Volando

Febrero 2017

Numero 219

ASOCIACION DE JUBILADOS Y PENSIONISTAS DE C.E.C.A.

Jubiceca

Volando

SUMARIO

1 - Vista parcial del edificio del antiguo Ayuntamiento y calle Mayor
2 - Sumario
3 - Editorial
4 - Junta Directiva y enlaces
5 - Noticias de la Asociación
6 - Visita Cultural
7 - Cine
8 - Senderismo
9 - Teatro
10 - Viaje
12 - Cumpleaños
13 - Pensiones
14 - Fotografía
16 - Gastronomía
18 - Salud y nutrición
20 - Opera
22 - Neuronilla feliz
23 - Pasatiempos
24 - Senderismo Noviembre y Diciembre 2016.

Jubiceca en ningún momento asume, ni se responsabiliza, de las opiniones expresadas en las páginas del “Volando” por las personas que colaboran en la edición de este boletín.

EDITORIAL:

Estrenamos un nuevo año con el compromiso adquirido de llevar a cabo y cumplir con los retos que nos hemos propuesto y que ya hemos manifestado en anteriores comunicados.

En otro orden de cosas, la Federación Española de Jubilados de Cajas de Ahorros en su Asamblea General Extraordinaria del pasado mes de Mayo, constituyo una nueva Junta Directiva, por terminación de mandato de la anterior, resultando ser elegido para presidir la misma D. Ángel Begueria Franca, actual Presidente de la Asociación de Jubilados de IBERCAJA al que le felicitamos desde esta página, deseándole los mejores éxitos en su nueva función que estamos seguros de que así será. Con este nombramiento se abre un nuevo periodo en la Federación cuyos objetivos principales son la de conseguir una mayor participación de las distintas Asociaciones españolas y dar un nuevo giro y cambios que tiene en cartera el nuevo Presidente y su nuevo equipo, al que apoyamos en todos sus aspectos y que daré a conocer según se vayan produciendo.

En cuanto a la Agrupación Europea de Jubilados de Cajas de Ahorros Europeas y Entidades Financieras, también se plantean el mismo tipo de objetivos señalados por la Federación.

Estos planes en común se están desarrollando muy positivamente, con un nuevo impulso, reforzado con la entrevista que mantuvieron en Madrid, el Presidente de la Agrupación, D. Cándido Vintem y D. Ángel Begueria Franca, Presidente de la Federación, cuyo resultado fue un compromiso verbal por ambas partes de máxima colaboración en los temas que conciernen a ambas Instituciones y que continuarán próximamente.

Por lo expuesto este nuevo año puede ser muy positivo para nuestros colectivos de jubilados en todos los niveles, español y europeo resultados que veremos muy pronto.

Quiero recordar la posibilidad que nos ofrece la Agrupación Europea de participar en el próximo Euroencuentro que se celebrará en Oporto a finales del mes de Mayo y primeros días de Junio del que informamos ampliamente en nuestro Volando del mes de Diciembre.

Este acontecimiento es único para conocer y contactar con los jubilados, portugueses, franceses, italianos, alemanes, ingleses y por supuesto españoles lo que resulta siempre una experiencia muy positiva.

Por otra parte, quiero resaltar que es muy importante el que nosotros los JUBICECOS, hagamos conocer a todos los compañeros jubilados y prejubilados, que hoy no están en nuestra Asociación, la gran ventaja de que se unan a nuestro colectivo para poder disfrutar de todas las actividades que ofrecemos. Para hacerse socio, los trámites son muy sencillos: basta enviar un correo electrónico a: organizacion.jubiceca@gmail.com o a cualquier otro vocal, cuyas direcciones de e-mail podéis encontrarlas en nuestra revista Volando (página 4) y que podemos facilitar a quien nos lo solicite.

Se han reanudado ya todas las actividades en nuestra nueva sede de Antonio de Cabezón y tengo que manifestar mi agradecimiento a toda la Junta Directiva y Colaboradores por el esfuerzo extra que han aportado para conseguir que el cambio haya resultado muy positivo, sin olvidar todas las facilidades que nos ha brindado, como siempre, la Presidencia, Dirección General y el Departamento de Recursos Humanos de CECABANK.

Por último, quiero comentaros que hemos puesto en marcha, las monografías (que contienen agrupados por temas, los artículos que se han ido publicando en Volando). En la sección “Noticias de la Asociación”, en la página 5 de esta revista, podéis encontrar una nota sobre este tema.

El Presidente

Antonio J. González Díez

MOVIMIENTO DE SOCIOS.

Durante este periodo de tiempo se ha producido el alta siguiente:

Con el núm. 471 - José María Hernández Camisón,
a quien le damos nuestra más cordial bienvenida.

NECROLÓGICAS.

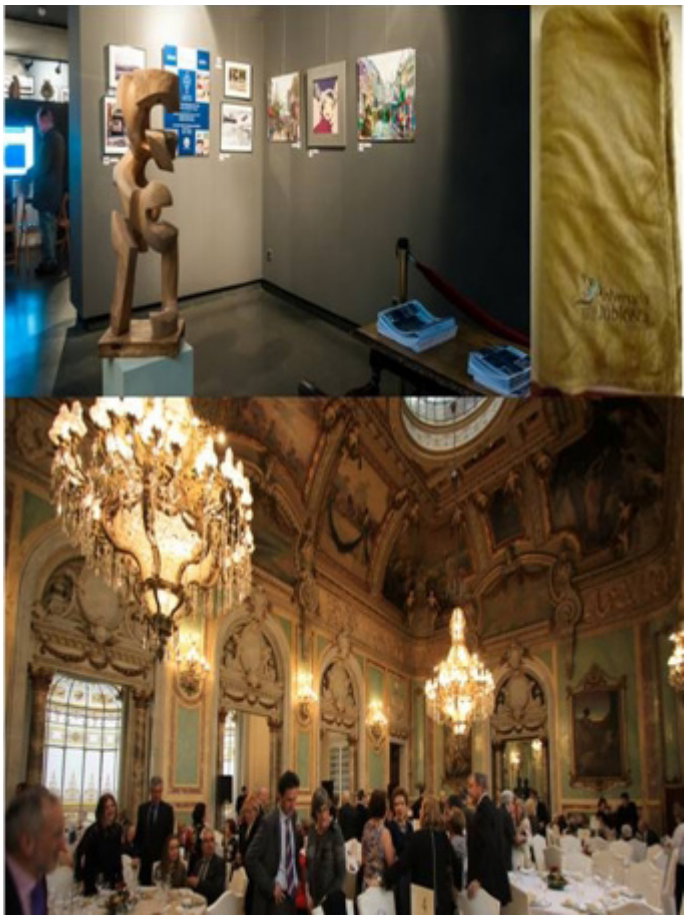
Durante este mes, se ha conocido el fallecimiento de: **Francisco García Sánchez**, socio de esta Asociación.
A sus familiares les expresamos nuestro más sentido pésame, y lamentamos profundamente su pérdida.

