Octubre - Diciembre 2021

Revista Trimestral

vivencias

Nº: 24

Hogar de Personas Mayores de Huesca

De la importancia que tuvo la *Feria de San Andrés* en Huesca es buena muestra poder decir que su callejero, en una de las calles que delimita el Palacio de Congresos, nos la recuerda.

EDITORIAL

NÚMERO 24
Octubre — Diciembre 2021

SECCIONES FIJAS

- Portada VIVENCIAS
- Editorial - Equipo Redacción
- Página de VOLUNTARIOS INFORMÁTICA
- El Humor de Gofi
- Entretenimientos
- Teléfonos de interés

COLABORADORES:

Mª TERESA AYUDA
ELENA SANCHÍS
AUGUSTO ALVIRA
EDUARDO SÁNCHEZ
J. JESÚS CASTIELLA
JOSÉ JULIÁN PIRACÉS
ELIA MARTÍN
CLARA GABARRE
Mª JOSÉ NASARRE
JAVIER DOLCET
VÍCTOR MAIRAL
ÁNGEL DUESO
Mª PILAR DELAFUENTE
MICHEL ALCUBIERRE
CARLOS ABADÍA
NICOLÁS CASABÓN
ANTONIO LÓPEZ
ANTONIO HERNÁNDEZ
ÁNGELA LÓPEZ
ANTONIO RODELLAR
JOSÉ ABADÍA
MARY MAIRAL
LALI GRACIA
ALUMNOS CPIFP PIRÁMIDE

Las imágenes de portada son de ***Huesca: Ferias y Mercados***, libro editado en 1990 por la DPH. Sus autores: Ricardo Compairé, Hnos. Viñuales y Archivo Mas.

El contenido de los artículos es responsabilidad de sus autores o de quienes los firman.

EQUIPO DE REDACCIÓN

Editorial

Esperábamos finalizar 2021 con ilusiones renovadas, pero nuestro gozo ha quedado en un pozo cuando la variante ***ómicron*** del virus nos ha devuelto la cara más amarga de la realidad y la sexta ola está incipiente, y además aún no vislumbramos, con la nitidez necesaria, la *nueva realidad* que tanto nos preconizaron antes de la vacuna. Ésta parece que solo ha servido, de momento, para darnos un leve respiro, y considerando que la pandemia sigue rondando nuestra vida social, no deberemos bajar la guardia ni descuidarnos ni un instante en las fiestas navideñas venideras.

Precisamente las fechas de la conocida ***Feria de Ganados de San Andrés***, que se celebraba a finales del mes de noviembre, nos sirve para enlazarla con las cercanas fiestas de la próxima Navidad, que esperamos que de verdad pueda ser como antes de la pesadilla del Covid-19. Dichas fechas en la ciudad de Huesca, otrora, eran una invitación a unos días de fiesta, y es por ello que recordarla nos remonta a su ancestro origen medieval y al trajín de autóctonos y paisanos foráneos llegados para hacer negocio con la compraventa. Las blusas negras de sus protagonistas iban invadiendo las posadas y calles oscenses, acompañando sus reatas interminables de caballerías; mientras, un colorido especial cambiaba el comportamiento cotidiano de la ciudad, pues no se ceñían solo a lo relativo de las transacciones comerciales que podían realizarse, sino que se prolongaba más allá del trato, adquiriendo a su alrededor todo un aire festivo.

El deseo de los miembros de esta Redacción es que nuestros lectores, a través de las siguientes páginas, afloren sus recuerdos vividos años atrás, cuando la vida era más sosegada que en el presente y los oscenses encontraban, en dichas fechas, un ritmo social diferente al cotidiano; y que a pesar de las sombras que el virus nos ha ido tendiendo podamos celebrar, de verdad, una festividad familiar como veníamos haciendo tradicionalmente: sin restricciones ni condicionamientos. Que así sea.

Desde estas páginas el deseo de una Feliz Navidad, próspero Año Nuevo y... que ustedes lo lean bien al calor del Hogar.

****

EDITA:
Hogar de Personas Mayores de HUESCA - IASS
DEPÓSITO LEGAL:
Hu—338/2015
DIRECCIÓN:
C/ Pío XII, s/n. - 22006 - HUESCA - Teléfono—974 226 212
CORREOS ELECTRÓNICOS:
esanchis@aragon.es y mtayuda@aragon.es
DISEÑO Y MAQUETACIÓN:
Portada, composición y maquetación: **Jesús**

Saludo de la Directora

Por María Teresa Ayuda Barluenga

Inicio este artículo con buenas noticias, aunque quizá la mejor de todas sea que hemos podido abrir el Centro casi casi con total normalidad. Tenemos que mantener las medidas básicas impuestas por la nueva era (uso de mascarillas, ventilación e hidrogel), pero hemos podido retomar las actividades más populares en el centro, como eran: *Jugar a las cartas*, al *Billar*, al *Parchís*… o, simplemente, *estar conversando*.

El Hogar está realmente muy bonito, pues a la decoración navideña, que nuestro personal de conserjería ha colocado con tanto cariño, hemos podido añadir una exposición permanente de cuadros de ***ASAPME Huesca*** (Asociación de Salud Mental Huesca).

Así mismo aprovecho para dar la bienvenida a Bea, la nueva PSA del centro tras la jubilación de Ana, que viene con muchas ganas e ilusión. Y también utilizo estas líneas para desearos, de parte de todo el equipo que formamos el Hogar, unas muy Felices Navidades y un Próspero Año Nuevo.

Nueva PSA del Hogar: ***Beatriz Benabarre****.*

En años anteriores me gustaba reflexionar acerca del año que se cerraba, pero este año no me extenderé en ese aspecto, ya que, aunque se han hecho cosas muy variadas, prefiero quedarme solo con lo que viene.

Iniciamos el mes de junio pasado las actividades de lo más variopintas, cofinanciadas por el ***Instituto Aragonés de Servicios Sociales*** y que han tenido mucho éxito (estoy hablando por ejemplo de *Redes Sociales*, *Zumba para mayores*, *Senderismo*, *Inglés*, *Manualidades* o *Jardinería Terapéutica*), también comenzaron los talleres de *La Caixa* y se mantuvo el *Servicio de Promoción de la Autonomía Personal* que ya tiene 31 usuarios y el *Programa Cuidarte*.

Vamos al futuro, pues a pesar de que aún tardaremos un poco en retomar las actividades que impartirán los distintos ***Voluntarios***, sí que deseo comentaros que se están preparando para lanzarlas en cuando se pueda y que tendremos mucha variedad ofertada. También la convocatoria de actividades de *Envejecimiento Activo del IASS* dará su pistoletazo de salida en el mes de febrero, pero las inscripciones se realizarán durante el mes de enero. Estas actividades tendrán una duración hasta el mes de mayo.

Como novedad os anticipo que los alumnos del ***Ciclo Formativo de Acondicionamiento Físico del IES Pirámide*** nos van a ofrecer unos talleres gratuitos muy interesantes durante los meses de enero y febrero, estad atentos porque en este mes abriremos el plazo de inscripciones. Puedo adelantaros que habrá *Baile*, A*ctividad Física* y P*iscina*, y que serán cuatro talleres diferentes (ver las páginas 30 y 31 de esta revista). También seguiremos con el *Programa Cuidarte* de apoyo emocional a socios del centro y el de apoyo a familiares. Acaba de terminar una convocatoria y ha sido todo un éxito.

Os animamos a disfrutar de estas próximas fiestas en casa con precaución, para que, en cuanto podamos a partir del 2022, recuperemos esas fiestas y bailes que tanto gustaban en el Hogar.

No me extiendo más y... ¡Feliz Navidad!

****

UN BONITO AÑO

Por Elena Sanchís Yago

Este mes de diciembre hace un año que escribí el primer artículo para esta maravillosa revista, eso quiere decir que ya hace un año que empecé a trabajar con vosotros y vosotras en el Hogar de Huesca. Hoy puedo decir que mi experiencia en este centro ha sido y es muy gratificante y enriquecedora.

Como habéis podido comprobar, acabamos este año 2021 de manera muy diferente a como lo empezamos. El pasado mes de septiembre, más de 150 socios y socias del Hogar os apuntasteis a las nuevas actividades del centro.

Es un gusto poder decir que, de las quince actividades propuestas, todas han salido adelante gracias a vuestras ganas, motivación y participación. Esto indica que sois un grupo de personas que os interesa el ocio, la vida social y el bienestar, tanto físico como emocional. Por ello seguiremos trabajando en esta línea, ofreciendo actividades y servicios variados para todos los gustos (actividades en página siguiente).

Por otro lado, me gustaría deciros muchas cosas como resultado del balance anual, pero sobre todo quería poner en valor a todas las personas voluntarias del Hogar, que pese a que todavía no se han podido retomar sus actividades al completo, seguimos esperando el momento con esperanza e ilusión.

También querría mencionar a quienes sois usuarios del PAP, un gran pilar de este centro. A todas ellas las he podido conocer bien y nos han regalado frases tan bonitas como estas: *"el PAP ha cambiado mi actitud en la vida"*, *"venir al Hogar es lo mejor del día"*, *"son tan cariñosas las profesoras que nos tratan como si fuéramos de su familia"*, *"¿lo mejor del PAP? ¡todo!"*.

Aquí os dejo una foto de Esperanza, usuaria del PAP, y su marido Nicolás, en una visita guiada que hicimos en el mes de octubre al Museo Pedagógico de la Escuela. Entre ellos aparece una fotografía de cuando el propio Nicolás era niño y que éste cedió gustosamente al Museo. Como podéis imaginar fue un momento muy emocionante para ellos y para el resto del grupo que le acompañaba, ya que el propio Nicolás enriqueció la explicación que el guía iba aportando, con algunos datos curiosos referidos a la fotografía en cuestión.

Esperanza y Nicolás en el Museo Pedagógico

Y como no, agradecer una vez más su esfuerzo y dedicación al Equipo de Redacción de esta revista, que cada trimestre la hace posible, así como a todos los socios y socias que colaboran en ella escribiendo artículos sobre sus propias vivencias, llenando sus páginas de relatos y experiencias de vida.

Me despido esta vez dando la bienvenida a nuestra compañera de conserjería, Beatriz Benabarre (fotografía en página anterior), que ya lleva unos meses con nosotros/as y que muchos/as habéis podio conocer ya.

Acabo felicitándoos el año nuevo y deseando felices fiestas a todos y todas, espero que paséis buenos días de Navidad y que el 2022 venga cargado de todas las cosas buenas que deseáis. Desde el Hogar del IASS de Huesca, haremos un baile coreografiado con los usuarios y usuarias del PAP, así como con las trabajadoras del centro, para intentar celebrarlo por todo lo alto además de la participación de otros Hogares de la provincia. Esperamos que lo podáis ver y os guste.

Un fuerte abrazo para todos y todas.

.....

Actividades propuestas

A continuación os presentamos la tabla de actividades antes citada, donde se incluyen todas las programadas. Esperamos que el nuevo discurrir de la pandemia nos deje concluir el curso que ahora iniciamos sin contratiempos.

****

ESPALDA SANA 1	MARTES Y JUEVES DE 9:30 A 10:30	15 PERSONAS	GIMNASIO	2-4 NOV 9-11 NOV 16-18 NOV 23-25 NOV 30 NOV 2 DIC 9-14 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 12
ESPALDA SANA 2	MARTES Y JUEVES DE 10:30 A 11:30	15 PERSONAS	GIMNASIO	2-4 NOV 9-11 NOV 16-18 NOV 23-25 NOV 30 NOV 2 DIC 9-14 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 12
YOGA 1	MIÉRCOLES Y VIERNES DE 9:30 A 10:30	15 PERSONAS	GIMNASIO	3-5 NOV 10-12 NOV 17-19 NOV 24-26 NOV 1-3 DIC 10 DIC 15 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 12
YOGA 2	MIÉRCOLES Y VIERNES DE 10:30 A 11:30	15 PERSONAS	GIMNASIO	3-5 NOV 10-12 NOV 17-19 NOV 24-26 NOV 1-3 DIC 10 DIC 15 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 12
APRENDEMOS A USAR EL MOVIL (INICIO)	MARTES DE 17:30 A 19:30	10 PERSONAS	SALA DE INFORMÁTICA	2-9-16-23-30 NOV 14 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 12
APRENDEMOS A USAR EL MOVIL (AVANZADO)	MIÉRCOLES DE 18:00 A 20:00	10 PERSONAS	SALA DE INFORMÁTICA	3-10-17-24 NOV 1-15 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 12
DESPIERTA TU MENTE 1	MIÉRCOLES DE 9:30 A 11:00	12 PERSONAS	BIBLIOTECA	3-10-17-24 NOV 1-15 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 9
DESPIERTA TU MENTE 2	MIÉRCOLES DE 11 A 12:30	12 PERSONAS	BIBLIOTECA	3-10-17-24 NOV 1-15 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 9
INGLÉS BÁSICO PARA PRINCIPIANTES	MARTES Y JUEVES DE 17:00 A 18:00	10 PERSONAS	SALA DE LA TV	2-4 NOV 9-11 NOV 16-18 NOV 23-25 NOV 30 NOV 2 DIC 9-14 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 12
NAVEGACIÓN AVANZADA POR INTERNET CON EL ORDENADOR	MARTES DE 9:00 A 11:00	10 PERSONAS	SALA DE INFORMÁTICA	2-9-16-23-30 NOV 14 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 12
PRIMEROS PASOS PARA NAVEGAR POR INTERNET CON EL ORDENADOR	MIÉRCOLES DE 9:00 A 11:00	10 PERSONAS	SALA DE INFORMÁTICA	3-10-17-24 NOV 1-15 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 12
TALLER DE MANUALIDADES	VIERNES DE 10:00 A 11:30	11 PERSONAS	BIBLIOTECA	5-12-19-26 NOV 3-10 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 9
MEDITACIÓN Y MINDFULNESS	LUNES Y VIERNES DE 10:00 A 11:00	10 PERSONAS	SALA DE LA TV	5 NOV 8-12 NOV 15-19 NOV 22-26 NOV 29 NOV - 3 DIC 10 DIC 13-17 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 12
ZUMBA PARA MAYORES (EJERCICIO BAILANDO)	MARTES Y JUEVES DE 18:45 A 19:45	10 PERSONAS	GIMNASIO	2-4 NOV 9-11 NOV 16-18 NOV 23-25 NOV 30 NOV 2 DIC 9-14 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 12
JARDINERÍA OPTIMISTA Y CREATIVA	JUEVES (+1 lunes día13) DE 11:30 A 13:00	10 PERSONAS	SALA DE LA TV	4-11-18 NOV 9 - 13(lunes) - 16 DIC	DURACIÓN: 6 SEMANAS TOTAL DE HORAS: 9

Imágenes de distintos trabajos de Collages realizados en el Hogar del IASS de Huesca por el PAP

*Abajo las caricaturas de **José Mª Aznar**, **Leo Messi** y **Rafa Nadal**, ilustraciones del socio **José Abadía Piracés***

DESDE EL P.A.P. (PROTÉGETE DEL FRÍO)

Por Elia Martín y Clara Gabarre

Estamos en unas fechas en las que se acerca el invierno y con él, el frío y los problemas de salud asociados a esas bajas temperaturas pueden evitarse con algunas medidas muy sencillas. Desde el servicio PAP, recomendamos el protegerse con…

La alimentación e hidratación:

- Beber líquidos calientes y azucarados en abundancia, incluyendo agua, siempre que no exista contraindicación médica.

