

CASA REGIONAL EXTREMADURA EN GETAFE

ASOCIACION CULTURAL
Boletín Informativo Nº 17 Enero-Febrero 1994



SU COMPRA INTELIGENTE



Hiper Getafe

C/ Madrid, 117. Tel.: 695 68 64

Aparcamiento propio gratuito

C/ Arboleda, 25 y C/ San José, 32

Hiper Usera

C/ Dolores Barranco, 63

C/ Antonio Salvador, 56

Aparcamiento propio gratuito

Hiper Leganés

Avenida Gibraltar, s/n

Hiper Parla

Avenida Pablo Casals. s/n

* ARQUITECTURA
POPULAR EXTREMEÑA

* RUTA DE LA LUZ

* DIA INTER. DE LA MUJER

* BARJOLA (V. GASANÉ)

* EDUCACIÓN EN LA
SEXUALIDAD

TALLER DE CORTE Y CONFECCIÓN

Continuamos en la relación de talleres que adornan y engrandecen nuestra Casa Regional Extremeña en Getafe: Hoy "toca" Costura. ¡Qué pena la degradación de lo que ayer fue honra! Antaño habilidad y recurso de las amas de casa pasó a ser asignatura de mozas estudiantes en los últimos años del olvidado régimen. Después el tiempo y el consumo acelerado prefirieron los cambios de lo viejo en rebajas o comprar al contado en grandes almacenes.

Carmen Muñoz dirige a una docena de paisanas con magia entre los dedos que lo mismo forjan el Traje de Chaqueta (¡Vaya precios!), que el difraz del Carnaval (¡Vaya tela!); o enseñan Corte y Confección como trajes regionales (¡Vaya maña!).

Desde estas páginas piden participación para este o cualquiera de los talleres de nuestra casa Extremeña que, como hemos repetido tantas veces, son ocio y economía y la satisfacción de poder decir: "Yo lo hice, y con mis manos. Para mi niña... nieta... amiga... o para mi novia (también los mozos valen).

¡Que gozada!

*¡Ver a mi niña bailar
con cuatro trapos que hice,*



*para el traje regional,
acariciando matices!*

*¡Ver a mi madre coqueta
presumir en la reunión
con el traje de chaqueta
que bordé del corazón!*

*¡Ver viva la donosura
enamorando a destajo,
pues siente su Extremadura
desde el alma hasta el refajo!*

*Julio Blázquez
Información y Prensa Casa Regional
de Extremadura en Getafe.*

**C/ EXTREMADURA, 25
TELÉFONO: 681 85 44**

GETAFE

**Avda. Juan de la Cierva, 33
Teléf.: 695 78 25**



**30 AÑOS AL SERVICIO DE USTEDES AVALAN NUESTRA
CALIDAD Y SERIEDAD**

FACILIDADES HASTA 36 MESES, VISITENOS



C/ FELIPE CALLEJA, S/N.
TELEFONO 681 60 00
28904 · GETAFE (MADRID)

BOLETIN INFORMATIVO

EDITA

CASA REGIONAL DE EXTREMADURA EN GETAFE
DOMICILIO

Felipe Calleja, s/n. -28904 Getafe Tel. 681 60 00

CONSEJO DE REDACCION:

PEDRO APARICIO, EUTIQUIANO NIEVA
EMILIO ORTEGA, MAXIMILIANO MATEOS
FERNANDO BERCEDO

DISTRIBUCION

MANOLO GOAS

COORDINACION

JULIO BLAZQUEZ

PUBLICIDAD:

FERNANDO BERCEDO

COLABORADORES:

FRANCISCO CORRALIZA, MANUEL MORAJUELO

JESUS COLMENERO,

JUAN MANUEL VALADES SIERRA,

DIEGO CANO, GRUPO DE JUVENTUD

FOTOGRAFIA

JUAN NIETO

PEDRO GARCIA

DIRECCION

JUNTA DIRECTIVA

IMPRIME

OMAGRAF, S.L.

Depósito Legal: M-44.161-1990

Sumario

Editorial	3
Colaboración	4
Extremadura Pueblo a Pueblo	6
Resumen Actividades	8
Actividades	10
Rincón Poético	12
Conoce tus Arboles	13
¡Vaya Lienzos!	14
Gastronomía	16
Colaboración	17
Colaboración	20
Información	21
Colaboración	22
Noticias	26

Editorial

Como el tiempo pasa presuroso y sorprendente, nos pilló el 93 con el último regalo que no pudimos hacer resonar en nuestras páginas: El nueve de diciembre pasado, Mérida y Guadalupe, han sido consideradas joyas venerables y meritorios PATRIMONIOS DE LA HUMANIDAD.

Tras la experiencia anterior en Cáceres, parecía demasiado el conseguir dos títulos para nuestros humilde y reducido territorio tan poco "hecho" a ser honrado.

El mérito de ambas no es de ayer es, más bien, añejo y sobrado; justificamos pues, entre otros motivos esenciales, el trabajo de cuantos extremeños luchan por su tierra y la posibilidad de hacerlo en libertad e igualdad con otras comunidades.

Y, como el tiempo discurre con prisas, el año nuevo nos invita a no dormir en laureles de antaño y renovar las fuerzas para seguir en la brecha, en nuestro tajo, hacia los objetivos más nobles y amplios.

Continuar es la palabra, por eso nos anima y llena de esperanza la próxima celebración (primeros de marzo) de las Jornadas Extremeñas que tendrán como temas a desarrollar:

- 1.- Condiciones de vida de los emigrantes.
- 2.- Emigración y municipios.
- 3.- Emigración y medios de comunicación.
- 4.- Asociaciones y futuro.

Como Emigrantes nos interesan todos los temas, como Boletín nos llama la atención el tercero, pero es el cuarto el que más directamente nos afecta, es el futuro que sepamos diseñar para proyectarnos en tiempos venideros en este ascenso en cantidad y calidad que viene caracterizando a las Asociaciones de Emigrantes.

Nuestra labor de hoy, será cosecha fértil en el mañana que vivan nuestros hijos; pues que el tiempo es presuroso y nos sorprende, hemos de adelantarnos a sus trotes, capeando sus tretas, para ganar en buena lid el trato.



**CENTRO DE LENTES
DE CONTACTO
APARATOS AUDITIVOS**

AL PORTADOR DE LA REVISTA

- PRECIO JUSTO
- DESCUENTOS REALES EN TODAS SUS COMPRAS
- REVISION PERIODICA DE SU VISIÓN GRATUITA
- 20% DE DESCUENTO EN GAFAS GRADUADAS Y CRISTALES
- 10% DE DESCUENTO EN GAFAS DE SOL, LENTES DE CONTACTO Y AUDIFONOS

(Todos nuestros productos están GARANTIZADOS)

C/ Madrid, 113 · Teléf.: 696 27 37 · 28902 GETAFE (Madrid)

Avda. Cardenal Herrera Oria, 241
Tel. 739 64 49
28035 MADRID

C/ Empedrada, 1
Tel. 691 21 08
28320 PINTO (Madrid)

Educar hoy es prepararles para el encuentro con el otro sexo

"El primer amor es sólo una pequeña locura y un cúmulo de curiosidades (G. Bernard Shaw)

El encuentro entre los sexos es una realidad verdaderamente significativa en la vida del hombre. No es otra cosa que la respuesta normal a las leyes naturales que han hecho atractivos y deseables a hombre y mujeres y han convertido esa mutua atracción intersexual en fuente de nueva vida, en poderoso incentivo para la procreación.

Un proceso natural

El encuentro intersexual es un proceso natural y necesario cuyos focos de atención van evolucionando a lo largo de la vida.

En los años infantiles, se incrementa la observación al tratar de encontrar en el otro sexo lo que no se encuentra en el propio cuerpo.

En la etapa preadolescente, tiene lugar una atención e interés proyectado hacia las diferencias afectivas instintivas y psicológicas, mientras que en la adolescencia y juventud, se produce el encuentro intersexual y nace el amor impulsado por el atractivo físico y psicológico, según sean los valores morales y humanos de cada uno.

Preguntas clave

Los padres y educadores se plantean muchas preguntas sobre cómo y cuándo pueden ser convenientes los encuentros entre los sexos.

Realmente, existen un sinfín de incógnitas que podemos plantearnos, como a qué edad pueden producirse, si la convivencia en los años de infancia favorece o perjudica. Cuándo es enriquecedor el encuentro intersexual, en qué medida la separación de los sexos puede propiciar desviaciones, etc, etc.

Las preguntas son muchas y las respuestas deben ser tan claras como las siguientes:

* Si el hombre y la mujer están destina-

dos a una convivencia en común, es antipedagógico y absurdo evitar que chicos y chicas convivan y se relacionen con naturalidad, sea en la infancia, en la adolescencia o en la juventud.

El conocimiento mutuo y el aprendizaje de la convivencia ha de empezar desde el momento del nacimiento.

* Las actitudes educativas de padres y profesores deben atenerse a los procesos evolutivos del chico/a y a los intereses de la naturaleza. No es bueno dejarse llevar de miedos y desconfianzas. Lo que importa es que los hijos se sientan cercanos a sus padres en todo el proceso del descubrimiento.

* Es fundamental que los hijos estén seguros de poder confiarse, desahogarse, preguntar cualquier duda, exponer su propio criterio y poder pedir cualquier consejo.

* Los padres deben tener tacto y comprensión para conquistar esa confianza de los hijos. La tarea no es difícil si se actúa con delicadeza y respeto a la libertad. Han de darse cuenta de que hacer un drama por cualquier cosa y recriminar y culpabilizar constantemente es la manera más directa de lograr que el adolescente se repliegue sobre sí mismo. Si tu hija adolescente llega a casa muy ilusionada y te cuenta que se ha "enamorado" de un compañero de clase, escúchala con cariño y comprensión.

Guíala, aconséjala, pero no reprimas sus sentimientos.

Durante la preadolescencia

El ser humano va evolucionando etapa tras etapa y cada una de ellas es imprescindible para que esta evolución sea completa y eficaz.

En cuanto al encuentro entre ambos sexos durante su preadolescencia, se caracteriza por lo siguiente:

* Se manifiesta gran interés por la sexualidad y la afectividad del otro sexo, aunque por timidez, falta de experiencia o incompreensión, el chico y la chica sientan todavía un cierto distanciamiento natural.

* El encuentro entre sexos tiene lugar en grupo, donde se da una mayor espontaneidad y confianza.

* Según el temperamento de cada cual, las relaciones personales con el otro sexo serán más o menos abiertas.

* Las circunstancias escolares y familiares pueden favorecer o dificultar los encuentros chico/a. Hay padres que prohíben a los hijos salir y relacionarse y dificultan su desarrollo evolutivo e impiden que desarrollen a tiempo las necesarias destrezas sociales ára el encuentro entre los sexos.

* Ya en la etapa preadolescente, el encuentro con el otro sexo va adquiriendo una bien marcada tonalidad afectiva y sexual.

En la adolescencia

Las formas de encuentro en esta etapa evolucionan en cada persona desde las relaciones en cada persona desde las relaciones en grupo hasta formar pareja con arreglo a sus características de personalidad y al grado de estimulaciones que ofrece la otra persona. Durante la adolescencia priman las siguientes cuestiones.

* El encuentro entre sexos se incrementa sobremanera ya que el adolescente tiene propensión, de manera espontánea, a un encuentro frecuente y enriquecedor.

* La vida afectiva es de gran impacto y necesita una respuesta equilibrada, confiada y serena en los padres y educadores en lugar de mostrarse desconfiados.

**autoescuela
SAN JOSE**



**El prestigio de una
AUTOESCUELA**

**MOTO • TURISMO
CAMION • AUTOCAR**

Central
San José de Calasanz, 18
Tel.: 695 20 19
GETAFE (Madrid)

Sección 3ª
Rayo, 49 - Bº de la Alhóndiga
Tel.: 681 80 30
GETAFE (Madrid)

Sección 3ª
Avda. de las Arcas del Agua, s/n
C. Comercial "Los Arcos-1"
Sector-3 - GETAFE

Sección 4ª
Leganés, 67
Tel.: 683 93 93

DIA INTERNACIONAL DE LA MUJER

Actitudes educativas

En la actualidad existen otras actitudes educativas básicas: la naturalista y la socializante.

- * La actitud naturalista. Conviene no confundir naturalidad con naturalismo. La naturaleza conlleva sencillez, espontaneidad, flexibilidad, destrucción de absurdos tabúes y depresiones y sentido de la medida y del orden. El naturalismo suele desconocer el valor superior de la razón, estimula los sentimientos impulsivos y primarios a costa de los espirituales y éticos, no aprecia la delicadeza, ni suele respetar la intimidad de la persona. Una actitud naturalista abre las puertas a lo instintivo, sin control racional, y propicia los encuentros indiscriminados entre los sexos. Por eso es preferible una actitud natural con mutuo respeto y delicadeza.
- * La actitud socializante o convivencial es aquella que sabe valorar las relaciones intersexuales de los adolescente teniendo en cuenta el contexto y ambiente en que vive el adolescente.

