



Solera

Revista de Mayores de Puente Genil
Número 4 - Invierno 2005

sumario

<u>Pág.</u>	<u>área</u>
5	Saluda
6	Navidad
8	Crónica de una semana Asamblea Mayores
12	Manuel Reina, poeta inmortal
14	Nostalgia
16	¿Es grave la diabetes?
17	Vacaciones en Marbella
18	La cocina andaluza
19	Un recuerdo para Manuel Gil Morales
20	La vida hace años
21	Más vale tarde
22	Mis-celáneas

Solera

Revista de Mayores
Puente Genil-Invierno 2005

EDITA:

Concejalía de Servicios Sociales y Mayor
Ayuntamiento de Puente Genil

CONTENIDOS:

Concejalía de Servicios Sociales
y Mesa Local del Mayor

COORDINACIÓN, DISEÑO Y

MAQUETACIÓN:

María José Díaz (Servicios Sociales) y
Paco Díaz (Gabinete de Prensa)

FOTO PORTADA:

Juani Leiva

IMPRIME: Gráficas Belén

Ejemplar gratuito

*Escultura
ubicada en el
Puente de
Miragenil en
1984, con moti-
vo del aniversa-
rio de la unión
de la Puente de
Don Gonzalo y
Miragenil.
Foto portada:
Juani Leiva.*



Paseos Guiados



Paseos guiados por

puentegenil

para mayores de 65 años

Horario: de 4 A 6 de la tarde
Duración: 2 horas aproximadamente
Inscripciones: Centro Municipal de Servicios Sociales. Calle Antonio Sánchez Cuenca, 6. Tlfno. 957 60 92 72

<u>Fechas</u>	<u>Recorridos</u>
18 Enero	Plaza Santiago-Puente-Alianza-Aurora-Dulce Nombre y Teatro Circo
1 Febrero	Calle Don Gonzalo-Calle Ancha-Frailes-Museo-Mayordomía-Casa Aníbal González-Parroquia Purificación
15 Febrero	Iglesia Concepción-Iglesia Hospital-Madre de Dios-Veracruz-Jesús
1 Marzo	Compañía de María-Matallana-Paseo del Romeral-Susana Benítez-San José-El Carmen-Ferrocarril

*PLAZAS LIMITADAS (25 PERSONAS POR RECORRIDO)
PLAZAS POR RIGUROSO ORDEN DE INSCRIPCIÓN*



saludo

María del Carmen Díaz Cabezas
Concejala de Servicios Sociales y Mayor

En verano del año 2004 nacía la revista SOLERA, revista de y para los Mayores de Puente Genil. Una revista que nacía en el seno de un nutrido grupo de mayores (la Mesa Local) y esta concejalía y que pretendíamos hacer de ella un vehículo de información de actividades, foros, actos culturales, etc., donde también se pudiese reflejar vuestras opiniones de forma fiel y pluralista. Ser en definitiva una herramienta de participación activa en la vida de nuestra ciudad.

Hoy, en este invierno del año 2005, ante el reto del número cuatro de Solera (la quinta revista) que tienes en tus manos, tengo que felicitaros a todos, a aquellos que con su aportación han hecho posible este ejemplar, y a ti; a ti sí querido lector, que consigues que esta revista tenga sentido; es por ti su razón de ser.

Consigues que podamos entrar en tu hogar, hacerte compañía, compartir unos momentos de intimidad, de afectividad; llenar un hueco en unos momentos que los cambios sociológicos, los nuevos valores, hacen que las familias no tengamos demasiado tiempo para ocuparnos de nuestros mayores.

Quiero aprovechar estas páginas para transmitirte mi deseo de que la magia y el amor de la Navidad se perpetúe en tu hogar a lo largo de todos los días y te traiga Paz y Felicidad en el año 2006.

Navidad

Antonio Balaguer Rodríguez
Revista Solera

La Navidad que se celebra el 25 de diciembre, es la segunda fiesta en importancia para el mundo cristiano, después de la Pascua de Resurrección.

De hecho, la fecha exacta del nacimiento de Jesús se desconoce, se supone que nacería en algún mes más cálido que diciembre, y se sabe casi con toda certeza que fue unos años anteriores al año uno que es de donde arranca el calendario instituido por la cristiandad.

Quizás cuando en el año 345, San Juan Crisóstomo y San Gregorio de Nacianceno, decidieron instituir la Natividad del Señor, en la entrada del solsticio de invierno, para de esta manera seguir la política de la Iglesia de absorber las fiestas paganas sustituyéndolas por otras de signo cristiano, llegaron a pensar en que estaban instituyendo la fiesta de más consumo del orbe en el siglo XX.





La fiesta de Navidad sustituía a las famosas fiestas que los romanos celebraban en honor del dios Saturno, dios de la Agricultura, celebrando que a partir de estas fechas, el sol cada día iba teniendo más fuerza. Estas fiestas duraban desde el 17 al 23 de diciembre, habiendo grandes diversiones y banquetes.

