Huellas

Revista del C.E.P.A. "FAUSTINA ÁLVAREZ GARCÍA" - N.º 4 - 2.ª Época - Junio 2007

Presentación 3

OPINIÓN

El arte de hacer el vino, ayer y hoy 4
El consumo de Cocaína y Cannabis en España 5
Éxitos de las letras leonesas 6
La vida de un soldado 8
Los oficios de mi pueblo 9
25 de noviembre, día de la mujer maltratada 10
Hanifa Nasri 11
Fátima y Hanane 12
Tam 13
Historia de una niña con una vida de color grisáceo 14
La cuaresma 15
La inmigración 16
Mi infancia en la escuela 17
Mi particular tanto por ciento 18
Seguir viviendo 19
Pasión por el Bierzo 20
Respondiendo a una pregunta que me han hecho sobre la frase. "Perla del Bierzo" 21
Historia Dominicana. La cultura Taína (S. XII-XVI d.C.) 22
Tocar el cielo 24

POESÍA

Esta es mi vida 25
Lo que el fuego se llevó 26
Mujer 27
Hoy quisiera 28

HOMENAJE

Entrevista a D. Cayetano Rodríguez del Cueto 29
Entrevista a Elisabet 31

ACTIVIDADES DEL CENTRO

Algunas actividades realizadas en el Centro a lo largo del Curso 33
Un jueves de cine 36
La aventura de la evolución humana 37
Cristo del Perdón y su historia 38
Aula de Informática 39
Aula de Ebanistería 40
Excursión al CTR de San Román 41
Volver al cole: Otros retos, nuevas experiencias 42
Recuerdo de dos años en la escuela 43
El carnet por puntos, visto por un profesional de la carretera 44
Día de la mujer... trabajadora. "Homenaje" del refranero 46
La mujer trabajadora 46
An interview about the play "school days" 47
Un nuevo derecho para mayores y discapacitados 48
Experiencia en la clase 49
Charla sobre el Tabaquismo 50
Música por Santa Cecilia 51
Nutrición y alimentación para personas mayores 52

PASATIEMPOS

Crucigrama del Centro 53
Sopa de Letras 54
Dichos y Refranes 55

EL RINCÓN DE LOS TRUCOS

Los dulces caseros de mi pueblo 56
Recetas de Marimar 57

Nuestra página web 58

Cierre 59

REVISTA DEL C.E.P.A "FAUSTINA ÁLVAREZ GARCÍA"
Nº 4 – 2ª Época- Junio 2007

COORDINACIÓN DE LA REVISTA:
Tomás Fernández Fernández

CONSEJO DE REDACCIÓN:
Antonio López Fernández
Eduardo Hernández Gil
José Mª Vizán Castro
José Manuel Pereira Doce
Luís Antonio Merino Gil
Mª José Manchón Gutiérrez
Tomás Fernández Fernández

TALLER DE PRENSA:

Primer trimestre:
Alvarez Blanco Alejandro
Cadenas Bugallo Saly
Cano Pinto Emilio José
De Castro Porro Yeudiel
Javier Domínguez Andrés
Yugueros Rodríguez Aitor

Segundo y tercer trimestre:
Álvarez Antón Recaredo
Barrientos Martínez Hilaria
Cañibano Pérez Carmen
García Domínguez Nieves
García García Mª Asunción
Martínez Fernández Ángela
Pascual Portugués Ana Mª
Pascual Potugués Juliana
Prieto Iglesias Manuela
Riol Fernandez Lucía
Rueda Agúndez Caya
Santos Martín Macrina
Valbuena Montalvo Rosa

PORTADA: "Agua"
Grabado de Cristina García Núñez
(Alumna del Aula Mentor)

MAQUETACIÓN:
Diego Chamorro

IMPRESIÓN:
Punto y Seguido
Dep. Legal: LE-924-2003

Cayetano y Elisabet, dos ejemplos para recordar siempre

El curso pasado jubilábamos a dos compañeros: Miro y Carmina.

Ahora, Cayetano y Elisabet, nos dejan después de alcanzar la meta en su trayectoria profesional. Dos excelentes profesionales que recordaremos siempre como ejemplos de dedicación y entrega a su trabajo. Constancia, perseverancia, honestidad, disponibilidad, firmeza en las convicciones...estas y otras virtudes han jalonado la vida profesional de estos dos compañeros.

Creo que simbolizan el trabajo silencioso que pocas veces se percibe desde fuera. Conviene decir que actitudes como las de estos dos compañeros son las que han llevado a este Centro a gozar de una alta valoración social. Pocos sabéis cuánto han tenido que ver estos dos profesores en el buen hacer del Centro en estos once cursos que llevamos funcionando en esta casa.

Como director del Centro, quiero testimoniar públicamente mi admiración y mi gratitud por su trabajo y, a veces, por sus silencios. Espero haber estado a la altura de sus merecimientos; no quisiera haber obstaculizado su trabajo o haberlo condicionado con una actitud rígida o poco acogedora. Si alguna sensación de esto os queda, compañeros, os pido disculpas.

Ahora os llega el momento del descanso. Una frase, un poema...algo quedará enmarcado en una pared del Centro. Se trata de que cada vez que alguien lo lea, os recuerde y reflexione sobre vuestro mensaje en la hora del "júbilo". En cualquier caso será imposible olvidaros y olvidar las muchas horas vividas codo con codo, compartiéndolo todo.

Con Cayetano compartí docencia en este Centro y, durante un curso, fue mi Jefe de Estudios en la Serna donde dí algunas clases. En estos últimos 8 cursos su figura se ha sido ido agrandando y ha sido el referente de la organización académica del Centro. Su dominio de las nuevas tecnologías nos ha reportado agilidad, orden y eficacia en la gestión. La entrega a su quehacer le ha llevado a venir muchos fines de semana al Centro para tener siempre a punto los temas cuando llegara el lunes. De esta "masa" ya quedan pocos panes.

De Elisa, recordaré a veces sus silencios, sus iniciativas y su afán de dar respuesta a las inquietudes del alumnado. Siempre involucrada en actividades complementarias y en abrir nuevas puertas; siempre asumiendo grupos a veces poco cómodos y que exigían una renovación y suponían un nuevo reto para ella. Podía poner múltiples ejemplos de su inquietud innovadora y de su profesionalidad.

Se nos van estos dos compañeros. Ya van cuatro en estos dos últimos cursos. Tres de ellos, Argimiro, Elisabet y Cayetano, de los que podríamos catalogar como "históricos" en el Programa provincial que se inició en la década de los ochenta. Hay que dar paso a savia nueva. Ellos/as traerán nuevas ideas que, a buen seguro, enriquecerán esta tarea tan gratificante.

Sin embargo, el ejemplo de estos compañeros en su dedicación y entrega no convendría olvidarlos.

Ángel Antonio Suárez Suárez
Director del Centro

EL ARTE DE HACER EL VINO, AYER Y HOY

Me llamo Carmen, nací en Pajares de los Oteros cuando empezó la Guerra del Treinta y Seis. Con ocho años iba a vendimiar con mi padre y mis hermanos. Íbamos con un carro con cestos grandes tirado por una mula. Cuando estaba cargado, a la mula le costaba mucho tirar y nosotros teníamos que ayudarla empujando el carro. La uva se llevaba a la bodega, se descargaba en el lagar, y allí se hacía el "pie", que era un cilindro de uva. Después se pisaba con los pies descalzos y el mosto iba por una canaleta al "pilo". A continuación, para que saliera todo el mosto, ponían encima del "pie" el "entremiso", que era un círculo redondo de madera.

Se daba vueltas al "uso", que unía la "viga" y el "canto", para que éste se levantara del suelo y obligar que la viga apretara el entremiso y saliera todo el mosto. Después se cogía el mosto del pilo con cántaros, se llevaba y se vaciaba en la cuba. También se echaba con el mosto unas cestas de uvas sanas y bien maduras, que es lo que se llamaba "la madre", porque la "madre siempre hizo buen hijo", decían antes.

Y al final a esperar dos o tres meses a que se hiciese el vino para hacerle el "trasiego", que es pasarlo para un cuba en limpio y, finalmente, cuando estaba bien "fino" se le embotellaba, se vendía así, y también se vendía mucho a granel y en garrafones.

El sistema de hacer el vino hoy es algo distinto. Cuando llega la uva a la bodega se procede a "despalillarla", que consiste en separar las uvas y el mosto de los escobos. Después, esta pasta resultante se mete en un depósito de acero inoxidable. A las ocho horas se procede a realizar un remontado, que consiste en sacar mosto por debajo del depósito y echarlo por encima, para que se remoje bien toda la pasta y el mosto vaya recogiendo los aromas de la uva.

A los dos días se saca todo el mosto para un depósito limpio, y las pastas que quedan se prensan para dejarlas sin nada de líquido. Después se realiza un desfangado, consistente en echar claras de huevo para que vayan descendiendo y arrastrando al fondo del depósito lo que pudiera quedar de materia sólida. Después del desfangado, se pasa para otro depósito limpio donde se deja fermentar. La fermentación se realiza a una temperatura de 18 a 20 grados, no dejándole subir más con placas de frío. Esto se hace para que no pierda todos los aromas, puesto que una fermentación sin control llegaría a 35 y se evaporarían los aromas.

Cuando se termina la fermentación, que dura aproximadamente 15 días, se deja reposar el vino unos dos meses, para que se asiente.

Por último, a los dos meses se le trasiega para otro depósito limpio, se le deja afinar, y se procede a embotellarlo.

Carmen Marcos Roldán
Aula de Pajares de lo Oteros

EL CONSUMO DE COCAÍNA Y CANNABIS EN ESPAÑA

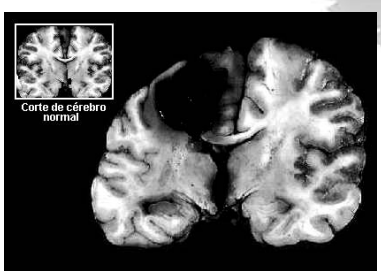
¡¡Nivel alarmante del consumo de estas drogas en Europa Occidental!!

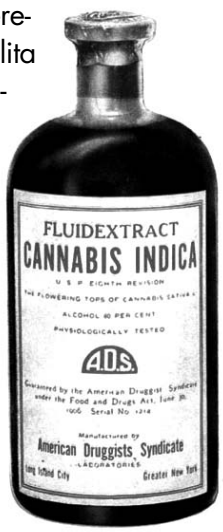
El mayor consumidor per cápita de cocaína es España, donde un 2.6% de la población la consume.
La edad de inicio en el consumo de cocaína está en 17 años. El consumo de cocaína entre los jóvenes en edad escolar (14 a 18 años) pasó, en los últimos cuatro años del 1,7 por ciento al 6,8 por ciento. Y hoy el 46,7 por ciento de esos escolares afirma que es "fácil" conseguir cocaína...

Al "esnifar" cocaína, pasa directamente a la sangre a través de las membranas nasales (“meterte un tiro”). La inyección libera la droga directamente en la sangre aumentando así la intensidad de su efecto. Cuando se fuma, se inhala el humo de la cocaína a los pulmones, donde la sangre lo absorbe a la misma velocidad que cuando se inyecta (“fumar una base”). También se puede aplicar la droga a las membranas mucosas.
Los efectos de la cocaína (“garlopa”, “perico”...) dependen de la mezcla, del modo de tomarla y de la respuesta del consumidor a la droga. En general estos efectos son inmediatos: pupilas dilatadas, escozor en la nariz, garganta seca, dificultad para comer, pérdida de apetito y de sueño, y mucha sed. Locuacidad, hablar mucho, moverse continuamente, nervios en tensión, ganas de moverse, ansiedad. Aparece también euforia, autoconfianza y energía, pues suprime la sensación de cansancio, para luego derrumbarse al pasar los efectos.
Una sola vez basta para tener fuerte deseo de volver a drogarse y repetir los recuerdos de euforia.

Cannabis: marihuana o hachis

¿Qué es la marihuana?
La marihuana es una droga depresora del Sistema Nervioso Central. Tiene decenas de elementos psicoactivos. El más potente es el THC, que tiene su propio receptor en el cerebro. El THC es soluble en grasa, por lo que dura alrededor de 1 mes en el organismo. Al ser fumado pasa a la sangre y es transportado rápidamente al hígado, a los pulmones y a los tejidos grasos, como el cerebro. El THC tiene un receptor específico en el cerebro que facilita su asimilación. Existe en el cuerpo humano una sustancia similar al THC, la anandamida, cuyas utilidades se desconocen; pero el THC permanece durante semanas en el cerebro humano, dificultando las sinapsis en determinados lugares cerebrales. Su eliminación variará según cada persona.



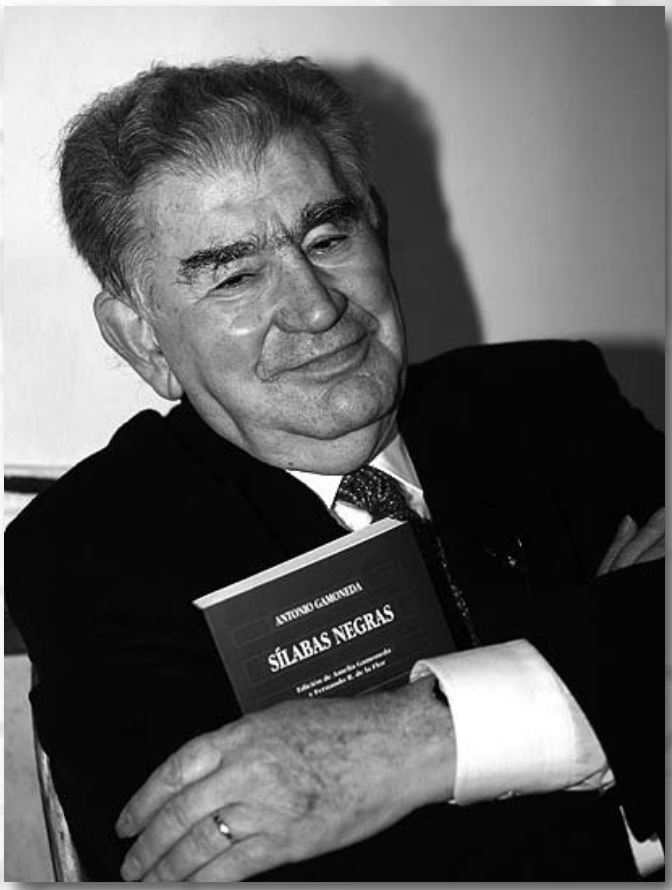


Hay mucha gente que piensa que el cannabis es malo; pero no son solo perjuicios, también sirve de ayuda en muchas enfermedades. La marihuana es capaz de evitar las náuseas producidas por la quimioterapia; reduce los dolores neuropáticos; mejora los trastornos musculares producidos por enfermedades como la esclerosis múltiple, la anorexia, el cáncer..., y facilita la recuperación del apetito en enfermos terminales. Los investigadores dudan de su eficacia y afirman que su uso tendrían que ser siempre para aliviar síntomas de dolencias.
España es el principal país en el decomiso de hachís, superando el 53 por ciento de lo incautado en todo el mundo, con casi 800 toneladas aprehendidas en 2004.
Con respecto a la marihuana, la droga más usada en todo el mundo con 146,2 millones de consumidores, España figura con un 9,7 por ciento de consumo: ¡somos los más drogadictos!

Catherine García Díez
ESPA. M1 Mañana

ÉXITOS DE LAS LETRAS LEONESAS

Desde la Biblioteca de este Centro queremos aportar nuestro pequeño grano de arena a esta Revista y a la vez contribuir a uno de los objetivos más importantes que queremos alcanzar: que la lectura sea el eje que dinamice las actividades. Somos conscientes de que la lectura es una herramienta fundamental del desarrollo de la personalidad, pero también lo es de la socialización como elemento esencial para convivir en democracia y desenvolverse en la sociedad de la información. Y qué mejor forma de animar a la lectura que resaltar y proponer a aquellos autores contemporáneos más próximos a nosotros. Podemos afirmar que los escritores leoneses están copando el primer puesto de la actualidad por varias razones, pero sobre todo por los muchos y muy merecidos galardones alcanzados en los últimos meses. Queremos destacar a dos de ellos a sabiendas de ser injustos con más de uno.



Antonio Gamoneda

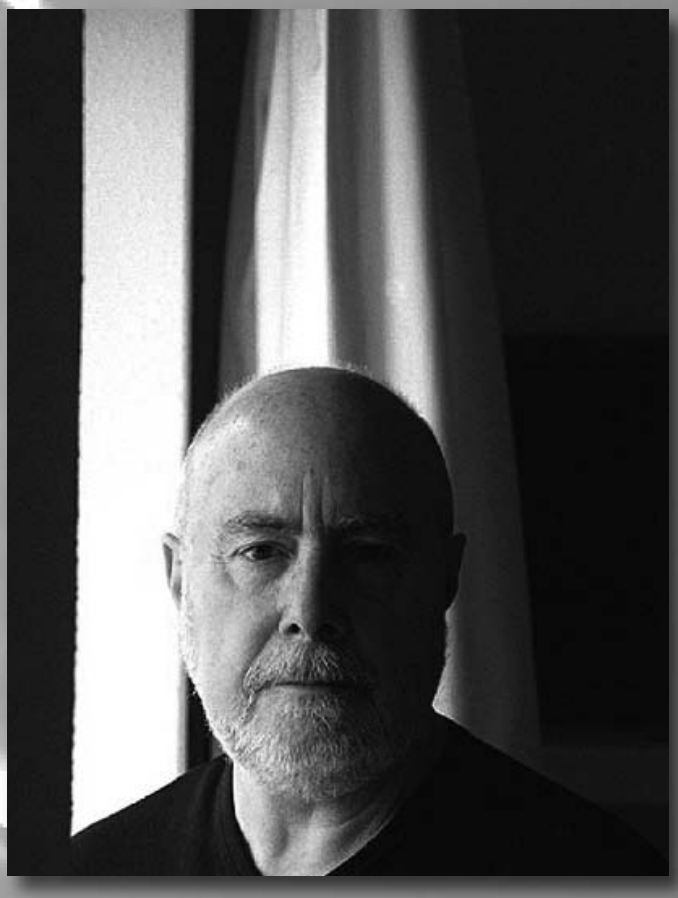
Pocas veces un escritor — y mucho menos un poeta — es noticia nacional porque en el mismo día se le entrega el *Premio Reina Sofía de Poesía Iberoamericana* y, además, se da a conocer en todos los medios de comunicación que se le ha concedido el *Premio Cervantes* y, así, subir al olimpo de las letras españolas e hispanoamericanas.