UNA BUENA ELECCIÓN

Los padres y educadores debemos saber distinguir entre lo que verdaderamente importa y debe ser exigido y lo que es meramente accidental. Quienes de manera consecuente, obran con un proceder de apertura, son los que recogen mejores frutos:

- * Se ganan su respeto y su confianza.
- * Fomentan un ambiente de alegría.
- * Con una vigilancia aceptada y asumida se previene problemas y desórdenes.
- * Se sigue una línea de comprensión adaptándose a las circunstancias y evitando posibles actitudes de intransigencia.

*Jesús Colmenero
Psicoterapeuta*

Mujer.....

aprender participando

En la primavera de 1993, un grupo de mujeres de esta Casa, decidimos poner en práctica algo que ya nos rondaba la cabeza desde hacía un tiempo. El "proyecto", por así llamarlo, consistía en conseguir, que todas y cada una de las mujeres de nuestra Casa Regional, estuvieran debidamente representadas en cualquier momento y situación, por una vocalía de mujeres, que escucharan y atendieran sus necesidades.

Con la mejor de las ilusiones e intenciones, pusimos manos a la obra, y aunque al principio, y tal vez por malos entendidos, ajenos completamente a nuestra voluntad, el grupo a punto estuvo de sufrir algún que otro "desmembramiento", al final, decidimos que merecía la pena seguir luchando, y aquí estamos.

Lo que también teníamos muy claro, es que para poder ayudar o enseñar a los demás, antes, teníamos que aprender nosotras, a hacerlo lo mejor posible y practicamente en eso hemos estado casi todo este primer trimestre. Muy rápido, pero creemos que productivo, han sido las lecciones de Habilidades Sociales que nos han sido impartidas.

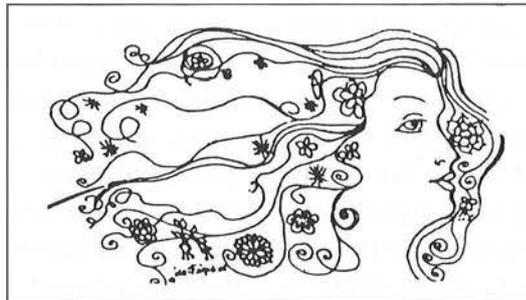
Debemos resaltar la charla-coloquio sobre los adolescentes, que fue impartida por Carlos y Carmen, psicólogo y trabajadora social de familia repectivamente. La pena, fue que solo fueran dos días. Nos supo, (por lo menos esta es mi opinión) a poco. Desde estas líneas, agra-

decemos la asistencia de todas las personas que acudieron a la misma.

Después de las fiestas navideñas, hemos empezado una nueva etapa, con más ilusión si cabe que la primera, tres son las actividades más inmediatas que queremos poner en práctica, y que creemos de interés para todos.

La primera, programada para el día 24 de febrero, consiste en una charla-coloquio, a cargo del Doctor CESAR NAVARRO DE FRANCISCO, sobre el tema de la "menopausia".

En el mes de marzo, y coincidiendo con la Semana de la Mujer, se han programado dos actos. El primero de ellos, que tendrá lugar el día 10, será por así decirlo, un cambio de impresiones, entre nuestra Casa Regional y AGAD, y el día 11, un día después, sera **Pilar Barrientos Ruiz**. Directora General de la Mujer de la Junta de Extremadura, quien nos hablará de las condiciones de vida de la mujer en Extremadura.



No queremos dejar pasar la oportunidad, de agradecer sinceramente a todas las personas, que desde un principio, nos han animado a continuar con esta labor.

Nuestro único fin es, de alguna manera, ser de utilidad; y esperamos vuestra participación y vuestras sugerencias, ya que sin ellas, esta Vocalía careería en cierto modo de sentido.

Fdo.: Vocalía de la Mujer

VENDA SU VIVIENDA CON SUJOMI, S.L.



COMPRA-VENTA Y ALQUILERES DE VIVIENDAS, LOCALES Y SOLARES
SERIEDAD - RAPIDEZ - GESTIONAMOS LA FINANCIACION A SU MEDIDA

Plza. Gral. Palacios, 5 - 2º izda. Tel. 695 06 28 GETAFE (Madrid)
José del Pino Jiménez, 8 Tel. 505 37 88 VILLAVERDE ALTO (Madrid)

Campanario: Humildad y Rebeldía

Medio Físico:

Este importante municipio de la provincia de Badajoz, pertenece a la comarca de la Serena, dista de la capital 139 km y tiene una extensión de 282 km cuadrados.

En su relieve predomina la penillanura presentando un aspecto monótono en la mayor parte del territorio con excepción de las zonas próximas a los ríos Guadiana, Zújar y Guadalefra que dan lugar a una topografía quebrada con laderas inclinadas que discurren hacia los valles.

Entre los accidentes del terreno destacamos el Monte de la Barca, Los Majuelos y la Marina.

El río Guadiana es el colector más importante seguido por Zújar, Guadalefra y Ortigas además de numerosos arroyos que cruzan su territorio como el del Molar, Campo, Ballesteros, Vinagre, etc.

El clima, como en toda Extremadura, es mediterráneo subtropical y la formación vegetal de tipo durilligosa con las especies que repetimos en nuestra sección, no obstante la mayor parte del territorio está desarbolado, ocupado casi exclusivamente por pastizales.

Población:

Como muestra el cuadro, la población ha seguido una línea irregu-



lar en su evolución: rápido crecimiento entre 1900 y 1910, descenso y aumento hasta 1940 y estabilización entre 1940-60. A partir de esta fecha el fenómeno migratorio se agudiza hasta 1981 en que el proceso remite y en los últimos años se asiste a una cierta recuperación demográfica que probablemente cese por no contar el pueblo con actividades productivas capaces de acoger nuevos excedentes de población.

Economía:

En los sectores de producción acoge el Agrario casi la mitad (43,2%)

de la población activa, seguido de Servicios (32,8%7 y construcción e industria (24%7.

La mayor parte de la superficie rústica se dedica a pastos siendo labrado sólo el 35% de la misma. La ganadería

CAMPANARIO			
Evolución de la población			
1900	7.450	1950	9.494
1910	10.135	1960	9.660
1920	9.361	1970	8.106
1930	10.072	1981	5.517
1940	9.340	1986	6.022



Fábrica y Oficina: Zafra, 25. Tel. 682 72 95. Fax 696 68 48
28903 Getafe (Madrid)

RENAULT
TALLERES
LAS MARGARITAS
VENTA Y REPARACION

C/ ANDALUCIA, 17 • TEL. 695 45 46
GETAFE (MADRID)

EXTREMADURA PUEBLO A PUEBLO



Santuario de Ntra. Sra. de Piedraescrita

adquiere una gran importancia en consecuencia del terreno pastable, especialmente la ovina (7.562 unidades ganaderas); la sigue la porcina (1.946), caprina (97) y aves.

La estructura de la propiedad es eminentemente minifundista y el régimen es de explotación directa por el propietario en la mayor parte de los casos.

Historia Contemporanea:

En Campanario existía a comienzos de siglo un grupo de propietarios, autóctonos y foráneos, que controlaban la mayor parte de su riqueza. En 1915 los propietarios del pueblo constituyen una Comunidad de Labradores. Durante la Segunda República fue el núcleo más conflictivo del partido judicial de Villanueva. Se produjeron, entre 1932-34 robos, atentados a la propiedad, roturaciones defincas, etc..., sobretodo por la cantidad de personas sin trabajo. También hubo manifestaciones anticlericales. Aunque en las elecciones del 36 obtuvo el triunfo la coalición de derechas, en el comienzo de la Guerra Civil estuvo controlado por las fuerzas republicanas en la llamada Bolsa de la Serena que fué eliminada en el verano del 38 confluendo las tropas que cerraban el cerco en el mismo Campanario y copando a un

importante número de fuerzas republicanas.

Arte:

En sus inmediaciones se han encontrado restos romanos, entre ellos una lápida de supuestamente ocultaba el escondrijo donde apareció la imagen de la patrona de la localidad que por tal causa es Ntra. Sra. de Piedraescrita. Una pequeña talla de madera, probablemente del S. XIII, muy venerada en toda la comarca. El Santuario donde se custodia es una sencilla obra de carácter popular, enclavada en un paisaje abrupto, descarnado de vegetación, sobre cuya puerta luce la inscripción latina.

Entre el caserío de la población se sitúa un reducido convento de Franciscanos, fundado en 1600, cuya apariencia exterior es también modesta. Igual resolución presentan el Convento de las Clarisas, la Iglesia de los Mártires y las Ermitas del Carmen y la Soledad.

Destaca la Parroquia de Ntra. Sra. de la Asunción fabricada en mampostería y sillares, con cinco poderosos estribos por costado y ábside poligonal. El interior es de una sóla nave dividida en tres tramos, que originariamente se cubría con alfarge de madera, y cabecera de bóveda de crucería.

La portada se reduce a un arco de medio punto sobre gradas, con tres ojos de buey encima. Sobre la puerta gótica, llamada de tramontana, figuran los escudos con armas del último Maestre de Alcántara, Cardenal Juan de Zúñiga.

Especialmente representativas de la localidad son las construcciones tradicionales con vanos recercados de cantería, o tozas de granito con inscripciones, y sus grandes escudos y blasones. Una, llamada la Casa del Diablo, fue recientemente reconstruída con perjuicio para el modelo original.

En la plaza del Ayuntamiento se sitúa en homenaje al escritor local Antonio Reyes Huerta, un monumento en bronce ejecutado en 1980.

Nos queda sólo dedicar estas líneas a cuantos campanarienses engrosan nuestra Casa Regional, nuestro Getafe, nuestro Madrid y la extensa España de la emigración nuestra; especialmente a Jacinto y a Diego, dignos representantes de la sencillez y la ambición, la humanidad y la rebeldía que podrían definir a su pueblo de tan añeja nobleza.

*Bibliografía: Enciclopedia Extremeña
Información y Prensa C.R.E. Getafe*

**UNO DE LOS MEJORES
RESTAURANTES DE MADRID...
EN GETAFE**



COCINA ESPAÑOLA E INTERNACIONAL

**Ctra. Toledo, Km 14,500
Tels. 681 71 87 - 696 02 06
GETAFE (Madrid)**

VI Belén viviente extremeño en Getafe

Salvados los inconvenientes que produce una organización de este tipo, la Casa Regional de Extremadura en Getafe por sexto año consecutivo, el día 18 de Diciembre de 1.993 realizó el "BELEN VIVIENTE" para la Ciudad de Getafe, la que recoge como suyo este acto religioso-cultural de tan bella y tradicional ESTAMPA NAVIDEÑA.

Este acto, como en ediciones anteriores, contó con la presencia de numeroso público, tanto al paso de las comitivas por las céntricas calles de la Ciudad, como en la Plaza de la Magdalena donde se encontraba instalado en el Atrio de la Catedral el Portal de Belén.

En la Plaza de la Magdalena, tuvimos el placer de contemplar como no eran sólo los niños los que gozaban con la grandiosidad escénica y el movimiento de las

comitivas compuestas por angelitos, La Virgen, San José y el Niño, el Guía o Cartero Real, los Reyes, pastores infantiles y adultos, personajes Bíblicos, Grupo de Coros y Danzas del Centro Gallego en Madrid, Agrupación Cultural folklórica Andaluza la "Blanca Paloma" y el Grupo de Coros y Danzas de la Casa Regional de Extremadura en Getafe.

Para mí, como espectador, el momento más emotivo del acto fue la adoración de los Reyes, las ofrendas hechas al Niño Dios de las banderas de Extremadura y Getafe, de los productos típicos de la región extremeña, de las migas y dulces, de los bailes y canciones de nuestra tierra extremeña, de Galicia y Andalucía que brotaban con especial amor y ternura de los corazones de los que interpretaban tan bellas coreografías. En esos momentos dentro de mí se despertó mi sentir de emigrante e interiormente ofrendé al Niño Dios esta oración que un día leí:



"Querido Niño Jesús, que en compañía de tu Santísima Madre y de San José, conociste la amargura de la emigración en tu destierro a Egipto.

Te pido por los innumerables niños emigrantes, refugiados y desterrados que tanto se parecen a Tí.

Que sus padres encuentren trabajo, pan y habitación.

Que en todas partes sean recibidos con cariño.

Que todos los venidos de fuera, encuentren en mí un hermano que los ama, como Tú les amas".