- Tomar una alimentación variada, con alto contenido en grasas y azúcares que aporten energía necesaria para combatir el frío (legumbres, sopa, etc.), consumiendo diariamente fruta.

- Evitar el consumo de bebidas alcohólicas, ya que reducen la vasodilatación periférica, aumentando la pérdida de calor corporal.

La vestimenta:

- Proteger las zonas del cuerpo más sensibles al frío intenso, por ser las más alejadas del corazón, como: mejillas, nariz, orejas y dedos de las manos.

- Usar ropa ligera, no apretada y que traspire, utilizando varias prendas, una sobre otra, para que circule el aire y que éste funcione como aislante.

- Proteger la cabeza, manos y pies.

- Emplear un calzado impermeable, antideslizante, cómodo y que no apriete.

Organizar actividad en exterior (calle, campo, etc.):

- Centralizarlas durante las horas en las que se registren temperaturas más elevadas, evitando las exposiciones prolongadas al frío y los cambios bruscos de temperatura.

- No olvidar el procurar: Resguardarse de frío y humedad, evitar la entrada de frío en los pulmones, abrigarse con vestimenta y calzado adecuados (tomando las precauciones oportunas ante el hielo), si se usa bastón para caminar; cambiar la pieza plástica del extremo inferior del mismo para prevenir resbalones y caídas.

- Permanecer en movimiento, pero evitando realizar ejercicios físicos excesivos (porque el frío perjudica a la circulación sanguínea).

- Evitar transitar zonas umbrías, congeladas, etc.

En el hogar:

- Permanecer en estancias más calientes (provistas de radiador, calefacción, etc.)

- Cerrar puertas, ventanas, persianas, cortinas… evitando que corrientes de aire o agua entren.

- Ventilar diariamente las diferentes estancias para renovar el aire y evitar acumulación de CO2, si se utilizan braseros o chimeneas.

- Asegurarse del correcto funcionamiento de las estufas (eléctricas, de gas, etc.) y mantenerlas alejadas de tejidos o elementos inflamables, apagándolas durante la noche.

- Evitar que la habitación se reseque en exceso, poniendo algún recipiente de agua.

Si habitualmente toma medicación:

- Seguir tomándola, evitando automedicarse y recurrir en caso de duda al médico de referencia.

- Consultar al médico/a acerca de las medidas suplementarias que se deban adoptar.

Ante los efectos negativos del frío y si te encuentras mal, mantén la actividad que estés haciendo e intenta resguardarte mientras pides ayuda.

Si una persona se encuentra mal:

- Vigila sus constantes vitales.

- Cámbiale las ropas si están mojadas y abriga adecuadamente a la persona.

- Proporciona bebidas calientes, nunca comidas ni bebidas estimulantes (chocolate, café, té, etc.) ni alcohol.

- Coloca bolsas de agua caliente, debidamente aisladas para prevenir quemaduras; evita los baños y duchas calientes (implican riesgo de colapso) y no masajees las extremidades.

- Traslada a la víctima a un centro hospitalario lo antes posible.

- Si está inconsciente aplica primeros auxilios para el mantenimiento de constantes y consigue ayuda médica urgentemente.

Usuarios del PAP realizando la decoración navideña

****

Fotografías de las nuevas actividades que se desarrollan en el Hogar del IASS de Huesca

Espalda Sana 1º

Juegos Tradicionales

Espalda Sana 2º

Visita al Museo Pedagógico

Juegos Tradicionales

Visita al Museo Pedagógico

Gerontogimnasia Grupo 3º

Visita al Museo Pedagógico

HERÁLDICA DEL APELLIDO ALAGÓN

Por Antonio López Sos (Presidente del Grupo Cultural Almena)

Esta familia aragonesa ya está documentada a finales del siglo XI; llevaron Alagón como apellido familiar los condes de Sástago, una de las ocho grandes casas del Reino de Aragón enumeradas en Cortes de Monzón y considerada la segunda en el orden jerárquico. Los condes de Sástago, Blasco de Alagón y Beatriz de Luna, fueron los fundadores del monasterio cartujo monegrino de la Cartuja de las Fuentes en 1507, donde fue enterrado su hijo Artal de Alagón y Luna, fallecido en 1503 y al pensar su madre en que el enterramiento en la Ermita de las Fuentes era poco, decidieron su fundación.

Los Alagón, emparentaron también con los Hijar; algunos de sus miembros ostentaron el puesto de Alférez Mayor del Reino y dieron origen a otras ramas nobiliarias aragonesas, como la de los marqueses de Aguilar, los condes de Agosta, Aranda, Fuenclara, Gociano, Malta, Montesanto, Nobaria, Policeto y Villasur, vizcondes de Biota y Riada, etc. También tuvieron ramas en el Reino de Valencia, en el Reino de Sicilia y el Reino de Cerdeña, conocidas como Alagona.

Uno de los nombres habituales del linaje fue el de Artal. Heredado del conde de Pallars Sobirá. Su nieto, Artal II de Alagón, se casó con Toda Romeo, que aportó a la tradición el nombre de Blasco, propio de su linaje; a partir de entonces, los nombres Artal y Blasco, serán los propios del linaje de Alagón, que se irán alternando en los herederos; llamaban además Artal o Blasco al segundo hijo, en función de que al heredero le correspondiera el nombre de Blasco o Artal. Actualmente el apellido Alagón, en la provincia de Huesca, aparece en la capital y también en Almudévar, Almunia de San Juan, Ayerbe, Bolea, Chimillas, Ibieca, Monzón, etc...

<u>Armas del Escudo</u>: ***En campo de plata enmarcado, seis roeles en sable, puestos en dos palos de tres cada uno.***

Fuentes consultadas:
Documentaciones varias de este apellido y "Diccionario de Heráldica aragonesa" de *Bizén d´o Río Martínez*.

.....

<u>Vocabulario heráldico y su interpretación</u>

<u>Campo del escudo</u>: Se dice al espacio o superficie que forma el interior del escudo, sobre el cual van distribuidas los distintos elementos que forman el escudo como las piezas y figuras.

<u>Cortado</u>: Se dice a toda pieza heráldica dividida en dos mitades iguales de distinto color.

<u>Plata</u>: Es la denominación del esmalte plateado, que es uno de los dos metales heráldico, y se representa por el color blanco dejando el escudo sin pintar. Se denomina *Luna* en las armerías de los soberanos y *Perla* en las de los nobles, mientras que en las corrientes simplemente *Plata*. También se le denomina *Argent* y *Argente*, como derivado de su denominación latina.

<u>Roel</u>: Se denomina roel en el mundo heráldico a una pieza circular, la cual tiene que ser forzosamente de color. A diferencia del *bezante* que éste es siempre de metal. Puede ser partido, cortado, tronchado, o cuartelado, fajado mitad de color y mitad de metal. Siempre sobre un campo de metal.

<u>Sable</u>: Nombre dado al color negro empleado en heráldica, representado gráficamente por un rayado vertical y otro horizontal formando una cuadrícula. Existe la creencia que los blasones que llevan este color están obligados a socorrer a quienes no tienen de qué valerse ni de quién les ampare.

<u>Poner una pieza en palo</u>: Se dicen piezas situadas en palo aquellas que están colocadas en esta situación propia del palo, es decir las cargas alargadas puestas en sentido vertical, o bien que están colocadas una bajo la otra en la dirección propia de palo.

Escudo heráldico del apellido Alagón

****

VISITA DE PÉSAME

Por Mary Mairal

- Trus, trus … ¿Se puede pasar?
- Adelante, siño Antonio
- Buenos días
- Regulares solo
- Siéntese alau de ese armario, que no le pase el bochorno, que entra por ese ventanico. Y póngase gorra, seño Antonio, que esta sala está muy fría. Tenga cuidado con el Covid aún corre.
- Que si corre, fíjese, yo tengo la cuadra, con los machos que no paran de toser y estornudar y hace días que no podemos labrar.
- ¡Ay, Jesús, José y María, cuantas desgracias vienen juntas!
- ¡Y tanto!
- También en casa tenemos al burro mediano
- ¿Y qué tiene? siña Asunción
- Pues no lo sabemos, si será el Covid o bien algún torzón
- ¿Pero no lo ha visto el veterinario?
- No, no señor, no nos fiamos de él porque el año pasau cuasi nos mató el caballo
- No te puedes fiar miaja, siña Asunción.
- ¡Dios mío, qué entrada de año: el día dos se nos muere el tocino y el día quince el amo!
- ¿Y qué tuvo el siño Gervasio, que lo vi el otro día y me paeció que estaba tan bien?
- Pues el pobre, empezó arrancándose unos granos que le habían salido en esa parte y ya no pudo parar. Después, se le hinchó la vena del corazón y en últimas le cogió un dolor al estómago, que se pasó las noches chemecando.
- ¡Ay, qué desgracia tan grande! Y vaya faina pues, ahora dos mujeres solas…
- ¿Y no llamaron al boticario?
- Pues sí, le recetó unas píldoras y que tomara caldo y mucha leche
- Pues conformación, siña Asunción, que poco a poco todos nos iremos marchando, porque todos somos maideros, más tarde o más temprano.
- Pues… con el tiempo tendrán que pensar en algo, ya que dos mujeres solas necesitan unos amos como el comer, ¿sabe usté?... y porque en una casa sin dueña no pueden hacerse alantos por más que uno se espiace en el trabajo como un esclavo, como me pasa a yo…
- Adiós, siña Asunción, ya vendré algún rato para haceles compañía, que en estos casos se conocen los amigos verdaderos y los falsos… y de lo que hemos hablau, de mi hijo con la tuya, y de mi con usted, ya me dirá si le paice bien. Se lo piense, siña Asunción, de aquí pa mayo, porque a malas que seguimos, no estaremos tan bien hasta la sanmiguelada…
- Pues mire, siño Antonio, en lo de los chicos, otorgo a que entren en trato, pero servidora tengo nueve meses aún pa pensalo…
- Claro, claro, siña Asunción, tiene usted razón… Yo creía que… pero claro…
-Condios, siña Asunción, muchas exprisiones, y que se curen os machos.
- ¡Ay! Virgen del Perpetuo, qué solas nos quedamos las ovejas en casa y las olivas al raso.

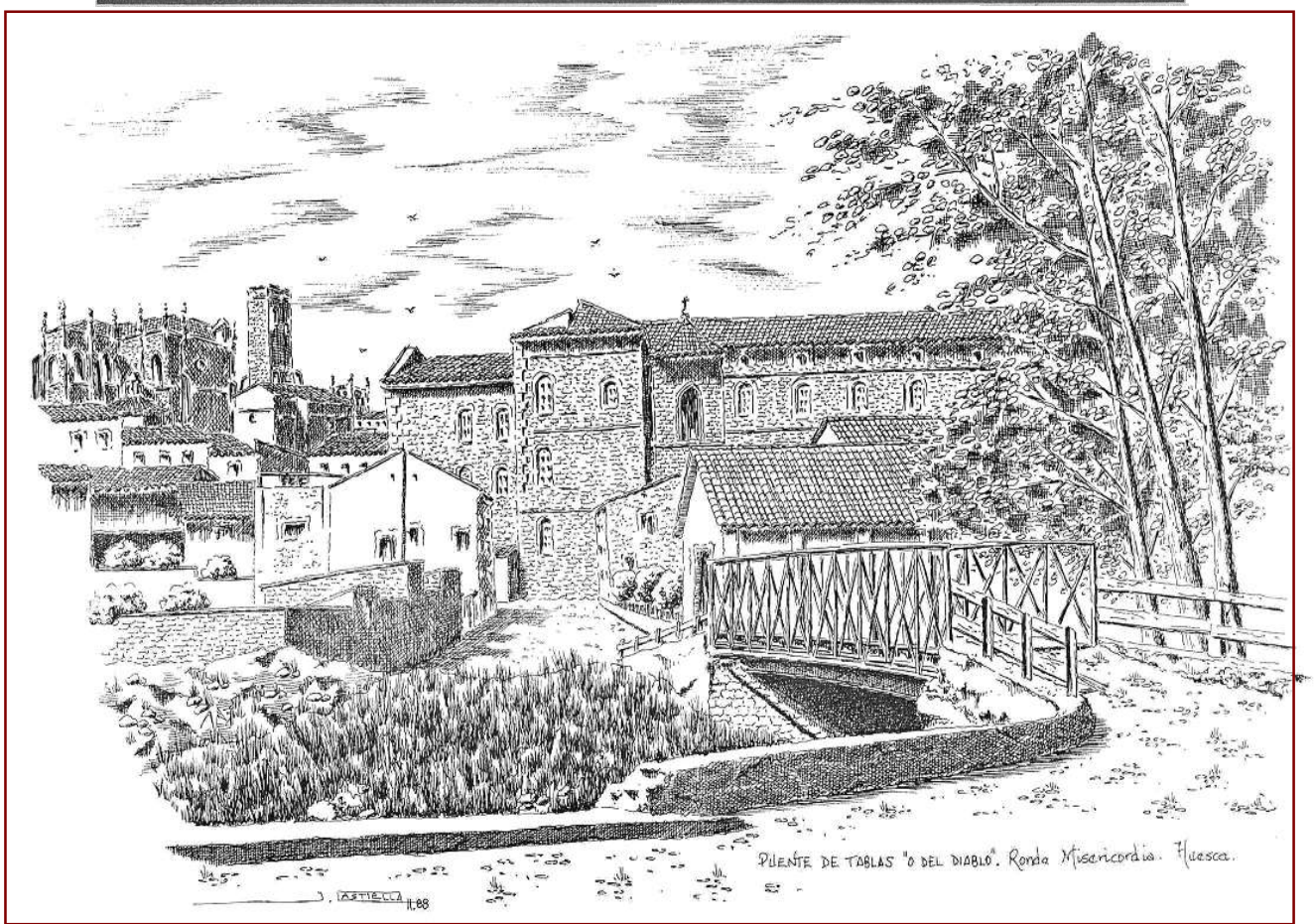
Mujer de luto sentada en una cesta. *Van Gogh 1883*

****

CALLEJEANDO

Por J. CASTIELLA

"Puente del Diablo"



Viejo ***Puente del Diablo,*** *hoy trasladado al Parque Universidad. Dibujo Castiella*

La cultura popular, con sus observaciones y sabiduría, va marcando pautas de comportamiento que la comunidad acepta para sí. Así, ese nombre de resonancia esotérica y ocultista, va arraigando en la tradición y se extiende por lugares y parajes de nuestra provincia, asociándolo a obras de empaque arquitectónico que salvan ríos y barrancos, como: Capella, Olvena, Graus, Bujaruelo, Montañana, Besians, el anegado en el estrecho del Entremón por las aguas remansadas del pantano de Mediano, etc...

