

Diciembre 2017

Numero 226



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





SUMARIO Y FECHAS A TENER EN CUENTA

- 1. Museo Naval, Paseo del Prado, 5
- 2. Sumario y fechas a tener en cuenta
- 3. Editorial
- 4. Junta Directiva y enlaces
- 5. Noticias de la Asociación
- 6. Concierto
- 7. Actividad cultural
- 8. Senderismo
- 9. Viaje a Cádiz
- 12 Crónica viajera
- 14. Festival Infantil de Reyes
- 16, Cumpleaños
- 17. Pensiones
- 20. Gastronomía
- 22. Ópera entre amigos
- 24. Foto excursión a Cuellar (de José Mª Cortina) y original Lotería/Felicitación de Navidad.

1 de diciembre.

Comienza el plazo para recoger las entradas al Concierto en el Auditorio. Comienza el plazo para inscribirse al viaje a Cádiz.

11 de diciembre.

Comienza el plazo para inscribirse en la actividad cultural "Costumbres y tradiciónes Navideñas en Madrid"

12 de diciembre.

Finaliza el plazo para inscribirse al viaje de Cádiz.

Comienza el plazo para solicitar entradas para el Festival Infantil de Reyes.

13 de diciembre.

Realización del Almuerzo de Navidad (ver Volando de noviembre y página 5 de esta revista.)

14 de diciembre.

Realización actividad de Senderismo.

18 de diciembre.

Finaliza el plazo para recoger las entradas al Concierto en el Auditorio.
Realización de la actividad cultural
"Costumbres y tradiciónes Navideñas en Madrid"

21 de diciembre.

Concierto en el Auditorio.

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

Dejamos atrás otro año con la satisfacción del trabajo realizado pero con la certeza de que tenemos mucho camino que recorrer y de que sabéis que seguiremos avanzando. Lo importante es mirar al frente y seguir adelante con la mayor ilusión

Jubiceca está muy viva y seguirá estándolo en el futuro porque así lo queremos y podemos conseguirlo con el apoyo de todos y que me consta lo tenemos.

Las diversas actividades se han desarrollado favorablemente, con una asistencia más que aceptable en todas ellas, excepto la correspondiente al cine, que ha quedado temporalmente inactiva a la espera de poder reiniciarla en un próximo futuro.

El pasado día 18 de Noviembre se celebró en Madrid la Asamblea anual de la Asociación Cultural y Recreativa de Empleados de Cajas de Ahorros, ACRECA, a la que asistí y en la que se trataron los temas correspondientes a las distintas vocalías y que puedo constatar que fueron muy numerosas y eficazmente tratadas. Me sorprendió muy gratamente conocer tan de cerca sus actividades y a las personas que se ocupan de llevarlas a cabo en las que participan 30 Asociaciones de toda España y en las que estaremos ahora incluidos de pleno derecho desde el primero de enero de 2018.

De cualquier forma, si queréis tener mayor información a este respecto, podéis contactar con nuestra vocalía de Organización o acceder a la página Web de Acreca en la dirección **acreca. org** para que poder conocer de forma actualizada y más amplia, las actividades y planes de futuro a las que podemos incorporarnos como miembros activos.

El incremento de socios en Jubiceca ha sido muy significativo en éste último semestre pero esperamos que en los próximos meses vaya en aumento y para ello es también muy importante que todos nosotros informemos de nuestras actividades a compañeros que aún no están adheridos que seguro son de su interés.

En otro orden de cosas también recuerdo nuestra inclusión en CEOMA en cuya Confederación de Mayores podemos participar y en la que estamos muy bien representados por nuestro compañero Ignacio Martín Carvajal.

El próximo día 10 de Enero nuestra Federación, la Agrupación Europea, Acreca, Ceoma y Jubiceca celebraremos una reunión en Madrid en una sala de Caballero de Gracia, para poner sobre la mesa todos nuestros planes de colaboración y poder fijar proyectos de cara al año 2018.

Es una ocasión muy importante para Jubiceca y el resto de las Instituciones asistentes porque saldrán una serie de acuerdos que redundarán sin duda en beneficio de todos los componentes de esas asociaciones y de las que informaré puntualmente.

Nuestro próximo encuentro, el más entrañable e importante del año, será en la habitual Comida de Hermandad que se celebrará el día 13 de diciembre en el Casino de Madrid y que puedo adelantar va a tener el mismo éxito de asistencia que el pasado año.

No puedo por menos de agradecer a toda la Junta Directiva y Colaboradores el continuo esfuerzo que realizan para conseguir los objetivos propuestos y de los que tan buen resultado se obtienen.

Mi afectuoso recuerdo para los compañeros y amigos que nos han dejado este año, haciéndolo extensivo a sus familiares y amigos.

Aprovecho también la oportunidad para comunicar a todos mis deseos de unas Felices Fiestas y un venturoso 2018.



EL PRESIDENTE Antonio J. González Díez



JUNTA DIRECTIVA

| Antonio J. González Díez Presidente | 699 836 526 | • | Web Jubiceca: http://jubiceca.wikispaces.com |
|---|------------------|---|---|
| E-mail: presidente.jubiceca@gmail.com | | • | . ederación de / lecciación de Empirades |
| Juan Manuel Blanco Serrano Vicepresidente y Secretario mail: vicepresidente jubiceca@gmail.co | 609 254 868 m | | Jubilados y Pensionistas de las Cajas de Ahorro Confederadas: http://www.federacionjubiladoscajas.org |

• Web de la Agrupación Europea de Pensionistas de Cajas de Ahorros y Entidades Financiertos • Web de la Agrupación Europea de Pensionistas de Cajas de Ahorros y Entidades Financieras: http://www.euroencuentos.org

• Web de la Federación Nacional de Asociacionerto Martínez-Eguilaz Calvo

646 864 168

Ilturales

Ilturales

Inail: culturales jubiceca@gmail.com

• Web de la Federación Nacional de Asociaciones Culturales y Recreativas de Empleados de Cajas de Ahorros (A.C.R.E.C.A): http://www.acreca.org

248 976 • CECABANK; S.A.: https://www.cecabank.es

Ayuntamiento de Madrid: http://www.madrid.es

ENLACES

Comunidad de Madrid http://www.madrid.org

Seguridad Social: http://www.seg-social.es

CEOMA: htpp://www.ceoma.org

| E-mail: presidente.jubiceca@gmail.com | |
|--|------------------|
| Juan Manuel Blanco Serrano Vicepresidente y Secretario E-mail: vicepresidente.jubiceca@gmail.com secretaria.jubiceca@gmail.com | 609 254 868 n |
| Juan Eusebio Pérez González Conciertos E-mail: conciertos.jubiceca@gmail.con | 669 015 973 n |
| Alberto Martínez-Eguilaz Calvo Culturales E-mail: culturales.jubiceca@gmail.com | 646 864 168 |
| Arturo Pérez Velasco, Movistar E-mail: movistar.jubiceca@gmail.com | 659 248 976 |
| José Antonio Ugena Díaz Organización Interna E-mail: organizacion.jubiceca@gmail.com | 661 586 559 |
| José Manuel Lozano Agudo Publicaciones E-mail: publicaciones.jubiceca@gmail.com | 603 831 642 |
| José Ramón Alonso Álvarez, Senderismo E-mail: senderismo.jubiceca@gmail.com | 656 301 036 |
| José Luis Alcaide Hervas | 917 981 359 |

E-mail: teatro.jubiceca@gmail.com

E-mail: tesoreria.jubiceca@gmail.com

Ignacio Martín Carbajal

Enrique Boyano Redondo

E-mail: cine.jubiceca@gmail.com

excursiones.jubiceca@gmail.com

Tertulias de Cines

Tesorería

Viajes



639 279 265

629 663 085



NOTICIAS Y AVISOS DE LA ASOCIACIÓN

ALMUERZO DE NAVIDAD

Según comunicó el vocal encargado, están cubiertas las plazas para este evento que tendrá lugar el día 13 de diciembre en el Casino de Madrid, donde celebraremos este tradicional encuentro de fin de año. Os recordamos que a partir de las 14:00 podremos acceder a su comedor, "Salón Real", por lo que os rogamos vuestra **puntualidad.**

Igualmente, queremos informar que tras diversas gestiones hemos logrado que el precio del menú del NH Casino de Madrid, sea igual que el que nos ofrecía el NH Parque de las Avenidas donde hemos celebrado el almuerzo de Navidad en otras ocasiones.