MONOGRAFÍA

La Junta de Jubiceca ha decidido, para conmemorar los 25 años de la Asociación, publicar una serie de Monografías, recopilando los artículos escritos por los distintos colaboradores de la revista Volando.
La primera que se ha decidido publicar es la denominada "La Música de Nuestras Vidas" donde se recogen los artículos publicados en la revista Volando desde abril de 2004 a febrero de 2007 por José Manuel Rodríguez Alarcón, relacionados con la Música Popular (Pop y Rock) de los años 50, 60 y 70 fundamentalmente. Para ello se ha creado un nuevo apartado dentro de la página web de Jubiceca denominado "Música Popular" en donde, además de poderse leer, imprimir o descargar en formato PDF la citada monografía, se ofrece la posibilidad de oír las canciones incluidas en dichos artículos y ver a sus intérpretes en diferentes vídeos. En la parte central de esta página se puede leer la monografía y pinchando en las fotos de cada intérprete que aparecen en los márgenes, se pueden escuchar y ver algunas de sus canciones más representativas. De momento se han incluido las canciones correspondientes a los cinco primeros capítulos de dicha monografía. En las próximas semanas se irán incluyendo las canciones correspondientes al resto de los capítulos de la monografía.
Si alguien está interesado en recibir esta monografía en papel, debe solicitarlo a publicaciones.jubiceca@gmail.com, o por teléfono al vocal de Publicaciones o a cualquier otro vocal. Una vez imprimida se procederá a remitirla al peticionario por correo.
Esperamos que esta iniciativa sea de vuestro agrado.

RECOPILACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DEL 25 ANIVERSARIO

Próximamente se van a recopilar en un soporte magnético las actividades que la Asociación ha llevado a cabo con motivo de la celebración de su 25 Aniversario.
Este soporte magnético será enviado gratuitamente a todos los Asociados para que puedan tener un buen recuerdo gráfico de todas las actividades y acciones realizadas con motivo de este Aniversario.
La realización de esta recopilación será coordinada por la misma Comisión que se ha encargado de realizar los actos de este Aniversario, es decir, Antonio J. González Díez, Juan Manuel Blanco Serrano, José Antonio Ugena, José Manuel Lozano, Carlos de Blas Alegre y Manuel Sousa López. También intervendrán en la misma, los restantes miembros de la Junta de Jubiceca



INSCRIPCIÓN AL VIAJE A LAS JOYAS DE FLANDES

Recordaros que todavía estáis a tiempo de apuntaros al viaje "A las joyas de Flandes" que tendrá lugar del 13 al 18 del mes de Mayo de 2017, (más información sobre el viaje en los Volados 217 y 218)

CULTURAL-GASTRONÓMICA

Miércoles, 15 de Febrero de 2017

Ruta XII
(AMIGOS DE MADRID DE JUBICECA)

LA CECA Y SUS ALREDEDORES

Esta vez vamos a realizar una ruta un tanto insólita recorriendo los alrededores de la que fue nuestra empresa "la CECA", que, a pesar o quizá por su cercanía, muchos de nosotros, desconocemos en sus monumentos e historias.
Visitaremos ***la Iglesia de la Concepción Real de Calatrava***, conocida por todos nosotros por "las Calatravas", así como el ***Oratorio del Caballero de Gracia***
Pasearemos a través de las calles de Alcalá, Peligros, Caballero de Gracia, Clavel y Reina, relatando sus historias y leyendas.
Terminaremos nuestro paseo celebrando la **XVI Jornada Gastronómica** comiendo en el típico y famoso ***restaurante "LA BARRACA",*** en la calle de la Reina, donde la familia Solís nos ha preparado el siguiente:

Menú

Buñuelos de Bacalao
Tortilla Española

Arroz a la madrileña (al horno con cocido) y Paella mixta

Tarta de chocolate

Agua, cerveza, refrescos, vinos de la casa y café e infusiones

Inscripciones:
A partir del 6 de febrero, hasta cubrir las 40 plazas previstas. Mediante solicitud a: culturales.jubiceca@gmail.com. Tfno.: 646864168 (Alberto Eguílaz)

Precio:
30 euros por afiliado (40 euros los invitados, en caso de quedar plazas)

Lugar de encuentro:
Día 15 de febrero
Hora: 12 h. En la puerta de la Iglesia de las Calatravas (metro Sevilla)

CINE

Miércoles, 8 de Febrero de 2017

TERTULIA CINEMATOGRÁFICA

Agraciados:

Jose María Neira Muñoz
Carlos Pérez Ventura
Maximiliano Dueñas Delgado
Teresa Rodríguez Covarrubias
Jose María Sánchez García
Manuel Sousa López

Os recordamos que corresponden dos localidades por cada socio y que, días antes de la fecha indicada, se os comunicará a cada uno el cine, la película y la hora del encuentro.

Los participantes que cuatro días antes de la fecha indicada, no hayan confirmado su disponibilidad de poder asistir, entendemos que no pueden y se llamará a los siguientes de la lista.

Las confirmaciones ruego se hagan preferentemente vía correo electrónico a: cine.jubiceca@gmail.com o en el teléfono 629 663 085

TERTULIA ANTERIOR.

El fotograma corresponde a la película que 10 compañeros vimos en el cine Acteón, el 11 de Enero. Su título es "**Silencio**", y puede considerarse otra gran película del director Martin Scorsese (Toro Salvaje, Malas Calles, La última tentación de Cristo……)

La tertulia cañera, como de costumbre, fue muy animada y todos coincidimos en que a pesar de las 2 h. 39 min. de duración, y de la dureza y complejidad de la misma, la seguimos con mucha atención, aportando cada uno nuestro punto de vista.

SENDERISMO:

Lunes, 27 de febrero de 2017

LA LAGUNA DEL CAMPILLO

Situada entre Rivas y Arganda, en el Parque Regional del Sureste, parece nutrirse del Jarama, que la bordea, pero en realidad es una laguna artificial, ahora convertida en humedal. Originada por la extracción de yeso y áridos en las décadas de los 60 y 70 del siglo pasado, que al alcanzar la capa freática, quedó inundada. Tiene una profundidad media de 6 metros y en algunos puntos llega a alcanzar los 20.

Durante la marcha veremos paisajes excepcionales, como los cantiles del Jarama de cerca y los de la Marañosa al fondo, así como muchas y grandes lagunas artificiales hacia la desembocadura del Manzanares. Para que os hagáis una idea de la fauna que habita en la Laguna, La Consejería de Medio Ambiente de la Comunidad de Madrid tiene censadas 155 especies, sólo de aves, amén de peces como barbos, percas y carpas, invertebrados acuáticos, galápagos, culebra viperina, conejos, ranas, cangrejo rojo, gallipato, etc. De la flora hay al menos 26 tipos de árboles, arbustos y plantas de ribera.

El recorrido, prácticamente llano al principio, tiene algunas pendientes hacia el final, estando las altitudes extremas entre los 530 y 630 metros sobre el nivel del mar, para caminar una distancia de **8 kilómetros, de dificultad baja-media**.

Punto de encuentro: A las **10:00 horas**, en la Plaza del Conde Casal, junto a la puerta del Hotel Claridge.

Recomendaciones: Ropa y calzado cómodos, acordes a la climatología prevista. No es necesario llevar bastón y el avituallamiento a discreción.

Regreso: Abierto, a partir de las 14:00 horas. Hay **autobuses y metro frecuentes hacia Madrid.**

Opciones: Los que lo deseemos, podemos quedarnos a comer un menú del día por la zona. *Después de comer, aquellos que queramos andar más, si el tiempo y las circunstancias lo permiten, podemos hacer un nuevo recorrido.*

Más información: Llamando a José Ramón Alonso al teléfono: ***656 301 036*** *(también WhatsApp) o al correo-e:* ***senderismo.jubiceca@gmail.com***

Cualquier cambio o modificación se indicará en la sección de Senderismo en la página web de JUBICECA, en "Próxima salida".