De este modo a algunos de ellos la tradición los denomina ***Puente del Diablo****,* rodeándolos de cierta aureola de leyenda mágica que pretendía explicar su hábil y rápida ejecución. En nuestra ciudad, aunque no de tanto empaque como los citados, también se mantiene en la cultura popular ese nombre para el que fuera antiguo *Puente de Tablas*, hoy trasladado de su anterior ubicación tras la remodelación y distribución llevada a cabo en el actual *Parque Universidad*; quizá esa denominación respondiera a su proximidad con la torre de la iglesia de *Santa María in Foris*, donde algunas crónicas refieren que en épocas medievales se destinó a cárcel inquisitorial para acusados de brujería.

Dicha iglesia, también conocida como de *San Agustín* o *de la Misericordia*, está hoy desacralizada. Se encuentra próxima al cauce de la acequia del *Almeriz* y a la zona que frecuentaran los ganados en días de feria y hoy ubicada en el entorno del campus de la Universidad de Zaragoza y su Vicerrectorado en Huesca, lo que propició su recuperación y rehabilitación para ser el *Paraninfo* donde realizar actos universitarios solemnes. También cerca de la *Porteta* o *Puerta de Montearagón,* fue parroquia hasta 1422 y consta de nave única con un ábside poligonal que sostiene una cornisa de ajedrezado jaqués. Su estructura se refuerza con contrafuertes hasta la cornisa, abriéndose ventanas aspilleradas en el presbiterio. En ella se instalaron monjas Bernardas y más tarde, desde 1510 hasta 1796, los Agustinos Calzados.

El paraje, así llamado, se va mezcla en el subconscientes colectivo ciudadano con imágenes fantasmagóricas que van ocupando algunas parcelas de sueños con reminiscencia atemporal, que nos retrotraen a la celebración de aquelarres y ritos satánicos con sus pócimas, y que tan magistralmente plasmó el genio de Goya.

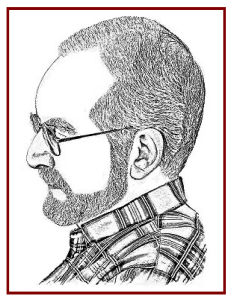
A su espalda vislumbraremos el llamado *Tozal de las Forcas,* remodelado en el actual *Parque Mártires de la Libertad* para homenajear a represaliados oscenses; con su creación se recuperó y adecentado un paraje que, hasta no hace mucho tiempo, fue zona chabolista. Junto a él se encuentra la *Ermita de las Mártires*, dedicada a *Nunilo y Alodia*, edificio que tras diversas actuaciones a lo largo de los siglos se concluyó y reedificó en 1803 en el actual.

Cristino Gasós Samitier, poeta costumbrista oscense, incluyó en *Líneas cortas y otros poemas* unos versos dedicados a Francisco Ena en el poema titulado *"La Pluma"*, que dicen:

La pluma no debe ser
ni de plomo ni de ave:
porque aquella es muy pesada
y a esta se la lleva el aire.

****

EL ROMANCE TRIMESTRAL



Ya no llegan los tratantes
de Maranchón u de Zafra
con aquellas blusas negras,
hasta el final de la espalda.
"San Andrés, final de mes" ***Pedro Lafuente***

Por J. Jesús Castiella Hernández

A los Tratantes de Feria

I

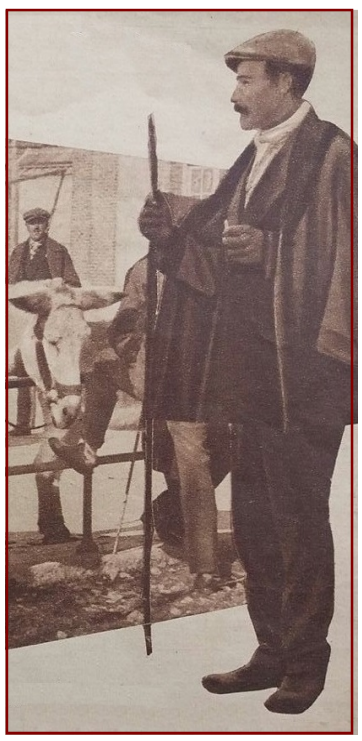
Si la historia ha sido injusta
con algunos personajes,
éstos son de blusa y vara
y sus miembros, los tratantes;
hombres que hace poco tiempo,
con su estampa pintoresca,
fueron parte del paisaje
de los pueblos en sus ferias.

El tratante de ganado
no era un oficio cualquiera,
formó parte de aquel mundo
que se durmió en la alacena;
juraban en arameo
y hasta por lo más sagrado,
cuando mentaban bondades
de su producto ofertado.

El trabajo de tratante,
como ya su nombre indica,
era aquel que cierra tratos
ganando alguna "perrica",
pasando con gran pericia
por algún brioso corcel
algún rucio flaco, añoso,
más acabau que Gardel.

Con clarines y timbales
divulgan a pulmón pleno
las bondades de las vacas
o las domas de un jumento,
pues todo entraba en el trato:
churras, merinas, lechones
y hasta corderos lechales
o borricos con galones.

Dibujo de un Tratante (Luis Cebrián)



II

La diplomacia rural,
aprendida por herencia,
pasaba de padre a hijo
como un legado de ciencia:
don de gentes aprendido
como jugador fullero,
que al descubrirle la trampa
niega con cara de bueno.

Su escuela fueron las ferias
que frecuentaban por pueblos,
entre mulas y caballos,
asnos guitos y terneros;
la señal se convertía
en culminación del trato
que, al fijarlo con rigor,
se sellaba con un trago.

Al amanecer, "barracha";
al mediodía, judías;
tras café y copa, su faria;
y de trato, calderilla;
junto al fajo de billetes
agarrados con gometa,
que deslumbran a su cliente
mientras cierra la cartera.

Con su faria entre los labios
y con sombrero de ala ancha,
los tratantes hacen pactos
y sus compadres despachan;
avezados negociantes
que inventaron para el trato
su lengua de jerigonza,
argot críptico de olfato.

Abarcas y cachirulos
entre los pillos rondaban,
mientras los más avispados
sus carteras aflojaban.

III

Recorrer de feria en feria
muchos pueblos y lugares:
San Andrés, la Candelera,
fueron fechas singulares;
blusa negra y vara larga
incrustada en el sobaco,
mientras lanza al aire labia
para embobar al paisano.

Charlatanes de tronío
hablando desde galera,
persuadiendo a los ingenuos
que escuchaban, boca abierta,
las bondades de unos peines
para calvos sin chistera
o unas mantas zamoranas
donde echar siesta fulera.

Tasaban la edad de machos
con pericias aparentes:
por las manchas, por las crines,
por desgaste de los dientes;
usando viejos remedios,
como albéitares baratos,
maquillaban mataduras
aplicando sebo rancio.

Colaboraban paisanos
en cualquier operación
que hacían de intermediarios
para alcanzar solución,
aunque en las ferias de pueblos
era frecuente encontrar
a gitanos con palique
para ganarse un jornal.

Ya se acabaron las ferias,
ya no abundan los tratantes,
los tiempos han conseguido
que cual reliquia se apague.

Monumento al Tratante en Boñar (León)

IV

Expresiones muy comunes
era posible escuchar,
con persuasión y gran labia
en boca de algún gañán:
¡como poder, sí se puede,
como saber, es la ciencia!;
¡ajuntemos pues las manos
y a partir la diferencia!...;
¡amigos, sí, amigos, pero
a mula por o que vale,
si no maldito negocio
que me resulta, compadre!

El trato se completaba
con tragos en la taberna,
que pagaba el infeliz
a costa de sus pesetas,
tras estrecharse con fuerza,
con consiguiente apretón,
las manos encallecidas
sudadas de sol a sol.

Ya no hay boinas ni sombreros
ni perrillos que les ladren,
cuando llegan a los pueblos
con sus reses y sus naipes;
hoy proliferan las lonjas
con su precio de mercado
que marcan, con dictadura,
su valor interesado.

Con estos sencillos versos
solo os quise entretener
y haceros pasar un rato
al leer con interés,
como homenaje a esos hombres
cuya estampa era frecuente
por las ferias de los pueblos
mientras quedara algún cliente.

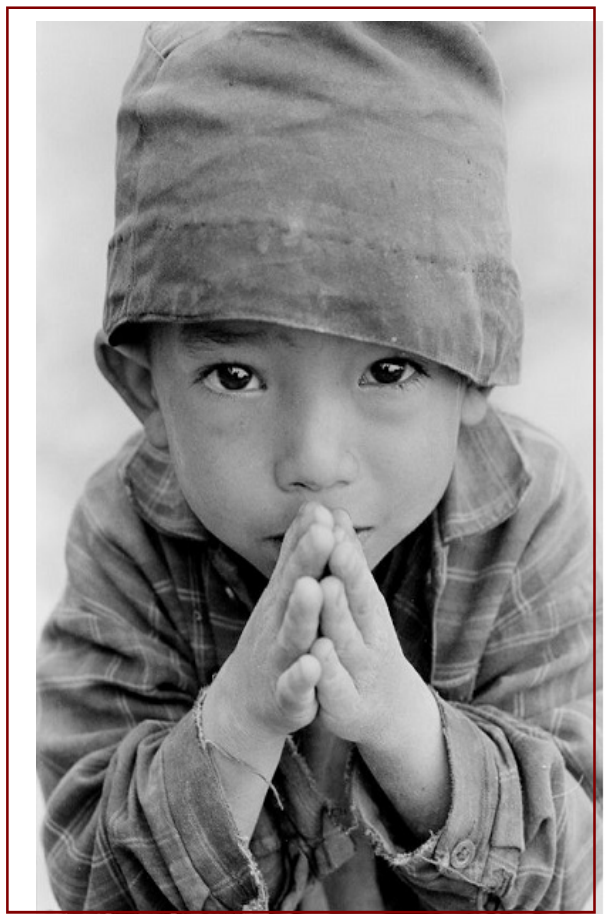
****

EL NIÑO Y EL ABUELO

Por Nicolás Casabón Puyuelo

En una tertulia de amigos, por supuesto muy mayores, lo oí contar cuando era muy pequeño y parece que el cuento les venía al caso como anillo al dedo.

El niño del cuento se llamaba Manolo. Era un chico como todos, tenía un gran corazón y eso muy importante. Vivía con sus padres y el abuelo. La abuelita ya se había ido al cielo y él todas las noches rezaba un Ave María por ella antes de acostarse.



El abuelo ya tenía muchos años, o al menos eso decía él. Pero, ¡qué majo era! Intentaba ayudar en la casa en lo que podía, aunque podía muy poco. Le hubiera gustado poder llevar a pastar la cabra que proporcionaba el desayuno o coger hierba para los conejos o, al menos, hacer algún *fajico* de leña..., pero sus piernas no lo llevaban donde quería.

Pero no. Había determinado por quedarse en la cadiera de la cocina, sentado frente al fuego contemplando las llamas cambiantes y entre las cuales leía toda una vida ya gastada.

Con los años se había convertido en una carga para todos. Para todos menos para Manolo.

Por las tardes, después de salir de la escuela, jugar un ratillo en la plaza y hacer dos o tres viajes a la fuente para llevar la tinaja del patio, luego corría al fogaril y se sentaba junto al abuelo para que le contara cosas. ¡Qué cosas sabía y cuántas!, además parecía que le había entrado prisa por decirlas, como si calculara que no tendría tiempo ya para contarlas todas.

Es verdad que a veces lo mezclaba todo y siempre terminaba por hablar de la guerra, que tantos y tan vivos recuerdos le traía.

Es más, Manolo, con picardía, más de una vez le pinchaba: Yayo, ¿y en el frente de Teruel hacía mucho frío? Y el abuelo se disparaba. Primero sacaba medio cuartelero del bolsillo del chaleco, que era uno de aquellos puritos delgados pero valientes que le traía el estanquero y que le hacían toser como un carretero, tras lo cual lo envolvía con un papel de fumar, todo con la parsimonia de quién cumple con un rito magistral, y finalmente pasar la lengua por el papel para que se pegase bien. Luego con la tenaza cogía una brasa encendida del hogar y encendía su petardo. Y digo petardo porque Manolo pensaba que algún día explotaría. Pero tosía y el abuelo empezaba a hablar.