También en el norte de Europa se celebraban fiestas en estas fechas festejando el mayor predominio del sol cada día, con lo que auguraba la cercanía de la primavera y con ello el prometedor augurio de buenas cosechas.

Es precisamente este "nacimiento" del sol, lo que se quiso, en cierta manera, equiparar al nacimiento de Jesús como Dios portador de vida, como feliz augurio de un tiempo nuevo, en definitiva, como el nacimiento del mismo Dios, puesto que para el mundo antiguo la entrada del solsticio de invierno era como el renacer del dios Sol.

En la Edad Media, San Francisco de Asís aporta el Nacimiento o Belén y la Iglesia aporta los Villancicos a las Navidades; la Navidad tal como la conocemos hoy, es una creación del siglo XIX, el árbol de Navidad, originario de zonas

Germanas se extendió por muchas áreas de Europa y América y la costumbre de cantar Villancicos fuera de la Iglesia es también del siglo XIX, las tarjetas de Navidad no empezaron a utilizarse hasta la década de 1870.

Actualmente la fiesta de Navidad ha perdido prácticamente su carácter religioso y los grandes almacenes han contribuido a darle este carácter consumista que tanto daño hace a las economías familiares, aunque también hay que decir que sigue siendo la fiesta familiar por antonomasia, en todo el mundo cristiano, en esta fecha se reúnen las familias y se intercambia comidas y regalos.

Mención aparte merece la celebración de la Nochebuena, esta fiesta de arraigada tradición católica, se celebra especialmente en América Latina y en gran parte de España, es una fiesta entrañable, donde la reunión de la familia es casi siempre su lado más positivo, se cantan villancicos junto al Belén mientras se degustan los dulces propios de estas fiestas como son los pestiños, mantecados, alfajores y polvorones, todo esto regado con aguardiente y otras bebidas espirituosas.

Crónica de una Semana

Asamblea de Mayores 2005

Fernando Lozano Quintero
Revista Solera

Hoy cerramos la Semana dedicada al Mayor. Y hoy, en fresco, quiero pronunciarle al respecto. Quiero dar respuesta, a los hechos transcurridos. No hablaré de las personas, sí de los acontecimientos, que siendo más perdurables, motivan mi libre contestación.

En eso, decimos, que consiste la vida. En la actitud, de cada momento, frente a los sucesos que pasan, valorando causas y efectos. De ahí, el don del mayor, que puede discernir dentro de un amplio conjunto de cosas.

Este comportamiento personal, queda en el surco, como la mejor semilla, que germinará y que dará fruto a su debido tiempo.





SÁBADO. PRIMERO DE OCTUBRE DEL 2005. DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES.

Se inicia la primera semana para festejar a los de mayor edad. La asistencia a la III Asamblea, resulta masiva. Con todo, no se supera el 10% de un total de 5.000 personas mayores, en esta localidad. Se proyectan las actividades para el año. Se informa de la I SEMANA DE LOS MAYORES.

Hay palabras elogiosas de parte de los representantes municipales, exaltando los valores humanos, propios en esta etapa de la vida. Realmente así es. En este tiempo, se consideran globalmente todos los acontecimientos. Hay experiencia más que suficiente para ello. En esto estriba la mayor diferencia con las etapas anteriores de la vida, en que se pasa paulatinamente, de la parcialidad a la ecuanimidad.

En este recorrido, pasamos por conocer algo, un poco, bastante y mucho; pero nunca lo suficiente. Ese es el crecimiento normal. La excepción confirma la regla. ¡Esos son los méritos, pasar de la parte al todo!. Y en este todo, se per-

cibe la serenidad, que produce la relatividad en la vida. Desaparecen los absolutos. Y todo, aunque pequeño, es positivo.

Fue muy gratificante la actuación de aquellas personas, procedentes, de otras localidades. ¿En esos pequeños pueblos, podría nacer algo bueno?. Llevan a escena la nobleza de espíritu de aquellos personajes históricos.

Más aún, al hablar con ellos, conocías de primera mano, que creían en los valores que representaban. Y aunque los ruidos de todo tipo, en la sala, no nos dejaron levantar el gran aplauso que merecían, por el gran regalo que nos hacían, sí que pudimos vivir en profundidad, el hondo gozo que nos dejaron. Muchas gracias.

El entorno del aperitivo fue tumultuoso por desordenado. Desgraciadamente, este proceder, es endémico en nuestra sociedad. Peor aún, en algunos sectores, los menos, se ha enconado para daño propio y ajeno, provocando resentimientos difíciles de curar.



LUNES. DESAYUNO MOLINERO.