El *Reina Sofía* premia el conjunto de la obra de un autor vivo, cuya aportación sea relevante para enriquecer el patrimonio cultural común a Iberoamérica y España. El *Premio Cervantes* pretende reconocer la valía de un escritor que, con el conjunto de su obra, haya contribuido a enriquecer el legado literario hispánico.

Aunque el fallo del jurado del Premio Cervantes se hizo público el 30 de noviembre último, la ceremonia de entrega se hace esperar hasta el 23 de abril de cada año, coincidiendo con la fecha de la muerte de Miguel de Cervantes. Ese día el rey de España, Juan Carlos I, preside la entrega del premio en el Paraninfo de la Universidad de Alcalá donde, en acto solemne, el rey, la ministra de Cultura y Antonio Gamoneda pronunciarán un discurso en el que se esboza la trayectoria literaria y vital del premiado, la obra de Cervantes y de las plumas más brillantes de la Literatura en castellano.

Raúl Guerra Garrido

Quizás menos conocido en León, pero sí bastante más conocido en El Bierzo, ha destacado porque en el mes de noviembre último se le concedió el *Premio Nacional de las Letras Españolas 2006*. Este galardón reconoce el conjunto de la labor literaria de un autor español en cualquiera de las lenguas del Estado y está considerado el segundo en importancia tras el *Cervantes*. No hay que olvidar que este premio se concede para reconocer toda una trayectoria literaria, y no sólo la calidad de un libro.



Uno de sus mejores libros, *El año del wólfram*, está ambientado en El Bierzo. Aún hoy se pueden visitar algunas minas de wólfram, que fueron escenario de aquel episodio en el que aliados y nazis competían por adquirir el wólfram necesario para construir sus armas secretas.

Y en el mes de marzo Raúl Guerra cosechó otro premio prestigioso: el de *Castilla y León de las Letras 2006*. Según el Jurado se le concede este premio "por su preocupación por ofrecer un testimonio literario de la realidad contemporánea a través de sus historias, que enfrentan al lector con situaciones que se desenvuelven en escenarios agitados por el drama de nuestro tiempo".

En fin, enhorabuena a los dos y al resto de escritores leoneses porque todos han contribuido a que el año 2006 haya sido el gran año de la literatura leonesa.

Julián Fernández Martín
Profesor coordinador de la Biblioteca

LA VIDA DE UN SOLDADO

Mi hijo Lucas lleva varios años en el ejército. Es un soldado profesional. Es el más cariñoso de mis cinco hijos. Su vida en el ejército no es cómoda. Ha estado en muchos sitios, en Bosnia y, ahora, en Afganistán.

La vida en esos países es muy dura a causa de la guerra. Es muy difícil estar sin la familia, con frío, y viendo a las personas pobres que sufren las consecuencias de la guerra. Eso no es para todos.

Mi hijo es muy trabajador y decidido: va a hacer un curso de paracaidista.

Ahora, cuando está en Afganistán, a veces me preocupo. Cuando ocurrió allí la última desgracia, él estaba trabajando, pero por la tarde. Es peligroso, y espero que no le pase nada.

Josefina Durantez Lera
Aula de Armunia

LOS OFICIOS DE MI PUEBLO

En Castrofuerte el siglo pasado había varios oficios, personas que daban con ello distintos servicios al pueblo.

Cuando era niña y hasta mi juventud conocí a un herrero que era el señor Pedro Arenillas. Tenía su fragua en la Calle de Río, al lado de la carretera.
En la Calle Mayor, también al lado de la carretera, estaba la carpintería del señor Gregorio Castañeda. Hacía puertas, ventanas, muebles de cocina, dormitorios, muebles de comedor y de salón.
En el otro lado de la calle estaba el taller de zapatería del señor Francisco y la posada de la señora Argentina. En ella se hospedaban personas que venían a vender al pueblo.

Dos panaderos servían el pan: el señor Balbino y el señor Gregorio Rivera tenían sus panaderías en la Calle de Río. Allí mismo teníamos dos tiendas de ultramarinos: la de la señora Casilda y la de Esmeralda.
En la carretera estaba la frutería del señor Helicio y la señora María.
Estas tres tiendas salían a vender una vez a la semana por las casas.
En la plaza había otro taller de zapatería del señor José, que también era el cartero del pueblo.

En la Calle del Medio la barbería del señor Atanasio, al que después sucedió su hijo Pepe, que también era el alguacil y el sacristán.
Teníamos médico hijo del pueblo, Manuel Chamorro; dos modistas: Honorina Zotes y Gloria Herrero; dos vaquiceros que cuidaban del ganado, uno para las vacas y otro para las caballerías.

De todos estos oficios que yo recuerdo con nostalgia hoy, solamente nos queda uno: el cartero Joaquín Martínez.

Mª Pilar Rodríguez Ramos
Aula de Castrofuerte

25 de noviembre, día de la mujer maltratada

Este día fui a la manifestación que se organizó en León en contra de los maltratos a la mujer, pero me quedé un poco decepcionada por el escaso apoyo que hubo y la poca gente que asistió.

Cuando una mujer es maltratada, o incluso muere a manos de un maltratador, todas nos echamos las manos a la cabeza y hasta derramamos algunas lágrimas. Por eso, no puedo creer que esos episodios de maltrato a las mujeres se nos olviden tan pronto, aunque algunas piensen que nosotras no podemos hacer nada.

Debemos estar junto a las madres, padres e hijos que arrastran ese dolor y apoyarles con firmeza. Quien no lo haya sufrido que piense, por un momento, que algún día le puede pasar a él o ella o algún miembro de su familia.

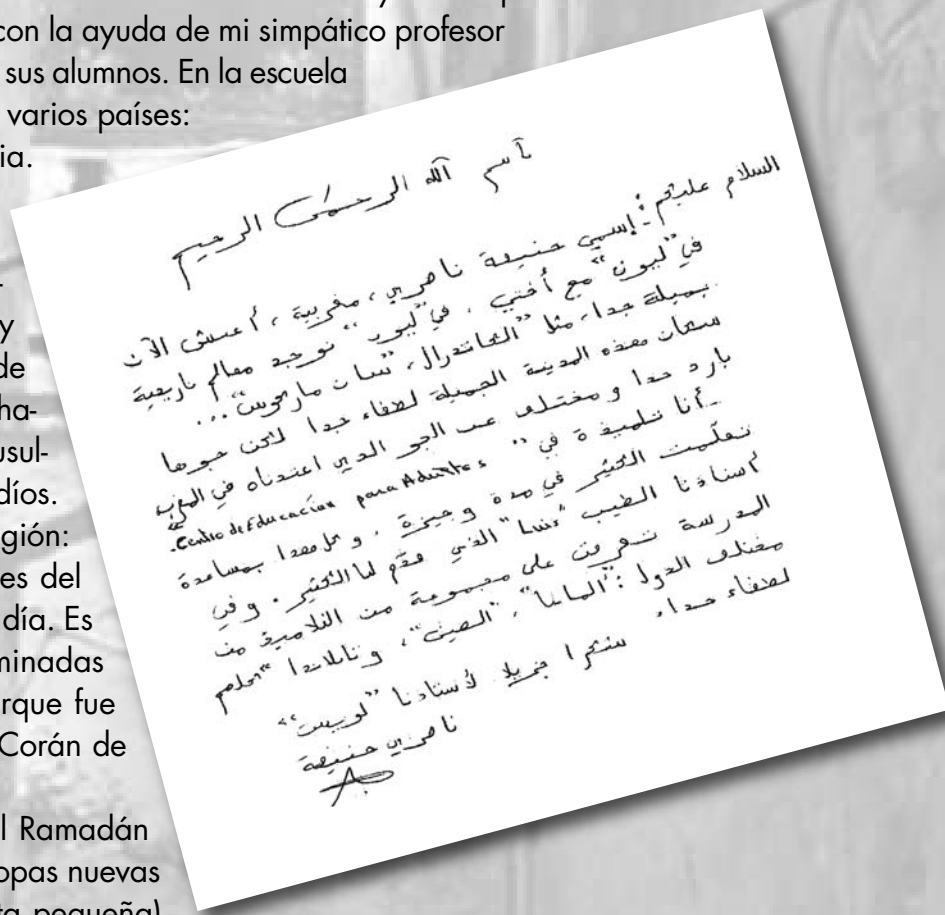
Que los maltratadores vean que cada día la gente está más convencida de que tienen que ser severamente castigados, como se merecen. Cada día las mujeres estamos más convencidas de que nos tenemos que volcar más en nosotras mismas y luchar contra esos maltratadores a ver si, de una vez por todas, se enteran de que las mujeres no somos mercancía de nadie.

M.ª Paz Rey Núñez
CB II Mañana

HANIFA NASRI

¡Hola!, me llamo Hanifa Nasri, soy de Marruecos. Actualmente, vivo en León con mi hermana. En León hay muchos monumentos históricos, como La Catedral y San Marcos. Las gentes de esta bonita ciudad son muy simpáticas; el clima de aquí es muy frío, muy diferente de nuestro clima habitual.

Soy alumna del Centro de Educación de Adultos. Esta escuela me ayuda a aprender muchas cosas en un periodo corto y todas con la ayuda de mi simpático profesor que hace todo lo posible para enseñar a sus alumnos. En la escuela hay un grupo estupendo de alumnos de varios países: Alemania, China, Marruecos y Tailandia. Todos son simpáticos.



Ahora os voy a contar algo de mi país.

La población de Marruecos está compuesta de beréberes, árabes, europeos y judíos. Todos conviven en paz. En julio de 2001, la población era de 30.645.305 habitantes, de los cuales el 98,7% son musulmanes, el 1,1 % cristianos y el 0,8 %, judíos. Los musulmanes practican una única religión: el Islam. Los musulmanes, durante el mes del Ramadán, no comemos en las horas del día. Es decir, comemos solamente a determinadas horas. Respetamos mucho este mes porque fue cuando el profeta Mohamed recibió El Corán de ALAH (DIOS).

En la última semana del mes del Ramadán hacemos muchos dulces y compramos ropas nuevas para llevar en el día del Aïd Sair (fiesta pequeña). Después de dos meses y diez días, celebramos el Aïd el Kiber (fiesta grande): cada familia, pobre o rica, deberá matar un cordero para preparar varias comidas. Se invita a los familiares. Esta fiesta coincide en el mismo tiempo que el Haj (cuando los musulmanes van a la Meca).

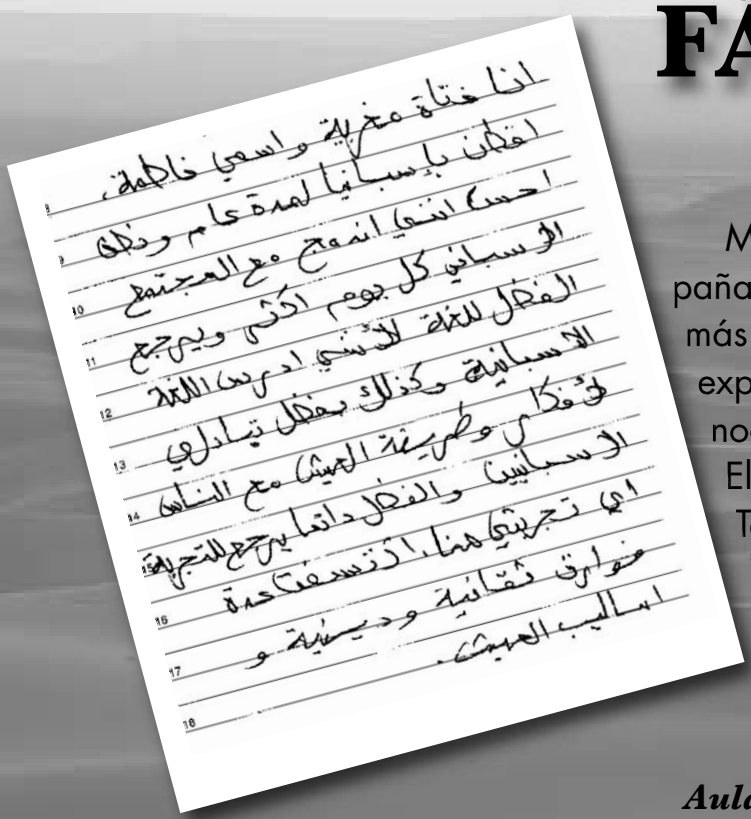
La comida de Maruecos es muy famosa en todo el mundo, especialmente el *cuscús* con pollo u otra carne, verduras, garbanzos y uvas pasas. Comemos el *cuscús* los viernes en un plato grande, porque este día es la fiesta de los musulmanes que van a la mezquita. Otro plato es la *harira*, una sopa que comemos durante el mes del Ramadán; y el pan, como complemento de todas las comidas.

Muchas ciudades de Marruecos son famosas: Casablanca, Agadir, Tánger, Marrakech, Saïdia...

En Marruecos, la familia tiene una gran importancia. Respetamos a las personas mayores. Los hijos se preocupan por sus padres durante toda la vida. Generalmente, las gentes de mi país son hospitalarias y divertidas.

Hanifa Nasri
Aula de Español para Extranjeros I - Mañana

FÁTIMA

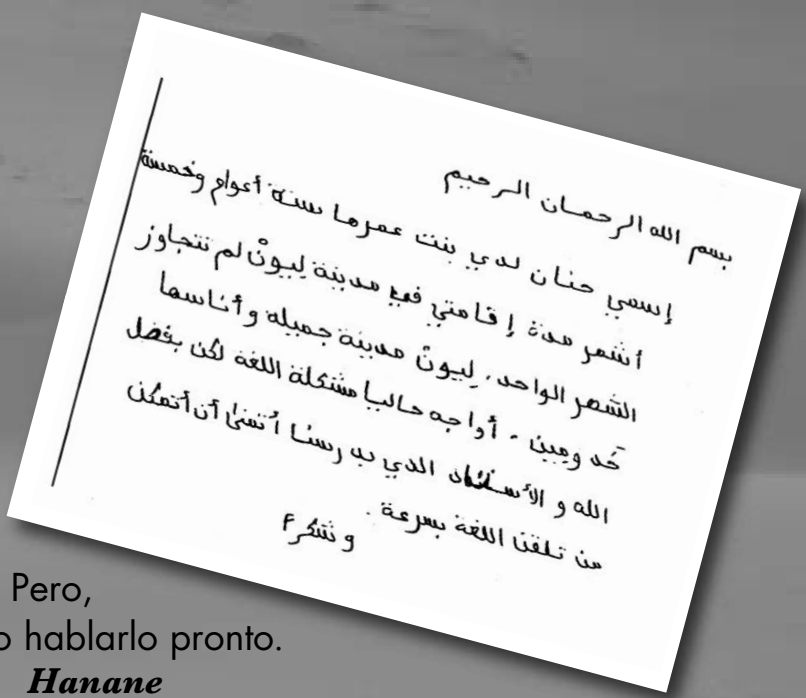


Me llamo Fátima. Soy marroquí. Llegué a España hace un año y medio. Cada día me integro más en este país porque entiendo más y puedo expresarme mejor. Puedo también empezar a conocer nuestras diferentes culturas.

El año pasado fui de vacaciones a Marruecos. Tenía muchas ganas de volver a ver a mi familia y a mis amigos. Mis primeros días fueron estupendos, pero, a medida que pasaban los días, comprobé lo diferentes que somos.

Fátima Zahire
Aula de Español para Extranjeros I - Mañana

HANANE



Me llamo Hanane. Soy marroquí.
Tengo una hija. Se llama Yasmina.
Tiene seis años y cinco meses.
Hace unos meses que estoy en
León. León es una ciudad bonita.
Mi problema es el idioma español. Pero,
gracias a Dios y al profesor, espero hablarlo pronto.

Hanane
Aula de Español para Extranjeros I - Mañana

TAM

HOLA! ME LLAMO TAM. SOY DE THAILANDIA. YA ESTUVE AQUÍ TRES AÑOS PERO TODAVIA HABLO SOLO UN POCO. YO QUIERO HABLAR Y SABER MÁS. POR ESO TENGO QUE VENIR A CLASE EN ESTE COLEGIO OTRA VEZ. ADEMÁS, PORQUE YA CONOZCO MUCHA GENTE Y TENGO MUCHOS AMIGOS EN MI CLASE QUE VIENEN DE MUCHOS PAÍSES. MI PROFESOR ES AMABLE, TRANQUILO Y NOS ENSEÑA MUY BIEN.

EN LEÓN HAY MUCHA COSA INTERESANTE. YO APRENDO Y SE MUCHAS COSAS DE AQUÍ QUE SON DIFERENTES DE MI PAÍS : IDIOMA, COMIDA, COCINA, GENTE ETC. ME GUSTA ESTAR AQUÍ, ALGUNA COMIDA Y NIEVE PERO ALGUNAS VECES YO ECHO DE MENOS MI PAÍS. YO PIENSO QUE CASI TODOS LOS EXTRANJEROS TIENEN QUE ECHAR DE MENOS A SUS PROPIOS PAÍSES, COMO YO.

TAM.

(PRATTHANA WONGSUNTHORN)

สวัสดีค่ะ ฉันชื่อ ตั๊ม มาจาก ประเทศไทย ฉันอยู่ที่นี่ สามปีแล้ว แต่ ยังพูด ได้นิดหน่อยเท่านั้น ฉันต้องการพูด และ รู้มากกว่านี้ ดังนั้นฉันต้องมาเรียนในที่โรงเรียน แห่งนี้อีกครั้ง ที่มากกว่านั้น เพราะ ฉันรู้จักหลายคนที่นี่ และ มีเพื่อนหลายคนในชั้นเรียนของฉัน เพื่อนที่มาจากหลายๆ ประเทศ ครูของฉันใจดี ใจเย็น และ สอนมากเก่งมาก

ใน เลออง มีอะไรหลายอย่างน่าสนใจ ฉันเรียนและรู้จักอะไรหลายอย่างที่นี่ ที่ แตกต่างจากประเทศของฉัน เช่น ภาษา อาหาร ทำกับข้าว ผู้คน และหลายๆ อย่าง ฉันชอบ อยู่ที่นี่ ชอบอาหารบางอย่าง และ ชอบหิมะ แต่ในบางครั้ง ฉันก็คิดถึงประเทศของฉัน ฉัน คิดว่า เกือบทุกคนที่เป็นคนต่างชาติ ต้องคิดถึงประเทศของตัวเอง เหมือนฉัน

ตั๊ม.

(ปรารถนา วงษ์สุนทร)

Tam
Aula de Español para Extranjeros I - Mañana

HISTORIA DE UNA NIÑA CON UNA VIDA DE COLOR GRISÁCEO

Esta niña, como digo en el título, nació de una familia muy humilde, pero compuesta por muy buenas personas.

