

# nuevaveleta



nuevaveleta\*

**CENA DE NAVIDAD  
2009**

**LOS REYES MAGOS**

**CONCIERTO AÑO NUEVO**

**PARTICIPACIONES  
INTERCAJAS**

**VIAJES, SENDERISMO  
Y EXCURSIONES**

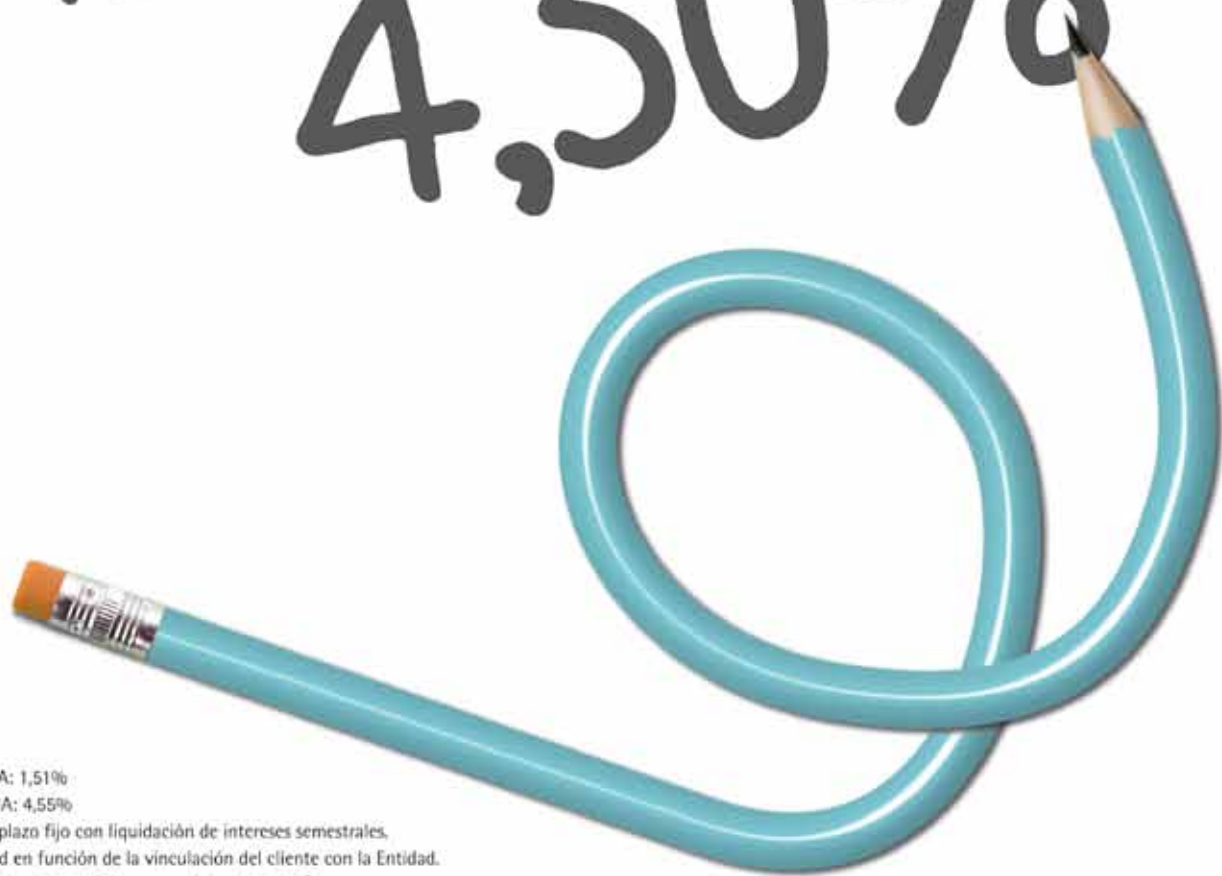
**TEATRO CECA**

Depósito BONIFICADO

# Depósito FlexiBON

Múltiples opciones para conseguir la máxima bonificación

hasta un  
4,50%



TAE MÍNIMA: 1,51%

TAE MÁXIMA: 4,55%

Depósito a plazo fijo con liquidación de intereses semestrales.

Rentabilidad en función de la vinculación del cliente con la Entidad.

Importe mínimo 1.000 €. Importe máximo 50.000 €.

Tipo de interés de salida: 1,50%.

**CONCEPTOS BONIFICABLES FLEXIBON:**

Domiciliación de nómina o pensión, compras con tarjeta de crédito, Plan de Pensiones con aportaciones periódicas, Seguro de Vida, Seguro de Salud, Multirisgo Hogar o de Accidentes, Fondos de inversión y Planes de Ahorro.

Máxima bonificación por estos conceptos y por cliente: 3%.

CONSULTA EL DETALLE DE ESTAS CONDICIONES EN TU SUCURSAL.



**CAJA  
GRANADA**

*Bienvenido futuro*

902 100 095 [www.cajagranada.es](http://www.cajagranada.es)



nuevaveleta\*

Publicación de la Asociación de Empleados de la Caja de Ahorros de Granada "Sagrada Familia"

Dirección:  
María del Mar Sánchez García

Consejo Editorial:  
Miguel Mendoza Terón  
José Martín Ortega  
M<sup>a</sup> Carmen Ruiz de Miras  
Inocencio Ródenas García  
Miguel Ángel Molina Rayo  
Manuel Correa Castro  
José Sánchez López  
Loreto García Gómez  
Francisco Molina Rayo  
Miguel González Fernández

Participantes:  
Miguel Mendoza Terón  
M<sup>a</sup> Esmeralda Fernández Martínez  
Francisco Molina Rayo  
Mercedes Benítez Jones  
Gonzalo Antonio Vázquez Torres  
Jose Sánchez López  
Andreu Cano Berne  
Pedro Torres Guerrero  
Fernando Lillo Fernandez  
Jesús M Revelles Moreno  
Fernando Arco Jiménez  
Enrique Pedro Sánchez Jiménez  
José Martín Ortega  
Inocencio Rodenas García  
Rafael Ruiz Centeno  
Orionet

Diseño y Maquetación:  
Orión Network Communication, S.L.

Imprenta: Escandón



Maratón de Florencia

# sumario

## Actividades

- 04. Cena de Navidad 2009
- 08. Fiesta de Navidad 2009, Zona Cataluña
- 10. Fiesta de Navidad 2009, Zona Málaga
- 14. Reyes Magos en Cádiz
- 17. Reyes Magos en Granada
- 21. Reyes Magos en Almería
- 23. Reyes Magos en Jaén
- 26. Concierto Año Nuevo
- 28. XXI Campeonato AGRECA Intercajas Esquí
- 30. Intercajas Baloncesto
- 31. Intercajas Ajedrez
- 32. Visita a Priego de Córdoba
- 34. Media Maratón de Florencia
- 36. Campeonato de Mús Donostia
- 38. Fiesta La Hacienda La Laguna

40. Teatro CECA

## Muy interesante

- 42. Entrevista a J. Antonio Grande
- 45. Trucos y remedios para el hogar

## Buen apetito

- 46. Recetas
- 47. Recetas

## Cuéntame

- 48. Jubilación activa
- 49. Para la gente buena

## Convenios

- 51. Convenios

## Demografía

- 52 Bodas y Nacimientos
- 53. Jubilaciones y Altas en plantilla

## Sorteo

- 54. Relación de premiados sorteo

# editorial

Estamos inmersos y confundidos. Que contrasentido, verdad ?. Bueno al decir inmersos, quiero decir que pasado ya el terrible trimestre final de año, como cada año, pensamos que viene la relajación y que el primer trimestre del año siempre bajamos en actividad, vamos, como si fueran las rebajas .... de las actividades.

Y al decir confundidos, me refiero a que comenzamos el año con la Fiesta Infantil de Reyes ( 300 niños ), preparamos el Concierto de Año Nuevo ( 1.500 entradas ), ofrecemos la visita a la Alhambra ( 780 personas ) preparamos el Teatro de CECA ( 900 personas ) y así todo lo demás. De manera que nos miramos, seguimos trabajando, nos seguimos mirando y a veces flota en el aire una pregunta, que no se pronuncia, pero que bien podría ser ¿ No hemos dicho que en el primer trimestre del año siempre bajamos de actividades ? Respuesta, pues va a ser que no. Y mientras, a nuestro alrededor, todo un momento de confusión con la situación de futuro de las Entidades. Nosotros ausentes, pero no inconscientes, seguimos trabajando, quizá porque es lo que nos corresponde, lo que nos gusta y lo que os atrae.

Sabemos de las dificultades del momento, en lo económico y en lo social, de manera que la ASF, no ajena a todo tipo de problemática, tendrá que hacer análisis de todo cuanto desarrolla. Porque cada actividad tiene su fin, tiene su respuesta, tiene su dotación presupuestaria y habrá que revisarlo todo. Porque no podemos seguir con todo adelante con los actuales planteamientos económicos. Habrá que ver si tiene sentido seguir con alguna actividad cuya repercusión no afecte a todos. Es necesario para ello vuestra comprensión y colaboración. Como hasta ahora, ni más, ni menos. Y seguiremos pensando que todo es posible, como siempre.

Miguel Mendoza: Presidente ASOCIACIÓN SAGRADA FAMILIA.



# Gran Cena de Navidad 2009



Concierto de Rosa

Un año más, que fácil es hacer una reseña de esta gran actividad social. Venidos desde todos los puntos de nuestro territorio de actuación, incluida Granada, ( Jaén Capital, Costa, Loja, Vega, Baza, Málaga, Cádiz, Linares, Jodar, Úbeda, Martos, Barcelona, Madrid, Zaragoza, Murcia y alguna presencia de Guadix, Almería, Córdoba, Sevilla, Alpujarra, Huelva ) nos vimos en el Capricho 600 miembros de la ASF.

Disfrutamos con la voz y la simpatía de ROSA y por poco amanecemos. Todo muy sencillo y natural y con las magníficas intervenciones en la felicitación anual de Navidad de nuestros compañeros ROSA MARÍA CARRASCOSA RUIZ, JOSÉ GÓMEZ CASTILLO Y JESÚS REVELLES MORENO, Directores Comerciales de Zona de Costa, Loja y Madrid respectivamente.

Como es habitual dirigió sus palabras y felicitación de Navidad nuestro Director General D. RAMÓN MARTÍN LOPEZ, que además llenó su mensaje de una fuerza institucional y un proyecto de futuro, que creo vino bien a todos los presentes. Su apoyo a nuestras actividades está siempre presente y en sus palabras quedó reflejado. Asistieron también bastantes miembros del Comité de Dirección de la Entidad.

Tras la actuación de ROSA, un numeroso grupo de Socios/as se fotografió con ella, firmó discos, autógrafos, y muy especialmente compartió con nuestra compañera en Recursos Humanos INMACULADA PLEGUEZUELOS RAMÍREZ y con algunos miembros asistentes a la Cena, compañeros/as del colectivo de Sordos.









# Fiesta Navidad 2009: Zona Cataluña

Despuntaba diciembre y los operarios del Ayuntamiento se empeñaban en despertar el espíritu navideño aún dormido, engalanando las calles con luces cada año más sofisticadas que el anterior en forma de campanas, estrellas e incluso Papás Noeles, cuando Samuel mirando una de éstas me preguntó:

- ¿Mamá es Navidad?
- No cariño, aún falta un poquito
- El Papá Noel me trajo un tren de colores...

Al escuchar esta frase me quedé paradísima al comprobar que mi hijo de apenas tres añitos recién cumplidos, estaba recordando la fiesta de Navidad que el año pasado organizamos en la Zona de Barcelona para repartir los regalos de la Asociación de empleados. Me hizo ver que era el momento de calentar motores e implicar a todos los compañeros posibles en la fiesta de este año.