Abuelo y nieto se entendían de maravilla. Siempre se han entendido perfectamente estos dos extremos de la vida que tanto se necesitaban el uno al otro.

Con el abuelo aprendió la historia del pueblo, lo del rayo que cayó en la torre de la iglesia, la manera de proteger a las vacas contra las tormentas cuando subían al puerto, la mejor lanza para podar las almendreras, que hay que mojarse la frente antes de zambullirse en la balsa para nadar, que hay que trazar una cruz con la punta del cuchillo en el pan antes de empezarlo, la manera de plantar un cepo para cazar ratones, los árboles que dan sombra beneficiosa y los que la dan perjudicial… Todas esas cosas que no saben los chicos de ahora, porque no han charlado con sus abuelos.

El abuelo sabía muchos cuentos y canciones, aunque su voz, que en otro tiempo cantaba la jota en las noches de ronda, ahora sonaba ya un poco rayada.

A veces, la madre se impacientaba y regañaba al viejo. ¡Padre, déjese ya de monsergas, con tantas historias el niño no tiene tiempo ni de hacer los deberes! Más le valdría que le pusiera cuentas o muestras de escritura, que no hace ni dos palmos a la semana.

Él, sonriente, se defendía: déjalo mujer, lo que yo le cuento es la vida, y eso no lo traen los libros. Algún día yo ya no estaré, entonces podrá estudiar más.

Pero lo cierto es que suegro y nuera no se llevaban nada bien. Manolo se acordaba de aquel día que al abuelo se le cayó el plato cenando, la sopa se le derramó toda por el suelo y el plato se rompió. Madre se enfadó mucho y dejo al viejo sin cenar, desde entonces ya no hubo plato de loza para él, una escudilla de madera parecida a la que usaba para los gatos.

El abuelo se resignaba sin protestar, ¡ya sé que soy una carga para vosotros! – decía- los viejos no valemos para nada, solo para daros faena y males: comemos, gastamos, ensuciamos y no damos nada a cambio, como no sea cariño. Además, nos hacemos muy gruñones. En fin, así es la vida

Generalmente, cuando surgían esos temas su hijo no estaba. Si alguna vez se daba en su presencia, él disculpaba a su padre tímidamente porque tampoco quería enfadarse con su mujer, que al fin y al cabo era la que más tenía que soportar al viejo.

Manolo, en cambio, en esas ocasiones se acercaba más a su abuelo, le cogía una mano con disimulo y se la apretaba fuerte como queriéndole decir que él estaba de su parte y que le quería de verdad. El abuelo, casi con lágrimas a punto de saltarle, le devolvía el apretón, ellos se entendían siempre.

Aquel año se presentaba mal otoño y peor invierno y todo el mundo, menos los ricos, tuvieron que apretarse el cinturón. En casa de Manolo un punto más que en las otras.

La madre, le echaba imaginación al puchero, ya que poco más podía echarle, volvieron a las farinetas de la posguerra, el pan, las cebollas y el tocino eran casi la única comida repetida del medio día, la cena se solucionaba con sopas de ajo y si alguna de las cuatro gallinas había puesto, se permitían el lujo de una tortilla de patata para los cuatro.

No es de extrañar que la pobre mujer refunfuñase cada vez más. Se la veía por la casa hablando sola y no era precisamente para rezar, y la primera víctima, casi la única de su mal humor, era el abuelo: todo lo hacía mal, no ayudaba nada, suponía una boca más en su casa, un gasto inútil.

Y un día llegó lo que tanto temía el abuelo. Manolo oyó por casualidad la conversación de sus padres. El corazón le dio un brinco en el

pecho al escuchar a su madre:

- Mira, Manuel, no tenemos otra solución que despachar al abuelo.

-Pero mujer, es mi padre…

-Sí, a mí también me da pena, pero no hay otra salida. Hoy mismo no sé si mañana vamos a poder comer.

-Pero ¿qué va a hacer ahora el padre? Yo no puede trabajar ni casi valerse por sí mismo

-Lo que hacen todos los viejos pobres, vivir de limosna. Él es bueno y a lo mejor alguna lo quiere recoger.

-¿Alguna familia? Nosotros somos su única familia. ¡Pobre abuelo!

- Lo siento Manuel, yo ya no puedo más.

Aquella noche, Manolo tardó mucho en dormirse. Su sueño fue una amarga pesadilla: siempre veía al abuelo pidiendo limosna por alguna esquina o de puerta en puerta. Y la gente le respondía, Dios le ampare hermano.

Se despertó sobresaltado. La almohada estaba empapada de lágrimas y ya no pudo conciliar el sueño. A la mañana siguiente se desencadenó la tragedia. Al viejo le dieron toda clase de explicaciones en las que solamente quedó claro que tenía que dejar la casa. Tal vez al año siguiente se arreglarían las cosas y podría volver.

El anciano, sin decir nada, marchó a su cuarto arrastrando los pies y al poco rato volvió a la cocina con la boina puesta, con su gayata en una mano y en la otra un pañuelo paquetero en el que había los cuatro trapillos que suponían su propiedad: su paquetito de cuarteleros, su chiquero y su navajeta… y se quedó plantado en la puerta esperando un abrazo de despedida. No lloraba, probablemente ya no le quedaban lágrimas; su nuera, en un alarde de generosidad y una chispita de misericordia, comentó: va a hacer frio hoy, anda Manolo coge una manta de la cuadra y dásela a tu abuelo para que pueda abrigarse.

Manolo obedeció más desolado que nunca. Al cabo de unos minutos volvía a la cocina con una manta vieja, también con sus ojos secos y sus labios muy apretados. Se dirigió al cajón de los cubiertos, sacó unas tijeras y empezó a cortar la manta por la mitad.

-Pero ¿qué estás haciendo? ¡dale la manta entera!, le dijo su padre

-No papá –respondió-, solo media, esta otra mitad me la guardo yo para cuando sea mayor y os eche a vosotros de casa.

La salida del chaval cayó como un mazazo. Menos mal que la reacción fue conciliadora; ahí se abrazaron los cuatro formándose una gran piña, dispuestos a compartir juntos la escasez, el hambre y el amor.

****

****

PERSONAJE OSCENSE QUE HA DEJADO HUELLA

PEDRO ALFONSO (Moshé Sefardi)

(Huesca, ¿1062 — 1140?)

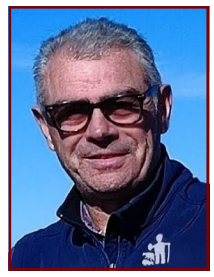
Fue escritor, teólogo y astrónomo español de origen judío, muy versado en matemáticas y astronomía. Médico personal del rey aragonés Alfonso I de Aragón, *El Batallador*, quien protegió y propició su conversión al cristianismo, siendo bautizado en 1106 en Huesca por el obispo Esteban y de ahí el nombre por el que fue conocido. Viajó a Inglaterra donde, además de ser médico de Enrique I, enseñó artes liberales y astronomía con las tablas astronómicas árabes. Se cree que volvió a Zaragoza hacia 1121 y que después de esa fecha estuvo en Tudela.

Es autor de *Dialogus contra iudaeos, Disciplina clericalis, De dracone, Carta a los peripatéticos franceses* y *De Astronomia*, obra en dos manuscritos.

Nos ha llegado a la posteridad su posible retrato en un grabado del *Liber Chronicarum cum figuris*, un incunable de año 1493 que describe la posible apariencia física de personajes históricos muy relevantes. Ver imagen de la derecha

****

Excursión de Jubilado con niños



Por Carlos Abadía Ereza

"EL ABADIADO. ERMITA DEL VIÑEDO"

Comenzaremos la excursión en el parking de la ermita, por el camino que nos llevará hasta el molino de aceite (recomendable su visita al igual que la de la ermita, hay oficina de información), abandonaremos éste para por pista dirigirnos hacia ***Santa Eulalia la Mayor***, para lo cual saldremos a la carretera y en unos 10 minutos estamos en la localidad, dónde además de visitar la población podremos hacerlo a su ermita de la ***Virgen de Sescún***, así como su *Atalaya* del siglo XI, convertido en excelente mirador del entorno, sobre todo al atardecer.

Retornaremos a la carretera hacia el ***Viñedo*** y, casi donde se une la carretera a la pista, cogeremos un sendero a nuestra derecha que pasando por el barranco ***Pitracanera*** y ***Cuasta*** nos llevará a enlazar con la cañada real (cabañera) de Nocito junto al barranco ***Petrera***, donde confluiremos con la carretera de ***Barluenga*** a ***San Julián de Banzo***. Seguimos unos 200 metros por ella, abandonándola en la entrada de ***Barluenga***, para ir hasta la ermita-cementerio de ***San Miguel*** (Siglo XIII) en el que destacan sus pinturas restauradas en 2003 y declarada Monumento Nacional en el año 1.931.

Ermita románica de San Miguel en Barluenga

Continuamos atravesando ***Barluenga*** por el camino que sale a la izquierda de la iglesia, dirección a ***Sasa del Abadiado*** tras cruzar la carretera que va hacia ***Vadiello***. Desde ***Sasa***, que destaca por casales potentes, macizos y de grandes dimensiones, y cogiendo el camino de ***Bandaliés,*** que abandonaremos más adelante para ir hasta ***Loporzano***, que entre otras cosas es conocido por el pan y la repostería, además de la empresa *Tecmolde* que fue noticia al principio de la pandemia por fabricar pantallas protectoras contra el virus, sobre todo para sanitarios.

Desde ***Loporzano*** por el camino a ***Ayera***, donde hay dos fuentes, nos podemos acercar hasta la ermita de ***San Esteban***, siguiendo las señales de camino natural de la *Hoya de Huesca*, para poder contemplar unas tumbas antropomorfas y dos silos de los siglos X-XI.

Tumbas antropomorfas y ermita San Esteban de Ayera

Volveremos al camino natural y tras 1,5 km. con indicación ***Piedra de los Moros*** veremos un hábitat medieval, al que llegaremos después de atravesar un bosque de carrascas; desandamos el sendero y volvemos al camino que nos llevará hasta el pueblo de ***Castilsabas***. Lo primero que encontraremos será el albergue *El Pajar,* y para acercarnos al pueblo afrontaremos una rampa que, con casas a ambos lados y tras ver un horno de pan, desembocará en el cementerio.

Atravesaremos la carretera y, por el antiguo camino llegamos a la ermita del ***Viñedo***, donde hace unos 900 años se celebra la romería del 1 de Mayo a la que acuden doce lugares que le rodean (un recuerdo para Consuelo y mucho ánimo para Gloria, la nueva santera), donde terminaremos este recorrido circular que, como tal, lo podemos hacer a nuestra conveniencia.

Ermita del Viñedo, construcción del siglo XVIII

La ruta consta de 20 km. con un desnivel de 530 m., además de escasa dificultad y fácil de seguir; el tiempo del recorrido unas 6,30 horas yendo muy despacio y con muchas paradas.

****

CUÁNTO NOS QUEDA POR HACER

Por Víctor Mairal Piedrafita

Creíamos que tras la vacunación del Covid-19, la pandemia sería un recuerdo, pero no. Aunque ha mejorado mucho, aún queda mucho camino por recorrer.

Semana tras semana nos anuncian nuevas cepas y ya llevamos cinco, que nos ha dejado en suspense porque se han desvanecido muchas esperanzas. El pueblo y la gente tiene miedo y estamos muy preocupados porque nos preguntamos: ¿hasta cuándo va a durar este virus?

Nos dicen que por la calle no es obligatoria la mascarilla, siempre que guardemos la distancia, pero he observado que un tanto por ciento no se la quita por miedo o precaución, hay de todo un poco.

Todos los días en los medios nos están anunciando que nos espera ahora una tercera dosis de la vacuna, parece que en Israel ya han empezado y en los países de nuestro entorno están en estudio, bienvenida sea si es para acabar con esta plaga.

Hemos conocido con esta pandemia nuestras limitaciones humanas, y también a niveles de investigación, con una carrera desenfrenada a ver quién llegaba antes para vender más vacunas y mejores.

En estos duros meses de pandemia se ha demostrado la capacidad de resistencia, de solidaridad, de ternura, de compasión que toda persona llevamos dentro y que, en momentos muy determinados, sacamos para ayudar a nuestro prójimo.

También esta pandemia ha puesto al descubierto lo vulnerable que es el ser humano, pero también el ser humano es capaz de levantarse de sus propias cenizas, pero sí que hemos comprobado y aprendido que si no cuidamos este planeta llamado Tierra, del cual formamos parte, cada vez iremos peor.

Se habla mucho de volver a la normalidad, confiemos que con la ayuda de las vacunas y el cuidado de nuestro planeta podamos salir de esta situación tan dura y agobiante, pero el ser humano nos tendremos que revisar la normalidad que veníamos practicando antes de la pandemia. No podemos vivir siempre obsesionados por tener más y más.

Es escandaloso leer la prensa o ver en los telediarios, como personajes con grandes fortunas, están defraudando, llevándose el dinero a paraísos fiscales, mientras otras personas y familias padecen necesidad y no llegan económicamente a final de mes.

También las grandes empresas con sus monopolios, como bancos con sus comisiones, las eléctricas con sus precios por las nubes, las grandes cadenas de alimentación subiendo los precios… esta es la normalidad tras la pandemia.

Hoy, por el contrario, hay una ideología del sistema vigente, por llamarlo de alguna manera, con su jerarquía de valores proclaman ganar y gastar, consumir y pasárselo bien casi sin límites, eso el que puede permitírselo, esa es una idea que nos han inculcado en esta sociedad de consumo: total para cuatro día que se vive pásatelo bien.

Recuerdo que cuando estábamos confinados en casa muchos de nosotros estábamos muy solos, con nuestra manera de pensar ¿Pero qué estábamos pasando? Sabíamos que a las ocho teníamos que salir al balcón para aplaudir a estas personas que se estaban jugando la vida por nosotros, y nosotros, valga la redundancia, sin poder hacer nada encerrados nos han dado todo un ejemplo.

Por este ejemplo y otros, nosotros necesitamos algo nuevo que nos dé sentido a la vida., a nosotros y a la sociedad venidera cuando por fin llegue.

