

LATEXO

NÚMERO XLVIII SEPTIEMBRE 2004



Faciendo o Camino

TODOS LOS MUEBLES PARA TU HOGAR



MUEBLE MODERNO
Aragón, 6 al 10

JUVENIL
Cataluña, 8 al 14

CLÁSICO
Gregorio Espino, 31-33

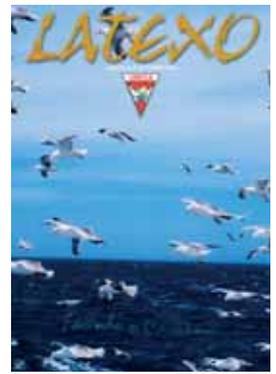
OPORTUNIDADES
Portela, 14

Pide tu



P • Jenaro de la Fuente
• Garaje Avenida

OUTONO



Por Marta de Ybarra

LATEXO AX

¡Qué barbaridad!, ya estamos en Septiembre y, sin darnos cuenta, llegamos al 9º mes, final del tercer trimestre. Pero no sólo significa que se abren las puertas que cierran el año. Septiembre no es uno más, **Septiembre** se escribe con mayúsculas pues es la fuente de inspiración de muchos y diversos sentimientos, por eso, Él, es especial.

Personalmente, cuando pienso en **SEPTIEMBRE**, me sonrío de melancolía, pues lo recuerdo con terror en mi época de “cole”. A partir del día 15, un gusano gordísimo se instalaba en mi estómago estrujándome las entrañas de nervios, desasosiego y pereza. ¡Había que volver a clase!, otra vez a madrugar, a cargar sobre las espaldas aquella pesadísima mochila repleta de libros, de nuevo las tardes interminables haciendo los deberes y, lo peor, aguantar aquella profe chiflada que te gritaba por los pasillos porque te había cogido manía el primer día de clase.

¿Quien no ha intentado subir la temperatura del termómetro con ayuda de la lamparita de la mesilla, con el fin de alargar las vacaciones?, ¿o de masticar tiza y decir luego que el estómago te reventaba y que estabas a morir?, ¿quien no ha rezado durante toda la noche para que pasara algo que impidiera ir al colegio? y al final, cuando llegaba el momento, la única compensación era poder ver a las compañeras, aquellas íntimas amigas que eran las únicas que lo entendían todo y siempre sabían darte el mejor consejo del mundo. Aquellas inseparables amigas del alma...

SEPTIEMBRE, y con mayúsculas cierra la puerta del verano para abrir la del **OUTONO**, una estación preciosa para la que hay que estar preparado. Yo le llamo la “estación nostálgica”, pues sientes tristeza porque inevitablemente Lorenzo nos abandona, se va el buen tiempo, (el que lo haya tenido), las vacaciones, ese morenito tan favorecedor, las cervecitas a la luz de la luna... y mientras le dices adiós a la estación del sol, intentas alargar el ¡hola al invierno!: al frío, a la lluvia, a los días oscuros, sin luz, sin color. Y en ese vaivén de holas y adioses, vemos caer las hojas de los árboles y los colores verdes dan paso a un abanico de ocres y tostados. En definitiva, sientes pena por despedir al que se va, y te cuesta dar la bienvenida al que ya está llamando a la puerta, y en este ir y venir, se columpia el Otoño.

También es el primer mes con “r”, y en Galicia se dice que empiezan los meses de buen marisco, y ésta sí es una buena forma de sobrellevar esta “estación nostálgica” que nos acecha.

Y en Septiembre también ve la luz un nuevo número de Latexo, otro hijito que viene al mundo cargado de ilusiones, de historias que contar, de mensajes que transmitir, de momentos que compartir. Porque tú también eres especial, ahí va nuestro cariño plasmado en cada una de las 74 páginas que dan vida a este **OUTONO**.



¿preparado para a nova tempada?

escolle o teu bono fútbol para a Liga 2004-2005

bono fútbol 10 (10 partidos por 75 €)

bono fútbol 20 (20 partidos por 120 €)

ata un 40% de desconto
no mellor fútbol da Liga e Copa do Rei

infórmate gratis no

1445
mundo-R.com

R

teléfono_internet_televisión



DIRECTORES

Marta de Ybarra (Sec. Div. Financiera)
Luis López Borines (Auditoría)

SUBDIRECTORES

Leoncio Mourino (Comercio Exterior)
Pili Alves (Hipotecas)

COORDINADORES

Victorino Poutás (Control Riesgo)
Juan Díaz (Director de Negocio)
Mariluz Pérez (Organización)
Cándido del Río (Jubilado)
Manuel R. Ojea (Traviesas)
Alberto Canle (Comarca Industrial)
J. Carlos Giraldo (Valladares)
Moncho Santos (Secretaría Técnica)
Eduardo Marzoa (Sárdoma)
Juan M. Gutiérrez (Participadas)
Elena Fernández (URECA)
Tato Barbeito (Comarca Llorones)
Arturo Vilas Comesaña (C. Informática)
Isabel Fernández (Sec. Dir. Comercial)
José Luis Román (Productos Parafinancieros)
José Manuel Fernández (Admón Personal)
Emilio Borrero (Comarca Coruña - Este)
Miguel Briones (Eficiencia)

COLABORADORES

Grato E. Amor (O.P. Vigo)
Rafael Merino (Suc. Venezuela - Caracas)
Luis Martínez Salgado (Jubilado)
Antonio Fuertes (Admón Personal)
Miguel A. Soto (Marido socia)
Manuel Chorén (Esc. Negocios CAIXANOVA)
Alex Villar (Entrenador fútbol URECA)
Javi Lago (Entrenador fútbol URECA)
Victoriano Jiménez (Descuento)
Julio Larrañaga (Cronista deport. Faro Vigo)
Andrés Andrade (Celanova)
QUESADA (Humorista gráfico)
QUINO (Humorista gráfico)
Pablo Covelo (Biólogo)

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Gráficas Alfer

IMPRESIÓN

Gráficas Alfer
Tel.: 986 28 81 05

EDITA

URECA (Unión Recreativa Empleados
Caixanova)

PRESIDENTE

Juan Díaz Arnau

ADMINISTRACIÓN y PUBLICIDAD

Elena Fernández

DIRECCIÓN

Rúa Manuel Lemos, 124
36370 Ramallosa-NIGRÁN (PO)
Teléfono y Fax: 986 367 860
e-mail: ureca1@teleline.es

sumario

PORTADA

"Gaivotas"
por Pablo Covelo

1. EDITORIAL

"Outono"
por Marta de Ybarra

4. COLABORACIÓN

"Fórmula 1"
por Leoncio Mourino

5. PARAÍDOS CERCANOS

"A rapa das bestas"
por Isabel Fernández

7. TROTAMUNDOS COMPOSTELANO

"Las puertas de los Caminos de
Santiago"
por Alberto Canle

9-11. CASAS RURALES

"Turismo Rural en Galicia"
por Grato E. Amor

13-15. CAIXANOVAS

"Nuevos Aires en Venezuela"
por Rafael Merino

17-19. ¿QUIÉN ES QUIÉN?

"Juan González Vidal"
por Luis López Borines

21. URECA EN MOVIMIENTO

"10 años de senderismo"
por Eduardo Barbeito
"Cedeira, San Andrés de Teixido"
por Tato Barbeito

22. COMERCIO Y BEBERCIO

"Vila e terra de Cedeira"
por Victorino Poutás

24-25. VINURECA

"Los armarios bodega"
por Miguel Briones

27. 2000CUATRO: ODISEA INFORMÁTICA

"De vinos por la red"
por Moncho Santos

28-29. ASOCIACIÓN DE JUBILADOS

por Luis Martínez Salgado

31-32. HOMENAJES

"Entrevista con Teo Llanderas"
por Tato Barbeito
"Javier Villagrana"
por Julio Larrañaga

33-35. LA OBRA DE...

"Ricardo J. Rincón Benzalá"
por Emilio Borrero

35-39. HUMOR

"Quesada"
"Quino, 40º Aniversario de Mafalda"
por Pili Alves

40. EL RINCÓN DEL SEGURO

42-47. NOTICIAS

"Visita del coro Goruntz"
por Cándido del Río
"Cata de vinos - bodegas Figueira"
por Elena Fernández
"Fiesta en la Zamorana"
por Andrés Andrade
"Urecathlón 2004"
por Eduardo Marzoa
"Taller de pintura infantil"
"Curso de sevillanas"
"Curso de inglés"
"Curso dibujo"
por Elena Fernández

48-56. DEPORTES

"El Abecedario del Golf"
por Emilio Borrero
"I Torneo Ureca de Tenis veteranas"
por Marta de Ybarra
"II Torneo Atlántico Fútbol 7 Alevín"
por Alejandro Villar y Javier Lago
"XIV Torneo interzonas de fútbol"
por José Carlos Giraldo
"IX Campus Fútbol 2004"
por Alex Villar
"¡Enhorabuena Manuel!"
por Tato Barbeito
"Caixanova campeona de media
maratón"
por Antonio Fuertes

57. REVOLTIJO

"Los JJOO de la era moderna"
por Eduardo Marzoa

59. CONCURSO

por Eduardo Marzoa

60-61. NATURECA

"El mejillón"
por Pablo Covelo

62-63. NATURECA

"La huerta doméstica III"
por Miguel A. Soto

64. EL GUSTO ES NUESTRO

"El marisco, un tesoro del mar"
por Mariluz Pérez

65. SALUD

"Vamos al supermercado"
por Miguel A. Soto

66-67. EL ESPEJO

"X dentro"
por Luis L. Borines

68-69. UNA MIRADA ATRÁS

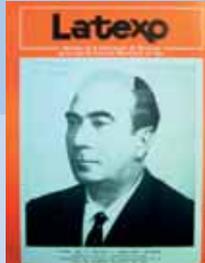
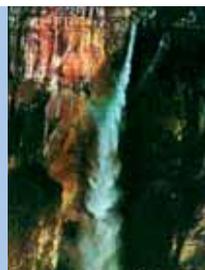
"El Monte de Piedad"
por Cándido del Río

70. AL DÍA

"Promoción 1985"
por José Carlos Giraldo

71. SOCIEDAD

"Anécdotas musicales"
por Arturo Vilas
"Jornada lúdica Escuela de Negocios
Caixanova"
por Manuel Chorén



FORMULA 1

Ahora la parte más importante de mi, es esta silla de ruedas.

Por Leoncio Mouriño

Nunca tuve la autonomía de movimientos que a cualquier niño le parecen inherentes a su edad, viéndome condenado desde siempre a estar acompañado de un mayor para desplazarme. ¡Digo desplazarme!. Mas bien para que me desplazaran de un sitio a otro, y siempre negociando mi propia voluntad con la del acompañante de turno, la mayoría de las veces alguno de mis padres.

Si de mi padre o mi madre se trataba, era mas fácil imponer mis deseos, previa evaluación de la accesibilidad del lugar en cuestión. ¡A la playa! Si, pero a aquella a la que pudiéramos llegar con el coche, y a ser posible con paseo marítimo incluido. Las playas salvajes solo las conozco de verlas en la tele, y le llamo "salvaje", a ese montón de playas, a las que acude un montón de gente, pero que resultan imposibles para mi silla. ¡Al monte! Si, pero siempre que tuviera un mirador hasta el que llegar con el coche y mi silla.

Si era alguno de mis hermanos el acompañante de turno, la negociación se volvía en pelea que siempre ganaban ellos. Y me gustaran o no sus amigos, tenía que resignarme a su compañía y a sus juegos, la mayoría de las veces como observador, por supuesto. Me convertí en sujeto pasivo de una oración que siempre conjugaban otros.

¿Quién iba a querer salir de casa con ese panorama?. Pues yo mismo. A pesar de todos estos inconvenientes, la naturaleza quiso, no sé por qué, que mi carácter fuera extrovertido y curioso, y en absoluto, resignado; y que paradoja, con mucho, el más activo de todos los hermanos.

La cara que pusieron en mi casa cuando dije que quería ir a un gimnasio, como para perpetuarla como ejemplo paradigmático de sorpresa, estupefacción, pánico, y no exenta de un brillo en la mirada, que venía a decir: "Tú estas de la pola, tío". Esto en cuanto a mis hermanos. Mi madre fue presa de un ataque de mutismo terrorífico, como cualquier hembra que adivina que a su cachorro mas débil se lo van a devorar los machos dominantes. ¿Y mi viejo? Aún me parece verlo en ese instante, sentado en la silla delante de la mesa del comedor, con el periódico desplegado sobre ella, levanta la cabeza observando el conjunto familiar, la vuelve a bajar apoyando la barbilla sobre su mano izquierda, tres segundo de silencio reflexivo. . . y dice:

-¿Ya sabes a que gimnasio quieres ir?

-No tengo ni idea, pero pensaba preguntar en el municipal.

-No me parece muy bueno.

-Ya, pero no tiene escaleras para entrar.

Y así empezó mi deportiva aventura. Una parte de mi me decía que tenían razón mis hermanos, y el hemisferio cerebral mas atrevido, todo lo contrario. Nos plantamos en el gimnasio mi padre y yo, con el miedo del mal alumno al que le dan sus notas y espera el milagro que nunca se produce. Pero en este caso, si hubo milagro, en forma de acogida animosa y cariñosa.

-Vamos a trabajar el fortalecimiento del tren superior- dijo el monitor.

Yo desconocía que tuviéramos tren, y mucho menos superior. Y así, me vi haciendo pesas y abdominales. Trabajo repetitivo, monótono y un tanto aburrido. Total, que a los dos meses estaba harto y pensando en dejarlo. En esas estaba, cuando el monitor un día me pregunta:

-¿Te interesaría jugar al baloncesto?

La mirada que le dirigí hizo que me aclarara la pregunta sin que yo le respondiera.

-Si, hombre, al baloncesto en silla de ruedas. Hay un equipo que entrena aquí en el Centro. ¿Por qué no pruebas?

-Pues claro que pruebo. ¿A que hora entrenan?

Una vez aclarado el horario y los días de entrenamiento, me presento en el mismo, y el mundo se me viene encima, las sillas que utilizaban los jugadores eran de Formula I comparadas con mi utilitario. No me atrevía a plantear en casa un gasto semejante solo para jugar al baloncesto.

-¿Qué tal el entrenamiento?

- Bien.

- No lo dices con mucho entusiasmo.

- Veras papá, es que. . .

-Ya lo sé, la silla no es la adecuada

-No, no lo es, dije bajando la cabeza.

-Ya hablé con el monitor de eso, y si tienes interés hay solución.

No di un salto de alegría, por razones evidentes, pero si saltó mi corazón que casi se me sale. Otra vez era mi viejo el que confiaba mas en mí que yo mismo. Por fin conocí la sensación que tantos amigos habían tenido cuando le compraron "la moto".

Es ligera de peso, pues está fabricada con materiales de última generación, anatómica, y las ruedas, ¡Dios, las ruedas son una pasada! Con un diseño especial para giros y velocidad. Con un par de brazadas se corren un montón de metros, frenas, giras para quedar libre de marca y ahí está el aro, a tu disposición para el tiro. Y si tengo un día fino, a continuación unos de los sonidos mas hermosos que puede escuchar un jugador en la cancha, vienen unidos, el primero es sordo y seco, es el que produce el balón al golpear la red una vez traspasado el aro y el siguiente es el grito de alegría y animo de los compañeros y los seguidores celebrando los puntos.

En ese momento "Soy el rey del mundo", en la proa del Titanic.

A "RAPA DAS BESTAS"

UN DÍA EN EL CURRO DE MORGADANS

Por Isabel Fernández



Cada año, durante los meses de junio a agosto, tiene lugar en diversos puntos de Galicia la tradicional "rapa das bestas" o "curro".

Este rito ancestral, con orígenes en la Edad de Bronce, se ha ido convirtiendo en un espectáculo de interés turístico que, en algunos casos, como sucede con el que se celebra en Sabucedo (La Estrada), alcanza importancia relevante en los medios de comunicación nacionales e internacionales (este año han acudido 115 periodistas acreditados y cerca de 30.000 visitantes).

Las principales rapas se celebran en los montes del norte y centro de Galicia y los macizos cercanos a las costas de La Coruña y Pontevedra, donde se pueden encontrar manadas salvajes de caballos galopando a sus anchas por la sierra gallega y cuyas yeguas, a decir de los antiguos, son fecundadas por el viento.

Durante las primeras horas de la mañana, los ganaderos reúnen y separan las reses dispersas por el monte y las bajan al curro, recinto cerrado, normalmente en piedra, donde tiene lugar la lucha del hombre ("agarradores" o "aloitadores") con la bestia, hasta reducirla para marcarla, desparasitarla y cortar sus crines. Es una lucha cuerpo a cuerpo, llena de bravura, sudor y polvo en la que se reafirma la conquista del hombre sobre su entorno. El triunfo del control sobre el animal se celebra con una fiesta o romería donde se come y se bebe al son de las gaitas.

Este año, por primera vez, fui testigo de semejante espectáculo. De buena mañana nos dirigimos a Morgadans, parroquia de



Gondomar, y, tras dejar el coche en las inmediaciones del curro, caminamos durante una hora monte arriba hasta un hermoso valle, donde los ganaderos agrupan las reses para, después, bajarlas al curro. Esta caminata la hicimos

acompañadas de numerosos grupos de jinetes que se dirigían al mismo lugar. ¡Yo estaba asombrada de la cantidad y calidad de los caballistas y de la belleza de sus monturas!



Una vez en el curro y tras alguna incidencia como el intento de fuga de algún caballo, frustrado por los aguerridos "agarradores" que lo persiguieron hasta capturarlo de nuevo, se separaron los potrillos para, posteriormente, marcarlos y cortarles las crines.

Después de una copiosa "churrascada" regada con vino del país y tras un merecido descanso, se inició la captura a lazo de las reses para sacarlas del recinto y separar las que se iban a vender de las elegidas para cría. A estas últimas, tras desparasitarlas con un lisopo impregnado en aceite quemado, operación que requirió el esfuerzo de varios hombres dada la bravura y resistencia de los equinos, se les devolvió la libertad. Mientras tanto, los gritos de los "agarradores" se entremezclaban con los relinchos de los caballos y las exclamaciones de los espectadores.

¡Es un espectáculo increíble, lleno de primitivismo, que parece sacado de alguna de las innumerables e inolvidables películas del oeste americano que tanto nos fascinaron de niños!

Entre los innumerables visitantes, nos encontramos una familia extranjera (un maltés casado con una irlandesa) que no paraban de exclamar: ¡Wonderful! (¡Maravilloso!).

Al final de la tarde, regresamos a casa totalmente cubiertas de polvo, sucias, cansadas, pero felices de haber disfrutado de la belleza de nuestro paisaje y de la variedad y riqueza de nuestras ancestrales tradiciones.



HERNÁNDEZ - ESMALTES -



PRINCIPE 15
TELNO 43-12-79
• VIGO •



la cerámica
que me
gusta

para la cocina o para el jardín,
para la terraza, para el cuarto de baño,
me gusta la cerámica de moreira & cía

moreira & cía
cuartos de baño • cerámica

Vigo • A Coruña • Vilagarcía • Ourense • A Garda • Lugo • Verín • Tui • Pontevedra
Infórmate: 902 200 313 • moreira-cia.com

Las puertas de los Caminos de Santiago

Por Alberto Canle



El camino francés, el más transitado, tiene la forma de un árbol en el que Santiago sería la copa, que; un tronco principal, constituido por el tramo que desde Puente la Reina lleva a Santiago, de una longitud de 623 kms. y el Camino del Norte que entrando por Irún, pasa por Santander, Oviedo y Ribadeo, confluyendo en el Camino Francés en Arzúa. A Puente la Reina, llegan dos grandes raíces, los caminos que procedentes de Francia y de toda Europa, pasan por los puertos de Somport e Ibañeta, procedentes de los rincones más remotos de Europa, que conforman una intrincada red de caminos que se asemeja a las raíces del árbol.

Después de largas jornadas, de duro caminar, de sufrir los puertos del Pirineo, cruzar los viñedos de La Rioja, padecer la meseta palentina, aguantar los trigales de León, gozar del frescor del Bierzo y disfrutar de los mullidos caminos de Galicia, alcanzamos Lavacolla, "Lavamentula" del Códice Calixtino. Según Aymerid Picaud, se halla "in nemoroso loco", en lugar ameno; en él los peregrinos franceses - "gens gallica" -, solían lavarse el cuerpo por amor al Apóstol, no ya parcialmente sino en su totalidad, limpiándose toda suciedad después de

la proximidad de Compostela. Querían presentarse ante el Patrón Santiago limpios y aseados, adecentando el cuerpo con agua y santificando el alma con el arrepentimiento.

Los testimonios y canciones de los peregrinos que desde hace más de once siglos llegan a Compostela, hablan que desde el Monte del Gozo, los romeros caminan más deprisa, atraídos por el Sepulcro de Apostol "Sentíamos los pies más ágiles y ligeros que antes". Al peregrino del medievo le producía una sacudida emocional, desde los cimientos del alma, el ver tan cerca la meta ansiada.

Los usuarios del Camino Francés, después de cruzar el río Sar, entraban en Santiago por el Este, por la rúa dos Concheiros hasta confluír en la rúa de San Pedro a cuyo término estaba la puerta francigena, hoy llamada **Porta do Camiño** y que da paso a la rúa das Casas Reais y rúa de Acibecheria, que los situaba tras un quiebro a la izquierda en la Praza de A Quintana.

Tal vez la segunda en importancia en cuanto al tráfico de peregrinos sería "a **Porta de Faxeirias**, que vai para Padrón". Por ella accedían por el Oeste los peregrinos usuarios del Camino Portugués y de los Caminos de Arousa y Ulla.

Quando los distintos caminos a Santiago llegan a la ciudad del Apóstol, lo hacen por distintas direcciones y procedentes de diferentes latitudes. En el texto medieval calixtino se describen las siete puertas de la ciudad y por las que entraban los romeros de los distintos caminos que a Compostela peregrinaban.

despojarse de sus vestidos".

Sin duda alguna, este acto cobraba rango de rito religioso de purificación ante la emoción de

Otra no menos importante es la **Porta de Mazarelos**, que por el Sur daba entrada a los caminantes de la Ruta de la Plata, usada asimismo por los bodegueros para surtirse de vinos del Ribeiro, Arnoya, Ulla y Condado, que en las bodegas compostelanas mejoran, porque al repicar las campanas basilicales, las barricas se estremecen y ese meneo casi celestial le conviene al vino.

Los peregrinos que procedentes de Bretaña, desembarcaban en A Coruña o Ferrol, accedían a Santiago por el Noreste, por la Rúa dos Loureiros que arranca delante del Convento del Carmen y lleva a la actual Rúa **Porta da Pena**, en cuya entrada estaba la mencionada puerta de acceso a Santiago.

Pero las puertas, no son solo para entrar por ellas, sino también para salir; de este modo usaban la **Puerta del Peregrino o de La Trinidad**, los romeros que cumplido su anhelo de visitar la tumba del Apóstol, continuaban su caminar hasta la Costa da Morte, hecho ya citado en el Códice Calixtino como frecuente. Esta puerta con dirección Noroeste, estaba situada entre el Pazo de Raxoi y el Hostal dos Reis Católicos, antiguo Hospital Real.

En la actualidad, de aquellas siete puertas solo queda el nombre en alguna plaza, convertida hoy en una rotonda para controlar el tráfico; de otras quedan algunas referencias o han sido borradas del callejero de Santiago.



LA MAYOR FLOTA PESQUERA PRIVADA DEL MUNDO ES GALLEGA.

Para convertirse en uno de los grupos pesqueros más importantes del mundo en Pescanova hemos apostado fuerte por el futuro, aprendiendo de nuestros casi cuarenta años de experiencia. Invirtiendo en Investigación y Desarrollo en las áreas de nuevos recursos pesqueros y de cultivos marinos. Consolidándonos día a día en los países de mayor potencial de crecimiento. Por todo ello, hoy Pescanova puede ofrecer a sus clientes la máxima calidad en cada uno de sus productos y a su vez, sus clientes y accionistas le ofrecen toda su confianza.

PESCANOVA

Lo bueno sale bien



XACOBEO 2004
Galicia

Turismo Rural en Galicia

Por Grato E. Amor

Era mi intención aprovechar las líneas de que dispongo en esta sección de Latexo para dar mi opinión sobre la habitual confusión entre los significados de Año Santo y Xacobeo.

Pero en medios de comunicación escritos de mayor cobertura ya han salido voces rectificando la errónea utilización de ambos conceptos, el segundo de los cuales -de índole política- no es otra cosa que consecuencia del primero -de origen religiosa-, cuyo tirón como fenómeno de masas ha sabido muy bien aprovechar la Xunta de Galicia para crear una sociedad pública dedicada, entre otros aspectos, a la organización de eventos lúdicos y culturales que suponen un indudable complemento turístico que le da otra visión a la universalidad que, ya por sí solo, tiene el **Año Santo Jubilar Compostelano**. Y es precisamente de este aspecto turístico del que ha surgido la idea de elaborar esta colaboración, justo cuando la época estival está a punto de concluir.

La estación veraniega se asocia inevitablemente a las vacaciones y, con éstas, planes y preparativos para poder disfrutarlas después de once meses inmersos en el quehacer profesional. Cada vez son más quienes buscan romper con la rutina de la vida cotidiana en sus respectivos lugares de residencia y, como válvula de escape necesaria, deciden pasar unos días más o menos alejados de sus domicilios. Pero no olvidemos que también el otoño nos brinda la oportunidad de poder planificar nuestras jornadas de ocio bajo una óptica diferente y menos estereotipada.

La década de los 60 del siglo pasado significó para España el inicio del turismo como fenómeno de masas. Cierto que se trataba de un turismo cuyo reclamo se

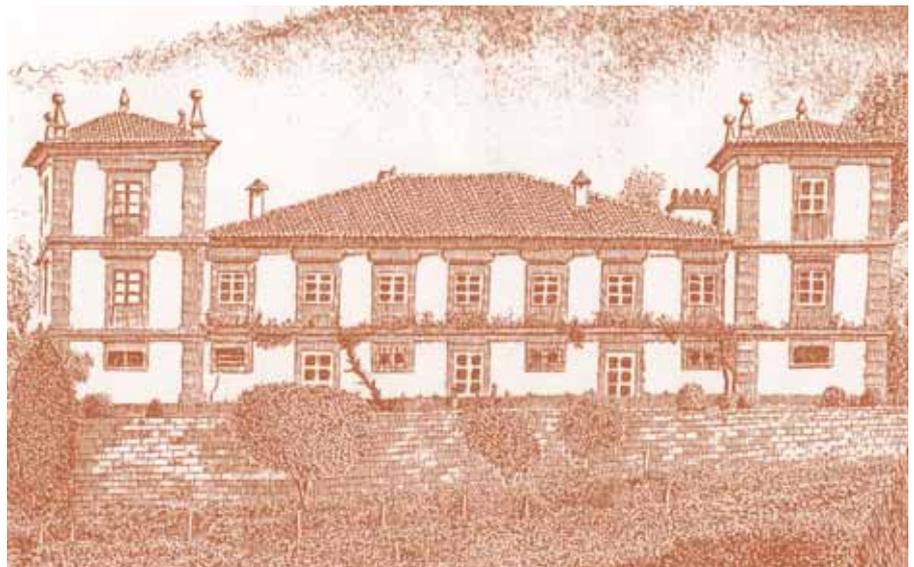
basaba en la venta de la imagen de una España meridional de sol, playa, flamenco y toros, que apenas dejaba resquicio por el que pudiera filtrarse el conocimiento de las posibilidades que ofrecían otras regiones de un país cuya riqueza turística radica, sin ningún género de dudas, en la pluralidad de sus paisajes, usos y costumbres. Pero aquella imagen parcial que monopolizaba las corrientes turísticas -a las que no fueron ajenos los propios españoles, que también comenzaban a elegir aquellas zonas garantistas de un clima estable y favorable- habría de suponer la puerta de entrada a las demás regiones de España.