Con un simple mail, la respuesta fue inmediata. Era el segundo año que la organizaríamos y además con el aliciente de que se incorporarían bastantes peques que el año pasado estaban recién llegados o por llegar. Lo primero fue decidir el día; debía ser cerca del 25 para hacer mínimamente creíble a un adelantado Papá Noel y antes de que todos los andaluces que andamos por estas tierras catalanas nos fuésemos al sur a pasar la Navidad con nuestras familias. Quedó fijado para el sábado 19 por la tarde.



Carla recibiendo los regalos de Papa Noel





Dani y Esmeralda



Eric y Jordi recibiendo los regalos de Papa Noel



Samuel recibiendo los regalos de Papa Noel

Con la colaboración de los papis y algún que otro compañero que aún no lo es, la fiesta estaba preparada. Comenzó con un espectáculo de marionetas en el que el simpático elefante “Orellot” nos presentó a sus amigos: la jirafa, el león y el hipopótamo que nos contaron una entretenida historia en la que todos participamos y con la que acabamos bailando.

Tras una merecida merendola para reponer fuerzas por fin llegó el momento de oír el tintineo de la campana y el HO HO HOO! de Papá Noel. En esta ocasión un Papá Noel más natural y simpático que nunca (esperemos que David sea un fichaje duradero para los próximos años, y por cierto, se busca duende para el año que viene para acompañar a Papá Noel, vestimenta ya disponible). Preguntó a los peques que tal se habían portado y con más o menos vergüenza todos fueron contestando recibiendo a cambio un magnífico regalo (muy acertado en esta ocasión en opinión de todos los presentes).

Pasamos una tarde muy agradable, pues apetece coincidir con los compañeros en un ambiente distendido en el que estaba prohibido hablar de trabajo.

Agradecer desde estas líneas la colaboración de la ASF en este acto, en la Asistencia a Cena Empleados en Granada, y en la comida Navideña de la Zona.

Esmeralda Fernández Martínez.





# Fiesta Navidad 2009: Zona Málaga



Cada año por Navidad en la zona de Málaga organizamos dos eventos que cuenta con una aceptación mayoritaria: la comida de los compañeros de la Zona, y la fiesta infantil con la entrega de los regalos de la Asociación Sagrada Familia a nuestros hijos.

Como recuerdo de ambas os enviamos unas fotos que dejan constancia del compañerismo y buenos momentos vividos, así como del enorme disfrute que supone la fiesta que cada año intentamos preparar con todo el cariño para los más pequeños de nuestras casas.









# Los Reyes Magos en Cádiz



Cádiz por fin se apuntó a celebrar con sus bichitos, tan señalado día.

Decidimos hacerlo en Domingo para que los papis y las mamis pudiéramos reunirnos , conocernos y charlar un ratito. Fue el día 04/01/2010 en Jerez de la Frontera y la lluvia no pudo con nosotros. Un chocolate bien calentito, un café y un trozo de tarta nos calentó a todos el estómago.

Su majestad el Rey, fue calificado como un “malage” un poquito “saborío”... pero bueno sólo hizo llorar a un par de chiquitines.

El paje, que “maquillaba” las caritas de los niños, no acertó del todo, puesto que a lo que mi hijo con tres añitos llama CABALLO, ella lo llamó TIGRE.

Otro que insistió en ir de Spiderman parecía que tenía fiebre, colorao, colorao... cuarenta y cinco por lo menos!!!

Es broma, aquí nos gusta “exagerá” un poquito.

De todas formas el propósito se cumplió. Nos reímos, conocimos a los recién incorporados a la vida, les entregamos sus regalitos, ..... y sin duda alguna la gran estrella fueron como siempre : las bolsas de chucherías que repartió su majestad el Rey.









# Los Reyes Magos en Granada





¡Los Reyes Magos quieren conocerte!

¿Yo Soy?



Niño



Niña



Si



Tengo que mejorar



Si



Tengo que mejorar

¿Me sigo bien estudiante?



Si



Tengo que mejorar

¿Me he portado bien con mis padres?



Si



Tengo que mejorar



Queridos Reyes Magos mis juguetes favoritos son...

Un monopoli disney

Uhas DC

Una cámara de fotos

Una subodera de break mendian

Y si quereis más regalos sorpresa

GRACIAS

Firma



*¡Los Reyes Magos quieren conocerte!*

*¿Yo Soy?*



Niño



Niña

*¿Me he portado bien este año?*



Sí



Tengo que mejorar

*¿Soy un niño bueno?*



Sí



Tengo que mejorar

*¿He sido buen estudiante?*



Sí



Tengo que mejorar

*¿Me he portado bien con mis padres?*



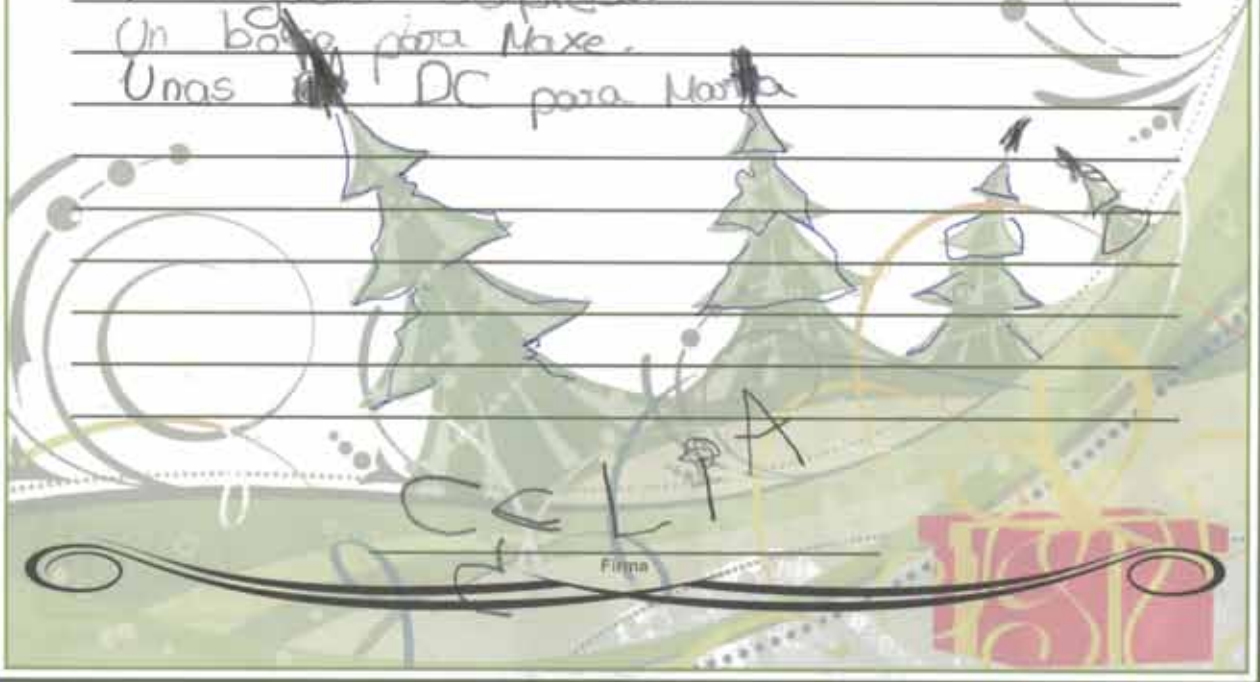
Sí



Tengo que mejorar

*Queridos Reyes Magos mis juguetes favoritos son...*

Un ordenador de Campfire con adde primeras  
 Una muñeca de Blancanieves con la casa  
 de los enmitas  
 Y regalos sorpresa.  
 Un balón para Maxe.  
 Unas DC para María



Firma



Queridos Reyes Magos:



GORMITI R (4)

GORMITI F (4)

GORMITI A (4)



Fdo:

El Corte Inglés





# Los Reyes Magos en Almería







# Los Reyes Magos en Jaén











# Concierto de Año Nuevo



© carlos pascual - fototaller

El pasado día 30 de Enero se celebró el tradicional concierto de Año Nuevo de la mano de la JOVEN ORQUESTA SINFONICA DE GRANADA y con la actuación especial de la Soprano granadina Sonia Pastrana Ocaña.

Actualmente esta orquesta está dirigida por D. Gabriel Delgado Morán, CATEDRÁTICO DE VIOLONCHELO en el Conservatorio Superior de Música “Victoria Eugenia” de Granada. Una vez finalizado sus estudios en esta localidad se dirige a EEUU para realizar los estudios de postgrado en la Louisiana State University donde consigue el Master of Music (1.996) y el Doctorate in Musical Arts (2002).

Sandra Pastrana Ocaña saltó a la primera fila de la lírica internacional en 1.999 al ganar el Concurso “Manuel Ausensi” de Barcelona, “Francisco Vignas”, “Ottavio Zino” de Roma. Esta joven soprano inició sus estudios de música con el violín en su ciudad natal obteniendo el título superior de violín. Más tarde realizó sus estudios de canto obteniendo el título en el conservatorio del Liceo de Barcelona.

El programa con el que nos deleitaron comprendía obras geniales de V. Bellini (Norma: Obertura), G. Donizetti (Lucia de Lamermoar), P. Mascagní (Cavalleria rusicana: Intermezza), G. Verdi (La Traviata) en la primera parte del concierto. Ya en la segunda parte disfrutamos de obras como El Bateo: “Preludio” de F. Checa, El barbero de Sevilla: “Me llaman la primorosa”, de G. Giménez y M. Nieto, Las hijas del Zebedo: “Al pensar en el sueño de mis amores” de R. Chapí, el Vals de Chateau Margaux de M. Fernandez Caballero, El niño judío: “De España vengo”, de P. Luna y por último La Marcherena: “Tres horas antes del día”, de F. Moreno Torroba todo ello enmarcado en la Sala García Lorca del Palacio de Exposiciones y Congresos de Granada.



Quiero dar la enhorabuena a la Junta directiva de la ASF por el concierto de Año nuevo de este año, ya que tanto a mi, como a mis acompañantes, nos ha parecido muy ameno, con un programa escogido con muy buen gusto y una ejecución francamente buena. ¡¡¡ HA SIDO UN VERDADERO PLACER!!!. GRACIAS.

Charo Cardenete  
Sucursal Alhamar



Buenos días compañeros, un año más tengo que felicitaros por el éxito del Concierto de Año Nuevo. Fue estupendo, Enhorabuena, tanto la Orquesta como Sandra Pastrana nos dieron un espectáculo fabuloso, que a los que nos gusta la música, supimos disfrutar.

Tanto mi familia, como mis amigos de la Coral Ossigi de Mengibar, quedaron encantados.

Un fuerte abrazo.

MARIA DOLORES HERRERA MEDINA  
Sucursal de Mengibar (0174)



# XXI Campeonato AGRECA Intercaja Esquí

En el XXV aniversario de la celebración del I Campeonato A.C.R.E.C.A Intercajas de esquí, celebrado en la estación invernal San Isidro de León, nos reuníamos de nuevo el equipo de esquí de CajaGranada para participar en la presente edición, celebrada en Grandvalira, uno de los mayores dominios esquiables de toda Europa situado en el pequeño País de los Pirineos y que organizaba U.C.E.C.A CajaEspaña.

En esta ocasión el equipo estaba formado por Marina Blanca Checa Martínez, María Eugenia Fernández Baldomero y María José Varo Martín y por José Emilio Ubiña Pérez, Antonio Joaquín Rodríguez Rodríguez, Miguel Ángel Aguilera Oliver y Andreu Cano Berné.