A. Bermejo



JOYERIA MAYTER'S

SAN VICENTE, 34 • TELEFONO 682 02 52 • 28902 GETAFE (MADRID)

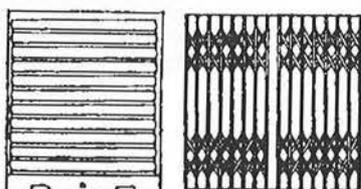


DESCUENTOS ESPECIALES EN ORO Y PIEDRAS PRECIOSAS

CONSTRUCCIONES DE TODOS LOS SISTEMAS DE CIERRES

CERRAJERIA EN GENERAL

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO



Galicia, 4 (Parque Juan de la Cierva)
Tel.: 696 99 85 • GETAFE (Madrid)



MUEBLES DE COCINA-DECORACION
ELECTRODOMESTICOS

"DISEÑO, CALIDAD"

Y

"MEJOR PRECIO"

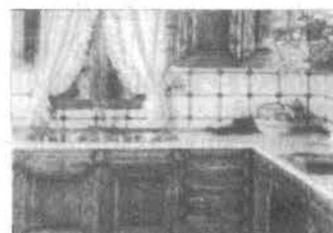
PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

ATENCION ESPECIAL A LA CASA REGIONAL DE EXTREMADURA

C/ POLVORANCA, S/N - GETAFE (MADRID)

(esquina a Valdemorillo)

TELEFONO 683 70 58



Matanza al estilo extremeño



Dentro del programa de actos para el mes de diciembre tuvo lugar el día 11 de este mes la ya tradicional MATANZA EXTREMEÑA. Supongo avisado al lector que la matanza no se refiere a nuestro tradicional aprobio como pueblo marginal, sino a la del guarro propiamente dicho, y séalo con perdón, que diría D. Camilo.

Amaneció con niebla el día, los nervios nos hicieron madrugar por no perder detalle de los acontecimientos que tanto nos regresan a Extremadura. Cundía la impaciencia en espera de los enviados a Chinchón que parecían eternizarse y llenaban de misterio e intriga los lentos minutos.

Por fin, entre delirio y desconcierto de los numerosos asistentes, pobres o ricos, listos o torpes, ignorantes o expertos, hizo su aparición la sencilla

furgoneta en la que venía la homenajeada cerda (que me perdonen ellas esta vez, pero era hembra):

Cuarenta arrobas de jamón y torreznos, de lomos y panceta, de chorizo en potencia, salchichones soñados, asadurilla, sangre... Cuarenta arrobas de nuestro sabor patrio, cuarenta torpes arrobas que nos hicieron temer lo arduo del traslado hasta el altar del sacrificio.

En él esperaba el maestro de ceremonias, Fernando Alcázar, con su juego de cuchillos a punto, cuchillos con solera centenaria que "casi matan solos" (que comentaba un chispeante).

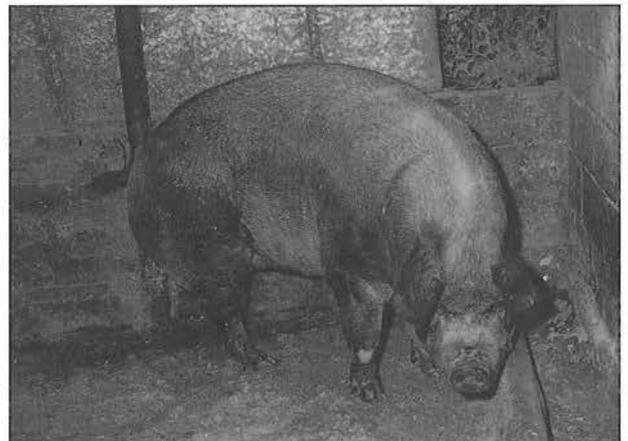
Tras la larga espera se aceleró el preciado sacrificio y cundieron las migas, los pimientos, los ajos y botellas variadas; y nuestra Casa olió a más nuestra, a más campechanía, a risa, a fiesta, a Extremadura viva.

Después quedaba deshacer aquella noble víctima y compartir unos momentos últimos como acto final que nos hermana en la ausencia de nuestra tierra y nuestros más cercanos.

¡Qué no nos falten ánimos, ni decaiga la fiesta, ni falten... guarros, (¡qué falta hacen!), que nos limpien el corazón y la cabeza de las cochinas a las que nos llama una sociedad que tiende a la frenética carrera de la desintegración humana y el consumo!.

J. Blázquez

*Información y Prensa de la
C.R. Extre. en Getafe*



fatamags
CENTRO FUJI

- **REVELAMOS SUS ROLLOS EN 1 HORA (con Regalos o Descuento 25%)**
- **FOTOS CARNET RAPIDAS**
- *Venta de material Fotográfico*
- **CALIDAD Y RAPIDEZ NUESTRA RAZON DE SER**

**AHORA EN NUESTRAS NUEVAS
INSTALACIONES, GRABACIÓN EN
VIDEO (BODAS, BAUTIZOS,
COMUNIONES...)**

ESTAMOS EN:

C/ VALDEMORO, 1

GETAFE

TEL.: 682 25 82

Programa de actividades (1^{er} trimestre)

ENERO 94

Día 5

22,00 h. Entrega de Reyes a los Socios, Cotillón y baile con Orquesta.

Día 22

20,30 h. Actuación de la Asoc. Cult. "Amigos de Andalucía", y de Esther Sánchez, en Canción Española.

Día 29

20,30 h. Actuación de Ana María Belen, en canción española y, del humorista Kurro.

11,00 h. Karaoke.

Día 30

12,00 h. Actuación de los Coros y Danzas de nuestra Casa Regional en Fitur.

FEBRERO 94

Día 5

19,30 h. Conferencia sobre La Sociedad Extremeña en los siglos XVI, XVII y XVIII. Subtítulo: *Transformación en una tierra de fronteras*. A cargo de D. José Pablo Blanco Carrasco, Licenciado en Geografía e Historia de la Uex e investigador de la fundación Fernando Balhondo Calaz.

21,00 h. Actuación de la Coral "Adagio" de Getafe. Dirige: Fernando R. Quiñones.

Día 12

18,00 h. Carnavales. Participación de nuestra Murga en los Carnavales de Getafe.

23,00 h. Baile de Carnaval con Orquesta en el Salón de Actos de la Casa. (sólo socios).

24,00 h. Actos organizados por la *juventud* con motivo del día de los enamorados.

Día 13

18,00 h. Actuación de la Murga de Carnavales en la Carpa Municipal.

Día 16

18,30 h. Salida de la Murga de nuestra Casa para participar en el Entierro de la Sardina.

Día 19

18,00 h. Fiesta de Piñatas. Juegos organizados por la Juventud para pequeños y mayores.

22,00 h. Concurso de Disfraces con premios a los mejores pequeños y mayores.

23,00 h. Baile de Disfraces con orquesta.

Día 24

18,00 h. Conferencia-coloquio sobre *Menopausia, Repercusiones y Tratamiento*, a cargo del Director D. Cesar Navarro de Francisco, con la colaboración de la Cruz Roja de Getafe.

Día 26

20,30 h. Inauguración de una Exposición de Fotografías del Autor D. Antonio González González, bajo el título "Madrid en Extremadura".

22,00 h. Flamenco y Canción Española para socios aficionados. Si deseas participar comunícalo con antelación al Vocal de Actividades Flamencas. Habrá regalos para los participantes.

MARZO 94

Día 5

20,30 h. El Grupo de Teatro Aosta de nuestra Casa pondrá en escena la obra "Anda mi Madre" de Alonso Millán.

Día 8

"DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER".

Día 10

18,00 h. Convivencia entre las mujeres de la Casa Regional de Extremadura. Contará con la participación y colaboración de AGAD.

Día 11

18,00 h. Conferencia a cargo de Doña Pilar Barrientos, Directora General de la Mujer de la Junta de Extremadura.

(Los actos referidos a la mujer, están organizados en coordinación y colaboración con la Casa de la Mujer del Ayuntamiento de Getafe.

Día 19

07,00 h. *Conocer Extremadura a través de los Albergues*. Excursión a Cadalso de Gata (Cáceres).

Día 26

20,00 h. Actuación de la Escuela de Danza Extremeña de nuestra Casa.

23,00 h. Baile con Orquesta. (solo socios).

24,00 h. Fiesta del Pijama. Organizada por la Juventud de la Casa.

Para cualquier consulta acerca de este programa, dirijase a la Junta Directiva de esta casa

C/ Felipe Calleja, s/n • 28904 - GETAFE • Tños. 681 60 00 - 682 91 46



JE-LUY
PUBLICISTAS

Regalos de empresa - Grandes promociones: bolígrafos, encendedores, llaveros adhesivos, relojes, camisetas, gorras, etc.

No duden en consultarnos, tenemos el artículo que precisa al mejor precio.

ACTIVIDADES CULTURALES

LA RIBOT DANZA

Marzo 5 y 6, *Sábado y Domingo*

GEMMA CUERVO Y M^a LUISA MERLO en "Orinoco" de Emilio Carballido. Centro Municipal de Cultura a las 20 horas. Entrada 1.000 pts.

Marzo 11, *Viernes*

DARIO FO. "PAREJA ABIERTA", comedia del autor italiano por el grupo Al Alba de Getafe. En el Centro Municipal de Cultura 19,30 horas.

Marzo 12 y 13, *Sábado y Domingo*

DANZA CONTEMPORÁNEA. Grupo Infraganti de Las Palmas con el espectáculo "Infraganti". Varias coreografías en clave de humor. Centro Municipal de Cultura 20 horas. Entrada 500 pts.

Marzo 13, *Domingo*

"EL MUNDO FEMENINO DE LORCA". por el grupo Ático de Getafe. Casa de Andalucía 20 horas.

MÚSICA

Marzo 4, *viernes*

MUJERES EN LA MÚSICA. La música del Romanticismo a cargo del Grupo de Cámara de la Asociación Musical Maraina de Martínez. Centro Municipal de Cultura 20 horas. entrada 300 pts.

Marzo 9, *miércoles*

GRUPO DE METALES RTVe en el Centro Municipal de Cultura a las 20 horas.

Marzo 18, *viernes*

MÚSICA ANTIGUA Y RENACENTISTA, por el grupo Citaraedus. Concierto patrocinado por iberCaja. Centro Municipal de Cultura 20 horas.

Marzo 19, *sábado*

Programación especial para la Tercera Edad. Actuación de los grupos folclóricos de la Casa Regional de Andalucía y Amauta. Centro Municipal de Cultura 20 horas. Entrada 300 pts.

Marzo 20, *DOMINGO*

GRUPOS FOLCLÓRICOS de la Casa de Andalucía y Amauta. Centro Municipal de Cultura 20 horas. Entrada 300 pts.

Marzo 24, *jueves*

Programación especial para la Tercera Edad. "Aquellos años del cuplé" En el Centro Municipal de Cultura 19 horas. Invitaciones en la Coordinadora de la Tercera Edad.

Marzo 25, *viernes*

DUO de piano y persecución. Programa combinado a cargo de las profesoras del Conservatorio Profesional de Música de Getafe. Centro Municipal de Cultura 20 horas.

CINE

3 de marzo, *jueves*

Thelma y Louise de Ridley Scott

10 de marzo, *jueves*

Sublet de Chus Gutiérrez

17 de marzo, *jueves*

Delicatessen de J.P. Jeunet

24 de marzo, *jueves*

Las mejores intenciones de Bille August

31 de marzo, *jueves*

Noches en la tierra de Jim Jarmusch. Pases a las 18 - 20,15 - 22,30 en los Cines Avenida. Precio 500 pts.

CUENTOS

Marzo 10, **JUEVES**

Programación especial para la tercera Edad. Cuentos de abuelos; nuestros abuelos nos cuentan sus historias y las historias de su ciudad. Centro Municipal de Cultura 19 horas.

POESÍA

Marzo 17, *jueves*

POESÍA. La mujer y la poesía. Lectura de poemas de Dulce M^a Loinaz, Gloria Fuertes, Lilian Jiménez... A cargo de los talleres de formación teatral de la Delegación de Cultura. Centro Municipal de la Mujer 18,30 horas.

CURSOS

CURSOS DEL TEATRO DE LA DANZA. Interpretación. Danza clásica y moderna. Talleres coreográficos. Ortofonía y dicción y acrobacia. Abierto plazo de matrícula. Información en Tel.: 683 70 08 y 683 33 00. Centro Cívico San Isidro.

CURSO DE IMPROVISACIÓN TEATRAL. Talleres Municipales de formación teatral. Durante el mes de marzo. Para más información llamar a la concejalía de cultura a partir de febrero.