En consecuencia, ante la igualdad de precios, se ha elegido el Casino de Madrid por la espectacularidad de sus instalaciones, la situación en el centro de la ciudad y las buenas comunicaciones de que dispone, lo que, sin duda, supone una ventaja para todos los Socios.

ALTA DE SOCIOS

Desde la anterior comunicación, se ha dado de alta con el número 485, Margarita Herranz Martín, viuda de Emiliano Rodríguez Salinas.

Le damos nuestra más cordial bienvenida y le deseamos una feliz y larga estancia entre nosotros

TEATRO MONUMENTAL

Según nos ha comunicado Radio Televisión Española, durante la temporada 2017/18, han quedado suprimidos los ensayos que la Orquesta y Coros de Radio Televisión Española venía realizando en el Teatro Monumental los jueves por la mañana, por obras en dicho Teatro.

Por tanto, queda suspendida hasta nuevo aviso la distribución de entradas entre los apuntados a estos ensayos.

NECESIDAD DE APUNTARSE

Recordamos que para participar en la actividades de Zarzuela, Conciertos en el Auditorio, y Teatro hay que apuntarse previamente en ellas.

Si estáis interesados, y no lo habéis hecho ya, os podéis dirigir a: **organizacion.jubiceca@gmail.com**. indicando la actividad en que deseéis participar.

ACTIVIDADES EN COPAGO

Recordamos a todos los socios que en la actualidad hay que abonar una parte del coste que tienen, según se aprobó en Junta por delegación de la Asamblea General, en las actividades siguientes:

Las demás actividades están sujetas a sus condiciones particulares que se publican en el momento de su convocatoria.

Como norma general, cualquier actividad que tenga un coste, a los beneficiarios se les puede cargar, en su cuenta corrientes, el importe si no rehusan a las localidades en tiempo y forma.

PLACAS DE HONOR

Siguiendo y respetando la tradición, durante el banquete del próximo 13 de diciembre se hará entrega de la placa-recuerdo a los asociados menos jóvenes de Jubiceca, que en esta ocasión, le corresponde a:

- María Ángeles Dorado Velasco,
- José María de La Nogal Boyano y
- Pedro Alonso Moreno,

a los que felicitamos por su larga y fructífera trayectoria en nuestra asociación, que deseamos agranden durante mucho tiempo.

LOTERÍA DE NAVIDAD

Como es habitual en estas fechas, tjugamos en la Lotería de Navidad. El número elegido es el 60.064. También, siguiendo la tradición,cada socio lleva en este número una participación de seis euros.

Igual que otras veces, sí sólo nos toca el reintegro, se jugará en el sorteo de Lotería del Niño. Cualquier otro premio que tocase, nunca hay que perder la esperanza, se abonará en la cuenta de cada socio.

A todos, mucha suerte, y

!Felices Fiestas;



CONCIERTO

Jueves, 21 de diciembre de 2017 19,30 horas

AUDITORIO NACIONAL DE ESPAÑA

Principe de Vergara, 146

Director: Juanjo Mena

Concierto de Navidad (edición 28^a)

Ludwig van Beethoven

Sinfonía núm. 9 en re menor op.125 "Coral"

Orfeón Pamplonés - Igor Ijurra, Director

NOTA: Las entradas se pueden recoger en la Garita del Garaje de Caballero de Gracia, 28 del 1 al 18 de diciembre de 2017 de 10,00 hasta las 13,30 h.

En caso de no poder acudir a la representación, se ruega ponerse en contacto con el Vocal de Música, Juan Eusebio Pèrez González en los teléfonos 917 060 643 o 669 015 973.

Agraciados:

Antonio Agudo Gómez
Mariano Agudo Gómez
Adolfo Alcaide Hervás
José Luis Alcaide Hervás
Ignacio Alcalde Tomé
Vicente Alcaraz Perales
Roberto Aleu Sánchez
Vicente Álvarez Sevillano
Manuel Andújar Augustín
Juan Angulo Serrano
Álvaro Arguch Cambón
Edilberto Asperilla Grande
Luis Ayuga Valero
Antonio Zambrana Prieto







ACTIVIDAD CULTURAL

Lunes, 18 de diciembre de 2017 9:50 h.

COSTUMBRES Y TRADICIONES NAVIDEÑAS EN MADRID

Ruta XV

("Amigos de Madrid de Jubiceca")

De la mano de nuestra amiga, la historiadora María Luisa Mejuto Blanco de **Histoguias**, hemos organizado esta actividad para celebrar los próximos días de Navidad

Intentaremos en esta ruta recopilar en un solo recorrido todas esas tradiciones típicas de Madrid.

Tradiciones como la del turrón, la lotería, las doce uvas.......y muchas más. En este paseo por el Madrid de los Austrias, nos detendremos en sus mercadillos navideños, como el de La Plaza Mayor, sus pastelerías tradicionales, como el Riojano, y lugares muy vinculados a la Navidad como la Puerta del Sol, donde conoceremos la historia de su famoso reloj.

Y por supuesto, nos adentraremos en alguno de los nacimientos que lucen estas fechas algunas de las Iglesias y templos religiosos de Madrid. Una muestra de los belenes más representativos, no solo desde el punto de vista histórico sino también del artístico y tradicional, que incluye la visita al Belén del Palacio Real, el nacimiento del Convento de "Las Carboneras" uno de los más antiguos de la Villa, o al de la parroquia de San Ginés, de corte barroco y uno de los más bellos de la ciudad.

Itinerario:

Palacio Real – Plaza de San Nicolás- Plaza del Conde Miranda – Calle Mayor. Plaza Mayor. Puerta del Sol......

Para terminar intentaremos descansar y tomar un aperitivo tipico madrileño en "La casa de las Torrijas" "El As de los Vinos", calle de la Paz, 4

La duracion del recorrido sera de dos horas aproximadamente

Punto de Encuentro:

En la entrada al Palacio Real a las 9.50 h.

Precio: **10 euros por afiliado**. (15 euros por invitado, en caso de quedar plazas).

Inscripciones:

A partir del día 11 de diciembre, hasta agotar las plazas por riguroso orden de inscripción, por correo electrónico: culturales.jubiceca@gmail.com o al Teléfono:646 864 168 de Alberto Eguilaz, cuando no exista posibilidad de utilizar el correo electrónico

El número de plazas es de 30 personas,





SENDERISMO

Jueves, 14 de diciembre de 2017

EL JARAMA

El río Jarama se puede considerar el más importante de la Comunidad de Madrid, ya que con su entorno constituye un corredor biológico que discurre de Norte a Sur, aportando un necesario equilibrio ecológico a la actividad urbana e industrial de la Región. Sus afluentes más destacados son el Lozoya, Guadalix y Manzanares por su margen derecha y el Henares y Tajuña por la izquierda.

Su nombre nos evoca la novela homónima de Sánchez Ferlosio con la que ganó el premio Nadal de 1955, considerada una obra de corte neorrealista, cuya acción se desarrollaba cerca del Puente Viveros, por donde pasaremos al final de la marcha.

En esta ocasión recorreremos la Vía Pecuaria, paralela al río y a las instalaciones aeroportuarias de Barajas, entre Paracuellos y San Fernando.

La distancia total prevista que andaremos será de aproximadamente **9 kilómetros, prácticamente llanos**.

Punto de encuentro: A las 10:00 horas, en la Salida del Metro de Canillejas (línea 5).

Recomendaciones: Ropa y calzado cómodos, acordes con la meteorología prevista. Es recomendable bastón y algo de avituallamiento.

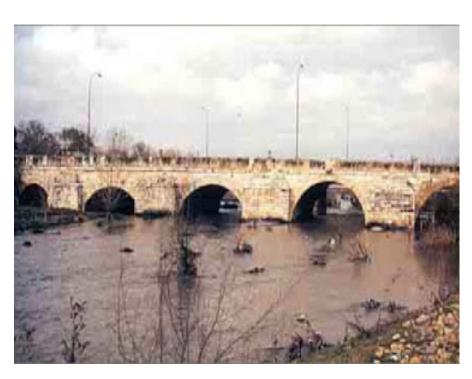
Regreso: A partir de las 14:00 horas desde San Fernando de Henares, donde se pueden coger las líneas de cercanías C-2 y C-7, ó varios autobuses interurbanos hacia la avenida de América.