Como cada año nuestro equipo estaba mentalizado para lograr los mayores éxitos a nivel deportivo y también, como no, para disfrutar plenamente de las jornadas de esquí y après-esquí en compañía de los integrantes de las demás 11 cajas de ahorros que participaban en esta edición.

Tras la recepción de bienvenida ofrecida por la organización en una sala del hotel dispuesta para la ocasión, en la que aprovechamos para conocernos todos los corredores y compartir opiniones respecto a la competición, empezamos a mentalizarnos para la carrera del día siguiente.

El primer día de competición se celebraba el Slalom Especial, en la pista "Espaver" en el sector de Soldeu, con un desnivel de 175 metros. En la caseta de salida y bajo una intensa nevada nos encontrábamos 27 corredoras y 47 corredores dispuestos a darlo todo.

Los resultados más destacados tras las dos mangas de la prueba fueron el 2º puesto logrado por Andreu Cano y el 9º puesto de María José Varo Martín.

El segundo día se realizó el Eslalom Gigante, en la misma pista, pero con un desnivel en esta ocasión de 275 metros. Esta vez con un día esplendido para la práctica del esquí los resultados no se hicieron esperar: Andreu Cano repitió el segundo puesto del día anterior y María Eugenia Fernández logró el 4º puesto para el equipo femenino con una gran segunda manga.



Los resultados cosechados estos días permitieron a Andreu Cano alzarse con la medalla de plata en la combinada individual masculina. A nivel colectivo el equipo masculino logró un buen resultado logrando el 4º puesto en ambas pruebas y el equipo femenino se situó 5º en la prueba de Eslalom Gigante.

El último día por la noche se celebró la cena de clausura con la correspondiente y tradicional entrega de trofeos a los vencedores, tanto en categorías individuales como colectivas, dónde cabe destacar el 4º puesto logrado por el equipo de esquí de CajaGranada en la clasificación A.C.R.E.C.A por equipos.

Un año más tanto la organización de las pruebas como las diferentes actividades propuestas fueron un éxito y se volvió a demostrar el compañerismo y el entendimiento que envuelven este tipo de encuentros.

Finalmente agradecer a la A.S.F el apoyo prestado y a los acompañantes que nos ayudaron en todo lo necesario y en particular a Luis Bueno.

Andreu Cano Berné-Delegado del equipo de esquí de CajaGranada.

En el XXV aniversario de la celebración del I Campeonato A.C.R.E.C.A Intercajas de esquí, celebrado en la



estación invernal San Isidro de León, nos reuníamos de nuevo el equipo de esquí de CajaGranada para participar en la presente edición, celebrada en Grandvalira, uno de los mayores dominios esquiabiles de toda Europa situado en el pequeño País de los Pirineos y que organizaba U.C.E.C.A CajaEspaña.

En esta ocasión el equipo estaba formado por Marina Blanca Checa Martínez, María Eugenia Fernández Baldomero y María José Varo Martín y por José Emilio Ubiña Pérez, Antonio Joaquín Rodríguez Rodríguez, Miguel Ángel Aguilera Oliver y Andreu Cano Berné.

Como cada año nuestro equipo estaba mentalizado para lograr los mayores éxitos a nivel deportivo y también, como no, para disfrutar plenamente de las jornadas de esquí y après-esquí en compañía de los integrantes de las demás 11 cajas de ahorros que participaban en esta edición.

Tras la recepción de bienvenida ofrecida por la organización en una sala del hotel dispuesta para la ocasión, en la que aprovechamos para conocernos todos los corredores y compartir opiniones respecto a la competición, empezamos a mentalizarnos para la carrera del día siguiente.

El primer día de competición se celebraba el Slalom Especial, en la pista “Espaver” en el sector de Soldeu, con un desnivel de 175 metros. En la caseta de salida y bajo una intensa nevada nos encontrábamos 27 corredoras y 47 corredores dispuestos a darlo todo.

Los resultados más destacados tras las dos mangas de la prueba fueron el 2º puesto logrado por Andreu Cano y el 9º puesto de María José Varo Martín.

El segundo día se realizó el Eslalom Gigante, en la misma pista, pero con un desnivel en esta ocasión de 275 metros. Esta vez con un día espléndido para la práctica del esquí los resultados no se hicieron esperar: Andreu Cano repitió el segundo puesto del día anterior y María Eugenia Fernández logró el 4º puesto para el equipo femenino con una gran segunda manga.

Los resultados cosechados estos días permitieron a Andreu Cano alzarse con la medalla de plata en la combinada individual masculina. A nivel colectivo el equipo masculino logró un buen resultado logrando el 4º puesto en ambas pruebas y el equipo femenino se situó 5º en la prueba de Eslalom Gigante.

El último día por la noche se celebró la cena de clausura con la correspondiente y tradicional entrega de trofeos a los vencedores, tanto en categorías individuales como colectivas, dónde cabe destacar el 4º puesto logrado por el equipo de esquí de CajaGranada en la clasificación A.C.R.E.C.A por equipos.

Un año más tanto la organización de las pruebas como las diferentes actividades propuestas fueron un éxito y se volvió a demostrar el compañerismo y el entendimiento que envuelven este tipo de encuentros.

Finalmente agradecer a la A.S.F el apoyo prestado y a los acompañantes que nos ayudaron en todo lo necesario y en particular a Luis Bueno.

Andreu Cano Berné-Delegado del equipo de esquí de CajaGranada.





# Intercajas de Baloncesto



Otra vez de forma casi furtiva y gracias al empeño personal de unos obstinados y fantásticos compañeros de Caixa Penedés pudimos disfrutar de un nuevo Intercajas de Baloncesto, esta vez, en la ciudad de Cornellá, aledaña a Barcelona.

El 2009, año de la Crisis, ha hecho que participaran menos equipos en un Torneo que, sin embargo, resultó tan divertido y disputado como otras veces, con el aliciente añadido de que el sempiterno campeón ha demostrado que los años terminan pesando, de forma que perdieron en semifinales.

Efectivamente los años pesan. Y nuestro equipo, atesorador de una gran experiencia, pero falto de la chispa y el genio de alguno de nuestros jugadores más talentosos, aún volviendo a pasar a las referidas semifinales y, por tanto, estando en la pelea por las medallas, terminó en cuarta posición.

Lo que, no está mal, tras acumular una medalla de plata y una de bronce en los dos años precedentes.

Ni que decir tiene que el tenor de las conversaciones, con los rivales-compañeros del resto de las Cajas, tenía mucho que ver con las agrupaciones, fusiones (frías y calientes) y colaboraciones entre las distintas entidades. ¿Quiénes estaremos el próximo año en Sevilla? ¿Qué colores defenderemos?

Nos gustó Cornellá, una ciudad a la que, en teoría, nunca iríamos a hacer turismo. Una ciudad pensada por y para la gente, a tiro de Cercanías de Barcelona, por cuyas Ramblas nos dejamos ver, lógicamente. Las actividades lúdicas del Intercajas incluían una interesante visita al CityLab, un Laboratorio Ciudadano en que los vecinos de la localidad piensan, interactúan y se relacionan con el entorno.

Y las cavas, claro. Y el cava, por supuesto. Y esos conciertos que nos brinda la escena cultural de la Ciudad Condal. Hasta de ir a una improvisada presentación literaria, en una librería de La Barceloneta, donde uno de nuestros Pivots presentó su último libro "Hasta donde el cine nos lleve".

La sana tradición de mezclar deporte, convivencia, cultura y diversión, un año más, nos sirvió para disfrutar del placer de la amistad y el compañerismo, más allá de encestar unas canastas, correr unos contraataques o capturar unos rebotes.

Ojalá que, en los años que están por venir, podamos seguir manteniendo esta feliz cordialidad.



# Intercajas de ajedrez

Entre los días 24 y 31 de Octubre se ha celebrado en la coqueta villa de Punta Umbría el XXIX Intercajas 2009 de Ajedrez. Acogidos cariñosamente por la Asociación de Empleados Cajasol Huelva, representada por su presidente Manolo Campos, comenzamos el Torneo el Domingo 25. Esta vez la crisis ha pasado su particular criba y nos privaron de su presencia veteranos adversarios de muchas batallas ajedrecísticas: no pudieron venir los representantes de las Asociaciones de CajaSur, Caixa Catalunya y Sa Nostra de Baleares. Sí estuvieron las de CCM, Caixa Sabadell, Caja Navarra, BBK, Kutxa, , Caja Segovia, Caja Asturias, CAM y la ASF de Caja Granada.

Huelva, ciudad luz, tierra de la que partieron los descubridores de América, nos enseñó sus maravillosas playas, kilómetros y kilómetros de arena fina, paseos deliciosos matinales entre dunas y marismas, La Asociación de Empleados de Cajasol Huelva nos preparó una típica excursión al Rocío que nos hizo acercarnos más al espíritu de los peregrinos andaluces, al Monasterio de la Rábida donde nos contaron los entresijos que rodearon a la partida de Colón para el descubrimiento de América, y ese mismo día vimos las réplicas de las 3 carabelas La Pinta, La Niña y la Santa María expuestas en el muelle de las carabelas en Palos de la Frontera. Todo ese programa de festejos por la mañana, para luego a partir de las 17 h estar concentradas en la dura partida que nos esperaba y que podría pasar de las 4 horas de juego. Nuestros participantes de este año fueron Pepe Moreno, Joaquín Alonso, Carlos Marín, Fernando Lillo, Paco Almagro, Julián González y Paco Navarro.

Este año nuestro comienzo fue malo pero poco a poco enderezamos el rumbo y solo un regalo de última hora de nuestros compañeros asturianos a los manchegos, que pactaron tablas colectivas, nos impidió repetir el ansiado cuarto puesto del año pasado.

Al final los campeones fueron Caja Asturias, los subcampeones Cajasol, anfitriones intratables y los terceros la Asociación de la CAM. Nosotros quedamos los sextos, a solo medio punto de los cuartos y quintos y con muchas ganas de mejorar y pelear.

Quedan pues en alto las espadas para los combates ajedrecísticos del año que viene en Navarra, quien se ha ofrecido a organizar el próximo Intercajas de Ajedrez. La Asociación de Caixa Sabadell, a la que en principio le correspondía la organización para el año 2010, declinó la misma dado que está afecta a una fusión con otras cajas catalanas y el futuro se presentaba incierto.

Queremos agradecer expresamente la oferta de los navarros quienes en tiempos de crisis, ofertan generosos su esfuerzo y su trabajo para mantener el Intercajas de Ajedrez un año más. ¡¡¡Y van 30 !!!

Fernando Lillo Fernández.





# Visita a Priego de Córdoba



El sábado 31 de Octubre, y organizado, como no, por nuestra A.S.F. Nos dispusimos prestos a tomar el camino en dirección al pueblo de Priego. Aunque la salida estaba prevista para las 8, hubo algún/a rezagadillo/a (lo pongo así para no dar pistas) que hizo que la salida fuera un poquito más tardía.

Como casi siempre, allí estaba nuestro Presidente (de la A.S.F.) Para “pasar revista a la tropa” y que todo se iniciara según lo previsto. A pesar de que a él no le tocaba ir a esta excursión (porque no podía, no porque no quisiera, no puede estar en todos lados) y con lo bien que un sábado se está en la cama a esas horas, él quiso estar para despedirnos. Gracias Miguel por estar allí.

