

revista independiente  
para gente independiente

# NOSOTROS

Nº 10 - Especial Navidad - 1.999

Feliz Año 2000

**Puertollano,  
Cultura e  
Industria**

**AFAMMER:  
Igualdad de  
la Mujer**

**SALUD:  
Consejos Navideños**

**DINERO...**

**75 Aniversario  
de la Radio**

Fotografía: *Nacimiento*

# DE TODO UN POCO

◆ **Engordar con música.** Los pollos y los pavos ganan hasta un 4% más de peso si escuchan música y juegan con juguetes infantiles.

◆ **¡Que aperitivo!** Tommy Greene, de Annapolis, Maryland, se tragó 299 ostras crudas en 1 minuto y 33 segundos.

◆ **Las plantas contraatacan.** Una planta del desierto de Negev, Israel, produce una sustancia química que reduce la tasa de natalidad de las vacas, ovejas, cabras y ratas que la comen.

◆ **Manzana Artificial.** Algunos Neoyorquinos comen hortalizas que nunca han visto el sol, la tierra o la lluvia natural. La comida se cultiva en invernaderos, en agua y bajo luces artificiales.

◆ **Es para pensarlo.** Cada año, las ratas y ratones de todo el mundo comen más de 40 millones de toneladas de alimentos, más que suficiente para alimentar a todas las personas hambrientas.

◆ **Efecto invernadero.** Las vacas expulsan 100 mill. de toneladas de gases al año.

## N O S O T R O S

### Coordinación

Angel Serrano Morena

### Redacción

Luis Muñoz de Morales Melendo

José Luis Pérez Leal

Gregorio Fernández Alberro

Juan González Alache

Juana María Guerra Creus

Emiliano Sánchez de Moya

### Fotografía

Emiliano Sánchez de Moya

### Maquetación

S.A.C. - ESPAÑA, S.L.L.

### Imprenta

IRIA, S.L.

### Colabora

Excmo. Ayuntamiento de Ciudad Real

Concejalía de Bienestar Social

### Domicilio social

Plaza Mayor, 14 - 1º B-1 \* 13001 - C. Real

Telf. / Fax. : 926 23 11 74

### ¿ Donde nos puedes encontrar ?

- \* Concejalía B. Social (Centro Verde Torreón)
- \* Centros Sociales de Barrio
- \* Ayuntamiento de Ciudad Real
- \* Diputación, Deleg. de Bienestar Social JCCM
- \* Centros de Salud I, II y III
- \* Residencia Ancianos C/ Cva, Residencia Ancianos (Ctra. Toledo), Ciudad de Matrimonios Ancianos, Residencia Asistida.
- \* Hogar I y II de la JCCM, Hogar de Unicaja
- \* Asoc. Contra el Cáncer, Patronato de Minusválidos, Asoc. de Amas de Casa, Asoc. de Viudas, Asoc. de Alzheimer, Peña Flamenca, Asoc. de Amigos del FFCC, AFAMMER,...
- \* Dirección Prov. de MUFACE.
- \* Ortopedia Rafi, Ortopedia Consultoría, GAES.
- \* Restarurante "El Toboso"



# S U M A R I O

## 3 EDITORIAL

Puertollano : Cultura e Ind... 4

## 6 Gral. Espartero : Granátula

C. Real llega a los 20.000 hab. 8

## 9 La salud en Navidades

75 Aniversario de la Radio 11

## 14 Colecciones : Flamenco IV

A V E ..... 15

## 16 Nuestros Poetas

AFAMMER : La Mujer... 17

## 18 Último Rincón

Tú Opinas / Poesía 19

# TF. INTERES

### Hospital Alarcos

Tf. : 926 213444

### Hospital del Carmen

Tf. : 926 225000

### Urgencias

Tf. : 926 213444

### Serv. Compañía en

### Hospitales

Tf. : 926 231174

### Centros de Salud

Nº 1 - 926 214114

Nº 2 - 926 230035

Nº 3 - 926 231731

C. Pilar - 926 221954

### Policía

Local - 092

Nacional - 091

Guardia Civil - 062

### Bomberos

Tf. : 006

### Centro Asesor de la

### Mujer

Tf. : 926 211003

### Carreteras

Tf. : 900 123505

### Ayuntamiento C. Real

Tf. : 926 211044

### Información

### Toxicológica

Tf. : 915 620420

### Asistencia a la

### Tercera Edad

Tf. : 926 231174

### Agua

Tf. : 926 231105

### Electricidad

Tf. : 926 256640

### Cibutano

Tf. : 926 223510

### Gas CLM

Tf. : 926 254972

Urgencias : 926 230058

### Reparaciones y Averías

Tf. : 926 250051

### Autobús

Tf. : 926 211342

### Autobús Urbano

Tf. : 926 213405

### Taxis

Tf. : 926 21 30 40

### RENFE

Tf. : 926 220202

### Limpieza del hogar

Tf. : 926 250051



## NAVIDAD

Navidad, dulce Navidad... son palabras de un bello villancico, que cada año escuchamos durante estos días y en verdad que estas dulces palabras nos hacen añorar tantas y tantas cosas, que a veces, casi daría la razón a aquellas personas que dicen que la Navidad, son fiestas que nos traen un halo de tristeza, pues quién no recuerda en estos días a aquellos seres queridos, que nos dejaron para siempre. NOSOTROS estimamos que todos tenemos ese momento de tristeza que nos trae el recuerdo, pero también la Navidad nos ofrece un año más de vida, un año más de estrechar la vida con los nuestros, nos invita a la vez a dejar un año atrás, con buenas y malas cosas que ocurrieron y nos ofrece un nuevo año de incógnitas, que todos deseamos sean lo venturosas que para todos los nuestros y ello hace que nos sintamos con nuevos impulsos para afrontar una año más de la Dulce Navidad.

Que seamos todos como hermanos, mejores cada día, aún siendo una utopía, que bonito suena en Navidad, que seamos comprensivos en todos los aspectos, que bello nos resulta en Navidad.

En verdad que en estas fechas, todos nos sentimos más hermanos, son mayores los actos de caridad para con el prójimo, nos sentimos mucho más unidos estos días, que pena que sean tan cortos los días de Navidad, pues pasados estos días y lamentablemente, nos sentimos impulsados nuevamente, por ese sin vivir que la sociedad nos impone, el consumismo, el engrandecimiento, la envidia, la vanidad, la lucha por conseguir el poder y la riqueza y todo aquello que nos hace olvidar a nuestro prójimo, dejando atrás aquellos días que aunque cortos nos hicieron sentirnos hermanos, era Navidad...

Por ello NOSOTROS de corazón os deseamos a ti lector y a los tuyos una DULCE NAVIDAD y que todos unidos llevemos en nuestro corazón y nuestros actos, no unos días, sino todo el año una Navidad larga, muy larga.....

« FELIZ NAVIDAD »



### REVISTA "NOSOTROS":

Es una publicación gratuita, desarrollada íntegramente por Mayores, con una gran inquietud por el mundo que nos rodea. Para hacerla efectiva dos entidades prestan su apoyo económico y tecnológico : El Excmo. Ayuntamiento de Ciudad Real, a través de su Concejalía de Bienestar Social y Servicios Asistenciales a la Comunidad (SAC-ESPAÑA).



Excmo. Ayuntamiento  
Ciudad Real

La Revista "NOSOTROS" no se hace responsable de las opiniones, informaciones y datos facilitados por los artículos de colaboración externos al Equipo de Redacción que la elabora. Para cualquier aclaración dispone de un Tf. del Lector : 926 23 11 74

# Hoy, Puertollano:

Se conoce muy poco de la fundación de Puertollano, aunque se puede asegurar que fue fundado en 1212, una vez derrotado el ejército moro en las Navas de Tolosa por la Orden de Calatrava.



En el siglo XIV Puertollano era una pequeña villa, con unos cientos de vecinos, que se dedicaban a la agricultura y a la ganadería, aprovechando los pastos del Valle de Ojalén. En este mismo siglo es cuando aparece la Encomienda de Puertollano (territorio con privilegios asignados al Comendador).

En el siglo XVI el soporte de la economía estaba basado en una agricultura poco significativa, debido a las condiciones del terreno, la industria de tejidos de paños, una cuantiosa cabaña ganadera y una minería muy notable.

En el siglo XVII, la situación económica de Puertollano sufre una alteración sustancial, por la desaparición de la industria de paños de gran renombre y abandono de las explotaciones mineras.

El siglo XIX es muy importante para Puertollano, pues deja de ser un pueblecito minúsculo y se convertirá en ciudad industrial. El descubrimiento de las minas en 1873 es hecho determinante del gran



desarrollo de Puertollano.

En nuestro siglo sigue siendo la minería la base de la economía. En 1942 se crea la Empresa Nacional Calvo Sotelo, para la obtención de carburantes mediante la destilación de la pizarra bituminosa. Posteriormente en 1960 se crea la Refinería de Petróleo junto a la que surgen diversas industrias químicas, que forman el complejo petroquímico a la vez que paralelamente comienza la crisis de la minería de la cuenca, iniciando ENCASUR la explotación a cielo abierto.



El complejo industrial, esta constituido por Repsol Petróleo, Repsol Química, Repsol Butano, Enfersa y Campsa.