Con frecuencia podemos disfrutar en páginas de nuestra revista "Latexo" de

relatos de compañeros que narran las excelencias turísticas vividas en latitudes de los cuatro puntos cardinales bien distantes de las nuestras, pero no es menos cierto que, sin salir de la geografía gallega, también es posible descubrir una forma diferente y mucho más económica de disfrutar de nuestro tiempo de ocio.

El turismo en Galicia

En materia turística, Galicia, país paisajístico por naturaleza, se incorporaría lenta y modestamente de manera bastante tardía. En unos casos por el despertar de los propios gallegos, desconocedores de las posibilidades que les ofrecía su tierra madre; en otros, aquellos forasteros que



El paço de Calheiros (Ponte de Lima), cuna del Turismo de Habitação portugués.

valoraban más las calidades naturales que les ofrecía un rincón tranquilo y muy alejado de los focos de atracción turística tradicionales; aquí descubrieron una riqueza artística -ya civil, militar o religiosa, ya culta o popular- y arqueológica nada desdeñables tanto en calidad como en cantidad. Así pazos y castillos como monasterios, catedrales, iglesias, capillas o ermitas, así "cruceiros" o "petos de ánimas" como molinos, así recintos *castrexos* como manifestaciones rupestres, junto con una riqueza etnográfica, folclórica y costumbrista guardadora de ancestrales tradiciones, como la música y el baile, las fiestas y las romerías, los *curros*, etc., que no tiene parangón en el resto de España. Soy consciente de que a muchos de los lectores de nuestra revista estas líneas no les aportarán nada nuevo, pues ya han tenido la suerte de experimentar en primera persona las excelencias de esta modalidad de turismo tan cercana y familiar. A ellos les pido disculpas de antemano.

El turismo verde y sus consecuencias

Las tendencias turísticas, como otra moda cualquiera, son tan cambiantes que asistimos cíclicamente a curiosos fenómenos que no hacen sino ratificar el desplazamiento de unos lugares por otros como puntos de destino. El agitado ritmo de vida al que se ven sometidos quienes habitan las grandes urbes ha despertado, en unos casos, y reforzado, en otros, la sensibilidad de algunos de ellos ante las tentadoras posibilidades que les ofrece la naturaleza, de ahí que haya ido tomando cuerpo una modalidad turística, bautizada con el nombre genérico de **turismo verde**, que aglutina todo lo que el rural les brinda para desconectar de la agresiva y rutinaria vida urbana. La nueva demanda hizo necesaria la creación de una oferta de alojamientos en casas de campo bajo la denominación específica de **turismo rural**, del que derivaría otra modalidad, el llamado **agroturismo**, definida

por la posibilidad que los huéspedes tienen de compartir techo y tareas con los propietarios de aquellas casas campestres en las que existe una explotación agropecuaria o forestal.

El turismo rural

Tales tendencias turísticas explican y justifican la aparición del **turismo rural** como modo eficaz de irrigación turística por todo el país en un momento en que buena parte de las muestras más representativas de nuestra arquitectura civil, como son los pazos, se veían amenazadas y en grave trance histórico de extinción, de ahí la urgente necesidad de rescatar parte de tan eminente patrimonio. Si a todo ello le añadimos, además, la renta que podría generar la nueva actividad (que a menudo resulta complementaria de otros ingresos), encontraremos las razones que movieron a la Xunta de Galicia a incluir el recién bautizado **turismo rural** entre los planes monográficos contemplados por el PRODER (Programa de Desenvolvemento Turístico de Galicia), patrocinado por el propio ente autonómico.

Por todas estas razones, que se ajustaban perfectamente a la inquietud europea de recuperar el patrimonio rural, Galicia consiguió una importante asignación de fondos comunitarios, vía FEDER, para financiar esta modalidad de turismo, dotándose a la Secretaría Xeral para o Turismo del pertinente presupuesto destinado a subvencionar aquellas iniciativas que cumplieran los requisitos exigidos.

La experiencia portuguesa

Ya hacía años que nuestros vecinos del otro lado del Miño habían conseguido llevar a buen puerto un ambicioso plan fundamentado en habilitar partes de hidalgos solares¹ como alojamientos turísticos en los que el trato directo y la convivencia de sus propietarios con los huéspedes fuese una de sus características

primordiales. El Turismo de Habitación² constituyó un rotundo éxito que supuso una importante fuente de ingresos para quienes tenían el compromiso de mantener unos complejos arquitectónicos que, como en Galicia, habían perdido su originario carácter agropecuario³. Sobre esta experiencia se apoyaría más tarde nuestro turismo rural.

Regulación oficial

El número de casas de campo dedicadas a alojamiento rural y las que entonces ya se encontraban en fase de rehabilitación, junto con los proyectos a realizar en 1992 y 1993, constituían un volumen de oferta tan considerable que no podía ser ignorado, pues dejar este fenómeno en manos solamente de las leyes del mercado podría resultar anárquico o, peor aún, caótico⁴. Era preciso, pues, proceder a su ordenación oficial, lo que condujo a desarrollar y aprobar esta regulación como instrumento que asegurase el desenvolvimiento de un turismo rural de calidad.

Bajo tales consideraciones, de conformidad con el Estatuto de autonomía⁵ y en virtud de lo establecido en la Ley 1/1993 del 22 de febrero, reguladora de la Xunta y de su presidente, la Consellería da Presidencia e Administración Pública fue disponiendo la normativa ordenadora y reguladora de los establecimientos de turismo rural⁶, hasta llegar a la actualidad, en que, atendiendo a la singularidad de sus tipologías y a su valor arquitectónico, están clasificados en tres categorías:

GRUPO A: Comprende **pazos, casas grandes, castillos, monasterios⁷ y rectoriales** situados en el medio rural que, por sus singulares características, son reconocidos como tales por el órgano competente de la Comunidad Autónoma.

GRUPO B: Incluye las casas de aldea situadas en núcleos rurales que, por su antigüedad y características constructi-

1. Equivalentes a los pazos gallegos.

2. Se distinguen casas antiguas, quintas & heredades y casas rústicas, clasificación que, como veremos a continuación, habría de tomarse como referencia en Galicia. La Associação do Turismo de Habitación dispone de un órgano centralizado, Turihab, con sede en Ponte de Lima, encargado de las reservas.

3. A diferencia de lo ocurrido con gran parte de nuestros pazos, los solares portugueses se mantuvieron habitados por sus dueños.

4. Las casas de labranza que entonces venían desarrollando su actividad turística acogidas al programa "vacaciones en casas de labranza" hubieron de adecuar sus instalaciones a la nueva normativa en el plazo de dos años, so pena de causar baja como alojamientos rurales.

5. Aprobado por la Ley orgánica 11/1981, del 6 de abril, que establece en su artículo 27.21 la competencia exclusiva de la Comunidad Autónoma de Galicia en materia de promoción y ordenación del turismo en su ámbito territorial.

6. El propio dinamismo del sector dejaba al descubierto lagunas no contempladas en las primeras disposiciones reguladoras, por lo que se hicieron necesarias modificaciones posteriores. La primera fue la del 26 de febrero de 1992, cuyo artículo 12 señalaba que para el ejercicio de la actividad de alojamiento rural se debería obtener la correspondiente autorización de apertura y clasificación del establecimiento ante la Secretaría Xeral para el Turismo, sin distinguir si esa solicitud debería presentarse ante los servicios centrales o provinciales. Esta laguna sería subsanada por la Orden del 5 de mayo de 1993 de la propia Consellería. Modificaciones posteriores están recogidas en la Orden del 2 de enero de 1995, que, además, derogaba las anteriores, y en Ley 9/1997, del 21 de agosto, de ordenación y promoción del turismo.

7. No conozco ningún caso de monasterio convertido en centro de turismo rural, aunque sí de algunos que se han incorporado a la red hostelera (San Clodio, en Leiro o Santo Estevo de Ribas de Sil, en Luintra, ambos en la provincia de Ourense)

vas, responden a la tipicidad propia de las casas rústicas gallegas.

GRUPO C: Son las casas de labranza, casas rústicas ubicadas en el rural en las que se desarrollan actividades agropecuarias en las que pueden participar los huéspedes. Es la modalidad de turismo rural conocida como **agroturismo**.

Además, los establecimientos comprendidos en las dos primeras categorías deberán incluirse en una de estas dos modalidades:

A.- Hospederías, cuando su titular y los familiares que con él conviven comparten el uso de la vivienda en una zona dedicada a los huéspedes y su oferta de servicios ha de incluir, como mínimo, la media pensión alimenticia.

B.- Residencias, cuando los usuarios disponen de las instalaciones en exclusiva, o también cuando, compartiendo el uso de la vivienda con los propietarios, la oferta de servicios no incluye como mínimo la media pensión alimenticia.

Esta regulación venía a garantizar el futuro de muchas construcciones tradi-

cionales desperdigadas por la geografía gallega que, amenazadas de abandono, estaban condenadas a perecer. En el caso de las más modestas, porque su razón de ser se había extinguido con la masiva emigración de quienes debían atenderlas, dada la sacrificada y nada rentable actividad que posibilitara su mantenimiento, además del reclamo que para aquellas gentes del rural suponían las comodidades y servicios que les ofrecían, al menos a priori, los núcleos urbanos.

En otros casos -pazos y casas grandes- se dieron diversas situaciones que podemos resumir en aquellos que estaban habitados por sus propietarios -ya de forma continua, ya de forma temporal- y los que fueron vendidos a quienes vieron en ellos la posibilidad de hacerlos provechosos. Tanto aquéllos como éstos supieron reanimar o resucitar a unos históricos complejos arquitectónicos, de regulares o grandes dimensiones, cuya vocación agrícola original se había visto reducida a la mínima expresión, cuando no desaparecida definitivamente, lo que, en la mayoría de los casos, hacía insostenible su conservación, dados los elevados costes fijos que exigía su mantenimiento⁸. A cambio, aquellos nobles edificios recom-

pensaron a sus benefactores proporcionándoles unas fuentes de ingresos que les permitieron amortizar primero y rentabilizar después las elevadas inversiones desembolsadas⁹. El resultado no ha podido ser más espectacular: numerosas casas se han ido incorporando a la red de casas de Turismo Rural, hasta completar la actual cifra que pasa de los 300 establecimientos, entre los que se cuentan, felizmente, unos cuarenta pazos distribuidos casi equitativamente por las cuatro provincias¹⁰.

Para quienes hemos tenido la suerte de vivir la experiencia de disfrutar en algunos de estos viejos edificios de sus modernas instalaciones y de la exquisita hospitalidad de sus propietarios, permanecerá siempre en lugar privilegiado el recuerdo de unas inolvidables estancias -alejados de los ruidos urbanos- donde el zumbido del despertador ha sido sustituido por el relajante susurrar de algún río y por el canto madrugador de las aves.

Si D. Ramón Otero Pedrayo viviese hoy, seguro que desde la solana de su pazo de Trasalba le dedicaría loables páginas a esta verdadera resurrección de tan significativas muestras materiales de nuestro pasado.



El Pazo do Castro (Barco de Valdeorras) es uno de los muchos ejemplos de establecimiento de turismo rural que podemos disfrutar en Galicia.

8. Entre otras vías que vinieron a asegurar el futuro inmediato de las construcciones pacesas gallegas hemos de incluir la recuperación de su citada vocación agrícola mediante el establecimiento de modernas infraestructuras e instalaciones que, aunque costosas, han permitido convertir unos edificios, abocados a sucumbir ante sus propias exigencias, en recintos agropecuarios de los que, afortunadamente, ya tenemos varias decenas de ejemplos en toda Galicia: unos como complejos ganaderos de carne y leche, otros como centros de producción vitivinícola que han sabido aprovechar el tirón que el vino albariño ha supuesto para comarcas del suroeste de la comunidad -Val do Salnés, Baixo Miño y O Condado, sobre todo- donde la proliferación de bodegas ha hecho necesaria la creación del Consejo Regulador Rías Baixas, experiencias que ya han encontrado eco en zonas interiores, como es el caso de la Ribeira Sacra.

9. En las obras de rehabilitación -tanto exteriores como interiores, incluidos los elementos decorativos y el mobiliario- la normativa exige la preservación del carácter genuino de la época y el estilo, sin que se puedan realizar obras que alteren la tipología arquitectónica original.

10. Las cifras se incrementan de año en año, como puede comprobarse en la correspondiente Guía que publica Turgalicia, dependiente de la Dirección Xeral de Turismo, cuya Central de Reservas está encuadrada dentro de las actividades de la Sociedade de Imaxe e Promoción Turística de Galicia, S.A.

M.B.A

MÁSTER EN ADMINISTRACIÓN Y DIRECCIÓN DE EMPRESAS

pon rumbo
al éxito
profesional

- Dirigido a recién titulados universitarios de cualquier especialidad.
- Metodología práctica basada en el método del caso.
- Prácticas en empresas remuneradas y evaluables.
- Ordenador portátil para cada alumno.
- Impartido en Vigo y A Coruña.

Trimestre lectivo optativo en la University of California Berkeley Extension.



Otros programas máster:

M.D.C.M: Máster en Dirección Comercial y Marketing

M.D.R.H: Máster en Dirección de Recursos Humanos

M.A.F: Máster en Asesoría Fiscal

M.A.F.P: Máster en Asesoría Financiera y Gestión de Patrimonios

M.D.E.A: Máster en Dirección de Empresas Agroalimentarias

M.D.N.I: Máster en Dirección de Negocios Internacionales

Seleccionado entre los 10 mejores MBA de España por la revista Actualidad Económica

escuela de negocios
caixanova 

Tfno.: 986 49 32 52 • e-mail: marketing@enegocioscaixanova.edu • www.enegocioscaixanova.edu

Nuevos Aires en Venezuela

Por Rafael Merino

LA OFICINA

La oficina de representación de Caixanova en Venezuela, está ubicada en la Urbanización La Castellana (Municipio de Chacao), corazón financiero y corporativo de la ciudad de Caracas, con una población de unos 5 millones de personas.

En el mismo edificio se encuentra el Consulado de España, estando muy próximos la Embajada de España, Oficina Comercial y Agregaduría Comercial, así como otras instituciones gubernamentales locales y extranjeras.

La oficina fue abierta hace más de 15 años, para atender la corriente migratoria de la provincia, especialmente de localidades como Celanova, Carballino, Ramirás, Ribadavia, Bande, etc., cuyos emigrantes destacaron en numerosas actividades empresariales en sectores como el textil, hostelería, construcción, químico, fabricación de muebles, etc.

Actualmente existen unos 100.000 gallegos residiendo en Venezuela, que representan un 17% del total censado en América Latina. Es, junto a la colonia canaria, la más numerosa e importante del país, reconocida por su tenacidad y dedicación empresarial e industrial, con fuerte presencia en las principales poblaciones venezolanas como Caracas, Maracay, Valencia, Barquisimeto, Maracaibo, Puerto La Cruz, Margarita, etc.

La colonia gallega es localizable en la región norte costera del país, básicamente en la capital (Caracas), pero con presencia muy importante en el eje Maracay-Valencia (Barquisimeto y

Maracaibo, por el Occidente, y Barcelona, Puerto La Cruz, Puerto Ordaz y Margarita, por el Oriente).

IMPORTANTES CAMBIOS

A finales de 2003, la Confederación Española de Cajas de Ahorros decidió retirarse de Venezuela cerrando su oficina de representación en Caracas (la única en América Latina), cuyo local estaba siendo compartido con la oficina de representación de Caixanova.

Ante esta oportunidad, Caixanova contrató a sus tres empleados y arrendó la totalidad de la oficina, antes compartida con CECA.

El entonces delegado, Juan Aguado, fue nombrado Representante de Caixanova en México, sustituyéndole en su función el delegado de CECA, Rafael Merino.

Se inició el año 2004 con una oficina remodelada y con las nuevas incorporaciones de Arturo (Asesor Comercial), Sonia (Secretaria-recepcionista) y Rafael (Delegado), formando equipo con Karola (Asesora Comercial).

EL PAÍS

La superficie de Venezuela es prácticamente el doble de la de España con sus 916.445 km², con una población superior a los 25 MM. de personas, concentradas en su mayor parte en las principales ciudades venezolanas.

El petróleo representa la principal fuente de ingresos



Ubicación de la Sucursal:
Av. Principal - Urb. La Castellana / Edificio Bancaracas, piso 6, oficina 6-02 • 1060 - A Caracas - Venezuela
Tel. 0058 212 266 99 15 265 48 97 - Fax 0058 212 266 92 68
E-mail: orvenezuela@caixanova.org



De izquierda a derecha: Sonia, Arturo, Karola y Rafael Merino

de Venezuela. Otros productos minerales (orimulsión, bauxita, acero, hierro, aluminio, yacimientos de oro, etc.) han venido siendo objeto de intensa comercialización.

Venezuela tiene un paisaje paradisíaco de bellezas únicas, donde es posible contemplar, entre otros:

- **El Salto del Ángel**, la caída de agua más alta del mundo.

- **El Lago de Maracaibo**, el más extenso de Sudamérica y asiento de las cuencas petrolíferas más importantes del país.

- **El Teleférico de Mérida**, único en extensión con sus cinco estaciones y más

de 12 kms. de recorrido hasta el Pico Espejo.

- **El Río Orinoco**, uno de los más grandes de América Latina, con una longitud de 2.600 Km, de gran importancia estratégica, al ser la ruta de exportación del hierro y de los excedentes siderúrgicos de la región de Guayana.

- **Los Roques, Morrocoy, Isla Margarita, etc.** son algunos ejemplos de áreas turísticas con espléndidas playas de gran atractivo.

A sus bellezas naturales hay que añadirle el de las mujeres venezolanas, cuyo reconocimiento y proyección internacional se ha materializado con cuatro

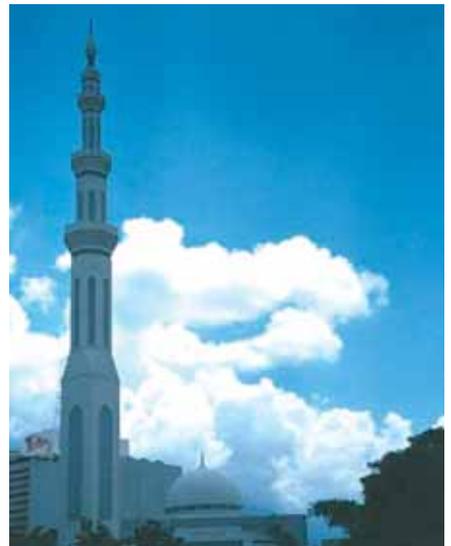


Vista de la ciudad de Caracas

Miss Universo: Maritza Sayalero (1979), Irene Sáez (1981), Bárbara Palacios (1986), Joseph Alicia Machado (1990) y cinco Miss Mundo: Susana Djuim (1955), Pilin León (1981), Astrid Carolina Herrera (1989) y Jaqueline Aguilera (1996).

VENEZUELA HOY

Venezuela es una República compuesta por 22 Estados, un Distrito Federal y numerosas dependencias insulares en el Mar Caribe. Tiene una fuerte tradición democrática; ha sido gobernada bajo régimen democrático durante los últimos 40 años de manera ininterrumpida, lo que la avala como una de las naciones con mayor experiencia democrática de Latinoamérica.



Mezquita más grande de Caracas

Su actual presidente, Hugo Chávez, no es el primer político en hacer aumentar la pobreza en nombre de una revolución para los pobres. A pesar de un enorme aumento de los ingresos petroleros de Venezuela, todos los indicadores económicos de han desplomado. De las 11.539 empresas que había en el país, casi 7.000 han cerrado sus puertas desde 1998 (Chávez llegó al poder en 1.999). Hoy hay 4.550 empresas.

Venezuela experimentó durante el 2003 una caída en su economía del 9,2%, casi el doble del porcentaje registrado en el 2.002, y el mayor desplome económico en toda su historia, con un

impacto negativo que equivale a unos 8.100 MM. de dólares.

Al mismo tiempo, el gobierno de Chávez incrementó sustancialmente la deuda interna del país en 5.000 millones de dólares, una cifra sin precedentes y que contribuye a que la economía venezolana sea más frágil, finalizando el 2003 con 10.000 millones de dólares de deuda interna. El desempleo sigue creciendo y ha pasado del 15,7% en el 2002, al 17,9% en el 2003.



Parque de cristal

Los principales factores que provocaron el histórico desplome fueron el paro general que tuvo lugar entre diciembre del 2002 y febrero del 2003, pero también los efectos negativos del control de cambios, que reprimió más de 5.000 millones de dólares que debieron ingresar al sistema económico y no lo hicieron, provocando una importante contracción de la actividad productiva en el sector privado el año pasado.

El control de divisas implantado a principios del 2003 por la administración Chávez “restringió la salida de capitales y propició la caída de las importaciones en un contexto de recesión económica”, según un informe del BCV, Banco Central de Venezuela.



Iglesia de la Colonia Tovar



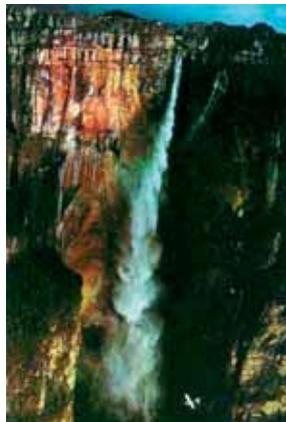
“La economía venezolana es una economía que está produciendo pobres aceleradamente, en barrena”, dijo el experto Hugo Farias, economista jefe del Instituto de Estudios Superiores de Administración. “Hay un clima de gran desconfianza y temerosidad por las políticas gubernamentales. Y aunque se espera un crecimiento este año, en realidad es un crecimiento que se va a producir por lo tanto que ha bajado el país en los últimos años”.

No obstante lo anterior, se está demostrando el talante democrático de la población venezolana, mediante la ejecución de diversos mecanismos electorales, e invitando a organismos internacionales (Centro Carter y OEA entre



Bahía de Cata

otros) para hacer cumplir con los mandatos de la constitución venezolana, y lograr una vía de escape a la crisis tanto política como económica, que unido a las grandes riquezas de Venezuela, se lograría una pronta recuperación, y lo colocarían como un país de grandes oportunidades.



El Salto del Ángel



Plaza de Venezuela

WOR-60



UNA NUEVA FILOSOFÍA DE VESTIR



MARCEL COMUNICACIÓN GRÁFICA

 **WOR-60**
BOUTIQUES

VIGO - BILBAO - PALMA DE MALLORCA - DENIA

SERVICIOS CENTRALES WOR60 ESPAÑA

Av. Ricardo Mella, 143 - 36330 Coruxo-Vigo

Tfno. +34-986462082 - Fax. +34-986462982 - www.wor60.com - correo@wor60.com

Juan González Vidal, Jefe, Compañero y Amigo

Entrevista realizada por Luis López Borines
Fotos cedidas por Juan González Vidal



*Juan González Vidal nació el 18 de Septiembre de 1939 en Sober (Lugo). Nieto de labradores, por la profesión de su padre tuvo con su familia que inmigrar a Valencia siendo un recién nacido. Ocho años más tarde es nuevamente destinado a Vigo, y "Juanito" comienza sus estudios en el Colegio "Labor" donde finaliza el Bachillerato. Aún no había cumplido los 15 años de edad cuando comienza a trabajar en "La Caja", y de esto hace ahora... ¡Medio Siglo!
Casado con María Carmen Domaica desde los 24 años, tiene tres hijos y siete nietos.*

Juan González Vidal es Subdirector General de CAIXANOVA, y dirige la División Comercial de Galicia y Mercados Exteriores. Para los que como yo, tenemos desde hace tiempo la suerte de conocer a una persona tan buena y humilde como es Juan González Vidal, sabía de antemano que por ser él como es, me preguntaría si realmente esta entrevista tendría interés para alguien. Medio convencido de ello, comenzamos la entrevista a las 17 h. de una tarde en la que, como tantas otras, terminaba de hablar con los compañeros que están en Europa y América, y que por la diferencia horaria con estos últimos, todavía estaba sin comer, algo a lo que Juan dice estar acostumbrado ya, y que soluciona con una buena merienda-cena.

Juan, ¿cuándo entraste en "La Caja" y donde se encontraba?

Bueno, yo entré en "La Caja" el 1 de Agosto de 1954, y estuve destinado durante un mes en lo que era "la Central", se llamaba así, en Policarpo Sanz justo donde está hoy ubicado nuestro nuevo Centro Social. Ocupaba la planta baja y tenía la entrada por el mismo sitio, poco más o menos, y que daba acceso a las oficinas: con su patio de operaciones, su centralita telefónica, etc. y en el piso superior tenía el despacho del Director-Gerente y lo que se denominaba la Sala de Juntas, llamada así precisamente, porque allí se reunía la Junta de Gobierno, equivalente a lo que es hoy el Consejo de Administración.

¿Cuántos empleados había entonces?

Debíamos ser, más o menos, como unos 200 compañeros porque curiosamente un año antes se había fundado URECA y al momento de entrar en "La Caja" me hice socio, y yo tengo el número 192. Por cierto, que yo también pertenezco a la Junta Directiva, siendo nuestro Director General su Presidente, desde 1962 hasta 1969 si no recuerdo mal. El local social estaba precisamente en la 1ª planta de "la Central". Después se trasladó, como sabes, a lo que hoy es la cafetería aquí en García Barbón como antesala previa del Complejo de Nigrán ya en 1973.

Tu primer destino: "la Central" ¿y después?

Pues curiosamente al mes justo, el 1º de Septiembre, se inauguraba la Sucursal de Teis, que si no recuerdo mal era la sucursal número 12 de "La Caja" en ese momento, después de: Bouzas, Porriño Redondela, La Estrada, Calvario, Villagarcía, Cangas, Bayona, Gondomar, Las Traviesas y Puerto Pesquero. La sucursal estaba frente a la calle Purificación Saavedra, cerca del mercado, y que todavía hoy -exactamente igual que en el año 54- conserva las rejas y la hucha como anagrama.

Fuiste para Teis ¿solo?

No, no. Estuvimos al principio tres personas: Manuel Lago Pinto como Director Provisional (que después llegó a Interventor Adjunto), Héctor Durán Filgueira como Administrativo y yo, como Mensajero. Luego definitivamente,

al mes, vino el que era Director de Bayona, Joaquín González Suárez y un compañero de "la Central" Vicente Sánchez Roldán (un hombre castellano, excelente) y yo.

¿Cuándo tuviste la oportunidad de pasar a la escala administrativa?

Por suerte en Julio de 1956 se celebraron las correspondientes Oposiciones para Auxiliares Administrativos, que aprobé y entramos los 10 primeros administrativos de una promoción de 50.

Imagino que entonces te cambiaron de destino ¿verdad?

Efectivamente. Fui entonces destinado al Monte de Piedad hasta Junio de 1957, que estaba situado en el bajo de la Ronda de Don Bosco, frente a la calle Lóriga. Por aquel tiempo no solamente se empeñaban joyas y alhajas, sino también ropas (abrigos, mantas, sábanas...) y otros enseres (prismáticos, bicicletas, máquinas de escribir y de coser...)

Juan, haciendo alarde una vez más de una fantástica memoria me sigue sorprendiendo cuando habla del equipo de compañeros que estaban destinados con él.

Tiene en la cabeza no sólo la Red de Sucursales, sino las personas, los equipos que las componían.