Cuando se convocó esta excursión, yo mismo me pregunté: ¿y que tiene Priego para ir de excursión y que te ocupe un día entero? Reconozco que Priego me sonaba por aquello de ser un pueblo oliverero, que tienen un equipo de PIN y PON (tradúzcase tenis de mesa) que se ha enfrentado a nuestro Cajagranada Tenis de Mesa pero.....no sabía mucho más. ¡Qué gratísima sorpresa y cuanto me alegré de haber realizado esa visita! Ni me imaginaba un pueblo tan monumental, tan respetuoso con sus fachadas ancestrales y tan limpio.

Nada más llegar y poniendo pie en tierra en la misma Plaza del Ayuntamiento de Priego lo primero que hicimos fue desayunar, lógico, nos esperaba un día de “sufrimiento del turista”. Algunos nos desayunamos con una tostada de “zurrapa de lomo y chorizo”, ahí es nada. Riquísima. La zurrapa son los restos deshilachados del lomo cuando se fríe y los trocillos pequeños de chorizo a los que se le unta manteca y que se viene a quedar como una especie de paté. El caso es que nos venía bien “grasearnos” un poquito, total, ¡lo íbamos a quemar!

Y a partir de ahí empezamos el paseo por Priego. Allí nos esperaba una guía local que empezó a sorprendernos con las visitas y explicaciones pertinentes a las iglesias de San Francisco, de la Aurora (preciosa su ornamentación techal), la de la Asunción (con su impresionante Sagrario), la del Carmen, la de las Mercedes.....me preguntaba cómo era posible que hubiera tantas Iglesias en un pueblo no tan grande como parecía, todas ellas representativas del barroco andaluz. Nos adentramos en el Barrio de la Villa, con sus estrechas y sinuosas calles encaladas y adornadas con macetas floreadas exquisitamente cuidadas, para culminar en el Balcón del Adarve, cuyas vistas se asoman al paisaje típico andaluz y que por su altura sirvió para defensa de la ciudad. Después seguimos el paseo por el Castillo, al cual no pudimos acceder por estar en reformas y cuya Torre del Homenaje está declarada Monumento Nacional.

Una vez empezaba el gusanillo del hambre nos llevaron a hacer una cata de aceite, experiencia que estoy seguro era novedosa para todos y que después de probar tres muestras distintas que nos tenían encubiertas en vasos azules y tapados empezamos a saber cuando un aceite está bueno y no tan bueno, ya no nos pueden engañar en cuanto a la calidad porque ya somos expertos catadores.

Ya sabemos cual es el sabor afrutado, atrojado, metálico, rancio, dulce, avinagrado.....Por supuesto que sabemos ya distinguir entre aceite de oliva virgen extra, aceite de oliva virgen, aceite de oliva virgen lampante, de orujo, y además probamos por primera vez (al menos yo) el paté de aceituna, que a





decir verdad no me sedujo demasiado.

Una vez terminada la cata nos fuimos en busca del ansiado y merecido almuerzo (la verdad es que nos portamos muy bien), comiendo en un marco maravilloso como es el Restaurante Balcón del Adarve.

Ya repuestas las fuerzas nos fuimos al Museo-Casa Natal de D. Niceto Alcalá Zamora, que fuera primer presidente de la II República. A continuación seguimos hacia la impresionante Fuente del Rey, también monumento nacional y el sitio más emblemático de la ciudad, que se compone de tres estanques y que se rodea de 139 caños de agua. Ahí aprovechamos para hacernos las “fotillos de rigor” (por aquello de que María del Mar las ponga en la Revista y ocupe más espacio) e igualmente vimos la Fuente de la Salud que esta unida prácticamente a la del Rey. Por último nos dirigimos a comprar turrolate, dulce típico de Priego hecho a base de cacao. Y ahí se dio por concluida la jornada.

Mientras esperábamos el autobús en la plaza del Ayuntamiento para regresar a Granada, había un puesto de libros, en el que compré por 3 euros un libro de chistes que estoy seguro son los más malos del mundo (¡que querría yo por 3 euros!), pero el caso es que en el viaje de vuelta se atrevió a coger nuestro guía Daniel (que nos acompañó desde Granada) el micrófono y el libro, y a pesar de lo malos que eran, nos sacó unas sonrisas que sin duda no tienen precio comparado con los 3 euros. Solo con hacernos reír, hice una gran inversión.

Como siempre, mi más sincero agradecimiento a la A.S.F., que con estas convocatorias, nos rescata de la rutina, nos hace conocer lugares nuevos, conozcamos a compañeros nuevos, nos alegremos, comemos estupendamente.....y ya no escribo más que María del Mar me dice que no le queda más espacio, que corte ya, pues eso hago.

Firmado: J.M.





# Media Maratón de Florencia



Hace más de 6 meses (a principios de mayo) se comenzó a plasmar una idea que habíamos comentado ya algunos Trota-noches y familia; Correr la maratón de la ciudad renacentista más bonita y mejor conservada del mundo, Firenze.

Sacamos los billetes de avión hasta Bolonia (a unos 100 Km. de Florencia) y reservamos hotel adaptándonos a los vuelos (tres noches). Santi Martos nos inscribió a todos. La decisión estaba tomada y pagada. No había marcha atrás. La maratón comienza en estos momentos, no solo es correrla, los meses previos, la planificación, la preparación... son tan bonitos como la carrera en sí.

De la belleza de Florencia no se puede comentar nada, hay que vivirla con los cinco sentidos. Un simple paseo por cualquiera de sus rincones (Sta. Croce, Duomo, Puente Vecchio, palacio Pitti...) es un momento de placer. Comer en sus trattorias, restaurantes o pizzerías o deleitarse con un helado en las auténticas heladerías, es la guinda de la visita cultural.

Volviendo al maratón, decir que el entrenamiento en serio comienza en agosto, con una media de 283 Km. mensuales y un objetivo, bajar de las tres horas. Las dos veces anteriores que lo intenté, me quedé cerca (Sevilla 2007 y San Sebastián 2008, tres horas y un minuto), ahora lo volvería a intentar y me quedaría más cerca aún (Tres horas y 12 segundos). Alguien puede pensar que con un ligero esfuerzo lo hubiera conseguido (¿que son trece segundos en 42.197 metros?) pero la realidad es que apuré hasta el límite mis fuerzas. En la recta de llegada, pisando la alfombra azul, vi como iban pasando los segundos sin conseguir el objetivo (2 h 59 min. 55 seg., 56, 57, 58, 59...); cuando crucé la línea boqueando como un pez y vi a duras penas algunas animadoras trota-noches, a mi cuñada y finalmente a mi mujer, sentí una enorme satisfacción y un cansancio que casi no me permitía andar.



De vuelta al hotel River (magnífico por su calidad y situación) vía a Gustavo al que jaleé (3 h 17 min. (Ángel ya había entrado en 3 h 11)), luego a Ramón Pícaro (3 h 21 min.), J. Antonio Lucena (3 h. 30 min. (compañero de algunas tiradas largas y series)) y mi cuñado José Amador (3 h 33 min.). A Enrique Tenorio (3 h 36 min.), Francis Onieva (3 h 50 min.), Antonio Reyes y Paco Garzón (3 h 51 min.) no los pude animar ya que me fui a la ducha, aunque cuando salimos para comer pudimos animar a Javier Pérez Lao (4 h 30 min.).

Por la noche y tras un largo paseo junto al Río Arno, celebramos todos juntos con nuestras familias el haber terminado sin lesiones ni incidentes un largo fin de semana que nunca olvidaremos.

Fernando Arco, Trotanoches.



# Campeonato de Mus Donostia 2009



Los pasados días 14 al 18 de octubre se celebraba en San Sebastián el XXI Campeonato de España de Mus Intercajas organizado por la Kutxa. Estaban inscritas 18 entidades con un total de 46 parejas participantes. Por parte de nuestra Asociación participaban dos parejas. La formada por Miguel Caballero y Manuel Fernández, por un lado y Enrique Pedro Sánchez y Enrique Sánchez por otro.

Después de un viaje de más de 1000 Kilómetros llegamos a la Bella Easo el miércoles 14 a mediodía y, después de pasar por el hotel, nos dirigimos al casco viejo a saborear los famosos “pintxos”, que son típicos de esas latitudes, regándolos con sidra, chacolí y cervezas a montón. Como habíamos viajado mucho nos pusimos “morados” a foie, txitxarro, gambas con gabardina, tortillas, anchoas, bacalao, etc. Luego a descansar al hotel y por la noche la bienvenida (“agurra”) por parte de los organizadores y la cena, primera de una serie de grandes comilonas, que ya sabemos que por el norte del país se come mucho y muy bueno.

El jueves 15 con un tiempo espléndido (que nos ha acompañado todas las jornadas, con mucho sol y sin gota de lluvia) hicimos una visita guiada de la ciudad (playa de La Concha, Ayuntamiento, Puerto, Casco Viejo, Catedral del Buen Pastor, Teatro Victoria Eugenia, Hotel María Cristina, etc.). Esta ciudad era, en los principios del siglo XX, el destino turístico preferido de la monarquía y la clase alta europea. Fue muy bonito dar un paseo en barca por La Concha viendo el Igueldo, Urgull, Isla de Santa Clara, etc. En alta mar no había mucho oleaje y los fotógrafos se dieron una buena mano de paisajes y recuerdos.

Comida en un restaurante al lado del hipódromo de Lasarte y, mientras los acompañantes visitaban el Aquarium (esqueleto de ballena, peces, tiburones, etc.) los jugadores nos echamos tres partidas para ir “abriendo boca” y porque “en el mus es primordial conocer bien al rival”. Al acabar y sin tiempo para más fuimos a un restaurante en lo alto del monte Urgull (con unas vistas impresionantes de toda la bahía y la ciudad) donde nos deleitaron con una degustación de “pintxos”. Estos no eran de los que se ven en los bares, sino que nos pusieron muchas exquisiteces de grandes chefs aficionados a la “nouvelle cuisine”.

El viernes 16, algo fresquito, nos dirigimos a visitar Biarritz (playas, Casino, Hoteles). Posteriormente, después de pasar Hendaya e Irún, visitamos Hondarribia (antes conocida como Fuenterrabía). Esta ciudad fronteriza en la orilla del Bidasoa es muy bonita y tiene preciosas vistas en su casco antiguo (barrio de pescadores) que está declarado Monumento Histórico-artístico: tiene restos de sus antiguas murallas que recuerda el medioevo.

Comida en un restaurante de esta ciudad y mientras los acompañantes volvían a San Sebastián,



nos echábamos otras tres partidas para seguir el campeonato y entre “quiero”, “paso”, “envido” y “ór-dagos” se nos pasó el tiempo y esta noche tocaba juerguecilla. Nos fuimos a una sidrería a degustar este líquido en las grandes barricas mientras nos servían el menú típico de éstas ocasiones (chorizo a la sidra, tortilla de bacalao, bacalao frito con pimientos y un chuletón de 1 kilo para cada dos comensales. De postre, para relajarse nueces, queso y carne de membrillo). Allí cantamos todo lo que sabíamos haciendo la competencia a un equipo de rugby francés y otro inglés que se estaba entrenando para enfrentarse el día siguiente. Al salir, en agradecimiento a lo que se habían divertido nos cantaron el “a por ellos, oé, a por ellos oé ..). En fin una confraternización en toda regla.

El sábado 17 (¡que pronto se pasa todo!) era el último día y nos quedaban otras tres partidas, que ésta vez jugamos en los salones del hotel, acabando con “la grande”, “la chica”, “los pares” y “el juego”. Mientras tanto los acompañantes visitaban Loyola (cuna de San Ignacio de Loyola), Getaria (donde van a abrir un museo del modisto Balenciaga) y Zarautz, donde estuvieron degustando los placeres gastronómicos del Restaurante de Arguiñano.