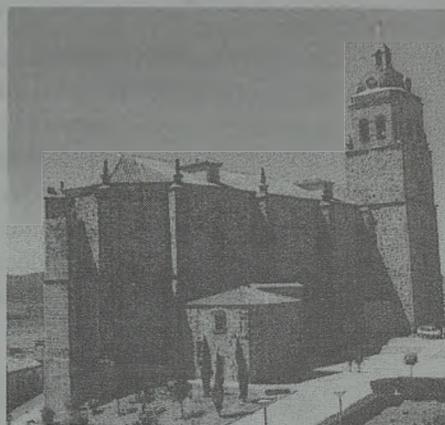
Hoy Puertollano cuenta con una población de unos 53.000 habitantes siendo uno de los núcleos más importantes de la región y se ha erigido como una ciudad moderna, con grandes perspectivas de futuro, para mayor orgullo de nuestra provincia.

La Parroquia de Nuestra Señora de la Virgen de Gracia fue construida en 1489 como consecuencia de un voto hecho por la población por la peste sufrida en el año 1486. Siendo en el siglo XVII cuando la Virgen de Gracia fue declarada Patrona de Puertollano, cuya festividad se celebra con todo esplendor el 8 de Septiembre. La iglesia Parroquial de Nuestra Señora de la Asunción fue edificada en el siglo XVI, siendo incendiada durante la guerra Carlista en 1838, siendo quemada nuevamente en 1936 y restaurada en 1941 y posteriormente en 1970 y últimamente en 1991.

En 1993 el Consejo de Gobierno de la Junta de Comunidades de Castilla la Mancha declara a la iglesia «Bien de interés cultural con la cate-

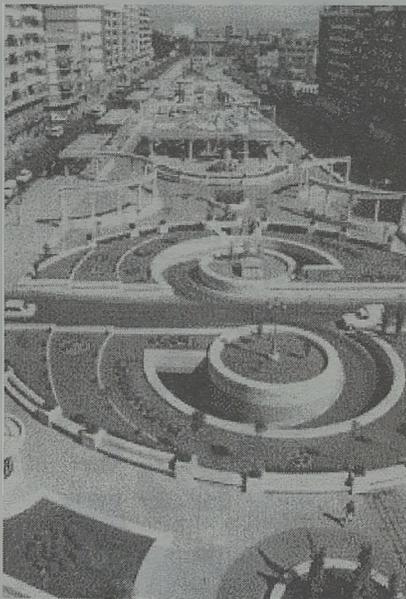
goría de monumento.

La Fuente Agria, sita en el centro de la ciudad, data del 1575 y procede de las relaciones topográficas de Felipe II «Fuente Aceda porque el agua de ella es agria». La primera persona que descubrió y dio a cono-



cer las propuestas del agua fue el Doctor Alfonso Limón Montero, nació en Puertollano en 1628 es su obra Espejo Cristiano de las Aguas de España.

El agua agria de la fuente participó en numerosas exposiciones tanto nacionales como internacionales (París, Amsterdam, Niza y otras), la cual demuestra el prestigio que nues-

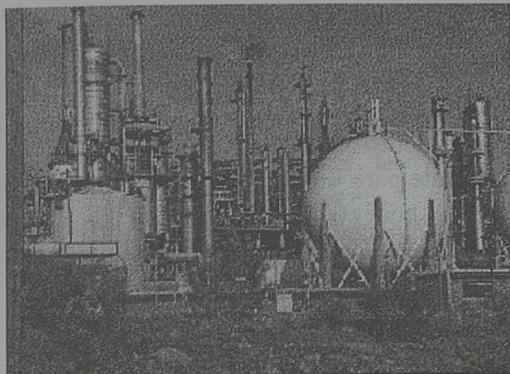


tras aguas y propiedades tenían más allá de la comarca.

Es magnífico el Paseo de

San Gregorio, arteria principal de la ciudad donde se encuentra la Fuente Agria, la Concha de la Banda Municipal y la antigua Casa de Baños, actualmente Conservatorio municipal.

Igualmente cuenta con el precioso paseo del bosque recientemente



remodelado con sus magníficas fuentes, ofrecen una imagen moderna de Puertollano.

Cuenta con el monumento al minero, cuya figura se ha convertido en una de las señas de identidad de Puertollano. Fue construido por recolección popular y aportación del ayuntamiento, siendo obra del escultor de Puertollano José Noja. La escultura se levanta en el cerro de Santa Ana, desde donde se contempla una bella imagen de la ciudad. Fue inaugurado el 26 de Febrero de 1983. Tiene una altura de 17 metros y está tallada en bronce.

A grandes rasgos hemos comentado algo de lo mucho que



nuestra bella y moderna ciudad de Puertollano nos ofrece para el orgullo de la provincia.

*Ahora queridos amigos, permitidme os diga, que lo bueno y lo bello se ha de saborear a sorbos, para encontrarlo mejor. Volveremos para saturarnos de la belleza de nuestra Mancha.*

M. de Morales

# AYUDA a DOMICILIO y HOSPITALES



*SERVICIO de AYUDA a DOMICILIO*

*CUIDADO de ANCIANOS*

*SERVICIO DOMÉSTICO*

*LIMPIEZA del HOGAR*

*CANGÜROS*

*CUIDADO de ENFERMOS*

*en HOSPITALES*

*Solicite Información PERSONALIZADA*



**9 2 6 2 3 1 1 7 4**

**S. A. C. - ESPAÑA, S.L.L.**

**PLAZA MAYOR, 14 - EDIFICIO ALCOR, 1º B-1 \* C. REAL**

Baldomero Fernández Espartero nació el 27 de Febrero de 1773 en Granátula de Calatrava (Ciudad Real), su padre era carretero y es el primer caso en la historia de España, que un hijo del pueblo alcanza las máximas responsabilidades nacionales, e incluso el rango de realeza, por méritos propios.

Estudia en Almagro, para después alistarse en el ejército para luchar contra las tropas napoleónicas, comenzando así la carrera militar, que le llevaría a ostentar el nombramiento de **GENERALISIMO** de los ejércitos constitucionales, se le margina por sus opiniones liberales. En 1833 y a la muerte del rey absoluto Fernando VII, comienza su definitiva carrera de estrategia siendo nombrado **Comandante General de Vizcaya**, convirtiéndose en

la pieza clave de la guerra civil contra la reacción absolutista amparada por don Carlos, culmina su carrera militar como Generalísimo de los Ejércitos Constitucionales, logrando pacificar al País Vasco, con el abrazo de Vergara y derrota al General Cabrera. **El General ESPARTERO**, no solo fue un gran estratega como militar sino que fue un gran político, por lo mismo decide entrar en política, y lo hace principalmente para impedir que la regente, María Cristina, anulase el poder democrático basado en la libre elección de los alcaldes. El resultado fue el **nombramiento por las Cortes como Regente**. Así, hasta 1843, ostentó la máxima responsabilidad estatal, luchando contra los intereses de la burguesía progresista, se encontró con grandes dificultades.

No obstante Espartero, **consolidó grandes medidas de gobierno** que ya serían definitivas, destruyó el poder económico de la Iglesia e instituyendo la subsistencia económica de la iglesia por el Estado, abolió el diezmo y centralizó los fondos del Estado, inicio un gran programa de obras publicas para el desarrollo del comercio y de la industria, organizo el sistema educativo, implantando las escuelas Normales. Pero las conspiraciones de la ex-regente y de Narvaez, obligaron a Espartero a **exiliarse a Inglaterra**. Su figura dejo tal impronta entre las gentes del pueblo, que cuando las corruptelas de M<sup>a</sup> Cristina y de los Narvaez, la ciudadanía le reclamaban para formar gobierno.

Esta vez, sin embargo tuvo que compartir el poder con O'Donnell, lo que no impidió que Espartero fuera el baluarte de las decisiones mas avanzadas en su momento, entre las que cabe señalar la desamortizaron civil y eclesiástica de Madoz, ley esta que regulaba la construcción del trazado ferroviario, de las medidas para regularizar y canalizar las inversiones extranjeras y de las sociedades anónimas, ante las protestas del capitalismo, y ante las protestas sociales, provocan que Espartero abandone el gobierno en 1856.

A partir de esta fecha, ya **no volvería a participar en política**, retirándose prudentemente hasta Logroño donde muere en el año 1879.

Cuando en 1868, una revolución popular destronó a Isabel II, su nombre salto de nuevo entre el pueblo como líder, con gran sensatez **rechazó la oferta de ser nombrado Rey de España**, ante hechos como este Amadeo I le distinguió nombrándole **PRINCIPE DE VERGARA**.

Fernández Alberro.



No es más rico el que más tiene sino el que menos necesita; si se pensara en esta máxima, no ocurrirían cosas tan desagradables como existen en los avatares de esta vida y que diariamente se ven y se oyen en los medios de comunicación, en los que por desgracia, no son agradables las noticias que dan, generalmente van acompañadas de hechos macabros y espeluznantes.

Por el vil dinero se cometen estafas, timos, robos y actos delictivos para lograr lo que no les corresponde, llegando a cometer crímenes de esa magnitud, como son: el tráfico de drogas y fabricación de productos tóxicos que echados a los animales en los pienso, dan lugar a ganancias extras y hacen peligrar la salud de los consumidores.