Nota importante. Esta actividad **no necesita inscripción previa**. *Si eres* ***nuevo senderista****, es recomendable llamar uno o dos días antes a los teléfonos indicados para confirmar posibles cambios o anulación, ya que desde que se programa la actividad hasta su realización, transcurre mucho tiempo.* ***A los habituales, vía correo-e,*** *también se les informa de cualquier modificación, así como de las previsiones meteorológicas con 48 horas de antelación.*

TEATRO:

Jueves, 23 de febrero de 2017

20:00 horas

TEATRO FIGARO

(Dr. Cortezo, 5)

"LA MADRE QUE ME PARIO"

Agraciados:

Román Martín Martín
José Manuel Lozano Agudo
Enrique Gil Cerracin
María Dolores de la Fuente González
Mª del Pilar Esteras Tejedor
Francisco Soto Esmeralda
Emiliano Rodríguez Salinas
Mercedes Blanco Roldán
Fernando Soteras Bergua
Luis Miguel Hergueta García
Mª Isabel Cortina Nieto
José Luis Retana Biencinto
Enrique Boyano Redondo
Ana de Andrés Viñas
Claudio Hernández Sánchez
Juan Vicente Tello Calvo
Mª Pilar Torrecilla Miguel
Mª Rosa Díez Velayos
Juan Vicente Sánchez Andrés
Manuel Sousa López
Francisco Javier Santos Nieto
Ignacio Fernández-Jardón Martínez
Leonardo González Fernández
José Manuel Rodríguez Alarcón
José Luis Hernández Rosanes
Alfredo San Andrés Yelamos
Manuel Andujar Augustín
Baldomero Castilla Roldán
Ignacio Martín Carbajal
Jenaro Hortal Oruña
Joaquín Pavón Morales
José Ramón Alonso Álvarez
Luis Casado González
Pedro Pelayo Benito
Carlos Varela Gómez
Daniel Esteban Fernández
José Luis Esteban Fernández
Justo Bravo García
Carlos Pérez Ventura
Antonio Álvarez Fuertes
José Antonio Ugena Díaz
Santiago Hermosa Bonilla
Nieves Gualix Ávila
Arístides Herrera Gutíerrez
Mª Olvido Fernández Rodríguez
Francisco Mata Rodriguez
José María Izaga Usallán
Isabel Pérez Pérez
Mercedes Fernández Sánchez-Migallón
Pedro Javier Marín Marina

NOTA: Recoger entradas desde el día 6 hasta el 20 de Febrero de 2017 en la garita exterior de vigilancia de Caballero de Gracia, 28. Preguntar por Félix Horcajo. El horario de retirada de las entradas será de 10,00 hasta las 13,00 horas.

En caso de no poder acudir a la representación, se ruega se pongan en contacto con José Luis Alcaide Hervás, en el teléfono 917 981 359.

En las anulaciones que se produzcan en los dos días anteriores a la representación, o cuando no se retiren las entradas, se cargará el importe de las mismas en la cuenta corriente del socio.

VIAJE:

Martes 21 de Febrero de 2017

GUADALAJARA: HISTORIA DE LA CIUDAD

Habitualmente la ciudad de Guadalajara queda a la sombra de las ciudades monumentales como puedan ser Segovia, Ávila o Toledo, ¿pero quién puede decir que conoce Guadalajara? Escondida tras la ciudad moderna, descubriremos todo el patrimonio histórico-artístico que aún pervive en ella.

Si nos remontamos a sus orígenes, una población celtíbera, "Arriaca", se asentó en este territorio; lo que luego, sería "Wad al-Hayara" de época musulmana. En el año 1085, "Wad al-Hayara" pasó a formar parte del Reino de Castilla de la mano del rey Alfonso VI. El Medievo estuvo presidido por la convivencia de las tres culturas cristiana, judía y musulmana, que aún están latentes en sus edificaciones, ejemplo de ello, son los monumentos mudéjares que descubriremos a lo largo del día, tal como la

Iglesia de Santiago, antiguo convento de Santa Clara del s. XIV o la Con-catedral de Santa María La Mayor, dos hermosas construcciones mudéjares.

¿Sabían que fue la sede oficial de la gran familia de los Mendoza? Con la consolidación de la Casa del Infantado de la mano de los Mendoza, la ciudad se convirtió en una verdadera corte del Renacimiento, proliferaron en este tiempo las casas nobiliarias blasonadas y capillas como la de Luis de Lucena de estilo manierista y en la que nos deleitaremos con los frescos que Cincinatipintó en su interior. Con la Ilustración, la ciudad alcarreña vivió su mayor auge económico al hilo de la llegada de la Real Fábrica de Paño. Este esplendor se acabaría rápidamente con el advenimiento de las tropas de Napoleón en el s.XIX.

Si por algo destacó económicamente Guadalajara a finales del s.XIX, fue por albergar la sede del Servicio de Aerostación Militar. El perfil industrial siguió creciendo puesto que en 1917 pasó a ser la sede de "La Hispano S.A", la famosa fábrica de Automóviles y Material de Guerra. Evidentemente, este sector se vería truncado por la Guerra Civil e industrialmente, la ciudad no se recuperaría hasta finales del pasado

siglo. ¡Ven a descubrir a la gran desconocida!
Entre las joyas artísticas que visitaremos se encuentran:

Por la mañana:

- Palacio del duque del Infantado, residencia de los Mendoza desde el siglo XV
- Iglesia de Santiago. Antiguo convento de Santa Clara del S.XIV de estilo mudéjar.
- Convento de la Piedad. Situado en el que fue casa de Antonio de Mendoza, segundo palacio renacentista construido fuera de Italia
- Plaza Mayor y Ayuntamiento
- Palacio de la Cotilla. Visitaremos su salón oriental, decorado con papel de arroz pintado del XIX.
- Capilla de Luis de Lucena. Capilla manierista con frescos de Cincinato.
- Con-catedral de Santa María de la Mayor. Edificio mudéjar del XIV

Después de almorzar:

- Iglesia del monasterio de San Francisco y cripta ducal de los Mendoza, copia de la del panteón real de San Lorenzo de El Escorial.
- Panteón de la duquesa de Sevillano o Condesa de la Vega del Pozo. Joya del eclecticismo español de finales del XIX.
- Parque de la Concordia. Futuro jardín histórico en el corazón de la ciudad.

¡UN DÍA MUY COMPLETO!

Desglose de la Actividad:

Salida desde Madrid a las 9.00 (Calle Julio Camba 1, junto a la Plaza de Toros de las Ventas).
10,00 h. Inicio de las visitas y recorridos turísticos.
14,00 – 14.30 h., parada para el almuerzo

(a elegir uno de los dos menús)

Menú 1
Ensalada de Tomate y Mozzarela
Bacalao en salsa de mariscos
Lasagna de setas con bechamel de frutos secos
Vasito de yogur a la Menta
Vinos de la D.O.C. Rioja y D.O. Rueda
Agua y Pan – Café

Menú 2
Coca crujiente de Hojaldre y Atún
Arroz Negro con Sepia y Chipirón
Solomillo Ibérico con salsa de Setas
Mini Brazo de Gitano de Yema
Vinos de la D.O.C. Rioja y D.O. Rueda
Agua y Pan – Café

Continuación de los recorridos turísticos tras el almuerzo.

Salida desde Guadalajara a las 18.30/19 h.

Inscripciones:

Del 9 al 14 de Febrero.
Se realizarán preferentemente por correo electrónico (excursiones.jubiceca@gmail.com o por teléfono: 629 663 085, indicando nombre y dos apellidos y menú elegido.

A todos se les comunicará reserva de plaza.

Precio afiliados: 45 Euros,
(invitados): 60 Euros

Nota importante: Cuando algún asociado anule su participación en los viajes anunciados, debe tener en cuenta que los gastos ocasionados por su renuncia, les serán repercutidos, con cargo en cuenta.