Disminuye la asistencia. ¿Estaríamos 100 personas, el 2% del censo?. Todo en la vida no es consumir. No sólo de pan vive el hombre. Se pudo apreciar el acercamiento entre las personas, más o menos, conocidas. Fue una convivencia, para un día de eclipse.

MARTES. POESÍA Y CANTO LÍRICO.

Bendito día. Inolvidable, por entrañable. Nos hicieron experimentar una gran alegría. Su acción perdurará por mucho tiempo. Lo lograron ampliamente. La persona pudo exteriorizar su dignidad. Muchas gracias. Lamentamos el poco auditorio. Y lo digo por ellos, por las poetisas y poetas, por los del Bello Canto, barítono, sopranos y tenores. No se grabó para los ausentes. Se lo perdieron. Para los presentes, persiste la alegría en el rostro y el gozo en el corazón. Siempre os vamos a querer.

MIÉRCOLES. TARDE FLAMENCA.

Son los cánticos de nuestra tierra. Se dijo que había que defenderlos, en su amplia y diversa integridad. Otros cantos de otras tierras, aunque no estén en nuestras raíces, también nos pueden llegar al alma y los podremos querer. La Bodega ofrecía ambiente, con su respetuosa decoración. El vino con su fragancia, esparcía su fino aroma. Un solo de guitarra abre la fiesta. Tres cantaores flamencos, se entregan totalmente a su público, con variados "palos". Al joven que acompañó al toque a los tres artistas, en sus distintos estilos, sin tregua alguna. Al joven que día a día se levanta de madrugada para trabajar en Lucena. Al joven que encuentra tiempo para sus clases de guitarra en el Conservatorio de Córdoba. Mi admiración más plena. Pudimos conocer más de cerca, a los artistas y a los aficionados al flamenco, compartiendo unas copas de buen vino.

JUEVES. TARDE DE TEATRO.

No pudo ser mejor. Descubrías, no las obras más que conocidas, sino a las actrices que son de tu pueblo y que las admirabas, por vez primera, en su talento artístico. Podías reír sin cesar. Estabas delante de lo misterioso. Era lo inesperado. Un enigma. Por pura emoción, llorabas de alegría. Ni los autores de los textos, podían imaginarlo. Buena gente, que no deja de trabajar en este, como en otros menesteres también necesarios.

Semana de los Mayores 2005



VIERNES. CLAUSURA DE LA SEMANA.

Llega lo tan esperado. Aparecen en escena, dos personas. Son las de mayor edad. No pudieron hablar por varios motivos. Ni falta que hacía. Sus vidas sencillas hablaban por ellos mis-

mos. La nobleza de aquél padre como de aquella madre, se hacía visible en su familia. Las dos familias, respectivas, eran numerosas. Hablan los hijos. Podías reconocer en ellos, la fiel transmisión de la vida de sus padres. En dos ocasiones, les forzaron a que hablaran del desastre ocurrido, hace ya casi 70 años. Y dijeron que no. Fue un gesto elocuente, bien ostensible, bien patente. Rechazaron con rotundidad hacer el menor comentario. Lo que importaba eran sus propias vidas, tan auténticas y tan honrosas.

Estuvieron muy por encima de cuantas palabras de alabanzas les dedicaran para realzarlos. Estos padres hicieron cuanto tenían que hacer, calladamente, a su debido tiempo, con toda naturalidad y sin pretensiones. Un gran testimonio de prudencia. Familias así se hacen querer.

Estamos en la sociedad de la abundancia, con escasez de valores, porque... todo vale.

CONCLUSIÓN

- " Las personas pasan, ninguna queda.
- " Los hechos siguen, hasta ser superados.
- " La actitud se transmite y perdura siempre.
- " Se puede vivir con alegría.

¿Quieres colaborar con Solera?

Si estás interesado o interesada en participar en esta revista, puedes ponerte en contacto con algún miembro de la Mesa Local del Mayor, o dirigirte a los Servicios Sociales Comunitarios, en la calle Concejal Antonio Sánchez Cuenca. Te atenderá (María José Díaz)
 Teléfono: 957609272 Fax: 957609273
 e-mail: es@imsc.aytopuentegenil.es

Esperamos tus artículos

Manuel Reina, poeta inmortal

Manuel Gómez Hidalgo

“Don Manuel Reina ha sido indudablemente el poeta lírico de su generación. Cuando Zorrilla y Campoamor se fueron a la otra orilla en busca de Espronceda y de Bécquer, la gente creyó en el reinado de Núñez de Arce. El rey era, entonces, don Manuel Reina. Parnasiano impecable, con la exaltación exterior de aquel Leopardi que tuvo una estrella en su joroba, fue nuestro Leconte de Lisle, corazón de mármol y rosas... en las silvas, dejó cosas no vistas antes en Castilla...” escribió Juan Ramón Jiménez y, ante opinión tan autorizada, no queda más que asentir.