Para acabar este recorrido turístico-gastronómico los jugadores estuvimos en una sociedad gastronómica degustando patés de hongos (vulgo setas), marmitako y todas aquellas exquisiteces que se cocinan en estas sociedades.

Por la noche, y ya vestidos para la ocasión, unos canapés y la cena de entrega de trofeos, amenizada por un coro que nos deleitó con muchas canciones populares vascas. Ganaron en dura pugna los compañeros de la Caja Vital alavesa, mientras que los de la CAM (Mediterráneo) que acabaron empatados con ellos, consiguieron el título por equipos. Nuestras parejas nos mantuvimos en la mitad de la tabla en parejas y en 9ª posición por equipos, aunque fuimos perjudicados en esta clasificación por haber tenido que enfrentarnos entre nosotros (siendo la única confrontación fratricida que hubo), ya que en el otro caso hubiéramos podido escalar al 7º puesto.

Risas, abrazos, despedidas y a pensar en Avila que acogerá el campeonato del próximo año. ¡Allí nos veremos musolaris!

Y como hemos estado en Euskadi, pues una frase

Gora Granada!, arte datorren urtean  
Viva Granada!, hasta el año que viene



# Fiesta La Hacienda La Laguna







# Teatro CECA

Después de 3 largos años, la Compañía de TEATRO CECA ha vuelto a actuar para nuestros Socios/as. En esta ocasión para estrenar una obra escrita por PEDRO PEÑA, nuestro querido Pedro, encuadrada en el género de la comedia y que como cabía esperar ha gustado a los espectadores que casi completaban cada una de las 3 funciones ofrecidas. Una obra ligera y divertida, que mantiene al espectador en una sintonía de constante sonrisa.

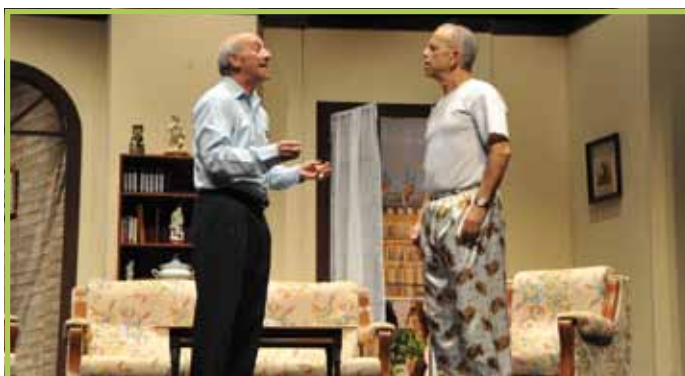
La compañía a la que conocemos de sus múltiples representaciones en Granada con obras como “La venganza de la Petra”, “Tratamiento de Choque”, “El visón volador” y “La Balada de los 3 inocentes” sigue en su línea de calidad y se confirma una vez más que en la medida de lo posible sigamos demandando su presencia con motivo de nuevas obras.

El escenario escogido, no podía ser otro que el Teatro ISIDORO MAIQUEZ, nuestro Teatro, que con sus 306 localidades permite todas las comodidades, tanto a actores y actrices como a espectadores, moderno y con unos medios técnicos insuperables.

En total 715 espectadores repartidos por igual en las funciones ha sido el aforo, y nos han llegado compañeros de todos los rincones de nuestra estructura, jóvenes y mayores, y hasta un buen número de niños/as que en alguna en función en concreto han sido verdaderos protagonistas.

Después de la satisfacción de ofrecer una continuación de esta actividad consolidada, es el momento de expresar nuestro agradecimiento al personal técnico del teatro por las enormes facilidades dadas para el montaje y desarrollo de la obra, al resto del personal que nos atendió con toda amabilidad y calidad y muy especialmente nuestra gratitud a FERNANDO BUENO LOPEZ-VIOTA responsable en Fundación de las Actividades Culturales que se desarrollan en el Teatro Isidoro Maiquez, que desde que se empezó a poner en marcha el proyecto, ha sido todo un ejemplo de colaboración y apoyo y fruto de ello la, digamos, perfecta organización del mismo.

M.M.T.





ESPECIAL  
EMPLEADOS

# VIAJES IBERIA TE OFRECE UN DESCUENTO ESPECIAL POR SER EMPLEADO DE CAJA GRANADA

Disfruta desde ahora de tus viajes con  
una condiciones exclusivas para ti

**8%**  
Dto.\*  
por compra  
anticipada

**5%**  
Dto.  
sin compra  
anticipada



\* 8% de descuento: Promoción válida para reservas en mayoristas propios de Viajes Iberia exclusivamente y con 60 días de antelación (excepto Costas, Buceo e Iberski, 5% dto). Estos descuentos no son acumulables con otras promociones de Viajes Iberia. Consulte compatibilidad de descuentos y Acuerdo General de Colectivos 2010.

VIAJES  IBERIA



# Entrevista a J. Antonio Grande Linares



Jamás lo he visto serio; ni siquiera en momentos complicados. Los problemas te los cuenta riendo como si no fuesen con él. Su carácter no le permite perder la sonrisa, la cual estoy seguro que le acompañará siempre. Tiene un don especial para relacionarse y hacer felices a los que le rodean. Nos conocemos hace muchos años y hemos pasado buenos ratos juntos. La cita fue en un café del centro, junto a Plaza Nueva, una tarde de este mes de septiembre que nos sorprendió con agua y frío. Así andan las estaciones meteorológicas, inestables como el resto de la sociedad. Es un deportista vocacional, constante e inquieto. Desde que lo conozco ha pasado del fútbol once al fútbol sala, ha cambiado la raqueta de tenis por la del pádel y, en plena madurez, cuando ya no podía correr la banda ni devolver las bolas con facilidad, encontró su adecuación física en el golf sorprendiendo su evolución a todos, y, quizás, a él mismo. Su nombre, José Antonio Grande Linares.

Jubilado parcial, fue el primer Director y primer Jefe de Zona de CajaGranada en Sevilla, donde ocupó además el cargo de Director de la ESNA.

## **Fútbol, tenis, golf ¿Con cuál te quedas?**

El deporte que más me gusta es el tenis, pero he de reconocer que el golf reúne todo lo que a mi edad te hace disfrutar. Es un ejercicio dosificado que además necesita una gran dosis de concentración mental. La verdad es que me ha sorprendido muy gratamente.

## **¿Cuesta mucho aprender a jugar?**

Sí, bastante, pues la progresión llega con el tiempo. Los inicios son muy duros y muchos que empiezan se quedan en el camino. Lo que más me llama la atención en este deporte es que puedes competir con una primera figura y le puedes ganar.





### ¿Cuál es tu handicap?

Mi handicap es el 9.8.

### Importante ¿no?

No me puedo quejar. La verdad es que está muy bien.

### Me dicen que has ganado algunos torneos de prestigio.

Bueno, además de los últimos campeonatos de la Asociación Sagrada Familia, he quedado tercero en la XIX Edición del Torneo Expansión en Sevilla y primero en el Trofeo X Aniversario Islantilla Golf, pero quizás el más importante, hasta ahora, ha sido el Campeonato Nacional de Halcón Viajes, en su Fase Andaluza, del que he sido ganador.

### Supongo que de este último trofeo te sientes más orgulloso.

Cada trofeo te llena de satisfacción por el simple hecho de competir, pero si quieres que te sea sincero, los que más me divierten son los que juego con los compañeros de la Caja pues además de jugar, aprovecho para hacer fotografías, otra de mis aficiones.

### Entonces ¿ninguno en particular?

Puestos a elegir, el que más ilusión me hizo fue el primero que gané en el que me concedieron como premio un jersey de golf, que aún conservo. Esto me animó a tomármelo más en serio y a continuar jugando.

### A este paso te vemos jugando campeonatos con Sergio García.

No creo. El hecho de poder conocer gente y viajar por toda España con la Asociación Sagrada Familia, ya colma mis aspiraciones golfistas. ¡Risas!

### Hablemos de tu trayectoria en la Caja. Desde el principio en Sevilla ¿no?

Así fue.

### ¿Fue complicado dejar Granada?

Sentimentalmente sí. Graná es mucho Graná, pero profesionalmente era un reto y una ilusión que no podía dejar pasar. Con treinta y seis años no se resiste nada. Me animó bastante nuestro querido José Martín González (q.e.p.d.), que fue mi primer jefe en la Caja. Con él iniciamos el proyecto de Área Externa, que era muy ilusionante.

### ¿Te sientes sevillano?

Me siento andaluz por encima de todo pues nací en Alcalá la Real, crecí y me casé en Granada y llevo veintiséis años en Sevilla, donde han nacido mis nietos.

### Tu carácter abierto ¿se identifica más con el sevillano?

Si me lo preguntas por nuestra famosa malafollá te diré que esta existe en todas las sociedades, aunque para mi, todos los andaluces tienen un carácter abierto y amable, sobre todo los gaditanos que pasan la línea de la anécdota y la sonrisa.

### ¿Cómo valoras la actuación de la A.S.F.?

Yo le doy la máxima valoración por lo esencial que resulta para la convivencia entre los compañeros, a través de las actividades que organiza su Junta Directiva. En mi situación actual, de jubilado parcial, le doy aún más importancia a su gestión, por las posibilidades que nos da de seguir manteniendo dicha convivencia. Si no existiese la A.S.F. habría que crearla.

### Has comentado que la fotografía es otra de tus aficiones.

Sí, sí. Es una de mis pasiones actuales además del golf. Me agrada mucho fotografiar y plasmar la natura-





leza, también los momentos con los amigos y sobre todo lo que más me gusta es fotografiar a mis nietos.

**Ya que compites en casi todo ¿Has pensado participar en los concursos de fotografías?**

Todavía no. Me da bastante miedo no estar a la altura; una cosa es la satisfacción personal y otra la competición artística a la que le tengo un gran respeto. No obstante, me siento joven y aún puedo dar la campanada. Todo se andará por que soy efectivamente muy competitivo ¡Risas nuevamente!

**¿Qué es para ti la fotografía además de un hobby?**

Para mí es sólo un momento, luz, sensaciones, una situación anímica. Comprobar posteriormente que he captado ese instante me produce una gran satisfacción. Cuando veo las fotos con la familia y los amigos, y compruebo que les agradan, el disfrute es total. Luego hago un montaje y le pongo música, que es otra de mis pasiones.

**Te veo más artista que competidor.**

Quizá, sí. La fotografía te da una satisfacción interior que guardas en tu intimidad. Además, como soy muy torpe con las manos es el único medio que me permite plasmar algo de arte ¡Risas!

**¿Se van quedando algunas ilusiones por el camino? Me refiero a cuestiones menores.**

Hombre, muchas. Mi ilusión desde niño era tocar la guitarra, pintar, cantar, haber sido futbolista profesional.

**¿Por eso te llevas tan bien con Juan Macarro?**

Pues sí. Juan es especial para mí y le tengo un cariño entrañable como compañero y amigo. Fue el primer fichaje que hice en Sevilla para la Caja ¡Vuelve a reír!

**¿Se lo limpiaste al Betis?**

No, no ¡Vuelve a reír! Juan ya estaba retirado pero volvió a coger las botas para jugar con el equipo de fútbol sala de la A.S.F. al igual que hicieron Sebastián Alabanda y Rafael Velásquez, qué equipazo.

Se le iluminan los ojos al hablar de aquellos tiempos, de los primeros compañeros con los que puso la primera piedra de la Caja en Sevilla superando innumerables dificultades, que se han visto colmadas con lo alcanzado en aquella parte de Andalucía. Denota interés por seguir hablando de su trayectoria profesional y de su vida, a mí también me gustaría seguir hablando con José Antonio y recordar vivencias compartidas, todas acompañadas de risas y buen talante. Dice que se siente orgulloso de ser abuelo y que los nietos llegan en el momento justo. Apuramos el segundo café de la tarde y volvió a reír sin decir nada. Su risa es sincera e inagotable como lo son las fuentes de agua cristalina que impregnan, sin cesar, los montes de Granada.