No digamos de los grandes Trusks que fabrican y venden armas a las pequeñas naciones que se encuentran en conflictos, algunas veces lo hacen a los dos bandos, logrando empobrecer la nación y estos contrabandistas se enriquecen con la sangre que se derrama entorno a estas guerras fratricidas.

El que se enriquece a costa del resto de la humanidad por falaces trapicheos que ejecuta, es un

criminal nato, por lo que extinguirlos sería lo más lógico, ya que a quien a hierro mata a hierro muere, o debería dejar de existir, para evitar que vuelvan al robo y la estafa con sus maniobras (drogas, tabacos, paso clandestino de inmigrantes, adulteraciones que a medio plazo acaban en enfermedades que generan lacras y vidas mutiladas por estas empresas que sólo buscan el enriquecimiento de ellos.

Dice el refrán que el dinero es el camino del infierno, al cual se llega por no ser sano de mentalidad y pensar el mal proceder de estos individuos, si estos se pararan a recapacitar que en el viaje a la otra vida, no le es dado llevarse los productos de su rapiña, efectuados en su pérdida vida, no despojarían al pobre de sus pequeñas riquezas para engrandecerse ignominiosamente, ni expoliarían al desvalido de sus mercedades pertenencias.

Ahora bien, no se desprecia al ladrón de poca monta que roba para satisfacer su propia necesidad, si tiene hambre. Pero castíguese con dureza al que para enriquecerse pone en peligro la salud o bienes del resto de la población.

La otra cara de la moneda y hablando del dinero, es la satisfacción del que lo adquiere por el fruto de su trabajo y negocios limpios y rectos, a estas personas nunca les podrán tachar de negreros y cara duras, porque en ese caso serían unos deshonestos y viles traficantes aprovechados de las circunstancias que explotan a su prójimo para lucrarse de él.

Por sus actos ejemplares es estimado el hombre de recto proceder y el de corazón perverso caerá en la desgracia irremisiblemente porque su conciencia, si aún le queda alguna, le repudiará en todo momento su mal proceder, pero por desgracia no suelen volver al redil de los justos.

No tengas envidia de los malos, ni desees andar con ellos, porque lo que están viendo tus ojos, no te apresures a enjuiciarlo en el momento, espera a otro día y sacaras provechosas razones.

Para desgracia de la humanidad, la vida es un continuo comercio de "Oro y Sangre", los obreros y pobres siempre se llevan la peor parte, "La miseria" o migajas de la tarta de los negocios, habiendo sido ellos los constructores de esa magnífica obra, mientras los poderosos se reparten el mayor trozo, para ello luchan por subirse al tren de la perfidia, quedando en tierra los desvalidos.

José Luis



MULTISERVICIO

Ábaco

multi-servicio

albanilería	fontanería
carpintería	cristalería
electricidad	persianas
rotulación	cerrajería
pintura	escayola
pulidos	limpieza
tapicería	abrillantado

926 25 00 51

ÁBACO MULTISERVICIO

Plaza Mayor, 14 - 1º B-1 \* 13001 - C. Real

## FELIZ NAVIDAD

*En este tiempo que estamos de adviento,  
Preludio de Navidad inminente,  
La Sagrada aurora ya está presente  
Para iluminar tan Divino evento.*

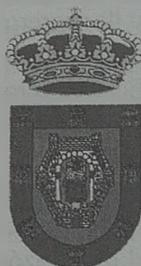
*El Niño Jesús, con su alumbramiento,  
Nos da su tierno amor permanente,  
Que debemos alojar en la mente,  
Y usarlo siempre, y en cada momento.*

*¿Si Navidad es amor y alegría  
que nos une con más fraternidad... ?  
¡Vivamos la Navidad cada día!*

*Que abunde en nuestro hogar felicidad,  
En el año nuevo, en paz y armonía,  
Precedido de ¡FELIZ NAVIDAD!*

Os lo desea, Fabián

# CIUDAD REAL SOBREPASA LOS 20.000 HABITANTES



Hasta bien avanzado el siglo XVI no conocemos datos fehacientes sobre la población de C. Real que tengan cierta exactitud.

Por aquellas se evaluaba por «vecinos» una sencilla multiplicación nos da el número de habitantes, siempre aproximado. Y de ésta forma, nos daba la cifra de unos

4.800 en el año 1.530, a partir de entonces nos da la sorpresa de casi duplicar la población de **9.500 habitantes** al final del siglo XVI, nuestro criterio es que no hubo tal aumento, sino que en el censo de 1.590, ya se hizo con mayor rigor y meticulosidad que censos anteriores.

Como en toda España y a consecuencia de las guerras continuas en Europa y la emigración constante a otras tierras incluidas las Islas Oceánicas, epidemias y epidemias, influyeron de manera muy especial en la demografía Ciudadrealense descendiendo en pequeños altibajos, hasta datos verdaderamente alarmantes, llegando a la cifra mínima de **3.200 habitantes** a principios del siglo XVIII. A partir de aquí se detiene algo el descenso, produciéndose una inclinación muy acentuada hacia arriba del número de habitantes que en 1.751 eran ya 6.800; y al finalizar el siglo XVII se contabilizaban 7.600, llegando a los 10.000 a mediados del XIX, y algo más de **15.000 hacia el año 1.900.**

En el periódico del día 3 de Diciembre de 1.929 da en su primera página un grito de alegría. «**¡La población de C. Real pasa los 20.000 habitantes!**» dando a continuación un resumen detallado del padrón Municipal de la fecha indicada: varones 9.430; hembras 10.491: total 19.921.

Cierto era que no llegaba a los 20.000. Pero el periódico, no sabemos el porqué, nos amplía el detalle del número de transeúntes; (58 varones y 27 hembras) llegan-

do con esos 85 más, al total de 20.006 habitantes, cifra muy esperada y a la vez jubilosa, a la que tanto vecinos como autoridades estaban deseosos de alcanzar.

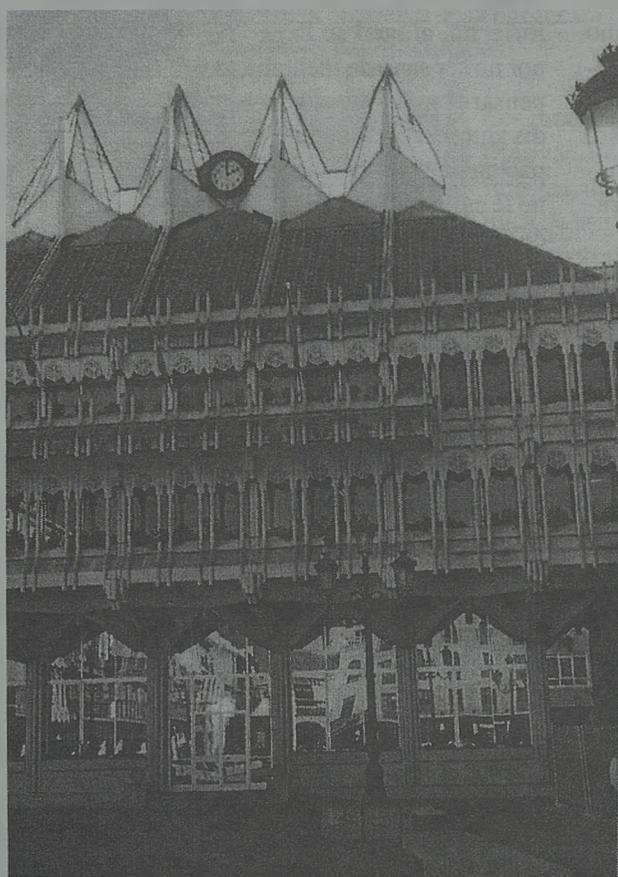
Sin embargo, nuestra Capital entonces, era en tal aspecto una de las más modestas entre todas las Españolas, e incluso algún pueblo de la Provincia, como el de **Valdepeñas, superaba entonces los 20.000 habitantes.**

Después de aportar estos datos demográficos, de la hoy nuestra floreciente ciudad, quiero decir algo más a escala de (sueño despierto). Yo como un ciudarrealense mas, y solo por un momento, bien que me gustaría retroceder en el tiempo al año 1.255, en el que, el Rey Alfonso X, nuestro Rey Sabio, decide fundar una nueva **Villa en el Pozo de Don Gil** empezando por traerse del enfermizo poblado de Alarcos, lo poco que quedaba del hasta entonces maltrecho núcleo urbano, ubicado prácticamente a orillas del Río Guadiana.