El Monte tenía su tasador de joyas y su tasador de ropas; después estábamos Manuel Caldas ("Calditas", que después se fue de Director para Arbo), José



Juan, al fondo, presencia la entrega de obsequios en el Vigoxogos (Diciembre 1983)

Fernández Saenz que era el Jefe, Pazó, Manuel Lorenzo ("Manolito") y yo. Recuerdo que "La Caja" estaba realizando las primeras expansiones (Silleda, Lalín, La Guardia, Tomiño, El Grove, Puente Caldelas...), lo que obligaba a sortear las oficinas entre los administrativos. Con el breve tránsito de la Sucursal de Villanueva de Arosa, fui destinado en Julio de 1957 a la Sucursal de Mondariz hasta Octubre del 58, en el que me vine para Depositaria.

Y ¿después?

Después en el año 1960, el Servicio Militar me hizo "andar" paralelamente, y era curioso porque todos teníamos ganas de conocer un poco España, y "la mili" era una oportunidad para ello. Lo que es la vida, va y por sorteo me toca Pontevedra capital y en Vigo. Cuando terminé me reincorporé a "La Caja" y a mi anterior destino: Depositaria, con el Sr. Modroño, donde además del efectivo de todas las cajas, se custodiaban los valores de "La Caja", las acciones -físicas- de clientes, se hacía el recorte y pago de cupones, nóminas del personal de la Entidad, etc. etc....

En aquellos años ¿seguía expandiéndose la red de sucursales?

Sí, máxime desde que Don Julio Fernández Gayoso accede a la Dirección General en el año 1965. Comienza, nunca mejor dicho, una auténtica revolución en el "La Caja" y, cómo no, en el mundo de las Cajas. Fue algo que uno nunca olvidará puesto que comienza un gran desarrollo con las expansiones de oficinas a gran escala (Paseo de Alfonso, Mercado Progreso, Casablanca, Chapela, Salceda.....)

¿Cuándo fuiste nombrado Director de Oficina y de cuál?

Fue un 31 de Octubre - Día Universal del Ahorro- del año 1965 cuando tuve la gran oportunidad de poder dirigir una oficina como la de Chapela, con un fuerte componente de ilusión, pero no lo digo por mi sólo, sino por todos los compañeros que allí estábamos. Éramos un formidable equipo

donde fui muy feliz, conociendo a muchísimas personas, estando agradecido a todo el mundo con el que traté. Formábamos, como te digo, un equipo humano muy motivado que garantizaba el éxito, como así sucedió, doblando objetivos, incrementando clientes....

En las otras direcciones de sucursales por las que pasaste: Redondela, Traviesas...o cuando en 1971 fuiste a hacer promoción al extranjero entre nuestros emigrantes, o incluso cuando en 1975 fuiste nombrado Jefe de Promoción de la provincia de Pontevedra, ¿se mantenía esa situación de "motivación generalizada" entre los compañeros que facilitaba el éxito?

Sí, sí. Y es que al igual que en Chapela o en mis siguientes destinos lo mismo estaba sucediendo a nivel "Caja", lo cierto es que toda la competencia "nos temía", se preguntaban ¿pero qué está pasando ahí? Como te digo, eso era lo común en todas las oficinas de "La Caja" y supuso sin duda la puesta en marcha, el despegue, diría yo, de lo que es hoy: ¡una gran Caja!

¿Dónde focalizas las claves de ese éxito imparable?

Eso es obra de nuestro Director General, Don Julio Fernández Gayoso, que supo impregnar un estilo, un modelo de Caja comprometido con Galicia y referencia obligada para el resto de las de España. Recuerdo aquellas reuniones de Directores de oficina con él, o cuando se reunía con el personal y de donde todos salíamos entusiasmados con la tarea encomendada. La verdad es que éramos un equipo formidable tanto en la Dirección, como con los jefes y compañeros. Cada vez que echo una mirada a mi alrededor o cierro los ojos, veo aquellos compañeros, impregnados de un espíritu de colaboración y solidaridad de unos para con los otros, de sacrificio para hacer las cosas bien... ¡y esto puede parecer hoy que no lo sea!, pero lo es....

¿Ves entonces hoy esa misma situación, igual que antes?

Hoy yo creo que afortunadamente ésta es una gran Caja, una grandísima Caja porque de alguna manera se sigue manteniendo ese espíritu, esa cultura, esa forma de hacer, ese cuidado y respeto a la persona para que luego resulte un buen profesional, esa es la base del éxito.

Hay muchas forma de hacer y yo creo que ésta, repito, con aquellas personas, con otras que todavía están, se sigue manteniendo esa forma y esa llama, que creo importante se siga impregnando a las personas con nuestra cultura de Caja.

Profesionalmente hablando ¿para maestros, los de antes o los de ahora?

Teníamos por aquel entonces, igual que sucede hoy, buenos maestros.. Yo diría que, "hoy es como ayer, pero más y mejor"; tenemos formadores



Fútbol Sala (Chiños contra Obelleiros, Junio 1984)

De izquierda. a dcha.: Roberto Villanueva, Pepe Carrera, Tatá Delgado, Fonso Ballesteros, Juan G. Portas, Moncho Rdguez., árbitro, Pablo, Juanga, Domaica, Nando Obelleiro, Josiño (d.e.p.), Juan G. Vidal, Antonio y Quico Obelleiro.

internos, formadores externos...¡una maravilla!...y todo eso, sin duda, imprime a “La Caja” un carácter y una forma de ser distinta al resto de las entidades financieras, que no disponen de esta ilusión y transmisión de cultura, aunque lo intentaron...¡pero no lo consiguieron!. Vuelvo a repetir que **la clave del éxito reside en la conjunción de lo que es persona y profesional, que van muy pegaditos uno y el otro ¿no?: buena persona, buen profesional, todo lo contrario...¡no funciona!**.

Sé a lo que te refieres, pero ¿si te pido una prueba de ello?

Pues mira, veo una demostración de que toda “La Caja” es un “gran equipo” la tenemos en la Asamblea Anual Informativa, y que por razones de espacio tenemos que hacer en el recinto ferial de IFEVI y en la que, después de escuchar a nuestro “capitán general” donde nos informa con detalle de lo ocurrido y de lo que está por venir a nivel “Caja”, después de saludarnos nos juntamos todos alrededor de la mesa para hablar y contarnos como nos va, historias, anécdotas, detalles...en un ambiente verdaderamente fraternal y maravilloso. Es una lástima que por razones de tiempo y distancia no estén todos los compañeros que se encuentran fuera de Galicia, pero que si están presentes en nuestro pensamiento.

La felicidad individual y el éxito profesional ¿van unidos?

Es importante decir que hay una rentabilidad del trabajo: salario, mantener una familia, el trabajo bien hecho y quedar uno satisfecho, pero también **hay otro tipo de rentabilidad que con el paso del tiempo vas viendo lo que es: la de la amistad, la relación, la confianza... con aquellas personas con las que has tenido la oportunidad de relacionarte y que, al fin y a la postre, no te regalan nada pero sí que te dan lo más importante: la confianza y la amistad**, y que luego resulta imprescindible para conseguir otras cosas en la vida.

Permíteme ahora una ráfaga de preguntas más personales e íntimas ¿sí?

Adelante pues, dime, dime.

¿Tu plato de comida favorito?

¡Hombre!, pues la verdad, no me dejo llevar por un plato de comida en especial

predilección, me gusta si acaso más picotear. Entonces sí tengo que decir uno pues me encanta algo tan sencillo de hacer como un par de huevos con patatas fritas, claro que eso no quiere decir que no me guste un buen cocido, un buen cabrito...

¿Para beber?

Aunque hay muy buenos vinos en España, me quedo con uno de los mejores vinos blancos del mundo: cualquier blanco gallego.

¿El título de un libro?

En estos momentos “Los tres mosqueteros” que se lo estoy leyendo a mis nietos. En otro orden, me gusta estar bien informado de lo que ocurre dentro y fuera del país, para lo que me sirvo de la prensa escrita y, ya por la noche de la radio que me encanta, desde luego.

¿Tu deporte preferido?

He practicado tenis, fútbol sala...pero hoy gracias a Dios y hasta el día de hoy tengo buena salud, lo que me permite salir con mi bicicleta “mountain-bike” de vez en cuando y si la climatología lo permite, a dar largos recorridos por la periferia de Vigo: Redondela, Arcade, Sotomayor, Cedeira, Nespereira, Vixiador..., contemplando y disfrutando del paisaje, haciendo ejercicio, pero sin competir, porque si me pongo una pendiente por delante, aunque sea del 15 %, no es con ánimo de ir contra el reloj, sino de ver si soy capaz de mantenerme en la bicicleta, y no tener que subirla andando. Hago algo también de natación, gimnasio.. pero poca cosa ¡bah!, si acaso como divertimento.

Cuando eras pequeño ¿qué te hubiera gustado ser de mayor?

Tuve la suerte de que mis padres hicieron un gran sacrificio al mandarme a ese colegio. Era muy difícil en aquel momento tener la oportunidad de poder hacer una carrera. Al vivir tan cerca del depósito de máquinas de la RENFE en Teis, una de mis ilusiones era poder conducir una máquina de tren. Conocía el tipo de máquina ¡por el pitido!. Pero **tuve la suerte de entrar en “La Caja” y cuando recuerdo me digo siempre “quién iba a saber que aquel neno iba a hacer o que fijo, e estar onde está”.** **Quién me iba a decir a mí que tendría la oportunidad de conocer a tanta buena gente, tantas personas, tantos compañeros, tantos jefes, tanta gente**



Juan en su despacho durante esta entrevista

estupenda que me ha permitido que tenga, todo lo que tengo....

Al día de hoy, ¿alguna ilusión grande, grande...sin cumplir?

Otra ilusión fue ser futbolista y aunque eso era más difícil, recuerdo cuando jugaba en el equipo de URECA con Carlocho, Horacio Murias, Tonecho, Juan Fernando, Filgueira... en el campo del Florida, Lagares o las finales en Balaídos contra todos aquellos equipos fortísimos en los Torneos de Educación y Descanso. ¡Ardía Troya!

Siempre es un auténtico placer el conversar con Juan González Vidal, porque además de ser un gran Jefe es un magnífico compañero y un mejor amigo, y tal vez por eso accedí a esta entrevista y no solo eso, sino que además, no dudé en aportar fotografías, datos, curiosidades, anécdotas...en tal cantidad y calidad que bien podrían llenar un libro sobre la historia contemporánea de “La Caja”, imposible de sintetizar en 3 escasas páginas. De su propia mano tuve el honor de corroborar que como él mismo comenta, su vida ha transcurrido en todos los aspectos en un ámbito de general satisfacción. Cuando habla de su experiencia profesional o de sus momentos personales, siempre recuerda los esfuerzos realizados y los éxitos conseguidos, pero sobre todo, recuerda a las personas que tuvo como jefes, a los compañeros, y a los que con él han formado equipo, algo de lo que es bien consciente y sobre todo, a los que está muy agradecido.

Todos los que formamos la Familia Urequista queremos compartir contigo Juan, la alegría de éste, tu cincuentenario laboral y social.
¡MUCHAS FELICIDADES!...
y que cumplas muchos más:
Jefe, Compañero y Amigo.



Camiño do
XACOBEO
2004



Consellería de Cultura,
Comunicación Social e Turismo

S.A. De Xestión do Plan Xacobeo

10 AÑOS DE SENDERISMO

Por Tato Barbeito



El grupo de senderismo echó a andar hace algo más de 10 años (1993) con una marcha de 10 km., realizada por niños de seis a doce años, desde Lavacolla hasta Santiago con motivo del Xacobeo 93. Hubo una gran afluencia, 42 niños, visitándose las instalaciones de TVE.

Ese mismo mes de julio se organizó otra para adultos de 21 km., y en septiembre se realizó otra desde O Cebreiro hasta Santiago (150 km.).

A partir de ese año se realizó todo el camino de Santiago desde Francia, cubriendo cada año distintas etapas, hasta completar toda la ruta. Hace tres años, el grupo comenzó otra vez la Ruta de Santiago.

En 1999, año compostelano, el grupo de Ureca, junto con ACRECA, realizó el Camino Portugués con gente de otras cajas.

Este año se realizó el camino de la Plata, por lo que hay gente del grupo que tiene las tres Compostelanas: la del Camino Francés, la del Camino Portugués y la de la Vía de la Plata.

En el 2003 realizamos una excursión a los Molinos de Folón (EL Rosal), y en el 2004 se organizaron salidas a Chandrexa de Queixa (Orense) y a Cedeira (Coruña), siempre con una gran afluencia de senderistas.

Queremos que el grupo se consolide, realizando salidas toso los meses a distintos puntos de Galicia que merezcan la pena visitar, que seguro son la mayoría.

Esperamos seguir contando con la colaboración de Ureca como hasta ahora, para que todos aquellos que quieran participar en el grupo de senderismo puedan hacerlo a través de nuestra asociación.

CEDEIRA SAN ANDRÉS DE TEIXIDO

Por Tato Barbeito

Como se había anunciado en la circular 11/2004, el pasado día 10 de julio, el grupo de senderismo de Ureca, reuniendo en esta ocasión cincuenta participantes, cubrió la distancia que separa Cedeira y San Andrés de Teixido (10 kilómetros). Salida desde A Cima da Ponte, al lado de una bonita playa, para subir al monte As Barrosas, pasando incluso por una calzada romana. Después de unos largos metros de carretera llegamos a la

Cima da Costa, desde donde se divisa la Capilla de San Andrés. La bajada fue dura y lenta, por lo empinado y agreste del terreno, pero todos llegamos sin novedad. Visita a la capilla y al bus de retorno a Cedeira para "xantar" unos percebes y rape; a todo el mundo le gustó.

Retornamos a Vigo a las 19,00 h. y todos los senderistas volvimos contentos con la marcha y el día que disfrutamos en grupo.

Esperemos que la próxima salida tenga tanto éxito como la reseñada.





VILA E TERRA DE CEDEIRA

Por Victorino Poutás



Casi en el límite septentrional de esta nuestra tierra, tanto gallega como ibérica, se encuentra el municipio de **Cedeira**, lleno de contrastes y ricos matices que lo hacen atractivo y singular.

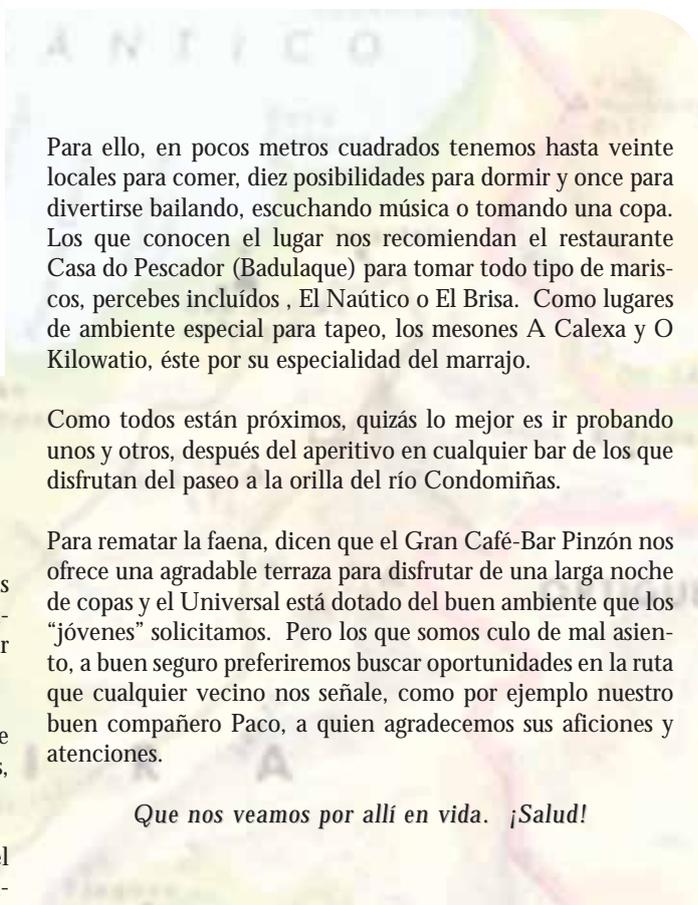
Según cuentan los entendidos, el nombre le viene de tiempos de romanos que acertaban a llamar “cetaria” a las radas marinas hacia donde ballenas y atunes se veían forzados a entrar por el acoso de los pescadores para su captura.

Además del casco antiguo rodeado de murallas, es agradable su paseo, la ermita de San Antonio de Corveiro y sus vistas, los arenales y los acantilados.

No obstante, entre los muchos atractivos es preciso reseñar el santuario del naúgrafo San Andrés que salvó la vida socorrido por la divina providencia ofreciendo dicho santuario como agradecimiento y que, desde los tiempos más remotos en los que se inicia la tradición, es centro de peregrinación de toda alma como nos recuerda el dicho:

“A San Andrés de Teixido vai de morto o que no foi de vivo”.

Digo yo que con semejante sentencia lo mejor es buscar un momento en vida y aprovechar la ocasión para regalarse con la exquisitez de las oportunidades que Cedeira ofrece al paladar, pues no tengo noticias que de muerto se disfrute de semejantes banalidades.



Para ello, en pocos metros cuadrados tenemos hasta veinte locales para comer, diez posibilidades para dormir y once para divertirse bailando, escuchando música o tomando una copa. Los que conocen el lugar nos recomiendan el restaurante Casa do Pescador (Badulaque) para tomar todo tipo de mariscos, perches incluídos, El Náutico o El Brisa. Como lugares de ambiente especial para tapeo, los mesones A Calexa y O Kilowatio, éste por su especialidad del marrajo.

Como todos están próximos, quizás lo mejor es ir probando unos y otros, después del aperitivo en cualquier bar de los que disfrutan del paseo a la orilla del río Condomiñas.

Para rematar la faena, dicen que el Gran Café-Bar Pinzón nos ofrece una agradable terraza para disfrutar de una larga noche de copas y el Universal está dotado del buen ambiente que los “jóvenes” solicitamos. Pero los que somos culo de mal asiento, a buen seguro preferiremos buscar oportunidades en la ruta que cualquier vecino nos señale, como por ejemplo nuestro buen compañero Paco, a quien agradecemos sus aficiones y atenciones.

Que nos veamos por allí en vida. ¡Salud!



... con todo lujo de detalles



Situación: en la Isla de La Toja. El centro turístico por excelencia de las Rías Bajas.

Alojamiento: Sus 116 habitaciones y suites todas ellas climatizadas y con vistas al mar, cuentan con baño completo, secador de pelo, teléfono, mini-bar, caja fuerte y TV vía satélite.

Instalaciones: Salones de Convenciones y Congresos, Salón Social, Salón de TV, Cafetería, Bar "El velero", Restaurante "Rías gallegas" y Restaurante "La garza" piscina de agua marina a orillas del mar, amplia zona ajardinada.

Centro de Talasoterapia: "Louxomar" es un espacio dedicado por completo al ocio y al descanso, a la salud y la belleza.

El agua de mar extraída directamente de la Ría de Arosa, las algas, los fangos y las sales conforman un refugio natural donde recuperar la vitalidad perdida.

Equipo médico y Peluquería

Cercano al Hotel se encuentra un complejo deportivo y el Casino de La Toja.

CENTRAL DE RESERVAS
902 46 46 45



LOS ARMARIOS BODEGA

Por Miguel Briones

El vino de crianza, como ser vivo que es, va evolucionando lentamente. Lo ideal es que el vino madure en bodegas construidas para tal fin. Pero hoy en día, la mayoría de la población se concentra en grandes ciudades donde escasean las casas o locales que tengan un sótano o bodega en condiciones, esto es, que esté aislado tanto de la luz natural como de las vibraciones, que tenga una temperatura adecuada (entorno a 15°C) y que la humedad relativa sea medianamente alta (entorno al 70%), sin olvidar otros detalles como que no debe haber corrientes de aire.

Para solventar este problema, han surgido distintas alternativas de armarios bodega climatizados que refrigeran el vino mediante un sistema que no produce vibraciones, mejorando los primeros modelos que se encontraban en el mercado y que se basaban fundamentalmente en sistemas de compresión.

A continuación se describen los requisitos que deben cumplir un armario bodega climatizado para la correcta conservación del vino durante largo tiempo.

1. AUSENCIA DE VIBRACIONES

Las vibraciones son perjudiciales para el vino, pues producen la llamada fatiga del vino. Deben, por tanto, evitarse, especialmente si el vino va a permanecer durante mucho tiempo reposando, en cuyo caso, sistemas de compresión -que producen vibraciones-, aunque utilicen sistemas para reducirlas, no son adecuados.

En cuanto a las vibraciones provenientes del exterior, no es aconsejable ubicar el armario climatizado en un lugar donde se produzcan de forma continuada. Aun así, para minimizar el impacto de las vibraciones ocasionales, hay marcas que comercializan modelos de roble macizo.

2. TEMPERATURA

Dado que la velocidad de la reacción química aumenta con la temperatura, a partir de cierto umbral (dependiendo del vino) tiene lugar una maduración precoz y la alteración del color del vino. Por el contrario, una temperatura excesivamente baja produce depósitos tártricos. Con carácter general, atendiendo a las opiniones de los expertos, se puede decir que para los crianzas y reservas la temperatura de almacenamiento más equilibrada está entre 15 y 16°C. Para la correcta conservación del vino es importante que no se produzcan cambios de temperatura



superiores a 1 o 2 grados. Hay que tener en cuenta, a la hora de elegir un armario bodega para este fin, que en sistemas como algunos de los llamados multi-temperaturas (en un mismo habitáculo disponen distintas zonas con un rango de temperaturas que van desde 2° hasta 17°C) se puede dar el caso de que, al abrir y cerrar la puerta, las distintas bolsas de aire se desplacen y produzcan fácilmente fluctuaciones mayores a dos grados, perjudicando la calidad del vino.

3. HUMEDAD RELATIVA

El mantenimiento de una higrometría adecuada es, asimismo, relevante para la conservación del vino. Un rango adecuado de humedad estaría entre el 65% y 75%.

Una humedad relativa baja (menor del 60%) provoca que el corcho se seque y se contraiga, permitiendo un excesivo contacto del vino con el aire. Por el contrario, un exceso de humedad (mayor del 80%) puede producir moho y, en consecuencia, malos olores y bacterias perjudiciales para el vino, además de deteriorar las etiquetas de las botellas.

4. CIRCULACIÓN CONTINUA Y UNIFORME DEL AIRE POR TODO EL ARMARIO

Con ello se evita la formación de bolsas de aire con distintas temperaturas y se garantiza que la temperatura y la humedad sea uniforme a lo largo del armario.

5. POSICIONAMIENTO DE LA BOTELLA

Para la correcta evolución del vino es fundamental que el corcho permanezca húmedo en su parte interior, para lo cual es necesario que esté en contacto con el vino. Ésta es la razón por la cual las botellas se almacenan en posición horizontal para su conservación por largo tiempo. Además, una pequeña inclinación permite que los sedimentos se depositen en el fondo, por lo que lo ideal sería que las botellas reposen en posición horizontal con una inclinación aproximada del 5%.

Por otro lado, no conviene perturbar el reposo del vino de manera innecesaria, siendo muy aconsejable el uso de botelleros individuales en vez de apilar las botellas unas sobre otras. De esta forma se evita el tener que mover varias botellas y marear el vino, para sacar una sola.



6. OSCURIDAD ABSOLUTA

Por motivos estéticos el mercado ha demandado armarios dotados con puertas de cristal. Dado que la luz natural potencia la oxidación del vino, dando lugar al fenómeno conocido como sabor a luz, además de perjudicar especialmente el color de vinos blancos y espumosos, dichas puertas han de llevar necesariamente un filtro anti rayos ultravioletas. De todos modos, es recomendable que los armarios se ubiquen en lugares libres de la exposición directa a la luz natural.

7. AISLANTES

Los armarios bodega deben contar con materiales aislantes para reducir las pérdidas de calor o frío. Estos aislantes hacen de barrera térmica, reduciendo el esfuerzo refrigerador del sistema de climatización. De entre ellos destaca especialmente el poliuretano extruido por su carácter térmico, acústico e ignífugo.

El léxico del vino

Taninos

Compuestos fenólicos procedentes de los hollejos, raspones y pepitas de las uvas, además de la madera, y que sabe a té frío muy concentrado. Químicamente pueden ser de dos tipos: catequinas, de color amarillo, y leucoantocianos, incoloros.



El maridaje

Blanco alemán con embutidos

A priori puede resultar extraño el hecho de combinar un blanco ligero y más bien dulce con algo de sabor tan definido como es el salchichón o el jamón, pero aquí el vino cumple prácticamente la misma función que puede tener el melón con el jamón serrano, la piña con el jamón ahumado, o la salsa chutney con el jamón cocido. Todo se basa en el principio de mutua complementariedad entre los sabores dulce y salado.

La selección

Tobelos 2001 Crianza, Bodegas La Encina

Uva: 90% tempranillo; 10% garnacha

Grado alcohólico: 13%

Crianza: 12 meses en barricas de roble americano

P.V.P.: 10,50



La recién construida bodega La Encina ha sacado al mercado la segunda cosecha de Tobelos. Un vino de excelente relación calidad-precio, diferente de otros crianzas de D.O. Rioja por su cuerpo, potente aroma y suaves taninos.

Preguntas al enólogo

Ésta es una selección de las preguntas que los socios de URECA han planteado a los enólogos que colaboran con la Sociedad a través del correo electrónico URECA1@teleline.es

- Tengo en mi bodega unas botellas de vino reserva del año 1964 y no sé si estarán en buen estado. **¿Qué debo hacer?**

El vino, como ente vivo, tiene un período de evolución que contempla las fases de mejoría, plenitud y declive. El período máximo de conservación del vino depende de su extracto. Los vinos de Cabernet-Sauvignon evolucionan hasta unos 20 años, los de Pinot Noir, Tempranillo o Merlot, hasta un máximo de 10 años.

La recomendación para tu caso es conservar una botella, si para ti tiene algún valor como coleccionista; abrir otra (el vino no estará en su apogeo, pero si se ha conservado en perfectas condiciones, puede no estar estropeado); y vender el resto a coleccionistas.

La Unión Recreativa de Empleados de Caixanova
ha seleccionado para usted esta

Oferta especial



◀ **Viña Alcorta
Crianza 2001**
(D.O. Ca. Rioja)
60,98 euros
(caja de 12 botellas)
De color rojo cereza brillante con aromas varietales de fruta roja y especias. Suave con cuerpo, dulcemente tánico y prolongado.



◀ **Azpilicueta
Crianza 2001**
(D.O. Ca. Rioja)
42,66 euros
(caja de 6 botellas)
Rojo picota con destellos dorados. Aromas a frutas maduras, madera fina y especias. Fresco, suave y clásicos sabores de Rioja.



▶ **Azpilicueta
Reserva 1999**
(D.O. Ca. Rioja)
61,20 euros
(caja de 6 botellas)
Rojo Rubí intenso con destellos de cerámica. Aromas sutiles a vainilla y membrillo. Suave, sedoso y de agradable persistencia.



◀ **Quinta de Tarsus
1999**
(D.O. Ribera del Duero)
59,85 euros
(caja de 6 botellas)
Cereza intenso con borde violáceo. Aromas a fruta confitada, tonos minerales, y especias. Fresco y con cuerpo.



◀ **PERRIER JOUËT BRUT**
(Champagne)
155,90 euros
(caja de 6 botellas)
Champagne en el que predomina el Chardonnay. De color amarillo dorado, pálido pero luminoso, en nariz aromas florales fugaces como la acacia y el espino blanco, con notas cálidas de manzana verde, piña y melocotón. Paladar con sabores de mantequilla fresca, pan dulce y pastafloza, realizados con efervescencia.



Llévese de regalo este estuche de Tarsus Magnum por la compra de dos cajas.

Haga su pedido en el Tel. 902 367 860 o envíelo a la oficina de URECA (A/A Sta. Elena Fernández)

indicando el código de oferta **UREC030904**

Se lo enviamos a su domicilio en un plazo máximo de 7 días.