CURIOSIDADES ... Y MUCHAS FELICIDADES

por José Ramón Alonso

En 1982, las provincias de Oviedo y Santander se convirtieron en las Comunidades Autónomas uniprovinciales de Asturias y Cantabria, respectivamente. Sucedió un uno de febrero, día en que JOSÉ LUIS RUIZ BENITO, JOSE MIRANDA VECILLA, ANTONIO AGUDO GÓMEZ y MARIANO AGUDO GÓMEZ vinieron al mundo.

El 2 de febrero de 1536 en el Río de la Plata, Pedro de Mendoza fundó el puerto de Nuestra Señora María del Buen Aire, en donde hoy se encuentra la capital Argentina. Más de cuatro siglos después nació FRANCISCO RAFAEL FERNANDEZ BUDÍA.

En 2006, un cuarto día de febrero, se inauguró la terminal cuarta del aeropuerto de Barajas, que aumentaba su capacidad hasta los setenta millones de pasajeros al año. Algunos años antes nacieron GERMÁN MARÍN VERA y JOSÉ LUIS JUNCOSA MARTORELL.

El 8 de febrero de 1952, Isabel II de Inglaterra fue proclamada reina. El mismo día, con un poco más de antigüedad, es persona JUAN FERNÁNDEZ SÁNCHEZ.

Un once nació DANIEL ESTEBAN FERNÁNDEZ. El mismo día de 1606, la Corte de Felipe III se trasladó de Valladolid a Madrid.

El día 15, brotó JOSÉ LUIS RETANA BIENCINTO. En 1971, en el Reino Unido entró en vigor el sistema decimal.

ALEJANDRO TENORIO LABAT y CARLOS VARELA GOMEZ, nacieron el 17. En 1968 en las escuelas públicas de San Sebastián se autoriza la enseñanza de la lengua vasca.

Del 20 de febrero tenemos a SIRIO ROSADO PINEDA, IGNACIO MARTIN CARBAJAL y MARIA OLVIDO FERNÁDEZ RODRIGUEZ. La representación numérica de las 20 horas y dos minutos de ese día de 2002 configura un curioso palíndromo de doce cifras: 20:02.20.02.2002, que no se producía desde 470 años antes (23:51.21.12.1532) y no volverá a repetirse hasta pasados 95 años (21:12.21.12.2112). Esperemos que el Volando de la época dé cuenta de ello.

El 22 de febrero de 1900 Estados Unidos toma el archipiélago de Hawai y mucho después nació LUIS GONZALO MARTÍNEZ QUESADA.

El Consejo de Ministros del 24/02/1989 aprueba la plena incorporación de la mujer a todas las armas, cuerpos y escalas de las Fuerzas Armadas, aunque no tiene obligación de cumplir el servicio militar. Años antes nació JOAQUÍN PAVÓN MORALES.

El 25 de febrero de 1983 se aprobaron por Ley Orgánica los Estatutos de Autonomía de Baleares, Castilla y León, Extremadura y Madrid. Comparten aniversario ese día, ENCARNITA GARCÍA DÍEZ, JOSÉ LUIS CRUZ SALANUEVA, CARLOS FRANCISCO ÁLVAREZ VELA, ÁNGEL LÓPEZ MARTÍNEZ y JOSÉ ANTONIO OLAVARRIETA ARCOS.

Un 26, es la onomástica de MAXIMILIANO DUEÑAS DELGADO. El mismo día de 1498 en Alcalá de Henares, el cardenal Cisneros colocó la primera piedra de la Universidad Complutense.

El 28 de febrero de 2002 La peseta, deja de ser de curso legal. Años atrás, nacieron VICENTE ALCARAZ PERALES y FRANCISCO CRESPO GARCÍA

El **29 de febrero** de 1940 la película Lo que el viento se llevó, obtuvo ocho premios Óscar. Bisiestos después JULIÁN GALLEGO MARTÍN, habitó entre nosotros.

¡¡¡ ***Feliz cumpleaños a todos !!!***

PENSIONES:

por Alfredo San Andrés Yélamos

ACTUALIZACIÓN DEL COMPLEMENTO DE PENSIONES CON CARGO AL FONDO DE PENSIONES DE CECA.

Como continuación a mi escrito del pasado mes siento comunicaros que la actualización del complemento de pensiones que debía producirse ya en la percepción del mes de enero no va a ser posible por las razones que brevemente os comento.

La Comisión de Control del Fondo de Pensiones en la que se iba a tratar entre otros temas de la actualización de las pensiones, y prevista en un principio para el día 21 de diciembre de 2016, se suspendió ante la imposibilidad de asistencia del Secretario de la Comisión de Control debido a su baja laboral por enfermedad, posponiéndose la misma para su celebración en el mes de enero.

Dicho representante de la CECA en la Comisión de Control sigue de baja a la fecha de redacción de esta nota y no obstante, ante la petición por nuestra parte, se va a convocar la reunión para el próximo día 27 de enero.

Como pudimos constatar en la Comida de Navidad del mes de diciembre pasado ha habido un cambio de personas y me atrevo a decir también de talante en los nuevos responsables de Recursos Humanos de la CECA a los que deseamos los mejores éxitos profesionales, esperando continuar y aumentar la colaboración de nuestra Asociación con la empresa donde hemos trabajado durante una parte importante de nuestras vidas.

Creemos que estos cambios también han incidido de forma importante en la suspensión y en el retraso en la convocatoria de la reunión de la Comisión de Control que a nosotros nos hubiera gustado celebrar en su día o al menos a primeros de enero a fin de que se hubiera podido actualizar las pensiones en el mismo mes en que se van a actualizar el salario de los empleados de CECABANK que según hemos podido saber va a ser a final de este mes.

En resumen, que este mes seguiremos sin actualizar las pensiones con cargo al Fondo de Pensiones de CECA pero esperemos que en la reunión del 27 de enero se apruebe dicha actualización y se comunique con tiempo los porcentajes de actualización de los salarios del personal activo de CECA a fin de que la gestora del fondo actualice las pensiones de los beneficiarios del Fondo de Pensiones de CECA y abone los atrasos correspondientes.

Madrid, 16 de enero de 2017

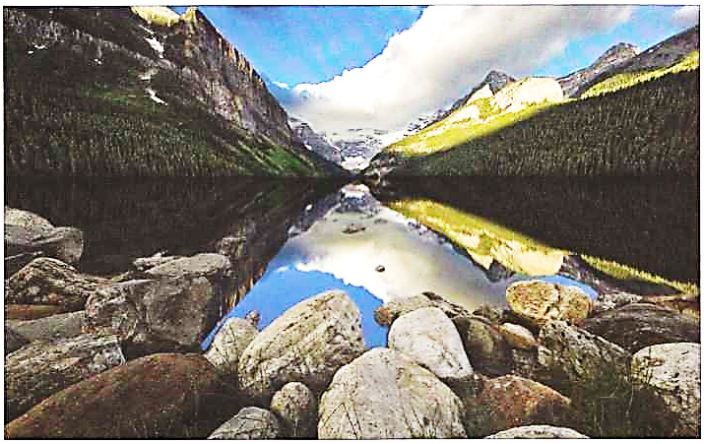
FOTOGRAFÍA

MEJORANDO LAS POSIBILIDADES DE OBTENER BUENAS Y DIFERENTES FOTOS DE PAISAJES.