Digo retroceder imaginariamente, como incondicional y amante de la historia, para poder decir 744 años mas tarde a todo vecino de Ciudad Real, que yo fui testigo presencial del nacimiento de Villa Real, en

principio una aldea levantada en torno a un pozo generosísimo, que era conocido como pozo de Don Gil, lugar en el que nuestro **Rey Alfonso X, El Sabio**, puso toda su ilusión, sabiendo con certeza, guiado por su sabiduría, que la pobre y escasa semilla trasplantada desde Alarcos al solitario Pozo de Don. Gil, regada cariñosamente con su rica y abundante agua, daría sus frutos algún día. La verdad, y esto, bien es sabido por todos los Ciudadrealenses, que en nada se equivocó nuestro sabio Rey, aunque hayan pasado desde aquel acontecimiento histórico hasta nuestros días, justo 744 años, el Rey sabio desde su mas profundo y eterno sueño, continuara recordando con plena satisfacción personal, el nacimiento de Villa-Real **la hoy nuestra floreciente Ciudad Real.**

Sinesio Naranjo Gijón



## RINCÓN DE LA SALUD

# LA SALUD ES EL TEMA QUE MÁS PREOCUPA A LOS MAYORES

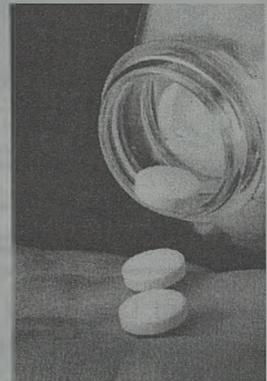
El riesgo a contraer enfermedades, la pérdida de memoria y la posibilidad de no podernos valer por nosotros mismos son los principales temores que tenemos los mayores, según las encuestas un 23 por ciento teme contraer una enfermedad, mientras un 19 por ciento de los mayores nos preocupa la pérdida de memoria, al resto nos preocupa la posibilidad de tener que depender de otras personas y no valernos por nosotros mismos.

Pero estas no son las únicas cuestiones que inquietan a los mayores, ya que la soledad y esa intranquilidad de sentirnos inútiles ante la sociedad y por qué no ante la familia, son también las causas que más inquietan a los mayores.

Según las encuestas hechas a los mayores, estos prefieren seguir viviendo en su casa de siempre, aunque tengan problemas de seguir haciendo su vida normal y necesiten la ayuda de algún ser querido, en este sentido los mayores prefieren adaptar la casa a sus necesidades o recibir asistencia en su propio hogar, antes de acudir a una residencia. En definitiva los mayores desearíamos seguir viviendo en nuestra casa de siempre.

## El cambio de temperatura provoca enfermedades

En invierno, el cambio brusco de temperatura, al pasar de un salón con calefacción al dormitorio, de una casa con una temperatura alta a la calle, son grandes causas para producir en los mayores enfermedades. Esta variación de temperatura la debemos evitar, cómo la podemos evitar, muy sencillo, procurando, que la temperatura de las casas sean similares y si tenemos que salir a la calle abrigarnos, de esta forma evitaremos en gran parte los catarros y gripe tan frecuentes en los inviernos, tan fríos como este, también se recomienda vacunarse contra la gripe, porque aunque la cojamos la pasaríamos de una forma mas leve.



## ¿Por qué tomar aspirina?

Los estudiosos de Farmacología, han asegurado que la aspirina es el mejor aliado para prolongar la vida y además con calidad. Esta teoría esta basada en los mas de cien años que lleva en el mercado la aspirina y en la eficacia terapéutica que ofrece para prevenir un número muy elevado de enfermedades.

Está recomendado ingerir todos los días media aspirina o un cuarto de dosis, ya que la aspirina es uno de los mecanismos mas adecuados para evitar los taponamientos de las arterias, los espasmos en el cerebro, corazón y riñones, ya que no sólo hace las veces de vasodilatador sino que también las veces de calmante. La aspirina tiene sus contraindicaciones, por lo que, al tomarla pida consejo a su médico de cabecera.

Fernández Alberro

## Bar - Restaurante

# El Toboso



*Buena gente, dijo Sancho,  
a su llegada al Toboso,  
denme de comer amigos,  
con calidad y sin reposo,  
y fue el Bachiller  
Julián,*

*quién le atendió sin igual,  
y el buen Sancho satisfecho,  
dijo de forma leal,  
aquí volveré a comer,  
cuando vuelva a  
CIUDAD REAL.*

Pza Puerta de Alarcos, 2  
13002 - CIUDAD REAL

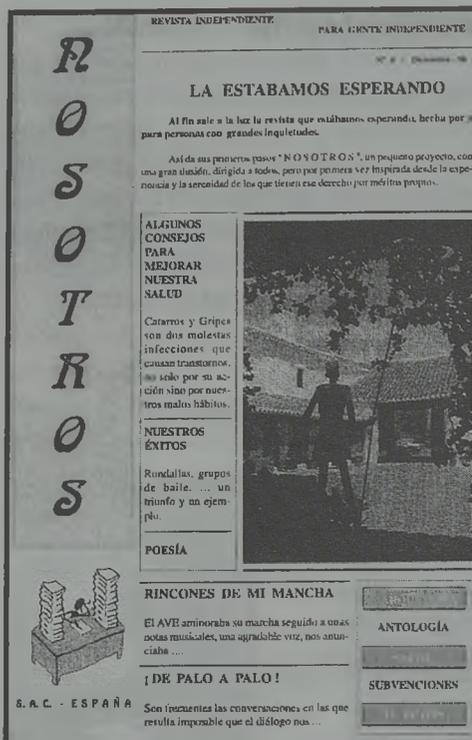
Telf. : 926 21 10 46

## SE HA CUMPLIDO UN AÑO

nº 0 - Revista "Nosotros"

La revista «NOSOTROS» al lado de los «valientes» veteranos.

Por Joaquín Muñoz



No fue por casualidad pues tenía interés en que llegara a mis manos algunos de los números publicados de la revista «NOSOTROS». Por comentarios de que algún lector sabía que dicha revista, dedicada a los mayores y confeccionada, en su mayoría, por ellos mismos, con la colaboración del Excmo. Ayuntamiento de Ciudad Real y SAC-ESPAÑA, había encajado perfectamente al «mundo» a la que va dirigida.

Casualidad fue (pues no nos vemos todos los días) encontrarlos tomando un café con Luis Muñoz de Morales, que aparte de haber hecho el servicio militar juntos, seguimos siendo buenos amigos y entre los muchos temas, que en poco tiempo tratamos, (mili, deportes, actualidad, tiempo) **salió el de la revista NOSOTROS** de la que sabía era uno de sus fundadores.

Poco tiempo después tenía en mi poder la colección completa de ella. De entrada en la número cero en portada la «estábamos esperando».

Al fin sale a la luz la revista, hecha por y para personas con grandes inquietudes. Ojeamos el sumario, leemos el Editorial, en el que habla la revista y las ilusiones y empeño que sus promotores ponían hasta donde forma y nombre, más abajo la nota del director, decidido a subir la «Montaña» y el resto del contenido de este primer número se reparte entre los siguientes temas: Rondalla, teatro, Actividades Navideñas, Rincones de

mi Ciudad, Longevidad, Consumo, Antología, Marquetería, Escapadas y el Último Rincón. Todos ellos firmados por sus redactores: Juana María Guerra, Luis Muñoz de Morales, Gregorio Fernández, González Alache, José Luis Pérez y Emiliano Sánchez.

Se ha cumplido un año desde su nacimiento y la revista «NOSOTROS» sigue «transmitiendo» a su gente la ilusión de sus fundadores, posiblemente en estos 365 días, haya cambiado a mejor su maquetación, número de páginas y colorido, pero lo que no ha cambiado es su espíritu de superación, su esfuerzo y su ejemplo. Ellos no quieren competir con nadie, ni esperan premios ni trofeos, simplemente, quieren estar al lado de los «valientes» de su edad.

## \*\*\* NIEBLA \*\*\*

El intenso frío de aquella mañana, hacia caminar a las gentes encorvadas como si la postura así adoptada, les diera mayor calor al cuerpo, sus miradas no se levantaban del humedecido y escurridizo suelo, la intensa niebla, les obligaba a caminar lentamente y esto desde la cómoda postura del calor de la calefacción del despacho de trabajo, intentando penetrar en el misterio de la niebla, obteniendo así, de aquella observación, extrañas conclusiones.

La niebla dificulta enormemente, el despegue y aterrizaje de los aeropuertos, con grandes perjuicios para todos. Igualmente es un gran obstáculo en el inmenso tráfico de la carretera y asimismo lo es para la circulación por las redes ferroviarias, ya que dificulta la visibilidad de las señales. No, no nos gusta la niebla.

Entre los hombres también existe la espesa niebla, no se entienden en sus diálogos, sienten temor de resbalar en el escurridizo suelo de la duda y la desconfianza.

En el amor también existe niebla, que a los enamorados los separa, falta luz y transparencia, existe nie-

bla.

En el trabajo entre Empresario y Trabajador existen diferencias, no se compensan esfuerzos y salarios, no hay comprensión en el mundo laboral, existe niebla.

En la familia existen cosas extrañas, no hay comprensión entre edades diferentes, la vida del que es joven, el mayor no la entiende, las cosas del mayor el joven no comprende, existe niebla.

Hay niebla en el deporte, todos quieren triunfar, el que pierde se ofende, el que gana se endiosa, hay niebla en el deporte y nadie lo comprende.

Son tantas y tantas las nieblas, que el mundo no comprende, por ello me bajaré a la calle, caminaré despacio, despacio entre las gentes y seguiré encorvado, andando entre la niebla, que a todos nos envuelve.

NOSOTROS acabamos de escuchar el boletín meteorológico y dicen que mañana lucirá el Sol en nuestra Mancha y también podemos escuchar una lejana voz que dice, adiós niebla adiós.....