Campaña válida hasta el 15.01.05. IVA y portes incluidos para sus instalaciones de Nigrán (Pontevedra) y La Zamorana (Orense) Y le hacemos Miembro del Club Enero, un club de vino lleno de ventajas, para los que viven el vino y saborean la vida

¡¡¡regalo!!!

Les ruego se sirvan enviarme al domicilio abajo indicado los vinos que seguidamente indico:

Vino	NºCajas	Precio por caja	Total
Viña Alcorta Crianza 2001 (caja de 12 botellas)		60,98 euros	
Azpilicueta Crianza 2001 (caja de 6 botellas)		42,66 euros	
Azpilicueta Reserva 1999 (caja de 6 botellas)		61,20 euros	
Quinta de Tarsus 1999 (caja de 6 botellas)		59,85 euros	
Champagne Perrier Jouët Brut (caja de 6 botellas)		155,90 euros	

BODEGAS & BEBIDAS

IVERUS
VINOS Y VINEDOS

NOMBRE: _____ APELLIDOS: _____ DNI: _____ PROFESION: _____

DIRECCION: _____ POBLACION: _____ C.P.: _____ PROVINCIA: _____

TELEFONO: _____ FECHA DE NACIMIENTO: _____ E-MAIL: _____

Forma de pago: Contrareembolso Tarjeta de crédito

VISA Mastercard Eurocard EDC Maestro American Express

Nº Tarjeta _____ Caducidad _____ Firma: _____ a _____ de _____ de 200 _____

(Añada válida hasta fin de existencias)

Ud. formará parte de un fichero automatizado. Si lo desea, tiene derecho a conocer, cancelar o rectificar la información que le concierne recopilada en nuestros ficheros. Asimismo en un futuro podrá recibir ofertas de diversos productos y servicios de las empresas del grupo Bodegas&Bebidas. En caso de que no desee recibirlos o quiera alguna modificación o anulación de sus datos, le rogamos que nos lo comuniquen por escrito a Bodegas&Bebidas, Paseo de Urumea 21, 20014 San Sebastián, indicando claramente su nombre, apellidos y dirección.

UREC030904

De Vinos por la Red

Por Moncho Santos



La oferta de información en la Red sobre el mundo del vino es muy abundante. Salvo llevar a la práctica la degustación de un buen caldo, en Internet disponemos de todo tipo de información general sobre el mundo de la enología y viticultura, ya sea para profesionales (enólogos, catadores, sumilleres, restauradores, etc.) como para los aficionados que busquen conocer y profundizar sobre algún aspecto de este mundillo.

Por ejemplo, encontraremos amplia información de todas las Denominaciones de Origen españolas (casi todas tienen su propia página web), y por supuesto también de otros países, de empresas del sector, así como información sobre zonas y bodegas, las diferentes añadas, guías de vinos, selecciones, recomendaciones de expertos (por ejemplo, ¿cómo preparar una buena bodega a nuestra medida?), consejos, noticias, reportajes, artículos, foros de debate, libros y revistas (tanto en papel como digitales), e incluso tiendas donde podremos adquirir prácticamente cualquier vino así como los diversos accesorios que se nos puedan ocurrir.

A continuación exponemos una pequeña parte de la extensa colección de direcciones de Internet dedicadas a este tema.

Denominaciones de Origen

Rias Baixas: www.doriasbaixas.com
Ribeiro: www.do-ribeiro.com
Ribeira Sacra: www.ribeirasacra.org
Bierzo: www.crdobierzo.es
Toro: www.dotoro.es
Rueda: www.dorueta.com
Ribera del Duero: www.riberadelduero.es
Rioja: www.riojawine.com
Navarra: www.vinonavarra.com
Somontano: www.dosomontano.com
Jérez: www.sherry.org
Condado de Huelva: www.vinoscondadohuelva.com
Montilla-Moriles: www.montilla-moriles.org
Málaga: www.vinomalaga.com
Cava: www.crcava.es
Mapa de las DO España: www.vitivino.com/denominacion/mapa.asp

Portales

Vitivino: www.vitivino.com
Masdevinos: www.masdevinos.com
Comunidad de Aficionados al Vino: www.verema.com
Centro de Enología y Viticultura: www.e-nología.com
Enoforum: www.enoforum.com

Portal del vino de la Rioja: www.larioja/portales/vino.com
Apolo y Baco: www.apoloybaco.com/PaginaMaestravinos.com
El Mundo del Vino: elmundovino.elmundo.es
Rutas de vino: www.rutasdevino.com

Tiendas

Lavinia: www.lavinia.es
Vino Selección: www.vinoseleccion.com
Todovino: www.todovino.com
Vivir el Vino: www.vivirelvino.com
Catavinos.com: www.catavinos.com
Caprichos del Vino: www.caprichosdelvino.com
Elvino.com: www.elvino.com

Organismos y Asociaciones

Unión Española de Catadores: www.uec.es
Asociación de Sumilleres: www.uaes-sumiller.com
Federación Española de Asociaciones de Enólogos: www.enologo.com
Fundación para la Investigación del Vino y Nutrición: www.fivin.com
Asociación Internacional del Vino: www.histovid.org
Salón del vino: www.salondelvino.com
Ministerio de Agricultura de España: www.mapya.es/alimentacion/alimentacion.htm

Revistas virtuales

La Revista Europea del Vino: www.vinum.info/es/index.jsp
Guía Internet de los Vinos de España: www.filewine.es



ACTIVIDADES DE LA ASOCIACIÓN DE JUBILADOS, PREJUBILADOS Y PENSIONISTAS DE CAIXANOVA

Por Luis Martínez Salgado

En el programa desarrollado como últimas actividades de la Asociación, y dentro del primer semestre del presente año, hay nuevamente que reseñar lo que viene suponiendo la programación mas demandada por una gran mayoría de asociados. Nos referimos a las excursiones, lo que no es de extrañar teniendo en cuenta lo bien elegido de sus itinerarios y la perfecta organización que Arenosa y compañeros directivos vienen poniendo en cada una de ellas.

EXCURSIÓN FIN DE SEMANA A PORTUGAL

Los fueron las excursiones realizadas y una de ellas con antecedentes en pasadas programaciones, porque pese a esa repetición han sido nada menos que 55 las personas que acudieron en esta oportunidad a pasar su fin de semana en tierras portuguesas más concretamente en la bella y hermana ciudad de Oporto.



sin importar la edad y el cansancio, hasta altas horas de la noche.

El domingo 30, tras el desayuno en el hotel, la expedición puso rumbo a Oporto donde una vez llegados se embarcaron en un "ravelo" a bordo del cual, surcando el Duero, pudieron contemplar el encantador paisaje que ofrece desde el río la ciudad mas populosa del Norte de Portugal.

Con salida el sábado 29 de mayo, Povoia de Varzim ha sido el primer lugar de escala. Tras haber podido contemplar una vez más poblaciones tan emblemáticas como Valença do Minho y Viana do Castelo, se llegó a la citada Póvoa. Alojamiento en el Mercure Hotel, tiempo libre para pasear por las bellas ruas de esta incomparable ciudad portuguesa. Cena- espectáculo en un prestigioso restaurante para cerrarse el primer día con baile en el Casino, en el que fueron muchos los que "movieron con soltura el esqueleto",

No faltó la visita a una famosa bodega de vinos en Vila Nova de Gaia, seguido del almuerzo en el Hotel Vila Gale de Oporto. Tiempo libre por la tarde que fue aprovechado por los excursionistas para visitar entre otras cosas el Museo de los tranvías, la Catedral, Palacio de Cristal, Estación de San Benito, etc. A última hora de la tarde se emprendía el retorno y más de uno se comprometía a volver a repetir el viaje.

EXCURSIÓN ROMERÍA A "LOS MILAGROS"

Esta podemos considerarla no ya sólo como excursión si no además como una jornada de confraternización con los compañeros de la Asociación, pertenecientes a la Delegación Territorial de Ourense, con Enrique Torres Vázquez y compañeros a la cabeza, que se desvivieron porque pudiéramos disfrutar de una muy grata jornada y sinceramente que lo consiguieron con creces por lo que aprovechamos para enviarles el agradecimiento de cuantos el 17 de Junio se trasladaron al Monte Medo en Baños de Mogas, que fue por cierto, una de las excursiones mas nutridas ya que se llenaron dos autobuses que transportaron a cerca de 90 personas.

Prepararon una auténtica romería donde tras la santa misa en el "Santuario de los Milagros", oficiada por compañeros sacerdotes, tuvo lugar baile y desfile hacia el lugar del banquete que fue amenizado por la "Charanga de Celanova", compuesta por 10 profesores.

En el menú, clásico de toda romería, no faltaron la empanada de carne traída de Allariz, la tortilla de patatas, confeccionada por la familia Serafin, pulpo a la feria, preparado por el popular pulpeiro "Pucho" y su familia. Acompañado todo ello con el pan de Xinzo, vino Mencía, aguas de Verín y café de pota. De postre se pudo degustar la Bica del Castro. Completando tan sabroso menú los populares chupitos, aguardientes y el excelente licor de mandarina que trajo el ex presidente de la Asociación de Pontevedra José Soutó.



Al fondo, el maravilloso Monasterio de los Milagros, en la foto, nuestro compañero jubilado Benedicto Cernadas con su distinguida esposa.

Excursión 17 Junio 2004

DOS CHARLAS COLOQUIOS

Parece que va ganando terreno este apartado formativo-informativo de las actividades de la Asociación, si tenemos en cuenta de un lado la calidad y conocimientos de que hacen gala los conferenciantes y del otro el número cada vez mayor de asistentes y lo animados que resultan los coloquios que se organizan en cada charla

Dos fueron las celebradas. La primera el pasado 22 de Abril a cargo del doctor Antonio Graña Ramos sobre "La alimentación y la salud". La segunda el 21 de Junio que estuvo a cargo de doña Pilar Alvarez Ilarri, psicóloga, que abordó el tema: "Problemas psicológicos de nuestro tiempo". (Dificultades en la pareja, malos tratos, depresiones, obsesiones....)

EXCURSIÓN A LOS CAÑONES DEL SIL



*Jubilados y Pensionistas de la Territorial de Pontevedra, durante la excursión realizada a los Cañones del Sil
Mayo 2004*

EXCURSIÓN A LA PLAYA DE LAS CATEDRALES



*En la playa de las Catedrales nuestras compañeras de la Territorial de Pontevedra, quisieron aprovechar las limpias aguas de la playa para remojarse los pies
26 Junio 2004*



*Jubilados y Pensionistas de la Territorial de Pontevedra, que asistieron a la excursión a las Rías Altas y playa de las Catedrales
26 de Junio 2004*

SUPEROFERTA

FIAT PUNTO 1.2 60 CV ACTIVE 5 puertas



5.500 €

Vehículos de flota propia. Plan prever usado gasolina incluido. Garantía Oficial de la Marca a nivel europeo.
Unidades limitadas. Oferta válida hasta agotar existencias.

Único Concesionario Oficial en Vigo



TALLERES BARREIRO

Avenida de Madrid 129. VIGO

Tlf. 986 37 42 43 - Fax: 986 37 06 03

Concesionario oficial

LANCIA **FIAT**

ENTREVISTA CON TEO

Por Tato Barbeito



Teo recibe de Manolo Gómez el "premio a la perseverancia"

Hoy queremos hablar con un hombre muy especial. Un buen jefe, un mejor compañero, un gran amigo y sobre todo, una bellísima persona: Teo Llanderas, para muchos de nosotros es alguien bien diferente y muy especial como sus ancestros, puesto que es nieto de un auténtico indio charrúa (indígenas que habitaban en la R.O. del Uruguay antes de la llegada de los europeos).

Amigo Teo ¿eres de la quinta del Buitre o de la D'Stefano?

Por edad, de D'Stefano por espíritu de Raúl o del "Niño".

De chaval, ¿te gustaba más el tenis que el fútbol?

De chaval, chaval... el tenis ni existía; el fútbol sí. Me gustaban más otros deportes- como el frontón a mano que el fútbol.

Eres de los socios fundadores: ¿cómo recuerdas aquella Ureca de hace 50 años?

No formé parte de los socios fundadores, pero sí pertencí a la Junta Directiva presidida por el hoy director general D. Julio Fernández Gayoso. Hace cerca de 50 años Ureca estaba situada en un pequeño local de uno de los pisos de la Caja en Policarpo Sanz, con una minúscula cafetería y sus actividades y anécdotas merecen capítulo aparte.

En esos primeros años ¿qué actividades había?

No teníamos coches, por lo que se organizaban excursiones más o menos largas, generalmente en autobuses: Asturias, Portugal, Andalucía y muchos otros fueron los destinos. Fútbol, hockey, ajedrez y otras actividades deportivas llenaban las horas de ocio.

¿Cuántos años practicaste el tenis en Ureca?

Desde que se inauguró la primera pista hasta el día de hoy sigo jugando al tenis no solo en Ureca, sino en Tobeira, Club de Campo y soy socio del nuevo Club Monterreal. Muchos compañeros han pasado sus armas al golf; yo sigo en mis trece de hacerlo cuando ya no pueda con la raqueta.

En la época en que tu jugabas ¿quién era el mejor jugador?

Si la pregunta se refiere a España, sin duda Santana. En nuestra Caja destacaban: Cerezo, Grela, Riveiro, Pavón, Nistal, Majín padre y tantos otros; más tarde aparecieron los jóvenes: Marcote, los hermanos Casas, Majín hijo y un sinfín de nuevos valores hasta los tiempos actuales de Miguel Casal que alcanzó las más altas cotas.

¿Con quién hacías pareja en dobles? ¿y en mixtos?

En dobles con casi todos y en mixtos casi siempre con Mari (esposa de Pedrosa) o con Teté (esposa de Nistal). Soy fundamentalmente jugador de dobles y me lo he pasado (y me lo sigo pasando) muy bien tanto en una como en otra modalidad.

Teo ¿quieres añadir algo más?

Sí, una anécdota de tenis:

Lugar: Pista de tenis de Ureca

Motivación: Torneo C.A. Orense C.A. Vigo

Protagonistas: Muñiz por C.A. Orense y Teo Llanderas por C.A. Vigo

Acuerdo: Entre los contendientes para celebrar el encuentro con botella de cava por medio.

Resultado: Teo bebió la botella de cava, Muñiz le pegó una soberana Paliza.

La verdadera afición

Antes de que se construyesen las primeras pistas de tenis en Vigo, uno de los mejores aficionados que hubo en la ciudad (al que quiero rendir homenaje), el Dr. Adrio Mateo (Jama en el argot tenístico) se desplazaba con un amigo en bicicleta hasta Redondela, donde les dejaban un campo de patatas para que lo preparasen para poder jugar. Yo jugué contra él en la pista del Hotel Samil a sus ochenta años a las diez de la noche en invierno, cubriéndose con su gorro de cirujano y bien abrigado. Si lo movías en la pista le ganabas con facilidad, pero si caías en el error de ponerle fácil la pelota, rápidamente escuchabas su frase preferida: ¡¡Muere, perro!! Eso sí, al final tomaba su vermouth y te invitaba a las aceitunas.

Adiós amigos.



De izquierda a derecha: Felipe Martínez, Castor Covelo, Teo Llandera y Pepe Araújo



De izquierda a derecha: Pepe Araújo, Teo Llanderas, Castor Covelo y Luis Zapater.

“Uno de los responsables en los campeonatos de pelota en Vigo”

Por Julio Larrañaga

A. JAVIER VILLAGRASA, nuestro compañero pelotari del equipo de URECA e integrante del “Club Deportivo Vigués de Federados de Pelota”, es uno de los seis jugadores de nuestro club, preocupado porque ésta modalidad deportiva siga viva.

Con sus cuarenta y pico años, éste gallego, criado en tierras Logroñesas, fue nominado este año, en la Gran Gala del Deporte de Vigo y su Comarca” (Ayuntamiento, Caixanova y Faro de Vigo), mejor deportista de su modalidad. Y acaba de ganar también, en compañía de su habitual zaguero, Ángel Vázquez, el campeonato de Vigo 2004 de pelota vasca. ¡DE URECA TENÍA QUE SER!

En entrevista realizada el 12 de mayo por Faro de Vigo, nos decía: “Necesitamos *pelotaris* para seguir creciendo”. Veintiséis jugadores federados que forman el Club Deportivo Vigués y seis de URECA con una media que ronda los 40 años, va necesitando ya, jugadores más jóvenes. Para esta modalidad deportiva, hacen falta muchas horas de trabajo, es un deporte duro que necesita tres o cuatro días de entrenamiento semanales. Los jóvenes quieren llegar y ganar.

Este año, buen papel de los pelotaris de Ureca, con Javier campeón y la destacada participación de Lago y Moreno Conde en el campeonato de Vigo.

Podríamos decir que este deporte de minorías con más de 300 licencias en Galicia, sigue vivo y cosechando éxitos, así como adeptos seguidores, como se observó con el lleno hasta la bandera en el Frontón de las Traviesas, el día de la final.

Como recordatorio, Javier nos dice: los martes y viernes a las 17:30 h. estamos en el frontón de URECA, los sábados de 9 a 14 h. en el Frontón de las Traviesas y los domingos hacemos 10 ó 15 km. de footing por nuestra ciudad.

¡Ánimo pelotaris! Os estamos esperando.



RICARDO JAIME RINCÓN-BENZALÁ FERNÁNDEZ

Por Emilio Borrero

Nuestro compañero Ricardo, actualmente destinado en la oficina de La Torre en La Coruña, nació en Puebla de Trives (Orense) en el año 1951. Ya desde pequeño sentía el gusanillo de lo que hoy representa su pasión, el arte y más concretamente la pintura. En su adolescencia disfrutaba dibujando carteles para las fiestas escolares, murales o el telón de las obras.

Aunque a pesar de su deseo y pasión por el arte está claro, por circunstancias, no puede cursar Bellas Artes.

De todos modos su actividad creativa no tiene freno y comienza su formación como dibujante en Puertollano (Ciudad Real), allí es donde empieza a experimentar con el óleo, aunque no llega a recibir clases profesionales hasta trasladarse a Orense y conocer al pintor Luciano Cárcamo (1971-73). En aquellos años Ricardo estudia Dibujo Artístico y Copia de Yeso en la Escuela de Artes y Oficios, y comparte experiencias con otros pintores enriqueciendo su trabajo y adentrándose en nuevas técnicas y concepciones estéticas.

Ricardo es un autodidacta que se ha ido enriqueciendo de otros pintores pero siempre mostrando en sus obras su propia creatividad y personalidad, alejándose de modas y corrientes más comerciales. De su obra Carlos Quesada Porto ha dicho (LA REGIÓN 03/01/04):

“Estamos ante un artista que muestra una obra valientemente alejada de las corrientes y formas, modas e istmos, por supuesto muy respetables que están imponiendo nuevas tendencias conceptuales de expresión plástica. Rincón-Benzalá se muestra fiel a la tradición realista en la que ha encontrado las raíces que forman una obra bien hecha; rehusando a otros atajos o caminos circunstancialmente más rentables, tentadores y casi siempre, a corto plazo, oportunistas y por supuesto de dudoso porvenir”. Se le clasifica dentro del realismo, aunque pinta sin preocuparse de estilos.

Para Ricardo cada una de sus obras es un desafío, según sus palabras **“abordo cada pintura como un problema individual que he de solucionar, una aventura creativa en la que utilizo los recursos de que dispongo en cada momento. Sé que no hay soluciones fáciles, ni tampoco tal cosa como inspiración súbita e irreflexiva. Siempre hay al menos un tanteo y en muchos casos una planificación. Procuro mantener el equilibrio entre mi aportación personal y lo que describo. Equilibrio, porque si eres demasiado académico te haces impersonal y si eres demasiado personal puede que nadie te entienda...”**.

Ha participado en diversos Concursos de Pintura de los cuales su obra ha sido seleccionada, como el Premio de Pintura de la Mar (Ferrol). Además de ésta, tal y como se reseña en la GUÍA DE ARTISTAS DE GALICIA editado por la Consellería de Cultura, Comunicación Social e Turismo (XUNTA DE GALICIA), figuran las :

EXPOSICIONES INDIVIDUALES

1997.- -Don Pinario, Santiago de Compostela (A Coruña).

2001.- -Casa de Cultura-O Vicedo (Lugo).
-Restaurante Alcume (A Coruña).
-Distrito Arte (A Coruña).
-Café de Macondo (A Coruña).

COLECTIVAS

2001.- -Sala de Exposiciones San Mario (Barcelona).
-Fundación Eugenio Granell, Santiago de Compostela (A Coruña).
-Certamen de Pintura “Adeslas” (A Coruña).
-Café de Macondo (A Coruña).
2002.- -Centro Comercial “Cuatro Caminos” (A Coruña).

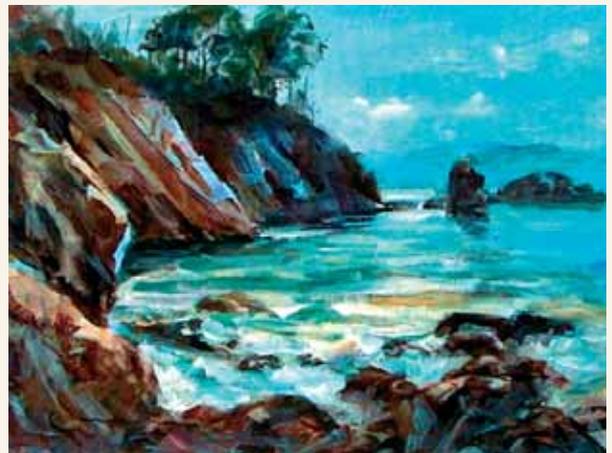


En A Lagoa
(A Coruña)

Cocina



Costad



algunas de las obras de Ricardo Jaime ...



*Bodegón
con uvas*



*Al sol
(óleo)*

*Costa Vicedo
(óleo)*



*Día azul
(óleo)*



*Dársena
en rojo
(T.mixta)*



*Tomates
(T.mixta)*



*Reflejos
(óleo)*



*Olas
(óleo)*





Cabecera (óleo)



Cabecera detalle izda.



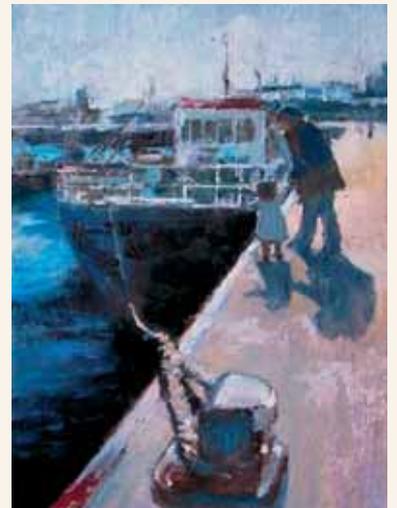
Cabecera detalle dcha.



Tania con guitarra (óleo)



Eva pintando (carboncillo)



En el puerto (óleo)

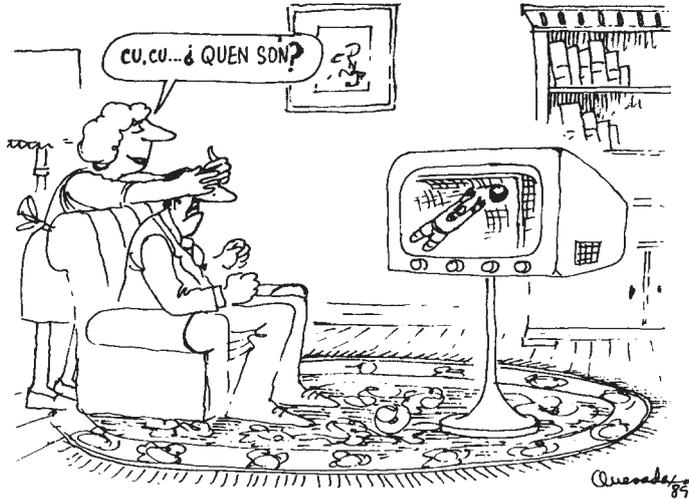
Nota (óleo)



Amsterdan (óleo)



con Quesada



Quino

40º Aniversario de

Mafalda

Por Pili Alves

Son ya 43 años los que Joaquín Salvador Lavado -Quino- lleva dedicándose al humor gráfico, 43 años de extensa producción en la que retrata con maestría la verdadera esencia de la naturaleza humana, fruto de la observación del mundo que le rodea, de su chispeante imaginación y de, cómo no, sus divertidos dibujos.

Quino nace en Mendoza, Argentina, en el año 1932 en el seno de una familia de emigrantes españoles, y es el menor de tres hermanos. Pronto descubrirá su pasión, cuando a la temprana edad de 3 años su tío Joaquín, que es dibujante publicitario, decide entretenerles con sus dibujos. Inició sus estudios artísticos en la Escuela de Bellas Artes, pero en 1948 la abandonó para dedicarse por entero al dibujo humorístico. En 1954 publicó su primer chiste sin palabras, para continuar colaborando durante varios años en numerosas publicaciones.

El año 1963 es un año clave en la vida de Quino. Se publica su primer libro de recopilación de chistes gráficos "Mundo Quino" y crea la historieta "MAFALDA" para una campaña

Quino es un genio y maestro de las tiras de prensa, un observador de su tiempo y de la naturaleza humana.

publicitaria de la cadena de electrodomésticos Mansfield, que finalmente no llega a utilizarla. El 29 de Septiembre de 1964 MAFALDA ve la luz al publicarse la primera tira cómica en el semanario "Primera Plana", para un poco más tarde, en Marzo de 1965, hacerlo también en el diario "El Mundo". La aceptación de este personaje es de tal calibre, que en 1966 se publica la primera recopilación de tiras de MAFALDA y se agota en dos días.

Tras publicarse la tira en varios países de Hispanoamérica, MAFALDA llega por primera vez a Europa en el año 1968, a través de una recopilación que se publica en Italia. La niña "rechonchita e insolente" va ganando cada vez más aceptación, y sus aventuras llegan a traducirse a 30 idiomas, entre ellos el chino y el finlandés.



©Todo Mafalda, Editorial Lumen



©Todo Mafalda, Editorial Lumen

20 años después del estreno del film de dibujos animados de MAFALDA, en 1993, Quino retoma la idea de llevar las aventuras de su personaje a la pantalla.

Las aventuras de MAFALDA llegan a traducirse a 30 idiomas, entre ellos el chino y el finlandés.

Coincidiendo con el estreno del film de dibujos animados de MAFALDA, un 25 de Junio de 1973 Quino se despide formalmente de sus lectores de "Siete Días" y no volverá a dibujar más tiras de MAFALDA, ya que su creación se había convertido para él en una tarea rutinaria. Esporádicamente la sigue dibujando en carteles, postales, ilustraciones para revistas y, sobre todo, en colaboraciones para distintos eventos de carácter social, como campañas en defensa de la niñez y de la salud. Tienen que transcurrir más de 20 años después del estreno del film de dibujos animados de MAFALDA, en 1993 para que Quino retome la idea de llevar las aventuras de su personaje a la pantalla. Para solucionar el problema de las voces y lenguas todos son gags visuales, a diferencia de la versión anterior con diálogos.

MAFALDA apenas ocupó diez años de los 43 que Quino lleva en la brecha, pero su éxito ha sido tal que ha ensombrecido el resto de trabajos de su autor, trabajos menos conocidos pero de la misma calidad y agudeza, en los que Quino muestra una imaginación sin límites y un sentido del humor que raya en lo absurdo y surrealista, y que os animamos a que conozcáis.

¿Qué tiene esta morenita insolente, que nos sigue conquistando con sus agudas observaciones, pese a que han pasado 40 años? Su autor piensa que con el paso del tiempo la humanidad posee mayor tecnología, pero los problemas son los mismos, antes y ahora.

Y es que MAFALDA es una nena terrible unas veces, e irritante otras, a la que le preocupa el mundo y no entiende como los adultos lo llevamos tan mal. A través de ella Quino reflexiona sobre la situación del mundo y de las personas que en él vivimos.