Crecí llena de amor maternal porque mi madre era muy cariñosa. A los siete años, mi vida dio un giro de ciento ochenta grados, ya que mi madre enfermó y comenzaron los problemas. Mi padre era una persona con la que había que tener ciertos cuidados porque le gustaba beber, lo que hacía que esa madre enferma, viendo lo que sus hijos estaban viviendo, tuviera un mayor sufrimiento.

Como digo, con siete años tenía que hacer todas las tareas del hogar, ayudar en lo que podía en las tareas del campo, dar de comer a los animales y hacerme una mujer, como decía mi madre, para que el día en que ella no estuviera, supiera remendar, tejer, cocinar, etcétera.

Recuerdo cuando salíamos de la escuela cómo jugaban mis amigas, y yo tenía que irme para casa a hacer las labores de todos los días.

Mi padre, como he dicho, era una persona muy buena, pero con escasos conocimientos, ya que no había ido nunca a la escuela; lo único que había hecho era guardar ganado, servir al amo, en aquellos años por poco más que la manutención. Mi abuela se casó con quince años y enviudó a los treinta, así que imaginemos cómo lo pasaría. Tuvo siete hijos y todos ellos desperdigados de casa en casa; ella, la pobre, tampoco tenía muchas luces, no sabía leer ni escribir, así que, en lugar de pensar cómo cambiar la vida de sus hijos, siguió la pelota dando vueltas, sin cambiar nada, siguiendo en la ignorancia...

Vuelvo a mi historia: cuando yo tenía doce años, mi madre murió. Nunca olvidaré a aquella mujer viendo cómo se iba, y cómo quedábamos, todavía siento cómo, con la poca fuerza que tenía, se aferraba a la vida, apretándonos las manos hasta el momento de morir.

Por eso digo que en mi niñez disfruté muy poco y de esa etapa de mi vida no quiero ni acordarme, pero sí dar las gracias a mis padres por el cariño y el amor que me dieron.

Ahora paso a otra etapa de mi vida, más alegre y llena de ilusión: con catorce años conocí a Paco, un chico de ciudad, que cuando le veía se me iluminaban los ojos; mi familia me lo hizo pasar mal porque me decían que ese chico no era el adecuado para mí. Paco venía de una familia con más recursos y, en aquella época, eso en los pueblos se miraba mucho.

Paco era un chico majo, en la cara se le reflejaba la buena persona que era, me decía una y otra vez que me quería, que cuando fuéramos mayores le gustaría formar una familia conmigo, y así fue, nos casamos bastante jóvenes, y en nuestra vida en común hemos sido muy felices, a pesar de los contratiempos que la propia vida trae.

Con mi historia quiero decir que, si hay alguna persona que esté pasando por una situación parecida, tenga muchos ánimos y piense que "Dios aprieta pero no ahoga".

M. A. G. M.

LA CUARESMA

La Cuaresma comienza el miércoles de ceniza, que obligaba a todas las personas, desde los catorce años hasta los sesenta, al ayuno y a la abstinencia. En estos días sólo se comía tres veces al día y sin picar nada.

La abstinencia consistía en no comer carne ni grasa de animales. Sólo con la "bula", un documento que se compraba en la iglesia y costaba una peseta o dos, se podía comer carne todos los viernes del año, menos los viernes de Cuaresma. Los días de abstinencia se comía el potaje con arroz, o patatas con bacalao y huevos.

A los niños nos gustaba más esa comida porque era un extraordinario.

El domingo llamado *de Lázaro o tortillero* se juntaban cuadrillas de mozos para merendar o correr la tortilla. Los mozos iban a las bodegas pero daban mucha guerra a las mozas, y si podían les quitaban la merienda, y luego se juntaban todos, porque las mozas hacían postres y se lo pasaban muy bien.

El domingo de Ramos íbamos a misa y el señor cura nos repartía los ramos de olivo antes de misa. Luego había procesión alrededor de la iglesia. Cuando se llegaba a la puerta estaba cerrada y el sacerdote con todo el pueblo, y dentro otros señores, cantaban canciones litúrgicas. Cuando terminaban se abría la puerta para que entrara todo el mundo a oír misa.

En estos días, hasta el día de Pascua, estaban cerradas las salas de baile.

El Jueves Santo, a la hora de la misa, se hacía el último toque de campanas hasta el sábado. En su lugar se tocaban las carracas y los carracones, y se llevaban velas para alumbrar al Santísimo en el monumento.

El viernes se hacía la procesión del "Santo Entierro", se cantaba el "Rosario de la Buena Muerte" y el "Miserere", un cántico de difuntos.

El sábado se celebraba la Vigilia Pascual y cuando llegaba el sacerdote a cantar el Gloria empezaban las campanas a repicar, y se bendecía el agua. Luego todos llevábamos un poco para bendecir la casa.

El domingo de Pascua se celebraba la misa solemne y el encuentro de Jesús y la Virgen, con repique de campanas de alegría. Y ese día se comían rosquillas de trancalapuerta, y las de pica, torrijas y buñuelos de viento.

Por Carnaval se hacen las orejas y las flores ¡Qué ricas están!

La Cuaresma son siete semanas, por eso hay un refrán que dice así:

Somos siete hermanitas,
la primera que nací
la más pequeña de tiempo
¿Cómo podrá ser así?

Solución: La primera semana de la Cuaresma, porque empieza el Miércoles de Ceniza.

Zulema Morán Blanco.
Aula de Villaornate

LA INMIGRACIÓN

En los últimos años han llegado a España gentes de todas las razas y nacionalidades con que no estábamos acostumbrados a convivir.

Actualmente tenemos en España, de un lado, marroquíes, argelinos, tunecinos, nigerianos, angoleños y de casi todas las nacionalidades africanas.

De otro lado, están los europeos, como los rumanos, búlgaros, rusos, cosovares, yugoslavos, etc.

Y luego está el grupo más extenso, creo. Son los latinoamericanos: colombianos, ecuatorianos, bolivianos, argentinos, etc.

Finalmente están los asiáticos: chinos, indios, tailandeses, etc.

En definitiva, todos los países donde el hambre, el paro, los abusos de las autoridades, y la falta de respeto a los derechos humanos son el pan nuestro de cada día. En esos lugares la vida de una persona vale bastante menos que la de cualquier animal, aunque resulte duro reconocerlo.

El caso es que, por lo que sea, aquí los tenemos. Es una realidad que deberíamos afrontar todos. La mayoría cierra los ojos al problema porque socialmente no les afecta o porque se benefician de ello, contratando ilegales.

La verdad es que nos afecta a una mayoría puesto que machacan el mercado laboral, trabajando por la mitad de dinero y, en muchos casos además, no cotizan a la Seguridad Social.

Manejan casi la totalidad del tráfico de drogas dependiendo de su nacionalidad: hachís los marroquíes, cocaína los latinoamericanos, y heroína los asiáticos y los de Oriente Medio.

Algunas bandas organizadas manejan el cien por cien de la trata de blancas. Introducen ilegalmente mujeres en España, y las obligan a prostituirse mediante engaños, extorsiones, falsas promesas y amenazas. Otras se dedican al robo, la extorsión y los atracos a viviendas habitadas y negocios, sin olvidar las dedicadas a la prostitución infantil y las bandas juveniles, que hacen que pasear por la noche en algunas ciudades pueda convertirse en la peor pesadilla. Para los que viven allí de toda la vida se ha convertido en una odisea que suele terminar con el abandono del domicilio.

A todo esto, nuestros gobernantes nos dicen que debemos ser tolerantes y ayudar a los inmigrantes a integrarse en la sociedad, mientras que, por otro lado, permiten que la mayoría viva de forma ilegal en España, empobreciendo el mercado laboral.

Siempre se nos pone como excusa que los españoles también fuimos emigrantes, pero, en Alemania, Francia, Suiza o los Países Bajos, cada español iba con un contrato laboral y, si dentro de un plazo de tiempo determinado no trabajaba, se le expulsaba automáticamente. Con esto quiero aclarar que era diferente tipo de emigración, y que no se parece en nada con lo que actualmente ocurre en España.

Ahora me gustaría preguntar a los lectores si hay alguien que no se haya sentido molesto, ofendido, perjudicado o víctima de cualquiera de las situaciones mencionadas con anterioridad u otras parecidas.

A todo esto, yo pienso que debemos ser hermanos y humanizar a los que tenemos al lado. Para ello me veo en la obligación de llamar la atención de los gobernantes y poderosos, para que acaben con los problemas que hay en esos países. Que construyan más escuelas y menos cuarteles; más bolígrafos y menos fusiles; y mejorarían mucho las cosas.

Mientras tanto, podríamos arreglar el problema que tenemos aquí entre todos, denunciando los abusos en el trabajo, con las mujeres, con el tráfico de drogas y todo lo que sea perjudicial para la mutua convivencia, siempre que esté en nuestras manos.

Honorio López Vilorio
ESPAD- Módulo 1

MI INFANCIA EN LA ESCUELA

Me llamo Mª Blanca. Fui a la escuela cuando tenía seis años. Siempre me gustó ir a la escuela. El maestro se llamaba D. Aurelio Aparicio. Era muy recto y nos enseñaba mucho.
Cuando entrábamos, lo primero que se hacía era ponerse en fila.
El colegio era mixto, los chicos en una fila y las chicas en otra.
Rezábamos y cantábamos el "Cara al Sol", y también "El Legionario". Después de rezar y de cantar, cada uno se iba para su pupitre. El que tenía deberes los hacía. Los que no, cogíamos la pizarra y nos íbamos a la mesa del profesor. Uno por uno le dábamos la pizarra y nos ponía los deberes.
En la escuela teníamos un patio con árboles, y un pozo. Todos los chicos y chicas teníamos una parcela en la que plantábamos flores. Sobre todo alelíes, lirios, lentejas y garbanzos. Lo teníamos muy cuidado. Atábamos una cuerda a una lata, que tenía agujeros a los lados y un alambre como asa, y sacábamos agua para regar las plantas.
Los jueves no teníamos clase por la tarde, y los miércoles tocaba catequesis. La daba un chico o una chica de los mayores.
La escuela tenía dos habitaciones. En una guardábamos las escobas y cubos y en la otra se daba la catequesis.
Si no nos salían bien las cuentas la primera vez, el profesor era muy amable; pero, a la tercera, nos castigaba de rodillas con los brazos en cruz y mirando a la pared. Y si no de pié, y a repetir la cuenta. Si te llamaba y no la tenías bien hecha, el castigo era mayor. Con una vara nos daba en las manos. No tenía lástima; y no se movía nadie.
El sábado tocaba barrer y fregar la escuela para tenerla limpia al principio de la semana.

Blanca Ferrero Castrillo
F.B. 2- Tarde

MI PARTICULAR TANTO POR CIENTO

Hace siete años viví una experiencia que hoy me gustaría compartir con los lectores de esta revista.
Por motivos de salud, después de tener a mi segunda hija, mi pareja y yo decidimos usar un método anticonceptivo que nos garantizara al máximo no tener hijos. Este fue una vasectomía. Este método tenía un margen de error de uno entre seis millones. Mi pareja se realizó la vasectomía y nuestra vida continuó.
Transcurridos seis años descubro que estoy embarazada. En mi vida sólo existía un hombre, mi marido. En ese momento mi mundo se desplomaba. No sabría expresar con palabras los sentimientos que me invadían, alegría, tristeza, rabia, preocupación, incertidumbre. Era como una olla a presión a punto de estallar. ¡Uno entre seis millones y me fue a tocar a mí!
De mi pareja recibí amor, cariño y un montón de confianza. El sentirme arropada por él fue un bonito regalo que me ayudó a seguir adelante en los momentos duros, que los hubo, y muchos.
Cuando hablo de mi tanto por ciento no me refiero sólo al hecho de quedar embarazada. Hubo otros dos tantos por ciento relacionados con el primero. Había una probabilidad entre diez mil de perder a mi hijo al realizarme una amniocentesis. Y lo perdí. El otro tanto por ciento era la probabilidad de hacerme un legrado (uno entre un millón). Y también me tocó.
Como ven soy una mujer con suerte, pero no para la lotería.
Mi caso no es único, y me gustaría que las parejas que se encuentran en esta situación se lo tomaran con calma y no estropearan su relación por el acaloramiento del momento.
Debemos ser conscientes de que los métodos anticonceptivos fallan, sea el que sea, pues todos tienen ese tanto por ciento de error, y a quien le toca le toca.
La vida y la gente es cruel. Yo escuché de todo, pues nunca oculté lo ocurrido. Mi conciencia estaba muy tranquila. Pero hoy permitidme amigos ser anónima y que la atención se centre en los hechos y no en quien los padeció.
Un abrazo a todos.
Recordad que una palabra dicha sin pensar no sabemos el daño que puede hacer a los demás.

Anónimo

SEGUIR VIVIENDO

Hace unos años me diagnosticaron una enfermedad crónica y degenerativa que cambiaría mi vida para siempre. De ser muy activa, pasé a no poder hacer nada. Eso me llevó a tener mucha angustia y miedo a lo que me esperaba.

Con el paso del tiempo, me fui recuperando físicamente, pero seguía estando poco animada, ya que los días me parecían eternos al no poder trabajar.

Mis hijas se enteraron de que existía un Centro de Adultos y me animaron a que me matriculara y asistiera a las clases. Gracias a mi familia, profesores y compañeros he ido saliendo adelante poco a poco.

Adoración Fuertes Panizo
CB II Mañana***CB II Mañana***

PASIÓN POR EL BIERZO

En realidad, mi idea nace por la pasión por los pueblos de aquella comarca preciosa del Alto Bierzo, donde mantengo lazos muy fuertes con mis familiares y con tantísima gente de aquella zona.
En aquellos años de mi infancia, años muy duros, porque a la edad de ocho a diez años, tuve que guardar las ovejas en el monte y el ganado vacuno en los prados, mal vestido y peor calzado.
Hablo de la época de los años cuarenta, donde muchas familias, por las circunstancias que se presentaban, pasaban mucha hambre porque, para poder llevar a la mesa un plato de garbanzos, había que pasar muchas penurias, simplemente plasmando los hechos que se pueden decir con toda crudeza.
En estas dos partes de siglo, se han paseado cantidad de vivencias, alegrías, penurias, fiestas, aventuras y muchos sueños cumplidos, sueños que se derramaron por el camino, y tantas historias que contar que estas líneas se quedan muy cortas.
En aquellos años, plenamente vividos, llenos de luces y sombras, de episodios oscuros y dramáticos, apasionantes, aventureros y valerosos, una vida que considero muy dura, donde ejercí el oficio de pescadero.

Victorino Rodríguez Pérez
CB II Mañana

RESPONDIENDO A UNA PREGUNTA QUE ME HAN HECHO SOBRE LA FRASE: "PERLA DEL BIERZO"

Se trata de Villafranca. Con ese sobrenombre es conocida popularmente.
Su historia queda reflejada en sus casas solariegas, como la de los Álvarez de Toledo o el Palacio de Torquemada. La ciudad, impulsada en su día por los Marqueses de Villafranca, acoge numerosas tradiciones, muchas de las cuales tienen estrecha relación con el mundo cultural. Es el caso de la Fiesta de la poesía, que reúne a ilustres poetas de España e Hispanoamérica.
Sin embargo la celebración más esperada tiene lugar en el mes de enero. S. Tirso inspira estos festejos donde los bailes típicos, los desfiles y la famosa hoguera se complementan con la procesión del Santo y los conciertos.
La plaza Mayor, con sus soportales y el edificio del Ayuntamiento, es otro hervidero de gente donde tienen lugar variados actos de carácter popular.

Ángela Martínez Fernández
CB1- Tarde

HISTORIA DOMINICANA. LA CULTURA TAÍNA (Siglos XII-XVI d.C.)

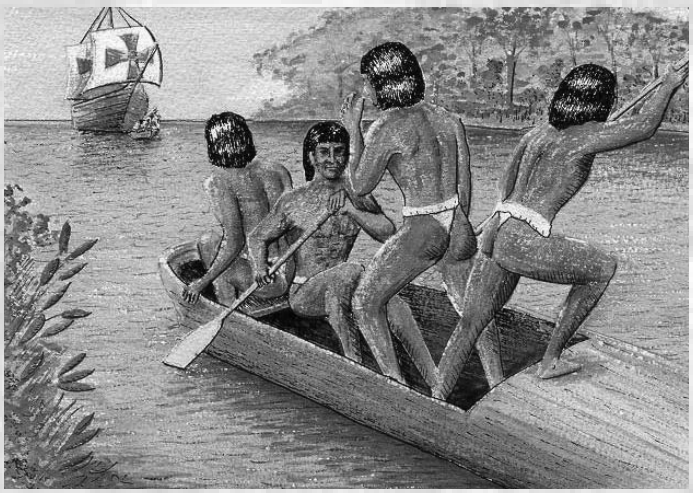
Mi país es la República Dominicana. Antes de la llegada de los españoles estaba habitada por los Taínos, gentes que vivían como en el Neolítico. Poblaban gran parte de las islas Española y Puerto Rico, al igual que el Oriente de Cuba y parte de Jamaica.

Aunque algo bajos de estatura, los indios taínos eran de cuerpos bien formados y piel color cobriza. Fueron gentes lampiñas, de cara ancha, con pómulos muy pronunciados, labios un poco gruesos y de muy buena dentadura.

Tenían el pelo negro, grueso y muy lacio, cortándoselo por encima de las cejas y también atrás, a diferencia de los macorixes y ciguayos quienes llevaban el pelo largo atándoselo atrás con una redecilla a la que insertaban plumas de "papagayos" (Temnotrogon roseigaster) y cotorras (Amazona ventralis).

Los taínos siempre andaban desnudos, llevando solamente en sus brazos y piernas unas ligas o fajas de hilos de algodón, aunque algunas mujeres casadas utilizaban unas faldillas, tejidas también en algodón, denominadas naguas.

Existió entre ellos la costumbre de practicarles a los niños la deformación artificial del cráneo, sujetándoles con bandas de algodón dos tablillas de palma, una en el frontal y otra en el occipital, con lo cual lograban que la frente luciera más ancha. Se perforaban el lóbulo inferior de las orejas con la finalidad de lucir en ellas pasadores decorativos u orejeras, llamadas en su lengua "taguaguas".



Los taínos desarrollaron una cultura basada fundamentalmente en la producción agrícola que les permitió incrementar una apreciable actividad artesanal de objetos utilitarios, tales como vasijas y otros recipientes de barro y de madera, hachas de piedra bien pulimentadas, objetos de cestería de fibras vegetales y tejidos de algodón que eran decorados con tintes extraídos de la "jagua" (Genipa americana) y de la "bija" (Bixa orellana), con los cuales, también se pintaban sus cuerpos en ocasiones especiales.