TELÉFONOS DE INTERÉS

Biblioteca Ricardo de la Vega	683 28 80	Centro Cívico San Isidro	683 33 00
Conservatorio	682 61 95	Centro Cívico Juan de la Cierva	681 25 10
Concejalía de Cultura	681 82 12	Centro Cívico Sector III	682 61 11
Centro Cívico Bercial	682 27 46	Centro Municipal de Cultura	681 60 62
Centro Cívico Alhondiga	682 00 12	Cine Avenida	682 41 33
Centro de la Mujer	683 70 70	Casa de Andalucía	681 75 14



Ayuntamiento de Getafe

Concejalía de Cultura y Participación ciudadana

Zambra*(canción)*

*Mi Extremadura golpeada,
mi Extremadura dolida
con los golpes que te dieron, y ahora
sigues teniendo vida.*

*Anda Extremadura sigue caminando,
que llegarás al destino
aunque el camino sea largo*

*La casa de Extremadura
en Getafe está naciendo,
un grano no hace granero
pero ayuda al compañero
y tiene que ser de oro, el granito
de Getafe, para que mi Extremadura
se acerque más a Getafe.*

*Anda Extremadura sigue caminando,
que llegarás al destino
aunque el camino sea largo.*

*Extremeño si en Getafe
ya tienes raíces guapas,
pon tu granito de arena
para hacer esta muralla
una muralla muy fuerte
que nadie pueda romperla.*

*Anda y pone, ponle
la primera piedara.*

Estríbillo (tres veces)

Fdo.: Mariano "El Calabrés"

Encina Dominante

*La encina dominante
de mi tierra ignorada
luce testuz de toro.
Embiste los inviernos
acariciando gramas salvadoras,
preñando montaneras
que se abrirán mañana
en blancos corderillos.*

*La encina no es señora
nacida para entrega silenciosa,
en pasión desatada;
con áspero vestido,
noble, brava,
sabe vencer los vientos otoñales,
los gélidos inviernos
y la aridez amarga.*

*La encina, la bandera
cargada de esperanza,
tiene frente de bestia
noble y pura,
amor total, pasión:
EXTREMADURA*

Fdo.: Jucar "El Calabrés"

Labradores*PARA TOMÁS, mi padre*

*Enamorados de los fríos dedos
de la lluvia de otoño,
idólatras de semillas doradas,
mirando al cielo,
maldiciendo heladas,
peregrinos del sol de primavera...
Callos curtidos
en la mano,
en la frente,
en las cocinas
suplican la migaja a la esperanza
mientras susurran un rezo a San Isidro
que, por lo visto, labró mientras
oraba.
Toda la vida anocheciendo,
remover rancias brasas del hogar
en espera del alba.
Enamorados de los crueles besos
de un sol apasionado
o de nubes amargas;
caprichosos amores,
cambiantes amadas,
a merced del destino
vuestra casa.*

Jucar

CASA REGIONAL DE EXTREMADURA**ABOGADO**

- CONTRATOS
- ARRENDAMIENTOS
- SEPARACIONES Y DIVORCIOS
- CAPITULACIONES MATRIMONIALES
- HERENCIAS Y SUCESIONES
- COMUNIDADES
- DECLARACIONES DE HEREDEROS
- RECLAMACIONES E IMPAGOS
- LABORAL
- PENAL
- EXTRANJERIA
- DECLARACIÓN DE RENTA E I.V.A.
- RECURSOS
- ETC...,

**CONSULTAS PARA SOCIOS: VIERNES 7,30 h. DE LA TARDE
PREVIA CITA DE CONSULTA. Tfno. 681 60 00 (Casa Extr.)**

CONOCE TUS ARBOLES

Tilo

N. V. Tilo de hojas grandes. Tilo de Holanda...

Identidad botánica

- * Género: *Tilia*.
- * Especie: *T. Platyphyllos. Scopoli*.
- * Familia: *Tiliáceas*.
- * Origen: *Europa Central*.

Etimología

Su nombre específico hace alusión al tamaño de sus hojas, de mayor tamaño que en las otras especies; *Tilia* x europea (*Tilia vulgaris*), *Tilia cordata*, *Tilia tomentosa*.

Es el árbol típico alemán por excelencia...

Caracteres botánicos

Árbol de hoja caduca, que puede llegar a los 25-30 metros de altura, con tronco recto y grueso, como gruesas son sus ramas que se elevan de forma ascendente. La copa es amplia y globosa, de unos 12-15 metros de diámetro. Su crecimiento es lento, alcanzando una longevidad de varios siglos de vida, incluso puede superar el milenio..

Raíz: Su Sistema radical es fuerte y penetrante, con una raíz pivotante que profundiza hasta 2 metros, mientras que las laterales son cundidoras e igualmente profundas.

Tallo: El tronco es grueso y recto, con la corteza de color grisáceo, lisa cuando es joven, pero agrietándose con la edad.

Hojas: Caducas, simples, alternas,

ampliamente aovadas o redondeadas, dentado-aserradas, de color verde por el haz y verde pubescente por el envés. Son grandes, de 8 x 12 x 8 x 12 centímetros, suspendidas de largos peciolos.

Flores: De color blanco-amarillento, grandes, tardías, aromáticas u olorosas, dispuestas en cimas sencillas formadas por 3-7 flores, con pedúnculo alado hasta su mitad, unido a una bráctea foliácea, transformándose en unos frutos secos y acompañados por el ala que servirá para su dispersión. La floración se produce desde finales de primavera, hasta mediados de verano, sirviendo de atracción a las abejas.

Frutos: Pubescentes, globosos, de unos 5-7 mm. de diámetro, con 4-5 costillas poco marcadas. Madura a últimos de verano, principios de otoño.

Caracteres ecológicos

Suelo: No es muy exigente respecto a la naturaleza del suelo, pero los prefiere frescos, drenados, fértiles, profundos y con algo de humedad.

Clima: Resiste muy bien las heladas, incluso tolera temperaturas de hasta -10°C. Las altas temperaturas le perjudican de forma importante, pudiendo caer parte de las hojas antes del otoño. Requiere ambientes húmedos, razón por la cual, su presencia en la región de Madrid es escasa; no obstante, existen magníficos ejemplares en el Parque



Detalle del porte
Avda. de las Ciudades

del Retiro. Podemos encontrarle en altitudes cercanas a los 1.600 metros.

Agua: Es sensible a la sequía y a la salinidad en el agua y suelo.

Multiplicación

a) *Reproducción sexual o por semillas:*

Las semillas del Tilo, tienen un embrión en letargo, más una cubierta impermeable. Germinan de forma lenta y dificultosa. Para una germinación adecuada, podemos utilizar la estrati-



Detalle de hojas, flores y frutos



Detalle de la hoja

CONOCE TUS ARBOLES

ficación cálida, con una temperatura de 15-27°C durante 4-5 meses, seguido por un período igual a temperaturas de 2-4°C.

b) Reproducción vegetativa:

— Por "acodo": Los "hijuelos" que salen de los "tocones" de árboles que se han cortado a nivel del suelo, se han acodado con xito de "montículo" y se han hecho enraizar estacas de madera suave tomadas de ellos. Se realiza durante la primavera.

— Por "injerto", es un proceso lento y difícil, obteniendo buenos resultados realizando injertos "en T" a finales de verano, sobre patrones francos (obtenidos a partir de semilla)

— Por "estacas" o "esquejes", los resultados por medio de este sistema no son mejores que el anterior, pero no obstante, podemos realizarlo con estacas de madera verde, aplicando fitohormonas de enraizamiento.

ESPECIES AFINES

- Tilia x europea (Tilia vulgaris)
- Tilia cordata.
- Tilia tomentosa.

Utilización

Son muchos los motivos por los



Detalle del tronco



Detalle del porte - C/ Pensamiento

que se utiliza el Tilo de forma ornamental; por su bello porte, su follaje, buena sombra, rusticidad, etc. Debe ser emplazado en superficies amplias, ya que las dimensiones que alcanza en su máximo desarrollo son grandes.

Son conocidísimas las propiedades tranquilizantes que ofrece el Tilo a Través de sus flores, estas deberán ser recolectadas en un día de sol y aire seco, eligiendo tan solo las que estén recién abiertas. La corteza nos

ofrece propiedades medicinales para tratar afecciones hepático-biliares.

Localización

Son escasos los Tilos en Getafe: Avda. de las Ciudades, junto al Bar Restaurante "El Parque"; C/ Gladiolo y C/ Pensamiento, del Barrio de las Margaritas; entrada principal del Hospital Universitario, etc.; aunque los 4 ó 5 mejores se encuentran en las zonas ajardinadas interiores de la antigua empresa E.N.A. (Electrificaciones Nacionales), en el Polígono Industrial "Los Olivos".



Textos y Fotos:

Emilio Ortega Ruiz

Técnico de Jardinería
Socio de esta Casa Regional
de Extremadura en Getafe

¡VAYA LIENZOS!

Juan Barjola.....Pinta para tí

Si hay algo que define el arte del siglo XX es la gran cantidad de opciones que, simultáneamente, han tenido lugar. Nos referimos a las numerosas tendencias que se han ido desarrollando a medida que han transcurrido los años. En otras épocas se daba un tipo de arte y cuando se les consideraba agotado, tras un periodo de transición, aparecía otro estilo diferente; y muchas veces opuesto radicalmente. Nuestro Siglo, en cambio, no permite lapsus ni acciones en singular. Numerosos estilos conviven juntos, y suelen prestarse ideas mutuamente.

Frente al movimiento abstracto sugen tendencias figurativas, por oposición. Uno de sus representantes es Juan Barjola (Badajoz, 1919). Con él nos sumergimos de lleno en un mundo expresionista, con connotaciones derivadas del surrealismo, el esquematismo, de la escultura africana, o incluso (si analizamos fragmentos aislados), con la abstracción.

Su pintura es tan individualista, que resulta difícil incluirla en movimiento alguno. Su forma de trabajar encaja dentro de la llamada "Nueva Figuración"; se trata de un lenguaje que desecha lo meramente imitativo, pero sin renunciar a la figuración.

En el contenido de esa figuración el sentimiento y la reflexión se funden estrechamente para crear una expresión. Expresionismo donde Barjola deja aflorar un mundo de soledad, angustia y rabia;

quizás deseos de cambiar o mejorar las imperfecciones que origina el ser humano. Y significativamente, los temas de sus cuadros giran en torno a la figura humana, a veces en grupo, y casi siempre aislada.

En una etapa anterior se interesó por los temas sociales, en los que denunciaba situaciones que dislocaban las libertades individuales. El gusto por el mundillo taurino le hace profundizar en la dualidad valor-reto, que tan presente está en la cultura mediterránea desde la Hélade. Y la pasión por la mujer queda plasmada en composiciones donde se reivindica la esencia de sí misma; sola, pero comunicativa.

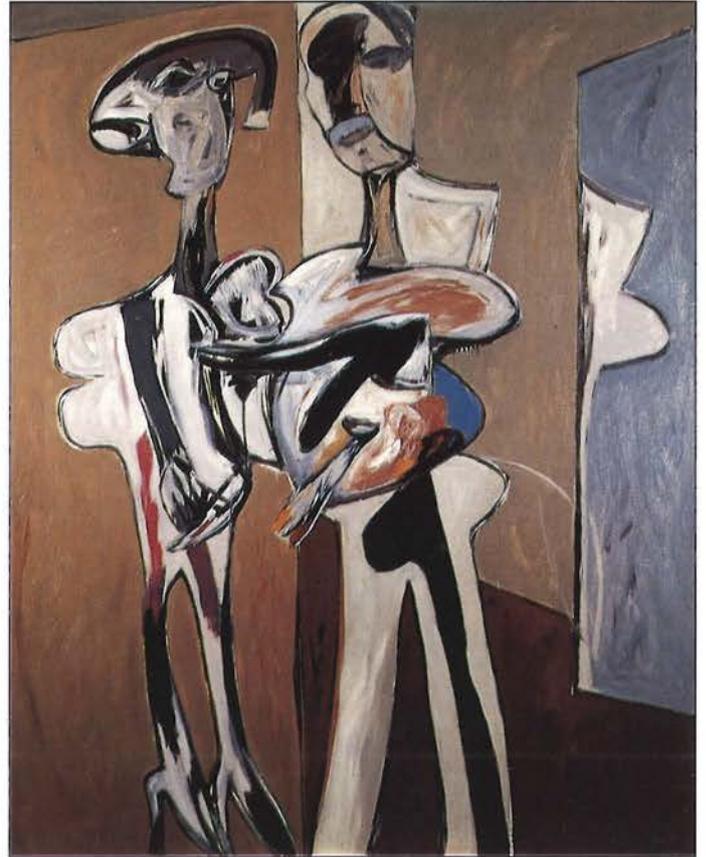
Y en todas estas facetas juntas observamos "radiografías" de lo representado con un detalle de trazos y líneas que encierran cada figura en estancos compartimentados;

aislar para luego unificar, valiéndose del color.

Volúmenes cromáticos para las figuras, y colores lisos para los fondos geométricos y/o reposados; como dominio, tonos intensos pero fríos, para composiciones planas y armónicas.

En los elementos compositivos podemos apreciar que si las figuras constituyen el primer plano, el centro de interés son los grandes espacios de los fondos los que marcan el equilibrio que relaja, esas formas distorsionadas, deformadas y angustias. La ausencia de paisaje crea parajes de desolación, búsqueda y escape.

Este extremeño, madrileño de adopción, nos impacta (igual que el irlandés Francis Bacon) con una obra personalísima que se adentra en los esquemas del expresionismo y que le sitúa en la brecha de las Vanguardias.