Claro que MAFALDA como todas las niñas tiene una familia y amigos, que también terminan conquistándonos, posiblemente porque nos vemos reflejados en ellos. El papá de MAFALDA es corredor de seguros y su mamá, ama de casa; ambos se conocieron en la Facultad que termina ella por abandonar para cuidar mejor a su hijita a la que le pusieron un nombre que fue homenaje a una pibita (niñita) que trabajaba en la película "Dar la Cara".

- Quino recibió en el 2001 en la Universidad de Alcalá, el Premio Quevedo, máximo galardón al humor gráfico iberoamericano.
- En 1984 se publican en España los únicos cuatro libros de MAFALDA en gallego





Su hermano pequeño **Guille** es el enfrentamiento generacional, no tanto de padres e hijos, sino entre generaciones separadas por pocos años.

Felipe, su mejor amigo: es bueno, tierno, imaginativo, un tanto vagoneta y con poca fuerza de voluntad, lo que lo convierte en mal estudiante: en la escuela está un grado más que MAFALDA.



Su amigo, **Manolito**, el más cabal del grupo, bruto pero noble y tremendamente pesetero, prototipo del hijo de "gallego" de la época; su papá, tiene un almacén del que son clientes toda la familia de MAFALDA.



Miguelito, es simple e inocente posiblemente porque es más chico que MAFALDA, de hecho va un grado menos que ella; es esa parte nuestra que aún está intentando comprender el mundo, y



Susanita, es una metomentodo, cotilla y clasista, no se lleva muy bien con ella hasta el punto de ser, en ocasiones, un tanto antipática con ella; junto con Manolito representa la parte de naturaleza humana que no queremos admitir.

Libertad, ¡diminuta! es el último personaje en unirse a la barra (pandilla); la conoció un día en la playa y el destino hizo que viviera a pocas cuadras (manzanas) de distancia de MAFALDA.



©Todo Mafalda, Editorial Lumen

Desde estas páginas los colaboradores de LATEXO queremos expresar nuestra admiración, respeto y gratitud a Joaquín Salvador Lavado, "QUINO", por permitirnos (con la complicidad de Julieta Colombo) la publicación en nuestra revista de algunas tiras de MAFALDA, y nuestra más profunda y sincera felicitación por haber creado un personaje que lleva 40 años arrancando sonrisas de millones de personas en todo el mundo, contra toda censura y revés, . ¡Gracias QUINO!

PARA SABER MÁS SOBRE JOAQUIN SALVADOR LAVADO -QUINO- Y SU OBRA, VISITAR:

<http://www.quino.com.ar>



©Todo Mafalda, Editorial Lumen

CASER SALUD

Asistencia Sanitaria de primer orden

Todos sabemos lo importante que es poder acceder a una asistencia sanitaria ágil y de calidad cuando se necesita. **CAIXA-NOVA Y CASER SEGUROS** ponen **Caser Salud** al alcance de todos.

CASER SALUD. Coberturas

- **Medicina Primaria**
 - Medicina General / Médico de Familia.
 - Pediatría.
 - ATS.
- **Urgencias.** Servicio permanente de urgencia las 24 horas del día.
- **Especialidades.** Todas las especialidades. El asegurado podrá acudir al especialista que desee, dentro de un amplio cuadro médico, con facultativos y clínicas de reconocido prestigio.
- **Medios de diagnóstico:** Análisis clínicos, radiología, doppler cardiaco, ecografías, TAC-scanner, resonancia magnética, medicina nuclear,.....
- **Tratamientos especiales:**
 - Aerosolterapia - ventiloterapia.
 - Oxigenoterapia.
 - Diálisis.
 - Logonofiatría.
 - Laserterapia.
 - Quimioterapia y oncología radioterápica.
 - Electrorradioterapia.
 - Litotricia renal.
- **Hospitalización:** Médica, Pediatría, Quirúrgica, U.V.I y Psiquiátrica.

- **Prótesis:**

- Válvulas cardiacas, by-pass vascular, stent.
- Prótesis de cadera.
- Material de osteosíntesis, resto de prótesis internas en cirugía traumatológica.
- Lentes intraoculares.
- Prótesis mamaria tras mastectomía radical.

OTROS SERVICIOS:

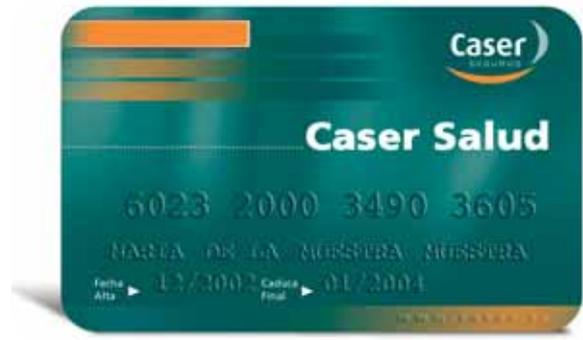
- Ambulancias.
- Podología: 5 sesiones al año.
- Preparación al parto.
- Planificación familiar.
- Asistencia en viaje en el extranjero.
- Complemento bucodental incluido en la póliza: Dentyred.
- Plan dental infantil.
- Precios especiales en la corrección quirúrgica de la miopía, hipermetropía y astigmatismo, en las Clínicas Novovisión.
- Reproducción asistida: tratamiento de la esterilidad de la pareja.
- Psicología infantil: 10 sesiones al año para los menores de 16 años.
- Segunda opinión médica.



PRINCIPALES VENTAJAS DE CASER SALUD

Los puntos principales que hacen de Caser Salud un seguro altamente competitivo frente a la competencia son:

- **Las mejores clínicas de España:** Clínica Universitaria de Navarra, Ruber Internacional, Fundación Jimenez Díaz, Dexeus, Barraquer. Además, cabe destacar:
 - La Coruña:** Hospital Model, Hospital San Rafael, Hospital Santa Teresa (USP).
 - Santiago:** Policlínico La Rosaleda, Sanatorio La Esperanza.
 - Ferrol:** Hospital Juan Cardona.
 - Lugo:** Sanatorio N^o. S^a. Dos Ollos Grandes, Polusa.
 - Ourense:** Centro Médico El Carmen, Cosaga.
 - Pontevedra:** Hospital Miguel Domínguez.
 - Vigo:** Povisa, Clínica Fátima, Centro Médico El Castro
- **Segunda Opinión Médica.**
Sin necesidad de desplazamientos, el asegurado podrá tener acceso al conocimiento médico más avanzado del mundo.
- **Asistencia en viaje en el extranjero.**
Caser Salud tiene el límite de esta cobertura en 12.020,24 €, mientras que en la mayoría de productos de la competencia está en 6.010,12 €.



- **Clínicas Novovisión.** Especialistas de reconocido prestigio en cirugía refractiva ofrecen, en exclusiva para nuestros asegurados de Salud, un precio muy competitivo en este tipo de intervenciones.
- **Póliza Dental Gratuita: Dentyred**
El resto de compañías suelen ofrecer como opcional la contratación de la póliza dental, la cual cobran aparte.
- **Plan dental infantil** de 0 a 14 años. Incluye gratuitamente, entre otros servicios: revisiones anuales, limpieza de boca, extracciones, empastes...

Además, la ortodoncia no podrá tener un coste superior al mercado en el cuadro médico Dentyred. Y todo ello sin coste adicional.
- **Podología:** hasta 5 sesiones al año.
- **Reproducción asistida.**
- **Psicología infantil.**
- **Precio muy ajustado.**
- **Todos los trámites por teléfono.**

**Contrate Caser Salud
en cualquier Oficina**

caixanova 

Visita del coro "GORUNTZ"

Por Cándido del Río

El pasado 26 de junio visitó nuestra ciudad el Coro "GORUNTZ" de Eibar, Guipúzcoa, quienes aprovechando el peregrinaje a Santiago de Compostela, quisieron conocer algún coro de nuestra ciudad.

Requerida la Coral de Ureca para tal menester, accedimos muy complacidos a ello, para lo cual nos vestimos de gala en la iglesia de Nuestra Señora de la Soledad en El Castro. A las siete y media de la tarde y oficiada por el Párroco, se celebró una misa, en la que el Coro, compuesto exclusivamente por damas, interpretó el "BONE PASTOR" de Rossini.

Al final de la misa, el Coro "GORUNTZ" nos dió un soberbio recital de música sacra y profana, en la que destacó la calidad de sus voces y la dificultad del programa, teniendo que agradecer los numerosos aplausos con que al final fue ovacionado. Destacaron algunas canciones vascas, como no, sin menosprecio de las restantes.

La Coral de Ureca obsequió a las gentiles damas con cuatro composiciones.: un "BOGA BOGA", del maestro Guriridi que sorprendió y emocionó a damas y sus peregrinos acompañantes, seguido del ya famoso "MIUDIÑO, MIUDIÑO", arreglo y armonización del Maestro Rey Rivero, al que siguió El "ROMANCE", de Mozart y concluyendo con el coro de la zarzuela "LOS GAVILANES" del maestro Jacinto Guerrero, como un canto a la "nueva amistad" creada entre los dos coros.

El Coro "GORUNTZ" ("arriba", en vasco) nos obsequió con una hermosa y sencilla placa, agradeciendo a la Coral de Ureca su colaboración a lo que correspondimos enviándoles unos sencillos recuerdos de nuestra Sociedad para todas ellas y su director.

Fue un acto sencillo pero hermoso. Desde estas páginas, les enviamos un cariñoso abrazo y emotivo recuerdo.
¡Hasta pronto!



El coro Goruntz viaja mañana a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo

Por Cándido

El coro de voces femeninas GORUNTZ, de Eibar, Guipúzcoa, viajará mañana a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo. El grupo, formado por damas, se dirigirá a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo. El grupo, formado por damas, se dirigirá a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo.

El grupo de voces femeninas GORUNTZ, de Eibar, Guipúzcoa, viajará mañana a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo. El grupo, formado por damas, se dirigirá a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo.

El grupo de voces femeninas GORUNTZ, de Eibar, Guipúzcoa, viajará mañana a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo. El grupo, formado por damas, se dirigirá a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo.

El grupo de voces femeninas GORUNTZ, de Eibar, Guipúzcoa, viajará mañana a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo. El grupo, formado por damas, se dirigirá a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo.

El grupo de voces femeninas GORUNTZ, de Eibar, Guipúzcoa, viajará mañana a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo. El grupo, formado por damas, se dirigirá a Galicia para ofrecer un concierto en Vigo.

cata de vinos BODEGAS FILGUEIRA

Por Elena Fernández, Fotos: José Carlos Giraldo

El pasado 23 de junio, se realizó en nuestras instalaciones de Nigrán la presentación de los vinos de las Bodegas Filgueira, procedentes de Uruguay, de gran calidad y de reconocido prestigio en ferias internacionales con la presencia de la responsable de Comercio Exterior de las bodegas recién llegada de su país y el distribuidor a nivel nacional, gerente de la empresa Faiscas Galegas.

Los vinos presentados fueron 3 tintos monovarietales: Tannat, Merlot y Cabernet Sauvignon, y dos blancos: Sauvignon Blanc y Sauvignon Gris, y todos ellos fueron alabados por los asistentes.



Fiesta en la Zamorana

Por Andrés Andrade, Fotos: Jose Carlos Giraldo



El último sábado del pasado mes de Junio, como viene siendo habitual se celebró en las instalaciones de la Zamorana la fiesta de apertura de piscina, y se aprovechó la asistencia de los asociados para mostrarles las importantes obras realizadas en las instalaciones, como son las obras del edificio central, habilitado con gimnasio, enfermería y sala multiusos, y local para en un futuro muy próximo la puesta en marcha de la sauna.

Asimismo se acondicionó una zona de arbolado con mesas de madera, fuentes, cocina con barbacoas y parque infantil. Siendo todas estas obras muy valoradas por los asociados de URECA, allí presentes, y después de todo esto, se celebró una comida campestre en un ambiente de camaradería y buen compañerismo, momentos de alegría y diversión, los cuales se alargaron hasta bien entrada la noche.

Urecaathlon en la Zamorana



El día señalado: el 18 de septiembre de 2004. El

tiempo: Soleado por la mañana y con algunas nubes al mediodía, para no necesitar sombrillas. (se lo encargamos a Santa Clara y como no, cumplió). Los participantes: Casi un centenar de personas muy marchosas, divertidas, y con ganas de despedir este lluvioso verano.

Los Cocineros: Mario y Javier demostraron la capacidad del hombre para soportar las altas temperaturas de la casi recién estrenada parrilla.

Las atracciones: Los hinchables, la tabla de surf, el quad (demandado tanto por niños como por mayores) y el Porche de nuestro compañero Carlos (fue una atracción más a la hora del café, y la

envidia de muchos).

El fin de fiesta: La Espuma, como siempre la reina de todos los "saraos veraniegos"

La próxima (fiesta): Los magostos, que esperamos atraigan a todavía más compañeros, tanto de la zona de Ourense como del resto de la geografía española.



URECATHLON 2004

Por Eduardo Marzoa



Disfrutando de la charla, la comida, la lectura, la familia, los amigos ...
¡Y del día!



A los postres no faltaría, ni el roscón ni el café



Sonrisas de placer y caras de complicidad al ver actuar a "los nuestros"

Rocío Marzoa, Raquel Vázquez y Alicia Pérez son, las "voces" de URECA



Vanesa, Nerea, Liliana y un "espontáneo", los "más grandes" de la sobremesa

Llegó Septiembre, y con ello el final del verano. Un año más nuestra Sociedad fiel a su cita, celebró el pasado día 11 el URECATHLON 2004, la fiesta que nos reúne a socios y familiares, a pasar un día estupendo en nuestras instalaciones de Nigrán. No faltaron para los más pequeños los hinchables en la piscina, la tabla de surf, motos, deportes ...

Llegada la sobremesa, tuvimos el plato fuerte del día, nuestras jóvenes cantantes tradicionales, Rocío, Raquel y Alicia (que por cierto cada año lo hacen mejor), nos deleitaron con sus actuaciones de karaoke, a los que se fueron sumando los más "peques" y otras artistas. Y como broche final, la tradicional "fiesta de la espuma".

Nos vemos el año que viene. No faltéis...



XL Concurso Infantil de Dibujo de URECA



Desde hace ya la friolera de 40 años, que URECA, lleva celebrando el Concurso Infantil de Dibujo, y esto es un dato que ilustra la importancia de este evento.

Doscientos niños en Nigrán y 30 en la Zamorana, se esforzaron en esta edición tan especial, por regalarnos sus pequeñas obras de arte, a cambio de una sencilla merienda y un juguete a elegir entre cientos de ellos traídos por TOYSRUS.

Y como una imagen vale más que cien palabras aquí teneis un par de fotos de nuestro pequeños artistas.

Curso de Natación Verano 2004



curso de inglés

Por Elena Fernández, Fotos: José Carlos Giraldo



Durante los meses de julio y agosto se realizaron con gran éxito y afluencia de alumnos un curso de inglés muy especial. En el primer turno, **más de 90 niños y 10 profesores nativos** pertenecientes a la escuela de idiomas Wall Street, y **otros tantos ayudantes de profesores (niños bilingües que han colaborado en el curso)** y un número más reducido de niños en el segundo turno, han compartido las mañanas disfrutando de nuestras magníficas instalaciones y lo que es más importante, aprendiendo inglés.

Desde los más pequeños de 3 años con sus juegos, hasta los jovencitos de 12 con su bailes, han dado una nota de color cada mañana desde las 10 hasta las 14 h. Deporte, juegos, cine, piscina, manualidades, y mucho más...

El último día de los cursos se celebró una estupenda fiesta de despedida, con entrega de diplomas, actuaciones de los niños y comida campestre con los papás.

Estamos seguros de que la experiencia se repetirá el año que viene y que como dicen padres e hijos, ha valido la pena.

FINANCIACIÓN a su medida

evolución + experiencia = satisfacción







35 años generando confianza





ENCONTRARÁ UN TRATO FAMILIAR

















Sagunto, 17-19
Telf.: 986 270 949
36205 - VIGO

Aparcamiento propio



Taller de Pintura Infantil

Por Elena Fernández, Fotos: Oscar Represas



La primera semana de agosto, al igual que el año pasado, un grupo de 12 niños descubrieron con la ayuda de la “profe” Luisa Valdés, licenciada en Bellas Artes en la Universidad de París, a los pintores contemporáneos, aprendiendo a pintar como ellos y haciendo, os lo puedo asegurar, verdaderas obras de arte. Como podéis observar en la foto, algunos de los alumnos del curso posan junto a sus obras.

curso de sevillanas

Por Elena Fernández, Fotos: Oscar Represas



Durante el mes de julio y agosto, un grupo muy animado de mujeres, han disfrutado de las tardes de los miércoles aprendiendo a bailar sevillanas. Como podéis ver en la foto “las buenas mozas”, posaron para la cámara con mucha gracia.

El ABeCedario del Golf

Por Emilio Borrero

Desde la sección de URECA DE GOLF queremos acercarte a este maravilloso deporte y en este artículo te enseñamos una pequeña parte, pero muy importante del mismo, que es, su vocabulario.

Agua Accidental

Acumulación temporal de agua en el campo; visible antes o después de que el jugador se coloque y que no sea un obstáculo de agua.

Como agua accidental se pueden considerar la nieve o el hielo natural (no la escarcha), éstos también pueden ser considerados impedimentos sueltos lo cual será seleccionado por el propio jugador.

El hielo manufacturado es una obstrucción. Rocío y escarcha no son agua accidental.

Se dice que una bola está en agua accidental cuando cualquier parte de la misma la toca o cuando reposa totalmente sobre ella.

Agujero (hoyo)

Tiene un diámetro máximo de 108 mm y un mínimo de 100 mm de profundidad. En caso de que se utilice forro, estará hundido por lo menos 25 mm por debajo de la superficie del green, salvo que la naturaleza del terreno lo impida.

Albatros

Resultado de tres golpes menos del par en un hoyo. En Estados Unidos se le denomina Doble-Eagle.

All Square

Empatados en match play.

Approach

Golpe de aproximación al green.

Back Spin

Rotación de la bola hacia atrás.

Back-swing

Movimiento de subida del palo.

Bandos y partidos

Se diferencia entre:

-Bando: varios jugadores que actúan como compañeros.

-Individual: partido en el que un jugador juega en solitario contra otro.

-Threesome: partido en el que un jugador juega contra dos y cada bando juega una bola.

-Foursome: partido en el que dos jugadores juegan contra otros dos y cada bando juega una bola.

-Tres bolas: competición match play, en la que juegan tres y cada uno de ellos compite contra los otros dos y cada uno juega su propia bola. Cada jugador juega dos partidos diferentes.

-Mejor Bola: partido en el que uno juega contra la mejor bola de dos, o la mejor bola de tres jugadores.

-Cuatro bolas: partido en el que dos juegan su mejor bola contra la mejor bola de otros dos jugadores.

Birdie

Cuando un jugador termina un hoyo en un golpe menos de los establecidos para el par.

Bogey

Resultado de un golpe más que el par de un hoyo.

Bola embocada

Bola que reposa dentro de la circunferencia del agujero y toda ella se encuentra por debajo del nivel del borde del agujero.

Bola equivocada

Cualquiera que no sea una bola en juego, una provisional o, en el caso del juego por golpes, una segunda bola jugada bajo la Regla 3-3 o la Regla 20-7.

Bola movida

Se denomina de esta forma a aquella bola que deja su posición y pasa a reposar en cualquier otro lugar.

Bola provisional

Es aquella bola que se juega cuando una bola puede estar perdida, en un obstáculo de agua o fuera de límites. No se dará por bola en juego hasta que la original no se haya dado por perdida o bien hasta que el jugador juegue la bola provisional desde un punto más próximo al hoyo que el punto donde se encuentre la bola original.

Bola tachada

Aquella que no ha pasado los controles de calidad de la empresa fabricante.

Bounce

Protuberancia en forma de cuña situada en la base de los Sand Wedges.

Bunker

Obstáculo formado por un área de terreno preparada, suele tratarse de depresiones en las que el césped ha sido sustituido por arena o similar. No se considera bunker al terreno cubierto de hierba que bordea o está dentro de los límites del mismo. Una bola está en un bunker siempre que repose o que cualquier parte de ella toca el bunker. También puede ser de hierba, caso en el cual el obstáculo está relleno de hierba en lugar de arena.

Bye

Partido que se juega en los hoyos que faltan por jugarse una vez se ha concluido el partido original

Caddie.

Persona que transporta los palos del jugador durante el partido y que actúa también como asesor. En los casos en los que un

mismo caddie es contratado por varios jugadores, se considera que es el caddie del jugador cuya bola esté implicada y que es suyo el equipo que transporte en ese momento.

Caddie-master

Persona encargada de asignar los caddies a los jugadores que lo soliciten.

Causa ajena

Aquella que no forma parte del partido o, en el caso del juego por golpes, no forma parte del bando del competidor, y sin embargo puede influir en la trayectoria de la bola. Incluye un árbitro, un marcador, un observador o un forecaddie.

Se excluyen el viento y el agua.

Chuleta

Pedazo de hierba que es arrancada del suelo a causa de un golpe.

Compañero competidor

Cada jugador que comparte el mismo partido en una competición por golpes. Cada compañero-competidor es responsable de que sus compañeros de partido cumplan las Reglas.

Compresión

Resistencia de la bola a la fuerza del impacto. Suelen ser fabricadas con compresión 80 (mínima), 90 ó 100 (máxima). La más común es 90.

Drive

Golpe de gran distancia realizado en la salida.

Dropar

Acción de poner la bola en juego con la mano, después de haberla levantado de acuerdo con las Reglas del Golf. Debe realizarlo el propio jugador, erguido, sosteniendo la bola con el brazo extendido a la altura del hombro.

Eagle

Resultado de dos golpes menos que el par de un hoyo.

Fade

Ligero efecto dado a la bola con el que se consigue desplazarla hacia la derecha.

Forecaddie

Persona designada por el Comité para indicar a los jugadores la posición de la bola durante el juego.

Green

Superficie en donde se sitúan el hoyo y la bandera. Una bola está en el green cuando cualquier parte de la misma lo toca.

Greenkeeper

Sinónimo de Capataz, persona responsable del cuidado y mantenimiento de un campo, como tal, es una de las personas más importantes de un club de golf. Entre sus funciones podemos citar: control del estado de la maquinaria, coordinación del trabajo de sus ayudantes, establecimiento del calendario del campo, control del stock de semillas y materiales para el cuidado del campo... En definitiva, es responsable de que todo esté perfecto para el juego.

Grip

Forma de empuñar el palo. También se usa este vocablo para dar nombre a la empuñadura del propio palo; esta ha de ser redondeada excepto en el caso del putter.

Guanter

Fabricados de piel o en material sintético; calados o cerrados, las ventajas de su utilización son muy numerosas: previenen la aparición de ampollas, absorbe la transpiración y asegura una mayor sujeción del palo.

Hardicar

Número de golpes de ventaja certificados por la Federación que tiene un jugador sobre otro o sobre el campo.

Impedimentos sueltos

Objetos naturales (piedras, hojas, leña, deshechos...), se incluyen los montoncitos creados por los animales, siempre que no estén fijos o en crecimiento y que no se encuentren empotrados sólidamente a la bola. La arena y la tierra suelta sólo se consideran impedimentos sueltos en el green. La nieve y el hielo natural pueden considerarse agua accidental o impedimentos sueltos a elección del jugador, el hielo manufacturado es una obstrucción y el rocío y la escarcha no son impedimentos sueltos.

Juego corto

Parte del juego que se desarrolla en torno al green, incluyendo los golpes de aproximación de 120 metros, los de chip y los de pat.

Loft

Ángulo de la cara del palo con respecto a la vertical. Proporciona mayor distancia cuanto más cerrado sea, lo cual está directamente relacionado con una pérdida de precisión en el golpe.

Línea de putt

Línea que el jugador desea que siga la bola tras un golpe en el green, en la Regla 16-1e incluye una distancia razonable hacia ambos lados: siga la bola tras un golpe en el green. En la Regla 16-1e, que prohíbe al jugador dar un golpe en el green colocándose con cualquiera de sus pies tocando la línea de putt, incluye una distancia razonable hacia ambos lados.

Marcador

Persona designada por el Comité para anotar la puntuación de un jugador en el juego

por golpes. Puede ser un compañero-competidor. No es un árbitro y no elimina la responsabilidad del jugador de comprobar que los golpes anotados en cada hoyo corresponden a la realidad.

Observador

Persona designada por el Comité para ayudar al árbitro a decidir cuestiones de hecho y comunicarle cualquier infracción de una Regla. No deberá atender la bandera, permanecer junto al hoyo o marcar su posición, ni tampoco levantar o marcar la bola.

Palos

Instrumento con el que se golpea la bola. Consta de tres partes: cabeza, varilla y empuñadura. El jugador utiliza diferentes palos para los diferentes golpes, siendo los palos más largos utilizados para los golpes largos y viceversa. La empuñadura es la misma en todos los palos, excepto en el putter, puesto que es el único en el que puede no ser redondeada.

Diferentes categorías:

-Hierros: se emplean básicamente para jugar la bola entre el tee de salida y el green. Los diferentes elementos a tener en cuenta en un hierro son los siguientes:

- El lie: ángulo formado por la varilla y el suelo, del cual depende la trayectoria de la bola. Si el hierro descansa de plano, el lie es normal y la bola sale en línea recta; si la punta está elevada, el lie es horizontal y la bola sale a la derecha. El talón del hierro levantado da un lie en vertical, del cual la bola tomará una trayectoria hacia la izquierda.

-El loft: es el ángulo de apertura de la cara del palo con respecto a la varilla.

-El peso del swing.

-La varilla: es la parte fundamental del palo ya que determina la velocidad del impacto de la cabeza del palo sobre la bola.

-El juego completo está formado por 14 palos con medidas desde 90 hasta 109 cms.

-Los hierros 1 y 2 son complementarios, más precisos pero más cortos que las maderas. Su juego suele ser más difícil, de ahí que sean utilizados por los más expertos.

-Los hierros largos, 3, 4, y 5 se emplean en la calle para jugar golpes a larga distancia.

-Los hierros medios, 6, 7 y 8 son los más fáciles de utilizar: dan a la bola una trayectoria alta.

-Los hierros cortos, el 9 y el wedge constituyen los palos de approach, jugados en un perímetro de 100 metros alrededor del green.

-Wedges: se usa fundamentalmente para jugar desde el bunker. Es el palo más pesado y angulado, dispone de un base redondeada para que no se hunda y de un borde de guía incisivo para cortar finamente la arena.

-Chipper: palo con una cara plana. Se utiliza como un putter para approach rodados o para salir de situaciones que no permiten un swing medio completo.

-Maderas: se trata de palos de cabeza voluminosa y redondeada que fueron diseñados en sus comienzos para dar golpes largos desde el tee de salida ya que permiten alcanzar mayores distancias. Aumentan los efectos laterales y no imprimen a la bola de efecto hacia atrás (backspin). O la madera 1 o driver es la que se suele utilizar para el golpe de salida en hoyos largos ya que su alcance es el más largo de todos los palos (más de 200 metros). Normalmente se utiliza con la bola sobre un tee. O las maderas 3 y 5 son maderas de calle, mientras que la 7 se puede utilizar en rough (hierba alta).

-También existen las maderas 2, 4, 9, 11 y 13 pero no son habituales.

-Putters: palo que se utiliza en el green para desplazar la bola haciéndola rodar por una línea imaginaria en dirección al hoyo. Su cara es lisa, perpendicular al suelo y su base ancha y plana. Teniendo en cuenta que el pateo es algo totalmente subjetivo, no se recomienda ningún putter en particular, pero sí utilizar un putter ligero en un green rápido y uno pesado en un green lento. Penalidad sanción con la que se castigan las infracciones de las Reglas.

Push

Golpe en el que la bola viaja en línea recta pero a la derecha del objetivo.