Además, los taínos fueron excelentes escultores que confeccionaron artefactos ceremoniales de gran expresión artística como los "duhos" o asientos ceremoniales, los ídolos o "cemíes", los instrumentos para el ritual de la cohoba y los aros monolíticos.

La recolección de algunos frutos silvestres, la pesca y la caza marginal complementaban la alimentación del pueblo.

Su organización social, política y religiosa fue la más evolucionada entre los grupos indígenas de las Antillas. Su máxima unidad territorial era el "cacicazgo" que agrupaba determinadas aldeas o "yucayeques", los cuales estaban dirigidos por los "caciques", que ascendían a estas posiciones por la vía matrilineal hereditaria o la realización de un hecho extraordinario.

La cultura taína desapareció prácticamente debido a que fueron obligados a trabajar en las explotaciones mineras primero y en plantaciones de azúcar después, cuando se agotaron los recursos mineros.

Desaparecida la mano de obra indígena, poco resistente al trabajo forzado, fueron traídos cargamentos de negros africanos en calidad de esclavos. El negro africano llegó, pues, a Santo Domingo, en calidad de esclavo, y fue él quien completó, con su trabajo forzado, la actividad del español conquistador. Es por tanto la situación de esclavitud la que marca, como trazo fundamental, la presencia del negro en la isla. Como esclavo, y a causa de esa situación, el negro arribó a América con sus culturas quebrantadas.

Aun cuando el trasplante de esclavos negros tuvo como escenario un hábitat similar al existente en la costa occidental africana, las características singularmente dramáticas de ese trasplante impidieron que aquellos pudieran mantener intactas sus culturas.

Esto que os he contado aparece en las páginas web que os menciono. Si queréis saber más sobre la historia de mi país podréis ampliar la información en ellas:

http://es.wikipedia.org/wiki/Imagen:Canoa.JPG
http://www.jmarcano.com/mipais/historia/tainos.html
http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/f/f8/Columbus_landing_on_Hispaniola.JPG
http://linuxlancer.netfirms.com/Cultura.htm
http://html.rincondelvago.com/files/0/5/0/000490501.jpg

Gilberto Antonio Mercedes Vidal
Módulo 2- Mañana

TOCAR EL CIELO

Ahí estábamos los tres, observando lo que íbamos a hacer. Para mí algo sin importancia, vamos, que se podía hacer siempre. Pero claro, no le daba importancia porque se trataba de vivirlo intensamente, con despreocupación, siempre atento a todo, claro está.

Yo soy una persona normal y corriente con un trabajo de encofrador. Muy duro, por cierto. Y por las noches unas clases para sacar el Graduado en Secundaria. Eso también es trabajoso. Pero bueno, ese no es el caso ni de lo que trata lo que voy a describir a continuación.

Ella es una persona tan viva que puede levantar hasta los muertos, si se lo propone.

La tercera persona de la que voy a hablar es Nitro. Sí, él como persona y no como animal. Es un "pastor alemán". A pesar de la debilidad de sus patas tiene mucho mérito. Ya se entenderá por qué.

Todo cuanto se empieza es bueno. Observa lo que vas a hacer. Cada momento, cada sitio. Porque todo es distinto. Cada vez que mueves la cabeza algo diferente ocurre.

Empezamos a andar como si algo nuevo estuviera ocurriendo, sin perder de vista a Nitro. Por supuesto que él no se despista. En tal caso nosotros. Lo que teníamos delante de nuestros ojos no era nada extraordinario: un paisaje marcado por la mano del hombre que, como siempre, metía sus garras en la tierra para destruir la vida salvaje...Mejor no sigo pensando en esto para no quemarme la sangre.

Pasado este primer tramo entramos en el camino que nos conduciría al cielo acompañados por la música del río y los cantos de los gorriones. Decidimos efectuar una parada y tomar un piscolabis para recobrar fuerzas. El Nitro reponiendo energía como una persona más. Solo le faltaba hablar. No podía ni imaginar lo que nos esperaba.

Reanudamos el camino con buena marcha siendo conscientes de cada instante. Observando la belleza de nuestro interior, capaz de captar las pocas maravillas naturales que aún quedan sin machacar. De repente desaparecía el río bajo nuestros pies. El recuerdo de su música permanece en nuestras mentes, y eso no nos lo quita nadie. Nuestra vista se reducía. A ambos lados se elevaban rocas de millones de años. El Nitro se portó como un campeón, a pesar de la debilidad de sus patas traseras.

Al acabar el paso del acantilado entramos en una vieja braña, aquella que yo recordaba de muy pequeño. Claro que ya no era la misma que utilizaban antaño los pastores. Había sido restaurada para que recordáramos nuestro pasado.

Pero nosotros seguimos caminando metiéndole más caña al cuerpo. Sin pensar en nada. Sólo en caminar disfrutando de la belleza de la vida. La senda se hacía dura. Tanto, que todo nos pesaba. Sudábamos como nunca lo habíamos hecho. Atravesamos unas pendientes que daban miedo. Ahí estábamos los tres, siempre los tres. Cuando creímos que estaba todo hecho, cuando pensamos que ya habíamos visto todo lo bello que había que ver, descubrimos unos ojazos, una mirada atenta, observando lo que hacíamos.

ESO ES TOCAR EL CIELO Y LO DEMÁS, CUENTO.

Vicente Pablo Gutiérrez Soto
M1- Noche

ESTA ES MI VIDA

Soy la cuarta hija de una familia de labradores
Falté mucho a la escuela para que fueran los mayores,
pues solamente los domingos aprovechaba para hacer labores.
Como de niños no pudimos, lo hacemos ahora de mayores
Y vamos a la escuela de adultos
A poner en práctica nuestras aficiones.

A lo largo de la vida no pudimos pagar para cobrar jubilaciones
Yo me siento satisfecha de los deberes cumplidos
Ya que los hijos están bien, en todos los sentidos.

Como dije anteriormente me gusta hacer labores.
Estos reyes pasados, me ayudó a terminar una de las mayores
una mantilla española que luciré si Dios quiere en muchísimas ocasiones.

Rosenda Pellitero Rey
Aula de Armunia

LO QUE EL FUEGO SE LLEVÓ

En este dichoso día
que llaman de los difuntos
del Tenorio y doña Inés
y recogida de frutos
pasó un terrible suceso
que en mis carnes yo noté
en principio del proceso
en mi habitación lloré.

Por la pequeña ventana
salían con alegría
las llamas desenfrenadas
en tropel y alevosía
como lenguas de dragones
que en leyendas diferentes
describen los escritores
con colores relucientes.

Pero el fuego sin remedio
seguía su curso infernal
implacable, absorbente
obstinado y resistente
como común delincuente
que pasa de los que sufren
tan inconsolablemente.

¡Virgen del Carmen Bendita!
A todos los santos rezaba
para que aquello acabara.
Cual inesperada visita
el fuego seguía y seguía
impotente y sin pereza.
Tan llena de cobardía
busqué fuerzas de flaqueza

¿Dónde está el agua-decía-
el antídoto preciso
para aquella gran sequía?
Por fin llegó la manguera
rota, larga y pesada
que subiendo la escalera
mi marido flaqueaba.

Ya era tarde, no valió,
el fuego todo arrasó
mis recuerdos se llevó.

Fotos de mi familia
cartas de nuestro amor.
En la cómoda tenia
un ajuar sin estrenar
y cosas de gran valía
de interés sentimental.

Unos metros de puntilla
que años atrás mi madre
sentadita a la camilla
elaboró por las tardes
y un mantón de Manila
que hace tiempo yo compré
para que mi familia
pudiera disfrutar de él.

Y mis ahorros que también
en uno de los cajones
guardaba con interés.

Hecha cenizas estaba
mi habitación de dormir
solo miraba y callaba
no sabía ni qué decir.

Allí no había ropero,
ni sábanas, ni colchón,
sólo se veía el cielo,
que hasta el tejado robó,
el fuego como un ladrón.

Hasta aquí llegamos, no más.
No me pudo arrebatar
el ahínco y la firmeza
para volver a empezar.

M. Dolores Martínez Quintano
Aula de Castrofuerte

MUJER

**Mujer, te amé por tu cariño y ternura,
te amé con tus virtudes y defectos.
Te he complacido en tus deseos más austeros
y no supiste valorar mi amor.**

**Me dejaste en la tristeza
como a un lobo en la soledad de la noche,
vagando en tus recuerdos como en la memoria de mi pasado.**

**Aún sigo reviviendo
los momentos de felicidad
que tuve junto a ti,
con la esperanza de una vuelta cercana,
sin rencor y sin odio.**

**Deseo tanto derrochar mi cariño y mi amor en ti
que daría mi vida por tu complacencia hacia mi.**

**No pido más que tu amor, tu cariño
y una sonrisa cada amanecer que me despierte junto a ti.**

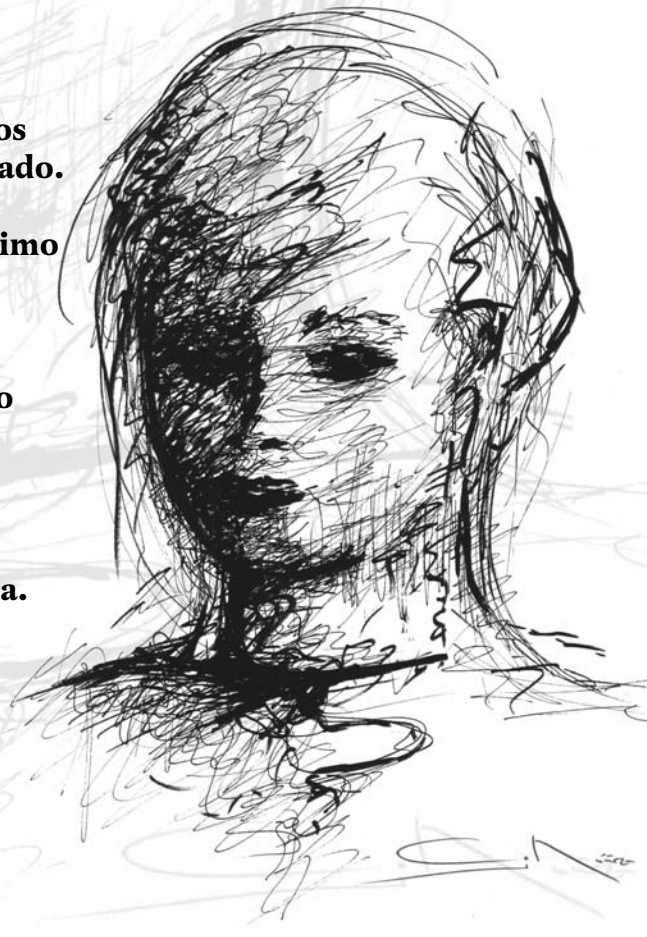
**No hacen falta palabras,
ni susurros al oído,
solo dejemos que nuestros cuerpos enlazados
libren su batalla por conquistar ese amor deseado.**

**Entonces podremos hablar de un futuro próximo
que llenará nuestras vidas de felicidad,
de paz y armonía.**

**Y ahí podremos decir que hemos descifrado
el verdadero significado de la vida
y de la gloria en sí.**

**Porque esta visión de futuro que tengo
es la más perseguida por el mundo de hoy día.**

**Compláceme en lo que te pido, mujer,
porque la sinceridad con la que te hablo
supera las mismas palabras.**



Anás Saloui
ESPA- M 1

HOY QUISIERA

Hoy quisiera sentir tus caricias
para sentir que aún tengo vida.
Hoy quisiera sentir tus manos sobre las mías
para saber que existe el día.

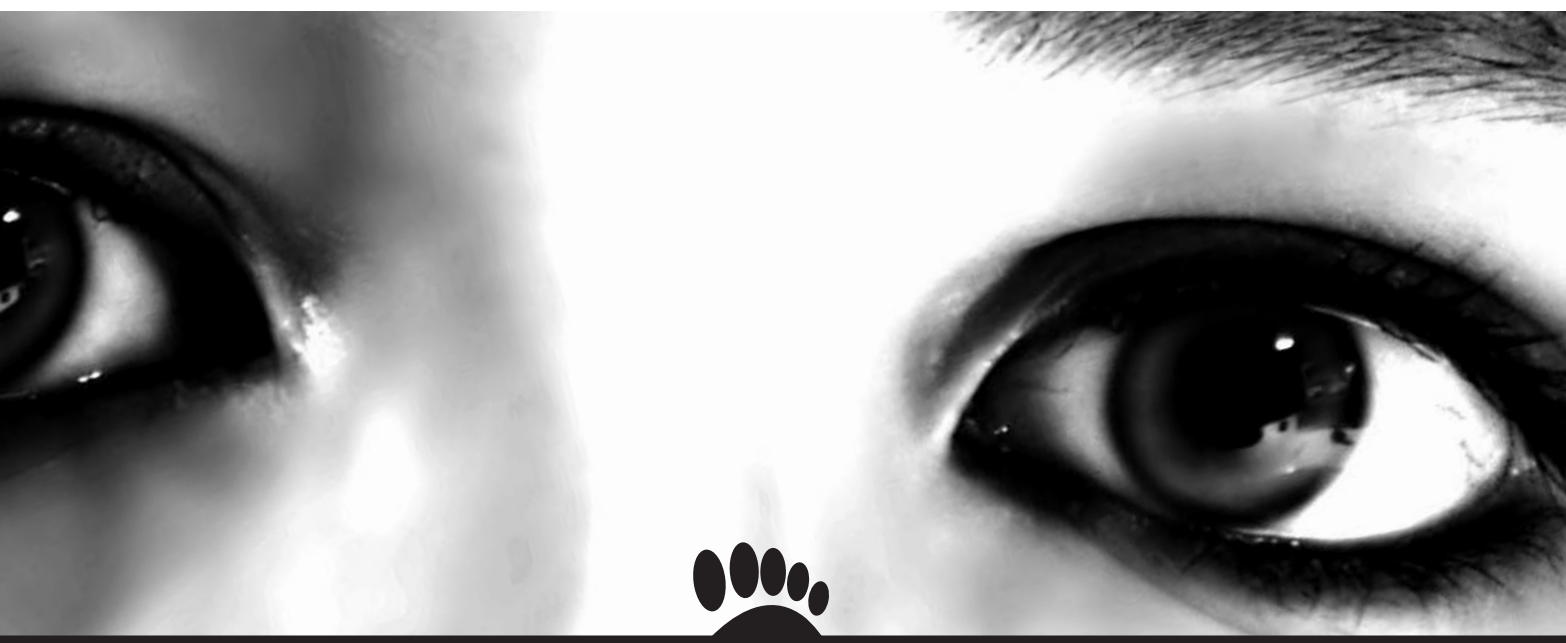
Hoy quisiera mirar tus ojos de nuevo
para poder decirte cuánto te quiero.
Hoy quiero recostarme en tu pecho
Para vivir y perder el miedo.

Hoy quisiera desaparecer del mundo
hacia un lugar muy sincero.
Hoy quisiera mirar al cielo
para respirar un aire nuevo.

Hoy quisiera tener alas
para volar muy lejos de aquí.
Hoy quisiera borrar mi pasado
y dedicarme solo a ti.

Hoy mi libertad ha sido robada
tras barrotes y paredes blancas.
Hoy quisiera que todo fuera una pesadilla
para despertar a tu lado,
vida mía.

René Jerónimo Arenas
ESPA-M 1



ENTREVISTA A D. CAYETANO RODRÍGUEZ DEL CUETO

Queremos empezar por su infancia. ¿Cuál fue su lugar de nacimiento, cómo fueron sus primeros años y cómo surgió su decisión de estudiar Magisterio?

Nací en el pueblo de Gusendos de los Oteros (León), pueblo agrícola de trigo y vino. Allí pasé mi infancia cuyos gratos recuerdos me han acompañado siempre.

A los doce años voy interno a estudiar al Colegio de los PP Redentoristas de Astorga. Aunque al principio me cuesta un poco, me adapto plenamente. Los seis años de estancia allí creo que realmente fueron los que determinaron en gran medida mi futuro. Reconozco que recibí una buena formación basada sobre todo en el esfuerzo personal. Este fue el punto de partida en mi decisión de estudiar Magisterio.

Cuéntenos lo que significó en su vida, tanto profesional como familiar, la etapa que ejerció de maestro en Bustillo del Páramo.

En mis primeros años como Maestro Provisional ejercí en distintos pueblos de esta provincia: Toral de los Guzmanes, Armellada de Órbigo, Santa Marina de Torre y Renedo de Valderaduey. Es en Bustillo del Páramo donde mi estancia como Definitivo trascurre a lo largo de doce años (1971-1983). Este fue mi segundo pueblo, tanto para mí como para mi familia, pues en él vivimos integrados como unos vecinos más hasta que nos trasladamos a vivir a León, por motivos sobre todo de facilitar los estudios a mis hijos. En todos estos pueblos desarrollé mi labor educativa como mejor pude, unas veces, creo, que con acierto y otras supongo que no tanto. Fue aquí en Bustillo donde de alguna manera comencé las clases de Adultos, pues por aquel entonces daba clase a los "mozos" del pueblo por las noches en el Plantel de Extensión Agraria.

Díganos, ¿es tan distinta la enseñanza de adultos respecto a otras enseñanzas?

Efectivamente pienso que es así. El paso de la Educación Primaria o Secundaria a la Educación de Adultos supuso para mí un considerable cambio de planteamientos y estrategias educativas. Creo es muy importante que ante el alumno adulto tratemos de aprovechar el bagaje profesional, social o de otro tipo que trae con él.

¿Cuántos años de docencia ha ejercido con personas adultas? Díganos algo de su experiencia docente en estos años.

En 1983 me incorporo a la Educación de Adultos en el Centro de Adultos de "La Serna" (centro que se integró en el actual Centro de Adultos "Faustina Alvarez García"en el año 1996). Así pues llevo ejerciendo en Educación de Adultos 24 años.

Bastantes de estos años de mi docencia en Educación de Adultos los he dedicado a la enseñanza del Idioma Inglés. Área que reconozco no suele ser muy "agradecida" en Educación de Adultos, ni para los alumnos ni para el profesor: el alumno adulto, sin conocimientos previos de la misma y con la memoria ya no en su mejor estado, suele encontrar en ella unas considerables dificultades, y el profesor se las ve y se las desea para tratar de conciliar lo que debe exigir y las capacidades de sus alumnos. Sin duda el aprendizaje de un idioma extranjero es importante en el contexto social actual tan globalizado e interdependiente; no obstante en Educación de Adultos el aprendizaje de un idioma extranjero pienso que se debería ofertar como optativo, no obligatorio.