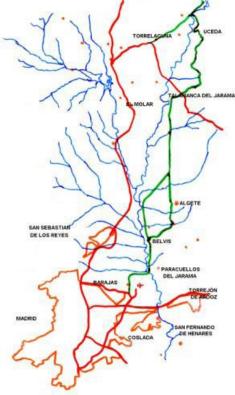
Opciones: Los que lo deseemos, podemos quedarnos a comer un menú del día por la zona de San Fernando para compartir charla y buen humor.

Más información: Llamando a José Ramón Alonso en el teléfono 656.301.036 (también WhatsApp) o correo-e: senderismojubiceca@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 al teléfono indicado 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, se les informa de cualquier modificación y de la meteorología prevista.







VIAJE/EXCURSIÓN

24 y 25 de enero de 2018

CÁDIZ, "LA TACITA DE PLATA"

De Cádiz, el mar, **su gente**, su bahía, su historia y sus ganas de vivir.....

Es la provincia más meridional de la Península Ibérica, dista tan solo 14 kilómetros del continente africano.

Está considerada la ciudad más antiqua de occidente, su fundación se debe (1100 a. C.) a los fenicios, pueblo marinero que haría de Gadir una importante colonia comercial en la que se asentarían posteriormente cartagineses, romanos, visigodos y musulmanes. Urbe cosmopolita y abierta, Colón escogió su puerto como punto de partida para su segundo viaje al Nuevo Mundo, principalmente por su acceso marítimo, legándonos importantes testimonios de su presencia en todo el litoral gaditano y en la capital, donde se erigen los palacios barrocos con sus características torres miradores. Playas, dunas y salinas conforman la Bahía, un parque natural acuático y soleado donde se encuentra Cádiz, rodeada por el Océano Atlántico. Podemos encontrar desde playas urbanas de excelente calidad como las de La Victoria. La Cortadura o La Caleta.

Esta ciudad ofrece al visitante un paseo por sus barrios cargados de historia; el Barrio de la Viña, el mejor lugar para disfrutar de los **Carnavales** o del pescaíto de la Bahía; el Casco Antiguo, donde se agrupan la mayoría de los monumentos y el Barrio del Pópulo, de origen medieval.

ITINERARIO

24.de enero: Madrid - Cádiz

Presentación en la estación de ferrocarril Puerta de Atocha a las 07.30 hrs para tomar tren Alvia con salida a las 08.30 hrs con destino a Cádiz. Llegada prevista a las 12.38 hrs. A la llegada a la estación les estará esperando el guía que les acompañara en un agradable paseo de 9 minutos hasta el hotel Senator Cádiz. & Spa *****. Los Sres. Clientes dejarán en consigna su equipaje, ya que a continuación comienza una visita a pie por el casco histórico, con una duración aproximada de 2 horas por los lugares más representativos; caminarán hacia la Plaza de San Juan de Dios, donde se encuentra el Ayuntamiento, Barrio del Pópulo...

El Barrio del Pópulo, el más antiguo de la capital, conserva las tres puertas de la primitiva ciudad medieval: Arco del Pópulo, de la Rosa y de los Blancos; además del Teatro Romano y la Iglesia de Santa Cruz, la antigua Catedral.

En la emblemática Plaza de San Juan de Dios se podrá probar el típico "pescaíto" frito mientras se escucha en el reloj del Ayuntamiento el Amor Brujo del gaditano Manuel de Falla.

El vecino barrio de Santa María es uno de los de mayor raigambre de la ciudad, con residencias señoriales como la barroca Casa Lasquetty y la Cárcel Real, importante edificio neoclásico. Subiendo hacia la recoleta plaza de San Francisco se encuentra la Santa Cueva, con pinturas de Goya en su interior.

Continuamos por Plaza de la Catedral, calle Compañía, Plaza de las Flores. Aquí se podrá hacer una breve parada. A continuación se dirigirán por la calle Ancha, hacia la Plaza de San Antonio, en el Barrio del Mentidero, que fue durante muchos años el centro neurológico de la ciudad, se sitúa el Oratorio de San Felipe Neri, templo barroco que cuenta en su altar mayor con una Inmaculada de Murillo.

Muy conocida es la Plaza Mina, sede del Museo de Cádiz, con sus famosos sarcófagos fenicios y unos fondos en su sección de Bellas Artes que la convierten en una de las más importantes pinacotecas del país. Se llega a la Plaza de España con su monumento a las Cortes de 1812.

En esta ciudad tuvo lugar la redacción y proclamación de la primera Constitución española, llamada popularmente "La Pepa" por haberse proclamado el 19 de marzo, día de la festividad de San José. Este texto constitucional se convirtió en el modelo a seguir durante los sucesivos procesos de independencia de los países latinoamericanos. Es una de las más progresistas de la historia de España y, a pesar de su utopismo y escasa vigencia -aplicada entre 1812-14, 1820-23 y 1836-, se convirtió en símbolo del liberalismo español.





Finalizada la visita, aproximadamente a las 15:00 hrs, regreso al hotel para efectuar el almuerzo-buffet, dentro de las variedades y colecciones que ofrecen, en resumen seria aprox:

. Área Fría: tortilla + dos tipos ensaladas + crudites + tablas de quesos (3 tipos) + sopa fría

. Área Caliente (show cooking): dos carnes + un pescado + dos guarniciones + patatas acompañamiento + dos salsas.

. **Postres**: dos o tres postres elaborados + frutas + yogures

. Bebidas: Agua y vino.

No incluye: cafés, licores y cualquier otra bebida no especificada en el itinerario.

Tarde libre para continuar disfrutando de la ciudad, un paseo por la calle Zorrilla, la calle de los bares de tapas por excelencia, conduce hasta el perfecto mirador sobre el mar constituido por los Jardines de la Alameda Apodaca y el Parque Genovés. Dando un paseo se llega al puerto de Cádiz, escala habitual de cruceros turísticos entre el Mediterráneo y el Atlántico. También existe la posibilidad de acercarse a la playa.

El casco histórico posee calles estrechas y pequeñas plazas con barrios tan populares como La Viña - el de los pescadores, es el barrio gaditano por excelencia, acogedor y amigable fuente de inspiración de las letras carnavalescas. Escenario idóneo para probar la típica caballa con piriñaca, se asoma al mar en La Caleta, la más representativa de las playas de la capital que se distribuyen a lo largo de 3 km de costa (Santa María del Mar, Cortadura y La Victoria) y los barrios: El Mentidero, Santa María (verdadera sede del cante flamenco) y El Pópulo.

25 de enero Cádiz - Madrid

Desayuno buffet en el hotel (incluye cápsulas de

Nespresso y zumo de naranja natural). A las 09.30 hrs encuentro con el guía en el hotel, para continuar con la visita de ayer. Visitaremos el interior de la Catedral.

La Catedral, visible desde el mar, en especial su cúpula recubierta de azulejos dorados, encaja a la perfección con la fisonomía gaditana de aires coloniales. Combina los estilos barroco y neoclásico y su tesoro es de los más importantes de España.

El intenso comercio con las Indias despertó la codicia de los piratas haciendo necesario que la ciudad se fortificara. Los restos del primitivo, aunque remodelado, sistema defensivo de fuegos cruzados ideado por Vauban conforman una parte importante de la riqueza patrimonial de Cádiz. Las Puertas de Tierra conservan a ambos lados lienzos de muralla y semibaluartes como los de San Roque y Santa Elena. Un paseo por el Campo del Sur permite contemplar los baluartes defensivos de Los Mártires y Capuchinos, junto a La Caleta, escoltada por los Castillos de San Sebastián y Santa Catalina. En dirección a la Alameda Apodaca, pueden admirarse el Baluarte de la Candelaria y las Murallas de San Carlos. Las Murallas de las Puertas de Tierra separan claramente la ciudad nueva ganada al mar - estructurada a lo largo de una gran avenida y de su extenso y ambientado paseo marítimo - de la antigua.

No nos olvidamos del **Teatro Falla** (visita exterior).

El Teatro Falla atrae durante más de 20 días la atención de miles de personas, al acoger el Concurso de Agrupaciones del Carnaval de Cádiz. Los Carnavales, declarados de Interés Turístico Internacional, son las fiestas más importantes de la ciudad. El pueblo entero se disfraza y se echa a la calle para vivir la alegría, las risas y el desenfreno de esta celebración en medio de coros, chirigotas y comparsas, que parodian y critican en tono de sátira, todos los acontecimientos de actualidad del año. Una parodia inigualable, donde la guasa gaditana tiene su punto culminante, con un tono burlón, desvergonzado y atrevido, que no podría darse en ninguna otra parte del mundo.