Recorrido

Toda el área del campo a excepción de:

-EL lugar de salida y el green del hoyo que se esté jugando.

- Todos los obstáculos del campo.

Reparar la tarjeta

Siempre que un jugador termina una tarjeta debe repararla y firmarla antes de entregarla al Comité.

Scratch

Jugador que ha llegado a tener handicap cero. También se denomina de esta forma a la competición en la que los participantes juegan sin handicap.

Slice

Efecto que toma la bola de izquierda a derecha.

Swing

Conjunto de movimientos para golpear la bola

Tees

Soportes sobre los que se coloca la bola en los golpes de salida. Pueden ser de madera o de plástico.

Zapatos

Suelen ser de piel o de otro material hermético, de clavos o de tacos. Lo fundamental es la sujeción al pie para garantizar un buen equilibrio y la comodidad:

-Los tacos: se aconsejan para el recorrido seco.

-Los clavos: se aconsejan para terrenos pesados o húmedos.

-Los zapatos de piel.

I TORNEO URECA DE TENIS VETERANAS

Por Marta de Ybarra



Los años no nos quitan la ilusión por jugar, participar y disfrutar con el deporte, y en especial con el tenis, con el que nos sentimos unas auténticas "chavalas". Pues con ese sentimiento nos reunimos 8 veteranas y amantes del tenis, una mañana de un sábado, de los pocos soleados del pasado mes de agosto.

Con un calor de justicia, nos enfrentamos en un torneo organizado casi sobre la marcha, por la baja a última hora del equipo del Náutico, presentándose tan sólo dos jugadoras de Porriño y 6 de Ureca. Esta baja inesperada obligó a cambiar la organización del torneo, pasando a ser un campeonato individual.

A las 12,15 h. empezamos a sudar en las dos pistas centrales de Ureca, deslizándose la última bola a las 20,30 h. de la tarde, en un partido enfrentadísimo entre Alicia y Rosa, donde, con los cuerpos doloridos, sudados y agotados, después de una intensísima jornada, demostraron una gran profesionalidad en la pista.

Angela, de Porriño, fue quien se alzó con el bien merecido trofeo, aunque quiero aprovechar estas líneas para decir que todas nos lo merecíamos y, estoy convencida que cada una de nosotras, nos fuimos con la satisfacción de haber-nos llevado el mayor premio, la profesionalidad, compañerismo y deportividad vividas sobre la moqueta. Desde aquí, mi enhorabuena a todas: Angela, Aurora, Marta I., Alicia, Rosa, Sandra, Victoria y la que escribe.

¡Enhorabuena Chus! ¡Sabíamos que lo conseguirías!



Chus Lago consigue su ansiado título de "Leopardo de las Nieves"

La viguesa coronó el viernes el Comunismo y puso fin a un proyecto que comenzó en 2001

Redacción / 163
Con una naturalidad asombrosa, Chus Lago anunció ayer que tiene en sus manos el título que perseguía desde 2001, con la ayuda de Caixanova: "Ya soy 'Leopardo de las Nieves'". La alpinista viguesa comunicó la noticia desde el campo base del Pico Comunismo, (el último que coronó de los cinco que componen el título), en la cordillera del Pamir.

Chus abandonó el esparto pasado dicho campo, en plena forma, perfectamente aclimatada, y acompañado por una meteorología inusualmente favorable. Según sus cálculos, estaría en la cima del Pico Comunismo, de 7.495 metros y techo de la ex Unión Soviética, el viernes 13 de agosto. Con una puntualidad asombrosa, poco después de los dos días de tarteo, Chus y su compañero georgiano Merab Khabazi, pisaban la cima.

Privada de su teléfono móvil vía satélite, Chus ha tenido que esperar dos días hasta regresar al campo base, donde con un terminal portátil, ha podido llamar para anunciar su éxito. "Es un alivio y un momento muy feliz, punto final a tres años difíciles... durante por momentos, pero muy bonitos", señalaba Lago sin asomo de cansancio en su voz, y con que acababa de regresar del campo 2 cargada con 30 kilos de material.

Lago, "sorpresa"
"Estoy sorprendida de lo bien que todo ha funcionado, lo hemos hecho en un tiempo récord, y ahora mismo soy la única persona que ha ascendido esta temporada al Kogonevskaya y al Pico Comunismo. Por una vez la nieve estaba bien, no había riesgo de aludes y no hemos pasado la angustia de otras ocasiones", regresa la montañista viguesa.

El pasado viernes, abandonó el último campo de altura, el campo 4, plantado a 6.900 metros, a las 8.45 de la mañana, con casi 600 metros de desnivel en el desayuno y una larga escalada hasta alcanzar la cima. "La arista cimera estaba muy afilada y pasamos con cuidado. En total, entre ida y vuelta tardamos 9 horas y media en regresar al campo 4, con una buena pelusa encima pero muy satisfechos. Al día siguiente desarmamos hasta el campo 2, donde dormimos y bajamos hasta el base con sumo cuidado, para no cometer errores de última hora", dijo.



Chus Lago, en Vigo, días antes de partir en busca del título. / M. Núñez

Insustitutos
Chus Lago alpinismo
"...Extremar fuerte la preparación mentalmente y físicamente para afrontar el esfuerzo que exige la montaña..."
"...Je remercie ne sé faire bravo que au début et la surprise du campo base, y point son premier effort..."
"La escaladora tuvo que esperar dos días para poder comunicar la noticia"

Torneo Atlántico Fútbol 7 Alevín Ureca Caixanova

Por Alejandro Villar y Javier Lago, Fotos de Jose Carlos Giraldo

URECA-Caixanova, y en particular su sección de Fútbol, puede presumir de organizar uno de los torneos de referencia de Fútbol Base. No sólo por la importante representación de los Clubes participantes (R.C. Deportivo de la Coruña, F.C. Porto, Boavista F.C., Vitoria de Guimaraes S.C.,...) sino por la cuidada organización y el exquisito trato recibido por cada uno de los clubes y niños participantes; como así nos lo hicieron constar con profundas muestras de agradecimiento, tanto los participantes como el público asistente; que además, nos sirve de estímulo para consolidar nuestro Torneo Atlántico en los próximos años.

En esta II Edición disfrutamos con la presencia de 25 clubes y más de 300 niños de las mejores Escuelas de Fútbol Base de Galicia y del Norte de Portugal, y en la que el Fútbol vigués mostró un excelente nivel. Así, el C.D. Areosa hizo doblete al vencer la Fase Previa (en la que 12 de los clubes más representativos de Vigo y su comarca compitieron por conseguir una de las tres plazas que daban acceso a participar en la siguiente Fase) y la Fase Final, tras superar en la final a la S.D. Compostela por un apretado 2-1; y por nuestra entrañable Escuela de Fútbol que ocupó el 3º puesto tras eliminar al F.C. Porto en Cuartos de Final.



Alcalde de Nigrán entregando trofeo al campeón C.D. AREOSA



Presentación del torneo en rueda de prensa

Organizar un evento de esta magnitud requiere mucho trabajo, esfuerzo, dedicación y sobre todo, disponer de los recursos necesarios los cuales conseguimos gracias a la colaboración desinteresada de las siguientes entidades:



Juan Díaz entregando trofeo al equipo URECA

Patrocinadores

Concello de Nigrán
(Patrocinador Fase Final)

Ferralgasa
(Patrocinador Fase Previa)

Co-patrocinadores

Caixanova
Fútbol
Grupo Geo
Interatlantic
Mar-Ibérica
Marka Informática
Rodosa

Colaboradores

Altius
Aluminios y Aceros Pena
AOAMI
Campinas Sao Paulo
Coca-cola
Inplanor
Inpromar
Juvesport
Lemil
Pescados José Eduardo
Río Blanco
Suflenorsa
Tecnigal
Variografik
Vipolcarp

Además, hacer extensible nuestro más profundo agradecimiento a la Directiva de URECA, en especial a Juan F. Díaz, Pedro Badía y José Carlos Giraldo por sus muchas horas dedicadas, al personal de URECA por su paciencia y a Alberto Bouzada, José Amoedo, Jose R. Rey y José M. Martínez por su estimable colaboración en la consecución de los recursos necesarios. *A todos vosotros "muchas gracias".*

XIV Torneo Interzonas de Fútbol Ureca Caixanova 2004

Por Jose Carlos Giraldo



Los días 18 y 19 de junio, celebramos en nuestras instalaciones de URECA en Nigrán, el XIV Torneo Interzonas de Fútbol, en el que como sabéis participan equipos formados por compañeros de las diferentes zonas geográficas, en las que tiene presencia Caixanova.

Después de una fase previa en diversas zonas, el día 18 viernes, se realizaron las primeras eliminatorias, y como punto final del día todos los asistentes degustamos la tradicional Pulpada, con pimientos de Padrón, vino de Barrantes y pan de Cea, amenizando la fiesta el grupo de gaitas "NOSA TERRA".

El sábado 19, ya de mañana, comenzaron las finales sorprendiéndonos a todos que llegaron a la "gran final" dos equipos inéditos, Urbanas Pontevedra y Ferrol Santiago. Ferrol Santiago luchó durante la primera parte pero no aguantó el ritmo desarrollado por Pontevedra, cuyo potencial futbolístico les dio la victoria por un resultado de 3 a 0. Finalizado este encuentro, se hizo entrega de los trofeos por parte del equipo directivo de Caixanova y de URECA.



CLASIFICACIÓN:

TROFEO	EQUIPO
DEPORTIVIDAD	CENTRAL
EQUIPO MENOS GOLEADO	URB. PONTEVEDRA
MEJOR JUGADOR	FERNANDO ESTÉVEZ URB. PONT
FINALISTA C	ORENSE II
FINALISTA C	EXPANSIÓN
SUBCAMPEÓN C	CORUÑA
CAMPEÓN C	LUGO
FINALISTA B	CENTRO INFORMÁTICA
FINALISTA B	URB. VIGO
SUBCAMPEÓN B	PONTEVEDRA SUR
CAMPEÓN B	PONTEVEDRA NORTE
4.º CLASIFICADO	CENTRAL
3.º CLASIFICADO	ORENSE I
SUBCAMPEÓN	FERROL SANTIAGO
CAMPEÓN	URB. PONTEVEDRA



Don Jose Luis Pego haciendo entrega del trofeo a la deportividad (Central).



Don Juan Díaz entregando el trofeo al equipo menos goleado (Urb. Pontevedra)



Equipo Campeón (Urb. Pontevedra)



Don Juan G. Portas haciendo entrega del trofeo al mejor jugador "Fernando Estévez" (Urb. Pontevedra)



Don Juan G. Portas entrega a José Freire el trofeo al equipo subcampeón (Ferrol - Santiago)

IX Campus de Fútbol 2004 Ureca Caixanova

Por Alex Villar y Fotos de Jose Carlos Giraldo

Ya pasaron nueve años desde aquel verano en el que se llevó a cabo el “I Campus de fútbol URECA”. Ante el despunte del fútbol sala y, la tentación, posibilidad e inquietudes de los niños por dar el salto al “fútbol grande”, a alguien se le ocurre buscar gente relacionada con el fútbol, la docencia, el entrenamiento, dispuesta a llevar adelante tal actividad durante unos cuantos fines de semana, con los niños que jugaban a fútbol sala en URECA y algunos amiguetes.

Hoy, nueve años después, **han disfrutado de este campus 140 niños repartidos en dos turnos.** Los prebenjamines y benjamines se agruparon en un turno y los alevines e infantiles en otro.

Durante cinco días y cuatro noches los niños han compartido multitud de experiencias, de juegos de cooperación, de juegos de competición, con sus victorias y sus derrotas...

El fútbol ha sido el punto común que nos unía a todos. Todos los días una de las actividades era relacionada con el fútbol (entrenamientos, fútbol-7, fútbol-5, fútbol-3, futbol-tenis, fútbol playa...) y las otras tres actividades diarias fueron desde otros deportes como el hockey, beisbol, baloncesto, tenis, tenis de mesa hasta juegos con paracaídas, globos de agua, carreras de orientación, expresión corporal...

Cada niño se llevó numerosos regalos y recuerdos del campus además de la equipación con la que participaron: camisetas, libros, fresbees, gorras, bandejas...



El éxito de este evento se lo debemos en gran parte a la colaboración de diversas entidades y empresas:

PEREIRA
CONCELLO DE NIGRAN

MÜLLER

COCA-COLA
IVAN CROSS

IFEVI
CLUB DE TENIS DE MESA VINCIOS

FUTGOL

¡Enhorabuena MANUEL!

Por Tato Barbeito

Hoy queremos traer a las páginas de Latexo a un urequista de pro, pues desde los cinco años ya formaba parte de los equipos de URECA como guardameta. Su nombre, Manuel Martínez Santamarina nieto de otro conocido urequista (José C. Santamarina Barreiro, D.E.P), e hijo de María José. Queremos que ésto siga perdurando en los socios de URECA, que se transmita de padres a hijos y a nietos, como este caso, para que URECA siga viva y por muchos años.



Manuel tiene pocos años, 12, pero una brillante trayectoria como portero de fútbol; ojalá que continúe en esa línea y podamos verle en uno de los "grandes" de la liga española y, por qué no, en la selección. Desde estas páginas le deseamos toda la suerte del mundo. Cuando hablamos con él, nos comenta que hay un buen equipo, que su defensa le arropa muy bien, especialmente por el centro (donde está su hermano gemelo José), que le evita todos los problemas que puede; y si

no, está él en la portería con colocación y agresividad para evitar todos los goles posibles.

Enhorabuena chaval, sigue en esta línea y tendremos un gran portero en URECA.



Este es su palmarés del año que termina:

- Campeón "Torneo de Navidad Faro de Vigo" 2003
- Campeón "Liga Local de Vigo" 2003/04
- Celta, "Torneo Arosa CUP" 2004
- R.C. Celta "Campeonato de España, Brunete Junio/2004"
- Selección Gallega, "Torneo de selecciones autonómicas", Las Palmas de Gran Canarias, Julio 2004.

En todos ellos tuvo una destacada actuación, según cuentan las crónicas.

Una vez más, ¡ENHORABUENA, MANUEL!

CAIXANOVA CAMPEONA DE ESPAÑA DE MEDIA MARATÓN DE CAJAS DE AHORROS

Por Antonio Fuertes

El pasado día 28 de Mayo en la villa Asturiana de Cangas de Onis, y con subida al Santuario de Covadonga y regreso a Cangas de Onis, y coincidiendo con la XVII Media Maratón de la Ruta de la Reconquista, se celebró el V Campeonato Nacional de Cajas de Ahorros de esa especialidad, organizado en esta ocasión por la Caja de Asturias. El equipo de empleados de Caixanova, formado por José Antonio Varela Calviño, Antonio Fuertes Saavedra, Manuel Rodríguez Vázquez y Emilio Castro Barros, se proclamó Campeón de España 2004 de Cajas de Ahorros.



Asimismo, José Antonio Varela Calviño y Antonio Fuertes Saavedra, actuales Campeones de Europa de Maratón y Diez Kilómetros respectivamente, se proclamaron Campeones de España Individuales de su categoría, y Manuel Rodríguez Vázquez Subcampeón de España, clasificándose estos tres empleados de Caixanova en 2º, 3º y 5º puesto de la clasificación general de la prueba.

TORNEO INTERNACIONAL HOCKEY HIERBA

Por Victoriano Jiménez

El sábado 21 de agosto en las instalaciones de URECA, se celebró este torneo, con la participación de los equipos:

ATLÁNTICO URECA de Vigo
VIGO HOCKEY de Vigo
PABELLON de Ourense
ESPIÑO de Portugal



El torneo se desarrolló con mucha igualdad entre los equipos participantes, y sobre todo con deportividad teniendo en cuenta la rivalidad entre los equipos de Vigo, que estaban reforzados con jugadores portugueses y con los hermanos Juan y Kike Vila de Vigo, pero residentes en Madrid y que jugaron unos minutos en el caso del Atlántico Ureca y en el Vigo Hockey con un portero argentino muy bueno. El Pabellón de Ourense presentó un equipo muy joven en el que destacó Brasa junior y el equipo portugués con jugadores del Benfica y del Sporting de Lisboa de 1º división.

Destacar la presencia de José Brasa, director deportivo del Club de Campo de Madrid que milita en la división de honor del Hockey español y al que acompañaba su familia.

El campeón del torneo fue el equipo Espino de Portugal.

Torneo Social de Fútbol 11 verano 2004

Por J. Carlos Giraldo

Como es habitual en los meses de julio y Agosto se celebró el Torneo de Fútbol 11, en nuestras instalaciones de Nigrán, llegando a la final los equipos del Capitán Trueno y Centro de Informática con un resultado de 1-1 por lo que se tuvo que ir a penalties, en los cuales se proclamó campeón el Centro de Informática.

CUADRO DE HONOR:

1º: CENTRO DE INFORMÁTICA

2º CAPITÁN TRUENO

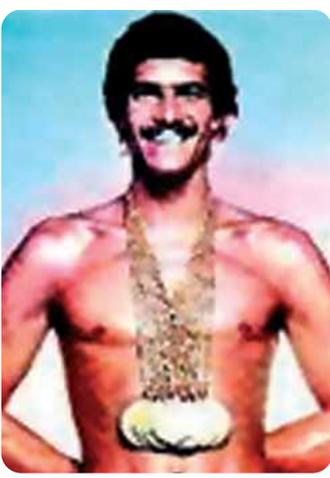
3º MARKA INFORMÁTICA

4º ANÓNIMOS

5º MOTO PASIÓN



De izquierda a dcha. y de pie: Montenegro, David Valcarce, Portas, Edu y Arturo.
Agachados: Kaba, Manu, Tablado, Joshua y Michel



Los JJ.OO. de la Era Moderna

Por Eduardo Marzoa

El fundador de los JJ.OO. de la Era Moderna, fue Pierre de Fredy, Barón de Coubertain (París 1863-Ginebra 1937).

La bandera olímpica la diseñó el propio Barón, con los 5 aros que simbolizan la unión de los 5 continentes. Los primeros juegos de dicha era se disputaron en la ciudad griega de Atenas en 1896.

El COI es el encargado de elegir sede cada 4 años, y su lema olímpico se expresa en la siguiente frase:

“Lo más importante de los JJ.OO. no es ganar, sino competir”.

En las 24 participaciones olímpicas, hasta Atenas 2004, el medallero por naciones lo encabezan:

1. EE.UU.: 2101
2. Rusia (antigua URSS): 1102
3. Gran Bretaña: 645
4. Francia: 554
5. Italia: 451
32. España: 83



Hay que significar que tanto en Moscú '80 como en L.A. '84 hubo boicot de USA y la URSS respectivamente, a causa de la Guerra Fría.

En la prueba de atletismo, el mayor número de medallas de oro en una sola celebración es de 5 medallas, conseguidas por el finlandés Paavo Johannes Nurmi (1897-1973) en los JJ.OO de París, en 1924. Las medallas fueron conseguidas en las pruebas de 1.500 m., 5.000 m., 10.000 m., 3.000 m. por equipos, y campo a través por equipos.

España consiguió en la prueba de atletismo dos medallas de oro en la historia de los JJ.OO. , por parte de Fermín Cacho (1.500 metros) y Daniel Plaza (20 kms. marcha), ambas conseguidas en Barcelona 1992.

El campeón olímpico de mayor edad fue el estadounidense Patrick Joseph McDonald, que a la edad de 42 años ganó



la prueba de lanzamiento de peso en Amberes, 1920. Por el contrario, el campeón olímpico más joven fue el norteamericano Robert Bruce Mathias, que a la edad de 17 años ganó la prueba de Decathlon en Londres, en 1948.

El record de medallas de oro conquistadas por una mujer es de 6, conseguidas por Kristin Otto (RDA, 07-02-66) en las olimpiadas de Seúl-88 en las pruebas de natación, 4 en pruebas individuales y 2 por equipos.

La participación más numerosa fue: Atenas '04: participaron 202 países y 10.651 atletas.

Los deportistas olímpicos gallegos con más participaciones fueron:

- **Carlos Pérez** (atletismo): Roma '60 , Tokio '64, México '68, Múnich '72.
- **José Alfredo Bea García**: que ha disputado las Olimpiadas de Barcelona '92, Atlánta '96, Sydney '00 y Atenas '04.

Y por último, reseñamos los que a juicio de muchos analistas fueron los 4 mejores deportistas de toda la historia de los JJ.OO.

- **Jesse Owens** (atletismo): el atleta de USA que nació el 12/09/13 fue el héroe de Berlín '36 al ganar 4 medallas de oro. En el país gobernado por Adolf Hitler realizó una de las hazañas olímpicas más inolvidables, y le dio un gran disgusto al líder nazi, quien no esperaba que un atleta de “raza inferior” fuera gran protagonista de “sus JJ.OO.”.

- **Mark Spitz** (natación): nació en California el 10/02/50. Fue el máximo ganador de medallas de oro en una edición de los JJ.OO. Ganó 7 en Múnich '72, 5 en pruebas individuales y 2 por equipos, con la particularidad de que en todas ellas logró el récord mundial.

- **Teófilo Stevenson** (boxeo): el imbatible boxeador cubano nació el 23/03/52. Ganó 3 medallas de oro en Múnich '72, Montreal '76 y Moscú '80, arrasando a sus rivales. Fue el dueño absoluto del amateurismo entre los pesos pesados, y a pesar de ofertas millonarias, nunca quiso pasar al profesionalismo. Su récord: 302 victorias en 321 combates.

- **Carl Lewis** (atletismo): el más grande atleta de la historia nació el 01/07/61 en Birmingham (USA). Consiguió 4 medallas de oro en L.A. '84, 3 en Seúl '88, 2 en Barcelona '92, y 1 en Atlanta '96. Nueve medallas doradas en total.



UN PARAISO DE GOLF Y MUCHO MÁS.

PORQUE EN EL MELIÁ BALNEARIO MONDARIZ DISFRUTARÁ DE UN EXCELENTE CAMPO DE GOLF DE 18 HOYOS, SITUADO ENTRE EL VERDE PAISAJE DEL RIO TEA.

SU BALNEARIO, CENTRO DE CONGRESOS Y EL NUEVO PALACIO DEL AGUA QUE ABRIRÁ SUS PUERTAS EN PRIMAVERA DEL 2004, HARÁN DE SU ESTANCIA EN MONDARIZ, UN SUEÑO DE SALUD Y BIENESTAR.



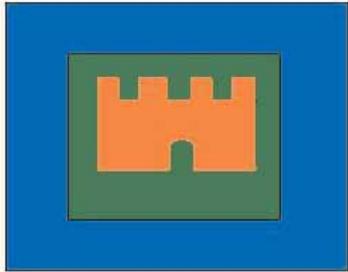
Tiempos muertos

Por Eduardo Marzoa

1. ¡Ah del castillo!

Para rescatar a su dama, el caballero Arturo debe entrar en un castillo que está rodeado de un foso de 5 m. de ancho repleto de tiburones.

¿Cómo podría acceder al castillo si solo dispone de 2 tabloncillos de 4,75 m. de largo?



2. 6 Vasos alternados

El camarero Marcial observa 6 vasos que están alineados. Los 3 primeros están llenos de líquido y los 3 últimos vacíos. Marcial quiere que los vasos llenos y los vacíos queden alternados.

¿Cuántos vasos tendrá que mover como mínimo para conseguirlo?



5. 4ª Edad

Matusalén es más joven que Carcamán, Vejstorio es más viejo que Matusalén, Caduco es más viejo que Vejstorio. ¿Cuál de estas afirmaciones es cierta?

1. Vejstorio es más viejo que Carcamán
2. Carcamán es más viejo que Vejstorio
3. Matusalén es más viejo que Caduco
4. Caduco es más viejo que Matusalén

3. El refrán oculto

¿Sabrías encontrar con las pistas que os damos el refrán que ha desaparecido?

- no llega a cerrar el círculo
- es la primera de la última
- es la primera, primera
- u del revés
- dedo tiene dos
- ya se ha cerrado el círculo
- doble consonante
- la vocal del artículo indeterminado masculino
- la vocal del artículo determinado masculino
- vocal tiene una
- se repite vocal
- dos iguales
- ¡qué miedo!
- la 2ª vocal
- no es la 1ª vocal, sino la 1ª de vocal
- vocal que ya ha salido
- vocal que sale por tercera vez
- termina la preposición
- la primera
- ingenio, la lleva
- redonda, redonda
- sssilencio!
- se parece a una cruz
- otra vez la vocal redonda
- mama tiene, papa no
- tiene punto
- es de Esther
- había salido doble, siempre todavía no
- esta es sin punto
- otra vez mama tiene
- la cuarta vocal
- tiene forma de serpiente
- tú la tienes
- esta palabra es monovocálica

4. Abuelito dime tú

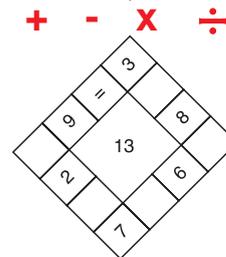
Un abuelo y su nieto cumplen años el mismo día durante 6 cumpleaños consecutivos, la edad del abuelo es un múltiplo exacto de la edad del nieto.

¿Cuál es la edad de cada uno en el sexto cumpleaños?



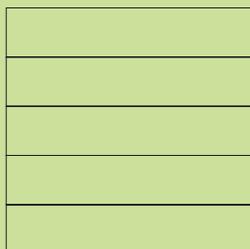
6. Signos matemáticos

Inserte uno de los 4 signos matemáticos en cada espacio para completar la operación empezando por arriba. Uno de los signos aparece dos veces, el resto una.



EL GANADOR DE UN FIN DE SEMANA PARA DOS PERSONAS EN EL HOTEL MELIÁ BALNEARIO MONDARIZ DE NUESTRA ÚLTIMA ENTREGA FUE: **NURIA MARTÍNEZ GALLARDO (SOCIA NÚM. 1967 - SUCURSAL DE CANGAS - 022)**

1.- Divide el cuadrado:



- 2.- Encuentra la palabra: "Ajedrez"
- 3.- Un olvido intencionado: "La vocal a". También se ha dado como correctas aquellas respuestas que hacían mención a la letra "s" o al "número de página", para los que utilizaron fotocopia de la circular.
- 4.- Cazadores de conejos: "cinco minutos: en efecto si cinco cazadores tardan cinco minutos en cazar cinco conejos, cada cazador consigue un conejo cada 5 min. por tanto 25 cazadores necesitan esos mismos cinco minutos para cazar 25 conejos".
- 5.- La cera de las velas: "100 o 111 velas", según se considere. Si solamente se queman las primeras mil velas o si se siguen quemando éstas, con lo que se obtienen 10 vela más, y de éstas 10 otra vela más".

PARTICIPACIÓN: Se han recibido 29 cajetines de respuesta, de los que 16 han podido entrar en sorteo.

Por Pablo Covelo

MEJILLÓN

¿Te has preguntado alguna vez cómo han llegado hasta tu plato esos mejillones que estás a punto de comerte?



No hay duda de que el cultivo del mejillón es hoy en día una piedra angular de la vida de muchas localidades de nuestra comunidad, e incluso uno de los sectores estratégicos de la economía gallega. Y todo esto en apenas 60 años, ya que si bien en el siglo XIX y principios del XX se habían hecho algunos intentos del cultivo de mejillón en pequeños viveros o usando estacas, no es hasta la década de los 40 cuando comienza el gran desarrollo del cultivo de este molusco. Desde la pri-

mera batea del año 1945 en la ría de Arousa, hasta las 3.337 actuales, mucho ha cambiado. Pero, ¿cómo se lleva a cabo este cultivo? Sabemos que hay unas bateas, que tienen cuerdas, y que “dan mejillones”. ¿Cuáles son los pasos?