Hace ocho años se abre en nuestro centro el Aula Mentor. A través de ella se están ofertando actualmente unos 80 cursos basados en una Enseñanza Individualizada a Distancia, a través de Internet. Estos cursos son de una tipología muy diversa: cursos de informática, profesionales, de salud, medio ambiente… En estos años mi actividad docente (compartida con otros compañeros) se ha centrado en estas enseñanzas como Administrador. Esta experiencia, para mí, ha sido, aparte de un reto profesional no exento de dificultades, un motivo de satisfacción por la gran demanda del alumnado y los buenos resultados obtenidos.
Las enseñanzas del Aula Mentor han conseguido que este Centro de Adultos haya captado un nuevo tipo de alumnado que busca y encuentra en ellas respuesta a inquietudes muy variadas.

¿Se han cumplido las expectativas que se marcó cuando aceptó el cargo de Jefe de Estudios?

Las expectativas que me planteé, cuando hace ocho años aceptó el cargo de Jefe de Estudios de este centro, he de decir que estuvieron basadas en una experiencia previa similar. El cargo no suponía para mí incertidumbre ante funciones desconocidas, pues ya anteriormente había sido Jefe de Estudios siete cursos en el Centro de Adultos de La Serna. Sí que consideré que la gestión de este centro, al ser mucho mayor en cuanto al número de alumnos y profesores, iba a ser más laboriosa, pero lo asumí sin mayor dificultad.

Ya en el momento actual y en una visión retrospectiva considero que han sido unos años de mucha dedicación al centro en los que he tratado de cumplir con mi cometido.

Algunas de las personas que más le conocen nos han hablado de cómo es Vd., de su carácter afable y abierto, de su entereza a la hora de superar dificultades. Nos dicen que es ordenado y de gran capacidad de trabajo

Lo que apuntáis sobre mí puede que esté algo acertado; aunque un poco descompensado, pues sólo ponéis aspectos positivos. Reconozco mi inclinación al trabajo. Suelo tomar las dificultades más como un reto que como un obstáculo, por ello me siento estimulado para superarlas. En cuanto a lo que me decís de afable no lo tengo tan claro, a veces aflora mi mal genio.

¿Cómo va a encarar su nueva vida de jubilado?, ¿En qué va a ocupar su tiempo?, ¿Qué nuevos retos tiene previsto encarar ahora?

Sinceramente aún no me he planteado qué voy a hacer de jubilado. Espero dedicar más tiempo a mi familia. La lectura también puede ser otra de mis prioridades. Seguiré, por supuesto, con mi afición a la informática. A temporadas, residiré en mi pueblo natal, pues disfruto de la vida tranquila del pueblo… Y supongo que en mis frecuentes paseos por aquellos vastos campos de cultivo, de aire puro, sosiego y paz, "viviré- ¿por qué no?- un poco de recuerdos". Entre ellos no faltarán los de estos años que he dedicado a la Educación de Adultos.

Taller de Prensa

ENTREVISTA A ELISABET

¿Dónde naciste?
Nací en un pueblo cerca de la montaña leonesa: Robles de Torío.

¿Qué recuerdos tienes de la infancia?
La recuerdo como miembro de una bandada de pajarines recorriendo todos los rincones y cocinas, como testigos de la vida, y que al final del día cada uno volvía a su propia casa, como hacían las ovejas al atardecer cuando regresaban de su jornada en el monte.

¿Qué anécdotas viviste como estudiante?
Yo no fui buena estudiante. Si hice una carrera fue gracias al empeño de mi madre que no se cansó de empujar para hacer de mí una mujer independiente.

¿Cuál fue el motivo de dedicarte a la enseñanza?
A mí me hubiera gustado estudiar Idiomas y Secretariado, pero mi madre le pidió consejo a don Alfredo, el director de la Academia Minerva, y llegaron a la conclusión de que Magisterio era más "carrera". Se ve que soy muy dócil, porque eso hice.

¿Dónde comenzaste a dar clase? ¿En qué lugares has ejercido tu profesión?
Comencé en el barrio de San Blas, en Madrid, en la enseñanza de adultos. Teníamos que empezar por buscar el sitio donde dar las clases, y después crear en la gente la necesidad y el hábito de reciclarse. Al principio recorríamos el barrio con el camión de Coca- Cola con un altavoz anunciando las clases, como si de colchones o ajos se tratara. Después trabajé unos años en Radioenseñanza, luego en Vallecas... y ya, cuando Madrid comenzaba a ser agobiante tanto para mi marido como para mí, nos vinimos para nuestra tierra, León. En principio trabajamos en La Robla, en lo que llamamos "régimen ordinario", o sea, con niños, y ya finalmente, aterricé en los Adultos de León.

¿Qué es eso de Radioenseñanza?
En Radio Popular de Madrid se daban clases para adultos por radio para sacar el Graduado Escolar. Ellos ponían los medios y la Administración aportaba los profesores. Fue una experiencia bonita, porque, a pesar de la distancia, se establecía una relación muy cálida con los alumnos. La verdad es que tenía su magia.

¿Qué diferencias has encontrado entre la enseñanza con niños y con adultos?
Con personas adultas es tranquila, muy gratificante; porque enseñar al que quiere aprender se acerca bastante al "paraíso". Con los niños hay más tensiones

por la disciplina, pero es más ágil. La diferencia se parece bastante a la que hay entre guisar y freír.

¿Cómo te has encontrado más satisfecha, con niños o con adultos?
Cada modalidad tiene sus compensaciones, que son muchas. Hoy las mayores alegrías me las dan los encuentros con aquellos niños que dejé con trece o catorce años y ahora andan por los treinta y más. No sé bien por qué pero me resulta muy hermoso.

Tú has ejercido como profesora con distintos sistemas educativos, ¿con cuál te quedarías?
No me quedo con ninguno, porque hay que hacer lo que se pueda con lo que toca en cada momento, y seguir hacia adelante.

¿Cómo te ves a ti misma?
Siempre me he visto como un velero que puede ir tranquilito por la vida, ligero, alegre y libre, si el viento sopla a favor; pero cuando arrecia el temporal todo se tambalea y como mínimo hay que recoger velas y ponerse al pairo.
Si a la pregunta le añadimos un "ahora", te diré que me percibo como un árbol; afinando más, como una encina: firme, con los brazos abiertos para sintonizar con todo lo que me rodea. Brazos a los ocho vientos que me llenan de vida. Y si sopla bravo, bravo se recibe; si el sol calienta, o la luna alumbra, o se necesita leña, o te varean las bellotas...bueno, es así, la vida lo trae. Ya no necesito ir lejos para sentirme viva.

¿Crees que vas a echar de menos este trabajo cuando te jubiles?
Quedaría bien decir que sí, pero la verdad es que cuando estoy de vacaciones no me acuerdo del trabajo; así que pienso que será así. Ahora bien, de lo que estoy segura es que nunca olvidaré todas las experiencias vividas con mis alumnos y por supuesto con mis compañeros. Todos habéis aportado una riqueza enorme a mi vida. Por tantos buenos momentos quiero daros las gracias. Me gustaría dejar un sitio en el papel para que los informáticos colocaran un saquito con las sonrisas y los besos que os dejo.

¿A qué te vas a dedicar después?
Espero tener más tiempo para dedicarle a mi familia, tiempo para no correr, para retomar la práctica del tiro con arco, para aprender un poco más de alemán y... para ser un poco "vaca de pradera".
¡Amén!

Taller de Prensa

ALGUNAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL CENTRO A LO LARGO DEL CURSO

A –"LA PROFESIÓN DE ESTUDIANTE".

A comienzos de curso, durante los días 4 y 6 de Octubre, de 20,30 h a 22,30 se desarrolla en el Centro un **Taller de Técnicas de Aprendizaje**. Está dirigido principalmente al alumnado que comienza la ESPAD (Enseñanza Secundaria a Distancia) y es impartido por la Orientadora del Centro.

El Objetivo de dicho taller es, que los alumnos aprendan a estudiar de forma eficaz, rentabilizando el tiempo de estudio y utilizando las técnicas básicas de aprendizaje (subrayar, resumir, esquematizar, elaboración de mapas conceptuales, etc.) de forma adecuada.
A la hora de disponernos a estudiar, es importante saber con qué recursos contamos y cómo nos enfrentamos al aprendizaje habitualmente. Para ello se realizan varios ejercicios prácticos, que nos permitan conocer nuestra capacidad de atención, memorización, comprensión de textos, confianza en nosotros mismos, etc.,
Por otro lado, no hay que olvidar cómo influyen en el rendimiento académico, factores externos como: características del lugar de estudio, planificación del tiempo, etc, y factores internos: motivación, capacidad intelectual, estado mental, etc.

B - ¿YO SERÉ EMPRESARIO?

El día 30 de Octubre a las 11horas, acude al Centro Doña Mª del Carmen Rojo Villanueva, Promotora de Empleo del ILDEFE (Instituto Leonés de Desarrollo, Formación y Empleo) para impartir una Charla– Coloquio al alumnado de los Módulos III y IV y del Programa de Garantía Social del turno de la Mañana.
En el transcurso de la misma se explican las Actividades que viene desarrollando el ILDEFE en los últimos años y las ayudas que presta en materia laboral, tanto a los nuevos empresarios (el Vivero de Empresas, Asesoramiento etc), como a las personas que buscan empleo (Cursos de Formación, Bolsa de Empleo, etc).
El objetivo de la charla es motivar hacia el Autoempleo, explicando los trámites a realizar y las claves del éxito a la hora de ser un buen empresario.
También se incitó a la participación en el Concurso **"Aula Emprende. Emprender desde las Aulas"** que de forma anual viene convocando el ILDEFE.
En la página se puede acceder a toda la información de interés relacionada con cursos de formación, ofertas de trabajo, orientación para facilitar el acceso al empleo que gestiona el ILDEFE, y donde también se pueden hacer trámites sin necesidad de desplazarse.

C - "APRENDEMOS A CONVIVIR"

Durante los días 31 de octubre, 7, 14,21y 28 de noviembre se desarrolla un curso de 10 horas sobre **Educación para la Convivencia**, dirigido al alumnado del Programa de Garantía Social e impartido por monitores de la Cruz Roja.

D - "CONSTITUCIÓN DE LA JUNTA DE DELEGADOS DEL CURSO 2006 / 2007"

Una vez realizadas las elecciones de los representantes de los alumnos en cada grupo, se convoca, a los alumnos/as elegidos como Delegados o Subdelegados de aula, a una Reunión a la que también asiste el Director y la Orientadora del Centro. Tiene lugar en la Biblioteca, el martes día 7 de Noviembre a las 20 horas.

En dicha Reunión se orienta a los delegados, sobre sus funciones y los ámbitos del Centro en los que pueden y deben participar; se les explica qué es el Consejo Escolar; se les entrega documentación de interés para desempeñar su cargo y se procede a constituir la Junta de Delegados del Curso en el que nos encontramos, quedando formada de la siguiente manera:

- Presidente: Isidro Campo Coque del grupo de Ebanistería.
- Vicepresidenta: Cristina Fernández Rojo del Módulo III de la Mañana.
- Secretario: Gilberto A. Mercedes Vidal del Módulo II de la Mañana.

D - CHARLAS de Educación Vial: "EL CARNÉ POR PUNTOS y RIESGOS MÁS FRECUENTES AL VOLANTE"

Los día 16 de Noviembre a las 20 horas y el 17 de Noviembre a las 11 horas, se desarrollaron en el Centro, sendas Charlas - Coloquio sobre el Carné **por Puntos y los Riesgos más frecuentes que se asumen a la hora de conducir**. La persona elegida para impartirlas fue Doña Emérita García Alonso, Coordinadora de Educación Vial de la Jefatura Provincial de Tráfico de León.

E - "ERRADICAR LA VIOLENCIA DE GÉNERO"

Se aborda el tema de la violencia ejercida contra la mujer en dos ocasiones:

El día 23 de Noviembre a las 17 horas, se trata una forma especialmente manifiesta de violencia contra las mujeres: - el mundo de la Prostitución y el debate de si es procedente o no su regulación legal, a través de un coloquio posterior a la proyección de la película " El año que trafiqué con mujeres."

Y El día 24 de diciembre se proyecta la película en Inglés " Sleeping with the Enemy" a los alumnos del Módulo IV y posteriormente al visionado de la misma, se realiza un Debate dirigido por la orientadora del centro, sobre las múltiples formas de violencia que se viene ejerciendo sobre la mujer.

F - VISITAS AL "AULA DE PREVENCIÓN DEL CENTRO DE SALUD LABORAL DE LEÓN"

Durante la primera quincena de diciembre, los alumnos de los grupos de Ebanistería y Garantía Social, y los alumnos del Módulo IV de la mañana, acuden acompañados por sus tutores y por la Orientadora del centro al Centro de Prevención y Salud Laboral de Castilla y León, situado en Armunia, con el objeto de conocer el Centro y sus actividades.

Allí los alumnos pueden manipular distintos **Equipos de Protección Individuales** (EPIS), sensibilizarse sobre la importancia de la prevención, y conocer qué se estaba haciendo actualmente en materia de prevención, tanto de enfermedades profesionales como de accidentes laborales.

G – "LEY DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL Y ATENCIÓN A LAS PERSONAS EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA "

El jueves 14 de diciembre a las 17,30 horas se celebra en el Salón de Actos del Centro una Charla – Coloquio para explicar pormenorizadamente, como va a quedar regulada la atención a las personas en situación de dependencia, con la implantación de la nueva Ley y aclarar las dudas que el tema puede suscitar. Es impartida por **Don Ignacio Robles García**., Secretario General del IMSERSO.

I - VISITA AL "IES LA TORRE" DE LEÓN.

El 12 de enero, el alumnado de los Módulos III y IV y de Garantía Social, acompañados por los profesores de dichos grupos y la orientadora del Centro, realizan una visita al IES "La Torre" de León con, con la finalidad de obtener información detallada sobre los distintos ciclos formativos que allí se pueden cursar, los talleres de las clases prácticas y las salidas laborales más frecuentes de los mismos.

J - TERTULIA FILOSÓFICA – LITERARIA.

El 1 de febrero se realiza una tertulia filosófico- literaria dirigida al alumnado de Enseñanzas Iniciales (Consolidación) de la tarde, sobre el tema de **¿Cómo afrontamos el hecho de la temporalidad de la existencia?** Es dirigida por los tutores de dichos grupos y la Orientadora del Centro.

K - Educación Vial "¿CÓMO ACTUAR EN CASO DE ACCIDENTES?, Y PRIMEROS AUXILIOS"

El 12 de febrero se realiza en el salón de actos un **Taller práctico sobre "Cómo actuar en caso accidentes". ¿Qué se debe y qué no se debe hacer en caso de duda? Primeros auxilios"**. Es impartido por Marcos Murias, ATS perteneciente al equipo de voluntarios de Cruz Roja de León

L - Educación Vial. "COSTE HUMANO Y MATERIAL DE LOS ACCIDENTES DE TRÁFICO:

El 5 de Marzo, se realiza una conferencia **sobre "Coste Humano y Material que suponen los accidentes de tráfico"**. Es impartida por Doña Emérita García Alonso, Coordinadora de Educación Vial de la Jefatura Provincial de Tráfico de León.

M - DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER

El día 9 de marzo, a las 10,50 horas, en el turno de mañana, se celebra una charla-coloquio sobre el tema de **La Mujer Trabajadora y cómo ha sido la evolución de su Papel en la Sociedad**, a lo largo de la Historia. Es impartida por Doña Eloína Terrón Bañuelos, Trabajadora Social de los Equipos Psicopedagógicos de León.

Mª Montserrat Chamorro Barragán
Departamento de Orientación del Centro

UN JUEVES DE CINE

Un jueves cada quince días, en el turno de tarde, se proyectan películas de corte social, comprometidas con ciertos valores que buscamos para la conmemoración de fechas especiales. Preferentemente son españolas, latinoamericanas y europeas, salvo alguna excepción.

Durante el primer y segundo trimestre hemos visto:

"Volver", de Pedro Almodóvar.
"Mi vida sin mí", de Isabel Coixet.
"Tierra y Libertad, de Ken Loach.
"Cinema Paradiso", de Jim Sheridan.
"¿Qué es lo que sabemos?", de William Arntz.

A lo largo del tercer trimestre veremos, si es posible:

"Estación Central de Brasil"
"Barrio"
"Good bye Lenin"
"Las cartas de Alou"
"La vida de los otros"

Cristino Torío Fernández
Departamento de Actividades Extraescolares

LA AVENTURA DE LA EVOLUCION HUMANA

La aparición del hombre en la tierra es efímera si la comparamos con los 4.600 años de existencia de la Tierra, e incluso con con 65 millones de años que han transcurrido desde la primera aparición de los primates.

Las investigaciones científicas han ido esclareciendo el misterio de nuestro origen. En nuestro viaje por el pasado más remoto, tan bien ilustrado en la exposición "Del mono al hombre", hemos asistido al origen de los primeros homínidos, a su primer paso adelante, como fue el bipedismo, a la creación de las primeras herramientas, al uso del fuego y al nacimiento de la autoconciencia.

BIPEDISMO

Dicen los investigadores prehistóricos que la erección de la columna vertebral fue una manera de adaptarse a unas condiciones de vida nuevas. Parece ser que los cambios climáticos hicieron desaparecer los bosques en áreas extensas de las selvas africanas. Por consiguiente algunos monos tuvieron que descender de los árboles y adaptarse a la vida en las praderas. Con el bipedismo podían desplazarse mejor, correr más, tener más visibilidad y liberar las manos. Así pudieron sobrevivir en competencia con otros animales depredadores de las sabanas.

PRIMERAS HERRAMIENTAS

Hace 2,5 millones de años una especie de primates fue capaz de de elaborar herramientas de piedra con las que cortar alimentos y pieles.

UTILIZACIÓN DE FUEGO

Fue una de las conquistas más importantes para la evolución humana ya que cambiaría su forma de alimentarse y les proporcionaría luz, calor, y seguridad, ya que, en adelante, podrían dormir tranquilos sin temor a ser devorados por las fieras.

CAPACIDAD DE SER CONSCIENTE (LA AUTOCONCIENCIA)

Los primeros enterramientos denotan el inicio de un comportamiento simbólico, ya que comienzan a sentir la pérdida de los suyos y a preguntarse sobre la vida y la muerte. También nos lo demuestran las pinturas rupestres con escenas de los animales que cazaban, y las estatuillas donde resaltaban los aspectos de la fertilidad de la mujer. Su cerebro estaba ya plenamente desarrollado.