# Diez trucos y remedios para el hogar

## 1. Sal para potenciar el aroma del café

Para que el café molido recupere su aroma, se debe añadir simplemente un grano de sal a cada taza de café.

## 2. Mostaza en perfectas condiciones

Si desea que el bote de mostaza abierto y seco quede nuevamente en óptimas condiciones, se debe añadir un poco de vinagre y una pizca de azúcar y luego se remueve.

## 3. Manchas de aceite que desaparece

Si desea eliminar unas manchas de aceite en la ropa, se debe echar polvo de talco a las manchas antes de lavarla. Éste absorberá la grasa y desaparecerá después de la lavada.

## 4. Cuando por accidente una comida está muy salada

Si, por cosas de la vida, una comida ha quedado salada, se debe poner una patata cruda pelada y picada. Ésta absorberá bastante el exceso de sal y después se retira la patata y listo.

## 5. Adiós con el cal en la lavadora.

Si desea que la cal no se acumule en la lavadora, se debe hacer un lavado con agua caliente y 3 litros de vinagre cada dos meses. Igualmente, puede colocar en cada lavado media taza de vinagre para liberarse de la cal.

## 6. Cacerola vuelta a la vida

Cuando una cacerola queda en la base muy negra por la grasa o porque se quemó, se debe hervir un poco de agua con detergente para la ropa y luego saldrá fácilmente.

## 7. Una solución ecológica y económica para la limpieza de los cristales

Con el verano es muy fácil que la suciedad se haya acumulado en los cristales. Para eliminarla, se debe cortar, por la mitad, una cebolla y frótila sobre el cristal. Cuando ésta se encuentre sucia, se debe cortar una fina rodaja y luego seguir limpiando el cristal. Éste quedará en perfecto estado, sin casi esfuerzo y con una economía para el bolsillo.

## 8. El limón: solución para eliminar la cal

Para eliminar las incrustaciones de cal de la bañera o los grifos, se debe utilizar un algodón empapado en zumo natural de limón y luego se frota en las partes con cal y ya verá los resultados.

## 9. Las rayadas en la madera pueden desaparecer

Cuando se producen pequeñas rayadas sobre la madera, se pueden eliminar éstas fácilmente aplicando por encima una buena capa de vaselina y luego procurando que esta capa colme bien los surcos. Se debe dejar actuar por 24 horas. Después se elimina el exceso de vaselina y se encera el mueble.

## 10. Para los sudores y olores de los pies.

Para eliminar el sudor y los malos olores de los pies nada mejor que la arcilla fina (sin arena), la cual se deberá aplicar cada mañana en el interior de los calcetines, medias o calzados.

FUENTE: [www.trucos-hogar.com](http://www.trucos-hogar.com)



# Receta Natural: Pan de Trigo Integral

Esta receta puede acompañarse con el licuado de kiwi y manzana para saborear una riquísimo pan de trigo integral cien por ciento natural.

## Ingredientes:

- 1 taza de leche
- 3 cucharadas soperas de miel líquida
- 2 cucharadas de sal marina
- 2 cucharadas soperas de aceite puro
- 1 paquete de levadura fresca o 2 - 1/2 cucharadas de levadura granulada
- 1/2 taza de agua fría
- 1/2 taza de agua caliente
- De 4 a 5 tazas de harina integral

## Preparación:

Se comienza a calentar la leche y agregar en el recipiente la miel, la sal y el aceite, revolviendo hasta que todos los ingredientes se hayan disuelto. A continuación agregar 1/2 taza de agua fría para que entibie la mezcla. Por otro lado disuelva la levadura en 1/2 taza de agua caliente y agregar a la primera mezcla de leche, miel, sal y aceite.

Luego añadir en forma gradual cuatro tazas de harina integral y mezclar hasta obtener una pasta espesa sin grumos. Amase sobre una superficie ligeramente cubierta con harina hasta que la masa quede lisa. Agregue más harina, si observa que la pasta está muy húmeda.

Conservar tapada la masa en un lugar caliente, durante una hora aproximadamente o hasta que su tamaño aumente al doble. En ese momento amase de nuevo y comience a darle forma de panes y colóquelos en un molde para horno rociado con aceite vegetal.



Dejar levar 40 minutos a una temperatura moderada o hasta observar que al golpear los panes suavemente por debajo, emita un sonido hueco, en ese punto ya estarán listos.

Qué disfruten de estos deliciosos panes de trigo integral!



# Berenjenas rellenas de atún y queso

Tiempo de preparación: 30 min, 4 personas, dificultad Moderada

## Ingredientes

- 1 cebolla
- 2 berenjenas
- 4 latas de atún en aceite
- 3 lonchas de queso para fundir
- Aceite
- Sal

## Preparación

Lava las berenjenas, quítales la parte de los extremos y pártelas por la mitad. Con un cuchillo y con cuidado de no romper la piel, ves sacando la parte blanca de la berenjena y pícala. Coge la parte de la cascara y ponlas en el horno a 100 grados, con un poco de sal en el interior. Deben estar un poco hechas, pero cuidado que no se hagan demasiado. Abre las latas de atún y aprovecha el aceite (separa el aceite y el atún) para rehogar la cebolla en una sartén. Añade la pulpa de la berenjena bien picaditas. Añade sal al gusto y rehógalo todo bien. Y cuando esté listo, echa las lonchas de queso y remueve hasta que el queso se funda un poco y quede una pasta homogénea. Con esta pasta rellena las mitades del horno y ponlo todo de nuevo en el horno a 150 grados, hasta que veas que todo está bien hecho.



# Espuma de limón y naranja

Tiempo de preparación: 30 min, 4 personas, dificultad fácil

## Ingredientes

- 2 limones y 1 naranja de zumo
- 4 yemas de huevos y 1 clara de huevo
- 300 gr de azúcar
- 2 cucharadas rasas de maizena
- 1/2 l de leche y 1 brik pequeño de nata líquida para montar
- 1 vaina de vainilla
- 1 palito de canela

## Preparación

Cuece a fuego vivo en una cazuela la leche, las cáscaras de la naranja y del limón, la canela y la vainilla. Cuando rompa el hervor, baja la temperatura y mantén la cocción 20 minutos. Cuela y reserva las pieles. En un cuenco, bate las yemas con 200 g de azúcar hasta que espesen. Agrega la maizena y mezcla bien. Vierte, poco a poco, la leche tibia colada y cuece a fuego suave hasta que espese. Distribuye en cuatro copas. Monta la nata líquida y agrégale poco a poco el azúcar con la ayuda de una cuchara. Bate la clara a punto de nieve muy fuerte y mezcla con la nata. Quedará con una textura y aspecto irregular. Reparte entre las cuatro copas haciendo picos. Adorna con una juliana muy fina de naranja y limón. Para ello, corta con tijeras y en hebras muy finas las pieles de los cítricos.





# Jubilación activa

Albert Costas, catedrático de Política Económica de la Universidad de Barcelona, subraya que, en la actualidad, un gran número de personas se jubilan en unas condiciones de salud excelentes y que este fenómeno se va a acentuar en los próximos años cuando comiencen a llegar a la edad de jubilación los miembros de la llamada generación de baby boom, nacida entre finales de la década de los cuarenta y principios de los setenta, con pautas y niveles de salud mucho mejores de los que pudieron disfrutar sus padres y abuelos.

La actual generación de ancianos españoles es la primera que va a vivir 20 o 30 años como jubilados y lo mismo va a ocurrir con las generaciones que seguirán; nunca antes en nuestra historia había ocurrido un fenómeno parecido. ¿Qué van a hacer estas personas con su tiempo? ¿Qué va a hacer la sociedad con ellas? Se trata de personas, mayoritariamente desearían permanecer activas —aunque, muchas de ellas, no sepan como— con un acervo de conocimientos, habilidades y experiencia, que la sociedad no debería menospreciar y que alcanzan la edad de jubilación sin manual de instrucciones para su uso. Este fenómeno, además, se va a incrementar con la reciente oleada de prejubilaciones, consecuencia de la crisis económica. Convertir a las nuevas oleadas de potenciales jubilados ociosos en jubilados activos eficientes, útiles, capaces de disfrutar con las tareas que realicen constituye sin duda un importante reto.

Diego Gracia, siguiendo los pasos de Aristóteles y Ortega, nos muestra que el objetivo de toda vida humana es alcanzar la felicidad, la plenitud, y que no podemos conformarnos con menos: «Todos vamos dirigidos hacia ello —escribe— como la flecha del arquero hacia su blanco». Objetivo que comparten, por tanto, los jubilados de cualquier edad, incluso aquellos que se hallan ya en la fase de su existencia.

Eric Cassell, en un artículo paradigmático que lleva por un título «El sufrimiento y los objetivos de la medicina», nos transmite un mensaje capital: «Los que sufren, no son los cuerpos; son las personas». Pero, ¿Qué es una persona? Y tras la reflexión, surge la respuesta: la persona es un producto esencialmente relacional, no tiene res extensa. Sin interacciones específicas en contextos concretos, la persona como tal, única e irreplicable, no existiría.

Llegados a este punto, es necesario no caer en lo que Ryle llama error categorial. La persona no es el organismo, no es el cerebro, no es la mente, no es la conducta, no es la sociedad, la persona no es el coche, no es el motor, no es la carretera. El coche, el motor, la carretera, los compañeros de viaje, el mapa, el equipaje, el paisaje son elementos que hacen posible y enriquecen el viaje, pero no son el viaje.

Cuando el cerebro se apaga, el viaje acaba; pero el cerebro no es la persona. La persona, con toda su riqueza y complejidad, es su biografía, siempre provisional, siempre inacabada, siempre cambiante, buscando en todo momento la felicidad y la luz. Constituiría un grave error, tanto por parte del individuo como la sociedad, dar el viaje por terminado al llegar a la jubilación.

Cuando alguien alcanza esta etapa de su vida, la biografía no ha finalizado. Incluso, para algunos, la parte más sustanciosa de ésta tal vez no haya hecho más que empezar. Es cierto que, en el seno de una cultura que adora la juventud y la inmediatez hedonística, los que llegamos a la vejez solemos hacerlo con el estereotipo de tacaños, reiterativos, pelmas, lentos, irritables, quejitas, olvidadizos, ineficientes o carrozas. Pero disponemos de ejemplos de personas de edad avanzada (recordemos, ya centenarios, a la premio nobel de Medicina Rita Levi-Montalcini o al médico catalán Moisés Broggi) que nos muestran que este modelo negativo de anciano no refleja necesariamente una realidad universal. Nos incumbe a los que hemos llegado a la edad de jubilación cambiar las etiquetas que nos coloca automáticamente la sociedad por otras más positivas —serenos, tolerantes, flexibles, generosos, eficientes, no repetitivo, con sentido del humor— rompiendo el estereotipo y demostrando con nuestro comportamiento que la vida —una vida plena y activa— se prolonga más allá de los sesenta y cinco, de los setenta y cinco, de los ochenta, de cualquier edad, incluso en el caso de que nuestras condiciones físicas no sean las más idóneas (por ejemplo, las de Stephen Hawking).