En primer lugar, como en todo cultivo, hay que empezar por la semilla, en este caso llamada “mejilla”. Hay dos formas de conseguirla: recolectándola en las rocas, o bien mediante cuerdas colocadas en las bateas a tal fin, a las que se fijarán las larvas, y que se llaman “cuerdas colectoras”. A continuación se realiza el “encordado”. Para ello, la semilla se envuelve sobre la cuerda, utilizando una red de material biodegradable (tradicionalmente algodón) que se descompone en pocos días, tiempo suficiente para que el mejillón se haya fijado utilizando el biso (esos “pelillos” que cuesta tanto quitarles al limpiarlos).



El siguiente paso es el de “desdoble”, que se realiza pasados 4-6 meses, cuando el mejillón tiene entre 4 y 5 cm, y que consiste en disminuir la densidad de los mejillones en las cuerdas, con el fin de lograr un mejor crecimiento. A partir de una cuerda “de semilla” se pueden obtener 2 o 3 cuerdas “de desdoble”.

Y a partir de aquí, a esperar otros 12 meses, tras los que alcanzará la talla comercial, que es de 7 cm, y se realizará la cosecha definitiva. En cuanto a la comercialización, el mejillón puede ir destinado a consumo en fresco (el 35% de la producción), pasando previamente por depuradora, o bien a conserva y procesado (el 65%).

Y ahora sí ... ¡¡qué aproveche!!

Para saber más:

www.mexillondeg Galicia.org



EN RUTA

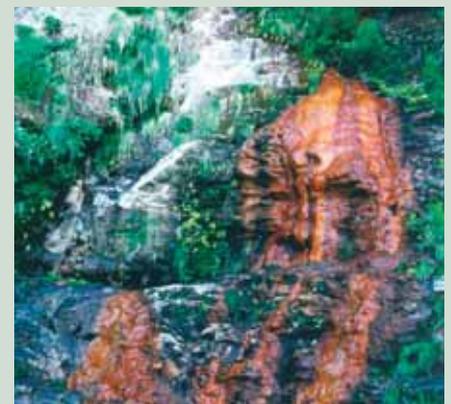


En Galicia contamos con numerosos lugares en donde disfrutar de un día de otoño en contacto con la naturaleza. Pero quizás uno de los mejores sea A Devesa da Rogueira, en la sierra de O Courel, que es un precioso bosque donde encontraremos robles, hayas (que constituyen el hayedo más occidental de

Europa), castaños, avellanos, tejos, ... e incluso alguna encina (es un lugar en la zona límite de la influencia del clima y vegetación mediterránea), y que en esta época del año es verdaderamente espectacular.

Existe una ruta de senderismo que parte desde el Aula da Natureza de Moreda (hay que tomar una desviación a la derecha un poco antes de llegar a Seoane, en la carretera procedente de Quiroga) que atraviesa la devesa hasta llegar a las Fontes do Cervo (dos fuentes naturales, una de agua ferruginosa y otra calcárea). Para regresar podremos utilizar el mismo camino, o bien seguir una ruta circular con la que también volveremos al punto de partida, pero que supondría un total de 10 km. Otra opción que tenemos una vez en las fuentes

es subir por un empinado camino a la izquierda, hasta O Alto da Devesa o hasta Punta Formigueiros (la cota más alta de O Courel, con 1.639m). Para saber más: <http://www.xunta.es/conselle/cma/CMA06f/CMA06fe/p06fe01.htm>



CURIOSIDADES



- ¿Sabías que los científicos creen que los elefantes se pueden comunicar entre ellos a través de pequeñas ondas sísmicas que pueden causar y detectar con sus patas? O lo que parece una gran ironía, que el animal con las orejas más grandes utilice sus piernas como “oídos”, gracias a unos órganos llamados corpúsculos de Pacini.
- ¿Sabías que según la WWF por España pasa más del 30% del comercio ilegal de especies protegidas de todo el mundo? En el año 2003, en las aduanas españolas se confiscaron 350 animales, incluyendo panteras, cachorros de león, monos,

aves..., además de productos elaborados con pieles, colmillos, Si esto es lo que se incauta, imagínate todo lo que logra pasar.

Para saber más: www.eu-wildlifetrade.org

- ¿Sabías que la floración de algunas especies de bambú se caracteriza por producirse en muy raras ocasiones (hasta con más de 100 años de intervalo), y que cuando se produce lo hace de forma simultánea en todos los individuos de esa especie, independientemente de su edad o de la parte del mundo donde se encuentren?
- ¿Sabías que la energía eólica ya supone un 6% del total de energía eléctrica producida en nuestro país, que el 24% se genera en Galicia, y que España es la segunda potencia mundial, sólo superada por Alemania?
- ¿Sabías que el vertebrado más pequeño del mundo, que se acaba de presentar

en el Museo de Historia Natural de Sidney, es un pez que cuando es adulto sólo mide 8,4 mm y pesa 1 mg? Su nombre es *Schindleria brevipinguis*. Si quisieras juntar 1 kilo de estos pececillos, necesitarías ¡1 millón de ellos!



CALENDARIO NATURAL

Ya está aquí la vuelta al cole. Tras las vacaciones estivales, y ahora que los días empiezan a decrecer y comienzan las lluvias, nos toca volver a la rutina de los días fríos. Pues lo mismo le pasa a las aves, que estos meses vuelven al sur después de pasar la época de cría en lugares más cálidos. Y si nosotros nos quitamos los vistosos y frescos trajes de verano para pasar al jersey y chubasquero, lo mismo hacen las plantas perdiendo sus hojas, y muchos animales cambiando al pelaje o plumaje invernal. ¿Y los “malditos” mosquitos? Junto con el resto de los insectos, los perderemos de vista por un tiempo. Estos son meses para seguir caminando, y veremos como aprovechando la humedad, el suelo de los bosques se



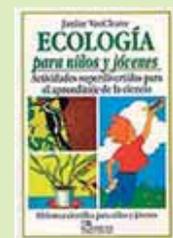
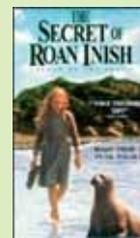
llena de setas, mientras que musgos y líquenes cubren troncos y rocas. Y aunque no lo creáis, hay quien también tiene que hacer los “exámenes de septiembre”. Así, muchos animales tienen que aprovechar este periodo para hacer acopio de alimento, como bellotas, castañas, ... que les vendrán muy bien para los fríos meses del invierno.

RECOMENDAMOS

- **“EL SECRETO DE LA ISLA DE LAS FOCAS”**
De John Sayles. Película que nos pone en contacto con el mundo rural irlandés, y en la que las leyendas conviven y se entremezclan con lo real y cotidiano. Más indicada para los jovencitos de la casa.

- **“EL TESORO BLANCO”**
De Barbara Gowdy. En este libro nos veremos envueltos en un viaje apasionante a la vida de los elefantes, participando de sus alegrías, tristezas, ...

- **“ECOLOGÍA PARA NIÑOS Y JÓVENES”**
De Janice VanCleave. Porque también se puede aprender de manera divertida, recomendamos este libro que aparte de enseñarnos de forma clara muchos aspectos de la ecología, también incluye ejemplos y actividades de lo que podemos hacer en nuestra vida cotidiana por mejorar.



LA HUERTA DOMÉSTICA III

Por Miguel A. Soto

Después de arrancar tantas hierbas con los dedos, y después de tanto regar, se acerca el tiempo de rematar los procesos vegetativos y cosechar los últimos frutos, las últimas verduras de la temporada y prepararse para el invierno. Esto no significa que nos olvidemos de nuestro huerto porque el ciclo no termina y las labores agrícolas no cesan aunque la actividad será más pausada.

El otoño en nuestra zona es una época benigna, con temperaturas suaves y lluvias moderadas, que nos permite disfrutar de actividades al aire libre. Ya os daríais cuenta de lo beneficioso que resulta el cultivo del huerto para la salud que, practicado de forma continua en el tiempo, constituye una forma de ejercicio *cardiosaludable* y además nos ayuda con la muy recomendable *dieta mediterránea*. Nuestros productos no contienen pesticidas, ni conservantes o aceleradores de la maduración, además los recolectamos a mano en su punto óptimo de consumo y no sufren largos transportes ni almacenajes.

Todos estos factores inciden en el gusto y textura pero también en los nutrientes y en definitiva favorecen nuestra alimentación.



antes del consumo. Para ello es necesario taparlas con un recipiente opaco o atarlas con una rafia o una goma impidiendo así el paso del sol. Esta operación se realizará durante los últimos 10 días antes de su cosecha.

Fresas

Si todavía no os habéis atrevido a plantar un frenal, ahora es el momento. Existen dos épocas de plantación; en Primavera para las plantas tratadas con frío y en Otoño para aquellas que recibirán el frío directamente de la naturaleza. *Como guía de plantación os aconsejo una lectura del LATEXO n° 46 (Marzo).*

Si os convence la utilización de plástico para su plantación, os aconsejo que probéis el negro de malla, similar al utilizado para sombreo. El riego conviene que sea con una tubería exudativa o con goteo. Es más caro pero su duración es mayor y permite la transpiración y el paso del agua. Tenéis una foto en el número anterior.

Los trabajos a realizar en los principios del Invierno son muy sencillos y consisten en la eliminación de las hojas secas, los tallos de las fresas que nos hayan quedado (con tijera) y limpiar las hierbas. Con estas operaciones y un pequeño aporte de fertilizante sólo nos queda esperar a la nueva temporada.

Lechugas



Es difícil mantener una plantación de lechugas a partir de esta época, aunque existen lechugas de invierno. Si no encontráis en el mercado lechugas para plantar, siempre nos quedarán las escarolas, lo que nos obligará a su blanqueo

Tomates

Llevamos más de un mes disfrutando de los tomates. Conviene seguir con la poda de los brotes y el atado al tutor. No le sobrará un poco de ferti-



lizante esparcido sobre la tierra mullida y libre de hierbas. Si todavía no pinzasteis la punta del brote principal, ahora es el momento, de esta forma limitaremos el crecimiento y permitiremos que los proyectos de fruto lleguen a madurar. Si dejásemos que la planta siguiese creciendo, los últimos tomates nacidos no estarían maduros antes de que el frío mate la planta.

Las hojas más viejas estarán amarillas, ya no cumplen su función clorofílica y conviene cortarlas a 1 cm. del tronco. Así ayudaremos a la ventilación de las plantas y facilitaremos la entrada del sol para que maduren mejor los tomates. También impediremos que se asienten enfermedades provocadas por hongos.

Pimientos



Las plantas de pimiento aguantarán hasta bien entrado el Otoño. Si conservan algún pimiento, no llegará a la completa maduración pero se agradecerá cuando no halla nada mejor. En cuanto comiencen

las heladas las plantas se morirán. Es difícil que una planta sobreviva al Invierno, sin embargo yo tengo una variedad desde hace tres temporadas que sigue produciendo.

Calabacín

Si todo fue bien, la planta de calabacín habrá sido un éxito.

En el hipotético caso de que todavía tengáis un fruto sin cosechar y esté amarillo con la piel dura, guardarlo para comer en Invierno como crema o haciendo unas "chulas" dulces con pasas y piñones. Las semillas, una vez tostadas en una sartén con una pizca de sal, son un grato entretenimiento muy nutritivo.



Fertilización y preparación de la parcela



Una vez que tengamos el terreno libre de cultivos (excepto las fresas) pasaremos el cortacésped lo mas cerca posible del suelo; a continuación, con la azada o con la laya trabajaremos la parcela, arrancando aquellas malas hierbas que persistan, dejando la tierra mullida; esparciremos uniformemente el estiércol de caballo y lo cubriremos con los restos del césped (mejor si está seco) para de esta manera dejar actuar a los microorganismos que nos ayudarán a su completa descomposición y asimilación.

Nuevos cultivos



NABIZAS Y GRELOS DE SANTIAGO. Si os gustan las nabizas, estamos en el momento de siembra. Elegid una de nuestras subparcelas de 1x5 y con la azada enterrad el estiércol. A continuación sobre la superficie

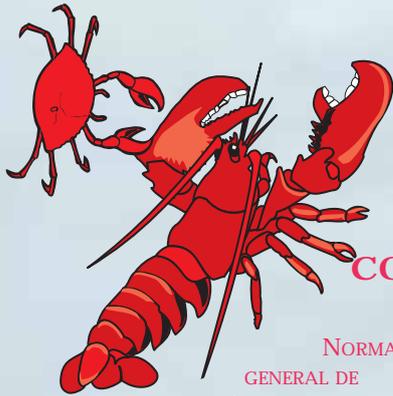
esparcir una pequeña cantidad de caliza magnesiana y fertilizante que incorporaremos al terreno con el rastrillo. La siembra se realiza a voleo teniendo cuidado de no exceder el área escogida. La semilla debe quedar enterrada a 2 ó 3 cms. y para ello utilizaremos el mismo rastrillo. Durante 5 días podemos cubrir la zona con unas ramas para que los gatos o los pájaros no las desentierren. Esta es una planta a la que se le aprovechan sus hojas al principio y posteriormente sus brotes florales (grelos). Normalmente no requieren de cuidados especiales, como curiosidad decir que el Nabo es la raíz de esta planta, salvo regarlas al principio y rarearlas para que no quede muy juntas.

AJOS. En el lugar dejado por el calabacín podemos sembrar unos dientes de ajo blanco. La plantación se hará con una separación de 15 cms. enterrándolos como máximo 2 cms. La fertilización ha de ser rica en caliza, fósforo y potasio y no abusaremos del estiércol, siempre muy descompuesto. Normalmente, salvo tiempo muy seco, no requieren riego.

De las rotaciones en los cultivos hablaremos próximamente.

EL MARISCO UN TESORO DEL MAR

Por Mariluz Pérez



NORMA GENERAL DE COCCIÓN:

Si el marisco está vivo se introducirá en la cazuela en agua fría. El tiempo de cocción empezará a contar cuando comience a hervir. Si ya está muerto, se introducirá en el agua cuando ésta comience a hervir. Cuando hierva de nuevo con el marisco dentro, empieza a contar el tiempo de cocción.

NORMA GENERAL DE CONGELACIÓN-DESCONGELACIÓN:

Después de rematada la cocción se van sacando individualmente las piezas para un recipiente donde las dejamos enfriar. Se introducen en una bolsa de plástico asegurándose de que queda cerrada herméticamente y se meten en el congelador.

La descongelación ideal es la que se produce muy lentamente, con un día de antelación se quita el marisco del congelador y se pasa a la parte baja de la nevera, seis horas antes de la comida se retira de la nevera.

LANGOSTA, BOGAVANTE, CENTOLLA Y BUEY DE MAR:

Cocidos: Llenamos una cazuela con agua dulce hasta que cubra por completo las piezas de marisco a cocer, añadiendo laurel y sal en la proporción de 80 grs. por cada litro de agua. Se pone a fuego vivo y se deja cocer durante 20 minutos, se retira del agua dejando escurrir y enfriar a temperatura ambiente.

LANGOSTA Y BOGAVANTE A LA PLANCHA: Estando el animal

vivo, se abre a la mitad, se aliña con un poquito de aceite y sal, y se deposita en la plancha que deberá estar bien caliente. Poner primero en contacto con la plancha la zona de cáscara. Una vez en su punto y en el momento de retirarlo, sobre la misma plancha se rocía con una mezcla de aceite, limón y perejil picado.

CAMARÓN:

Se pone a fuego vivo una cazuela conteniendo por cada kilo de camarón 5 litros de agua dulce, 1/2 kilo de sal y laurel. Cuando empiece a hervir se introduce el camarón. Cuando rompa de nuevo a hervir cocer durante 1 o 2 minutos, retirarlos y pasarlos por agua fría. Encontrándose aún calientes espolvoreamos con sal gruesa y dejamos enfriar a temperatura ambiente.

NÉCORA Y SANTIAGUÍÑO:

Se colocan en una cazuela llena de agua dulce durante 20 minutos, tiempo aproximado que se calcula para que mueran.

Se añade a continuación laurel y sal en la proporción de 1/2 kilo por cada 5 litros de agua que contenga la cazuela. Se pone a fuego vivo dejando cocer después de que comience a hervir durante 7 o 10 minutos, según sea el tamaño de los mariscos.

CIGALA:

Se pone a fuego vivo una cazuela con agua dulce, laurel y sal en la proporción de 1/4 kilo por cada 3 litros de agua. Al empezar a hervir el agua se introducen las cigalas bien lavadas. Cuando rompa de nuevo a hervir cocer durante 5 o 7 minutos dependiendo de su tamaño, retirarlas y pasarlas por agua fría. Dejar

enfriar a temperatura ambiente antes de servir.

PERCEBE:

Se pone a fuego vivo una cazuela conteniendo por cada kilo de percebe 3 litros de agua dulce y 400 grs. de sal. Al empezar a hervir el agua se introducen los percebes y cuando nuevamente empiece a hervir el agua con los percebes se dejan cocer durante 2 minutos escasos. Transcurrido ese tiempo se sirven calientes y tapados con un paño blanco, para que conserven humedad y temperatura.

BIVALVOS RECOMENDACIONES:

Diferentes preparaciones según de cual se trate.

Para la eliminación del último grano de arena se dejará el marisco el día anterior dentro de un recipiente con agua de mar, o en su defecto, agua dulce fría con abundante sal. Sacarlos del recipiente con cuidado y procurando no remover, ya que en el fondo es donde se habrán depositado las arenas y lavarlos.

El desbabe de los bivalvos que se van a consumir en crudo necesita ser más exigente, por lo que se hace recomendable repetir la operación anterior un mínimo de dos veces.

Muchos platos necesitan que el producto esté sin cáscara y cocido, se recomienda cocer al vapor, para ello se introducen en una cazuela, se le añade medio vaso de agua y se pone a fuego moderado hasta que todas las piezas estén abiertas. El líquido sobrante de la cocción al vapor, colado, se puede utilizar como caldo de marisco en cualquier plato que lo necesite.

ÉPOCAS DE CONSUMO MÁS APROPIADAS

PRIMAVERA:
Cigalas, almejas, ostras.

VERANO:
Mejillones, almejas, caramuxos, bogavante, langosta, ostras, percebes.

OTOÑO:
Bogavante, langosta, vieiras, zamburiñas, navajas, santiaguíños, camarones, berberechos.

INVIERNO:
Centolla, buey, nécoras, camarones, vieiras, almejas, santiaguíños.

COCCIÓN DEL MARISCO

SALSAS PARA LOS MARISCOS:

Especial Mariscos a la plancha:

Se pone una sartén al fuego con un poco de aceite y ajo picado. Cuando el ajo esté medio frito se le añade un poco de mantequilla, zumo de limón y perejil. Se deja hervir y quedará listo para bañar con ello el marisco recién salido de la plancha.

Mayonesa:

Ponemos en un recipiente 3 huevos, un poco de sal y el zumo de un limón. Lo batimos con la batidora y vamos incorporando aceite poco a poco, para que quede mas ligera, añadimos un poco de agua hirviendo.

Rosa:

Un poco de salsa mayonesa con keetchup y un chorro de martini rojo. Se revuelven todos estos ingredientes hasta que estén bien mezclados. También se puede añadir un poco de tabasco.

Tártara:

Picamos: 1/2 cebolla, 2 dientes de ajo, 2 pepinillos en vinagre, 20 grs. de alcaparras, y un huevo cocido, todo muy picadito y lo mezclamos con un poco de mostaza, tabasco y salsa mayonesa.

Vinagreta:

Picamos: 1/2 cebolla, un pimiento morrón, un poco de perejil, y 2 huevos. Mezclamos todo con medio litro de aceite, un cuarto de vinagre y sal.

¡Vamos al supermercado!

Por Miguel A. Soto

Los valores sobre patrones de comportamiento saludables, fundamentalmente en cuanto a la dieta cardiosaludable, son de la máxima importancia.

Como adultos y por supuesto, como padres y madres de familia, tenemos la obligación de mejorar aquellos comportamientos que puedan incidir en nuestra salud y en la de los nuestros. En estas líneas que van a continuación, trataré de comunicar mi inquietud sobre la importancia de la dieta cardiosaludable.

Hace pocas fechas he tenido el privilegio de participar durante un fin de semana en el primer **Congreso de Salud Cardiovascular para ciudadanos**. A estas jornadas acudieron prestigiosos profesionales que dentro del Plan Nacional de Lípidos y Factores de Riesgo Cardiovascular, fueron convocados por la Fundación para el Fomento de la Salud (Fufosa).

Después de asistir a las distintas ponencias y talleres, se generó en mí la necesidad de compartir con vosotros todas las experiencias y conocimientos adquiridos.

El primer taller se titulaba ¡¡Vamos al supermercado!! y se trataba de una invitación a realizar la compra con unos criterios científicos y útiles para nuestra salud a largo plazo. No cabe duda de que se trata de una actividad rutinaria pero no por ello carente de importancia. La diferencia que existe entre comprar "bien" o "mal" puede estar en un incremento del riesgo de enfermedades vasculares del 200%. A partir de ahora la actividad rutinaria de ir al supermercado pasa a tener una importancia considerable.

El primer paso para hacer la compra con fundamento empieza en casa. Hay que ir a la compra con una lista cerrada. Nuestro bolsillo nos lo agradecerá y sobre todo nuestra salud, porque las compras realizadas por impulsos incontrolados nos pueden llevar a comprar artículos prescindibles e innecesarios, que podrían perjudicar nuestro organismo.

El segundo paso reside en saber que las marcas conocidas y los eslóganes no son suficientes para fiarnos de sus bondades. No debemos comprar a ciegas dejándonos llevar por la publicidad. Una marca conocida, de toda la vida, puede tener en sus productos componentes perjudiciales para nuestra salud. Los eslóganes deben cumplir la función de atraer nuestra atención y crear en nosotros la necesidad de compra, con la excusa de satisfacerla, pero nuestra salud está por encima de los intereses comerciales.

El tercer paso es comprobar la fecha de caducidad, el peso y su relación con el precio. En ocasiones el mayor volumen de un paquete nos hace decidimos a adquirirlo, sin comprobar si su interior contiene más aire del que esperamos. Siempre es necesario hacer una comparación entre los pesos y los precios respectivos.

El cuarto paso es sin duda el fundamental y más importante para nuestro objetivo de prevención de enfermedades cardiovasculares.

De todos es sabido la negativa incidencia del "colesterol

malo" en nuestras arterias. (c-LDL) Recordemos: su exceso provoca su depósito en forma de placas que impiden el normal flujo de sangre por el sistema circulatorio. Además si alguna de estas placas se desprende, puede obstruir el paso de la sangre y provocar trombosis en las piernas, infartos en el corazón o en el cerebro.

Este colesterol se encuentra en infinidad de productos sin saberlo. Las grasas de origen animal ya tienen suficiente publicidad negativa y los fabricantes han optado por sustituirlas por "grasas vegetales", que en apariencia no son perjudiciales. ¡Atención! Eliminar todos los alimentos que en su composición contengan Grasas Vegetales, pues esta falta de concreción enmascara unas grasas provenientes del COCO, el PALMITO y la PALMA, con un alto contenido en colesterol malo. Asimismo, también rechazaremos de nuestra compra y de nuestra despensa aquellos que contengan ACEITES HIDROGENADOS.

Por un lado pensamos que los alimentos por no contener grasas animales son buenos y en realidad estas grasas vegetales son, si cabe peores. Cada 1% aumenta un 60% en el organismo como colesterol.

Los fabricantes las incluyen en sus productos porque son de bajísimo precio y proporcionan un gusto agradable a los alimentos. Además son casi inalterables al paso del tiempo, al contrario que aceites beneficiosos como el de oliva, girasol, etc.

Por desgracia llevaréis una sorpresa al comprobar cuántos de vuestros alimentos contienen estas malas grasas; Cereales para el desayuno, mayonesa, margarina, patatillas, frutos secos fritos, pan tostado, galletas, aperitivos, chocolates, bollería para niños y un largo etcétera.

Mi consejo es que hagáis una revisión por la despensa y nevera y arrojéis en una bolsa de basura todo lo que contenga estos compuestos. Si os parece demasiado desperdicio, pensad en la salud y en los riesgos que su consumo os puede deparar en el futuro. No os desesperéis, existen alternativas. Se trata de buscar y elegir bien, es decir; nada de aceites de coco, palmito, palma, (aceites vegetales) ni hidrogenados.

Tened en cuenta:

"Las enfermedades cardiovasculares continúan siendo en la actualidad el problema de salud pública más importante en los países desarrollados. Al igual que en otros países del sur de Europa, la mortalidad por estas enfermedades en España es baja (gracias a la dieta mediterránea) comparada con la que presentan otros países desarrollados; sin embargo constituyen ya la primera causa de muerte en nuestro país. Las enfermedades cardiovasculares son responsables de más del 40% de todas las muertes. Más de 100.000 personas fallecen todos los años por esta causa. El costo que representa para nuestro sistema sanitario alcanza los 2.000 millones de euros, en Galicia supone un coste estimado de 130 millones de euros." (Fufosa. Mondariz Balneario, 2004).

X DENTRO

Por Luis López Borines

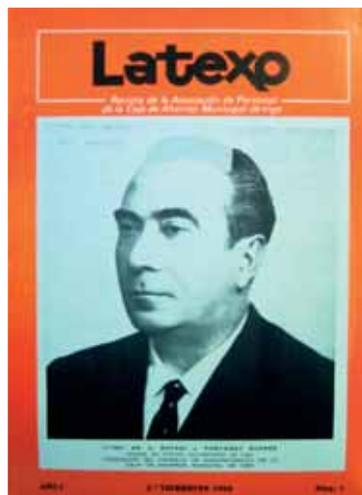
Relatar el proceso de diseño, confección y realización, en definitiva, de como se hace nuestra revista LATEXO pudiera carecer de interés para la mayoría de los socios... ¡o no!, quién sabe.

Hacerlo ahora no es por el hecho de llenar un hueco, una sección más o, peor aún, repetirse otra vez (en el núm. 9 de Julio 1969, nuestro compañero y director de la revista por aquél entonces, Xoán Bernárdez Villar ya lo había hecho en un par de páginas), no, no es por nada de eso. La pretensión es en primer lugar, rendir un pequeño, pero merecido homenaje a todos y cada uno de los que, otrora, con escasos medios han logrado sentar los sólidos pilares sobre lo que hoy tenemos y disfrutamos, reconociendo la dedicación plena que en su día nos regalaron. En segundo lugar, mostrar a todos las diferencias en el proceso y a la vez los múltiples esfuerzos que siempre conlleva la realización de una revista como la nuestra, a pesar de los avances tecnológicos de hoy. En tercer lugar se trata de esbozar a todos y muy por encima lo que en la realización de LATEXO, se cuece entre bambalinas. Y en último lugar, también queremos hacer realidad, ese dicho popular que dice: *"nadie quiere...lo que no conoce"*.

LAS COLABORACIONES: UNA CUESTIÓN BÁSICA

Las colaboraciones individuales son lo más importante en un trabajo colectivo de esta envergadura; sin ellas sería imposible presentar una revista tan especial como la nuestra, donde la primera diferencia observable respecto a los primeros números es la cantidad de personas involucradas y directamente implicadas en la misma. Así, donde antaño el equipo rector tenía un director y un grupo reducido de colaboradores, hoy URECA para su revista LATEXO dispone de dos directores, dos subdirectores, un equipo estable de 18 coordinadores de las distintas secciones y otros tantos colaboradores habituales, que dotan a la revista no sólo de un equipo directivo flexible y dinámico, sino también de un equipo de redac-

ción verdaderamente sólido y potente. Todas ellas, como otras muchas, personas altruistas y generosas que regalan algo más que su tiempo para URECA.