El hombre actual sigue aprendiendo e intentado mejorar su vida ya que, a lo largo de la historia, continúa dejando tras él todo un cúmulo de éxitos y fracasos que le hacen más humano.

Sara Marcos Acevedo
ESPA. M1-Mañana

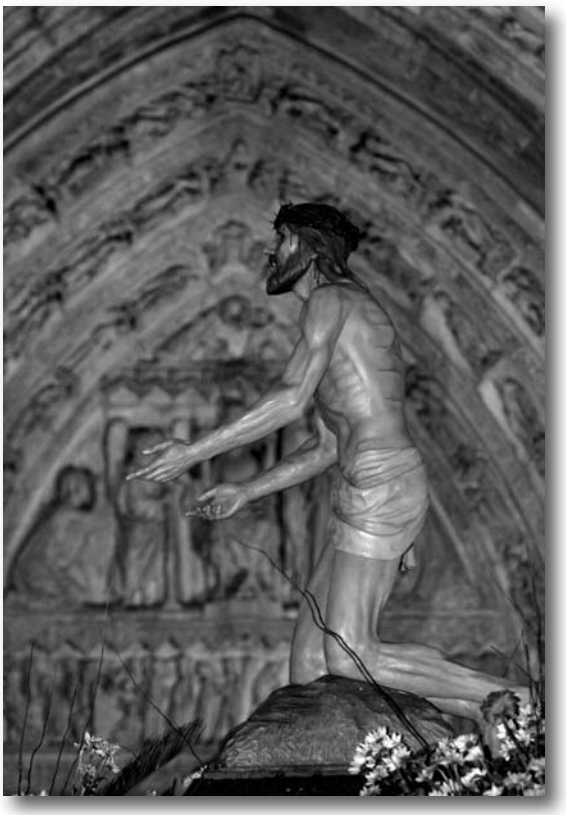
CRISTO DEL PERDÓN Y SU HISTORIA

En mi clase y en el Taller de Prensa, al que asistí durante el primer trimestre del curso, elaboré este trabajo para conocer mejor la cofradía a la que pertenezco. Para ello utilicé la técnica de la entrevista.

Mis agradecimientos al Abad Angel Carlos Carbajo González y a todos/as los/as seises. Y a los hermanos/as de la banda de cornetas y tambores de la cofradía, a la que estoy muy orgullosa de pertenecer desde hace 3 años.

Y al Director de la Banda José Blanco Martínez.

Muchas gracias por ser mis hermanos/as.



¿En qué año se fundó?

En 1964 y salió en 1965.

¿Quién la fundó?

Un grupo de personas de SAN VICENTE de PAUL que trabajaban en la parroquia, encabezado por don ANGEL BENAVENTE VALENCIA.

¿Cuántos abades han pasado por la cofradía?

Dieciocho.

¿Cuándo entró la primera mujer en la cofradía?

Entraron como "manolas" y fue la primera cofradía que las tuvo. Fue en 1966. En 1991 ya las dejaron salir como "paponas".

¿Con cuántos pasos salió la cofradía por primera vez?

En 1965 salió con un crucificado prestado por la cofradía el DULCE NOMBRE DE JESÚS NAZARENO y la banda de cornetas de MINERVA.

¿En qué año se fundó la banda y con cuántos hermanos/as?

En 1966, con 150 hermanos/as.

¿Cuántas personas hay en la cofradía?

Ochocientas cincuenta.

¿Cuántas personas están a cargo de la cofradía?

Once hombres y una mujer.

¿Cuántas cofradías tenemos hermanadas?

La de JESUS CAUTIVO DE OVIEDO. Mantenemos buena relación con la Cofradía Penitenciaria de la Sagrada Pasión de Cristo de VALLADOLID, y con la de NUESTRO PADRE DE JESÚS DEL PERDÓN, de SALAMANCA.

¿Cuándo se fundaron las imágenes talladas y por quién?

En 1966 se encargó a don ANGEL ESTRADA el paso del CRISTO DEL PERDÓN.

En el año 1984 AMADO FERNANDEZ talló la MADRE DE LA PAZ; y en el año 1970 salió el CRISTO DE LA ESPERANZA portado por 3 hermanos de la cofradía.

En el año 2005 se incorpora la imagen de NUESTRO JESÚS PRESO que realizó el escultor y papón MANUEL LOPÉZ BECKER.

Para más información consultar la página web:
http://www.3.planalfa.es/cristoperdón

Rosalía Cadenas Bugallo
Taller de Prensa

AULA DE INFORMÁTICA

AULA DE EBANISTERÍA

EXCURSIÓN AL CTR DE SAN ROMÁN

- VAL DE SAN LORENZO -
- ASTORGA -

Enseñanzas Iniciales

VOLVER AL COLE: OTROS RETOS, NUEVAS EXPERIENCIAS

El curso se ha terminado, otro año más ha pasado. Parece que fue ayer cuando vine por primera vez a esta escuela, pero ya son cuatro los cursos que llevo aquí.

Venía con un poco de miedo. Todo esto era para mí desconocido. Yo apenas fui a la escuela y lo poco que en ella había aprendido se me había ido olvidando.

Aquí, aparte de recordar todas esas cosas que son necesarias para mí, he aprendido a convivir con las demás personas que me rodean.

El colegio me ha dado la oportunidad de conocer lugares y culturas diferentes a través de nuestras clases y viajes; pero lo más importante es haber conocido gente que tiene las mismas inquietudes que yo.

El curso pasado estuvimos en Bruselas. Visitamos el Parlamento, donde se sientan todos los diputados que nos representan y tratan los temas que cada país lleva para poder mejorar el mundo un poco.

Visitamos Brujas, una ciudad de cuento de hadas, como su nombre indica.

Este año, el tiempo se pasa más rápido ya que podemos asistir a diferentes talleres. Nos preparamos para pelearnos con los ordenadores. ¡Hay que estar al día con nuestros nietos! Podemos disfrutar aprendiendo Inglés, ¡que nos vendrá muy bien para los próximos viajes! También estamos aprendiendo a entender y resumir las noticias de los periódicos en el Taller de Prensa.

Por cierto, comentando la Agenda del Diario de León en este Taller, descubrimos el anuncio de la exposición titulada "Universo en miniatura", y fui a verla. Era en el Palacio de Botines. Nos mostraba un mundo animal muy distinto del que vemos a nuestro alrededor. Estaba planteada en plan divulgativo, pero intentando ser didáctica. Era un mundo en miniatura, de seres invertebrados, en el que los insectos lo llenaban casi todo. Algunos de ellos me atrajeron por sus vistosos colores, como las mariposas. Otros se camuflaban perfectamente, como el Insecto Palo y el Insecto Hoja, sin que apenas pudiéramos encontrarlos. Y algunos otros me aterrorizaban, como los escorpiones y las tarántulas. A través de esta exposición también pudimos repasar sus ciclos biológicos, descubrir su capacidad de adaptación y conocer la importancia que tienen en la naturaleza como polinizadores de las plantas. Aunque son seres muy pequeños, forman parte de nuestro universo y ha sido muy interesante conocerlos.

Además de los viajes y las visitas, nuestro cole nos transporta, aunque sea mentalmente, a otros lugares y situaciones a través de las películas que visionamos.

Lo cierto es que disfruto mucho y por eso animo a matricularse en esta escuela a todo aquel que quiera escucharme.

Caya Rueda Agúndez
FB2- Tarde

RECUERDOS DE DOS AÑOS EN LA ESCUELA

Como en años anteriores, nuestro profesor nos pide que participemos en la composición de la revista "La Encina", y para ello nos indica varios temas para que elijamos uno de ellos. Yo me inclino por las experiencias que haya podido tener dentro y fuera del aula a lo largo de estos casi dos años que llevo dentro del grupo de clases de adultos.

Desde el primer día me he sentido muy contento y satisfecho, puesto que dentro del grupo existe una gran y muy buena convivencia. Así es que, si de experiencia se trata, pues empezaré diciendo que en los temas de clase unos me gustan más que otros, como es natural. Las matemáticas y la lectura las voy llevando más o menos; la ortografía creo que regular; pero si hablamos de verbos... eso ya me cuesta un poco más; pero, en fin, contento.

Otras experiencias, y muy gratas para mí, han sido las excursiones. Me han encantado todas, pero muy en particular la que hicimos por Tordesillas, Fuensaldaña, Urueña... Me entusiasmó visitar el Parlamento Autonómico, y me hizo mucha ilusión sentarme en uno de sus escaños. También la visita que hicimos al Museo de las Campanas, me gustó la explicación que la señorita nos dio de cada una de ellas. También recuerdo con cariño las demás excursiones. En una de ellas se produjo algo muy bonito. Regresando a casa hicimos un alto en la carretera, y los compañeros de Cabreros nos obsequiaron con unas cerezas. Las comimos. Nos supieron muy ricas y pasamos un rato muy agradable.

Un gran detalle por parte de los compañeros de Cabreros.

Como digo, las recuerdo con cariño porque en ellas hemos visitado muchas cosas: la fábrica de cemento de La Robla, también su Central Térmica, el Museo de la Minería de Asturias así como la visita que hicimos a las instalaciones de "Sidra El Gaitero". También, como no, a todos los santuarios religiosos y, por supuesto, las comidas en cada una de ellas llenas de compañerismo.

Hace unos días recibimos la visita del Señor Inspector. Visita grata por cierto, ya que sirvió para darnos ánimos para seguir las clases y poner todo lo que estuviera en su mano para mejorar en lo posible el bienestar en el aula y en otros cometidos, como, por ejemplo, el curso que empezamos hace unos días con el ordenador. Una iniciativa que, en lo que a mí se refiere, es de agradecer. Y claro está, hacer extensible este agradecimiento a nuestro profesor que en buena parte también le toca.

Y nada más, pues creo que más o menos he explicado la experiencia de mi paso dentro y fuera de la clase en estos dos años en su totalidad. Gracias a todos: al profesor por su paciencia y el interés que pone para enseñarnos, y al resto de los alumnos por su compañía.

José María Barrientos Cepedal
Aula de Valencia de Don Juan

EL CARNÉT POR PUNTOS, VISTO POR UN PROFESIONAL DE LA CARRETERA

El autor de este artículo es conductor profesional y trabaja en el transporte. Combina su actividad como estudiante en nuestro Centro con su profesión: asiste a clase al tiempo que realiza una jornada de trabajo que le lleva a realizar una media de 800 kilómetros diarios. Después de escuchar la conferencia sobre "El carné por puntos", y como conocedor de la realidad de nuestras carreteras desde esta intensa experiencia, le hemos pedido que exponga su opinión.

El carné por puntos está bien: han bajado las muertes en la carretera y eso es una buena noticia. Pero yo, como profesional de la carretera quiero hacer algunas observaciones, pues esto se puede mejorar.

El carné por puntos supone un nuevo concepto de la conducción. Pero creo que no se ha reflexionado acerca de las diferentes realidades que existen en nuestras carreteras. A nosotros, los profesionales, que hacemos al volante una media de nueve horas diarias, unos 800 kilómetros en mi caso, se nos dan tres puntos más que a un conductor de turismos. Creo que eso no es muy justo, pues nuestra media de horas al volante supera esa proporción en puntos respecto a un conductor ordinario. Quiero decir que el tiempo para tener ocasión de cometer imprudencias involuntarias (todos cometemos errores) no es el mismo que en un conductor medio. Y es más, hay ocasiones en que esas infracciones están impuestas en ocasiones por las circunstancias de la carretera: yo me he visto obligado a saltar la línea continua obligado por otro vehículo que se ha saltado un stop. Pero otras veces es fruto de un despiste. Y a más tiempo en la carretera más ocasiones para que este tipo de infracciones se produzca. El carné por puntos tal y como está ahora no es justo, no es equitativo para los profesionales.

¿Y qué ocurre con conductores de otros países? Por ejemplo, en Portugal no existe carné por puntos. Si un conductor de esta nacionalidad es detenido por una infracción no se le pueden quitar puntos, puede seguir conduciendo independientemente de las infracciones que haya realizado. ¿Y qué pasa con la sanción?, pues que si no tiene dinero para pagarla en el acto los agentes no están preparados ni para inmovilizar al vehículo ni para cobrarla por medio de una tarjeta de crédito. En países como Francia o Alemania esto no sucede: pueden cobrar la sanción pues los vehículos de los agentes tienen el equipo necesario para ello, y en todo caso están equipados con cepos para inmovilizar el vehículo.

Otra discriminación o mala aplicación del carné por puntos es la siguiente: a los profesionales de la carretera se les considera profesionales en todo momento, estén conduciendo un vehículo profesional de transporte o no. Por ejemplo: en un control de alcoholemia a un profesional que conduce un turismo particular se le exige el mismo nivel de alcoholemia que si estuviera conduciendo un camión. A un conductor ordinario se le exige un nivel de alcohol en aire expirado e 0,05. A un profesional que conduce un turismo se le sigue exigiendo lo mismo que si condujera un camión: 0,03... ¿ el peligro que crean ambos conductores no es el mismo? ¿por qué la sanción se aplica con esta discriminación? Y más, si ambos conductores de turismos, el ordinario y el profesional, se pasan en ese control, digamos hasta 0,06, como la sanción es progresiva y a uno se le cuenta desde 0,05 y al profesional ese 0,03, las dos sanciones no son iguales. Creo que esto es una doble discriminación. Y no digamos las consecuencias que eso tiene para ambos conductores: al profesional le afecta a su fuente de ingresos, a su trabajo. Visto así es una triple injusticia o triple discriminación. Y además basta tener el carné de profesional para que seas tratado así, aunque no hayas tocado el camión más que para examinarse, es decir, no trabajando como profesional de la carre-

tera, simplemente por tener ese tipo de carné ya eres tratado de esta manera. Yo esto
no lo entiendo. Y yo quiero que la carretera sea segura, que la gente conduzca bien, pero que las normas sean justas e iguales para todos.

En otras ocasiones las sanciones están mal aplicadas, o se aplican con discriminación: casos en que coinciden dos infracciones de dos vehículos a un tiempo, por ejemplo en un control de velocidad en el que va un camión detrás de un turismo, ambos a la misma velocidad, incluso a veces con velocidad mayor en el turismo, pues se va alejando, observo que la tendencia de los agentes de tráfico es sancionar al vehículo de transporte y dejar de lado al turismo.

¿ Y qué ocurre si tu quieres denunciar una infracción que has observado en la carretera? Pues que los agentes te dicen que tienes que acudir al cuartel para hacer esa denuncia, que te tienes que desviar de tu ruta.... ¿cómo voy yo a dejar mi ruta de trabajo para desviarme a Logroño o a Madrid para hacerlo?, ¿ no están ellos para atender los problemas que surgen en la carretera y solucionarlos?, ¿por qué no acuden cuando yo les expongo un problema?

Dentro del mundo del transporte existe otro problema que quisiera exponer, y es que los agentes de tráfico realizan un mal control que perjudica a los conductores españoles profesionales que cumplen estrictamente todos los requisitos que la ley les impone frente a los conductores que actúan al margen de la ley y con picardía, y entre éstos los de origen extranjero, del este de Europa principalmente. Yo conozco el caso de un chófer extranjero, que viajaba con mercancía peligrosa, en un trayecto desmesuradamente largo en tiempo y kilómetros (Barcelona-Burgos-Valladolid- León- Asturias y regreso inmediato), que al ser denunciado no fue sancionado por los agentes de tráfico más que por carecer de 5 discos de diagrama, en los que queda memoria de todas las acciones que ha realizado el vehículo en los últimos días. Los agentes en ese caso ni comprobaron la carga, que era de mercancía peligrosas y no estaba debidamente señalizada con unas placas de color naranja, e hicieron caso omiso de que el carné de ese conductor estaba invalidado pues era de un país extranjero y estaba caducado por tener más de un año. La sanción lógica hubiera sido la de tener en cuenta todo lo anterior, exigir al conductor nueve horas de descanso (pues bastaba ver el albarán de salida de la mercancía desde Barcelona, donde figuraba la hora de salida, de la que se deducía que llevaba más horas conduciendo de las permitidas), e inmovilizar el vehículo con un cepo, sin tener necesidad e estar vigilándolo, como hacen en el País Vasco.

El problema de la competencia que sufrimos los conductores españoles frente a la competencia de extranjeros es grave. Los empresarios se aprovechan de su necesidad, les explotan despiadadamente, les pagan poco (yo conozco gente que está trabajando por 600-800euros, y como pueden dormir en el camión lo aceptan), les hacen conducir en muchos casos más horas de las permitidas, y con carnés inválidos (que equivale a no tenerlo). ¿Qué ocurre en caso de accidente?, pues que el seguro no se hace cargo, y la indemnización al vehículo perjudicado (tras un calvario de juicios y tiempo perdido) la ha de pagar el fondo de compensación, que es como si la pagáramos todos. Esta situación, que es una competencia desleal, perjudica a los nacionales que cumplimos con todos los requisitos. Ya hay empresas del transporte, yo las he visto en Bilbao, en Santander, en Murcia,... que anuncian: "Se necesita chofer. Abstenerse españoles".

Luis Domingo López Prieto
ESPA. M4- Noche

DÍA DE LA MUJER…TRABAJADORA. "HOMENAJE" DEL REFRANERO

La sabiduría popular plasmada en refranes dedica una gran cantidad de ellos a la mujer, pero no precisamente a la mujer trabajadora, como no sea el de "El hombre propone, Dios dispone, y la mujer todo lo descompone", ya que componer y descomponer también suponen un gran esfuerzo.

Yo creo que, como en tantas ocasiones, el refranero no ha sido muy generoso con nosotras, pues unas veces nos quiere **"En casa y con la pata quebrada"**, otras **"La mujer y la sartén en la cocina están bien"**, e incluso nos apalea "A la mujer como a la burra, todos los días zurra".