M. de Morales

# A LA RADIO EN SU 75 ANIVERSARIO

A la radio le dedico  
estos versos con amor  
porque siempre esta presente  
un amable locutor.

Que nos informa y nos dice  
que nos distrae y nos alegra  
y siempre esta muy atento  
les felicito y les doy la enhorabuena.

En su 75 aniversario  
les quiero felicitar  
a esta Cadena Ser  
que escuchamos sin cesar.

A la Cadena Ser  
le dedico estos poemas  
que recordando el pasado  
lloro de alegría y de pena.

Alegría de Juventud  
cuando escuchaba atenta  
aquellos grandes seriales  
y hoy tan lejanos, que pena.

Pues la radio es compañía  
en la soledad y tristeza  
nos entretiene y anima  
con entusiasmo y grandeza.

Estuvo, está y estará  
siempre en nuestra compañía  
nos acompañara siempre  
bien de noche, bien de día.

75 años hace  
que la radio la tenemos  
un aparato tan noble  
y de tan poco dinero.

Aquellos grandes seriales  
de Matilde Perico y Periquín.  
Las novelas de Lucecita y Ama Rosa  
que escuchamos atentos  
con ilusión y cariño  
desde el anciano mayor  
hasta el más pequeño niño.



Aquellos años lejanos  
que televisión no había  
la radio fue una ilusión  
y continua hoy día.

Era Pedro Pablo Ayuso  
y con Matilde Conesa  
esos grandes locutores  
nos hacían de vivir  
esos momentos de amores.

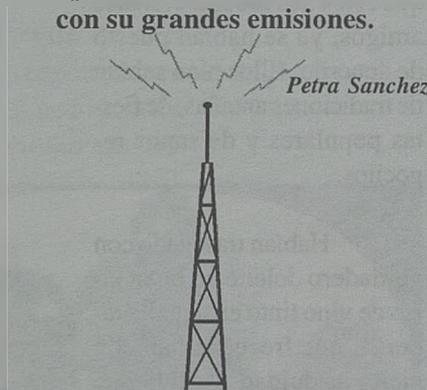
Yo le deseo a la radio  
mandar Felicitaciones  
y a la gran Cadena Ser  
que nos llena de emociones.

Yo a la Cadena Ser  
le deseo muy de veras  
que mantengan su candor  
por ser una gran cadena.

Porque la Cadena Ser  
nos brinda con alegría  
sus programas y sus discos  
con esfuerzo y una gran simpatía.

A todos los locutores  
de la radio les deseo  
que Dios les de gran salud  
para ese trabajo inmenso.

Para seguir trabajando  
para brindar sus amores  
para alegrarnos a todos  
con su grandes emisiones.



El pasado 15 de noviembre de  
1.999, Petra Sánchez fué elegida  
madrina de la Cadena Ser de Ciu-  
dad Real por coincidir sus 75 años  
con el 75 aniversario de la radio.

## RELOJERÍA PASTOR



*Les desea a sus clientes y amigos  
una FELIZ NAVIDAD*

*Les ofrece igualmente en la C/ Postas,  
nº 9, su Platería y Bisutería, así como  
sus artículos de regalo.*

No deje de visitar estos días RELOJERÍA PASTOR \* T.F. : 926 21 17 39. C. Real

# Al fin hubo Pandorga en honor de la Virgen del Prado

Eran tres incondicionales amigos puramente Manchegos de Ciudad Real, amigos de esos que siempre estaban dispuestos a pasárselo bien, y a la misma vez, hacérselo pasar bien a todo aquel que tenía la suerte de estar a su alrededor. Pues así eran estos tres hombres ciertamente maduros, sin llegar todavía a los que hoy conocemos como Tercera Edad, y mucho más teniendo en cuenta que como aquellas fechas, aún no se conocía esa frase, hoy tan de moda, y tan llevada de acá para allá, siempre con el máximo respeto hacia esa inmensa legión de hombres y mujeres, que afortunadamente militamos en esas filas.

**Continuando con la Pandorga**, tengo que decir, que estos tres incondicionales amigos, ya se habían puesto de acuerdo. Ellos bien sabían de tradiciones antañanas, de fiestas populares y de sanos regocijos.

Habían trasegado con verdadero deleite un buen jarro de vino tinto en aquella taberna, que frecuentaban con cierta asiduidad, y en la que eran tan conocidos como respetables clientes. Ni que decir tiene que salieron contentillos y locuaces, cada uno con sus instrumentos bajo el brazo: **PEPE EL GORDO**, lleva su bandurria, que tañe con singular maestría; **PACO**, el ciego, que marcha en el centro como reo entre civiles, acompañado con su guitarra; y **MAZANTINI** el viejo, ensaya con sartén y paleta un repiqueteo estridente pero muy pegadizo y agradable para el oído.

Es la noche del **31 de Julio** de un año cualquiera, allá por los comienzos de este siglo que ya nos está diciendo adiós para siempre.

Es noche de Pandorga, fiesta ciudadrrealeña por antonomasia, transmitida de generación en generación, homenaje del pueblo llano a su venerada Patrona, la **SANTÍSIMA VIRGEN DE PRADO**, como saludo a su madre, con música y cante de seguidillas a modo de pastoril serenata que se celebra como bien sabemos quince días antes de la gran fiesta.

¿Qué se celebra, decimos? No siempre, por desgracia. Paco el ciego, Pepe el gordo y el viejo MAZANTINI, saben que esta noche no habrá Pandorga. No sería el primer año, ni el único, ciertamente.

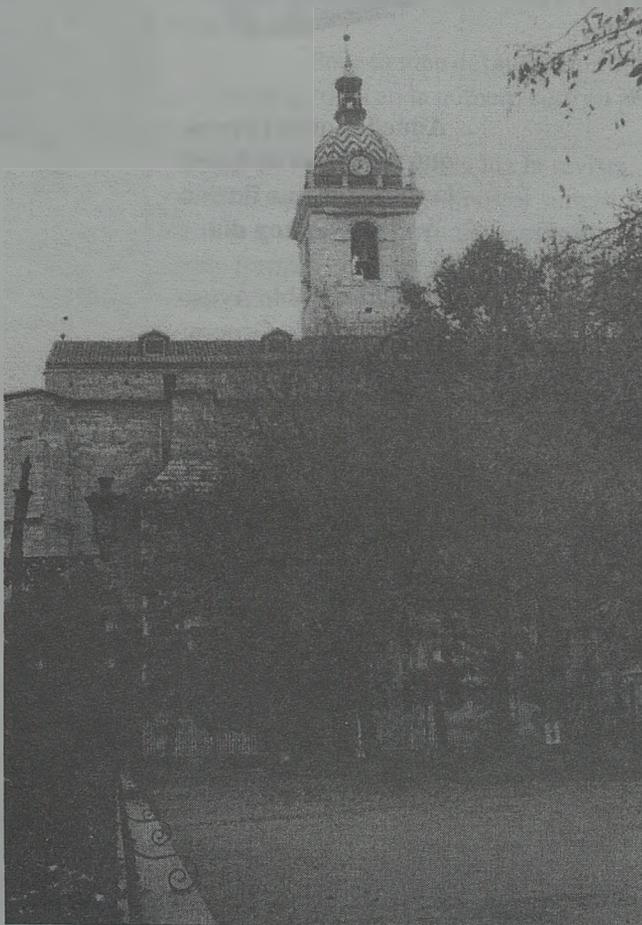
**Por falta de iniciativas, por dejadez y abandono** de unos u otros, esta noche de Julio la Virgen del Prado no escuchará desde su Celestial Camarín los cánticos de sus incondicionales devotos.

**¿Qué no habrá Pandorga?** El viejo Mazantini, Paco el ciego y Pepe el gordo, han decidido lo contrario. Y se encaminan los tres por la calle de los Reyes, al Paseo del Prado. En la terraza del Casino charlan los señores, esos que dicen que quieren mucho a la Virgen; a su Virgen. En los bancos de madera chismorrear las señoras. Por las barandillas de hierro con asiento de piedra se agrupan los menestrales o por decirlo de otra forma, el vulgo.

**Pasean las señoritas bajo las miradas penetrantes de sus parlantes mamás.** Merodean los mozalbetes con arrullos de pechugones palomos. Y las niñas juegan al corro aprovechando los últimos destellos del Astro Rey, antes de ocultarse en el lejano horizonte, esperando con impaciencia que la Luna nos diga adiós, dando así nuevamente paso al Sol, nuestro incondicional amigo y protector.

En el jardín del Prado no se puede jugar. Pero ellas, ¡vaya si juegan! Y cantan y ríen y cambian tonadilla con volubilidad infantil, sin pensar si habrá o no Pandorga oficial en calidad de (bombo y platillo) como otros años.