Finalizaremos la visita de hoy a las 12.30 hrs. Con recorrido por el **Teatro Romano** (s. I a.C.) Se conserva en muy buen estado desde la época de esplendor de Gades, en el barrio del Pópulo.

Construido gracias a la iniciativa de la familia romanogaditana de los Balbo, fue descubierto en 1980 y está considerado uno de los mayores edificios de este tipo en España.

Cádiz es mundialmente famosa por sus **torres miradores (129)**, testigos del comercio y prosperidad de que disfrutó la ciudad en el s.XVIII. En concreto, la Torre Tavira fue designada torre vigía oficial del puerto de Cádiz, por ser la cota más alta de la ciudad,



ya que está a 45 metros sobre el nivel del mar y en el centro del casco antiguo.

Entra en la **Torre Tavira**, 7,- euros/persona, pero **173 escalones – 7 pisos**, la cota más alta del casco antiguo de Cádiz, las mejores vistas, con una atracción pionera en España: La Cámara Oscura (máximo 18 personas). Adéntrate en el siglo XVIII, el siglo de mayor esplendor de la ciudad, gracias al comercio gaditano con las Indias.

Almuerzo libre para disfrutar del "tapeo" en Cádiz.

La **sabrosa** gastronomía gaditana resume los platos más apetitosos de Andalucía. Los **productos de la sierra y del mar**, acompañados de sus **inmejorables vinos**, harán de nuestro viaje una deliciosa experiencia. La amplia gama de pescados y mariscos han dado nombre propio a los langostinos de Sanlúcar, al "bienmesabe", a la Urta a la Roteña, la dorada a la sal, las almejas con fideos, las tortillitas de camarones, el "pescaíto" frito en el barrio de la Viña y un largo etcétera de platos que más vale probar que enumerar.

La repostería, impregnada de su herencia árabe, ofrece productos únicos, como las Tortas Chiclaneras, los alfajores y dulces navideños de Medina, los tocinillos de cielo de Jerez, los Amarguillos de Grazalema, etc.

Tabernas a degustar sus celebres "tapitas": El Manteca (lugar emblemático por excelencia) tomar sus chicharrones en papel de estraza, también sus camarotes, gambas, etc.... Taberna del Tio de la Tiza, bonita plaza que da lugar a su nombre, el Mercado de Abastos, disfrutar de sus puestos y degustar su gastronomía. Si se quiere algo más elaborado las Tapas del Faro de Cádiz., uno de los mejores restau rantes de la ciudad, con su barra para "tapear". Si se quiere disfrutar de cocina a la altura de estrella Michelín y del atún de almadraba, visitar La Curiosidad de Mauro.

Finalizamos con Restaurante Café Royalty, es probablemente el único gran café romántico histórico conservado en Andalucía y posiblemente en toda España. Sus ricas pinturas de artistas de renombre como Felipe Abarzuza, su exquisita carpintería artesanal y escayolas originales recubiertas de pan de oro fino, junto al mobiliario de las primeras décadas del siglo XX (inaugurado en 1912), no deja indiferente al visitante. Cuidada oferta de restaurante, tapas y cafetería.

Al termino del almuerzo libre . Traslado por su cuenta hacia la estación de ferrocarril AVE- Cádiz. , para tomar el tren Alvia con destino Madrid - Puerta de Atocha a las 17:28 hrs, con llegada prevista a Madrid a las 21.30 horas.-



del 8 al 18 de Febrero 🚳 Ayuntamiento de Cádiz

Desde Enero y durante el mes de febrero, Cádiz se transforma en una fiesta. Es época de CARNAVAL. La música carnavalesca se oye por cualquier rincón de la ciudad, se ultiman los detalles de los disfraces (en Cádiz se conocen como "tipo"), algunos de ellos verdaderas obras de arte y el gaditano vive con toda su alma uno de los acontecimientos lúdicos más esperados. quizá de los carnavales españoles el que tiene una imagen más jocosa y divertida.

Frente a la espectacularidad de otros carnavales, la imagen jocosa y divertida del Carnaval de Cádiz lo convierten en una fiesta única, que merece la pena conocer.

Durante estos días no faltan otros espectáculos para que la **fiesta** esos días en Cádiz sea completa. La ciudad entera se vuelca con el carnaval, es una ocasión perfecta para conocerla y disfrutar del **ingenio y la gracia** de los gaditanos.

Inscripciones:

- Del 1 al 12 de diciembre.
- Se realizarán preferentemente por correo electrónico: <u>excursiones.jubiceca@gmail.com</u> o por teléfono: 629663085, indicando nombre y dos apellidos.

A todos se les comunicará reserva de plaza.

Precios aproximados:

Afiliados: 145 Euros. Invitados: 184,60 Euros.

Suplemento habitación individual: 24 Euros..

Gastos de Cancelación

| - | ouotoo do ouricolación. | | | | |
|---|------------------------------|------|--|--|--|
| • | hasta el 15/12 | 0% | | | |
| • | del 16/12/17 al 12/01/2018 | 25% | | | |
| • | del 13/01/2018 al 19/01/2018 | 75% | | | |
| • | del 20/01/2018 en adelante | 100% | | | |



CRÓNICA VIAJERA

EXCURSION A CUELLAR Y LAS EDADES DEL HOMBRE 2017

Texto: José Manuel Neira Agra Fotos: José María Cortina

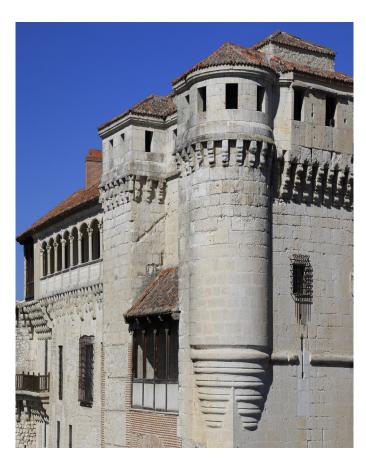
Una vez más nos fuimos de excursión con Jubiceca, el pasado 24 de octubre. Con unos minutos de retraso, el maldito tráfico, pero que con la habilidad del conductor y el "bypass" por el que nos orientó, tan insistentemente, nuestro querido compañero José Ramón Alonso alcanzamos la ruta en breve y el objetivo en el tiempo adecuado para las visitas programadas.

En el camino María Luisa, nuestra guía, nos situó histórica y geográficamente sobre la Villa de Cuéllar. Situada en la zona de pinares segoviana lindera con Valladolid, cuenta con una historia que se remonta como tantas, a poblamientos prehistóricos, con pocos vestigios romanos pero sí con referencias latinas escritas sobre el lugar. De aquí a una Edad Media que la mantuvo en manos, tanto de musulmanes como de cristianos, arrasada por Almanzor 977 y repoblada definitivamente por Alfonso VI de Castilla, en línea con las que tuvimos ocasión de conocer en la visita a Maderuelo y Ayllón, en definitiva la famosa frontera del Duero.



Personaje de interés fue el Duque de Alburquerque (Don Beltrán de la Cueva) que fue beneficiado por Enrique IV con la villa de Cuéllar.

Cuéllar como otras poblaciones tuvo sus momentos de decadencia y de ascensos, en el XVII decadencia por guerras, epidemias etc. y de nuevo una recuperación económica en el XVIII por buenas cosechas para volver a decaer en el siglo XX. Pero actualmente es una localidad con cierto desarrollo que cuenta incluso con una población activa foránea que le permite una elevación demográfica beneficiosa y sobre todo en base a una economía positiva.



Con estas referencias pudimos apreciar mejor la visita cultural programada que iniciamos por el Castillo, uno de los mejor conservados de la provincia, es un gran complejo junto a las murallas , documentado ya en 1306 y con sucesivos arreglos y ampliaciones, contiene diversos estilos pero fundamentalmente gótico y renacimiento. Para hacer la visita más entretenida disfrutamos de una actuación teatralizada que escenificó un grupo de actores recreando una escena cotidiana de los inquilinos ilustres del castillo en el siglo XVII, el correspondiente Duque de Alburquerque. Algún inconveniente en los desplazamientos para algunos compañeros por los incómodos accesos de la época, pero superado por el interés de la representación (gajes del oficio del turista).