Autoretrato 1988 (162 x 130)



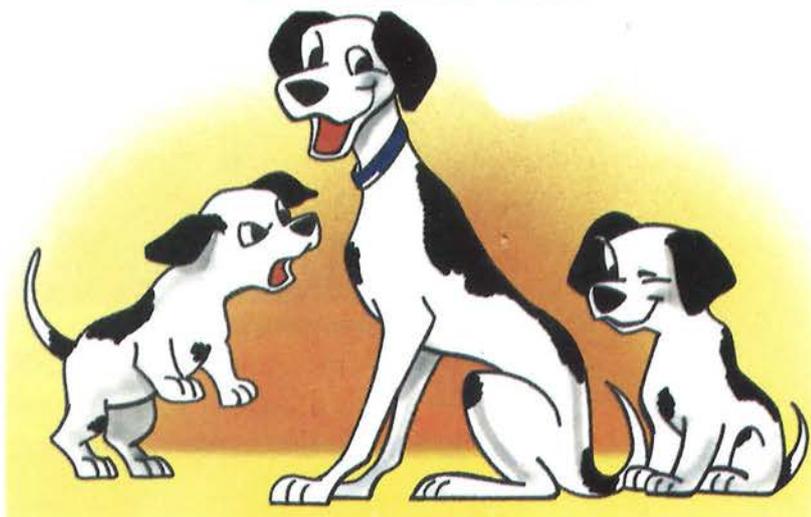
Tauromaquia 1988 (100 x 81)

La Estrella

S.A. de Seguros y Reaseguros

SEGURO MULTIRRIESGO HOGAR

PARA VIVIR MAS TRANQUILO Y MEJOR



SEGUROS JUBILACION

SEGUROS COMERCIOS

SEGUROS VIDA

SEGUROS AUTOMOVILES

SEGUROS INDUSTRIAS

SEGUROS ETC...

CONSULTE CON SU AGENCIA MÁS PRÓXIMA



Avda. España, 2-2º 2
Télef.: 682 79 11
GETAFE (Madrid)

GASTRONOMIA



Conejo en Cazuela

Ingredientes:

- 1 Conejo de 1.500 gr. aproximadamente
- 1 Vasito de aceite
- 200 gr. de manteca de cerdo
- 3 Dientes de ajo
- Pimienta molida
- 1 Hoja de laurel
- 1 Copita de coñac
- 1 Vaso de caldo de carne
- 1 Vasito de vinagre de Jerez
- Orégano (al gusto)
- Sal

PREPARACION

Limpia el conejo y cortarlo en seis trozos o más (según el gusto). Salar y dorar bien en una cazuela con la mitad de aceite y la manteca; una vez dorado, añadir el laurel y los ajos troceados en láminas, agregando el caldo que necesite y la copita de coñac.

Dejar cocer lentamente hasta que la carne esté tierna, antes de apartar del fuego, echar el vinagre de jerez y el orégano molido

Diego Cano Gómez

Consejos Fisioterapéuticos

Cervicalgias



*Fco. Corraliza
Fisioterapeuta*

Con este nombre designamos todos los dolores que se producen a nivel de columna cervical.

Es el tramo de columna más móvil de ésta, y por tanto más expuesto a sufrir enfermedades, traumatismos, etc. que por supuesto dan lugar a una gran patología de la misma, que frecuentemente cursa con dolor.

Las causas de estos dolores pueden ser muy diversas, tales como:

- 1.- Trastornos congénitos: costilla cervical, vertebra supernumeraria, torticolis, etc.
- 2.- Trastornos adquiridos: escoliosis cervicodorsal, cifolordosis, dorso curvo alto, actitudes profesionales, secuelas artríticas o artrosicas, etc.

3.- Factores mecánicos: traumatismos, esfuerzos, esguinces, subluxaciones, etc.

4.- Factores fisiológicos: alteraciones vasculares, uncodiscoartrosis, alteraciones por compresión, etc.

Generalmente es un dolor sordo, aunque depende del mecanismo de producción del mismo. No es lo mismo un dolor cervical por un trastorno congénito o adquirido, que éste sea producido por un traumatismo o pinzamiento, etc., que es mucho más agudo e insoportable. Pero como hemos dicho el más frecuente es el primero, que además está apoyado por una irradiación hacia hombros, brazos, zona interescapular, parte anterior del cuello, etc.

También hay que mencionar los estados parestésicos que lesiones cervicales ocasionan a nivel de la mano y brazo, así como la impotencia funcional de los miembros superiores.

Una vez que hemos dado un ligero concepto de que son las algias (dolores) cervicales, voy a daros unos consejos esenciales a tener en cuenta.

1.- En primer lugar asistir a la consulta de

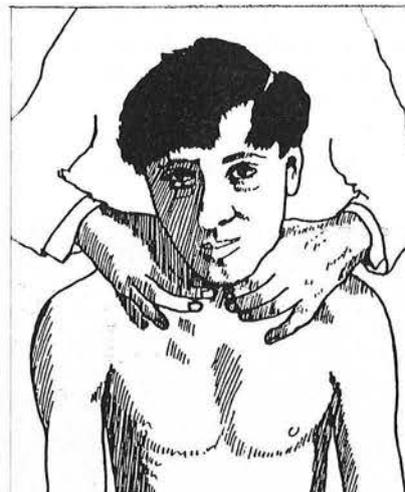
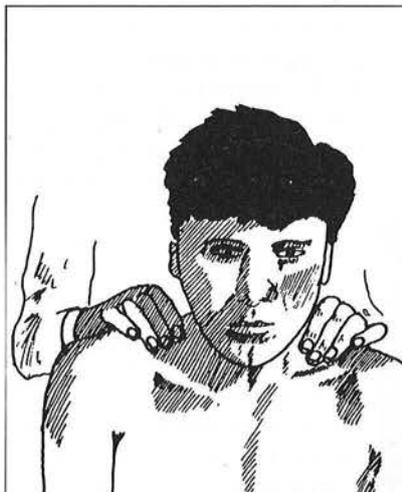
vuestro médico tan pronto como sea posible. Si el mecanismo ha sido un accidente no esperar, inmediatamente ir a un servicio de urgencia donde pueda ser valorado por un profesional facultativo.

2.- Si el dolor es intenso dando lugar a mareos, vertigo, parestias, etc. debéis adoptar una posición de reposo e inmovilización de la columna, en las medidas de las posibilidades que en ese momento tengais en casa. Sería interesante un collarín; pero no es lógico tener este aparato en casa. Una toalla, entremetida, etc. para ponerlo alrededor del cuello y así una ligera inmovilización.

3.- Procurar una reeducación postural adecuada, tal como autoestiramiento haciendo elongaciones de la columna, tomando la conciencia de estirar la cabeza hacia arriba.

Espero tomeis nota de estos pequeños consejos y puedan servir de algo en un momento dado.

En la próxima revista pasaremos una serie de dibujos con textos explicativos.



CORBOR

CENTRO DE RECUPERACION Y FISIOTERAPIA

Recuperación Funcional y Neurológica, Laserterapia, Magnetoterapia, Acupuntura, Electroterapia, Osteopatía, Quiromasaje

C/ Velasco, 35 y Madrid, 81 - 1º - Tels. 695 37 63 - 681 54 16 - 28902 GETAFE (Madrid)

I. El poblamiento

Como sucede con muchos otros aspectos de la cultura extremeña, nuestra arquitectura popular es poco y mal conocida. Limitada al norte por el Sistema Central y al sur por Sierra Morena, la región extremeña presenta una gran diversidad paisajística; el relieve incluye las estribaciones más occidentales de los Montes de Toledo, nuestras sierras de Guadalupe, de Santa Cruz, de Gata, etc. más las cuencas de los ríos Tajo y Gadiana, con sus respectivos afluentes, que crean unas vegas que son objeto de desigual aprovechamiento, y la gran penillanura extremeña, donde el territorio llano puede extenderse durante decenas de kilómetros. Es, por tanto, un área que presenta grandes contrastes desde el punto de vista físico y también climático, que por fuerza se traducen en unos tipos diferentes de ocupación del territorio que terminan originando una serie de tipologías arquitectónicas básicas, dotadas de una marcada personalidad propia.

Las características del poblamiento actual de Extremadura se relacionan, pues, con esos condicionantes naturales, relieve, naturaleza del suelo y cli-

ma, y con los factores humanos que han desempeñado un papel fundamental a lo largo de la Historia. Sin que se pueda negar la gran importancia que en nuestra región tienen los asentamientos prehistóricos y, sobre todo, romanos (la propia capital de la Comunidad Autónoma es fundada en este período), parece cierto que la fisonomía del hábitat debe mucho a la repoblación que tiene lugar entre los siglos XI y XIII por parte de las tropas cristianas que iban desalojando a los musulmanes de la actual Extremadura.

Así, la conquista del tercio norte de la región, aproximadamente más allá del río Tajo, fue llevada a cabo por tropas armadas por los concejos castellano-leoneses, compuestas sobre todo por vecinos libres de aquellas poblaciones. Se trata de una ocupación lenta y en la que los nuevos pobladores van a asentarse transformándose en pequeños propietarios de tierra; por otro lado, las áreas septentrionales de Extremadura son las mejor dotadas de agua, lo que favorece un hábitat bastante disperso, de modo que en estas zonas encontramos localidades poco pobladas y próximas entre sí, aunque sin llegar a la ocupación continua del suelo que hallamos en el norte de la Península Ibérica. Estas comarcas se caracterizan, pues, por la existencia de un importante sistema minifundista implantado en unos pueblos más o menos pequeños -especialmente si se los compara con los de más al Sur- y relativamente próximos entre sí; esto es lo que hace que la provincia de Cáceres parezca más ocupada por el hombre que la de



Baños de Montemayor (Cáceres)

Badajoz. Consecuentemente, las localidades se van a adaptar a las dificultades del terreno y del clima, apareciendo no pocas veces en apretadas agrupaciones de casas, trepando por las laderas de alguna montaña y protegiéndose así de las corrientes, o siguiendo el curso de un río, como sucede en La Vera, el Valle del Jerte, la Sierra de Gata o Las Hurdes (véase la fotografía de Baños de Montemayor). Casi invariablemente, la iglesia ocupa una posición central en la población, circunstancia que se repite en las tierras más meridionales de la región, salvo que exista otro edificio (palacio, castillo) que adquiera ese protagonismo.

Más al Sur cambian las circunstancias naturales y también las sociales: el relieve pierde su dureza, las sierras son más suaves y encontramos amplias llanuras idóneas para el pasto y feraces vegas aptas para la agricultura: a la vez, las precipitaciones son menos abundantes y escasea el agua, de modo que las poblaciones tienden a concentrarse, quedando separadas unas de otras por importantes distancias.

El terreno al sur del Tajo fue con-



Montijo (Badajoz)



Salones Emperador

*Bodas, Banquetes, Comuniones, Homenajes
y Comidas de Empresa*

C/ Fuenlabrada, 40 - Teléf. 695 19 67 • GETAFE (Madrid)

pular Extremeña



Feria (Badajoz)

quistado y repoblado en el siglo XIII por las Ordenes Militares y las sedes episcopales -muy especialmente la de Toledo-, puesto que la Corona se veía incapaz de llevar adelante la ocupación sólo con sus medios. La consecuencia fue el mantenimiento de amplios deshabitados, debido a que los concejos del norte habían llegado al agotamiento demográfico, en medio de los cuales se alzaron localidades que con el tiempo llegarían a adquirir un volumen de población relativamente superior al de las septentrionales. Estos desiertos demográficos servían además para crear una "tierra de nadie" que dificultaba la supervivencia de cualquier ejército que quisiera emprender un ataque. El resultado de este sistema de ocupación son las llamadas "agrocidades" que encontramos en el campo extremeño y también en Andalucía occidental; aquí, el señor de la guerra pasó a ser el cacique terrateniente, y el soldado de a pie, que llevó el peso real de la guerra, se convirtió en colono, aparcerero, o simplemente jornalero al servicio de su señor, sujeto a la tierra que trabajaba, pero sin posibilidad de acceso a la propiedad de la misma.

Junto a estas agrocidades de nuestra tierra, asentadas en áreas más o menos llanas y con recursos agrarios de importancia (piénsese en casos como el de Almendralejo o Montijo, en la foto), encontramos la ocupación dispersa del suelo, compuesta por los colonos que viven en los latifundios, en casas que a veces no pasan de chozas, sin las más elementales comodidades aisladas en medio de las amplias posesiones del cortijo, siempre en función de las labores propias de la ganadería extensiva. Hoy día, este tipo de habitación ha pasado prácticamente al olvido, en virtud de las transformaciones experimentadas por la ganadería (cada vez más intensiva y que no requiere, por ello, tanta atención ni tanta mano de obra) y a causa también de los adelantos técnicos, de modo que para estas personas es posible desplazarse a distancias respetables en automóvil y volver a dormir a sus casas en el pueblo o en las edificaciones principales del cortijo.

Con mucha frecuencia, como rasgo distintivo del pasado, los pueblos aparecen arropados por un imponente castillo, otro recurso defensivo en caso de ataque (no olvidemos que Extremadura es extremo, frontera) y posteriormente símbolo de la sumisión de nuestra región a los poderosos que ni siquiera lo habitaban, como se ve, por ejemplo, en las fotografías de Feria y Alburquerque.

Muy a grandes rasgos, y teniendo en cuenta estas formas de hábitat, puede decirse que la casa popular extremeña se caracteri-

za por su sencillez, su funcionalidad y, sobre todo, la perfecta adaptación al terreno sobre el que se asienta, de manera que los materiales constructivos utilizados son los más accesibles para las personas que han levantado estas edificaciones: la piedra -especialmente pizarra y granito- cuando la hay, la madera si es posible, y el ladrillo y adobe por doquier. Por otro lado, la vivienda tradicional no es solamente un cobijo para la familia, sino que puede decirse que se trata también de un medio de producción, de manera que servirá como almacén, cuadra, taller e incluso como punto de referencia para la identificación de todas las personas que componen la unidad de parentesco. De la humilde casa de las alquerías jurdanas a la casa del llano pacense, con sus techos abovedados y su entrada para las caballerías, pasando por las casas serranas, de piedra o de entramado de madera y por los chozos de los pastores, nuestra arquitectura popular es, sin duda, un amplio y rico muestrario de una forma de vida que desaparece, y que por ello precisamente debemos conocer y respetar.