**El trío de la Pandorga** ya esta en el Paseo de la Catedral. Simplemente con el templear de sus instrumentos han atraído la atención de chicos y de mayores, que como digo tomaban el fresco en el Paseo del Prado en aquellos momentos. Paco y Pepe acarician las cuerdas de sus instrumentos. Y Mazantini cesando en su acompañante de paleta y sartén, carraspea para suavizar su garganta, enronquecida por el tabaco y el vino, y se arranca por



seguidillas, improvisando sobre los primeros versos de la ya conocida:

*Este año no hay Pandorga  
Virgen del Prado,  
Tus hijos por desidia  
Te han olvidado.*

*Pero aquí nos tienes  
al viejo Mazantini,  
a Paco y a Pepe, que  
A tocar y a cantar vienen.*

*Queremos cantarte Virgen  
Aunque seamos detenidos  
Esposaos por los civiles  
Y a la cárcel conducidos.*

*Conscientes de nuestros actos  
a cantar hemos venido,  
en la cárcel o en la calle  
Virgen, estamos contigo.*

La Virgen morena y Manchega, desde la altura de su Camarín, agradece y sonríe con toda seguridad ante el sencillo, pero caluroso homenaje que ese trío de sencillos, pero a su vez nobles Caballeros, le están ofreciendo a su Virgen desde lo más profundo de su corazón, ante la expectación de varios cientos de personas de todas clases, que se encontraban en aquel momento en el Prado.

Con razón decían aquellos tres «Quijotes» de C. Real, como creyentes y amigos de la Virgen, que ese año si había Pandorga, pero a su manera.

Termino diciendo sobre aquellos tres inseparables amigos, que se les podía conocer con el sobrenombre de «Quijotes», como aquel del inmortal Cervantes, por desafiar con su lanza a los molinos pensando que eran gigantes y a estos por desafiar con sus instrumentos y voces a la (Orden Gubernamental, Municipal o Eclesiástica) o vaya Vd. a saber que tipo de orden prohibió aquel año la tradicional Pandorga oficial.

Pero para Mazantini el viejo, Pepe el gordo y Paco el ciego, su pandorga era otra cosa, y así lo decidieron y ejecutaron- Con la sola intervención de los tres hubo Pandorga en honor de la Virgen del Prado ese año-

Ellos sé que de verdad querían a su Virgen; a nuestra Virgen, y así lo demostraron ofreciéndole públicamente su sencilla pero entrañable Pandorga.

Yo como creyente que estoy convencido, de que aquellos tres amigos en vida, allí donde se encuentren, continuarán ofreciéndole a su Virgen lo mejor de su repertorio, pero ya con instrumentos y voces celestiales, como corresponde al misterioso pero privilegiado lugar, que por derecho propio en vida se ganaron.

Sinesio Naranjo Gijón

## VILLANCICOS

### NIÑO SIN BRAZOS

Callar estrellas,  
callar luceros,  
que en sueño breve  
está mi Dios.  
si me despierta  
con tanto frío,  
callar su llanto  
no puedo yo.  
Porque no puedo  
darle una manta,  
porque no puedo  
darle calor,  
porque no tiene  
brazos mi cuerpo  
y acariciarle  
yo no puedo.



### Y YO ESTABA LEJOS, DE LO QUE PASABA

La noche nacía,  
el sol se ocultaba,  
el pastor corría  
y yo no sabia nada  
y yo estaba lejos,  
de lo que pasaba.  
La luna brillaba  
con fuerza muy brava,  
porque algo ocurría  
aquella mañana.  
Un niño nacía  
de una mujer santa  
y yo estaba lejos,  
de lo que pasaba.

Emiliano

## Sobre los orígenes : ...

### CARACOLES

El carácter y el ritmo del cante por caracoles nos hace evocar la gracia picante, el chispeante garbo, el desgaire chulapo y aticista del Madrid barriobajero de final del 800...

¡Ay, caracoles, tu historia es breve en años y hasta, si se quiere, folklóricamente pobre en interés; pero eres como una caracola maravillosa y espololísima, que guardas en tus ecos las más emotivas imágenes de un Madrid que, si no fue tu auténtica cuna, si no te vio nacer, sí supo adoptarte y reconocerte como verdadero cante!.

Parece ser que los actuales caracoles proceden de una antigua cantiña titulada "La Caracola"; cantiña bailable, y que los cantaores fueron agrandando.

Posiblemente fue el señor José, el de Sanlúcar, el primero que le dió importancia, siendo el gran Don Antonio Chacón -el gran Payo, como le llamaban los cantaores gitanos- su máximo propagador.

Representando, las letras del Niño de Almadén :

*Caracoles, caracoles.  
Mosita, ¿qué ha dicho usted?  
Que son tus ojos dos soles,  
y vamos viviendo, y jole!*

### TANGOS FLAMENCOS

Qué melancólico y acompasado es el tango flamenco... Nada hay en él del perfil bullanguero de la Andalucía festera; por el contrario representa y expresa el otro perfil, el espiritualismo serio y expresivo, poético y misterioso.

Sobre su génesis podemos citar dos teorías, su parecido con algunas danzas moras, de ritmo monótono, uniforme y lento. Y otra muy distinta que lo ubica en un derivado de la soleá.

El tango flamenco es pausado,

y como baile, en sus actitudes y en sus gestos tiene -como en los tientos- la fisonomía trascendente de una danza ritual.

Como ejemplo, letras de Pericón de Cádiz :

*Toítos los ojos negros  
los van a prender mañana;  
y tú, que negros los tienes,  
échate un velo a la cara.  
Que te quiero yo,  
primita de mis sentrañas,  
más que a la mare que me parió.*

### ALEGRÍAS

En el siglo XIX, Cádiz, como Jerez, fué uno de los centros esenciales del cante jondo. Pero Cádiz, además, fue la creadora de estilos ligeros y chicos, alegres y sensuales, y con ritmos claros de baile, como, por ejemplo, las alegrías.

Tienen en la esencia de sus melos como un dulce eco del alma elegante y poética de la antigua Tartesos, de la fenicia Guadit atlántica, es el más genuino cante con baile de las marismas. Las alegrías son un trasunto de las antiguas soleariyas, y a esto se reduce la historia de su ascendencia.

¿Quién no ha visto agitarse, esbeltos y flexibles, rumorosos y dulces, a los cañaverales en las márgenes de un río?... Así es el ritmo de las alegrías, natural y airoso, fino y lleno de verbo.

Baile de antigua estampa flamenca, de aquellas bailaoras del pasado siglo - Macarrona, Gamba, Malena,...- que llevaron prendidas en sus faldas con cola la mejor gracia de la mejor Andalucía.

Una vez más, las letras de Pericón de Cádiz :

*Aunque pongan en tu puerta  
cañones de artillería,  
tengo que pasar por ella,  
aunque me cueste la vía.*

## CANTES DE LEVANTE

### TARANTAS Y CARTAGENERAS

Los cantes de levante brillan con luz propia entre los diversos estilos del arte jondo. Son hondos, expresivos y dolorosos; la *Taranta* gime trágica y desolada; la *Cartagenera* llora su aguda pena. Pero hay en este estilo un cante que ablanda su treno con una ternura dulce y soñadora, con tenues nostalgias arábigas y lejanas... este cante es la Murciana, que al contrario de los anteriores tiene ecos femeninos y poéticos.

Cabeza inicial, es sin duda, la taranta. Cante largo, duro, áspero y viril, sin mas influencias en sus génesis que las del fandango. La taranta es el cante minero por excelencia. Nacida en las cuencas mineras más inhóspitas.

Nacida de la taranta, y con ciertas inflexiones de la malagueña, la cartagenera puede muy bien situarse emotivamente entre aquellos dos cantes. Su melo es mucho más lineal, y no produce tan exacerbada tirantez expresiva, siendo menos ácida y bronca, emanando una ineludible presencia esperanzadora del mediterráneo.

Las letras del Niño de Almadén -tarantas-, y el Niño de Málaga -cartageneras- :

### TARANTAS

*En el fondo de un mina,  
clamaba un minero así :  
"¡En qué soleá me encuentro!  
¡Es mi compañía un candil!  
¡Maldigo mi nacimiento!*

### CARTAGENERAS

*Si vas a San Antonio  
y a la derecha te inclinas,  
verás en su camarín  
a la Pastora Divina,  
que es vivo retrato a ti.*



# AVE...!

No es el saludo «Ave César». Tampoco el inicio de un Ave María ni la contemplación del ave que vuela...

Hay un «AVE» del que ahora se habla mucho: el AVE Madrid-Valencia, sobre el que NOSOTROS, modestamente, también queremos opinar.

Oímos comentarios y opiniones para todos los gustos. Algo tan sencillo como lograr el camino más corto o la línea recta como la distancia mínima entre dos puntos, ha dado lugar a un sin fin de opciones más o menos acertadas unas y más o menos extravagantes otras.

Reuniones de políticos, artículos de prensa, pintadas, numerosas cartas de los lectores a sus periódicos de lectura habitual y artículos en diferentes medios, señalan diversas preferencias, entre las que predominan la del trazado Madrid-Cuenca-Valencia, o bien, Madrid-Albacete-Valencia con ramales a Murcia y Alicante.

Lo que no entendemos muy bien es lo que se dice, al parecer, desde el Ministerio, difundido también por los medios autonómicos: que la diferencia en el tiempo del viaje en el trazado por Albacete a Valencia, sería sólo de tres minutos más que si se hiciera por Cuenca y... «Hombre por tres minutillos» ¿...? Como diría un castizo «Me lo expliquen».