Tras un paseo con vistas por las murallas, tan bien conservadas y con unas vistas panorámicas muy bonitas procedimos a realizar la visita a las Edades del Hombre que esta edición se organizó bajo el lema de "Reconciliare" y que visitamos divididos en dos grupos. Tres sedes han recibido los fondos en esta ocasión han sido tres iglesias San Andrés, San Martin y San Esteban cuyo estilo constructivo mudéjar





es la representación más emblemática del estilo que domina esta villa, producto de la población musulmana que se mantuvo en el lugar hasta el siglo XV. El mudéjar junto al románico ofrecen unos edificios de mucha belleza. Las Edades, una vez más han recogido obras de arte sacro muy interesante incluso de fuera de los límites de la Comunidad.

Y por fin nos fuimos a comer al Restaurante El Henar, un agradable lugar en las afueras donde cada uno degustó el menú elegido. Una vez terminado el almuerzo, continuamos la visita a los diferentes edificios simbólicos de Cuellar. Visitamos la Capilla de la Magdalena, del hospital construido en 1429. Capilla gótica de inicio, donde además pudimos conocer por una pequeña exposición, como Cuéllar fue lugar de una activa judería.

Pasamos por el Palacio de Pedro I, donde se casó con Juana de Castro, edificio del románico civil, con interesante artesonado del XV. Tras un breve paseo, por fin llegamos a la Plaza Mayor con la Iglesia de San Miguel, de arquitectura gótica y con obras de Lucas Jordán o de la escuela de Gregorio Fernández. Una mención especial a uno de los rincones de la plaza, de aspecto medieval con fachada de vigas

vistas que recuerda a algunas edificaciones de Mogarraz, en la Sierra de Francia (Salamanca) y de clara influencia francesa por repoblación, quizá sea el caso también en Cuellar. El patio del Ayuntamiento de estilo isabelino o las casas blasonadas del entorno de la plaza, etc.

Conocimos también la importancia histórica de los encierros, citados ya en 1215 o la celebración del Niño de la bola con sus danzantes y los instrumentos típicos de la zona como la dulzaina y el tamboril.

Tras una pausa para refrescar y adquirir algunos dulces lugareños, el grupo se dispuso a regresar al autobús y dar por concluida la visita a esta villa rica en tradiciones y monumentos donde el mudéjar juega un papel importante.

El viaje de regreso se desarrolló sin incidencia y de nuevo a través del "bypass", de la M30, recordado de nuevo por José Ramón. Llegamos al final del trayecto, sanos y salvos y con la satisfacción de haber adquirido un poco más de conocimiento histórico y sobre todo haber pasado un grato día de encuentros personales.



TEATRO

2 y 3 de enero de 2018

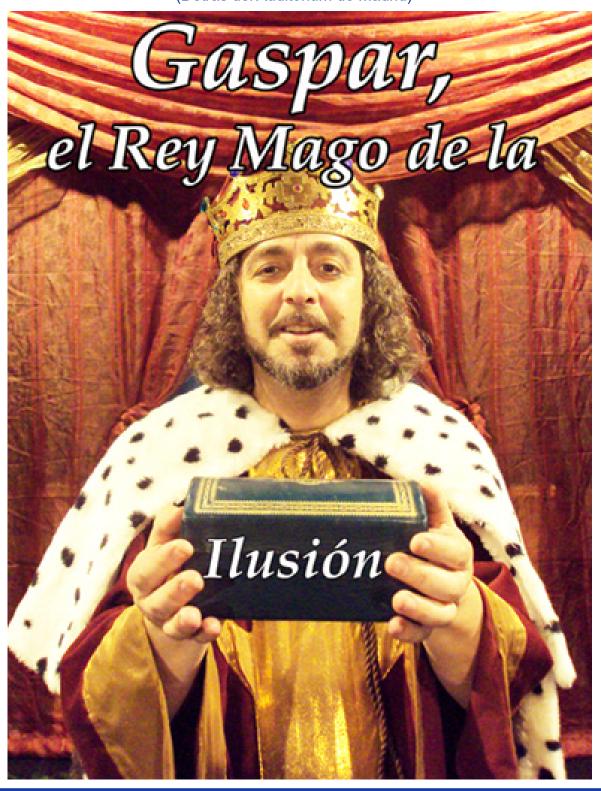
18:00 h. (los dos días)

FESTIVAL INFANTIL DE REYES

TEATRO PROSPERIDAD

C/Mantuano, 29

(Metro Cruz del Rayo) (Detrás del Auditorium de Madrid)



Pues si amigos, regresamos este año al Teatro Prosperidad, para celebrar nuestro Festival Infantil. Las personas que acudisteis en anteriores ocasiones, recordaréis que es un pequeño local, en el que los espectadores, sobre todo los niños, se encuentran tan próximos a los actores que participan de forma muy activa con ellos en la función.

SINOPSIS

El Rey Gaspar y sus ayudantes están preparando el reparto de regalos para la noche de Reyes. Como hay tantísimo trabajo, Gaspar decide contratar a Sara, una joven huérfana que no cree en la Navidad para que les ayude. Las cosas se complican cuando alguien roba la "Lista Mágica" que contiene todos los regalos y los nombres de sus destinatarios. Solamente la ilusión podrá devolver el día de Reyes a los niños.

"Gaspar, el Rey Mago de la Ilusión" pone de manifiesto los valores más altruistas del ser humano. A través del personaje de Sara, una joven huérfana, el público revive el Espíritu de la Navidad en su más pura esencia: recobrar la ilusión por compartir lo poco o lo mucho que tengamos con los demás. A lo largo del espectáculo también se destaca la importancia de la solidaridad, de la familia y de la amistad. Todo ello acompañado del humor y de la música. Un espectáculo musical familiar dirigido por Ángel Cercós.

Condiciones:

- Ser socio de Jubiceca
- Máximo de 6 entradas por socio
- Aconsejado para Niños de 2 a 10 años
- Duración: 1h. 10 minutos

Inscripciones:

- A partir del día 12 de diciembre hasta agotar las localidades (100 por sesión)
- Correo electrónico: <u>tesorería.jubiceca@gmail.</u>
 com
- Teléfono: Ignacio Martín, 639 279 265
- Salvo indicación en contrario, se irán adjudicando las plazas por orden de inscripción.
- Indicar nombre del solicitante, edades de los niños que van a acudir y número de adultos (máximo dos)
- Los niños tendrán preferencia para situarse en las primeras filas del local
- Al final del espectáculo los niños podrán entregar su carta a los Reyes Magos





CUMPLEAÑOS

NAVIDADES ..., Y MUCHAS FELICIDADES

por José Ramón Alonso

La Navidad se celebra en el mundo cristiano para conmemorar el nacimiento de Jesús de Nazaret, si bien actualmente se ha convertido en una festividad internacional. Hay expertos que han intentado confirmar la fecha del 25 de diciembre, pero no hay unanimidad con respecto a las conclusiones.

En el Primer Concilio de Nicea del año 325, se fijó ese día como "Dies nativitatis et epifaniae", dándose la casualidad que en torno a esa fecha, coincidente con el solsticio de invierno, se han celebrado festividades de carácter pagano en otras culturas tales como la Persa, Griega, Romana, Germánica, Escandinava, Azteca e Inca. Una teoría sostiene que dicho concilio aprovechó esas coincidencias para la conversión de los pueblos en aquella época.

Hay expertos que basándose en la Biblia, según Lucas como fuente, en el momento de la concepción de Juan el Bautista, su padre, Zacarías, oficiaba en el Templo de Jerusalén. Siguiendo el relato del mismo evangelista, Jesús nació 6 meses después de Juan. Según los turnos correspondientes al grupo de los sacerdotes al que pertenecía Zacarías, en el calendario lunar hebreo, trasladándolo al vigente, suponiendo que los embarazos de Isabel y María fueron normales, Juan habría nacido en marzo y Jesús en septiembre. Refuerza esta teoría que según el Nuevo Testamento, la noche en que nació Jesús, los pastores cuidaban los rebaños de ovejas al aire libre, cosa que es perfectamente normal en esas fechas y no es habitual a finales de diciembre en las montañas de Galilea. Para más abundamiento, según los Evangelios, en los días en que nació el Hijo de Dios, se ordenó un censo por parte del Emperador, que por razones políticas del momento, no se realizaría en épocas de intenso frío en la zona..