Juan Manuel Valadés Sierra



Alburquerque (Badajoz)

XATAF

**LIMPIEZA INTEGRAL DE EDIFICIOS,
MOQUETAS Y ENTELADOS,
CRISTALIZADO DE SUELOS**

SERVICIOS DE LIMPIEZA
Tel.: 682 39 78

Avda. Juan de la Cierva, 5 - 2.º
28902 GETAFE (Madrid)

Regresar al pasado (continuación)

Ahora Luisito y Felipa no eran niños, son Luis y Felipa viven lejos, no volvieron, cruzaron un mar y buscaron, nuevos horizontes ¿los encontraron? de su habitación no quedaba nada, polvorientos rincones, viejas muñecas, muebles carcomidos hasta convertirse en polvo amarillento, las paredes aquellas que les vieron nacer se agrietaron de tanta soledad, de tantos recuerdos, ¿acaso ellos nunca recordaron su lugar de nacimiento?

Las tejas solitarias y aflijidas no tuvieron fuerza para luchar contra el viento que una, a una las voló terminando todas ellas en el suelo, los recios maderos descubiertos fueron acariciados durante largos años por las lluvias, el sol y la luna (sus moradores nunca volvieron)

Es por esta razón que la casa llora en su mayor desnudez, llena de impotencia y vergüenza, vergüenza porque a pesar de ser ruinoso espacio, sigue estando dentro de ese entorno que se declara conjunto histórico artístico, formando parte de un lugar medieval y en ella sólo quedan dos metros de fachada que se resisten a caer, en el pasado, fué testigo de reuniones, de dimes y dirán, de juegos de mano, de mozas que tejían su ajuar bajo el alero.

Esos dos metros de pared, nos miran a todos implorando se reconstruya al menos su fachada, para no ser diferente

del núcleo al que pertenece, desde luego esperan exista ese milagro que la favorezca, ahora es sólo grietas, madera y barro.

No le importa demasiado como sea el interior, pero le importa mucho pasar a ser un solar olvidado, le da igual si en su interior no vuelve a estar la cama de hierro torneado, ni el rosario abrazado a los barrotes de la misma, no le importa si las colchas no fueran de ganchillo almidonado, ni espera tener muñecas levitando en sus nuevas paredes, ni quiere siquiera albergar a mulas y aperos de labor, espera sean subidos sus muros y poblar sus maderos de tejas, se arriesga así a no ser el blanco de la mirada del sol, ni de la luna, pero a cambio quiere recuperar su dignidad siendo parte de ese paisaje lleno de belleza y singularidad...

Sorprendida, después de vivir esta experiencia y sentir muchas sensaciones que no sé plasmar, empiezo a sentir que mis pies están dentro de mis zapatos, pero estos están fríos y doloridos, sopla el viento llevándose en parte la densa niebla, dejando a mis ojos el panorama de siempre, las paredes dejan de ser abismos negros, las ventanas aparecen llenando de juventud un alma; estoy perfectamente orientada; es la amanecida e intuyo que las flores empiezan a desprenderse lentamente, casi aletargadas por

el intenso frío de la noche, de regreso a casa siento que todo me mira con cierto asombro, al verme tan temprano en ese escenario.

Agito el paso. La verja de entrada está abierta, un silencio sarcófago es mi aliado, recorro los metros precisos que separan la verja hasta la puerta de mi casa, esta también está abierta; paso al interior y corro hacia la chimenea que sigue consumiendo los leños de encina a los que las llamas siguen acariciando suavemente.

Sobre el escaño de madera reposa el fascículo que sigue esperando ser leído, las sombras que proyectan las llamadas folklorean en la pared su danza incansable juguetona tiñe de blanco azul y violeta el pequeño salón mis pies han reaccionado y el ambiente es propicio para el sueño; me acurruco en el extremo izquierdo del escaño después se desprende el helado y monótono sonido de la carcoma, trato de leer ese artículo tan interesante que tengo pendiente, sin embargo la niebla del sueño enreda mi mente, estoy exánime y me entrego a esa dulce pesadez que padecen mis párpados.

Fuera de la casa la luz de la mañana va ganándole al alba la batalla y su recuerdo se va posando lentamente sobre cornisas, voladizos y ventanas. ¡Amanece!

Fdo.: Violeta Fornelio

HORMIGOVAL S.L.



CENTRAL 1

Ctra. Andalucía, km. 29
(Margen derecha)

Teléfono: 895 25 75
28340 VALDEMORO (Madrid)

CENTRAL 2

Cno. Dehesa de Moratalaz, s/n
Po. Industrial LAS CARCABAS
Ctra. Madrid-Toledo, km. 29,500
Teléfono: 816 03 96
28978 CASARRUBUELOS (Madrid)

Blanca Paloma: "Cena de la Amistad"

Bajo la mirada amiga y protectora de su presidente D. José Talavera, celebró la Asociación Cultural Blanca Paloma su tradicional Cena de la Amistad en la que se hizo entrega de premios para juegos y concursos convocados al efecto.

Asistieron al acto D. Pedro Castro, Alcalde de Getafe, D. Javier Ollero, Concejal de Cultura y D. Pedro Aparicio nuestro afanado presidente; entre otras personalidades y representantes de distintas Asociaciones de Getafe.

Pero, mejor dejar la palabra a los sentidos versos de Segun Vozmediano que son crónica del alma de esa entrañable Asociación:

*Diecinueve de Diciembre,
un año pasado ya,
que fué contando los días
y sin dejar de contar
hemos pasado otro año
con lo que hay que pasar:*

*Busca que busca los bailes,
papeles que preparar...
más, con un poco de calma,
todo se llega a alcanzar.*

*Esta cena nos acoge,
esta amistad nos da vida,
estamos todos unidos
en una misma familia.
Que tiene mucho calor,
mucho calor y alegría,
porque la Blanca Paloma
nos une más cada día.*

*Tenemos el mejor grupo,
salero para bailar
y la mejor directora
que puedes imaginar.
Nos acompañan los socios
también dignos de admirar,*



*cada cuál en lo que puede
hace por colaborar.*

*Once niñas guapas tengo
y por bandera un chaval
que son lo más rebonito
cuando salen a bailar.*

*¡Once muchachas preciosas
que tengan felicidad!
¡Un beso para Roberto
del alma de su mamá!*

*Vaya grupo de belleza
y simpatía sin igual,
además la comitiva
que siempre lleva detrás:
A todos os deseo suerte
para el año que va a entrar.*

*¡Viva la Blanca Paloma!
¡Viva la Gran Amistad!
Que esta noche aquí tenemos
de sobre "pa" pedir más.*

Segun Vozmediano

Sólo falta el amén y disimular la envidia por tanta unión y tan sincera hermandad; lo dicen todo los profundos versos que enlazan corazones... quizá falta mi sincera dedicatoria a Yoli, una de las componentes de ese grupo magistral que, hace años pintó un bote para su "profe" y, cada vez que lo miro, saltan faralaes y volantes de tierno agradecimiento.

*Información y Prensa
C.R. Ext. Getafe)*

JOYERIA



RELOJERIA

C/ Madrid, 15 — Teléfono 681 96 88 — GETAFE (Madrid)

ERBA, S.A

EMPRESA CONSTRUCTORA
Promociones de Viviendas y Chalets en GETAFE
SECTOR III - ZONA CENTRO (c/ Manzana)

c/ Escaño, 27 - Tels. 682 24 36 - 682 68 78 - 682 25 13
GETAFE (Madrid)

TODO PARA

- DANZA
- BALLE
- TRAJES REGIONALES
- DISFRACES
- BAILE ESPAÑOL
- GIMNASIA

Yebra



Pizarro, 30
Teléfono: 682 95 72

28902 GETAFE
(Madrid)

Ruta de la luz

La **Ruta de las Vírgenes de la Luz** fue realizada por el Grupo de Senderistas de Getafe por dos veces, años 1989 y 1990, siendo el autor del libro que narra el viaje quien primero circuló, solo, en plena canícula por la senda cacereña. Desde estas páginas reproduciremos los primeros capítulos de su obra, aún no entiendo, pero sí ya escrita, y que relata las andanzas de estos correlindes por tierras extremeñas. Por lo tanto, es una exclusiva de nuestra revista.

De Getafe a la Luz

Extremadura. ¿Qué sabemos de ella?. ¿Qué se encierra en esas letras?. ¿Y en la palabra?. ¿En lo que se define por su simple enunciación?. Deletreada silábicamente: EXTRE-MA-DU-RA. Algo extremo y duro. Simple. ¿Simple?. Para quien la conozca de referencias y sólo de referencias, es algo lejano e intratable. Algo inóspito y extraño. Olvidable. Que poco más dice de lo que ya expresa. Que está distante de todo lo apetecible y nada o casi nada representa. Que poco da y otorga. Uno de los confines del mundo conocido. Tierra de nadie. La Siberia de nuestra propia casa. El destierro y el exilio. El cuarto de los ratones. El zaguán. La extradición de cuerpos y almas. La tierra de la frontera. El país de nunca jamás; pero sin un Peter Pan que lo haga asequible, sugerente, amistoso, entrañable, espeiritualmente cercano. Ni siquiera hermoso. Hasta hubo una comarca extremeña de la que nada se supo, o no se quiso saber, hasta bien entrado el siglo XX y a la que un cortejo real, estupefacto y abochornado, visitó con un espíritu más extravagante que preocupado, para comprobar que aún quedaban mundos por descubrir y que estaban en éste: Las Hurdes. Exótico sino fuera porque la podredumbre corría pareja a la ignorancia y al atraso más infrahumano, consentidos y propiciados por señoritos de medio pelo, terratenientes y nobleza aristocrática desapagados y vacíos de calidad humana y caciques egoístas, crueles y ladrones hasta el expolio. un baldón para la conciencia de cualquier pueblo y más para la de un pueblo tan orgulloso como el español.

Para quien no la conoce ni en los mapas, Extremadura es campos yermos. Planicies improductivas. Montes y vaguadas peladas como pedregales por lo que no se aventurarían ni los lagartos ni los alacranes. "Arranclanes" que los llaman por allí. Praderas amarillas tachonadas y heridas por oscuros pizarrales. Encinas, olivos, cactus, zarzas, chumberas, cardos bataneros, jarras, tomillos, romeros, serpientes y aguiluchos. Todo bajo una luz incandescente, sahariana, tórrida, que convierte las piedras en brasas, que carboniza las plantas, que agrieta la tierra, que hierve la mirada, agrede a la piel, convierte en grifos de caño abierto a los poros, hace hervir la sesera y esconderse en lo más profundo la sensación de encontrar algo vivo por más leguas que se caminen. Calor en todas las direcciones, incluso hacia dentro. ¿Y la gente?. ¡Ah!; ¿pero es que en tales condiciones puede haber alguien que habite tan inmenso e intrasitable erial?. Vivirán aquí los exiliados, los parias, los anacoretas, los penitentes. ¿Quién va a vivir ahí, hombre?. Ni que estuvieran locos.

Pues bien. Extremadura es mucho de lo dicho; pero no solamente eso. Y ahí está su grandeza, su señorío. No es sólo "tierra de conquistadores", como rezan todos los folle-



Sarradilla - Ayuntamiento

tos turísticos al uso. Es tierra conquistada, tierra doblegada, tierra feraz, ubérrima. Y eso lo han hecho los extremeños, los habitantes de la "tierra extrema y dura". Es cierto que hay desiertos; pero también hay praderas de acolchada hierba. Es cierto que hay encinas y olivos; pero también hay huertas y vergeles. Es cierto que hay piedra monda y lironda; pero también hay gracia y sentido en su labor, en su cantería que hace desbordar de prestancia sus catedrales y casas nobles. Es cierto que hay un sol inmisericorde y adusto; pero también hay reflejos de azafrán en la arenisca, de plomo en el granito, de nieve en la sílices, de arco iris en la mica y destellos de nácar en cada gota de rocío. Es la belleza de

TALLER DE MECANICA CHAPA Y PINTURA

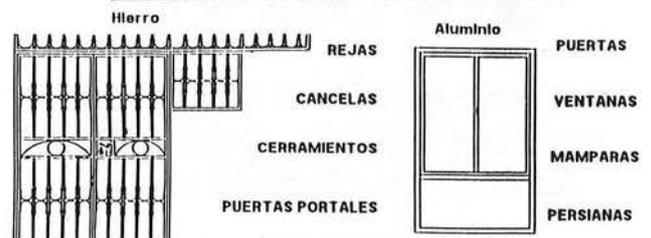
El Ventorro

Pintura al Horno y Secado

Especialidad en Metalizado y Vicapa

C/ ARQUITECTO, S/N CTRA. DE GETAFE A VILLAVERDE
TELS. 682 0190 - 696 2571

CERRAJERIA MARCOS
2000 S.L.