Sanitarios aplaudiendo a los ciudadanos

El Covid-19 nos ha paralizado porque la mayoría de nosotros, y con mucha razón, hemos estado pendientes de nosotros mismos, en no contagiarnos de esta maldita pandemia. Vaya, un gran aplauso por todas aquellas personas que siguen en la sanidad, los cuerpos de seguridad, voluntarios, ambulancias, etc... Todo un ejemplo, no me cansaré de nombrarlos que con mucho sacrificio han trabajado para que la pandemia fuera más llevadera.

También hay que acordarse de esas pequeñas empresas que han tenido que cerrar por no tener recursos para continuar, también ha hecho mella en los trabajadores, por la crisis provocada por esta larga pandemia.

La memoria nos dice que la pandemia ha transformado la sociedad, al menos a corto plazo; creo que ya hay que poner las bases para una recuperación centrada en todas las personas que tenemos los mismos derechos, porque esta es una crisis sin precedentes que ha asolado y está asolando a toda la sociedad y al mundo entero, y que en el mundo hay millones de personas que necesitan ayuda. Por ejemplo, para las vacunas, ya que a los países pobres les llegan con cuentagotas.

Según algún medio de comunicación en esta crisis creada por la pandemia se estima que el número de pobres, a nivel mundial, son ciento ocho millones. Por tanto es de justicia que se hayan invertido muchos recursos y los que aún están a punto de llegar. Sería justo que no solo a nivel de España, sino que todos los países desarrollados, fuéramos solidarios con los países que más lo necesitan.

¡Cuánto tenemos que aprender! No solo el nuestro, sino todos aquellos países más avanzamos tecnológicamente. ¿Cómo es posible que no se viera venir esta pandemia? ¿No estábamos preparados para afrontarla en un mundo de tanta comunicación?. Sus motivos tendrán y la OMS (Organización Mundial de la Salud) y el Gobierno, pues debían tener información de la que nosotros carecemos. Por tanto, el análisis que nosotros hacemos es lo que se preguntan casi todos los ciudadanos.

Podemos decir, con toda claridad, que la pandemia con sus cepas incluidas, requieren soluciones mundiales, es imprescindible una cooperación internacional para afrontar los problemas de la pandemia que se han mejorado, pero siguen siendo muy graves.

Organización Mundial de la Salud

Por ejemplo, leo en algún medio de comunicación, que el 75% de las vacunas se han administrado solo en diez países. Sólo con este dato, y hay muchos más, quedamos perplejos. Estamos lejos de acabar con el Covid-19, porque según los entendidos, se propagó rápidamente por todo el mundo y no me cansaré repetir que por esa regla de tres, su desaparición tiene que llegar tras la solidaridad de todos los países del mundo. Ya lo comprobamos día a día que no sirve inmunizar a un país aunque se logren muchos avances, si en el país vecino no se reciben las vacunas necesarias para su recuperación y a una velocidad necesaria.

diarioabierto.es
Información económica desde una perspectiva plural

Diez países han administrado el 75% de las vacunas contra el Covid-19

El **secretario general de Naciones Unidas, António Guterres**, ha denunciado que el 75 por ciento de las **vacunas contra el Covid-19** se han administrado en sólo 10 países, y que **130 estados todavía no han recibido una sola dosis**.

No quiero ser pesimista, pero con todas las personas que me relaciono, sí que es verdad que estamos cansados de esta pandemia y sus cepas, y parece que va para largo, no porque tengamos que hacer sacrificios, sino porque todos los días, uno tras otro, los medios de comunicación nos cansan con nuevas medidas, nuevas cifras de contagios, nuevos enfermos en la UCI. Menos mal que los fallecidos van disminuyendo. Me parece bien que den información, pero también nos alegraría que dieran una buena noticia de vez en cuando.

Yo creo que la sociedad se lo merece, y que se lo agradeceremos.

****

Por José Julián Piracés

San Andrés

Amaneció fría la mañana del 30 de Noviembre de 1951, eran las cuatro de la mañana partíamos de Almudévar a la feria de San Andrés Huesca.

Yo, con la edad de ocho años a grupas de una caballería, muy erguido protegido con una manta decorada a cuadros marrones, con la meta de llegar cuanto antes según el criterio de los mayores, que eran un tío y la persona que se turnaban la junta para tener sitio adecuado en la feria

¿Cuál fué el motivo de mi viaje a la feria? con la ilusión puesta en que me iban a comprar las pinturas "GOYA" llegamos a la feria que ya estaba muy animada y buscaron el sitio para instalarnos.

Ya empezaron a tener visitas de los tratantes - Sin tarde en recordarles que cuándo íbamos a comprar las pinturas: la respuesta ¡ya iremos!

Llegó la hora de la comida, nos sentamos en la acera, en la misma feria sacaron los alimentos de las alforjas para repartir los alimentos terminamos de comer y yo pensé que era la oportunidad de recordarles que si íbamos a comprar las pinturas, y contestaron al unísono ¡este crio que pesau es¡ con as pinturas.

Ya se desvanecieron mis ilusiones al oir la contestacion con la falta de afecto que demostraron

El regreso a casa fué de desilusión e incomprensión

Navidad 2021

Viene cada año y vendrá para siempre. Y con la Navidad vienen los recuerdos y las costumbres. Esos recuerdos cotidianos y humildes a los padres nos agradamos. Como la Virgen María, en los rincones de su corazón.

La Navidad no es un momento ni una estación, sino un estado de la mente, valorar la paz y la generosidad y tener moral es comprender el verdadero significado de Navidad.

¿Qué es la Navidad?

Es la ternura del pasado, el valor del presente y la esperanza del futuro. Es el deseo más sincero de que cada taza se rebose con bendiciones ricas y eternas, y de que cada camino nos lleve la paz.

Aunque se pierdan otras cosas a lo largo de los años, mantengamos la Navidad como algo brillante. La Navidad regresemos a nuestra fe infantil.

ESCENAS NAVIDEÑAS EN SAN PEDRO EL VIEJO DE HUESCA

Por Michel Alcubierre, de la Asociación Obreros de San Pedro el Viejo de Huesca

El Arte Románico sigue atrayendo a la ciudadanía del S. XXI por su armoniosa arquitectura, su elegancia y sus misteriosas pintura y escultura. Esas cautivadoras tallas pétreas nos sugieren manos hacendosas y nos preguntamos por sus formas de trabajos, de vida y de pensamiento de los artistas medievales. Abordamos esas iconografías preguntándonos qué representan, qué significan esos símbolos, pues sus intuitivas ideas vienen de culturas o civilizaciones orientales como: egipcia, griega, bizantina y romana, importadas y sincretizadas para ser reconvertidas en la cultura cristiana representando pasajes bíblicos y conceptos teológicos en los que se inspiran gran parte de esos relatos. Así, es fácil encontrarnos con la narración del ciclo de la Navidad como sucede en muchos relieves de monumentos o bienes de interés cultural.

Nos adentraremos en este arte, pues en nuestra provincia existen multitud de ejemplos desde Roda de Isábena a Jaca y San Juan de la Peña, o en Santiago de Agüero para llegar a Huesca en San Pedro el Viejo, donde conservamos el programa iconográfico completo en su Claustro de la segunda mitad del Siglo XII y es la más importante muestra del arte románico de nuestra ciudad por su decoración escultórica. Sus artífices emplearon las tecnologías más avanzadas de la época y aquellos maestros de cantería, escultores y demás artistas, usaron lo mejor de sus conocimientos y capacidades. En concreto el artista escultor de las originales obras fue el conocido como Maestro de San Juan de la Peña o de Agüero o del sarcófago de Dª Sancha. Este anónimo, llamado Maestro de San Juan de la Peña, se inspira, en su etapa de madurez, en la iconografía del Nuevo Testamento difundida por la escuela soriano-silense, con especial incidencia en el ciclo del *Nacimiento de Jesús*, además de otros temas, y así encontramos sus esculturas en varios marcos arquitectónicos como frisos, arquerías de claustros, capiteles o portadas de acceso a iglesias.

En principio haré referencia a la antigua catedral de Roda de Isábena donde se encuentra el sarcófago de San Ramón, que fue obispo de Roda-Barbastro (1104 a 1126), en el cual se representa en su frente principal el ciclo del nacimiento de Jesús: *Anunciación*, *Visitación*, *Nacimiento* y *Adoración de los Magos*. En este sarcófago se encuentran las reliquias del obispo Ramón que fueron trasladadas al mismo cuando en la Navidad de 1170 se acabó de labrar su construcción que debió ser llevada a cabo por artistas languedocianos de la Provenza, territorios bajo dominio de la Corona de Aragón. Fue toda una fiesta en la que se acordó el hermanamiento entre la iglesia de Roda y la Seo de Zaragoza y en la que se intercambiaron derechos los respectivos obispo Pedro Torroja y canónigos de Roda y de la catedral de Zaragoza, así como el obsequio a la iglesia de Roda por parte del rey Alfonso II de la generosa donación de un castillo y tierras en el Somontano de Barbastro. En un lateral se representa a San Ramón protector de las artes y hombre de paz como muy bien se identifica con las escenas que señalan el tiempo de Paz que significa el Nacimiento.

Sarcófago de San Ramón *en Roda de Isábena*

Otros ejemplos escultóricos los encontramos en la iglesia de Santiago de Agüero. Dicha ermita inacabada nos presenta en el interior del ábside sur el relieve del ciclo de la vida de Jesús, de su infancia, con las escenas esculpidas en detalle de la *Navidad* en delicado friso y separadas por hojarasca de las que destacaría la figura de María acostada o los magos dormidos en una misma cama y despertados por un ángel informándoles de la necesidad de abandonar Belén sin que se percate Herodes.

Pero tan interesante o más es el tímpano de la portada de Santiago de Agüero como así mismo el de la entrada al claustro de San Pedro el Viejo en Huesca, dos piezas maestras, ambos representando *La Epifanía* y que presentan características similares: La Virgen coronada en una imagen, en la otra con la toca en su cabeza y rodeándole todo el rostro; el Niño con su mano derecha bendiciendo, en la izquierda mostrando el regalo del primer rey genuflexo besando los pies del Niño y en la imagen de San Pedro el Viejo recibiendo el regalo y bendiciendo al rey que va inclinándose; en cuanto a las figuras de los otros dos reyes, en el tímpano de Agüero uno, vuelta la mirada, señala al tercero la estrella; en el tímpano de entrada al claustro en San Pedro el Viejo, los dos miran al frente presentando sus regalos; la figura de San José en Agüero permanece meditativo con la mano en su rostro; en San Pedro el Viejo, mira de frente y con rostro alegre levanta las manos en señal de admiración por la adoración de personajes tan importantes. En cuanto a los vestidos, en todas las figuras se distinguen sus trabajados pliegues; y el mismo tratamiento en caras y pelo.

Pero el marco arquitectónico donde se tallan esculturas con gran similitud de factura son los claustros de San Juan de la Peña con piedra de característico rojizo y de San Pedro el Viejo de Huesca de piedra arenisca (guardados algunos originales en el Museo arqueológico). Son las actuaciones más importantes del Maestro de San Juan de la Peña a quien se le reconoce por el estilo de sus esculturas con unas peculiaridades como los ojos almendrados y abultados de las figuras que les dan mayor expresividad, los pliegues de las vestimentas tratados como muescas, y esa adaptación de la escena a las cestas. Este Magister conoce perfectamente las citas bíblicas y por eso expone clarísimamente esos pasajes de la Hª Sagrada. Tenemos la suerte de contar con su obra en la ciudad de Huesca, extendida también por las Cinco Villas, Navarra y Soria. En cuanto al ***Ciclo de la Navidad*** podemos observar varios de los capiteles en la galería Este y Norte del claustro de San Pedro el Viejo, es decir, un ***Belén pétreo*** compuesto por escenas que también se representan en San Juan de la Peña y algunas portadas de monumentos de las Cinco Villas y que son los siguientes:

Desposorios de María y José. Su característica sobresaliente es que San José lleva la vara florida que le señala como el pretendiente elegido entre los varones solteros de Jerusalén como esposo según la narración en el Libro de la Natividad de María. Una composición simétrica con la figura central del sumo sacerdote cubierta su cabeza y a ambos lados el matrimonio cogidos por las manos.

*Capiteles de los **Desposorios** y la **Anunciación***

Anunciación, Visitación y preparativos del Nacimiento. En la que destacamos al arcángel Gabriel que muestra una cruz aludiendo al destino de Jesús y que se corresponde con la tradición medieval de la *Leyenda Dorada* de *Santiago de la Vorágine*, que hacía coincidir en el calendario el mismo día para la *Anunciación* que para la *Crucifixión*, como así mismo en el *Liber Ordinum* del monasterio de Silos en que el equinoccio de primavera, 25 de marzo, y el primer día del mundo es aquel en que nuestro Señor fue concebido y murió.

Adoración de los pastores y llegada de los Magos. Se presentan dos imágenes, la de un pastor con zurrón y cayado y otro delante hincada una rodilla ofreciendo un corderillo ante el portal muy bien enmarcado con columnas, capitel y arco dovelado bajo los que figuran el Niño, su Madre y San José, y asomando la cabeza en lo alto el ángel; y tres magos en sus respectivos corceles rodeando la cesta del capitel en su camino a Belén.

Adoración pastores** y **Llegada de los Reyes Magos

Presentación de Jesús en el Templo. La escena se compone en el centro con María y el anciano Simeón mostrando al Niño en andas; a sus lados la figura de San José y Santa Ana y dos personas una con la ofrenda y la otra con la vela para la celebración como era tradicional.

Presentación Jesús, Sueño S. José** y **Huída a Egipto

Sueño San José** y **Huída a Egipto. Unas composiciones con ligeras variantes en el modelo silense en las cestas de algunos capiteles que representan tres "sueños" de San José interpretados por el ángel que le despierta para darle la noticia del Hijo que ha de venir; en el segundo que Herodes lo busca para matarlo y por tanto que se refugien viajando a Egipto; y en el tercero la misma escena avisándole que el peligro ha pasado y pueden regresar.