Aun admitiendo que la existencia de la jubilación constituye un innegable logro social, la rigidez de una frontera prefijada de edad conduce inevitablemente a un café para todos, que a algunos les sabrá amargo y a otros a agua teñida. En el fondo, las normativas de jubilación vigente en muchos países occidentales equivalen a una simple discriminación por edad, tan discutible, en principio, como la discriminación por sexo, raza o religión. A pesar de su dificultad, hay que luchar para conseguir un modelo de





jubilación flexible capaz de adaptarse, tanto a las necesidades individuales como a las colectivas, Hay que tener en cuenta que la variabilidad interindividual se incrementa a lo largo de la vida, lo cual supone que, a igualdad de edad, los ancianos son menos semejantes entre sí que los jóvenes. ¿Por qué tratar a todos por igual? ¿Por qué si se permiten «prejubilaciones» a las empresas e instituciones tanto públicas como privadas, no se facilitan demoras en la jubilación en los casos en los que tal medida esté justificada por el deseo, la capacidad y la eficiencia de los interesados?

La persona es el viaje. Los profesionales sanitarios —en concreto, los especialistas en Geometría y Gerontología— pueden hacerlo más llevadero reduciendo las vivencias de amenaza de los mayores, incrementando su percepción de recursos y mejorando su estado de ánimo, disminuyendo la incertidumbre, ayudándolos a deliberar en las encrucijadas difíciles y aumentando su percepción de control en el itinerario de la vida. Pero, sobre todo, no olvidando nunca que en la universidad, en el hospital, en la residencia, en el consultorio, en la vida política y social, en la familia, sea cual sea el sexo, la raza, la condición o la cultura de sus interlocutores, los profesionales de la Geriátrica y la Gerontología no se relacionan con jubilados normalizados, cuyas aportaciones sociales y afectivas a la comunidad ya han terminado, sino con personas que continúan viviendo y luchando porque tienen una permanente e insaciable vocación de felicidad y plenitud.

Fruto de estas reflexiones y de los datos y consideraciones de numerosos autores e investigaciones sobre el tema —de los que me limito a referenciar unos pocos— se pueden perfilar algunas sugerencias para una jubilación activa que me parecen plenamente válidas en el momento en que nos encontramos:

- 1) Simplifique su entorno.
- 2) Haga ejercicio regularmente. Andar demora la aparición de los síntomas de deterioro.
- 3) Si no le gusta, no puede o no lo dejan seguir con el trabajo que hacía antes de jubilarse, busque una actividad alternativa satisfactoria y que proporcione sentido a su vida. Notará que la ha encontrado —da igual que sea pintar, trabajar en una ONG, investigar o cultivar un huerto— cuando al practicarla sienta que el tiempo desaparece y experimente satisfacción por el hecho de llevarla a cabo.
- 4) Viva el aquí y el ahora plenamente; evite —al menos con frecuencia— sumergirse en la rumiación del pasado o de sueños inalcanzables de futuro. La estrategia para conseguir la felicidad consiste en desear no lo que nos falta, sino lo que no nos falta; en aprender a disfrutar de lo que hacemos y tenemos. De cuando en cuando recuerde esta frase, procedente de la sabiduría popular: «Pasé la mitad de mi vida preocupándome por cosas que nunca sucedieron».
- 5) Regálese momentos de lentitud, de reflexión, en los que contemple su propia vida, sin juzgarla, como si estuviera en la cima de una montaña y la viera transcurrir como un río por el fondo del valle. Al envejecer —escribe Moisés Broggi— sucede que «cuando más se piensa y se medita en la vida pasada, más fácil resulta la renuncia al mundo material, y la entrada en un estado de tranquila serenidad que permite (al anciano) aceptar su fin natural». Reflexionar sobre este hecho de vida que es la muerte, nos señalan Séneca y Montaigne, es meditar sobre la libertad. El que ha aprendido a morir ha desaprendido a servir.
- 6) Enriquezca tanto como le sea posible su vida cultural, social y afectiva. Intente ser apasionadamente creativo. La vida no es repetición, es cambio.
- 7) Sea generoso y compasivo con los que lo rodean. Trate de hacer felices a las personas que comparten con Vd. Una historia, un tiempo y un espacio.

R. Bayés Sopena / Rev Esp Geriatr Gerontol.

## Para la gente buena

“No, no, tú tranquilo, llámame todas las veces que necesites” oí que me decían desde el otro lado de la línea telefónica. E inevitablemente sonreí al despedirme, como sabía que sonreía el compañero con el que acababa de hablar. Le conocía bien o, mejor dicho, todo lo bien que se puede conocer a alguien con el que has coincidido en un par de ocasiones a lo largo de bastantes años, pero con el que la comunicación telefónica era y es fluida y frecuente. “Buena gente”, recuerdo que pensé. Después, al rato, conseguí hablar con un compañero recientemente prejubilado que acababa de sufrir un serio percance de salud, con el consiguiente susto por su parte y por parte de nosotros, sus compañeros, al enterarnos, que me contó que había sido una suerte pasar por esa experiencia y estar contándomelo en ese momento. “Buena gente, gente buena” recuerdo que pensé. Igual que pienso ahora.



En realidad es otra forma de decir que hay gente maravillosa que llena mi vida, que estoy, o mejor dicho, que estamos rodeados de personas maravillosas. Personas que sonríen, que tratan con amabilidad a los demás, que se implican en las soluciones a los “problemas” de todos, que no pierden la esperanza, que saben ver el lado positivo de sus trabajos, de sus vidas, que saben escuchar, que saben actuar o que saben callar ... Están ahí y lo mejor de todo es que estarán ahí siempre, Tan solo es cuestión de que seamos conscientes de ellos, que seamos receptivos a su presencia, que abramos los ojos y los miremos tal cual son, con toda su grandeza y todos sus detalles.

Por supuesto que hay formas y modos diferentes pero yo quiero centrarme ahora en la gente positiva, en la gente sana, en la gente con ilusión por su trabajo y por su vida. Y de esos he conocido a muchos en nuestra empresa. Lo que pasa es que, por propia naturaleza, son personas con una humildad y una tranquilidad que hace que sus avances y sus logros “suenen” menos que los de otro tipo de actuaciones o de formas. Ya sabemos que lo negativo “vende” y suena más que lo positivo en nuestra sociedad. No hay más que echar un vistazo a los periódicos y los medios de comunicación. Y más en esta época de crisis que nos toca vivir.

Sí, crisis, crisis, no pasa nada por pronunciar esa palabra que algunos se empeñan en no reconocer, incluso en no nombrar no vaya a ser que estemos aumentándola por el simple hecho de mencionarla. En realidad esta crisis, todas las crisis, son ocasiones inmejorables para limpiar lo viejo, lo que ya no sirve, para dar entrada a una nueva forma de trabajar o de vivir que lleve a un camino bien alejado del que nos ha conducido a ella. Y por eso deben ser bienvenidas siempre. E incluso deber ser saludadas con el agradecimiento del que sabe ver en ellas el escenario y el mecanismo perfectos para ese cambio que en realidad anhélábamos todos, o al menos la mayoría, ya que si la mayoría estuviera conforme con el camino, con los trabajos, con la vida de ahora, las crisis no se desatarían. Por supuesto que habrá una minoría a la que aparentemente “le han ido las cosas bien” y que aferrada a ese modo de vida un poco pasado y un poco caduco, se resisten con todas sus fuerzas al cambio inminente.

Son todos esos que a grandes voces proclaman las desgracias que están a punto de caer encima y nos instarán a preocuparnos y a luchar con más ahínco por defender el modelo que nos ha traído hasta aquí, esparciendo el único elemento que verdaderamente puede frenar el avance humano: el miedo. Sí, el miedo al futuro, el miedo al cambio, el miedo a no ser capaces de encontrar una solución para cada problema. A ellos, que también son apreciados, que también son queridos y que son tan dignos como cualquier otro de tenerlos en cuenta, les diría que dejen paso a la esperanza, que busquen la confianza que les conducirá a la armonía y la serenidad, que tras cada cambio se presenta la oportunidad de abrir puertas y ventanas que , ¿por qué no? , pueden conducirnos a la alegría y la felicidad. Y ese es el objetivo de todos ¿sí? el alcanzar la felicidad. Solo que algunos, cada vez más, que han entendido que la felicidad se puede palpar, se puede sentir, se puede vivir también cuando uno se encuentra en el camino buscándola, no solo cuando se ha “llegado” a ella. También sé, porque esta gente buena me lo ha demostrado, que en estos procesos de cambio, en estos momentos cruciales de alegría y confianza, nadie sobra, todos son bienvenidos, todos son apreciados. Esta buena gente sabe distinguir entre las personas y sus actuaciones, entre la esencia humana que es única, uniforme y maravillosa para todos y nuestras ideas o nuestras actuaciones, nuestras formas de ser y de pensar. Ellos saben que hay que apoyar siempre a las personas, siempre, aunque no seguiremos el camino marcado por sus ideas y sus valores a veces, sobre todo si vienen marcados por temores y miedos.

Hoy solo quería enviarles un mensaje de ánimo a la buena gente, a esta gente que no aspira a ser el/la mejor en todo, ni siquiera “en lo suyo”, esos que saben que en realidad de lo único que se trata es de dar siempre lo mejor que hay en ellos, sea “mucho” o sea “poco”, de sacar en cada momento la mejor versión de sí mismos con la tranquilidad de saber que haciéndolo así, centrándose en eso que no es ni más ni menos que ser en todo momento ellos mismos, cambiarán el mundo. Y, por supuesto, para bien.

Ánimo gente buena, vuestro mensaje está calando, vuestra luz, que empezó siendo una luz pequeña y aislada como la de una luciérnaga, está prendiendo en otros, en nosotros, en todos, y llegará el momento en que asistamos maravillados al espectáculo asombroso de un mundo luminoso, cálido y feliz.

Rafael Ruiz Centeno



## Viajes Tema

Dentro del marco de vinculación en materia de Viajes que venimos manteniendo con la Agencia de Viajes Tema, hemos recibido nuevas condiciones para la temporada del Verano-2010, que plasmamos en nuestra web [www.asociacionsagradafamilia.com](http://www.asociacionsagradafamilia.com) para conocimiento y beneficio de nuestros/as socios/as.

## Viajes Iberia - Grupo Iberostar

Para efectuar consultas o reservas, dirigirse a cualquier oficina VIAJES IBERIA S.A. o llamar al 958295840. Mayoristas preferentes: Iberjet, Cruceros Iberojet, Costa Cruceros, Transcontinental Iberojet, Solplan, Viva Tours, Viamed, Balnearios Viajes Iberia.

## Hotel Hospes Palacio de los Patos

Convenio de colaboración entre las dos Entidades, que repercute en beneficio de nuestros Asociados/as. Las características de las ventajas ofrecidas las podéis ver en nuestra web [www.asociacionsagradafamilia.com](http://www.asociacionsagradafamilia.com)

## Centro Óptico Emperatriz

El CENTRO OPTICO EMPERATRIZ, ubicado en C/Emperatriz Eugenia nº 3 Bajo – Granada, [www.optica-emperatriz.com](http://www.optica-emperatriz.com), Tlfno./ Fax 958209028, nos recuerda las condiciones Especiales para todos los miembros y familiares de la Asociación Sagrada Familia. Para más información visite nuestra web [www.asociacionsagradafamilia.com](http://www.asociacionsagradafamilia.com)

## Taller Infantes Autos

Hemos recibido de la firma ANTONIO Y GUILLERMO C.B., cuya denominación comercial es INFANTES AUTOS una oferta de su Taller, que se encuentra situado a 100 metros de la SEDE CENTRAL, en C/Jardín de la Reina - Edificio ADELFA. Por favor visite la web [www.asociacionsagradafamilia.com](http://www.asociacionsagradafamilia.com), en el apartado de ofertas.