C/. EUGENIO SERRANO, 44
TELEF. 683 91 72
28904 GETAFE

COLABORACIÓN



Portezuelo, Crucero, S. Afarina y Castillo

la desnudez última, de las gentes y las cosas sin pizca de valaduras, a lo vivo, descarnada y descarada. No hay posibilidad de claroscuros. Es la luz absoluta. Como si fuera un Mediterráneo mesetario que ha convertido el agua en tierra, tierra bienamada. Todo está a la luz, como un paciente titán mostrando hasta la entraña al sol.

Aquí la luz no es que ciegue, muestra; no envuelve, arrebata; no empequeñece ni agiganta, hace ver y verte tal cual; como un foco de luz blanca dirigido continuamente hacia el actor principal en un monólogo hamletiano, como si el sol se hubiera quedado atorado en las singulares chimeneas de adobe o ladrillo, en las almenas de los solitarios castillos, en los cimborrios de las esbeltas catedrales, en los campaneros nidales de cigüeñas, en las chatas copas de las encinas, en las raíces apasionadamente arabescas de los olivos, en los nudosos sarmientos de las vides, en la superficie amansada, de espejo, de tanto pantano y embalse hecho a la mayor gloria de aquel gallego bajito y con voz de vicetiple gangosa; pero que el extremeño ha hecho

tan productivo como su saber le ha indicado y su necesidad obligado, que aquí nunca faltó agua y sí acaso árboles que en ella pudieran mirarse. [Son innumerables los ríos que recorren Extremadura y los más nombrados: Tajo, Guadiana y Almonte lo hacen en su curso bajo, resultando notablemente caudalosos y puede que por ello se sacara de aquí la madera más noble para construir los barcos de la Armada

española de forma secular, resultando que estos pagos son los más desforestados de toda la geografía peninsular].

Aquí todo está a la vista, siempre y cuando uno no se ciegue ni se atontoline con tanto resol. Porque a veces están las cosas tan claras que terminamos por no verlas de puro evidentes y acabamos distorsionando la propia realidad en los recovecos del magín. Por ejemplo.

Que el extremeño ama su tierra no tiene discusión; pero su grado de ubicuidad, de capacidad transhumante, de "ave migratoria" por excelencia tiene difícil parangón. Se diría que ama a su tierra, sí, pero a distancia. Como si no le retuvieran en ella demasiadas cosas, o ninguna. Ni siquiera la misma tierra porque, acaso o sin él, no es suya. Entendámonos: las dos provincias más grandes de España, Cáceres y Badajoz, están en manos de cuatro, como vulgarmente se dice. Nobleza y burguesía de tres al cuarto. Aquí, lo de la concentración parcelaria es como hablar de los frios del Polo. Enormes extensiones improductivas, como no sea para monterías y cría de ganado bravo. Y claro, ante tal perspectiva, qué le queda por hacer al ex-

tremeño de a pie sino emigrar. Ya desde los mismos dichosos conquistadores, pues ellos eran nobles en su mayor parte pero venidos a menos (los derechos de primogenitura han sido siempre tan imperturbables como el sol que nos calienta y los segundones se quedaban para otra clase de gestas), y había que buscarse otro sitio para ganar las habichuelas.

Emigrante a su pesar. Como el gallego o el vasco, pero por otras razones, e igual que el andaluz. Y hablando de semejanzas. A veces me recuerda a África. Verán por qué. El calor y las cigüeñas. Yo no sé si éstas emigran alguna vez porque en cualquier época del año las he seguido viendo dominando señorialmente todos y cada uno de los cimborrios, cornisas y campanarios de esta tierra, y hay unos pocos. África es el paraíso de las cigüeñas pero será de aquellas que emigran porque las de aquí no se menean. Y luego está el calor. Este calor que te remacha contra el suelo como un poste de telégrafos, que resquebraja las piedras y aún más la piel, que es omnipresente, agobiante, principio y fin. La luz. La cegadora luz que parece un milagro constante porque hasta de noche asoma. No es de extrañar que ésta sea tierra de luz, y de vírgenes luminosas, y de leyendas, y de pobreza honorable aunque extrema, de hijosdalgos, de conquistadores, de alucinante gente enloquecida, sabiamente enloquecida. Es la desproporción constante, la nada y el todo a un tiempo. Como el desierto.

Y en el principio fue el silencio.

Manuel Morajudo Manzanet.
Miembro del Grupo de Senderistas
de Getafe



TROFEOS GETAFE
— TROFEOS DEPORTIVOS — PLACAS DE HOMENAJE — MEDALLAS —
REGALOS DE EMPRESA — PARTICIPACIONES — BODAS
— BAUTIZOS — COMUNIONES —

Se hacen grabaciones en general

C/ Galicia, 3
Tel. 681 79 55
28903 GETAFE
(Madrid)

Joyería Relojería

PIRIS

c/ La Moraña, 12 ZARZAQUEMADA Leganés (Madrid) Tel. 687 23 98
c/ Madrid, 109 GETAFE (Madrid) Tel. 682 65 90

SAN MARCOS MOTOR



682 42 62

— **GETAFE** —

Beturia y sus poetas

A mediados de 1987, pues corría el mes de junio, tres amigos extremeños residentes en Madrid, Angel Morillo Sudón, de Badajoz, José Iglesias Benítez, de Villalba de los Barros y Alejandro García Galán, de Peñalsordo, asistieron a un recital poético dado por Manuel Martínez Remis, poeta manchego, en el auditorio del Centro Cultural de la Villa de Madrid. El acto había sido organizado por el grupo de poetas "Prometeo", bien conocido en la capital de España.

Finalizado el recital, magnífico, los tres amigos extremeños se acercaron hasta la cafetería del propio Centro, a escasos metros del auditorio. Allí, en una larga conversación, con los cafés delante, pensaron en voz alta que habría que dar de alguna manera forma a lo que durante años se había venido fraguando entre un grupo de extremeños, con conciencia de tales, entre los que tenían en Madrid su domicilio. Aquella misma tarde-noche se reflexionó que esto bien podría ser una Asociación de tipo cultural en la que se agrupasen cuantos extremeños así lo desearan, con vistas a trabajar por Extremadura.

Había una idea clara en este planteamiento: que la Asociación a fundar debería ser totalmente altruista, sin ningún ánimo de lucro.

Así, de este modo, fueron contactando con otros amigos extremeños de Madrid, aunque también de otras comunidades, a los que se les expuso la idea. Varios de ellos se unieron a este proyecto de forma inmediata. Muchos de estos miembros, de lo que más tarde pasaría a denominarse Asociación Cultural Extremeña Beturia (en recuerdo de la región comprendida entre el río Anas y el Betis -

Guadiana y Guadalquivir hoy- de los tiempos de Roma), habían compartido ya experiencias de viajes de recreo y de estudio por la geografía extremeña durante las vacaciones, principalmente las de verano, que habían venido desarrollándose desde la muerte del entrañable y malogrado poeta y escultor extremeño Luis Alvarez Lencero (1983).

La idea de nuestra región, incluso por otras zonas del país, estudiando "in situ" las muchas maravillas arqueológicas e históricas que conservan Extremadura y España, le pareció al grupo lo más natural. Pero junto a estos viajes y excursiones querían hacer más cosas. Pero antes se acordó que deberían acogerse e inscribirse al amparo de la ley 191/1964, en el Registro de Asociaciones del Ministerio del Interior.

Así se hizo, proveyéndose de estatutos propios. Se crea, pues, la A.C. Beturia con veinte socios fundadores. Más tarde se le unirían otros socios de número.

Se pensó, igualmente, en fomentar charlas, conferencias, reuniones, comidas de socios etc. etc... pero dos fueron los objetivos que con más entusiasmo y calor se plantearon los socios de Beturia: por un lado la creación de un Museo Extremeño

de Arte Contemporáneo en Mérida, capital de Extremadura, que acogiese parte del arte plástico creado en este siglo por los muchos artistas cacerreños y pacenses que aún están entre nosotros o

desaparecidos recientemente, y que vendría a cubrir un vacío importante en la antigua Emérita Augusta, al lado de los otros museos con que cuenta la ciudad.

(continuará)

Alejandro García Galán.



"Que nuestros alimentos sean nuestra medicina, y nuestra medicina nuestros alimentos"

Vemos como en nuestra era de industrialización los alimentos pueden convertirse en tóxicos, como han sido desnaturalizados, manipulados hasta extremos de ciencia-ficción, perdiendo su propiedades, su energía vital.

Hay sustancias que debemos evitar completamente por no saberse que consecuencias puedan tener a largo plazo sobre el organismo, son los aditivos: emulsionantes, espesantes, mejorantes del sabor, ácidos, colorantes, conservantes, antioxidantes, edulcorantes, etc...

Reducir al máximo el azúcar refinado, bebidas y comidas que la contenga, harina blanca y sus derivados, sal fritos, café y alcohol.

Necesitamos información de los alimentos adecuados para prevenir enfermedades, tanto por defecto como por exceso.

Una alimentación es equilibrada y correcta cuando cubre las necesidades de la persona, no es excesiva ni deficiente, contiene las sustancias nutritivas que necesitamos y está libre de sustancias nocivas.

Las sustancias NUTRITIVAS son: Proteínas, grasas, hidratos de carbono, vitaminas y minerales, estas sustancias se encuentran en distintas cantidades en los alimentos que nos ofrece la naturaleza y son indispensables para un desarrollo armonioso.

Asimismo es indispensable el agua, nuestro organismo tiene en su composición un 70% de agua, importantísima por su misión transportadora, porque mantiene la temperatura del cuerpo y hace de aislante; cuando tenemos sed el cuerpo nos manda una llamada de socorro, no hay que esperar a tanto y debemos tomar 2,5 litros diarios.

Un elemento sin carácter nutritivo pero importantísimo es la fibra, que la encontramos sobre todo en frutas, hortalizas y cereales integrales. Su consumo previene el estreñimiento y una serie de patologías intestinales crónicas.

Fdo.: Ana Gonzalez Martín
Quiromasajista.



HERBOLARIO LOS ANGELES

Teléfono 683 02 84

- DIETÉTICA
- MASAJE TERAPÉUTICO
- PLANTAS MEDICINALES
- COSMETICA NATURAL

Avda. los Angeles, 19 - 28903 GETAFE

TABACOS Y TIMBRES

EXPENDEDURIA N.º 9
PAPELERIA - REGALOS



Albacete, 22
GETAFE

Tel.: 696 66 29
(Madrid)

El abuso de beber alcohol: un problema personal, familiar y social

Concha y Daniel son dos estudiantes que ha quedado con los compañeros para cenar, después, seguro que harán un "recorrido" por los bares de la zona. Pilar celebra su cumpleaños, la cerveza, el vino y el licor no debe faltar. Juan se acerca al bar más próximo de su trabajo, hoy ha sido un día duro y hay que tomarse "algo" para compensar. Son tres ejemplos de como el alcohol se ha convertido en el elemento indispensable de toda reunión, celebración, etc. En esta sociedad de consumo nos han hecho ver al alcohol como algo imprescindible para sentirnos bien -la TV lanza unas 4.000 incitaciones anuales, en forma de anuncios, a consumir alcohol. Así hemos llegado a la situación de que en Logroño hay más bares que en toda Holanda. Granda tiene un bar por cada 150 habitaciones y Andalucía más que todos los países de la unión Europea.

En España, según datos oficiales, hay más de tres millones de alcohólicos y las muertes producidas por abusar del alcohol se calculan en unas 14.000 personas al año. Tenemos, alrededor de 600.000 enfermos de cirrosis, convirtiéndose esta enfermedad en la quinta causa de muerte en España.

Problema personal

Se considera a una persona como alcohólica cuando ingiere importantes cantidades de bebidas alcohólicas, de forma intermitente o continuada, durante un período de tiempo prolongado. El alcohol es un producto químico depresor del sistema nervioso central, esto significa que disminuye "el tono", la ansiedad y a dosis mayores produce desinhibición, disminución del nivel de conciencia y manifestación de emociones reprimidas. Así el alcohol parece que excita por los comportamientos que produce, pero en realidad sus efectos lo que producen es una disminución de las capacidades personales, la sensibilidad y la capacidad de distinguir entre una situación u otra.

En realidad el comportamiento abusivo de beber alcohol pone en evidencia a la persona

que lo practica, ya que, esta persona, con frecuencia, es incapaz de proteger sus derechos y respetar los de los demás, lograr sus objetivos sin ofender a los demás, sentirse satisfecho y tener confianza en sí mismo, en definitiva, carece de la capacidad para controlar las consecuencias de su comportamiento.

El consumo ocasional o habitual de alcohol puede llegar a repercutir muy seriamente en la salud del consumidor. Algunos de los problemas son:

- *Cirrosis hepática:* Los síntomas incluyen la pérdida de apetito, adelgazamiento y mal estado general.
- *Pancreatitis:* Se manifiesta por dolores abdominales intensos, náuseas y vómitos.
- *Gastritis:* Los síntomas incluyen la falta de apetito, dolor, pesadez, ardores, náuseas y vómitos.
- *Encefalopatías alcohólicas:* Producen parálisis de las extremidades y de los movimientos de la cara, ojos, etc.