No debo dejar pasar la oportunidad en este escrito de seguir dando a conocer y valorar la divulgación de este monumento siendo consciente de su importancia. Hasta ahora distintos investigadores y estudiosos del Románico como J. L. García Lloret, A. García Omedes, A. I. Lapeña Paúl, R. Crozet,…. desde su metodología y perspectiva, han tratado de resolver incógnitas de las narraciones de esas escenas escultóricas. Además, la necesidad de estudiarlo nos da pie a su conservación y consolidación como patrimonio cultural que es y el beneficio que reporta más allá de lo económico, pues contribuye a la formación de la sociedad al ser más consciente de su pasado y ser más capaz de construir su futuro.

Con el deseo de transmitir a todo el mundo una feliz Navidad y un más feliz Nuevo Año.

****

FERIA DE SAN ANDRÉS - HUESCA. Ferias y Mercados

Por Antonio Hernández Tresaco

La ganadería siempre ha ocupado un lugar de primera fila en la economía rural aragonesa, desde hace muchos siglos y hasta nuestros días.

En la provincia de Huesca y por supuesto en la capital, podemos encontrar infinidad de documentos que proceden de protocolos notariales referentes a la trata del ganado. En su mayoría se encuentran en el Archivo Histórico Provincial de Huesca. Como he dicho unas líneas más arriba la provincia de Huesca tiene un peso muy importante en esta actividad económica. En la comarca del Sobrarbe destacan localidades como Boltaña y Ainsa. En la de Ribagorza eran famosas las ferias de Benabarre y Graus, esta zona especialmente por su proximidad a Cataluña. En cuanto a la montaña destacan ferias y mercados en Castejón de Sos, Campo, Broto, Sallent de Gallego y Benasque. Ya más al centro de nuestra provincia, sobresalían las ferias de Ayerbe y Almudevar. También Barbastro y Monzón, estas dos últimas poblaciones del Somontano y ya en los Monegros la localidad de Sariñena. Otoño era la época preferida para la celebración de todas estas ferias.

Si nos centramos en la capital de la provincia, las ferias cuentan con varios siglos de antigüedad. Quizás las primeas nociones de las ferias y mercados en Huesca se remonten al siglo XIII, con la feria del Corpus Christi, feria que duraba entre quince días y un mes.

En cuanto a la Feria de San Andrés se celebró desde finales del siglo XIII, hasta pasados los años cincuenta del siglo XX. En esos días las calles de Huesca eran un trasiego de animales. Caballos, yeguas, mulos, asnos. Pero es que además de la compra de todos estos animales, también se efectuaban arrendamientos de las propias bestias, y también de pastos para todo tipo de ganado. Vacas, bueyes, cerdos, ganado lanar y como he dicho antes equino. Estos animales también eran garantía de préstamos entre personas o familias.

La fisonomía de la ciudad se transformaba radicalmente. Miles de forasteros con los refajos llenos de dinero, pululaban y se concentraban en torno a las reatas de animales observando y compartiendo opiniones con los convecinos que, al igual que ellos, buscaban la mejor oportunidad. Pero si la ciudad se transformaba no era solamente por la cantidad de animales que se vendían y compraban, también lo hacía la gran variedad de atracciones que la acompañaban. Puestos ambulantes de comida y bebida, tenderetes de ferias, barracas de cine y un largo etcétera amenizaban y acompañaban a todas esas transacciones que la propia feria llevaba. Cientos de tratantes de todo tipo de ganado recorrían todos los puestos y el dinero cambiaba de mano continuamente. También alrededor de todos ellos pululaban carteristas y charlatanes a la caza de algún desprevenido.

Todos estos animales, imprescindibles para las tareas agrícolas, dejaran de serlo con la llegada de las primeras máquinas para el campo. Igualmente, la mejora de los transportes, de los medios de comunicación, la llegada del ferrocarril hará que estas ferias -aunque se mantengan en el tiempo- dejen de tener la utilidad con la que iniciaron su andadura.

El gran proceso de mecanización del campo a mediados del siglo pasado hará que en los años 50 asistamos a un decaimiento de estos mercados y ferias.

Pero la llegada del siglo XXI no ha puesto ningún freno a la celebración de diversas ferias en Huesca. Es más éstas se han ido acrecentando engullendo toda clase de actividades. Mercados y ferias medievales reúnen a miles de seguidores de esta época de nuestra historia aportando colores y sonidos que se podían escuchar hace varios siglos. Artes y oficios tradicionales reconocen la identidad de cada pueblo o región donde se celebra una feria o un mercado. Por supuesto ferias de todo tipo de arte, pintura, escultura y sobresaliendo sobre estas las ferias de libros que se suceden en cualquier población de nuestro país.

Aunque con casi un siglo de diferencia, con respecto a la Feria de San Andrés, en nuestra ciudad, se siguen celebrando ferias agrícolas y ganaderas en muchas ciudades y pueblos españoles.

Aprendamos de nuestros antepasados para vivir el presente y afrontar el futuro.

****

MI EXPERIENCIA DE NIÑA CUANDO ACUDÍ A LA FERIA DE SAN ANDRÉS

Por Lali Gracia Santuy

Acercándose la festividad de San Andrés, me viene a la memoria aquella vez que, de muy niña, con unos seis o siete años, mi padre nos llevó a ver la feria de ganado de San Andrés. Sería por el año 1962 más o menos, e íbamos los cinco hermanos más pequeños.

No tengo muy buen recuerdo de esa experiencia, en primer lugar porque en esas fecha solía hacer mucho frío (30 de noviembre), que aunque ahora con el llamado cambio climático parece otoño, en esa época hacía un frío que pelaba, de ahí este refrán popular: "*Para San Andrés agua o nieve ha de traer*".

En segundo lugar porque había tal alboroto y jaleo de gente que te pisaban, te empujaban y con tanto relincho de mulas, asnos y todo tipo de equinos, mi hermana pequeñita se puso a llorar desconsoladamente, contagiándonos a los más pequeños. Nunca más fuimos, pero tengo en mi mente un "*flash*" de aquel momento que, aunque ahora lo vivo como una privilegiada de haberlo conocido, entonces recuerdo haberlo vivido con mucha angustia.

Huesca era muy reconocida en toda España, y en la parte de Bearn de Francia, por los animales que se criaban en sus montañas, motivo por el cual hasta nuestra ciudad acudían gentes que provenían de toda la península y hasta de buena parte del sur de Francia con objeto de comprar mulas treintenas (de tres años) y machos para el duro trabajo de campo. La montaña los hacía fuertes y sanos de modo que, cuando llegaban a las grandes llanuras de España, eran considerados animales resistentes y muy demandados, trabajando la tierra perfectamente. Lo mismo pasaba con los franceses del Pirineo, que venían buscando mulas resistentes para su agreste tierra.

Claro, todo esto fue antes de la llegada de la maquinaria al campo, pues al empezar con tractores y sus aperos comenzó el declive para la conocida *Feria de San Andrés*, cuyos orígenes se remontaban en torno al siglo XII y que se celebró hasta bien entrados los años sesenta del siglo pasado.

Nuestra ciudad, en esos días de la Feria de San Andrés, se transformaba, llenándose de miles de animales y de multitud de personas, entre tratantes, montañeses que venían con su ganado o campesinos que buscaban comprar esos animales para realizar faenas en sus campos.

Huesca fue famosa por sagas familiares de tratantes muy prestigiosos en ese mundo, sobre todo las que vivían en el entorno del barrio de San Martín. No debemos olvidar que también se conocían tratantes y ganaderos de la etnia gitana, que sabían mucho del ganado mular.

****

Imagen de la Feria de San Andrés, celebrada en la Plaza de Santa Clara un 30 de noviembre de 1909.
(Fotografía del Archivo de los Hermanos Viñuales)

NAVIDAD. No, no fue un sueño

Por Antonio Hernández Tresaco

-Elisa, ¿ha llamado al doctor?

-Sí, sor Teresa, lo he llamado y también he hablado con el servicio de emergencias. Esta noche será imposible que vengan a recoger a Julio, ni en ambulancia, ni en helicóptero. Por carretera no pueden llegar y uno de los dos helicópteros ha tenido un percance al comenzar la tormenta y el segundo, al haber anochecido ya, no puede salir. Y el Dr. Fernández me ha dicho que lo que debemos hacer es continuar con la medicación, adminístrale un sedante al enfermo, y esperar a poder trasladarlo al hospital, mañana cuando el tiempo lo permita.

Vista de un pueblo típico de montaña

La residencia está en un sitio magnifico, al pie de una montaña y rodeada de vegetación, plantas y unas flores que serían la envidia de cualquier jardín, pero cuando el tiempo se enfurece se queda aislada, cosa que ha ocurrido en más de una ocasión.

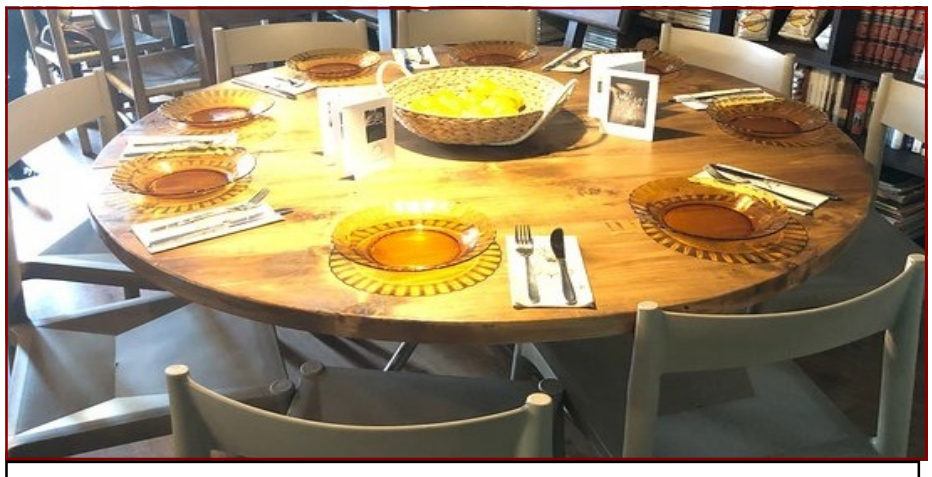
Oye la conversación que mantienen sus cuidadoras, por un lado, esta Sor Teresa, que es la superiora y por otro Elisa, la enfermera que se ocupa de las medicaciones y cuidados propios de su profesión, de los residentes.

Julio sabe que la enfermedad que tiene se le ha complicado en estos últimos días. Y por lo que ha oído hoy lo iban a trasladar de forma urgente al hospital de la ciudad. Hoy es domingo, NOCHEBUENA, recuerda que justo hace una semana celebró su cumpleaños con los compañeros de la residencia. Nada más y nada menos que noventa y siete años.

Ahora percibe que la enfermera está manipulando el gotero que cuelga de su izquierda y del que sale un pequeño tubo que se introduce en su brazo. Ha dicho Elisa que la orden del doctor era administrarle un sedante. Es consciente de que en unos pocos minutos perderá el conocimiento, para entrar en un mundo extraño de sueños e ilusiones, del que quizás no despertará jamás.

Como todas las noches, desde no sabe hace cuanto tiempo, se propone recordar a su familia y junto con ella rezar sus oraciones. Pero el anestésico es más rápido que sus intenciones.

Repentinamente Julio se encuentra en la cocina de su hogar de siempre. Enfrente tiene una mesa, en esta ocasión engalanada para la cena de la noche anterior a la Navidad. Un mantel de hilo es el cubremesas. Sobre el lienzo sendos platos *Duralex* de un color marrón hacen juego con los vasos de la misma marca y tonalidad, los cubiertos son los que recibió su mujer como parte del ajuar al casarse.



*Vajilla típica de la época, marca **Duralex***

Vuelve la cabeza y, de espaldas a él, observa a Pilar, su novia de toda la vida y más tarde su esposa. Quiere verle la cara, pero ella no se gira, una sensación extraña se apodera de él. La ve trajinar en la cocina, pero todo está en silencio. Levanta la mirada por encima de la cabeza de su mujer y ve el calendario que siempre ha colgado de esa tachuela. En grandes números anuncia que viene el año 1965, y por debajo de éste se adivina una sola hoja que señalara el mes de diciembre de este año que va a finalizar.

A pesar del silencio que reina en su cabeza, un murmullo hace que se vuelva por completo y al hacerlo ve a sus hijos Julito y Merceditas, al lado de la estufa jugando a chocar las manos y a su vez cantar algo que como todo lo demás Julio no puede oír.

Julio se levanta, se acerca a sus hijos y coge la mano de cada uno de ellos. Los acerca a donde se encuentra su mujer y tomándola de los hombros hace que se gire. Allí están los cuatro, como él siempre los recuerda. Un gran abrazo une de nuevo a su familia.

Sabe que su mujer, Pilar, murió hace casi veinte años, y que Merceditas siguió a su madre dos años después, cuando una terrible enfermedad se la llevo. Y Julito vive en la Argentina desde hace ya más de diez años, y desde entonces no lo ha podido ver.

Julio abre los ojos y un visillo de nubes ahoga el sol invernal que quiere inundar la habitación. A su derecha, de la manera más cómica posible. esta sor Teresa, casi escurriéndose del sillón y con la toca caída tapándole los ojos. Decide toser para despertarla y se produce lo más divertido que ha visto en las últimas semanas: a la superiora intentando subir la toca a su sitio natural, pero a ciegas, braceando y tratando de ponerse de pie pisándose el hábito.

-¡Elisa!, ¡Elisa!, venga por favor. Grita sor Teresa en dirección al pasillo.

La enfermera entra en la habitación a toda velocidad.

Las dos mujeres miran a Julio.

-Perdonen, pero me gustaría ir al baño. Dice el enfermo.

-Ahora mismo te alcanzo la cuña, Julio. Elisa hace además de coger algo de debajo de la cama.

Julio se destapa, baja de la cama de un salto y tomando la percha que sujeta el gotero se dirige a grandes zancadas al cuarto de baño.

Un minuto después el sonido de la cisterna del váter anuncia que el enfermo ha terminado.

La superiora y la enfermera, se miran y esta última dice:

-Si no lo veo no lo creo.

Julio sale del baño y se asoma a la puerta. Un sonido inconfundible de cucharillas, tazas y platos, junto al olor de café con leche, chocolate, churros y delicada bollería. hace que se frote el estómago.