por José Esteve Vilaverde

1. Ampliando la visión y profundidad de las fotos de paisaje

Este es un viejo truco que utilizamos para dar a nuestras imágenes de paisaje un verdadero sentido de tamaño y alcance. Va a sonar asombrosamente fácil, pero sucede que el truco trabaja increíblemente bien. El procedimiento consiste en utilizar el mayor angular posible que permita el objetivo de la cámara. Luego posicionarse de tal manera que haya algo en primer plano (una roca o una serie de rocas, un árbol pequeño, una flor, etc.), y luego nos acercamos al objeto elegido como primer plano. Cuando se toma la foto, y después al observarla parece que hay mucha distancia entre esa roca u otros objetos lo que da a este tipo de imágenes un sentido entre, por ejemplo, la roca y la imagen del fondo Esta técnica puede aportar una visión distinta y paisajes.



utilizados como primer plano y la vista del fondo, enorme de alcance, a pesar de que la distancia pueda no ser mayor, por ejemplo, de 30 metros., magnificada de las imágenes que tomamos de

2. Buscando aguas quietas para encontrar bellos reflejos del paisaje circundante.

Si estás tratando de fotografiar un pequeño puerto encantador, o un lago cercano, nada molesta más que si agua está agitada o picada. Casi ni siquiera importa lo agradable y vistoso que pueda ser el paisaje circundante. Si el agua está muy movida o tiene muchas olas, realmente daña la imagen general. Es por eso que cuando encontramos un lago o un puerto con agua quieta, invita la situación a realizar uno o varios disparos, desde diferentes posiciones, gracias a la atracción que produce el reflejo del paisaje circundante en el agua. Ahora bien, la mejor manera de encontrar agua inmóvil es a primeras horas de la mañana, justo después del amanecer, antes de que los vientos empiecen a soplar además de que la luz a horas tempranas del día tiene unos matices extraordinarios. El único peligro es que la luz no sea suficiente, pudiendo salir las fotos movidas, si se dispara sujetando la cámara a mano, aunque como hemos visto en textos anteriores siempre se pueden encontrar soluciones para evitar que la foto salga sin nitidez.

3. Hacer fotos justo antes o inmediatamente después de una tormenta

Si hemos renunciado a realizar fotos al amanecer o al anochecer, todavía hay oportunidad de obtener algunas imágenes realmente dramáticas. Justo antes de una tormenta o enseguida después de ella, se producen cielos realmente interesantes con luces significativamente diferentes. Sólo conviene advertir de que hay que ser precavidos a la hora de hacer fotos, ante tormentas eléctricas o probabilidad de situaciones peligrosas

4. Fotos de paisajes tomadas con la cámara muy cerca del suelo

Uno de los grandes trucos para crear fotos realmente impactantes de paisaje es disparar desde un ángulo muy, muy bajo, por ejemplo extendiendo las patas del trípode de modo que la cámara no queda más alta de unos treinta o cuarenta centímetros del suelo con un objetivo gran angular. Las imágenes así tomadas de un paisaje tendrán un aspecto singular. Sin embargo tomar fotos a esa altura puede obligar al fotógrafo a echarse al suelo para poder mirar a través del visor de la cámara la imagen que se quiere tomar. El problema se puede solucionar fácilmente si se tiene una cámara cuya pantalla LCD pueda moverse y girarse, lo que permitirá analizar la imagen que se quiere fotografiar, sin necesitar de hacerlo a través del visor y por lo tanto tumbado en el suelo, simplemente haciendo que la pantalla desplegada gire hacia arriba en el ángulo que mejor convenga.

5. Observación que puede ayudar a evitar fotos de paisaje no satisfactorias

Hay que tratar de evitar las cosas que distraen del objeto que ha supuesto el motivo de la foto. Ciertamente hay veces que buscamos la ayuda del follaje o de las ramas de los árboles para hacer una composición atractivas, pero muchas otras veces, la propia vegetación, las ramas de árboles o arbustos, las líneas del tendido eléctrico, postes, etc. crean molestas invasiones de la imagen. La adecuada composición de una foto debe buscar eliminar todo aquello que interfiere o distrae la atención, distorsionando el fin que perseguía el disparo

HISTORIAS, RECETAS Y REFRANES DE NUESTRA GASTRONOMIA (51)

por Chez Lazegui

Me regaló, el gran cocinero vasco Jesús Ayerbe Ollarbide, una colección de recetas que el elaboraba en su restaurante de Mojacar. Por desgracia, ya se ha retirado y no podemos acudir a degustar las elaboraciones que realizaba en el mismo, pero si podemos, intentar realizarlas nosotros mismos siguiendo las indicaciones que nos ha facilitado y que, por su calidad y sencillez, me permito transmitiros para que los que sois amantes de la buena comida las realicéis, y disfrutéis de las mismas, en vuestras casas. También os incluyo alguna receta de post/Navidad, por si os han sobrado alguno de los ingredientes que se mencionan

ALCACHOFAS SALTEADAS.

Ingredientes (4 pers)

- 20 alcachofas.
- 1 cucharada de harina.
- Limón.
- Jamón picado.
- -aceite y sal.

Limpiar bien las alcachofas, cocer en agua con unas gotas de limón, la sal y la harina.
Si es en olla exprés durante 7 minutos, en caso contrario, cocer 50 minutos.
Trocear las alcachofas y saltear con el jamón.

CALAMARES EN SU TINTA.

Ingredientes (4 pers)

- 1 kg. de calamares.
- 1 kg. de cebolla.
- 2 cucharadas de aceite.
- 1 copa de brandy.
- Tinta de calamar.
- Sal y pimienta.

Limpiar bien los calamares quitando con cuidado la bolsa de la tinta. Poner a cocer la cebolla con los calamares encima y el aceite durante 45 minutos.

Sacar del fuego y con una pinza retirar los calamares a una fuente para ir partiéndolos a tiras.

Triturar la cebolla y añadir los calamares, la sal, la tinta, la pimienta y el brandy.

Cocer 10 minutos y listo (yo añado alguna bolsita de tinta preparada).

Se suelen acompañar de pan frito y arroz blanco.

(En el próximo número publicaremos mas recetas de este cocinero)

RECETAS POST NAVIDAD.

CHIPIRONES A LA SARTEN SOBRE CEBOLLA CONFITADA CON YEMA DE PASTELILLOS – sobrantes de la Navidad-

Ingredientes:

- La yema de los pasteles que tengamos
- 5 ó 6 chipirones por persona.
- 2 cebollas blancas.
- Aceite de oliva.
- Mantequilla.
- Dos clavos , sal y pimienta.
- Zumo de naranja.
- Un chorrito de brandy.
- Una pizca de nuez moscada.

Limpiamos los chipirones por dentro, sin quitar la piel moradita de fuera.

Cortamos la cebolla en juliana, salpimentamos y pochamos a fuego suave.

Cuando la cebolla comienza a ponerse transparente le añadimos el clavo y la nuez moscada, el zumo de la naranja y el relleno de los pasteles de yema.
Le damos unas vueltas y añadimos el chorrito de brandy, dejándolo consumir un poco, eliminando los clavos.

Lo reservamos caliente.

En una sartén con un chorrito de aceite salteamos los chipirones, procurando no aplastarlos. Una vez hechos los salpimentamos.

Pondremos en cada plato una camita de encebollado, encima los chipirones en forma de montaña, se decora con un chorrito de aceite y unas gotas de tinta.

SALUD Y NUTRICION:

por José Manuel Rodríguez Alarcón

Beneficios de la leche de almendras.