Problema familiar

Las consecuencias -negativas- de beber en exceso alcohol, no sólo recaen sobre el bebedor, sino que éste suele proyectar un manto de sufrimiento sobre el resto de la familia:

- Más del 20% de los niños nacidos en España con deficiencias psíquicas lo son porque sus madres tomaron durante algún momento de la gestación cantidades elevadas de alcohol.
- *Desajuste familiar.* Las tensiones familiares inciden negativamente en los hijos del matrimonio: los hijos de alcohólicos tienen una incidencia mucho mayor de alcoholismo que individuos de la misma edad.
- *Degradación familiar.* Los malos tratos de niños y mujeres en la familia están muy relacionados con cónyuges alcohólicos.
- *Separación conyugal.* El índice de separaciones matrimoniales es 17 veces superior

cuando uno de los cónyuges es alcohólico que cuando ambos son abstemios o bebedores moderados.

Problema social

El alcoholismo aparece estrechamente relacionado con algunos de los siguientes problemas sociales:

Problemas laborales. Bajo los efectos del alcohol el trabajo es de peor calidad, repercutiendo especialmente sobre el absentismo con faltas y retrasos frecuentes; Accidentabilidad con riesgo elevado de producir y sufrir accidentes y el desajuste con relaciones inadecuadas y conflictivas en el trabajo, produciendo todo ello una merma importante en la productividad.

El 49% de los trabajadores alcohólicos sufren accidentes laborales, frente a un 9.5% en el caso de los no adictos.

- Accidentes de tráfico. El consumo excesivo de alcohol disminuye los reflejos e incapacita para apreciar correctamente la velocidad y las distancias. Los accidentes de tráfico por causa de embriaguez son la primera causa de muerte de los españoles entre 18 y 30 años. Juventud, alcohol y fines de semana constituyen "una mezcla explosiva para producir accidentes" y cerca del 40% de las víctimas mortales en accidentes de tráfico son jóvenes conductores. El coste social de los accidentes de tráfico motivados por el alcohol asciende en España a un billón de pesetas.

El bebedor en exceso experimenta ansiedad, desencuentro con los demás, falta de orientación en la vida, etc., en definitiva, sufre. ¿En ese estado qué puede hacer el bebedor para dejar de beber o disminuir su ingesta de alcohol? Lo primero es reconocer que beber en exceso es una conducta que depende de él y no de otros. Y por consiguiente, no es indiferente ya lo que haga, porque está expuesto ante posibilidades a escoger.

Corredor Fernández
Psicólogo



¡¡SERIEDAD Y PRESTIGIO!!
Cerca de Vd.

- Madrid, 35
- Garcilaso, 54
- Pº de Boadilla, 1 (Brunete)
- Avda. Ciudades, 10
- Avda. Arcas del agua, Sector III
- Avda. Buenos Aires, 17 (Bercial)



DOCTOR MARAÑÓN, 3

TELEF.: 683 72 38

28903 GETAFE

(MADRID)

FITUR - 94

A finales del mes de enero se celebraba en Madrid la Feria Internacional del Turismo que deparaba nuevos éxitos para nuestra Autonomía y nuestro pueblo.

El Stand de las Ciudades Patrimonio de la Humanidad de España, entre ellas Cáceres (pronto se incorporarán Guadalupe y Mérida), recibió el primer premio de esta décimo cuarta edición de la muestra por la armonía de juegos de luces, ambientación musical y disposición de su decoración.

Para más éxito, dentro de la modalidad de pabellones de Comunidades Autónomas, al pabellón extremeño correspondía el segundo premio.

Más lo esencial no son los galardones; Extremadura se abre día a día al resto del mapa nacional, se sacude esa imagen trasnochada, de pueblo inculto y olvidado al que hacen referencias los hipócritas rancios; Extremadura se presenta a ganar por derecho: allá estaba Trujillo, la muy noble y leal, mostrando las bases de Producciones Audiovisuales que la proyecten hacia la internacionalidad. También Badajoz, fronteriza y carnavalesca ciudad de congresos. Allí estaba Cáceres con lo suyo de sobra demostrando y abriendo en su regazo la región, y el entorno. Acudió Plasencia, deportiva; de minusválidos a piragüistas, pescadores y maestros de la vela, hermanando a los hom-

bres, igualando las gestas y el esfuerzo en su sencillo ambiente de cálida anfitriona.

Fué Valencia de Alcántara, humilde y sencilla, sin Stand propio, pero con la propia riqueza en su Ruta de los Dólmenes o sus barrios judío y gótico. Almendralejo, vino; Jerez de los Caballeros, jamón.... Mérida ¿Quién no sabe que Mérida es única?... La Ruta de la Plata...

Extremadura toda explotó en la Feria y con ella los trozos de corazones separados de su madre que quisieron compartir nostalgias y cariños. Compartir con el resto de los

Stand de España en fraternal y amable convivencia serena.

Y, para no ser menos, o para ser más gratos, bailaron insistentes nuestros Coros y Danzas; danzas al medio día, danzas a media tarde, para que ese día treinta que cerraba la Feria se llenara de saltos y piruetas alegres que abrieran la bandera de nieve, hierba y luto, hasta los más recónditos rincones de la tierra.

Gracias embajadores de amistad y concordia por hacernos hermanos de cuantos os aplauden.

*Información y Prensa
C.R. Extremadura Getafe.*



*Representación de Extremadura
Casa Regional de Getafe*

OTEFISA, S.L.

Avda. España, 4 - 2º 8

Tel. 681 61 28 - Getafe

- ARRENDAMIENTO EMPRESARIAL ■
- FISCAL ■
- CONTABILIDADES ■
- ESTIMACION OBJETIVA SINGULAR ■
- IMPUESTO VALOR AÑADIDO ■
- DECLARACIONES RENTA ■
- SEGUROS GENERALES ■

JOSA S.L.
Deporte y
Publicidad

**En instalaciones deportivas
de la Comunidad**

Goya, 114 • Tel. 504 44 44
28028 MADRID

Jornadas Extremeñas

Durante los días 5 y 6 de Marzo tendrá lugar en Mérida unas Jornadas organizadas por el Consejo de Comunidades Extremeñas, para tratar desde la actualidad los temas que más interesan a las Asociaciones de Emigrantes Extremeños, y que tienen mayor incidencia en el colectivo que representan.

Temas:

- Emigración y municipios
- Emigración y medios de comunicación
- Condiciones de vida de los emigrantes extremeños
- Futuro de las Asociaciones de Emigrantes

El análisis y debate de estos Temas cuyos destinatarios son:

- Presidentes de las Asociaciones de Emigrantes
- Miembros del Consejo de Comunidades Extremeñas
- Alcaldes de Extremadura
- Alcaldes de Poblaciones de España donde existen Asociaciones de Emigrantes Extremeños

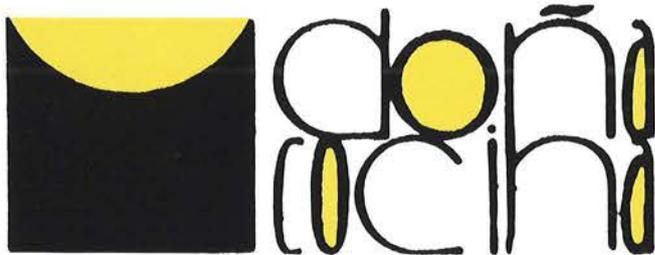
Estamos seguros que estas Jornadas deben suponer para muchas Asociaciones el fin de una etapa que ha cumplido sólidamente con el objetivo para el cual fueron creadas.



Directivos de Asociaciones de Extremeños en la Emigración reunidos en IFEBA Badajoz

Un nuevo diseño surgirá posiblemente de Estas que contribuirá a una actualización de las asociaciones más en consonancia con la realidad de Extremadura y por consiguiente con nuestro país.

ANTICÍPESE AL FUTURO



ESTUDIO DE COCINA INTEGRAL

Sensación de Vivirla

Y TAMBIEN...

- ☛ Muebles de Baño
- ☛ Frentes de Armario e interiores (COVALUX)

- ☛ Cerámicas
- ☛ Aire Acondicionado

REFORMAS EN GENERAL



**C/ Escaño, 37
GETAFE**

Av. de Aragón, 4
GETAFE

C/. Monegros, 45
ZARZAQUEMADA

Teléfonos:

681 62 85 • 682 01 89

y 687 62 29

AUTOMOVILES

E.CANO



VEHICULOS NUEVOS Y DE OCASION

Castilla, 16 c/v a Ciempozuelos Local 8 Tel.: 696 42 82 28901 GETAFE (Madrid)

**VIVIENDAS EN GETAFE
PROMUEVE**

SOCIEDAD COOPERATIVA
DE VIVIENDAS PARA

EXTREMEÑOS EN GETAFE

C/. Felipe Calleja, s/nº

Teléf.: 681 60 00

28933 GETAFE - MADRID

FOGESA

FOMENTO Y GESTION, S.A.

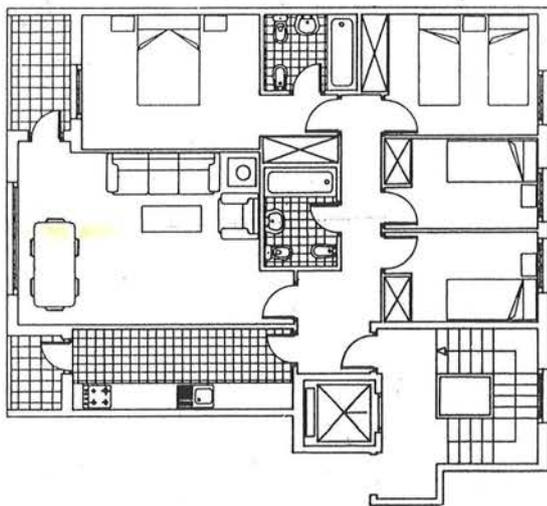
GESTORA DE COOPERATIVAS

AHORA SU VIVIENDA EN LA ZONA SUR - GETAFE

VIVIENDAS EN REGIMEN DE COOPERATIVA (V.P.O.)

Modalidad 90 M² + Garaje

CUATRO DORMITORIOS Y DOS BAÑOS



MODALIDAD (2)

Entrada inicial	500.000
Firma de contrato	1.000.000
30 efectos de 30.000 ptas.	900.000
Entrega de llaves	340.000
Préstamo hipotecario	6.500.000
TOTAL	9.240.000

(A todas estas cantidades hay que aumentar el 6 % de I.V.A.)

* Con subvenciones a fondo perdido del 5 % al 15 %, en función de los ingresos, edad y modalidad de vivienda

* Con subsidiaciones del préstamo hipotecario al 7,5 % - 9,5 % - 11%

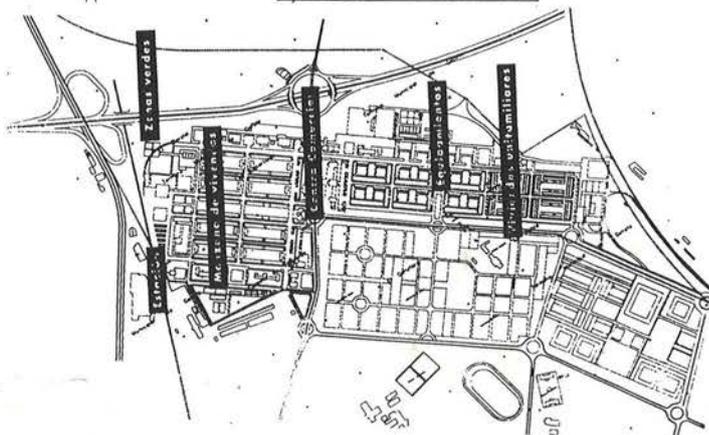
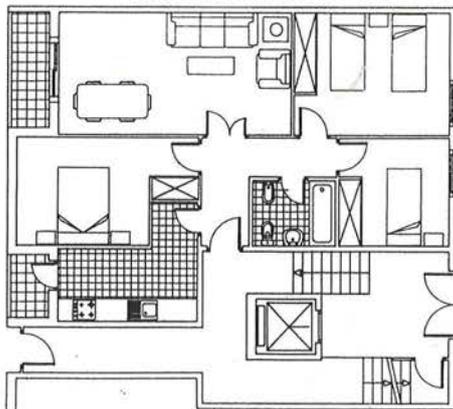
MODALIDAD (1)

Entrada inicial	500.000
Firma de contrato	1.200.000
30 efectos de 40.000 ptas.	1.200.000
Entrega de llaves	510.000
Préstamo hipotecario	8.000.000
TOTAL	11.410.000

(A todas estas cantidades hay que aumentar el 6 % de I.V.A.)

Modalidad 70 M² + Garaje

TRES DORMITORIOS Y UN BAÑOS



Información e inscripciones:

C/ Hernán Cortés, nº 11 - GETAFE

Tfno. 682 97 47 - 682 95 45