Claro que, me imagino que los «trazadores» tendrán ideas bien concretas de lo que realmente se quiere. ¿Madrid-Valencia?. Nadie discutirá que el trazado más lógico sería a través de Cuenca. ¿Madrid-Alicante-Murcia-Valencia? Tendría que ser a través de Albacete, con las desviaciones necesarias. Sin embargo, ¿no sería más razonable un trazado Madrid-Cuenca-Valencia y otro por Albacete hacia Murcia y Alicante?. Quedarían así unidas, por el camino más corto la capital de España y la tercera población en número de habitantes y por otra parte no quedarían sin

AVE las otras poblaciones nada despreciables por su importancia. Esta última solución la detallaba un lector de un importante diario en sus «Cartas al Director».

Lo ridículo es lo que manifiesta otro lector al mostrar su preferencia por Albacete. Dice que no hay que dejar sin AVE a una ciudad de **cient mil habitantes por otra de cincuenta mil** y que por Cuenca atravesaría un terreno muy accidentado. Como si hoy no hubiera mejores medios que cuando se trazó el actual Madrid-Aranjuez-Cuenca-Utiel-Valencia, en tramos muy distanciados en el tiempo.

¿Que sería mayor el coste? Pero el servicio sería mejor; también los beneficios.

En cualquier caso, no olvidemos la definición de la recta como distancia mínima entre dos puntos. Tampoco olvidemos el sentido común ni los intereses de los ciudadanos.

J. González Alache

## CONSEJOS NAVIDEÑOS

La navidad es la fiesta gastronómica por excelencia. Las comidas y cenas familiares son la excusa perfecta para olvidarnos de las dietas.

En la navidad, los turrónes, mazapán, mariscos y un gran etc..., todo esto rociado con buenos vinos, nos hace sentirnos, junto a los nuestros, felices, claro es que el estómago se dilata, subimos de peso, la tensión y el colesterol se van por las nubes.

Quiero daros un consejo para estas Navidades, procurar comer de todo, pero con moderación, beber un buen vino de nuestra tierra es bueno, siempre que se haga con moderación. Pero si perdemos esa moderación ¿que haremos?. Muy sencillo, al día siguiente seguir una dieta a base de agua y de una comida moderada, procurando tomar los alimentos perfectamente asados, con poco aceite y

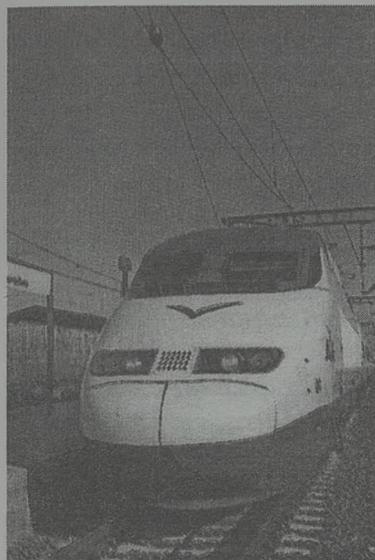
poca sal, las verduras suelen ser un gran remedio.

No podemos olvidar realizar ejercicios físicos, siempre en función a nuestras posibilidades, un paseo diario como mínimo es un complemento ideal.

Pero y la Nochevieja, se brindó con los nuestros por el nuevo SIGLO, la verdad es que si en esa noche nos pasamos un poco, que así habrá sido, no debemos olvidar una parte de los brindis por LA PAZ A TODOS LOS HOMBRES DE LA TIERRA, esa paz y salud para todos os deseo, que seáis muy felices en compañía de vuestras familias y amigos.

Pero por favor, seamos moderados. Feliz año 2.000.

Fernández Alberro



## " LA ROSA DE NAVIDAD "



*Se me han llenado los ojos  
De una rosa del rosal  
Que en mi terraza ha querido  
Florecer en Navidad.*

*Un rayo de sol la baña  
Dándole belleza tal  
Que me ha prendido en las garras  
De su poderoso imán.*

*Me quede quieta, mirando  
La rosa de mi rosal  
Y... en un silencio profundo,  
Sin necesidad de hablar,  
Nos cantamos mutuamente  
Mil cosas yo y el rosal.*

*La vida con sus miserias,  
Con su mentira y verdad,  
Su grandeza y pequeñez,  
Pasó en su historia cabal  
Por mi pobre mente humana*

*Cansada de cabilar  
Y la mente -si es que tiene  
Ese gran don- del rosal,  
Y las dos, rosa y mujer,  
Sin mentir, sin falsear  
Las ideas que prodigan  
En la grata soledad,  
El sentimiento que nace  
Y el trabajo de pensar...  
Mutuamente comprendidos  
La lección que se nos da  
En los profundos silencios  
Que subliman el pensar.*

*Un airecillo suave  
Movió el rosal al compás  
De su invisible columpio  
Y una sonrisa de paz  
Vibro en las fibras del alma  
Que, prendía en el imán  
De una solitaria rosa  
Quedose una Navidad.*

## CAMPO DE MONTIEL

Viendo como por todas partes **quieren apropiarse de la geografía del Quijote** por los posibles dividendos turísticos que pueda generar y ante el olvido pertinaz del Campo de Montiel en todos los interesados en el tema, y el total desconocimiento del mismo, es lo que me decidí a romper una lanza de defensa de la verdad y de mi tierra.

Leyendo El Quijote podemos ver como es voluntad expresa de Cervantes que sus aventuras y desventuras transcurran por el Campo de Montiel y así lo dice ya en el prólogo: «**Don Quijote de la Mancha, de quien opinión, por todos los habitantes del distrito del Campo de Montiel que fue el más casto enamorado y más valiente caballero que muchos años a esta parte se vió en aquellos contornos**».

Comienza sus aventuras por «el antiguo y conocido Campo de Montiel y era verdad que por él caminaba» (capítulo I).

«Acertó Don Quijote a tomar la misma derrota y camino, que él había tomado en su primer viaje, que fue por el Campo de Montiel» (capítulo VII).

«Pisó por ella el uno y otro lado de la gran sierra Negra y el famoso Campo de Montiel, hasta el herboso llano de Aranjuez» (capítulo LII).

Y pongan los ojos en las que están por venir, que desde ahora en el camino del Toboso comienzan, como las otras comenzaron en los Campos de Montiel (Capítulo PII-C-VII).

Parece que Cervantes suponiendo lo que pasaría cuatrocientos años después, afirma hasta cinco veces, para que no haya duda, por donde Don Quijote defiende sus ideales de Igualdad, Justicia, Libertad, Heroicidad, etc... que lo convierten en precursor de los Derechos Humanos y su defensa.

Estas citas son claras y afirmación tan palmaria, parecen haber pasado desapercibidas para muchos estudiosos del tema, pero no podía ocurrir lo mismo a un natural del Campo de Montiel.

Para reivindicar lo que le pertenece y darlo a conocer, es por lo que ha publicado el libro **DON QUIJOTE POR EL CAMPO DE MONTIEL**, pues aún en esta comarca no todo el mundo tiene claros

los límites de la misma y saliendo al paso de otras informaciones oficiales que lo sitúan desde el límite provincial de Ciudad Real hasta Albacete capital, hablando que de «los» Campos de Montiel.

No sólo se conoce poco sino que además se lo quiere confundir, por eso se ha creado la **Asociación Amigos del Campo de Montiel**, en la que estamos gente de esta tierra con la pretensión de estudiar y promocionar los bienes culturales de la misma y a la que desde aquí invito a participar a todos los que compartan esta inquietud para que aportando lo que puedan, conseguir entre todos sacar de la postración en que se encuentra nuestra querida tierra.

*Justiniano Rodríguez Castillo*

*Médico Estomatólogo*

*Presidente de la ASOCIACIÓN AMIGOS DEL CAMPO DE MONTIEL*



*Dr. Justiniano Rodríguez -Izg.- y D. Juan Alache*

AFAMMER



## HACIA LA IGUALDAD

**Políticas de mujer**, empleos para mujeres, servicios sociales para la mujer, medidas especiales de adaptación para la mujer, incorporación de la mujer a puestos de decisión y responsabilidad.

Durante los últimos años, desde que conseguimos el reto de que se reconociera que la mujer ha vivido durante siglos discriminada, apartada de la vida formativa, social y cultural, se ha conseguido que se apliquen políticas específicas para **adaptar a la mujer a la sociedad actual** equiparándola con el hombre.

Ha sido una política activa y necesaria en la que la **Asociación de Familias y Mujeres del Medio Rural (AFAMMER)** ha trabajado específicamente, sobre todo si tenemos en cuenta que en el medio rural las discriminaciones han sido siempre mayores y las fórmulas para atajarlas mucho más difíciles. Desde **AFAMMER** seguimos defendiendo todas las políticas activas que ayuden a integrar plenamente a la mujer en el mundo laboral y social.

Hemos sido las primeras en pedir que existieran esas políticas y las primeras en crear actividades alternativas que **sacaran a las mujeres de sus hogares** y de la agricultura para ofrecerles más posibilidades.

Sin embargo, creemos que simultáneamente a esta labor de apoyo a las mujeres, ha llegado el momento de que el reconocimiento a la mujer sea pleno, **sin que exista ningún tipo de separación** entre actividades de hombres y para hombres y actividades de mujeres y especialmente creadas para mujeres.