La leche de almendras tiene la misma consistencia que la leche de vaca, pero no tiene gluten, ni lactosa ni colesterol, y es rica en vitaminas y minerales

La leche de almendras es uno de los mejores alimentos para perder peso. Además, no tiene lactosa y es rica en antioxidantes y minerales esenciales como el potasio y el calcio. Por su bajo contenido de colesterol, su delicioso sabor a frutos secos y alto contenido de vitaminas, es el sustituto ideal de la leche de vaca e, incluso, posee menos calorías que la leche de soja.

Las propiedades de la leche de almendras:
Una de las características principales de la leche de almendras es que no posee gluten, lactosa, ni colesterol. Sin embargo, tiene la misma consistencia que la leche de vaca, por lo que se puede utilizar de la misma forma.
Junto a esto, tiene un alto contenido de vitamina E, el cual es un antioxidante natural que ayuda a prevenir el cáncer y a retrasar los procesos de envejecimiento. También, provee de vitaminas D y A, proteínas, omega 6, zinc, calcio, hierro, magnesio y potasio.
Comparte algunas propiedades con la leche de soja, pero tiene un contenido calórico aún más bajo. En comparación: una taza de leche de vaca entera tiene 140 calorías, una de leche de arroz 120 calorías, la leche de soja 80 calorías y la leche de almendras 40 calorías. Si no se le agrega azúcar a la leche de almendras el contenido calórico es de 30 por taza. Finalmente, tiene un alto nivel de fibra natural soluble e insoluble. De esta manera, protege la pared del intestino favoreciendo al colon, ayuda a regular la absorción de los azúcares y controla los niveles de colesterol.
Por otra parte, es recomendable revisar la etiqueta, ya que entre marcas de esta bebida el contenido nutritivo puede variar dependiendo de cada una. No obstante, la leche de almendras es el sustituto de la leche de vaca más nutritivo y completo que hay en la actualidad.

Las 8 formas en la que mejora tu salud:
Muchas personas pueden beneficiarse de las propiedades de la leche de almendras. Quienes desean perder peso, regular su colesterol o las personas que padecen gastritis, pueden incluirla en su dieta diaria. A continuación, están las ocho formas en las que la ingesta de leche de almendras puede beneficiar la salud:

- Su bajo contenido calórico la hace ideal para todas las personas que deseen perder peso. Simplemente sustituir la leche de vaca por la leche de almendras en la dieta diaria puede tener resultados muy eficaces en la reducción de peso. Además, es fácil de incluir en la dieta por su similitud en aspecto y propiedades organolépticas con la leche de vaca.

- Consumir leche de almendras ayuda a las personas con niveles altos de colesterol y triglicéridos. Mejora los niveles del colesterol bueno (HDL) y reduce los niveles de colesterol malo (LDL). En comparación, reduce los niveles de colesterol el doble que el consumo de aceite de oliva. Además, fortalece el corazón.

- Favorece la absorción de azúcares y grasas de los intestinos.

- La leche de almendras es fácil de digerir y es recomendable para todos los intolerables a la lactosa debido a que ayuda a hacer la digestión lo menos pesada posible.

- Es recomendable para tratar las diarreas y los vómitos, ya que éstos reducen los niveles de potasio. La leche de almendras, al tener un alto nivel de potasio, ayuda a recuperar el mineral perdido por enfermedades.

- La fibra de la leche de almendras protege la pared de los intestinos.

- En numerosos casos, las personas que padecen de gastritis o problemas gastrointestinales cambian su dieta y agregan leche de almendras porque regula sus funciones.

- La vitamina B2 presente en la leche de almendras ayuda a que las uñas y el pelo se fortalezcan y que la piel tenga una mejor hidratación. Además también aporta vitaminas A, E, B1 y minerales como el fósforo, calcio, potasio, sodio y hierro.

Las contraindicaciones de la leche de almendras:
No existe el alimento perfecto y la leche de almendras no es la excepción. Posee diversas contraindicaciones y efectos secundarios que se deben tener en cuenta antes de iniciar con su consumo regular.

1. Efectos negativos en la tiroides
Las almendras son un alimento bociógeno, lo que significa que contienen sustancias químicas naturales que pueden inhibir la correcta absorción y aprovechamiento orgánico del yodo. Esto puede dañar la tiroides.
Los alimentos de este tipo como la soja, la col, la col rizada, el lino, el brócoli y las almendras, causan que la tiroides se expanda. Cuando se consume en gran nivel, causa la formación de tumores porque uno de los productos químicos encontrados en este tipo de vegetales bloquean el yodo.

Mientras que los bociógenicos pueden ser perjudiciales cuando se consumen en grandes cantidades, son al mismo tiempo sanos y beneficiosos para el sistema inmunológico humano. La leche de almendras debe ser evitada por las personas con riesgo de baja función tiroidea. Ahora bien, para las personas que tienen una función saludable de la tiroides, el consumo de una cantidad moderada de leche de almendras todos los días, no tendrá efectos negativos en la glándula.

2. Prohibida para los bebés
Al igual que la tendencia a sustituir la leche de vaca con leche de soja en el biberón del bebé, el reemplazo con leche de almendras es igualmente peligroso. La leche de almendras no es una fuente adecuada de nutrición para un bebé. Si la leche materna o la fórmula se sustituye por leche de almendras, el bebé sufrirá de desnutrición y probablemente desarrollará complicaciones de salud para toda la vida. Por lo tanto, incluso con moderación, los alimentos como la leche de almendras se deben evitar durante la infancia.

3. Demasiada dulzura
Una de las desventajas más evidentes de la leche de almendra es que posee un porcentaje alto de azúcares. Aunque la leche de almendras no contiene azúcar naturalmente, la mayoría de fabricantes la añaden para mejorar el sabor. La mayoría de las opciones que hay actualmente en el mercado tienen alrededor de 20 gramos de azúcar por porción. Afortunadamente, ahora hay marcas de leche de almendras sin azúcar en el mercado que contienen menos de 1 gramo de carbohidratos por porción. Por esta razón, se recomienda nuevamente revisar la etiqueta para salir de dudas.

Receta para hacer tu propia leche de almendras:
Es ampliamente recomendable que prepares tu propia leche de almendras. La leche de almendras es sumamente sencilla de preparar. Sólo necesitas una taza de almendras crudas, tres tazas de agua, sal y azúcar. Para prepararla sigue los pasos a continuación:

- Pon la taza de almendras crudas en remojo toda la noche o, como mínimo, ocho horas. Luego, escurre las almendras y límpialas con agua fresca.

- Coloca las almendras y las tres tazas de agua en la licuadora. Licua todo por unos 10 minutos. Es importante que se alterne la velocidad de la licuadora en el proceso. Por ejemplo: 3 minutos en la velocidad más suave, luego 3 minutos con la velocidad más alta y de esta manera sucesivamente.

- Finalmente, cuando la mezcla se convierta en un líquido blanco puedes colocar, si prefieres, azúcar o miel para endulzar y una pizca de sal.

- Luego, cuelas el contenido de la licuadora con una manta de cielo para asegurarte de obtener la leche sin ningún residuo. Y listo, ¡ya está la leche de almendras! puedes consumir esta leche antes de 4 días, para evitar que se estropee.

La clave para una buena leche de almendras es su color blanco y su textura muy similar al de la leche de vaca. Se le puede agregar al cereal y al café, tomar sola o, incluso, puedes utilizarla como ingrediente para algunas recetas muy nutritivas y deliciosas.