Sin embargo, a raíz del descubrimiento de los manuscritos del Mar Muerto a mediados del siglo pasado, los expertos han realizado recálculos en los turnos de servicio de los sacerdotes en el Templo de Jerusalén y basándose en los mismos pasajes de Lucas, Juan habría nacido a finales de junio y Jesús a finales de diciembre. También refuerza esta teoría, lo indicado por Crisóstomo en el siglo IV, al indicar que Zacarías recibió la noticia del nacimiento de su hijo Juan el "Día del Perdón" en el calendario judío, lo que situaría el nacimiento de Jesús en torno al día 6 de enero, fecha en que celebran la Navidad junto con la Epifanía, tanto la Iglesia Apostólica Armenia, como la Iglesia Ortodoxa de Jerusalén.

De lo que sí estamos seguros, ya que existen registros muy fiables, es de los natalicios de nuestros afiliados nacidos en un mes de diciembre.

El 6 de diciembre nacieron, Jesús Ferreira Olmeda y Carlos Pérez Humanes, el 7, José Manuel Rodríguez Alarcón y Ramón López López, el 9, José Luis Ortega Delgado, el 10, Antonio Arranz Valle, el 11, José Miguel de Frutos Álcazar, el 16, Paulino García López, el 18, Concepción Grande Calvo y Francisco Mata Ramírez, el 20, Javier Asenjo Rodríguez, el 22, Ana María Teresa Comín Olloquiegui, el 24, Pedro Alonso Moreno, el 25, Enrique Herraiz Carballo, el 26, Antonio Moreno Araujo, el 30, José Luis García Ávila y Fernando Soteras Bergua, y el 31, María Josefa Molina-Martell Hidalgo, Andrés Alejandro Peralta López, José Calderón López y José Díaz Egido.

; MUCHA SALUD Y FELICIDADES A TODOS!



PENSIONES

REUNIÓN DE LA COMISION DE CONTROL DEL PLAN DE PENSIONES DE CECABANK PRESTACION DEFINIDA.

por Alfredo Sán Andrés Yélamos

El pasado dia 31 de Octubre ha tenido lugar la celebración de una reunión extraordinaria de la Comisión de Control del Fondo de Pensiones para analizar y tomar las decisiones exigidas en el acta de inspección del Fondo de Pensiones por parte de la Dirección General de Seguros y Fondos de de Pensiones, de fecha 17 de octubre de 2017.

Dicha acta se centraba en los siguientes cuatro puntos junto a los que se detallan las decisiones que se han tomado para dar respuesta adecuada al requerimiento:

- Adecuación de las Especificaciones a la normativa en vigor:

Se ha actualizado la denominación de los Fondos cambiando CECA por CECABANK.

Se ha cambiado el porcentaje de firmas necesario par presentar candidaturas a las elecciones de la Comisión de Control pasando del 15% al 10% de los electores.

- Inclusión en la información trimestral de las comisiones de gestion y deposito aplicando el calculo sobre la cuenta de posición total como sobre la parte de las misma no asegurada.

Se encarga a la Gestora del Fondo que en el próximo informe trimestral consten detalladas ambas comisiones, aunque la opinión de la misma es la de que la información que estaba enviando hasta este momento cumplía la normativa.

- Se requiere a fin de que en el plazo de un mes se modifique la política de inversiones del Fondo de Pensiones a fin de adaptarla fielmente a lo establecido en el Art. 69.4 del Reglamento de Planes y Fondo de Pensiones.

Se acuerda la modificación del documento de política de Inversiones de dicho fondo en los términos requeridos por la Dirección General de Seguros, consistente en ampliar el porcentaje de las inversiones en las que puede estar invertido el fondo, ya que alguna de ellas, por el terma del aseguramiento, estaban excedidas en la redacción anterior.

- Se requiere que el plazo de un mes se remita un calendario de desinversión de los fondos de capital riesgo en los que se excede el límite previsto en la normativa en vigor, así como un estudio sobre el perjuicio que causaria en el patrimonio del fondo la venta de tales inversiones para dar cumplimiento al citado limite.

Se encomienda a la Gestora que prepare dicho documento para su remisión en plazo a la Dirección General de Seguros y Planes de Pensiones.

En relación con este punto es preciso indicar que las inversiones que mantiene el Fondo de Pensiones en Fondos de Capital Riesgo están en la fase final de maduración (en los próximos dos años nos habrán devuelto la totalidad de la inversión) y representan un porcentaje sobre el activo total del fondo que no llega al 0,30% del mismo con lo que la incidencia en caso de que no se cobrase la totalidad, sería ínfima y, además, los beneficiarios nunca se verían perjudicados ya que sus pensiones no dependen de las inversiones del fondo. La posible incidencia negativa sería que se reducirían en una pequeña cantidad los excedentes del Fondo.

En resumen, valoramos positivamente dicha inspección ya que, como hemos visto, las objeciones son mínimas y con ello nos ratificamos en que las cosas fundamentales se están realizando bien aunque es preciso mejorar algunas cosas puntuales en la información y atención a los participes y beneficiarios.





FOTOGRAFÍA

CÓMO TOMAR MEJORES FOTOS CON UNA CÁMARA COMPACTA

por José Esteve Vilaverde

Las cámaras compactas se diferencian de las cámaras Réflex, normalmente en que estas últimas son mucho más complejas, tienen un sensor mucho más grande, además de tener visor óptico y pantalla. Son de un tamaño superior a las cámaras compactas. Las Réflex tienen espejo. Hay un nuevo tipo der cámaras desde hace pocos años que son las "Mirrorless" (cámaras sin espejo), que teniendo unas funciones avanzadas tipo Réflex, son mucho más pequeñas.

Hay varias cosas que se pueden y deben hacerse para aprovechar al máximo las posibilidades de una cámara compacta. Si se usa correctamente, la gente no sabrá con qué cámara se tomó la foto.

Ahora lo primero que conviene tener en cuenta son las limitaciones generales de las cámaras compactas, llamadas en inglés: P & S (apuntar y disparar). Aquí hay una lista:

- **1. Rango dinámico bajo.** (Es decir las zonas más oscuras de una foto y más brillantes pueden tener falta de detalle).
- **2. Enfoque automático lento**, lo que puede ser interesante para deportes y fotos de niños jugando, entre otras cosas.
- 3. Controles manuales menos completos.
- 4. Gran profundidad de campo. Las cámaras compactas suelen tener una gran capacidad de enfoque o profundidad de campo, lo que es una ventaja nada despreciable, aunque tiene sus problemas.
- 5. No captura imágenes RAW o sin modificar por la propia cámara, aunque cada vez esto es menos frecuente, dado el avance que han tenido y siguen teniendo las cámaras compactas de medio y alto nivel.
- **6. Bajo rendimiento en ISO altos** (ruido en imágenes tomadas con poca luz).

Las grandes diferencias pues, son el bajo rango dinámico, la gran profundidad de campo y el ruido en ISOS altos.

¿CÓMO SE PUEDEN EVITAR ESTOS PROBLEMAS?

1. Bajo Rango Dinámico

Este problema produce dos efectos en las imágenes. La primera es que frecuentemente el primer plano está subexpuesto, es decir le falta luz, y el cielo sobreexpuesto, es decir tiene exceso de luz, lo que hace que la foto, pierda en calidad.

Aquí hay un ejemplo:



Es decir, cuando el cielo está brillante incluyendo las nubes porque el sol está brillando y el suelo o la parte que corresponde al mismo del paisaje refleja mucho menos la luz que las nubes donde brilla el sol, la imagen que queremos captar necesita que la cámara tenga un gran rango dinámico, porque hay grandes diferencias de luz y tono entre el cielo y el suelo, es decir que sea capaz de captar los detalles en las zonas menos luminosas u oscuras y en la parte correspondiente a las nubes.

¿Cómo trabajar para disminuir o eliminar este problema? Simple: nunca disparar hacia el cielo si se quiere que tanto el cielo como el primer plano estén bien expuestos, es decir tratar de evitar que el cielo ocupe la mayor parte de la foto, sino al revés.

Aquí hay otra fotografía:





2. Enfoque automático lento.

El problema con el autofoco lento es fácil de resolver. No disparar cosas en movimiento, o si se hace, concentrarse en un punto y esperar hasta que lo que se está moviendo esté en ese punto, luego tomar la fotografía. Solo tenga en cuenta el retraso entre presionar el botón del obturador y tomar la foto. Esta técnica requiere mucha práctica para hacerlo bien.