Aunque parezca una contradicción, es posible complementar las políticas activas favorables a la integración de la mujer en todos los ámbitos sociales y laborales con un pleno reconocimiento de su capacidad exacta a la de los hombres.

Consideramos necesario, para que **la igualdad sea plena**, que las mujeres pertenezcan al ámbito rural o al urbano, sean consideradas por sus capacidades culturales, personales y profesionales, al igual que los hombres y en relación con esas capacidades pueden desempeñar en igualdad de condiciones las profesiones y los servicios que se consideren oportunos.

**AFAMMER, que ha luchado y sigue luchando** para que las mujeres rurales puedan contar con las mismas posibilidades que las mujeres urbanas o que los hombres, en lo referente a la formación, también queremos que una vez adquirida esta formación sean consideradas exactamente igual que cualquier persona, sin diferencias de sexo, de procedencia o edad.

**AFAMMER**, seguirá luchando por formar e informar a las mujeres y seguirá trabajando para que esta formación dé, de forma inmediata, sus frutos, con el objetivo de que la mujer rural sea una persona absolutamente integrada y con grandes inquietudes e iniciativas por desarrollar.



*Carmen Quintanilla Barba  
Presidenta Nacional AFAMMER*

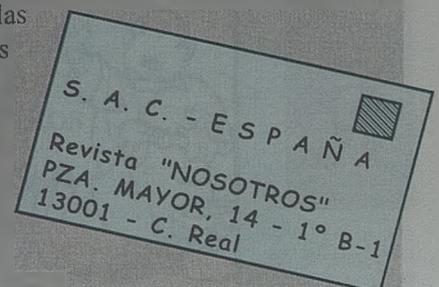
### BUZÓN DEL LECTOR

¡Hola a todos/as!, deseáramos que este espacio esté abierto a todos vosotros, sí, a los lectores de "Nosotros". Queremos saber vuestras opiniones y sugerencias, así como que nos indiquéis cuáles son los temas que más os preocupan en materias de Sanidad, viajes, deporte, arte, pensiones, derechos,...

Y nosotros, en la medida de nuestro alcance, intentaremos dar respuesta a las preguntas que nos formuléis, así como tratar en nuestros reportajes aquellos temas que nos hayáis comunicado os interesan.

Entre todos podemos conseguir una Revista con un aire nuevo, comprendiendo nuestros problemas, cada vez más. Y para ello, te necesitamos a ti, necesitamos vuestra estimable colaboración. Os esperamos.

Enviad vuestras cartas a :



Corren aires festivos y alegres en esta época: aires de NAVIDAD.

Creyentes o no, hay por estas fechas un algo especial que nos acerca más, nos alegra de modo distinto a otros días y tiende a unirnos en fraternal abrazo.

Deseamos que el espíritu de la Nochebuena -día en el que ¡hasta las guerras se paran!- quede reflejado en el semblante de todos los hombres de buena voluntad.

Desde la sinceridad de los sentimientos de NOSOTROS hasta la nobleza de los vuestros, queremos proyectar en el calor de todos los hogares, nuestros mejores deseos de paz y fraternidad.

Es tiempo de olvidar viejas rencillas, de eliminar «dimes y diretes» que se puedan entrometer en la normalidad de la convivencia diaria. También es tiempo de fomentar lo que nos une, pese a lo que nos separa.

Si respetamos el punto de vista ajeno, a la vez que hacemos resaltar lo que nos aproxima y salvamos los baches de lo que nos aleja, viviremos una Navidad en paz todos los días.

No dejemos a los tiempos que nos han tocado vivir, que proyecten lo que tenga la oscuridad, en la realización de nuestras vidas. No siempre nos van las cosas como deseáramos que fueran, aunque la felicidad no depende de circunstancias favorables o adversas, sino de la disposición de ánimo con la que sepamos afrontarlas.

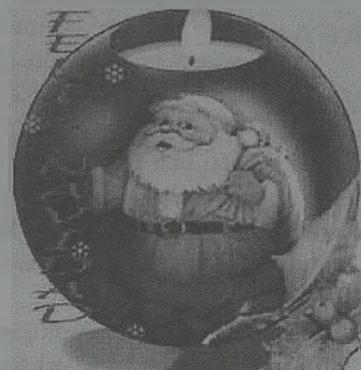
Si en el umbral del nuevo año, que a la vez se nos abre a un nuevo siglo y a un nuevo milenio, nos proponemos ver en cada uno de sus días la posibilidad de identificarnos con los problemas de los demás y de respetar sus puntos de vista, aún los no compartidos, fomentaremos sin duda la paz navideña.

Con el abrazo fraterno a todos, en la paz de vuestras familias, os deseamos de corazón, FELIZ NAVIDAD y todo lo bueno para el AÑO 2000. También para el SIGLO y el MILENIO que ahora comienzan.

¡Ah!, y además, que al final de estos ciclos nos podamos felicitar alegremente... ¡desde las estrellas!

J. González Alache

*Es probable que la felicitación llegue con el retraso impuesto por circunstancias adversas que nuestras débiles fuerzas no pueden superar. Aún así, los buenos deseos mantendrán su vigencia, pues para NOSOTROS, siempre es NAVIDAD.*



H  
U  
M  
O  
R



### ALGUIEN LLAMA A LA PUERTA :

Se oye el timbre de la casa, y la madre manda al niño :

- ¡Anda, Pepito! Ve y pregunta quien es.

El hijo así lo hace y al rato le dice a su madre :

- ¡Mamá, es un extraterrestre!

- ¡ja, ja! ¡Anda niño!. Los extraterrestres no existen.

A lo que el niño contesta :

- Si existen, porque el que nos visita dice que viene del "Planeta Agostini".

### ENTRE JUBILADOS :

- ¿Cuáles son tus actividades, ahora que te has jubilado, Joaquín?

- Pues, entre otras cosas, me dedico al IBM

- Claro, te has comprado un ordenador ¿no?

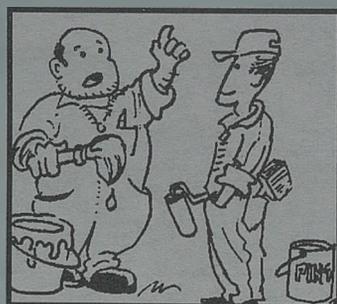
- ¡Que va! Es que mi mujer siempre me pide : Y-Ve-Me a comprar huevos, Y-Ve-Me a comprar el pan,...



### ENTRE PINTORES :

- ¿Te pongo en el suelo unos papeles, debajo de la escalera para cuando pintes el techo?

- No, no hace falta, alcanzo bien desde el suelo.



## ¿ Que le parecen las Fiestas de Navidad ?



Es una bella reunión familiar que entristece recordando las ausencias de seres queridos.

*Ismael*



Estupendas, porque nació un 24 de diciembre y ello me llena de felicidad. - y **NOSOTROS** decimos Felicidades -

*Julián*



Por la alegría que representa el vivirlas en unión de la familia.

*Julián*



Por el gran significado de lo que representan, me agradan y más aún en reunión familiar.

*Manolo*



Tristes al recordar a quienes carecen de todo en estos bellos días.

*Sinesio*



Me gustan por la reunión de familiares en estos días.

*Emilio*



Porque se reúne a la familia en estos días festivos.

*Deogracias*



Me gustan por la unión de la familia en estos días.

*Ambrosio*



Me agradan por la tradición de estas Fiestas.

*Felix*



Me agradan por el significado que en estas adquiere la familia.

*Florencio*

## CON SENTIMIENTO

*Alguien me dijo una vez,  
que todos somos mejores,  
cuando llega NAVIDAD,  
yo, no lo quise creer.*

*Pero al paso de los años,  
si lo pude comprobar,  
que sólo por estos días,  
extremamos la bondad.*

## RECORDANDO

*Y NOSOTROS nos decimos,  
que corta es la NAVIDAD  
y por ello pediremos,  
que el corazón de los hombres  
viva siempre en NAVIDAD.*

**NOSOTROS  
a  
VOSOTROS  
os  
deseamos  
FELIZ  
NAVIDAD**

*M. de Morales*

# FISIOTERAPIA

## Rehabilitación

## Masajes



Ciudad  
Real

ESPAÑA

- ✎ **Fisioterapia TRAUMATOLÓGICA**
- ✎ **Fisioterapia NEUROLÓGICA**
- ✎ **Fisioterapia RESPIRATORIA**
- ✎ **Fisioterapia REUMATOLÓGICA**
- ✎ **Fisioterapia DEPORTIVA**
- ✎ **Fisioterapia del DOLOR**
- ✎ **Masaje TERAPEÚTICO**
- ✎ **Masaje LINFÁTICO**
- ✎ **ELECTROTERAPIA**

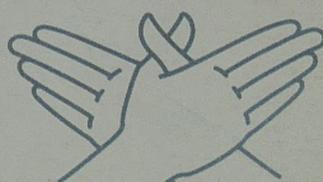
Reciba tratamientos individualizados,  
profesionales y en su propio domicilio.

Cita Previa :



**9 2 6 2 3 1 1 7 4**

Plaza Mayor, 14 - Edif. Alcor, 1º - B1 \* C. Real



Coleg. A.E.F. Nº 8.015