Al ser LATEXO el medio de difusión y comunicación más importante de nuestra cincuentenaria sociedad, y una publicación periódica que debe salir a la luz, cuando menos, los primeros días de cada trimestre natural -como rezan nuestros cánones-, ya os podéis imaginar que para conseguirlo, prácticamente a la presentación de un número ya se está trabajando en el número siguiente. Igual que en otras épocas, el equipo directivo de la revista, junto con el equipo de redacción, se reúnen periódicamente para organizar el plan de trabajo. Convocados al efecto en una cita vespertina y a modo de primer punto del orden del día, se comienza la sesión de trabajo repasando distintos aspectos del último número todavía "caliente": diseños, colores, títulos, ilustraciones, entresacados, publicidad... Al término del cambio de impresiones y opiniones, necesario sin duda para corregir los posibles errores cometidos, y en base a las ideas, proyectos, sugerencias y aportaciones que cada miembro trae a la misma, se planifica el número siguiente. Sólomente se da por finalizada la reu-

nión, una vez se han concretado los temas, elegidos los coordinadores y colaboradores responsables de los mismos, así como fijadas las fechas límite de entrega de material e ilustraciones.

A partir de ese momento los directores de la revista toman las riendas para que todo funcione como una seda: que el material se entregue en tiempo y forma, la distribución de espacio en función de la importancia o interés del trabajo presentado, la corrección de las pruebas, selección de titulares, entresacados, pies de foto, elección de ilustraciones o localización de las más idóneas respecto al trabajo presentado, elección o creación de la portada, preparación de la pauta y revisión general de la maqueta.

Si ya era dura para nuestros antecesores la confección de la revista y así lo relataban: "LATEXO cuenta con veinte páginas, incluidas las portadas. Y cuando, como habitualmente sucede el material reunido resulta insuficiente para llenar decorosamente, de nuevo el director se sienta a la máquina y, contra reloj, escribe algo que, además de llenar tales huecos, pueda interesar a los lectores...".

Actualmente el problema que se nos relataba no se ha agravado, pero tampoco vaya nadie a creer lo contrario.

EL MATERIAL: UNA CUESTIÓN DE INTERÉS

Hoy por hoy, encontrar colaboraciones que pudieran interesar a los lectores, sigue siendo una auténtica preocupación toda vez que actualmente LATEXO cuenta con sesenta y ocho páginas, entre las que se incluyen



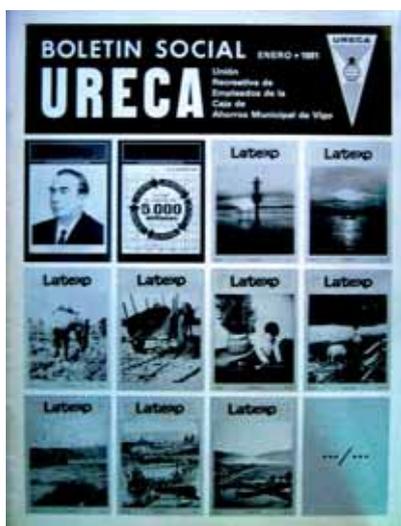
“...Y cuando, el material reunido resulta insuficiente para llenar decorosamente, de nuevo el director se sienta a la máquina y, contra reloj, escribe algo que, además de llenar tales huecos, pueda interesar a los lectores...”



anuncios publicitarios gracias a los cuales la revista se autofinancia. Ni que decir tiene que este rubro de la publicidad consume muchísimo tiempo y esfuerzo por lo que supone de metodología: búsqueda idónea del posible candidato, contacto y posterior oferta por escrito, un muchito de insistencia, argumentación y venta - con visita o entrevista personal incluida - con los anunciantes, gestión de facturación y de cobro.

DE LA PLANTILLA AL ORDENADOR, SIN PASAR POR TURISMO

Esta faceta para nuestros antecesores resultaba laboriosa y lenta porque se debía: "...conocer cuántas letras y espacios tiene un artículo, así como cuantas letras y espacios tiene cada página de la



revista, cada columna y aún cada media columna, cada cuarto de columna y cada línea. Aplicando tales cálculos se determina el espacio que van a absorber las fotografías y los titulares. Además habrá que determinar también la conveniencia de publicar un trabajo a dos, tres o cuatro columnas, hechos éstos que hacen variar sensiblemente la capacidad de absorción de cada página...”

Era realmente un trabajo francamente engorroso al que había que echarle muchas ganas, ilusión y dedicación; contaban a este respecto: "...hay que tener muy en cuenta la estética y que los grabados habrán de ser situados en el lugar más idóneo posible. En una palabra hay que adecuar extensión del texto, grabados, titulares y buena presentación. Confeccionando un cuadernillo de papel blanco de veinte páginas, el director dibuja a dos tintas página a página y columna a columna, lo que quiere que hagan en la imprenta. Esta tarea, si se le dedican varias horas al día puede terminarse en un par de semanas." Entregada la plantilla y una prueba de la revista, el director leía detenidamente línea a línea y corregía los numerosos errores. Una vez confeccionada la revista se enviaba a la Oficina de Información y Turismo el número de ejemplares que marcaba la ley. En ella, si lo estimaban procedente, la autorizaban y entonces, no antes, de forma definitiva se procedía a su distribución.

Actualmente el cambio en este sentido es enorme, nada que ver con lo anterior. Así, una vez reunido todo el material incluidas las ilustraciones, se envía a la empresa que materializa la revista para que proceda a su diseño y presente a los directores de la revista para su revisión, las pruebas que según sus expertos profesionales les parecen más adecuadas. Antes de devolverla a la empresa de artes gráficas, se hace seguir la misma prueba al autor de la colaboración para que opine al respecto y dé su visto bueno al trabajo; con ello además de manifestar opiniones y sugerencias a los máximos responsables de la revista, esta indicando si ésa era realmente la idea que tenían en la cabeza cuando presentó el trabajo.

Estas tareas son recurrentes hasta que se considera por parte, de los directores que la revista ya está totalmente lista y que se puede dar entonces la orden de impresión, encuadernación, retractilado, direccionamiento y reparto a los socios.



CARTAS AL DIRECTOR: EL "ELECTRO" DE LA REVISTA

Una cosa es bien cierta: antes como ahora, en vuestras manos está el hacer que el interés de LATEXO no decaiga, ¿cómo?: pues enviando vuestras colaboraciones, relatos, artículos, fotografías, ideas o curiosidades (no olvidéis que incluso algunas forman parte de sorteos con estupendos premios). Además, a los que estamos en este embolado nos gusta recibir vuestras sugerencias, quejas y reclamaciones; todas ellas al ser sanas y venir cargadas de un sentido constructivo, son y serán siempre, bien recibidas. En conjunto suponen un auténtico electrocardiograma del sentir general de los lectores, gracias al que podemos saber (junto a las encuestas) que opinión merecen nuestros trabajos, si gustan o disgustan, o si sencillamente resultan indiferentes.... **El lápiz para dibujar nuestro futuro está a disposición porque se dan las condiciones para ello, y una vez más como en la vieja leyenda griega: "la respuesta está en nuestras manos". A todos y cada uno, por vuestras ideas, colaboraciones y apoyo: ¡GRACIAS!**



EL MONTE DE PIEDAD

Por Cándido del Río

Al amparo de los Montes de Piedad, nacieron las Cajas de Ahorro así denominadas posiblemente por las "cajas" (caxas y caxitas en castellano antiguo) donde se depositaban las alhajas y objetos pignorados.

Estas entidades, los "montes", fueron creadas para combatir la Usura, con mayúscula, en aquellos, por fortuna, lejanos tiempos. En la memoria del ejercicio de 1924 de la entonces Caja de Ahorros y Monte de Piedad Municipal de Vigo, podía leerse: "Página 12-NUEVOS ESTATUTOS Las limitaciones impuestas por la superioridad fueron las siguientes:

1ª. Prohibición de las operaciones de préstamo con garantía personal hasta 2.000 Ptas. En beneficio de las clases modestas, de responsabilidad conocida, por medio de letras con dos firmas de completa solvencia y amortizaciones trimestrales." Y en la página 15, se remataba con lo siguiente:

"CAMPAÑA CONTRA LA USURA Continuando la campaña iniciada contra la usuraria clandestinidad de las casas de empeño, podemos afirmar que su pernicioso actuación en nuestra ciudad, ha terminado, para comprender sus abusos, basta señalar la denuncia comprobada de una operación en la que el deudor tuvo que pagar un interés del 80 por 100; Estas casas funcionaban sin pagar contribución, al ser clandestinas" Y remataba:

Constituyó esta campaña un éxito en nuestra Institución cuyo beneficio social, salta a la vista".

Volvemos a repetir que, en los tiempos actuales, por fortuna, los beneficios sociales son totalmente distintos.

Cabe destacar que, hasta los años 60, no desaparecieron del Monte de Piedad de Vigo, la pignoración de ropas y objetos, aunque se sostuvo algunos años, los préstamos al honor y los de "sin desplazamientos de prenda". Explicaremos muy brevemente, todos ellos:

En un principio se comenzó con el empeño de objetos, ropas y alhajas que, según parece y decíamos más arriba, se custodiaban en "caxas" o "caxitas" hasta su desembargo, denominándose préstamos pignoraticios. En nuestro Monte de Piedad, y al decir "nuestro" nos referimos al de Vigo, el que esto escribe, recuerda que en los años cincuenta, se hacinaba en cuatro pisos del edificio en el que se establecieron las oficinas de dicho "Monte" y de la Caja de Ahorros, inauguradas en el año 1926, donde hoy se ubica el Club de Jubilados en la calle Ronda de Don Bosco.

En dichos pisos y en interminables metros de estanterías, se amontonaban los objetos y ropas pignorados, donde se podían ver desde instrumentos musicales, guitarras, bandurrias, acordeones, colchones, camas, bicicletas, prismáticos, armas de fuego, escopetas de caza, revólveres (quedaron dos, si bien inutilizados después de que se eliminaran dichos lotes), todo tipo de vestidos, abrigos, gabardinas, zapatos, botas y un larguísimo etc.

Todos estos objetos eran valorados por tasadores, llamados de ropas, y cuyos representantes, en aquellos tiempos, no eran, todo hay que decirlo, muy duchos en la materia. Baste para el recuerdo, estas dos descripciones que figuraban en dos papeletas de empeño (resguardos o recibos): zapatos de niño "NEGRO", y esta otra: "bragas de Sra. ROSA"

Todos estos lotes, una vez acordó la Caja la eliminación de este tipo de préstamo, fueron des-empeñados por sus propietarios, gratuitamente, sin que ello evitara que quedase un número considerable de ellos sin recoger, lo que motivó fuesen donados a diversos establecimientos de la ciudad.

Como ya queda dicho, los llamados "préstamos al Honor", que sustituían a los empeños ya citados y que se concedían hasta un total de 250 Ptas., quedaron unos años más, aunque la verdad sea dicha, no tuvieron el éxito que de ellos se esperaba.

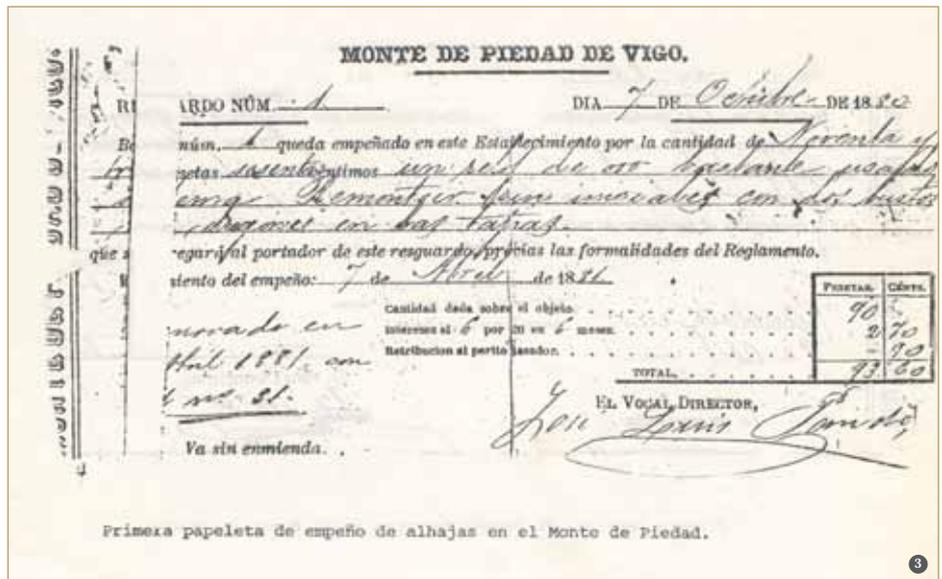
De todas estas clases de préstamos, pueden destacarse los denominados "sin desplazamiento de prenda" que, como su nombre indica, con-



sistía en prestar en objetos, en su mayoría, máquinas de coser o similares, a fin de que la persona que pignoraba su "herramienta de trabajo", no se quedase sin ella y pudiera servirse de la misma, a fin de poder seguir trabajando y ganarse el sustento diario.

Para algunos lectores, jóvenes sobre todo, esto parecerá algo raro, pero los mayores, "la edad dorada" comprenderán claramente todo ello.

Ni que decir tiene, que todavía subsisten los préstamos sobre alhajas y que el Monte de Piedad de nuestros días -hoy, MONTE a secas-, tiene plena actualidad para este tipo de prendas. Habrá que volver otro día a describir sobre este tema, ya que es variadísimo el tipo de anécdotas que ha vivido, a lo largo de los 123 años de su existencia.



-30-

BALANCE EN 31 DE

ACTIVO	Pesetas	Cts.
DISPONIBILIDADES		
Caja	75.069	41
Banco de España	727.529	30
Valores públicos	4.100.205	45
	4.902.602	16
PRÉSTAMOS		
s/ Alhajas	392.441	25
s/ Ropas	66.284	25
s/ Hipotecas	302.000	—
Letras hasta 90 días	42.940	—
Ayunt.º de Vigo	150.000	—
	913.665	50
CUENTAS VARIAS		
Saldos deudores		108.420
		53
PROPIEDADES		
Edificio social en const.º	165.835	83
Finca de San Roque	325.000	—
	490.835	83
VALORES NOMINALES		
Valores depositados	4.170.000	—
Finanzas de empleados	42.500	—
Finanzas de contratos	23.800	—
	4.236.300	—
	10.711.224	02

V.º B.º
El Presidente,
A. G. ESPINO

-31-

DICIEMBRE DE 1925

PASIVO	Pesetas	Cts.
IMPOSITIVOS		
Libretas de Ahorro	2.996.918	66
Imposiciones a plazo	593.769	95
Imposiciones c/ ctes.	71.830	61
	3.662.518	22
CUENTAS VARIAS		
Saldos acreedores		61.735
		54
CRÉDITO SOBRE VALORES		
Límite de créditos		2.000.000
		—
LIQUIDACION BANCO DE VIGO		
Saldo de su cuenta		751.249
		46
	6.475.524	02
VALORES NOMINALES		
Depósitos de finzas	65.500	—
Depósitos de valores	4.170.200	—
	4.235.700	—
	10.711.224	02

El Contador,
L. VIDAN

FOTO1: Edificio en construcción propiedad de la Caja de Ahorros y Monte de Piedad Municipal de Vigo.

FOTO 2: Edificio donde estuvieron ubicadas las oficinas del Monte de Piedad, durante un periodo largo de años, hasta la inauguración del Club de Jubilados, si bien siguieron en el mismo edificio hasta el año 1978, anexionadas a la sucursal urbana del Mercado Progreso. La fotografía es del año 1939, AÑO DE LA VICTORIA Y II AÑO TRIUNFAL ¡Ah! los coches son último modelo... del aquel entonces.

FOTO 3: Resguardo del primer empeño de alhajas (7 Octubre 1880), consistente en "un reloj de oro bastante usado, sistema Remontier, sin iniciales, con dos bustos de dragones en las tapas; que fué tasado a efectos de pignoración en 90 pesetas.

FOTO 4: Resguardo del primer efecto de ropas (8 Diciembre 1881) y que correspondía a: "Una americana castaña, un pantalón id. id, otro pantalón de color aplomado y un chaleco de color castaño", todo lo mal fue valorado en 15 pesetas a efectos de pignoración.

FOTO 5: Balance General a 31 de diciembre de 1924. Obsérvese la cuenta de Préstamos: sólo existen s/alhajas, s/ropas, Letras a 90 días y un préstamo al Ayuntamiento. Compárese con las cifras de hoy en día: sólo han pasado ¡ochenta años!

PROMOCIÓN MAYO 85

Por Jose Carlos Giraldo

En el pasado mes de mayo, se reunieron los compañeros de la promoción del 85, y como es habitual, sin haber fallado ningún año, degustaron una estupenda comida y compartieron unas horas cargadas de recuerdos. Esperamos verlos cumplir igual de bien los 20.

En la foto podemos ver de izquierda a derecha: Manuel, Carlos Manuel, Suso, Nieves, Norma, Juan Carlos, Alfonso, José Manuel, Rosana, Begoña, Paco, Roberto, y José Carlos. No pudieron asistir: Santi, Juanca y Loly.



c/ *Brasil 46*

Tel: *986 471415*

A su servicio desde 1981...



c/ *Simón Bolívar*

Tel: *986 480969*

Si lo desea también puede llevarse a su casa nuestras deliciosas especialidades

¡ahora también en Pontevedra...!

c/ *Blanco Porto, 4*

Tel.: *986 866523*

¿Donde vas a comer hoy...?

Anécdotas Musicales

Por Arturo Vilas

Cuando Key Richards, guitarrista de los Rolling Stones, escuchó a **ROBERT JOHNSON** por primera vez, enseguida quiso saber quien era el otro guitarrista. Richards no podía creer que fuese una sola persona el que tocaba.

Muchos de los que conocieron a **ROBERT JOHNSON** personalmente no dejaban de sorprenderse del talento de este joven músico. Los que viajaron y tocaron con él, cuentan que podía mantener una conversación en una reunión llena de gente con la radio sonando de fondo sin prestarle aparentemente demasiada atención y al día siguiente tocar nota por nota cada una de las canciones que se había emitido!!

JUNIOR WELLS se compra su primera armónica. Según cuenta la historia, cuando el joven Junior Wells empezó a sentirse atraído por la armónica, decidió ir con unos pequeños ahorritos a una tienda de música para ver si se podía comprar una. Cuando llegó y el tendero le sacó la Marine Band, se enamoró de ella, pero ¡lástima!, no le llegaba la pasta... le faltaban unos centavos. Así que en un descuido del dependiente, agarró la armónica de encima del mostrador, y dejó el poco dinero que tenía en él. Poco más tarde, cuando se denunció la sustracción, Junior Wells fue llevado ante el Juez, que le preguntó:

- "a ver chico, ¿cogiste tú la armónica de la tienda?"

- "sí señor (contestó él)", - "bueno, ... pues toca (dijo el Juez)". Después de oír el Juez a Junior tocar la armónica, sacó unas monedas de su bolsillo, le dio lo que faltaba del precio al dueño de la tienda, y dijo: "asunto concluido".

LUCCIANO PAVAROTTI. Nadie duda de que Lucciano Pavarotti es uno de los grandes tenores del siglo XX, pero pocos conocían hasta hace poco tiempo (1997) que ¡no sabe música! Así como suena. Es incapaz de leer una partitura. "Ya soy demasiado viejo para aprender...", dijo

en una entrevista, con su inseparable pañuelo blanco. Y cómo lo hace, preguntareis. Pues tiene establecido un sistema de símbolos y líneas de colores ascendentes y descendentes que indican la evolución de la melodía, que le sirve como recordatorio a la hora de interpretar. Algo así como la notación neumática del gregoriano.

ISAAC ALBÉNIZ. La esposa del músico español Isaac Albéniz recibió un telegrama de éste en el que le decía: "Ven muy pronto; me encuentro muy grave". La mujer emprendió viaje hacia París -donde se hallaba el compositor-. Y cuál no sería su

asombro cuando en la estación vio a Albéniz con una cara rebotante de salud.

- ¿Pero no decías que te encontrabas en grave estado? -le preguntó ella.

- - Y era verdad; estaba gravísimo. Estaba empezando a enamorarme.

CARUSO. Caruso desde su infancia tuvo una gran pasión por el canto y especialmente por el teatro, pero nunca tuvo medios para poderse dedicar a estos estudios. Unas pocas lecciones le dio gratis la hermana del médico de su madre, pero a poco se interrumpieron porque a ella no le gustaba la exagerada mímica y el acento napolitano del muchacho; más tarde el maestro Vergine le dio algunas lecciones pero sin mucho entusiasmo porque Caruso, tenía voz muy débil, tanto que cuando fue llamado al servicio militar, sus compañeros lo llamaban "el viento que pasa por las rendijas de las ventanas" (Vento di fessura).

Estando en el servicio lo oyó canturrear el Mayor Magliati y le procuró algunas lecciones con un maestro desconocido. Un poco de oído y un poco con distanciadas lecciones, Caruso llegó a prepararse más o menos para ser contratado como tenor de reserva en una pequeña compañía de ópera trashumante. Cuando ésta llegó a Nápoles, después de pasear por varios pueblos de los alrededores, Caruso encontró a varios de sus amigos que lo invitaron de inmediato a beber. Allí se emborracharon todos y en ese estado le llegó un mensaje del director de la Compañía en que le anunciaba que el tenor titular -¡finalmente!- estaba enfermo y que le tocaba a él sustituirlo. Esta ocasión había sido esperada largamente por Caruso, pero le llegaba en un momento en que ¡no podía sostenerse en pie!

En el escenario todo daba vueltas, y él no recordaba ni siquiera lo que debía cantar. El público empezó a gritar:

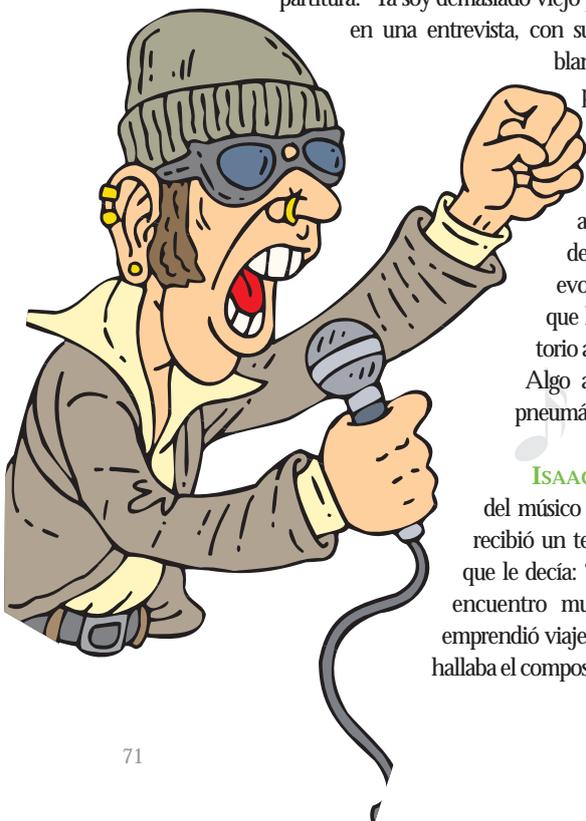
- ¡Borracho! ¡Borracho!

No obstante, pudo cantar un par de frases, se repuso algo y cantó más o menos a tiempo su parte. Muchos aplausos de sus amigos y unos cuantos, por broma, de los que encontraron divertido verlo trastabillar por el escenario. Fue expulsado de la compañía. El día siguiente se encontró en la calle y con una lira en el bolsillo. Examinó su triste situación y vio todo su horror. Con esa lira compró... un último vaso de vino y en él encontró nuevamente el coraje y el buen humor. Pasó el día haciendo proyectos para el porvenir y al anoecer cuando se iba a acostar le llegó un mensajero del teatro a pedirle que fuera a cantar, porque el público no quería otro tenor sino él.

- ¿Pero quién les ha dicho mi nombre, si no se anunció nunca?

- No os llaman por el nombre. Gritan que quieren al "borracho"

Caruso creyó que sólo querían reírse de él, creyendo nuevamente estaría ebrio. No obstante, su situación nada empeoraría yendo y fue. Cantó y obtuvo un enorme aplauso que se renovó toda la noche. El director lo contrató inmediatamente a cien liras por noche. ¡Ya estaba lanzado en el camino del éxito!



Jornada Lúdica de la Asociación de Antiguos Alumnos Escuela de Negocios CAIXANOVA III Edición

Por Manuel Chorén

Un año más, con la excusa de la llegada del verano, hemos organizado una nueva edición de la Jornada Lúdica, iniciativa surgida hace dos años con motivo del X Aniversario de la Asociación, con el objetivo de fomentar y favorecer el re-encuentro entre los miembros de nuestra Asociación en un entorno lúdico y festivo y la única "preocupación" de pasar un rato agradable.



La fecha elegida en esta ocasión fue el sábado, 12 de junio. Queremos aprovechar este artículo para agradecerles tanto a la Junta Directiva de URECA como a todos sus empleados, en especial a Elena, la cesión de sus instalaciones para la realización de la Jornada Lúdica y sobre todo, el apoyo, la ayuda y amabilidad con la que siempre nos reciben en "su casa".

Pues bien, el sábado 12 de junio amaneció con un sol espléndido, síntoma inequívoco de un día prometedor. A partir de las once de la mañana los asociados fueron llegando a las instalaciones de URECA y se dio comienzo a las diferentes actividades.



Una vez más tenemos que agradecer a Plusport su colaboración en la organización de esta jornada, al responsabili-

zarse del buen funcionamiento y de la seguridad de tres "clásicos" en esta jornada lúdica: el paint-ball, la tiroli- na y el recorrido en quads.

En esta edición las actividades deportivas tuvieron un peso menor que en las anteriores, aún

así, fueron varios los asociados que se animaron a jugar al basket-3, tenis o paddel, de modo que en algún caso los alumnos pudieron limar algunas diferencias con sus profesores en las pistas.



Otra novedad de esta tercera edición de la Jornada Lúdica ha sido la instalación de una pista de velocidad de Scalextric con cuatro carriles, que hizo las delicias tanto de los más pequeños como de adultos. En este caso han sido los responsables del Club Slot

quienes se hicieron cargo, tanto de la instalación de la pista, como de la organización de las diferentes competiciones.



Puesto que la Jornada Lúdica ha sido planteada

desde sus inicios, como un acto "familiar", este año tampoco nos olvidamos de los más pequeños de la casa, para quienes instalamos un recorrido de 14 metros de longitud con túneles, rampas... Tenemos que señalar que los más valientes se animaron a tirarse desde la tiroli- na, con una altura de 14 metros, o ayudaron a sus padres a pilotar los "quads".

Además de las actividades lúdicas y deportivas, dentro de la programación de la Jornada Lúdica se incluyó una comida. Un menú sencillo elaborado con el saber hacer de Mari, que permitió a los asistentes a reponer fuerzas, momento que aprovecharon muchos asociados para unirse a esta celebración.

Alrededor de las ocho de la tarde se clausuró la III Edición de la Jornada Lúdica, si bien fueron varios los participantes que quisieron sacar el máximo provecho al día, y siguieron disfrutando del sol en la piscina de URECA.



NATURNOVA



CENTRO INTERACTIVO
DE EDUCACIÓN
MEDIOAMBIENTAL

LÚDICA, DINÁMICA
PARTICIPATIVA...

Horarios: 1 DE JULIO AL 30 SEPTIEMBRE

De martes a viernes: de 17:00 a 21:00 h

Sábados, domingos y festivos: 11:30 a 14:30 y de 17:00 a 21:00 h

1 DE OCTUBRE AL 30 DE JUNIO

De martes a viernes: visitas escolares,

reserva en los teléfonos 986 120 075 - 986 120 074

Sábados, domingos y festivos: 11:30 a 14:30 y de 17:00 a 21:00 h



XACOBEO 2004
Galicia

centro social
caixanova 

velázquez moreno, 18-20 - Vigo

móviles

internet

banca electrónica

servicios financieros

gestión

www.caixanova.es

productos

valores

información

cuentas

agenda cultural

El futuro está en tu clave

caixanova 