3. Pobres controles manuales

Este es también un problema bastante fácil de solucionar, disparando en modo automático o, si su cámara lo tiene, lo que es cada vez más frecuente, usar el modo de Prioridad de Apertura, que es accesible inmediatamente a través del dial que suele estar en la parte superior de la cámara, ubicado muy cerca del icono de disparo automático, y suele ser una letra A o Av. Cuando se poner el dial en la Prioridad de Apertura, lo único que hay que hacer es poner el diafragma que más nos interesa, por ejemplo un 4 o un 5,6, con lo que la cámara siempre disparará con ese diafragma, hasta que se cambie y se ajusta automáticamente la velocidad y el ISO. Esto no suele valer en interiores, donde conviene poner el diafragma que más abre la apertura a la luz, como por ejemplo un 2, un 2,8, o un 3,5. Sólo recordad el no dejar que la velocidad de obturación sea demasiado lenta con el riesgo de que las imágenes tomadas resulten borrosas. Generalmente conviene mantener la velocidad por encima de 1/60).

4. Gran profundidad de campo

Una cosa que las cámaras Réflex tienen son sensores muy grandes por lo el área que aparece muy nítida es bastante pequeña y el área difuminada o borrosa de la imagen a tomar suele ser bastante grande, cuando las fotos se toman con una apertura o diafragma muy abierto, por ejemplo un 2, 2,8 o 3,5. Esto significa que cuando se estén tomando retratos, se tendrá que pensar mucho más sobre los fondos que van a aparecer porque no se pueden esconder en la imagen que toma una cámara compacta. Hay que Intentar encontrar fondos bonitos.

5. No captura la cámara imágenes RAW.

Esto no es un gran problema. Las fotos tomadas en el modo RAW, tienen una mucho mayor posibilidad de ser tratadas con un software de postproceso con mucha mayor eficacia, pero si se consiguen sacar fotos equilibradas en cuanto a la luz, el contraste y la nitidez, no hay que preocuparse más del tema, además de que muchas personas que tienen cámaras compactas, no usan ningún software de postproceso, por lo que tomar las fotos en RAW, sería contraproducente, porque en este modo,

siempre hay que tratar las fotos, aunque sea mínimamente para que las imágenes se conviertan automáticamente a JPG.

6. Pobre rendimiento a valores ISO altos

Simplemente no se debe disparar cuando está oscuro el ambiente. Normalmente conviene que en casa, con tiempo, se establezca cuál es el máximo ISO que se puede usar, en función del ruido que aparece en la foto al verla en la pantalla del ordenador. Una vez conocido el máximo ISO que se puede usar para que la imagen no sufra, no pasar de ese ISO al hacer las fotos, de tal manera que si quiero hacer fotos en interiores o de noche, tenga en cuenta no hacerlas más allá del ISO que he decidido como límite superior, a no ser que las guiera como un testimonio o recuerdo de una situación cualquiera y no le dé mayor importancia al ruido que aparezca. Ahora, cuando se encuentre en un ambiente oscuro, configure su cámara con este ISO, es decir el máximo que Vd. considera utilizable, la apertura más grande que pueda (el número más pequeño, por ejemplo f2, 2,8 o 3,5) y prepara la cámara con el temporizador, es decir con la posibilidad de que una vez que aprieta el disparador, la foto no se realice hasta pasados algunos segundos y con la cámara reposando en un trípode o en una base improvisada.

Las cámaras compactas actuales suelen tener también además de la Prioridad a la Apertura del Diafragma del que acabamos de hablar, la Prioridad a la Obturación o Velocidad de disparo que viene señalado en el dial superior que hemos comentado, con la letras S o Tv.

Después de aplicar estos procedimientos al tomar sus imágenes con una cámara compacta es muy posible que esté tomando mejores fotos que el 90% de las personas que utilizan cámaras Réflex, de las que muchas veces no se saben extraer las posibilidades que tienen por falta de lectura de las instrucciones y aplicación de sus funciones.



(Estas notas están basadas sobre un artículo de Max Edin, fotógrafo autónomo autodidacta de 24 años de Helsinki, Finlandia.)



GASTRONOMÍA

HISTORIAS, RECETAS Y REFRANES DE NUESTRA GASTRONOMÍA (58)



por Chez Lazegui

Próximas las fiestas de Navidad, es adecuado el que dediquemos estos apuntes a dichas celebraciones con algunas de las recetas típicas de estos días, ya que es habitual en el mundo cristiano celebrar el nacimiento de Cristo con verdaderas orgías gastronómicas con manjares que alagan al paladar y destrozan la línea de los creyentes.

PONCHE DE NAVIDAD.

Ingredientes: (por persona)

- · Una cucharada de zumo de limón.
- Una cucharada de licor de fresas.
- ½ rodaja de piña (natural o de lata).
- Una rodaja de naranja,
- Una copa de cava (mejor champan) seco o sidra.
- 40 gr. de cerezas confitadas o uvas naturales.
- ½ vaso de hielo picado.

Preparación:

- Pon en una coctelera (o jarra con tapa) el zumo de limón, el licor de fresas, la piña cortada en trocitos y la rodaja de naranja.
- Llena la coctelera hasta la mitad con el hielo picado fino y agrega el champan o la sidra, las cerezas o las uvas.
- Remueve con una cucharilla larga y sirve en copas altas de champán, previamente humedecidos sus bordes con agua fría y sumergidas en azúcar molida para que queden impregnadas de la misma.

¡Salud!

LOMBARDA MADRILEÑA

Ingredientes: (para 4 personas)

- · Una lombarda de un kilo.
- 750 gr. de manzanas reinetas.
- 150 gr. de cebollas.
- 3 cucharadas de manteca de cerdo
- 4 cucharadas de vinagre, 100 gr. de roquefort laurel, perejil, sal y un vaso de vino tinto.







Preparación:

- Separa las hojas de la lombarda, lávalas bien, quítales las partes duras y corta el resto en tiras finas.
- Pica las cebollas, Pon la manteca a calentar en una cacerola. Dora la cebolla y cuando empiece a tomar color, añade la lombarda, bien escurrida y las manzanas que habrás pelado y cortado en trocitos pequeños.
- Rehógalo todo moviendo bien para que se impregne de grasa todo ello. Añade perejil, laurel, sal, vinagre y el vino. Tapa la cacerola y deja que se haga a fuego fuerte unos 15 minutos.

BESUGO AL HORNO

Ingredientes: (para 4 personas)

- Un besugo de un kilo y cuarto
- 6 cucharadas de aceite
- 8 patatas pequeñas
- 1 limón, sal gorda y perejil.

Preparación:

- Pela las patatas, lávalas y ponlas a cocer en agua fría con sal. Déjalas alrededor de 15 minutos. Mientras se cuecen, limpia bien el besugo, quitándole las escamas y lávalo.
- Pon en una besuguera 4 cucharadas de aceite.
- Coloca el besugo. Rocíalo con la mitad del zumo de limón y otra cucharada de aceite. Mételo al horno previamente calentado a 200 grados. Deja que se haga durante 10 minutos.
- Al cabo de este tiempo, abre el horno y coloca las patatas alrededor del besugo. Rocíale con el zumo de limón restante y las patatas con la otra cucharada de aceite- Vuelve a meterlo en el horno otros 10 minutos.
- Cuando falten 2 minutos, salpica tanto el besugo como las patatas con abundante perejil picado y unas gotas de vinagre.



MUSLOS DE PAVO RELLENOS.

Ingredientes: (para 4 personas)

- 4 muslos de pavo
- 100 gr. de requesón
- 100 gr. de roquefort
- Una loncha de jamón cocido o de york de 100 gr.
- 60 gr. de mantequilla, aceite, una cucharadita de especias mezcladas
- 50 gr. de aceitunas negras, nata, caldo, sal y pimienta.

Preparación:

- Flamea los muslos de pavo, lávalos y sécalos.
- Ponlos en la tabla de picar e introduce un cuchillo muy afilado entre la carne y el hueso, separándolos y extrayendo el hueso (mejor dile al carnicero que te lo haga).
- Pica el jamón ponlo en una terrina, añade el requesón, 30 gr, de mantequilla blanda y el queso roquefort.
- Aplasta los quesos y la mantequilla con un tenedor mezclándolos con el jamón picado. Sazona con sal y pimienta y añade las aceitunas negras picadas muy menudas. Rellena los muslos de pavo con esta mezcla bien hasta el fondo.
- Después cose la abertura con una aguja gruesa e hilo fuerte. Pon los muslos ya rellenos en una fuente de horno donde quepan con holgura, riégalos con un chorrito de aceite, salpimentalos y sazona con las especies.
- Mételos en el horno a 180º durante 1 hora, bañándolos de vez en cuando con un poco de caldo caliente.
- Una vez asados, ponlos en una fuente de servir y echa en la salsa 4 o 5 cucharadas de nata para que se ligue y quede cremosa. Rectifica de sal y pimienta si fuera necesario, vierte la salsa sobre los muslos y sirve caliente.