Manuel Reina, pontano de *vida inquieta*, poeta musical de *andantes y alegros*, poeta colorista de *cromos y acuarelas*, poeta *pagano*, *cantor de estre-*

llas y de *rayos de sol*, cuidador del *jardín de los poetas*, que se llamaron Virgilio o Bécquer, Lord Byron, Goethe, Hugo o Garcilaso... político combativo, orador fogoso, promotor cultural y filántropo social... inventor y sostenedor de *La Diana*, “revista de política, literatura y ciencias”, desde la que salir en una “brillante aurora” a “combatir, en la medida de nuestras fuerzas, las nobles batallas de la esperanza”... escritor *desde el campo* de alabanzas de aldea y menosprecios de corte...

Puente Genil, en el centenario de su muerte, ha celebrado—durante un mes, del 3 de noviembre al 3 de diciembre— la vida de Manuel Reina: en el cuartel de *Los Profetas*, conferencias y mesas redondas sobre su vida y alrededores... en el instituto de enseñanza secundaria



que lleva su nombre, acercamientos críticos a su obra literaria... en el Casino Liceo Mercantil, exposición de algunos

«... inventor y sostenedor de *La Diana*, "revista de política, literatura y ciencias", desde la que salir en una "brillante aurora" a "combatir, en la medida de nuestras fuerzas, las nobles batallas de la esperanza" ...

de sus manuscritos, de sus libros, de revistas que acogen sus poemas, de retratos, de cartas recibidas, documentos y obje-

tos de su tiempo, y una noche fragante de frutos poéticos que siguen su estela... en la Casa de la Cultura, presentación pública de la edición facsimilar de *La Diana* (veinticuatro números en un primoroso volumen) y de su obra completa que con paciente rigor ha culminado Santiago Reina, el trabajo de una vida... en el Teatro Circo, voz a sus poemas, puesta en escena del *Dedal de Plata*, monólogo brillante, y en-

trañable recreación lírica de *Las Perlas del Jenil*... y en las calles, poemas facsímiles impresos-hermosas litografías modernistas - exhibidos, admirados, releídos en los *pics*... y un saludo y un brindis al busto que *El Fenómeno* esculpió para presidir el paseo junto al río... Un brindis en honor de Manuel Reina, bardo inmortal del Genil (es decir: que se hace inmortal cada vez que lo leemos).



Nostalgia

Antonio Melero
Revista Solera

Yo conocí mi pueblo hace algunos años, como cualquier hijo de vecino que haya nacido como yo en él.

Nací en el precioso barrio de la Estación, en el año 1929, aún no se había adoquinado lo que hoy se conoce como Avenida de la Estación. De aquella época en que yo empecé a mocear, queda la "Industria del Carmen".

Hubo también otra empresa importante "Foret", en esta empresa se tenía la costumbre de regalarle a los hijos de sus trabajadores en Reyes, los juguetes. Ese día, como no había coches, los niños pasaban camino del pueblo con los juguetes y en el barrio era como una fiesta.

Luego paso a contarle como era mi barrio, siempre hubo algo de "pique", los del pueblo con los de la estación.

En aquellos tiempos, y me refiero después del año 1939, ya pasada la guerra, este barrio tenía un auge muy moderno, pues casi todos los habitantes o casi el cincuenta por ciento

eran forasteros y claro el "glamur"..., era muy adelantado, tanto en moda como en comportamiento, o sea, se vivía a un nivel muy alto. Ser entonces ferroviario era de una importancia vital y se decía que ahí no había hambre.

A todo esto, teníamos un depósito de locomotoras, sobre unas cincuenta y se necesitaban unos 150 maquinistas y fogoneros para conducir las y otras 200 personas para su reparación en el taller. Se utilizaba el carbón como combustible, para que, por medio de su mecanismo con agua y este carbón, se producía el vapor que necesitaban sus cilindros para remolcar los trenes.

La ilusión de todos los niños era ser maquinista o fogonero. Pero generalmente, los hijos iban ocupando las plazas que dejaban sus padres y el mismo cometido.

Teníamos trenes que cubrían la línea de Linares, o sea, de Puente Genil hasta Linares-Zarzuela, unos 200 km., Lucena-Cabra-Martos-Torre del Campo- Torre don Jimeno y Jaén. Espeluy, que era el empalme o combinación para Madrid y Linares-Zarzuela. Para todo este movimiento se necesitaba mucho personal.



Estación de Puente Genil

Por todo esto, aquello era un hormiguero, por el ir y venir de trenes por esta estación, que era de las más importantes, pues no dejaban de pasar trenes de noche ni de día. Ya que se pasaba para Sevilla, Málaga, Granada y Algeciras.

Y había muchos que tenía su aquél, el "correillo de Linares", el correo de Córdoba, entre otros.