-Por favor pueden dejarme a solas para vestirme, que quiero ir a desayunar con mis compañeros.

Las dos mujeres salen de la habitación sin dejar de mirar al hombre que ayer estaba a las puertas de la muerte y que hoy está mucho más ágil y con mucha más vitalidad que ellas.

Julio se acerca a la ventana y mira al tupido cielo, mientras musita:

-Navidad, no, no fue un sueño.

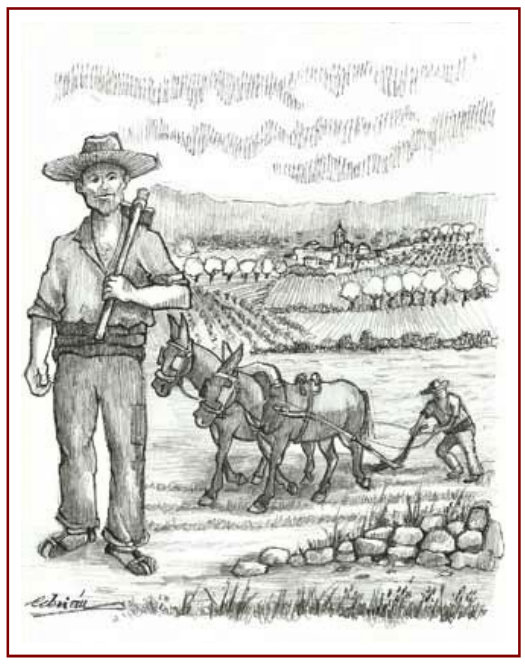
****

****
****

LABRADOR

Por Mary Mairal

Sol, cierzo, lluvia y elementos de la naturaleza
Baldean tu cuerpo que, doblado, hieres la tierra a diario;
Sin arañar peinas, no interesa desguijada destreza,
Si de seco vientre no el fruto da, amargo sudario.
Labrador de una pieza: haces, no dices; hacer y deshacer,



Árbol viviente, te humillas por elemento devorador,
Te apenas si de tu trabajo paso la zarpa del mal a ser cruel podador.
Labrador: vaya mi mensaje para ti a contra vientos,
A contra indiferencia de hombres y leyes; huérfanos,
Tierra queda, inalterable, te entrega su rostro.
Tierra y labrador: forman un haz de sudores lentos…

****

NUEVAS TECNOLOGÍAS

Página de VOLUNTARIOS de INFORMÁTICA

Fusionar fotografías en PHOTOSHOP

Dos tutoriales: ***FUSIONAR FOTOGRAFÍAS EN PHOTOSHOP*** y ***PONER CORTINAS EN POWERPOINT***, realizados por los voluntarios **Antonio Rodellar** y **Pilar Belenguer** respectivamente. Como se podrá comprobar, ambos muestran algunas de las múltiples posibilidades a realizar en tratamientos de la imagen.

Fusionar fotografías en PHOTOSHOP

1º— Ponemos en el programa ***Photoshop*** *la fotografía que servirá de fondo para el montaje.*

*2º—****Archivo—Abrir*** *y buscamos una segunda foto que queramos utilizar y clicamos en* ***Abrir****.*

3º—Vamos a ***Seleccionar—Todo****, para seleccionar la fotografía puesta últimamente.*

4º—Vamos a ***Menú Edición—Copiar****, activamos la fotografía del paisaje y repetimos* ***Menú Edición—Pegar****, y se nos habrá pegado encima, esta fotografía ya la podemos quitar. Activamos la fotografía primera y vamos al...*

*5º—****Menú Edición—Pegar****, si esta fotografía es muy grande vamos a* ***Menú Edición– Transformación Libre*** *y teniendo pulsada la tecla Mayúsculas, rebajamos el tamaño para hacerla más pequeña que la foto de fondo. La situamos en la zona de la imagen que más nos guste y cogemos la herramienta* ***Marco Elíptico*** *para marcar una circunferencia o un óvalo cogiendo todo el centro de la fotografía.*

6º—Vamos a ***Selección—Invertir*** *y de nuevo* ***Selección—Calar****, y ponemos en la tarjeta que sale (ej. 35 píxeles) que será la zona que quede difuminada. Seguidamente pulsamos la tecla* ***Supr*** *(suprimir) y nos habrá quedado difuminado todo el contorno de la fotografía. Si nos queda visible alguna línea del borde de la fotografía, utilizaremos la goma de borrar, poniendo tamaño 65 y, tras elegir una goma difuminada, borramos poco a poco los cantos visibles.*

7º—Coger herramienta ***Mover*** *y desplazamos la foto donde más nos guste. Caso que no dejara ver bien el fondo, podemos ir a* ***Opacidad*** *(paleta* ***Capas****) y rebajarla al gusto (ej. 80%). Lo mismo podríamos hacer con otra foto para situarla en el lado derecho de la composición.*

Resultado de ***Fusionar fotografías en Photoshop***

Voluntarios de Informática

Poner cortinas en POWERPOINT

Poner cortinas en POWERPOINT

1º— Abrimos el programa ***Powerpoint.***
2º— Hacer clic ***Nueva Presentación en Blanco***
3º— Hacer clic en ***Inicio*** *y así nos sale una* ***Nueva Diapositiva****, tras lo cual...*
4º— Hacer clic, y ya tenemos una.
5º— Para conseguir dejarla en blanco, vamos donde pone ***Diseño Pequeño*** *(tiene flecha hacia abajo) y hacemos clic en abajo; sale en blanco, le damos y obtenemos ya la diapositiva limpia.*
6º— Insertamos varias en ***Nueva Diapositiva****.*
7º— Vamos a ***Menú Insertar / Imágenes.***
8º—Si están las fotos en el Escritorio haces clic y buscas la que más te interese.
9º— ***Insertas*** *una en cada diapositiva.*
10º— Para las ***Cortinas*** *en la primera no haces nada, pasas a la segunda.*
11º— Ir al ***Menú Transiciones****, que en el lado derecho hay flechitas****,*** *hacer clic en la de abajo y en el desplegable salen muchas aplicaciones.*
12º— Hacer clic en ***Cortinas****, y observaremos como ésta se aplica a la primera fotografía****.***
13º— Así ***Seleccionas*** *la siguiente diapositiva y sigues con todas con otra* ***Transición****; observarás que hay muchas con diferentes efectos.*
14º— La siguiente fase es ***Guardar*** *el trabajo...*
15º— Vamos a ***Archivo***
16º— Clicamos en ***Exportar****...*
17º— ***Cambiar tipo de archivo*** *y*
18º— Seleccionar el que se abre automáticamente (está el tercero) e ir a ***Guardar como****....*
19º— Seleccionar que en ***Escritorio,*** *poner nombre deseado al resultado y clic en* ***Guardar.***

.....

Ejercicio práctico resultante

El lector que se haya detenido en los anteriores tutoriales, podrá comprobar, conocer y aplicar de forma fácil alguna de las múltiples posibilidades que nos brindan hoy los distintos programas informáticos para el tratamiento de fotografías e imágenes.

Desde estas páginas el grupo de ***Voluntarios de Informática*** del ***Hogar del IASS de Huesca*** hemos empezado este nuevo curso con el ánimo renovado, así como con la ilusión que nos da la posible nueva realidad que vamos a afrontar.

Todos aquellos lectores con deseo de aprender, que estén interesados en este mundo tecnológico, estáis invitados a acercaros a nuestras clases e instalaciones para adquirir algunos de estos conocimientos y experimentar con los programas informáticos que la tecnología nos brinda.

****

Reunión de la ***Dirección del Hogar del IASS de Huesca*** *con los* ***Voluntarios de Informática*** *y* ***Silvia Millán Arguedas*** *(Coordinadora Territorial de Aragón de* ***Hartford****).*

MOVIMIENTO Y ESPERANZA DE VIDA

Por Alumnos del Grado Formativo de Acondicionamiento Físico CPIFP Pirámide

Como ya sabemos, hacer ejercicio en el día a día supone una gran cantidad de beneficios para nuestro organismo. Pues bien, la cosa no queda solamente en unos simples beneficios, sino que **el deporte es capaz de aumentar la esperanza de vida.**

Entre los beneficios de la actividad física para adultos mayores cabe destacar:

- Reduce el riesgo de padecer enfermedades cardiacas.
- Ayuda a mantener un peso corporal adecuado.
- Rebaja la proporción de grasa corporal.
- Mejora el equilibrio metabólico.
- Disminuye el riesgo de contraer diabetes tipo 2.
- Ayuda a controlar el colesterol.
- Refuerza el sistema inmune.

Además, a nivel psicológico y cognitivo hay muchas mejoras al realizar ejercicio físico:

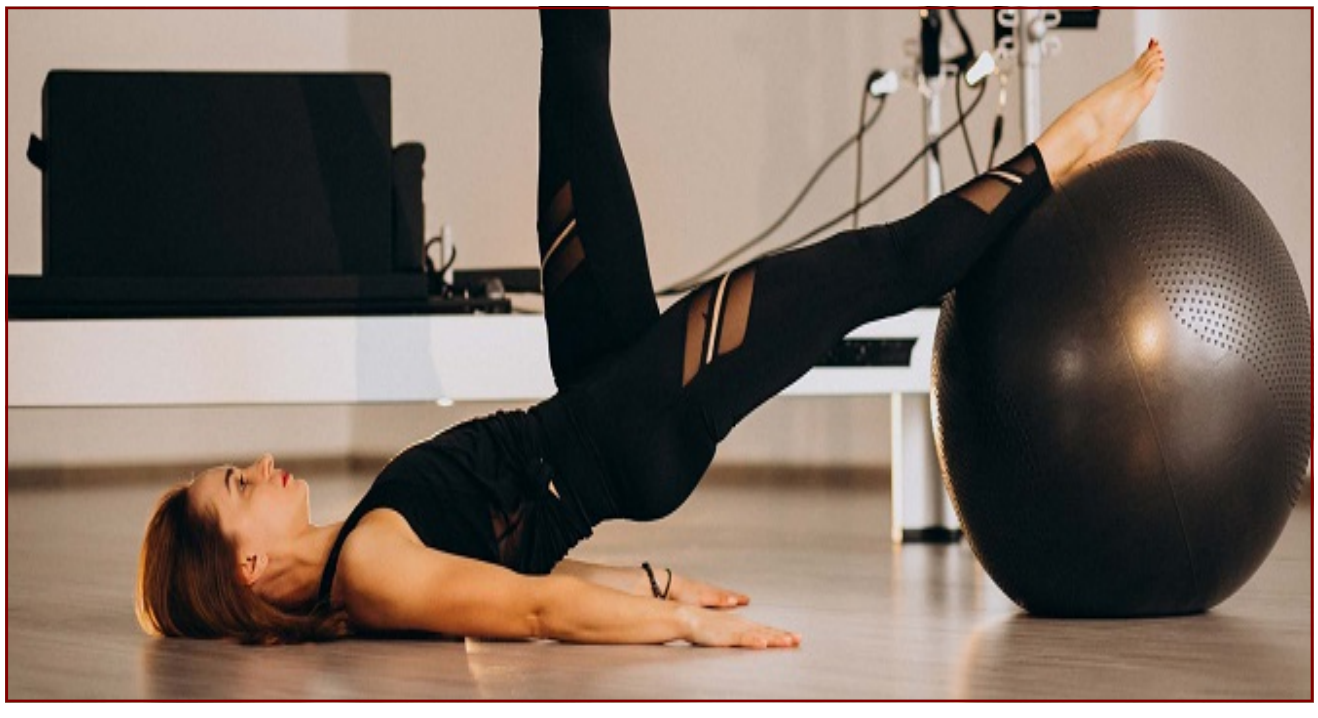
- Favorece el bienestar emocional.
- Disminuye el estrés y el insomnio.
- Reduce el riesgo de depresión y ansiedad.
- Mejora la función cognitiva y previene el deterioro cognitivo y las demencias como el Alzheimer, entre otras.

En consecuencia, al reforzar la musculatura y favorecer el equilibrio, se reduce notablemente el riesgo de caídas y los dolores musculares. Por otro lado, al mejorar nuestra imagen corporal tenemos una mejor autoestima.

NUESTRAS ACTIVIDADES:

Los alumnos de ***Acondicionamiento Físico del CPIFP Pirámide*** vamos a ofreceros unos talleres de 4 sesiones de cada una de las siguientes actividades. Os animamos a apuntaros a una, a varias o a todas ellas. Estas actividades serán gratuitas y se podrá inscribir el que lo desee en la consejería del Hogar.

<u>PILATES Y ESPALDA SANA</u>: El ***pilates*** es un método de ejercicio diseñado para estirar, fortalecer y equilibrar el cuerpo. Se trata de una serie de movimientos controlados para el cuerpo y la mente, realizados sobre una colchoneta o aparatos especiales para ello. Algunos de sus beneficios son aumentar la flexibilidad evitando posibles lesiones, fortalece el tono muscular y disminuye el dolor articular, mejora la capacidad respiratoria y ayuda a corregir posturas corporales.



BAILE FITNESS: En esta clase dirigida realizaremos ejercicios aeróbicos al ritmo de música con la finalidad de mejorar la condición física en general de forma divertida y mejorar el estado de ánimo. Beneficios: Mejora la circulación sanguínea, previene lesiones musculares, aumenta la coordinación corporal y evita el aumento de peso asociado al envejecimiento.

AQUAFITNESS: El ***Aquafitness*** es una actividad que se desarrolla dentro del agua de una piscina, y que consiste en la realización de diferentes tipos de ejercicio, aprovechando las cualidades del agua para disminuir el impacto articular, y utilizando la resistencia que nos ofrece.

Algunos beneficios que nos ofrece el ***Aquafitness*** son: Favorecer la oxigenación del organismo, ayudar a controlar la tensión arterial y aumentar la capacidad de ventilación entre otros.

GIMNASIA GENERAL: La gimnasia general está compuesta por ejercicios variados de actividad física, adaptada para todos en un nivel leve, enfocado en mantener y mejorar la condición física del cuerpo. Esta clase de ejercicio para todo el cuerpo es desarrollada de una manera dinámica y divertida.