## Campamento de Verano Club de Esqui

El Club de Esqui y Montaña “CajaGranada” ha informado de la puesta en marcha de los Campamentos de Verano, que este año serán en SIERRA DEL POZO-PANTANO DE LA BOLERA. Para información y reservas contactar con el CLUB DE ESQUI Y MONTAÑA “CAJAGRANADA” Tlfno. 958 / 521146, y podéis ver otras características entrando en la página [www.clubcajagranada.com](http://www.clubcajagranada.com).

## Centro AVICENA

Con el Centro Médico de Conductores AVICENA, situado frente a la Jefatura de Tráfico, renovamos una oferta muy interesante para todos/as los/as Socios/as de la Asociación Sagrada Familia, así como para los Cónyuges/Parejas e hijos/as. Para más información visite nuestra web [www.asociacionsagradafamilia.com](http://www.asociacionsagradafamilia.com).

## Oferta Campiñg Castril

En la localidad de Castril (Granada), se encuentra ubicado el Camping “EL ÁNGEL”, en concreto en el Paraje del El Ángel s/nº. Sobre los precios que son PVP, a nuestros/as socios/as se aplicará un Descuento del 20%. También disponen de Casas-Rurales, a las que también se aplicarán el mismo Descuento. Para todo tipo de consulta llamar al Tlfno. 958 / 747428, preguntando por D. Manuel Ruiz Martínez, Gerente del Camping “El Ángel”.

## Hotel Mojácar

Os ofrecemos el Hotel MARINA PLAYA, ubicado en MOJÁCAR, con sus magníficas instalaciones, entorno natural, aguas cálidas y buenas playas (Desayuno, comida y cena, bufet libre). Antes el Descuento era del 10% y ahora será del 15%, debiendo el socio/a acreditar en los Hoteles su pertenencia a la Asociación con la tarjeta que tenéis todos/as. Las reservas habrán de efectuarse llamando al Tlfno. 950 – 548500 o al 902333411.

\*Para conseguir los Descuentos, los/as Socios/as deberán acreditarse como miembros de la A.S.F.



# Bodas

**NOMBRE**

Ana María Rueda Ibáñez  
 Pedro Liebanas Crovetto  
 Juan Pedro Palma Millán  
 José Hueso Garrido  
 Alicia Medina Sánchez  
 Francisca de Asís González Moreno  
 Rosa María López Cabrera  
 María Soledad Sánchez Navarro  
 Luís Carlos Piñero del Real  
 María Mercedes Heredia Rodríguez

**NOMBRE**

Esperanza Muñoz Serqueira  
 María Isabel Palacios Rodríguez  
 María Carmen Izquierdo Ferre  
 Cristina E. Villar Moreno  
 Esperanza Robles Casado  
 Ana Maria Romera Cabrera  
 María José Ballesta Pérez  
 Jesús Beltrán Bellido  
 José Luís Martínez Martín  
 Eva María Roca Díaz

# Nacimientos

**NOMBRE****FECHA NACIMIENTO****NOMBRE****FECHA NACIMIENTO**

Francisco Alcalá Soto	02/12/2009	Laura Peregrina Cuenca	15/02/2010
Diego Martínez López	13/09/2009	Samuel Valsera Cobos	20/02/2010
Helena Duran Claro	06/09/2009	Alba Box García	04/10/2009
Martín Contreras Serrano	12/03/2010	José Manuel Latorre Gutiérrez	06/10/2009
Noe Gamez Fernández	15/01/2010	Daniela Lázaro Sánchez	04/10/2009
Javier Huete Martín	01/01/2010	Alejandro Lázaro Sánchez	04/10/2009
Héctor Megías Fernández	28/02/2010	Enrique Hernández Puertas	20/11/2009
Javier Conde Pérez	14/02/2010	Antonio Ruiz Alguacil	29/11/2009
Julia Cerezuela Frigard	21/09/2009	Patricia Ruiz Alguacil	29/11/2009
Miguel Pérez García	18/09/2009	Javier Ortíz García	19/12/2009
Valeria Rodríguez Arjona	28/09/2009	Ricardo Melero Gamez	22/01/2010
Javier Moreno Lozano	03/10/2009	Mario Fernández Camacho	14/09/2009
Paula García Pinos	09/10/2009	Pedro Serrano Rodríguez	20/10/2009
Marta Valdivieso Pérez	06/10/2009	Fermín Valenzuela Melero	16/10/2009
Paula Ortega Hermoso	04/10/2009	Cecilia Martínez Sánchez	30/01/2010
Rosario Rodríguez Arregui	04/11/2009	Jaime Martín Salazar	11/02/2010
José Manuel Latorre Gutiérrez	06/10/2009	Lucía Ruiz Alcalá	16/10/2009
Ramón Bazán Melgar	25/11/2009	Álvaro Pérez Gallardo	23/12/2009
Violeta Muñoz Pérez	16/11/2009	Ángel Augusto Cordero Arostegui	25/01/2010
Cristina Navarro González	22/12/2009	Claudia De Dios Berbel	18/02/2010
Fabián Aznar Bastida	26/11/2009	Roberto Espejo Benítez	04/12/2009
Laura Martínez Gil	05/02/2010	Álvaro Rodríguez Vílchez	14/11/2009
Víctor Fernández Campanario	04/02/2010	Marina Peñalver Gallego	03/11/2009
Julia Rodríguez Morales	29/01/2010	Ignacio Castillo López	01/11/2009
Ángel Martínez Rodríguez	13/12/2009	Mario Muñoz Villanueva	29/11/2009
Rosario López Ortega	19/12/2009	María Navarro Jiménez	09/12/2009
Mario López Casado	30/12/2009	Iván Codorniu Maza	27/12/2009
Carmen Prieto Martínez	28/12/2009	Alicia Martínez Ramírez	26/01/2010
Martí González Alonso	05/01/2010	Eva Ortega Bretón	17/12/2009
Nuria Martín Cortijo	17/12/2009	Ainoa Cueto Camacho	11/01/2010
Pablo Rascón Ruiz	19/11/2009	Carlos San Juan López de Hierro	24/12/2009
Javier Torreño Saavedra	20/10/2009	David Caparros Alameda	24/12/2009
Miguel Muñoz López	14/10/2009	Carmen Alonso Carreño	17/03/2010



# Jubilaciones

## NOMBRE

Pilar Juste Ocaña  
Miguel Sánchez Rueda  
José Climent Liebana  
Manuel Calero De La Paz  
José Pérez Trujillo  
José Manuel López Barajas Raya  
Francisco Jiménez Capilla  
Antonio Huertas Hidalgo  
Manuel Mateos Sánchez Chávez

## NOMBRE

Miguel A. Lorenzo Rojas  
Santiago Fernández Laguna  
Francisco Rodríguez Cuadro  
Luís Manuel Santaolalla Quera  
José Boyano Martínez  
Eloy Ruiz López  
María Del Mar González Bernal  
Jesús Martínez Contreras  
José María Cuesta Torres

# Invalidez

## NOMBRE

Antonio García Fernández  
Antonio Baena de los Ríos

## NOMBRE

Jesús Teodoro Velasco Mata

# Altas en plantilla

## NOMBRE

María Isabel Ortega Jiménez  
Cristina María López Ruiz  
Inmaculada Delgado Álvarez  
Rocío Pérez Baena  
María Jesús Ruiz Rodríguez  
Concepción García Castillo  
Ángel A. Guido Toledo  
Pedro Daniel Anguis Raya  
Nuria Cáceres Rodríguez  
Cristina Montes Martín  
Antonio Jesús Pérez López  
Ana María Martín Quirantes  
María Ángeles Granados Bolívar  
María Carmen Molina Fernández  
Luís González Ruiz  
Antonio Jara Andreu  
Víctor Manuel Torres Gutiérrez  
Francisco de Asís García Beato

## NOMBRE

Manuel López Gutiérrez  
María Auxiliadora Zavala Pérez  
María del Carmen Jiménez Campos  
María Ángeles Martos García  
José Luís Justicia Sánchez  
Rocío Yebra Crespo  
Alejandro García García  
María Lourdes Gutiérrez Rivera  
Francisco de P. Medina Alcalá  
Patricia Urrejola Ballesteros  
Susana Palenzuela Baena  
Patricia Sánchez Jiménez  
Susana Espigares Sanjuán  
Ana Belén González Avalos  
Antonio Martín Castillo  
Mirella Gutiérrez Ortega  
Jesús Martín Rodríguez

\*Datos hasta el 31 de Marzo 2010



## Relación de premiados sorteo asociación

<u>FECHA</u>	<u>NOMBRE</u>	<u>NUMERO</u>
04-09-09	JUAN MOLINA TORRES	424
11-09-09	JOSÉ CRESPO PEREZ	864
12-09-09	NO	270
25-09-09	NO	799
02-10-09	MARI CARMEN VÍLCHEZ AVILES	479
09-10-09	RAFAEL ARROYO MOLINA	773
16-10-09	Mª PAZ MUROS PERTÍÑEZ	619
23-10-09	JUAN ANTONIO SANCHEZ GOMEZ	828
30-10-09	ROBUSTIANO GALERA CHACON	771
31-10-09	NO	878
06-11-09	MIGUEL GOMEZ FERNANDEZ	377
13-11-09	JESÚS TAMAYO JIMENEZ	678
20-11-09	A. CUSTODIO BOLIVAR RODRÍGUEZ	615
27-11-09	JULIA TOLEDO CASTRO	303
04-12-09	ANTONIO GARCIA Gª BARRAGÁN	632
11-12-09	AQUILINO BAUTISTA GUTIERREZ	087
18-12-09	NICOLAS SANCHEZ CUBILLO	003
25-12-09	JOSÉ BOYANO MARTINEZ	870
01-01-10	JOSÉ LUIS GARCIA NAVARRO	634
08-01-10	JOSÉ CABA MORENO	566
15-01-10	JAVIER MEDINA IZQUIERDO	903
22-01-10	NO	850
29-01-10	NO	425
05-02-10	ADOLFO RODRÍGUEZ SANCHEZ	522
12-02-10	Mª.CARMEN VÍLCHEZ AVILES	479
19-02-10	NO	270
26-02-10	Mª CARMEN VÍLCHEZ AVILES	065
05-03-10	NO	648
12-03-10	J. RAMÓN GALLEGOS CARMONA	990
19-03-10	FRANCISCO ALONSO LOBATÓN	682
26-03-10	DIEGO GARCIA TORRES	690

\*Relación de números premiados sorteo Asociación Sagrada Familia desde 04-09-09 al 26-03-10

# Tema

VIAJES

www.viajestema.com

LE LLEVAMOS DÓNDE  
SU IMAGINACIÓN  
LE LLEVE



**CRUCEROS**

NAVEGAMOS POR LOS 7 MARES

**VACACIONES**

LOS MEJORES DESTINOS

**AGENCIA ONLINE**

VUELOS, HOTELES, CRUCEROS...

Ángel Ganivet 3 18009 Granada  
Tlf: 958 229 970 Fax: 958227210

viajestema@viajestema.com

C/ Pedro Antonio de Alarcón 30,  
18.009 Granada Tlf. 958.262616.



Centro Cultural  
CajaGRANADA  
MEMORIA DE ANDALUCÍA

# Descubre qué hay tras la Puerta de la Cultura

Museo CajaGRANADA MEMORIA DE ANDALUCÍA

VISÍTANOS



Centro Cultural CajaGRANADA Memoria de Andalucía  
Ávda. de la Ciencia 2, 18006 Granada. T. 958 22 22 57  
[www.memoriadeandalucia.es](http://www.memoriadeandalucia.es)



**HORARIO** De Martes a Sábado: de 10:00 a 20:00 horas (Lunes cerrado)  
Domingos y festivos de 10:00 a 14:00 horas