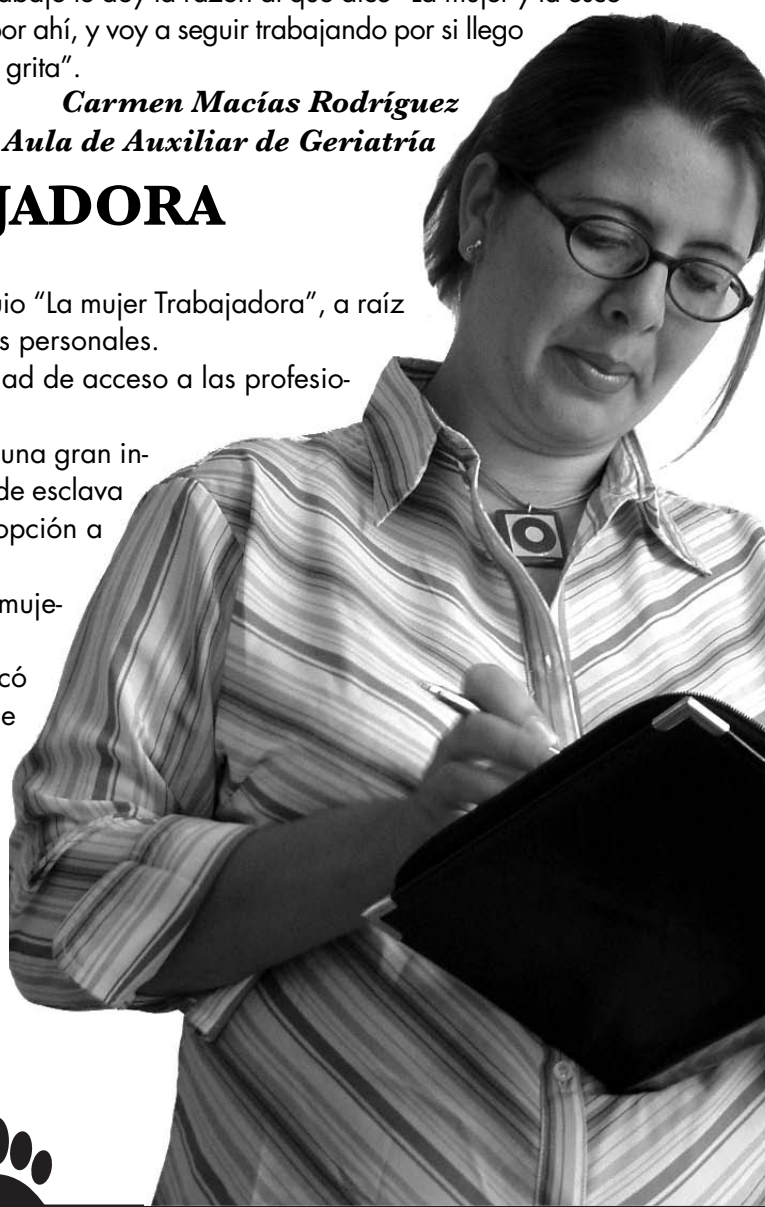
Claro que cuando nos dejan salir nos nos tratan mucho mejor. Y así hay refranes para las que no están en casa: "La mujer callejera dice de todas y todas de ella". O "Moza que se asoma a la ventana cada rato, venderse quiere barato".

Tampoco nos quieren pobres. "Sin bolsa llena, ni rubia ni morena". Ni si somos suegras: "Suegras, abogado y doctor, cuanto más lejos mejor". Y, ¿qué decir si comemos?: "Búscala fina y guapa, que gorda y fea se pondrá ella". ¡Hasta nos comparan con el vino!: "La mujer y el vino sacan al hombre de tino".

¡Menos mal que nosotras no hacemos caso y seguimos trabajando! Será por eso por lo que nos han dedicado un día. Lo que no tengo tan claro es si ese día tengo que trabajar el doble o me tengo que estar quieta. Bueno, hagamos lo que hagamos tenemos refrán para ambas cosas. Si no trabajo le doy la razón al que dice "La mujer y la escopeta, en casa quieta". Aunque yo veo que no voy a pasar por ahí, y voy a seguir trabajando por si llego a rica, ya que "En casa de la mujer rica, ella manda y ella grita".

Carmen Macías Rodríguez
Aula de Auxiliar de Geriatría

LA MUJER TRABAJADORA



El viernes por la mañana asistimos a la conferencia-coloquio "La mujer Trabajadora", a raíz de la cual he redactado unas líneas con mis conclusiones personales.

La mujer ha tenido que luchar duramente por la posibilidad de acceso a las profesiones vedadas.

En una sociedad exclusivamente machista, apoyada por una gran influencia religiosa, dejaban a la mujer con el único papel de esclava laboral dentro de su hogar y, en el campo, sin ninguna opción a la cultura.

A lo largo de la historia la desigualdad entre hombres y mujeres ha estado patente.

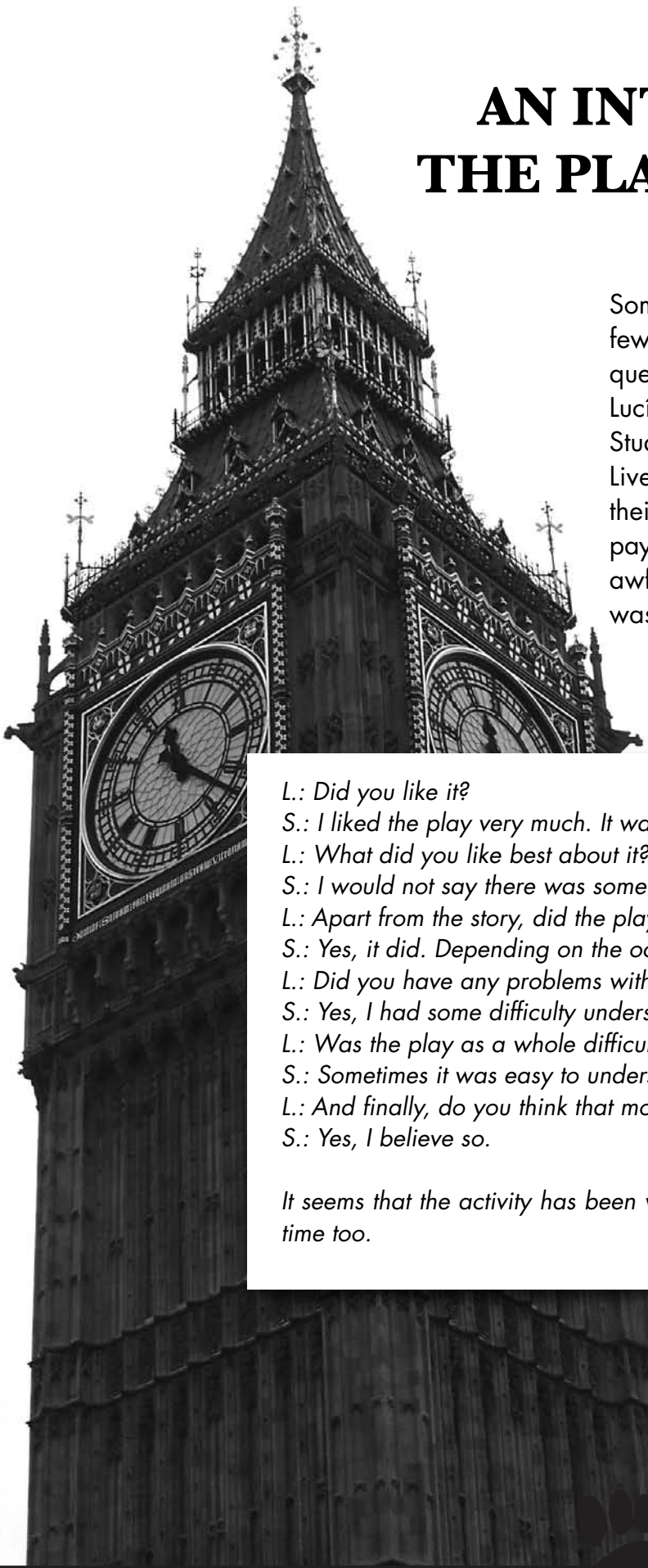
Ya en la Revolución Francesa, Olimpia de Gonges publicó la Declaración de los Derechos de la Mujer afirmando que la mujer nacía igual al hombre.

Las Sufragistas que reclamaban el voto sufrieron cárceles y vejaciones.

En 1928 se implantaba el voto femenino en Gran Bretaña, y, en 1931, en España.

Una lucha en la que muy lentamente fueron empezando a destacar tanto en el arte como en la cultura y la política.

Estrella Fernández
ESPA. M1- Mañana



AN INTERVIEW ABOUT THE PLAY "SCHOOL DAYS"

Some students went to see the play "School Days" a few days ago. Today I am going to ask them some questions about it.
Lucía: What was the play about?
Student: It was about three girls who were studying in Liverpool. They were studying performing arts, but their parents did not want to send them any money to pay for their rent and expenses. They were living in an awful attic and had a very nasty landlady. The play was about what their life there was like.

L.: Did you like it?
S.: I liked the play very much. It was great fun.
L.: What did you like best about it?
S.: I would not say there was something I liked best; I enjoyed the play as a whole.
L.: Apart from the story, did the play transmit any feelings?
S.: Yes, it did. Depending on the occasion, it transmitted joy, sadness or happiness.
L.: Did you have any problems with the vocabulary?
S.: Yes, I had some difficulty understanding some words.
L.: Was the play as a whole difficult to understand?
S.: Sometimes it was easy to understand, but others it wasn't.
L.: And finally, do you think that most students understood the play?
S.: Yes, I believe so.

It seems that the activity has been very successful and that most students had a good time too.

Lucía Lopes de Barros
ESPA. M4-Mañana

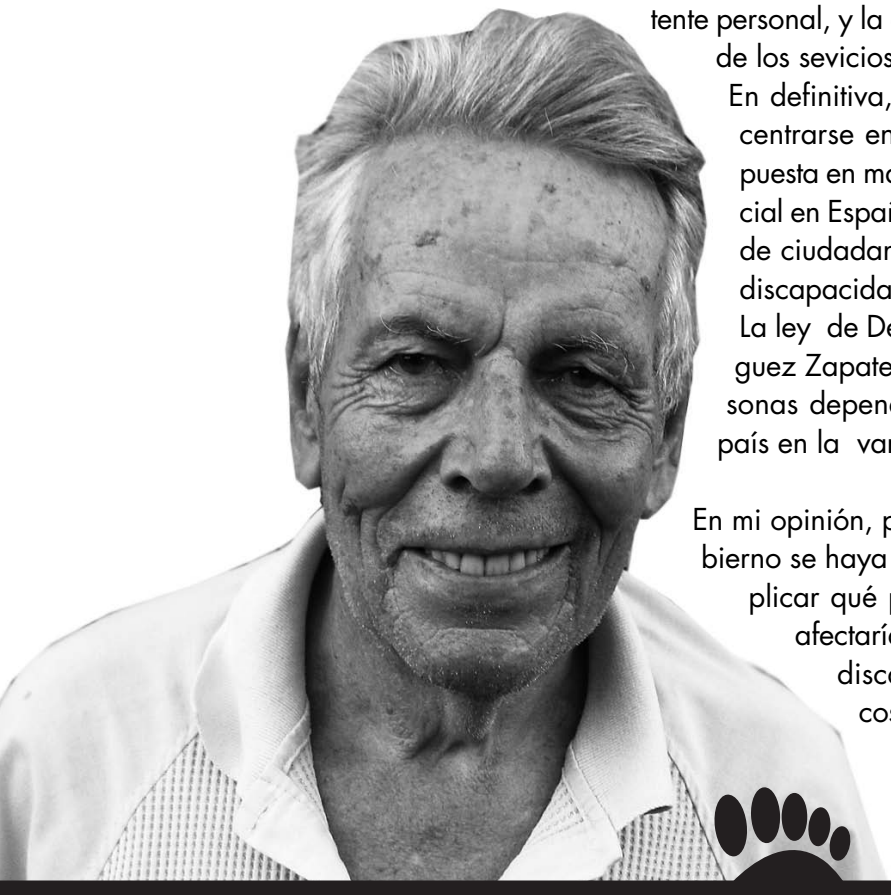
UN NUEVO DERECHO PARA MAYORES Y DISCAPACITADOS

El 3 de enero de 2007 salió publicado en el Diario de León un artículo que voy a resumir y sobre el que os daré mi opinión.

En el día de ayer, 2 de enero, se procedió a la constitución del Consejo Territorial del Sistema para la Autonomía Personal y la Atención a la Dependencia. Es un instrumento decisivo para la puesta en marcha de la Ley, que requiere del compromiso y actuación conjunta de todos los poderes e instituciones públicas. Motivo por el cual la coordinación y la cooperación con las Comunidades Autónomas es indispensable para poner en marcha un Plan de Acción Integral, la intensidad de los servicios del catálogo de prestaciones, su acceso, o los criterios de baremación.

Este primer año de la Ley entrarán a disfrutar de los servicios planteados por el Gobierno las personas con "gran dependencia": aquellas con pérdida de autonomía física, mental, intelectual o sensorial que necesiten apoyo continuo, por no poder valerse solas. Se cubrirá el apoyo para la realización de actividades básicas, como son el cuidado personal, tareas de orientación y ejecución de tareas sencillas.

El Consejo acordará el baremo mediante el que se valorarán las características de los servicios de dependencia, la cuantía de las prestaciones económicas para el cuidador, o para la contratación del asistente personal, y la aportación de los usuarios a la financiación de los sevicios.



En definitiva, el objetivo de todo buen gobierno debe centrarse en la ejecución de medidas que mejoren la puesta en marcha de un nuevo sistema de protección social en España y el reconocimiento de un nuevo derecho de ciudadanía para personas mayores y personas con discapacidad.

La ley de Dependencia, impulsada por José Luis Rodríguez Zapatero, mejorará la calidad de vida de las personas dependiente de sus familias, y situará a nuestro país en la vanguardia de las Sociedades del Bienestar.

En mi opinión, parece que la gente se queja de que el Gobierno se haya lanzado a establecer unos baremos sin explicar qué población estaría cubierta por ley y cómo afectaría a cada uno de los grandes colectivos de discapacitados, como parapléjicos, tetrapléjicos, o enfermos mentales.

Carmen Cañibano Pérez
Taller de Prensa

EXPERIENCIA EN LA CLASE

Soy una alumna del Aula de Adultos de Cabreros del Río. Nuestro profesor es agradable y mejor persona. Nos enseña mucho, aunque tengamos pocas facultades para aprender, pues con los años cuesta bastante.

Me gusta ir a clase, recordar aquellos tiempos jóvenes, leyendo, escribiendo, haciendo cuentas, problemas, etc. Lo pasamos muy bien con todos los compañeros. Hablamos, nos reímos y hacemos cosas en común, que a veces no nos salen bien a la primera y tenemos que rectificar.

Dentro de dos meses nuestro profesor nos llevará de excursión, sea a un sitio u otro. Y es de agradecer, pues se aprende mucho de esa experiencia. En años pasados ya hemos visto cosas muy valiosas de nuestra provincia y de otras de fuera. Si no fuera por estas excursiones seguramente nunca las habríamos visto, ni sabríamos de ellas.

Micaela Melón Melón
Aula de Cabreros del Río

CHARLA SOBRE EL TABAQUISMO

El día 7 de febrero, por la tarde, y organizada por la Asociación de Vecinos del Mercado, tuvo lugar en nuestro salón de actos, una conferencia sobre los efectos perniciosos del tabaco y los tratamientos para dejarlo. El conferenciante fue el Dr. D. Serafín de Abajo Olea Álvarez. Asistieron los vecinos y el alumnado de nuestro centro.

La Redacción

MÚSICA POR SANTA CECILIA

El día de Santa Cecilia, patrona de los músicos, el alumnado y el profesorado de la Escuela Tradicional de Música y Danza del Ayuntamiento de León nos amenizó con una muestra del folclore de nuestra provincia que deleitó los oídos de todos los asistentes. Dulzainas, gaitas, tambores, panderetas, chiflas, voces y músicos de todas las edades llenaron de alegría nuestro Centro.
¡Hasta pronto!

La Redacción

CURSO DE NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN PARA PERSONAS MAYORES

Concejalía de Medio Ambiente Huertos de Ocio

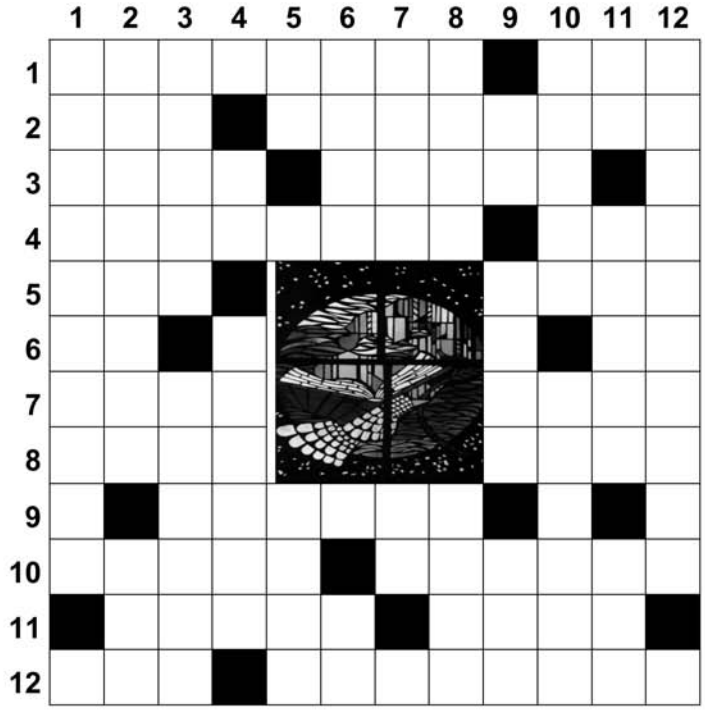
Del 9 de enero al 3 de abril se desarrolló el ciclo dedicado a **nutrición-alimentación** bajo el título de "L***os martes... nutrición",*** organizado por los Huertos Municipales de Ocio, en el Centro de Educación de Adultos Faustina Álvarez. No solamente asistieron nuestros horticultores sino también el alumnado y profesorado de este Centro.

Los temas elaborados y presentados por la Dra. Dña. **Celia Rodríguez Liébana** y preparados para personas mayores, tuvieron un gran éxito y suscitaron un vivo interés entre los asistentes. Hemos escuchado expresiones como *"No hay ninguna dieta buena", "la leche no es el mejor alimento a nuestros años y da muchos problemas", "con los alimentos tenemos que experimentar para ver cual nos viene mejor", "si queremos dormir mejor, para cenar tomar legumbre", "hacer ejercicio quema calorías y nos rejuvenece", "beber como si masticásemos y comer como para beber", "la mejor dieta consiste en comer de todo pero en poca cantidad"…*

Nos ha quedado clara la importancia que tiene una buena alimentación para tener una vida saludable.