Pero lo que más nos llamaba la atención era el Expreso que pasaba a las 10:05 de la noche de Málaga a Madrid, con unos coches lujosísimos, donde se veían comer a los viajeros, era todo un espectáculo, un coche comedor precioso remolcado por una locomotora de gran modelo, ¡y no te digo lo importante que era formar pareja de la locomotora del Expres!, pues venían hasta gente del pueblo y se ponían en el andén igual que en una feria, ¡era todo un espectáculo!

Teníamos una verbena, que si te digo que era la mejor, ¿¡y yo qué voy a decir!?.

RENFE permitía que todos los servicios, sus talleres (con su personal y material) incluso la luz se tomara de su acometida. Éramos como una familia muy grande, cuyo padre fuese el Ferrocarril, pues a su sombra vivían unos célebre personajes, los de los bares, churrería, estanco, etc.

Todavía se puede recordar "Casa López", "Frasquito Paula", "Ríos", "Catalina Mora" y los que después los siguieron: "Peláez", "Maleante" y "Juan XXIII". Muchos de sus propietarios aún viven.

Nunca cerraban, estaban abiertos como refugios y por eso no cerraban, porque aquél barrio era una manifestación constante de personas que iban al tren de viajes. Como se puede recordar con alegría, aquél célebre Ferrobús, moderno para

ese tiempo y que cargado de personal, enfermos que iban a Córdoba, a un Hospital hoy derruido y que había en la Estación de Cercadilla, ya que aún no se había construido el Reina Sofía.

Este tren iba a las 7 de la mañana a Córdoba y volvía sobre las 3 de la tarde, hacía otra vez el trayecto hacia Córdoba y volvía a las 9 de la noche. Toda una comodidad que perdimos con los adelantos...

Ahora vivimos ilusionados con el AVE, con su Estación y en que tardaremos 20 minutos en llegar lo mismo a Córdoba que a Málaga o Granada. Y en proyecto a Algeciras, como continuación desde Fuengirola por la costa, Porque para los que fuimos de aquella época, aunque hoy pensionistas amantes hasta la médula y ferroviarios hasta la muerte, la mayoría de nuestros hijos siguen en él, ¡porque en él se criaron!

¿ Es grave la diabetes ?

Agustín Merino

Vocal de la Junta Directiva de Adisurc

No si se controla adecuadamente. La diabetes puede ser grave tanto por las repercusiones inmediatas de la enfermedad, como por las consecuencias que a medio y largo plazo tiene en el conjunto del organismo de la persona, esto es, las complicaciones que pueden aparecer. Estas hacen que cada vez se produzca un mayor deterioro de las funciones del organismo.

Una persona con diabetes debe cuidarse. Sin tratamiento apropiado puede causar daño al corazón, riñones, ojos y pies. Si no se controla, la diabetes puede producir graves deterioros a largo plazo.

Las complicaciones más importantes son: enfermedades oculares que pueden desembocar en ceguera, lesiones renales, lesiones nerviosas, enfermedad coronaria cardiaca, mala circulación sanguínea, daño del sistema nervioso, problemas de circulación y las infecciones pueden causar serias alteraciones en los pies. Porque la dia-

betes es un problema que puede afectarnos a todos, ricos o pobres, jóvenes o mayores.

Nuestro actual estilo de vida, más sedentario y caracterizado por unos hábitos alimenticios poco saludables, hace que la obesidad se instale en nuestra sociedad de forma alarmante a todas las edades, incluso entre los niños y los adolescentes.

El incremento a nivel global de la obesidad y de la diabetes tipo 2 en niños y adolescentes ha impulsado a la Federación Internacional de Diabetes a lanzar una petición para actuar urgentemente.

La Federación Internacional de la Diabetes advierte de que el mundo está encarando en la actualidad una epidemia gemela de obesidad y de diabetes tipo 2 en los jóvenes.

Hay que cuidar la diabetes, asegurarse que su nivel de glucemia es normal. Infórmese.

Vacaciones en Marbella

Angel Francisco Rey García
Presidente de Adisurc

Este año, gracias al convenio suscrito entre el Excmo. Ayuntamiento de Puente Genil y la asociación -ADISURC, hemos podido participar en el programa "Conoce tus costas", que todos los años pone en marcha, en nuestra comunidad, la consejería de Empleo de la Junta de Andalucía, y que está destinado a personas mayores, jubilados y pensionistas de Andalucía.

Durante seis días, concretamente del día 8 al 13 de noviembre del año en curso, nuestros mayores han podido disfrutar de unas maravillosas vacaciones en la Residencia de Tiempo Libre de Marbella.