ÓPERA ENTRE AMIGOS:

HISTORIA DE LA ZARZUELA (8)

angelmoreno@gmail.com

Continuamos con las últimas obras de **Ruperto Chapí**:

- **1902 - El puñao de rosas**. Zarzuela chica con libreto de Carlos Arniches y Ramón Asensio estrenada en el Teatro Apolo de Madrid, un local de los comienzos de la restauración con una capacidad para 2.200 espectadores y considerado "la catedral del género chico". Es curioso que *El puñao de rosas*, una de las más notables zarzuelas de ambiente andaluz, sea, letra y música, de tres levantinos afincados en Madrid.

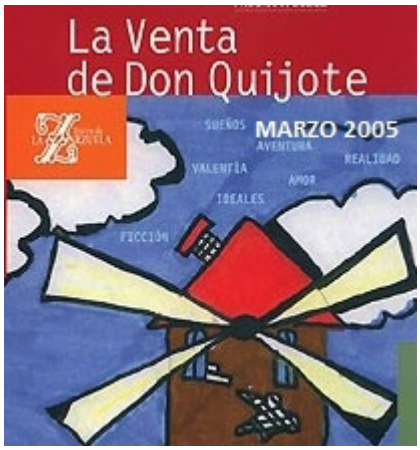
  Argumento. En una finca cordobesa. Rosario, hija del capataz, es pretendida por Tarugo, a quien no traga el padre de Rosario. Rosario cree ser querida por el señorito Pepe, pero éste no desea sino tener una aventura con ella. Rosario, aprovechándose de amor de Tarugo, le pide rosas fuera de temporada y éste la lleva un "puñao". Extrañada, le pregunta que de dónde las ha sacado y su respuesta es que de la Virgen de la iglesia. Al final, desengañada Rosario de Pepe y Tarugo de Rosario, Tarugo devuelve las rosas a la Virgen.

  Temas musicales destacados. A una breve introducción orquestal que presenta el motivo musical dominante en la obra, sigue la escena *"Una gitana vieja"*, un diálogo con coros que ya promete. El dúo de Rosario y Tarugo *"¡Ay! madre del alma mía"* es denso en contenido emocional, muy variado en su ritmo y sirve como introducción a una de las mejores páginas escritas por D. Ruperto, si no la mejor. Es el dúo de Rosario y Pepe *"No te asustes tú alma mía"* cuyo texto, melodía y orquestación se conjuntan para alumbrar una obra maestra del género lírico español. Sigue el coro *"Va la tarde cayendo"* y el terceto de los cazadores *"Con perro escopeta, morral y canana"*. Y el final, a juego con el resto. En resumen, una zarzuela de lo más recomendable.

- **1902- La Venta de Don Quijote**. Zarzuela en un acto, con música de Ruperto Chapí y libreto de Carlos Fernández Shaw, estrenada también en el Teatro Apolo.

  Argumento. Don Miguel, por Cervantes, un hidalgo veterano de la batalla de Lepanto, es testigo en una venta manchega de lo que sucede cuando a ella llegan un cura del pueblo vecino y su sobrina, un arriero que corteja a la criada de la venta Maritornes, un barbero y un tal Don Alonso, quien, acompañado por su criado Blas, toma por castillo la venta y ve en Maritornes una princesa encantada. Todo lo que allí sucede inspira a Don Miguel una novela de caballerías que acabaría siendo famosa.

  Temas musicales destacados. Tras el preludio, unas seguidillas celebran el final de la siega *"Pronto, pronto, pronto"*. Llega Don Alonso y se queja, con su criado, de la paliza que les han dado unos gigantes *"¡Ay! Don Alonso"*. Un galán canta el nocturno *"En el cielo de oriente la luna raya"* al que don Alonso responde *"Los que pedís la ayuda de mi forzudo brazo"*. La romaza de Don Alonso a Maritornes *"¿Qué fantástica sombra se adelanta a mi encuentro?"*. Llegan los demás y se organiza un alboroto *"Todos están locos aquí menos yo"*.



- **1907 - La patria chica**. Zarzuela en un acto con libreto de los hermanos Álvarez Quintero, estrenada en Teatro de la Zarzuela de Madrid.

  Argumento. José Luis es un pintor español que trata de abrirse paso en la bohemia de París y acaba de terminar un cuadro encargado por Mr. Blay, un millonario inglés. Llegan a su casa tres artistas españoles, Pastora, una andaluza de buen ver, Mariano, un aragonés enamorado de Pastora y

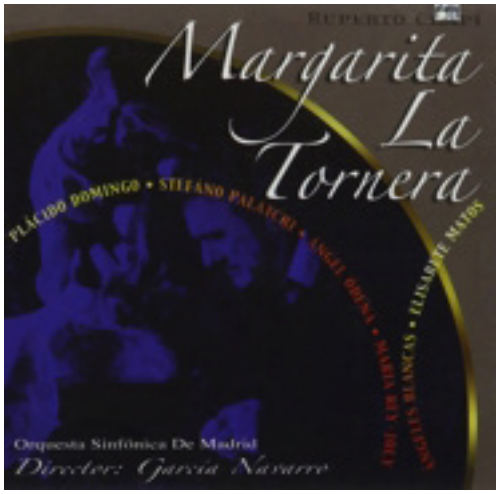
Pilar, también aragonesa, que han sido estafados por un empresario sin escrúpulos y se encuentran en París abandonados sin dinero para volver a España. Pastora y Mariano tienen acaloradas discusiones por considerar cada uno que su tierra es la mejor de España. José Luis trata de ayudarles y les presenta a Mr. Blay, que enseguida se siente atraído por Pastora. Mr. Blay pone como condición para ayudarles que Pastora se quede con él en París. Pastora accede, pero Mariano muestra su amor por ella delante de todos y Mr. Blay, impresionado, decide ayudarles, renunciar a Pastora y acompañar a todos en su viaje a España. El tema elegido recuerda *La bohème* de Puccini, un éxito incontestable en todas partes desde su estreno en 1896.

Temas musicales destacados. Con la jota como motivo musical, comienza esta zarzuela con un interesante *Preludio* seguido de la romanza de José Luis *"Mujer de vulgar historia",* una descripción de uno de sus propios cuadros. El dúo de Mariano y Pastora, el de la rivalidad Aragón-Andalucía *"En Aragón nací yo"*. La singular "*plegaria a la Virgen del Pilar"* y, para terminar, la jota *"Aquel que hable mal de España"*.

- **1909 - Margarita la tornera**. Una ópera en tres actos con libreto de Carlos Fernández Shaw basada en la leyenda del mismo nombre de José Zorrilla, estrenada el 24 de febrero de 1909 en el Teatro Real de Madrid dirigida por el propio Ruperto Chapí, que fallecería en su casa de la calle Arenal de Madrid un mes después. Es la única ópera, de las ocho que escribió Chapí, que hoy podemos escuchar gracias a la reposición en 1999 de la obra en el Teatro Real, cantada por Plácido Domingo y la soprano portuguesa Elisabete Matos.

Argumento. Margarita es la monja del torno de la comunidad religiosa, o sea, la portera. Seducida por Don Juan Alarcón abandona el convento. Cuando descubre que ella no es el amor de Don Juan, sino una más de sus conquistas, decide volver al claustro. A su llegada se sorprende de que nadie la haya echado en falta. Extrañada, va a la capilla a rezar y ve cómo la Virgen vuelve caminando a ocupar su pedestal: ella ha sido quien la ha sustituido en su ausencia. Don Juan, que no se arrepiente y piensa seguir con su vida, es fulminado por un rayo celestial.