Senén Bernardos Ruiz
Coordinador de los Huertos Municipales de Ocio

CRUCIGRAMA DEL CENTRO



HORIZONTALES

1. Pintura sobre papel o cartón con colores diluidos en agua. Onda de gran amplitud que se forma en la superficie de las aguas. **2**. Apócope de malo. Guisar, condimentar o sazonar los alimentos. **3**. Al revés, mes primaveral. Vuelve a caer. Número romano equivalente a 100. **4**. Oficial cuyo empleo es el inmediatamente inferior al de capitán. Juego que consiste en una serie de 63 casillas, ordenadas en espiral. **5**. Sufijo diminutivo. Al revés, sale del huevo un animal ovíparo. **6**. Hasta hace unos años, matrícula de los vehículos de Pamplona. Número romano que equivale a 50. Última letra de todos los infinitivos verbales. Símbolo de la plata. **7**. Alce, tapir. Al revés, pronombre demostrativo neutro. **8**. Cabo situado en la costa mediterránea alicantina, al sur de Torrevieja. Al revés en plural, figurada y familiarmente embrollo, barullo, gresca, desorden. **9**. Letra que indica plural. Al revés, día de la semana. Hasta hace unos años, matrícula de los vehículos de Lérida. Abreviatura de punto cardinal que indica el Este. **10**. Nombre antiguo de la ciudad de Tarrasa. En plural, efecto de marearse. **11**. Nombre del Director del Centro de Educación de Adultos de León "Faustina Álvarez García". Al revés, concejal de un ayuntamiento. **12**. Parte que sobresale y sirve para coger el objeto a que pertenece. Al revés, dividir en partes sumamente pequeñas, pulverizar.

VERTICALES

1. Alzarse en motín a una multitud. Primera de las vocales. **2**. Nombre del Jefe de Estudios del Centro de Educación de Adultos de León "Faustina Álvarez García". Todo fluido aeriforme a la presión y temperatura ordinarias. **3**. Soldado de caballería ligera armado de lanza, en los ejércitos austriaco, alemán y ruso. Bebida medicinal que resulta del cocimiento ligero en agua, de una o varias hierbas y otros ingredientes. **4.** Primera letra del abecedario. Forma de pronombre personal en 1ª persona singular. Al revés, que anda junto y acompañado con otros de su especie. **5**. Nombre con que se designaba en Egipto al Sol. Segunda de las vocales del abecedario. Al revés, cuando hay una hilera de caballerías se dice que van formando una _ _ _ _ A. **6**. Paraíso terrenal, morada del primer hombre antes de su desobediencia. Inicial del nombre propio "Ramón". Artículo determinante femenino, singular. **7**. Al revés, medida de peso común que se usa en Filipinas. Al revés, hasta hace unos años matrícula de los vehículos de Málaga. Última letra del abecedario. **8**. Árbol de madera muy dura. País del África occidental, sin salida al mar, con una parte de su territorio ocupada por el desierto del Sahara y otra cruzada por el río Níger. **9**. Vocal repetida. Nombre dado al asteroide 433, muy notable por acercarse más que Marte a la Tierra. Al revés, acrónimo con que se conoce a los Médicos Interno Residentes en los hospitales públicos. **10**. Al revés, mamífero rumiante de la familia de los cérvidos. Capital autonómica de Castilla La Mancha. **11**. Al revés, artículo contracto. Al revés, Nombre del Secretario del Centro de Educación de Adultos de León "Faustina Álvarez García". Al revés, municipio de La Coruña, partido judicial de Santiago, a orillas del río Ulla. **12**. En plural, espíritu bienaventurado entre los ángeles y los principados. Primera de las preposiciones.

SOPA DE LETRAS

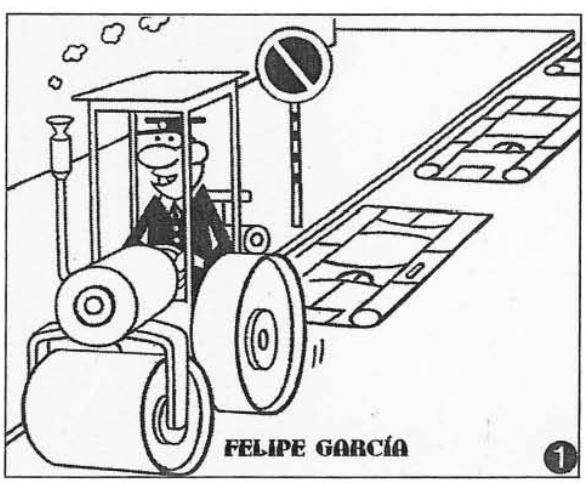
U	L	A	I	T	E	S	P	O	S	O	S	S	S
S	O	J	I	H	F	A	E	U	G	C	U	O	O
B	T	O	G	E	D	S	O	J	I	G	T	N	T
I	S	C	R	R	Y	Q	N	P	H	E	U	G	E
S	O	L	E	M	E	G	R	U	I	Y	J	S	I
A	U	S	G	A	J	I	H	N	E	G	O	O	N
B	H	I	J	N	M	U	A	F	U	R	C	N	Z
U	R	J	F	O	Q	R	V	H	G	P	A	I	I
E	M	Y	S	S	A	B	U	E	L	O	S	R	B
L	Z	G	E	T	F	E	U	S	N	C	Z	B	E
O	S	I	A	R	V	S	J	R	E	R	N	O	I
S	O	T	E	I	N	P	E	G	R	O	F	S	H
C	O	S	E	G	U	Y	N	O	C	A	U	L	A

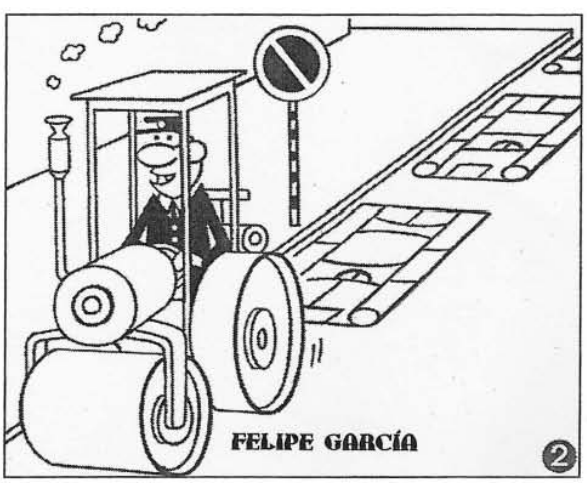
En esta SOPA DE LETRAS se encuentran las siguientes palabras que guardan cierta relación de ***parentesco.***

1 - ABUELOS
2 - CÓNYUGES
3 - BISABUELOS
4 - BIZNIETOS
5 - GEMELOS
6 - HERMANOS
7 - HIJOS
8 - NIETOS
9 - NUERA
10 - PADRES
11 - PRIMOS
12 - SOBRINOS
13 - SUEGROS
14 - TATARANIETOS
15 - TÍOS
16 - YERNO
17 - ESPOSOS

Los ocho errores

Las siguientes viñetas son, aparentemente, iguales pero tienen entre sí OCHO diferencias. Trata de encontrarlas.





Felipe García Pérez
Profesor del Centro

Dichos y Refranes

"El medio más seguro de mantener la palabra
consiste en no darla nunca".

"Cuídate de los perros que no ladran
y de los hombres que no hablan".

"Tu amigo tuene un amigo y el amigo de tu amigo
tiene otro amigo; por consiguiente sé discreto".

"De humanos es errar y de necios permanecer en el error".

"Amistad, la que se quiera; pero la cebada… a veinte la fanega".

"Quien pasa el mes de enero pasa el año entero".

"En diciembre, no hay valiente que no tiemble".

"En febrero, siete capas y un sombrero".

"Labrador astuto no labra tierra que no da fruto".

Vicente Castro Rodríguez
ESPA. M1- Mañana

DICHOS Y REFRANES

LOS DULCES CASEROS DE MI PUEBLO

Con veintidós años me gustaba hacer dulces. Estos los hacíamos por Navidad, San Miguel y las bodas. Se hacían por talegas. Nos reuníamos en casa de mi madre tres o cuatro familias y nos duraba el trabajo tres días. Primero se arrojaba bien el horno de leña y hacíamos: "ciegas", "sanmigueles", "vaivenes" -estas se metían tres veces al horno-, "pastas floras" y "galletas de la docena de huevos".

Aquí os escribo algunas recetas:

Ciegas

Media tanda: 32 yemas, un poco de sal, 1 copa de aguardiente, medio litro de aceite, harina algo más de medio kilo, se untan las latas de aceite.

Sanmigueles

Para un kilo: 1 kilo de manteca, 16 yemas y 2 huevos enteros, 2 cáscaras de vino blanco, un poco de sal, canela y 2 kilos de harina.

Vaivenes

Para un kilo: 1 kilo de manteca, medio litro de vino blanco, 2 kilos de harina, todo esto se baña. Baño para 1 kilo: 16 claras y 1 kilo de azúcar.

Pastas flora

Para 1 kilo: 1 kilo de manteca, 2 kilos de harina, 8 picadas de azúcar, canela, cáscara de limón rallada, 10 yemas y 2 huevos enteros.

Galletas

Para doce huevos: 1 kilo de azúcar y 1 kilo de harina.

Mariquitas

Para un kilo: 1 kilo de azúcar, 24 huevos, 1 kilo de harina, 1 litro de aceite y levadura.

Tarta

Para 7 huevos: 7 cucharadas de azúcar y 7 de harina. Se bate bien, se pone un papel en el fondo de la cazuela, se unta con manteca, se echa el batido y al horno.

Leche frita

Para 6 huevos: 1 litro de leche, de esta se pone la mitad al fuego con 9 cucharadas de azúcar; la otra mitad con 9 cucharadas de harina se mezcla con la leche hasta que espese, se echan las yemas, se deja un poco al fuego y se pone en un larguero. Cuando está frío se corta a gusto de uno, se reboza con harina y las claras, se fríe, y se le echa un poco de azúcar.

Orencia García Liébana
Aula de Cabreros de Río

RECETAS DE MARIMAR

TUMBEQUE

Ingredientes:
2 berenjenas
2 pimientos rojos
2 patatas medianas
1 kilo de tomates maduros
Media cebolla
Un diente de ajo
Queso mozarella
Perejil
Sal

Cortar las verduras en rodajas y freírlas. Hacer una salsa de tomate casero con los ingredientes. En una fuente poner una capa de berenjenas, una de patatas y una de pimientos. Echar po4r encima salsa de tomate y volvemos repetir una capa de berenjenas, patatas y pimientos. Acabar con salsa de tomate. Echar encima queso de mozarella y gratinar. Y ya está listo para comer.

BIZCOCHO SENCILLO

Ingredientes:
Un yogurt natural o de limón
2 medidas del vaso, de azúcar
3 medidas del vaso, de harina
3 huevos enteros
Una medida del vaso de aceite de girasol
Un sobre de levadura Royal

Batir todos los ingredientes juntos con la batidora o a mano, unos diez minutos. Untar un molde con mantequilla. Echar la masa y meterlo al horno precalentado durante unos diez minutos. Poner el horno a 185º y dejarlo de 30 a 35 minutos. Y ya está listo para degustarlo.

TARTA RÁPIDA

Ingredientes:
Un litro de nata líquida (la más baja en materia grasa)
Una caja de flanes Royal
Caramelo líquido

Desleír los flanes en un poco de nata y llevarlo lentamente a ebullición sin dejar de remover. Caramelizar un molde alargado y echar la crema. Dejarlo enfriar y meter a la nevera durante 6 horas. Y luego desmoldarlo y comerlo.

Marimar Alonso Murciego
Aula de Auxiliar de Geriatría

NUESTRA REVISTA EN LA WEB

Ahora estás leyendo **HUELLAS** en papel, pero esta no es la única manera, pues la revista también está disponible en Internet. Allí, además de esta revista que estás leyendo, también podrás encontrar **nuestro ejemplar del año pasado**, así como algunas **noticias del centro**, información de **convocatorias** y **plazos de matrícula**, un **álbum de fotografías**, el listado de libros disponibles en nuestra **biblioteca** y alguna que otra sorpresa más... Todo ello gracias al trabajo de un grupo de profesores del Centro que este año han venido montado un servidor en nuestras aulas.

¿Que no sabes cómo acceder a todo esto? Pues es muy simple. Únicamente tienes que poner en marcha un navegador de Internet y teclear la dirección de nuestra página web, que es la siguiente:

http://www.cepaleon.es

¡Nos vemos en la red!

Eduardo Hernández Gil
Profesor de Informática del Centro

Cierre

Y aquí se acaba otro número de "Huellas".
Este año cabe resaltar los siguientes aspectos:
En primer lugar, la presencia de las Aulas de Valencia de D. Juan y alrededores (Castrofuerte, Pajares de los Oteros, Villaornate y Cabreros del Río), aportando más variedad y riqueza temática.
En segundo lugar, la continuidad en la participación de las Aulas de Español para Extranjeros y del Centro Penitenciario.
En tercer lugar, el interés suscitado por actividades académicas en torno al "Carné por puntos y la circulación vial" y a la "Mujer trabajadora".
En cuarto lugar, la excelente labor del Taller de Prensa que, aún funcionando en dos tiempos, ha beneficiado a un mayor número de alumnado. Fruto de su trabajo son las entrevistas a nuestros homenajeados que se van a jubilar.
En quinto lugar, decir que ha habido una mayor participación y más variada, lo que se refleja hasta en la portada, donde se expresa el arte y la profesionalidad de una compañera vuestra. Comprobamos que merece la pena el esfuerzo de todo el Centro (en sentido amplio) para que estas páginas vean la luz año tras año.

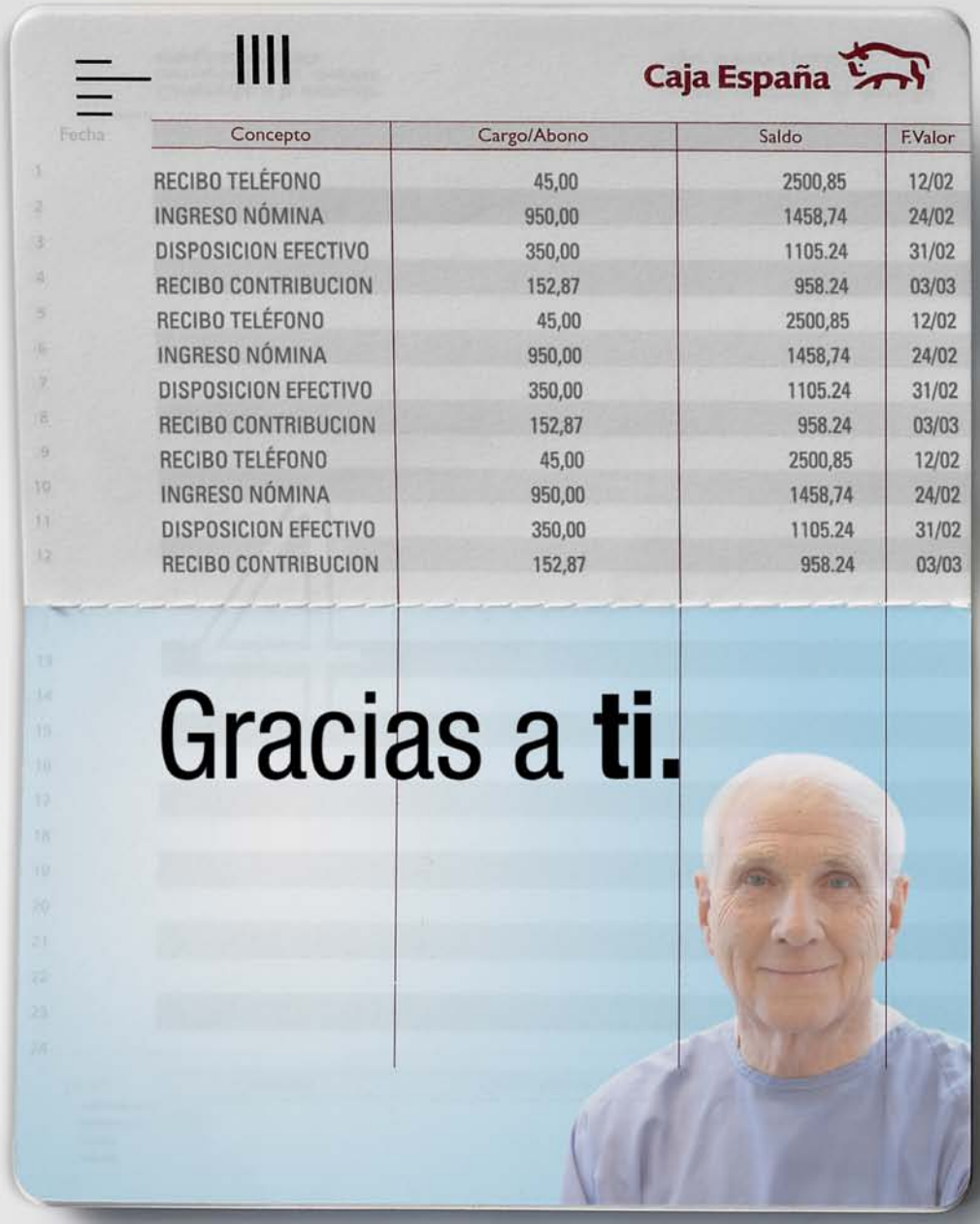
Por último, comunicaros que esta primavera la naturaleza nos ha querido regalar el milagro de la vida en nuestro propio Centro. Una gata, casi seguro callejera, vino a parir a un trastero del patio. Dio a luz cuatro preciosos gatitos que, durante el mes de marzo, tuvieron esa dependencia como primer hogar. Cuca, la madre, estuvo siempre muy recelosa de vernos cerca de sus hijos. Los cambió tres o cuatro veces de lugar y, en estos traslados, uno de ellos desapareció.
¿Dónde lo habrá llevado? ¿Habrá muerto?
Los que le llevábamos día a día la comida pudimos comprobar el mimo y el celo con el que Cuca los cuidaba.
¿Recordarán algún día este su primer hogar? ¿Nos visitarán cuando sean mayores?
Del padre no sabemos nada. Los conocedores de la zona opinan que pudiera ser Viriato, un gato grande que es el dueño del mundo gatuno de este barrio. ¿SERÁN HIJOS DE VIRIATO?

¡Quién sabe!

El gato que está
Triste y azul
Nunca se olvida
Que fuiste **mí@**

Angel Antonio Suárez Suárez
Director del Centro

Tomás Fernández Fernández
Coordinador de la Revista y del Taller de Prensa



Gracias a clientes como María, miles de ancianos no se sienten solos, muchos niños han logrado reir por primera vez, Mozart sigue sonando en los auditorios, los lienzos se llenan de colores y nuestro mundo se convierte en un lugar mejor para todos. Es la obra social de Caja España, algo que tu haces posible. Tu obra social.

Caja España

TU OBRA SOCIAL

www.cajaespana.es