La idea surgió en la última Asamblea General de socios de Adisurc, en donde se suscitó la posibilidad de, dado que la gran mayoría de los socios eran personas mayores, poder realizar algún tipo de actividades destinadas a ellos, en particular. De este modo, y estando atentos a todas las convocatorias que iban apareciendo, pudimos encontrar ésta, que era precisamente lo que buscábamos, puesto que nos permitiría realizar una actividad mixta,

donde pudiésemos compendiar actividades culturales, de ocio y de tipo educativo para salud con personas diabéticas.

En la programación, pensamos que de la misma forma que hacemos con nuestros niños en los campamentos, sería interesante que participasen personas diabéticas y no diabéticas, con el objetivo de que "todos" pudiesen comprobar que pueden desarrollar actividades en común, y sin ningún tipo de inconvenientes, salvo las pequeñas trabas que impone la diabetes, pero que son fácilmente subsanables con unos buenos conocimientos y habilidades sobre el manejo de la enfermedad.

Durante nuestra estancia contamos entre nosotros con el apoyo de una monitora voluntaria que estuvo llevando a cabo diferentes tareas de ayuda a las personas que lo requirieron. Entre estas labores estuvieron los controles de glucemia y de la tensión; ayuda a personas con dificultades de desplazamiento, etc.

El programa estuvo formado por actividades de tipo cultural, de ocio y educativas.

De este modo llevamos a cabo tres excursiones matinales, de tipo cultural a Gibraltar, a Ron-

da y a Mijas. Y de tipo ocio, por las tardes, estuvimos visitando distintos lugares atractivos para el recreo y esparcimiento, tales como Puerto Marina en Benalmádena; Puerto Banús en Marbella; Pueblo de Marbella y Paseo Marítimo de la Carihuela.

En cuanto al aspecto educativo se llevó a cabo mediante el bis a bis entre ellos mismos, departiendo y compartiendo vivencias propias de la enfermedad, siendo esto muy instructivo para todos.

En conclusión, podemos decir que este tipo de programas son muy agradables para todos, y que en esta ocasión han podido disfrutar muchísimo de todas las actividades que les hemos programado. Y en lo concreto sobre la diabetes, todos han podido comprobar que las personas diabéticas pueden desarrollar una vida plena, con la misma calidad que la de cualquier otra persona no diabética. Eso sí, sabiendo que el conocimiento sobre la enfermedad es primordial para poder hacerlo.

Para finalizar me gustaría agradecer profundamente la colaboración del Excmo. Ayuntamiento de Puente Genil y en concreto del Imsc por habernos permitido realizar ésta actividad, tan bonita y provechosa para nuestros mayores.

Esperamos poder contar con la misma en años sucesivos.

La cocina andaluza

Agustín Merino
Revista Solera

Ensalada Marinera "Cádiz"

Una lechuga - tres cucharadas de aceite fino - una cucharada de vinagre - una docena de langostinos cocidos - una docena de anchoas en conserva - sal.

Se corta la lechuga y bien lavada, se remueve una hora antes de comer con el aceite y en el momento de servirse se le incorpora el vinagre, la sal, las anchoas y los langostinos, se remueve bien y se sirve.

Refrán: "Ensalada y visita, poquita"

Sopa Serrana "Córdoba"

Un hueso de jamón - dos zanahorias - una cebolla - cuatro litros de agua - sal - arroz cocido - un huevo duro - 100 gramos de jamón serrano.

Se vierte el agua en la olla, el hueso, las zanahorias y las cebollas, se deja hervir hasta dejar reducir en casi un litro de agua o caldo, se sazona a gusto, se le añade el arroz cocido y un picadillo menudito de jamón serrano y huevo duro, se sirve caliente.

Refrán: "La sopa her vida alarga la vida".

Rabo de toro a la Cordobesa "Córdoba"

Medio kilo de rabo de toro - 150gr de cebollas - 6 dientes de ajo - medio kilo de zanahorias - medio kilo de tomates - unos granos de pimienta negra - una cucharada de pimentón - sal.

El rabo se corta en trozos y se rehoga en aceite y cuando estén a punto se pasan a una cacerola y en la misma sartén donde se reogaron, se prepara un fondo de cebolla, ajos, zanahorias, los tomates picados, el pimentón y la pimienta. Todo se rehoga y cuando esté a punto se le echa un poco de agua y se vuelcan en los rabos, teniendo en cuenta que estén cubiertos de caldo, se dejan hervir hasta que estén tiernos y queden en su salsa.

Refrán: "La carne de cochino pide vino"

Merluza de verano al horno "Córdoba"

Una merluza de un kilo o más. Se le quita la raspa, se le rocía con sal fina, limón y pimienta blanca. Aparte, a unos pimientos verdes, se les quita el corazón, se sazonan y se fríen, se colocan en una fuente de horno, encima se coloca la merluza cruda, se fríen ajos cortaditos a ruedas y cebolla muy picada y se le echa a la merluza por encima, después se pone otra capa de pimientos fritos y se le cuele el aceite de los mismos vertiéndoselo por encima y se mete diez minutos al horno a 200 para que se cueza y se sirve.