Temas musicales destacados. El trío de Don Juan buscando a Margarita *"Margarita"*, la romanza de Margarita antes de encontrarse con él *"Qué cielo más triste"*. En el Corral de la Pacheca *"Las bailarinas"*. El cuarteto de Sirena, Don Lope, Margarita y Don Juan *"Voy contigo, de tu brazo"*. El concertante que comienza don Juan *"¡Callad! Mi vida toda se renueva"*. La vuelta de Margarita *"¡Por fin! ¡Mi convento!"*. El delicado dúo final de Margarita y Don Juan *"¡Oh! - ¡Sí!"*. Y, tras un"*Interludio",* la romanza de Margarita *"Qué espléndida luna"* y el dúo de Margarita y la Virgen Tornera *"¿Qué he visto? Virgen Santa",* con el que termina la ópera.



PRÓXIMA REUNIÓN

Prevista para el lunes 13 de febrero. Se confirmará fecha, obra y lugar a los inscritos por la vía habitual.

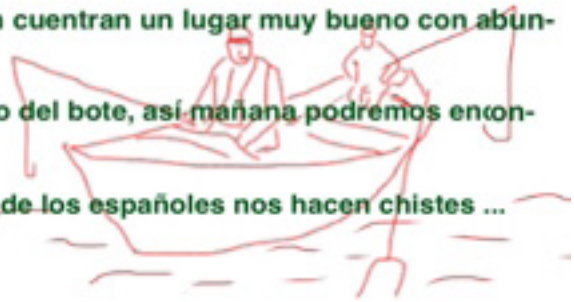
por Andrés Alejandro Peralta López

LA NEURONILLA feliz

Dos leperos alquilaron un bote, van de pesca y en cuentran un lugar muy bueno con abundantes peces.

- ¡Que buen sitio este!...Hagamosle una cruz en el piso del bote, así mañana podremos encontrar el mismo lugar facilmente...¿vale?

- Pero tío, vaya que eres tonto... con razón luego el resto de los españoles nos hacen chistes ... ¿tú crees que que mañana nos darán el mismo bote?

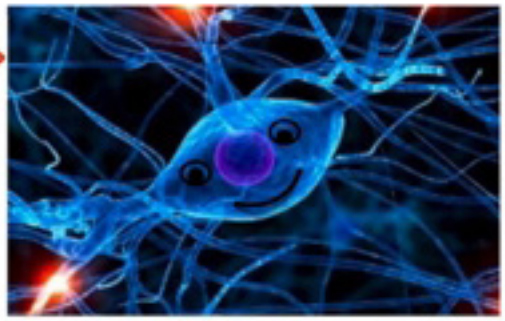


Manuel fue el lunes a la zapatería.
Después de probarse unos cuantos pares de zapatos, eligió unos italianos muy elegantes y de punta.
Al entregárselos, el empleado le advirtió:
- Señor, este tipo de zapatos suele apretar bastante en los cinco primeros días.
- No hay problema-responde Manuel- no los voy a usar hasta el próximo domingo.

OTRO DE LEPE

Una pareja lepera está preparando el divorcio, y dice ella:
- Yo me quedo el niño, Manolo...
- ¿Y eso por que?
Porqué es mio y no tuyo... dice ella .
- ¡Pero si tampoco es tuyo!, contesta el lepero.
- ¡Como que no!? ¿ Y...quién lo parió? - pregunta ella.
- No sé... ¿Tú te acuerdas el día que nació, me dijiste: " ve al nido y si ves que el niño no está limpio, que lo cambien"
- Sí.
- Pues lo cambiaron.

PON A TRABAJAR A LA



COMIENDO EN EL RESTAURANTE. Armando, Basilio, Carlos y Dionisio fueron, con sus mujeres, a comer. En el restaurante, se sentaron en una mesa redonda, de forma que:
- Ninguna mujer se sentaba al lado de su marido.
- Enfrente de Basilio se sentaba Dionisio.
- A la derecha de la mujer de Basilio se sentaba Carlos.
- No había dos mujeres juntas.
¿Quién se sentaba entre Basilio y Armando?

Siguiendo el sentido de las agujas del reloj, la colocación es la siguiente: Armando, mujer de Dionisio, Basilio, mujer de Armando, Carlos, mujer de Basilio, Dionisio y mujer de Carlos.

AUTODEFINIDO

CHOQUES MUY NOTABLE, FEM. — ACCIÓN DE PASAR, PL. — TORERO — LOTE DE PRODUCTOS — BRUTO — LETRA GRIEGA — BOTES DE HOJALATA — ROBERT DE ..., ACTOR — INDICAS — CAPITAL DE VIETNAM — MASTICAD

LOSA PEQUEÑA — DISPAROS — FORMAN ERAS — RELATIVA A IKÚN

QUE PARECE TIÑA — ENMARAÑAS

DORMIRÁ LA SIESTA — ABREV. DE COMPAÑÍA — EN ROMANOS, 101 — CAMBIARA

PROFIERE INSULTOS — DE ISRAEL — PERCIBIDAS POR EL OÍDO

SEXTA DOIO — UNIDAD, PL. — UNA FLOR — FORASTERO

ANTIGUA CIUDAD JONIA — QUEMAN — CRIBADO CON AREL

EQUIVOCADOS — SÍMBOLO DEL CESIO — DISEÑO POR ORDENADOR — DAR TOPETAZOS

HARÁ MÁS BARATO — FRUSTRARÁ ALGO

BOLA DE NÁCAR — LISA — RELATIVAS AL CABALLO — RECES — PALO DE LA BARAJA

ESTADO ASIÁTICO — FETICHE — HARÉ DONACIÓN

AMASE — TODAVÍA — PREF., JUNTO A — SUPERFICIES

PROHIJADO — ONDAS MARINAS

IMAGEN SIMBÓLICA — RELATIVO AL AND — HERMANO DE MOISÉS — ANILLO RÍGIDO

EMITA LADRIDOS — UNA PREPOSICIÓN — ÁSTATO

QUE ARA, FEM. — UTILIZASE, EMPLEASE — AARE, RÍO SUIZO

ACTUASTE CON OSADÍA

SOLUCIÓN

H	A	N	O	S	I	■	O	I	D	A	R	S	■	E
■	M	A	R	A	O	C	A	D	■	C	A	D	A	R
N	I	S	E	R	A	■	N	A	R	E	S	O	■	A
■	E	R	A	T	I	N	O	S	■	T	A	R	A	A
F	I	■	T	A	R	E	A	R	N	S	U	L	■	S
■	L	I	A	E	T	■	E	A	R	■	F	E	S	O
K	I	B	E	T	O	S	T	I	N	A	R	■	O	S
■	A	B	O	S	E	S	■	A	D	I	A	R	■	A
P	T	O	L	O	S	■	A	B	A	R	R	A	D	O
■	O	L	O	S	■	A	D	I	■	O	S	■	R	R
C	N	■	I	R	O	S	E	S	■	T	E	R	S	A
■	N	■	T	■	S	■	C	■	U	■	N	■	C	S
■	O	T	A	B	I	L	O	S	E	T	A	■	P	E
■	T	A	B	I	L	A	■	P	O	U	I	■	A	U
■	A	R	A	D	O	R	A	■	A	N	A	L	■	I
■	S	A	S	E	■	O	S	A	S	T	E	■	A	C

JEROGLÍFICO

Necesito la moto

SOLUCIÓN

Llevatela

Senderismo Noviembre: Participantes en el Monte del Pardo

Senderismo Diciembre: Grupo de Participantes (parcial) en “Hasta el Campo del Moro”

Jubiceca
ASOCIACION DE JUBILIADOS Y PENSIONISTAS DE CECA

Antonio de Cabezón,29 - 28034 Madrid
E-mail: jubiceca@gmail.com
Web: jubiceca.wikispaces.com

volando