedad Española de Nutrición' celebrado en Zaragoza el pasado año. Pero sobre este tema se viene hablando desde hace mucho tiempo, y desde distintos puntos de vista. Recordemos por ejemplo que preguntados sobre si la crisis económica puede mejorar la dieta, los expertos en nutrición lo tenían bastante claro, la reducción del consumo de alimentos nutritivos y necesarios en nuestra dieta, como son las legumbres, se relacionaba con el aumento del poder adquisitivo, se hablaba de la década de los años 70 en adelante.

Pero también ha habido y habrá otros puntos de vista, anteriormente, en 2008, se hablaba de que era inevitable que aumentara el fast food con la crisis económica, por ser una solución para las personas que necesitaban comer algo rápido, rico y barato. A día de hoy puede sorprender, comer en una de estas franquicias de comida rápida puede resultar más caro que comer un menú económico en un restaurante además de menos saludable, pero todo depende del país del que se hable, esta información se desprendía de un informe obtenido tras un estudio realizado entre la población estadounidense.

El tiempo que se puede dedicar a cocinar y a comer es también un factor muy importante, por eso desde el congreso los profesionales de la salud no dudaron en recomendar el consumo de algunos productos elaborados, como las legumbres, que son las que necesitan más tiempo para cocinarse. En



ocasiones puede ser necesario y es cierto que se pueden encontrar alubias, garbanzos, etc., en conserva que son de buena calidad, aunque como hemos podido leer, se han excedido al mencionar, por ejemplo, las lentejas, un guiso con lentejas puede estar listo en 30-40 minutos, y no digamos el mencionado gazpacho, además de que en esta época no es un plato que nos reconforte, su elaboración es de lo más rápida y sencilla, pero en fin... utilicemos nuestro propio criterio con ciertas 'recomendaciones'.

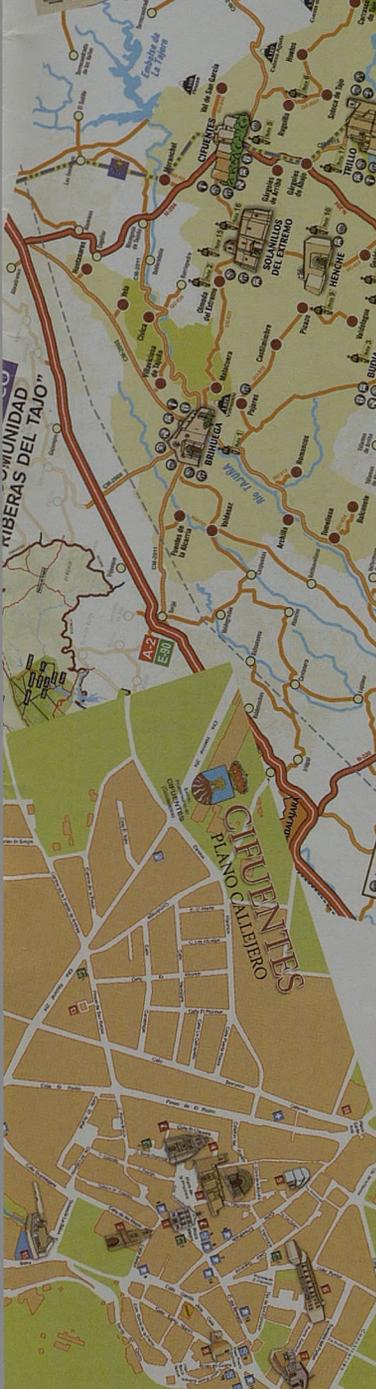
Otros productos preparados son económicos y pueden ayudar a disfrutar de la Dieta Mediterránea, aunque hay que advertir que no todos los productos preparados son saludables, debido al exceso de grasa sólida de algunos de ellos, pero como bien sabemos también hay otros ingredientes con niveles elevados incompatibles con una alimentación equilibrada, como puede ser la sal, los azúcares, ciertos conservantes, etc.

No debemos bajar la guardia en ningún momento, ni dejarnos seducir por las ofertas, recordemos el aumento de la inversión en campañas publicitarias de algunas grandes multinacionales que han encontrado en la crisis económica un aliado para promocionar sus productos más baratos, realizando comparativas de éstos con el consumo alimentario fuera del hogar.

Sin duda, los consumidores buscamos alternativas adecuadas al ahorro, pero no por ello queremos sacrificar una buena alimentación y la salud, la crisis económica y la alimentación están más unidas de lo que se desearía, pero se siguen teniendo muchas opciones para cocinar y comer sano y rico, en algunos casos bastará con mirar el recetario de nuestros mayores, en otros casos además habrá que adecuarlo a las necesidades nutricionales actuales, pero está en nuestras manos, no dejemos la alimentación de los nuestros en manos de los demás.

asesoría en comunicación y promoción turística

nuestro trabajo es hacer
que le vean



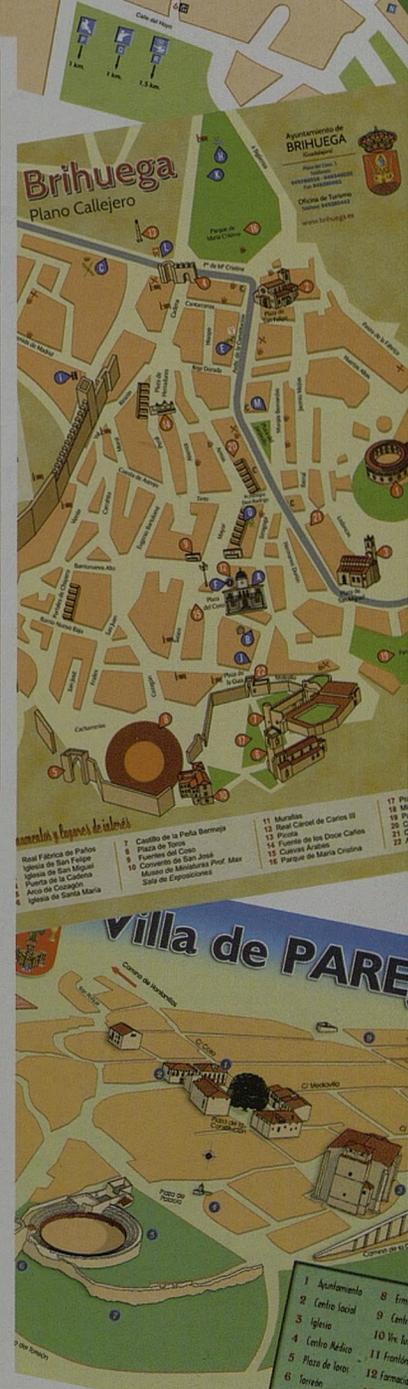
INTERMEDIO COMUNICACIÓN

DISEÑO GRÁFICO Y EDITORIAL
soluciones visuales

C/ Alcalá de Henares, 14 - GUADALAJARA

949210082

www.intermedio-comunicacion.es



CG Central Óptica

2013
REBAJAS

¿te las vas a perder?

cuidamos tu bolsillo sin arriesgar tu salud



000000-00000000-000000-0000

GUADALAJARA

C/ Virgen de la Soledad, 11 y 16 949 23 11 72

C.C. Ferial Plaza 949 31 93 60

C.C. Eroski 949 20 21 74

www.facebook.com/centraloptica



@coguada_com

AZUQUECA

Avda. Guadalajara, 8 949 27 74 35

C/ Acacias,1 949 27 74 35