Refrán: "De la mar el salmón y de la tierra el jamón"

Castañas Pilongas en dulce "Córdoba"

Un kilo de castañas pilongas, un litro de agua, una cucharada de miel de abeja, cuarto kilo de azúcar, dos trozos de canela en astilla, una cucharada de matalahúga, 125gr de arroz, tres cucharadas de aceite.

Hay que tener en agua caliente las castañas 15 minutos, déjese reposar y limpiar bien, después póngase en una olla para cocerlas con el litro de agua, desahume el aceite friéndole un trozo de pan o limón, viértalo en el agua, al arrancar a hervir, echo todos los ingredientes, primero las castañas. Deje hervir y pruebe de azúcar, antes de que estén tiernas eche el arroz, vea si es necesario más agua, que queden jugosas y caldositas.

Un recuerdo entrañable para Manuel Morales Gil

El pasado 3 de septiembre murió Manuel Morales Gil buen amigo, buen compañero y buena persona para todo el que lo conoció.

La familia Morales Agudo, quiere agradecer a nuestro Alcalde y a la Corporación Municipal que preside, a la Dirección y Junta de Gobierno del Centro de Día de Mayores, a la Concejalía del Mayor y a familiares y amigos las muestras de cariño y condolencia por la muerte Manuel, esposo que fue de Felisa Agudo, colaboradora de esta revista, de cuyos lectores esperamos un recuerdo para Manuel y una oración para su alma.

Descansa en Paz, Manuel.

Siempre te tendremos presente.

La vida hace años

área de aldea

Encarna Berral
Revista Solera

Hace años, la vida era muy diferente a como es ahora, las costumbres y sobretodo, los recursos eran muy escasos. Yo me crié en una aldea, la Ribera Baja. Mi vida allí fue muy bonita, a pesar de no tener las cosas que hoy día se suelen tener en las casas, pero la vida, aunque sencilla, tenía mucha calidad humana.

Los vecinos nos reuníamos cuando hacíamos "las mantanzas", aquello era como una fiesta mientras preparábamos todo. Cuando llegaba la Navidad, hacíamos pestiños y todos los dulces que se suelen comer en esas fechas, también era un motivo para reunirse y compartir momentos que hacían la convivencia más bonita y a la vez, éramos todos como familia aunque sólo fuésemos vecinos.

La niñez en aquellos años fue especial, cualquier cosa nos hacía ilusión por muy simple que fuera. Mi primera muñeca fue

de trapo, hecha por mi madre. No teníamos apenas juguetes, pero jugábamos mucho a "la comba", el "pilla-pilla", a la "rueda", etc., y sobretodo hacíamos muchas travesuras. Nos criábamos con nuestros abuelos mientras nuestros padres trabajaban en el campo. Nuestros abuelos eran muy importantes y especiales para nosotros.

Para lavar la ropa, las mujeres íbamos al río, los jabones para lavar se hacían en las casas. Para quitar las manchas más resistentes, se enjabonaba la ropa y se ponía al sol y así, sin usar lejía, porque por entonces eso no existía, la ropa quedaba muy blanca y muy limpia, con un olor muy bueno.

Nuestro medio de transporte era andar, por entonces se andaba mucho, o se iba en burros y carros, era muy raro ver un coche, parece mentira que ahora haya tantos.

Mi vida fue así hace años, con menos cosas materiales, pero mereció la pena vivirla.

Más vale tarde

Antonio Balaguer Rodríguez
Revista Solera

Más vale tarde que nunca, dice un refrán, y ya era hora de que se acuerden las distintas Administraciones que nos gobiernan de Puente Genil; hacía décadas que nuestro pueblo estaba siendo relegado por no se sabe qué peregrina causa.

A veces, uno piensa que quizás sea, que estos prohombres repartan sus “dádivas” por orden alfabético y claro como la P de La Puente está al final del abecedario, pues eso, que nos han dejado para los últimos, yo lo siento por Zuheros, pero en fin, que le echen paciencia como nosotros.

Bien, además yo creo que este resurgir de la Villa, nos ha llegado en el mejor momento: tenemos la juventud mejor preparada, el pueblo en plena expansión constructora y con los deberes que se les pide a un pueblo que aspira a ser locomotora de la comarca, casi hechos, y además gozamos de democracia, con un sistema político consolidado.

A esto, yo sé que algunos no le darán importancia, pero pueden creerme, la tiene y mucha; nosotros los mayores, que

no tuvimos ocasión de luchar por nuestro pueblo debido a un sin fin de circunstancias, sólo pedimos a nuestros jóvenes que no dejen escapar este tren.