No existe modernidad sin una buena tradicion. A veces me dan ganas de hacer dieta. Pero recuerdo que ya se acerca la navidad y se me pasa. La gente que ama comer, siempre es la mejor gente.

Cocinar con amor alimenta el alma.

¡¡¡Buen provecho y Felices Navidades!!!.



ÓPERA ENTRE AMIGOS

HISTORIA DE LA ZARZUELA (14)

angelmoreno@gmail.com

Entendiendo, como hicimos en el capítulo anterior al incluir la ópera de Bretón La Dolores, que vale la pena incluir entre las zarzuelas las pocas óperas españolas de que disponemos, dedicamos esta entrega a Isaac Albéniz. Recordamos también el orden que tratamos de seguir en este resumen de la historia de la zarzuela:

- 1. Hemos ordenado las obras de las que hoy tenemos grabaciones, cerca de 200, por la fecha en que fueron estrenadas.
- Cuando se llega a la primera obra de un compositor, hacemos una breve reseña del mismo y un resumen de cada una de sus obras que hoy podemos escuchar, ordenadas por fecha de estreno. Y así sucesivamente.



Isaac Albéniz con 14 años

Isaac Albéniz (1860-1909)

Este pianista y compositor catalán fue realmente un ciudadano del mundo, madrileño, francés, inglés... Un niño prodigio que dio su primer concierto de piano a los 4 años y que, a lo largo de una vida dedicada en su mayor parte a la música instrumental, estrenó cuatro zarzuelas entre 1881 y1894. Tres de ellas se han perdido y de la cuarta no se dispone de ninguna grabación. En 1902 comenzó a escribir su quinta zarzuela, pero apenas esbozó el preludio y dos escenas por motivos de salud. Total, que hoy no podemos escuchar ninguna zarzuela de D. Isaac. Pero sí tres óperas.

En 1890 Albéniz firmó un contrato con una empresa británica y se trasladó a vivir a Londres. Allí conoció a un rico heredero y banquero inglés al que le encantaba escribir poemas y libretos. Tan bien se entendieron los dos, que el financiero se comprometió, cosa que cumplió, a pagar de por vida un sueldo mensual a Albéniz a cambio de que éste pusiera música a algunos de sus escritos. Esta relación supuso para Albéniz y su familia, mujer y tres hijos, una tranquilidad nada habitual para un músico en la época. El barón Francis Burdett Money-Coutts (1852-1923), que tal era el nombre del mecenas, tuvo siempre en gran aprecio y consideración a Albéniz, siendo correspondido por éste de la misma manera. Fruto de esta relación de mecenazgo fueron varios poemas del barón a los que Albéniz puso música y, también, tres libretos escritos por el barón que han dado lugar a las tres óperas de Albéniz que hoy podemos escuchar.

• 1895 Henry Clifford. Estrenada, con el libreto original en inglés traducido al italiano, en el Liceo de Barcelona el 8 de mayo de 1895 con la orquesta dirigida por el propio Albéniz. Se representó cinco días. La siguiente interpretación, grabada en el Auditorio Nacional de Música de Madrid y que es la que hoy podemos escuchar, tuvo lugar más de un siglo después, en octubre de 2003, gracias a la labor del musicólogo y director de orquesta madrileño José de Eusebio.

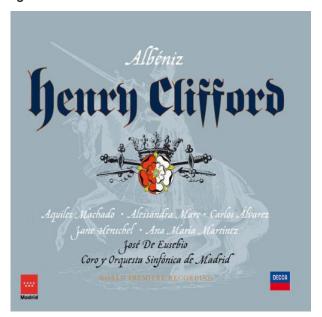
Argumento. La historia de Henry Clifford se enmarca en la Guerra de las Rosas, acaecida en la segunda mitad del siglo XV en Inglaterra. Dos bandos, los Lancaster (el comandante Henry Clifford, rosas rojas) y los Yorkshire (Sir John, padre de Annie, esposa de Henry, rosas blancas), se disputan el derecho al trono real. Estos dos personajes son figuras históricas de la época y en el texto se citan las batallas, también reales, de Towton y de Bosworth.

Henry es derrotado por Sir John, sus tierras son decomisadas y, para salvar la vida, huye disfrazado de pastor. Al morir Ricardo III, un York, cambian las tornas: los York son derrotados, se restituye el patrimonio a Henry y John pasa a ser su prisionero. Como castigo, Henry va a ejecutar a su enemigo pero, finalmente, le impone tres años de destierro, el mismo tiempo que él estuvo



huyendo como pastor. Al final de la ópera, Henry Clifford es aclamado como el lord pastor.

Temas musicales destacados. Las partes instrumentales: los preludios de los tres actos, la danza de las hadas del acto II y el ballet seguido del coro "When the breezes are still" del mismo acto. El aria de Annie "Sweet are the visions", el duo de Annie y Henry del tercer acto "My heart is faint". El final con Henry, Annie, John y el coro de cierre que es una invitación a la Concordia Not mine vengeance, not mine repayment... both roses flourish, red and white in love and sisterly delight".



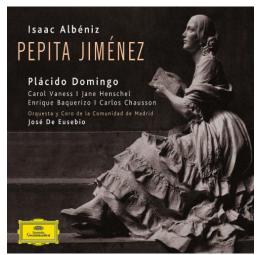
Coutts basado en la novela homónima de Juan Valera publicada en 1874. Basada en unas composiciones previas para piano que el propio Albéniz orquestó. De esta ópera hay tres versiones. La primera de un solo acto, con texto en italiano y estrenada sin éxito en el Liceo en 1896. La segunda, ya con dos actos y estrenada el año siguiente en Praga, de nuevo con poco éxito. Albéniz no se dio por vencido y siguió trabajando en ella, estrenando una tercera versión, también con dos actos, en el teatro de La Moneda de Bruselas en 1905 y que ya fue mucho mejor recibida.

Argumento. En un pueblo de Andalucía. Pepita Jiménez es una chica muy joven que acaba de enviudar tras un matrimonio con un viejo rico. Don Pedro, un acaudalado terrateniente, la pretende. Su mayordoma, Antoñona, descubre y

le cuenta que la joven de quien está enamorada es de su hijo y heredero Luis, que estudia en el seminario y al que falta poco para hacerse cura. Antoñona trata de convencer a Don Pedro de que sería mejor que se casaran los jóvenes entre sí y, finalmente, lo consigue, encargando don Pedro a Antoñona que se las arregle para que su hijo se olvide de ser cura y se enamore de Pepita. Si a estos ingredientes añadimos un vicario que intermedia y un conde libertino que persigue a la protagonista, tenemos los elementos necesarios para una tragedia romántica: los rivales amorosos, el conde y Luis, se retan a duelo, muere el bueno y la protagonista se suicida. Pero el guionista no está por la labor y se las arregla para que la ópera tenga un final feliz, muy diferente al trágico de la novela de Juan Valera.

En 1964 Pablo Sorozábal hizo una cuarta adaptación de esta ópera que se estrenó, dirigida por él mismo, en el Teatro de la Zarzuela de Madrid con Pilar Lorengar y Alfredo Kraus como protagonistas. En ella don Pablo alteró el final feliz de las versiones del propio Albéniz, sustituyéndolo por el suicidio de los protagonistas.

Temas musicales destacados. En el primer acto, el dúo de Pepita y el vicario "Pepita, ¿qué te ocurre?" seguido de la romanza de Pepita "Si por él yo me muero". El dúo de Luis y Pepita "Te quiero hablar". Y, ya en el segundo, acto el coro que sigue a la escena "Buenas noches Pepita" y el villancico "Din dan, din don" seguido por un interesante nocturno orquestal.



Continuaremos en la próxima entrega con la tercera y última ópera de Albéniz que hoy podemos escuchar, Merlín, estrenada en el Teatro Real en mayo de 2003.





Grupo Asistentes a Excursión a Cuellar





Alcala, 27- 28014 Madrid E-mail: jubiceca@gmail.com Web: jubiceca.wikispaces.com