El tren del progreso, pasó por nuestro pueblo, recién estrenado el 1900, y ya lo ven, ha tardado un siglo en acordarse de que existe esta estación, por esto, es tan importante que todos tomemos conciencia del momento tan crucial que está viviendo Puente Genil.

Todos los que queremos lo mejor para nuestro pueblo hemos de animar a los más tibios y aunemos esfuerzos para que de una vez por todas veamos a nuestro pueblo en el lugar que le corresponde.

Ese sería el mejor regalo que nuestros jóvenes pueden hacerle a todos esos pontanos que hoy peinan canas y que quizás hayan tenido que vivir la época más gris de Puente Genil, pero que hoy son felices porque se barruntan que aunque sea un poco tarde, por fin pueden ser testigos de cómo de nuevo, remonta el vuelo este trozo de Andalucía al que tanto queremos.

opinión

mis-celáneas

Agustín Merino, Antonio Melero
Rueda y Loli Núñez López
Revista Solera

>Un hombre lloraba y su mujer le observaba y terminó diciéndole no llores más, tú no tienes culpa de que la viagra estuviera caducada.

> Un hombre llega a la oficina de alistamiento militar y dice: "Vengo a alistarme para soldado", el oficial le dice "Usted no puede ser soldado tiene una edad muy avanzada" y contesta, "bueno alísteme de comandante".

> Un joven llega a la oficina de reclutamiento y el capitán le pregunta: "¿Usted qué alega para no ser inscrito?", el joven contesta: "Que soy gordo". Y el capitán le dice: "Tire una moneda de 10 duros al suelo" Y el joven contesta: "Ni que tire veinte, soy gordo".

> Antes, los médicos para utilizar los rayos X le hacían a los pacientes quitar la camisa. Hoy los introducen en rayos X vestidos y estando el médico observando al paciente, se queda parado y el paciente le dice, "doctor, ¿ha visto usted algo extraño", este le dice "Sí, que la visita vale cinco mil pesetas y usted sólo tiene en la cartera mil"

ADIVINANZAS

>Yo soy aquel que nació para ser acuchillado.Soy sin estudios letrado y de aromático

olor. El que quiera saber una cosa de mi nombre, está en San Bartolomé.

>Un árbol que Dios creó, de los cielos a la tierra. Si no lo cortan de chico, de macho se vuelve hembra.

>Pingo-pingo, está colgando, mango, mango, está mirando. Si pingo-pingo cayera, mango-mango se lo comiera.

>¿Qué es, qué es, del tamaño de una nuez, sube la cuesta y no tiene pies?

>En el campo se cría y con el calor me agacho. Si se tardan en cogerme, de hembra me vuelvo macho.

>En el campo me crié, chiquita y avergonzada. Y me alzaron los harapos, por ver si estaba preñada.

REFRANES

>«Amigos reconciliados, pasteles recalentados».

>«El arroz, el pez y el pepino, nacen en agua y mueren en vino».

>«Una espina de besugo, puede ser tu verdugo».

«De las ranas y las feas, las piernas».

«El cabrito de un mes, el cordero de tres».

DE CHINOS

>Diez mil chinos iban montados en un "vespino". Llega otro: ¿me lleváis?. ¡No, que nos podrían multar!

>Diez mil chinos estaban jugando a balonmano en una cabina telefónica. Se marca un gol. Entonces va el portero y dice: ¡Claro! ¡Me dejáis solo!.

>Diez mil chinos caminaban por un desierto. Uno se adelante colocándose el primero. Los otros

le gritan: ¡Tú, atrás, que levantas polvo!

>Diez mil chinos hacían "pis" en un barranco, llega otro y también se pone a hacerlo. ¡En, tú que salpicas!.

>Un cura predicaba: ... Y Jesucristo fue en avión de Jerusalén a Galilea. Padre, si en aquella época no había aviones.

¿No?, pues... ¿dónde he oído yo que Poncio era piloto?

VILLANCICOS

María es la barca de plata.

San José los remos y

El niño el timón

Y el Espíritu Santo es

El guía que lleva la navegación

En el cielo se alquilan balcones

Para un casamiento

Que se va a hacer

Que se casa la Virgen María

Con el Patriarca

Señor San José

Es María la caña del trigo

San José, la espiga.

Y el niño, es la flor

Y el Espíritu Santo

Es el grano, que está allí

"Metío" por la Gracia de Dios.

En lo alto del Monte Calvario,

Hay una bandera, blanca y

"colorá"

El que quiera apuntarse a ella,

Jesús Nazareno es su capitán

A las doce de la noche,

Llego San José a un mesón

Mesonera, ¿hay posada?

No venimos más que dos

No venimos más que dos

El mesonero responde con voz alterada:

Para ningún vagabundo

Hay en mi mesón posada

Hay en mi mesón posada

Luego te arrepentirás

De no haberme recogido

Cuando oigas las voces

De que el Niño de Dios

Ha nacido (repetido)