Beneficios: Disminuye el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares, nos ayuda a controlar el peso, tonifica los músculos y previene la hipertensión, la diabetes y la osteoporosis.

Vamos a realizar estas actividades en los meses de enero y febrero, si estás interesado/a no dudes en apuntarte en el centro, ¡¡¡ya has visto los múltiples BENEFICIOS que tiene!!!

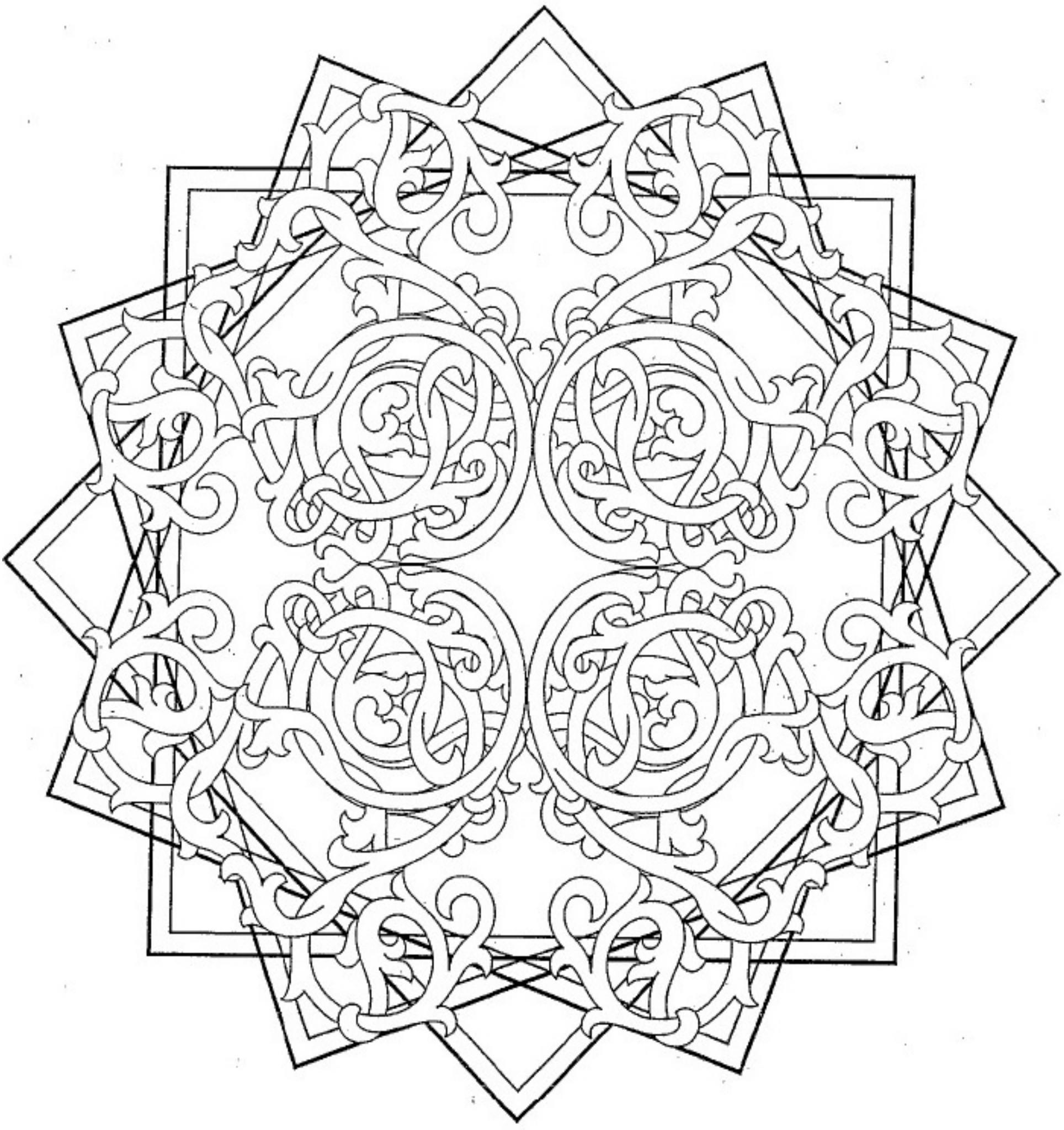
****
****

Reunión de ***Voluntarios del Hogar del IASS*** llevada a cabo el 15 de noviembre de 2021, con la finalidad de analizar propuestas para su mejor funcionamiento

REFLEXIÓN - ARTE TERAPIA

Por María José Nasarre y Mª Pilar Delafuente

El arte de colorear Mandalas: Puedes pintarlos con lápices de colores, ceras, acuarelas, rotuladores, etc. No le des muchas vueltas precisamente a los tonos, lo importante es dejarse llevar y no pensar demasiado. Reduce los niveles de estrés y ansiedad, ayudando a relajarse. Dejamos descansar a nuestra parte racional. Ayuda a la expresión e identificación de emociones. Propicia el autoconocimiento. Fomenta la creatividad. Te dedicas un tiempo a ti. Mejora la capacidad de concentración.



Fotografías de socios del Hogar del IASS de Huesca realizando las "Nuevas Actividades"

Gerontogimnasia. Grupo 1º

Memoria

Gerontogimnasia. Grupo 2º

Visita al Museo Pedagógico

Yoga

Halloween

Juegos Tradicionales Diversos

Pintura de ASAPME Huesca

BODAS DE ORO

CRISTÓBAL MEDINA ESCOT y NATIVIDAD PONTAQUE FERRER

No es tan frecuente celebrar unas Bodas de Oro matrimoniales. En este caso han sido los socios ***CRISTÓBAL MEDINA ESCOT*** y ***NATIVIDAD PONTAQUE FERRER***, casados un 18 de septiembre y cuyo viaje de novios se dirigió hacia Jaca para seguir desde allí su periplo hasta Pamplona. Este año volvieron a Jaca en dicha fecha para celebrar, por todo lo alto, sus felices *Bodas de Oro*.

*Imágenes entrañables de **Cristóbal Medina Escot** y **Natividad Pontaque Ferrer**. A la izquierda el día de su unión y a la derecha actualmente, después de cincuenta años de vida en común. ¡¡¡Felicidades pareja!!!*

****

RECETA DE MANZANAS ASADAS AL MICROONDAS

Por Mary Mairal

INGREDIENTES:

- 1 *manzana reineta por persona*
- 1 *cucharadita de mantequilla o de margarina por manzana*
- 1 *sobre de sacarina de 12 gramos o 2 cucharadas de postre de azúcar por manzana*
- *Caramelo líquido y guindas para decorar*

PREPARACIÓN:

Quitar el corazón de las manzanas y poner el hueco una cucharadita de mantequilla o margarina o un sobre de sacarina o dos cucharadas de postre de azúcar.

Poner cada manzana en un bol pequeño de su tamaño.

Asar al microondas, a máxima potencia, durante dos minutos cada manzana. Se pueden poner todas juntas en un plato o fuente y sumar los minutos por cada manzana, pero quedan mejor en recipientes separados, aunque se pongan todas juntas.

Una vez pasado el tiempo de cocción, dejarlas dos o tres minutos dentro del microondas.

Poner cada manzana en un plato o servir en el mismo bol, decorándolas con un chorro de caramelo líquido. Se puede añadir alguna guinda para darle color y unos trocitos de nueces.

****

CONOZCA A NUESTROS SOCIOS Y SOCIAS

LORENZO CORREAS MALO

Por Ángel Dueso Ballarín

Siguiendo con la sección ***Conozca a nuestros socios y socias***, hoy tenemos en este espacio a ***LORENZO CORREAS MALO***, quien nos ha ofrecido gentilmente unas amables palabras.

.....

Pregunta - ***¿Quién es usted y de dónde procede?***

Respuesta - Me llamo ***Lorenzo Correas Malo*** y soy natural de Huesca. Nací en la calle *Padre Huesca* y viví toda mi niñez en esta zona de la ciudad, donde el colegio y la calle fueron mis sitios favoritos.

P - ***¿Cómo fue su infancia en nuestra ciudad?***

R - De críos, cando salíamos del colegio a jugar a la calle, recibíamos alguna bronca de nuestros padres… pero, en fin, la niñez es así. En nuestros años infantiles, como diversión, nos hacíamos unos carros, especie de patinete, con una tabla y unos cojinetes que nos proporcionaban en los talleres mecánicos. Nuestra diversión era bajar por la calle a ver quién llegaba primero, esperando que no nos cogiera el guardia municipal y nos lo quitara. A veces eso ocurría, pero al día siguiente ya teníamos otro.

P - ***¿Dónde hizo la mili?***

R - Hice la mili en África, en un grupo de Tiradores de la 7ª Compañía del 2º Tabor, en Sidi Ifni, la colonia africana de soberanía española, capital del África Occidental Español hasta el año 1969 en que se descolonizó.

P - ***¿Y después, qué fue de su vida hasta hoy?***

R - Me saqué el carnet de conducir y me fue muy bien. Tuve un taller mecánico en la localidad de Sabiñánigo y, como se ganaba poco dinero, lo dejé y me dediqué a ser camionero de toda clase de transporte por España. Ahora estoy felizmente jubilado.

P - ***¿Cómo llegó a ser socio del Hogar?***

R - A través de mi hermano David, pues él ya lo era y es quien me animó a unirme.

P - ***¿Participa en alguna actividad?***

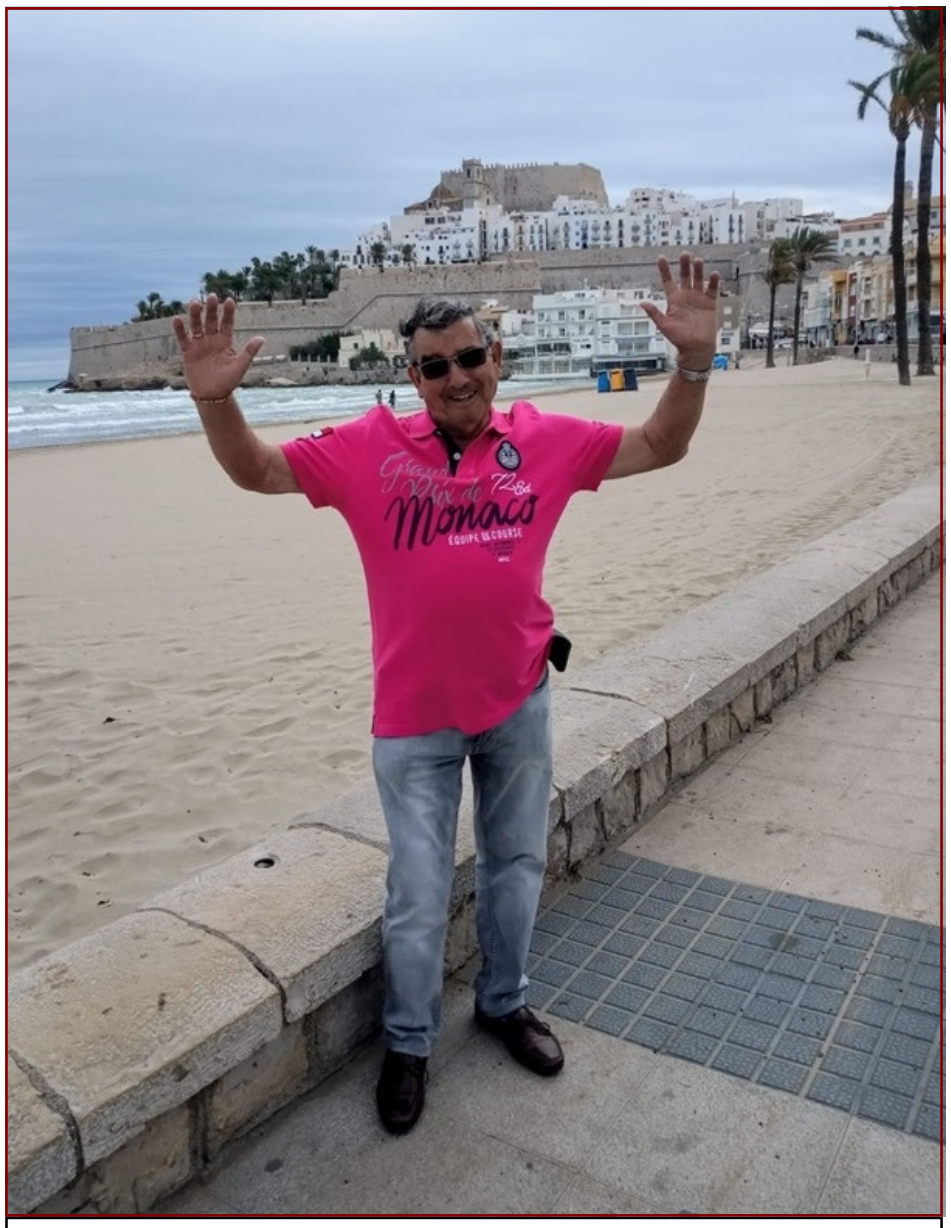
R - Sí, participo en dos. Por un lado en el **Coro del Hogar**, pues anteriormente también lo he hecho en el Orfeón del Reino de los Mallos, y por otro en el grupo de **Teatro**.

P - ***¿Cómo se siente con las actividades en que participa y que se llevan a cabo en el Hogar?***

R - Me encuentro cómodo y muy bien, pues el ambiente es agradable. Estoy esperando ansioso el día en que podemos volver a participar de nuevo en las actividades que veníamos haciendo, tanto en el grupo de teatro como en la coral.

P - ***De todas las actividades que hay ¿Cree que alguna se podría cambiar o mejorar?***

R - Las que tenemos me parecen bien.



Socio protagonista: ***Lorenzo Correas Malo***

Hacemos nuestro el deseo de que pronto lleguen esos tiempos mejores, los cuales estamos esperando tan ansiosos como tú, después del año tan desesperante que hemos padecido.

Muchas gracias por las respuestas, comprensión y amabilidad que ha tenido.

****

Entretenimientos y Pasatiempos

SUDOKU FÁCIL

		5						
3	7			6				
6		9		7	5			4
		6	7				8	3
9	3			5	2	1		6
8		4	3			2	9	7
		2						8
			4			6	3	
4		3	5				2	1

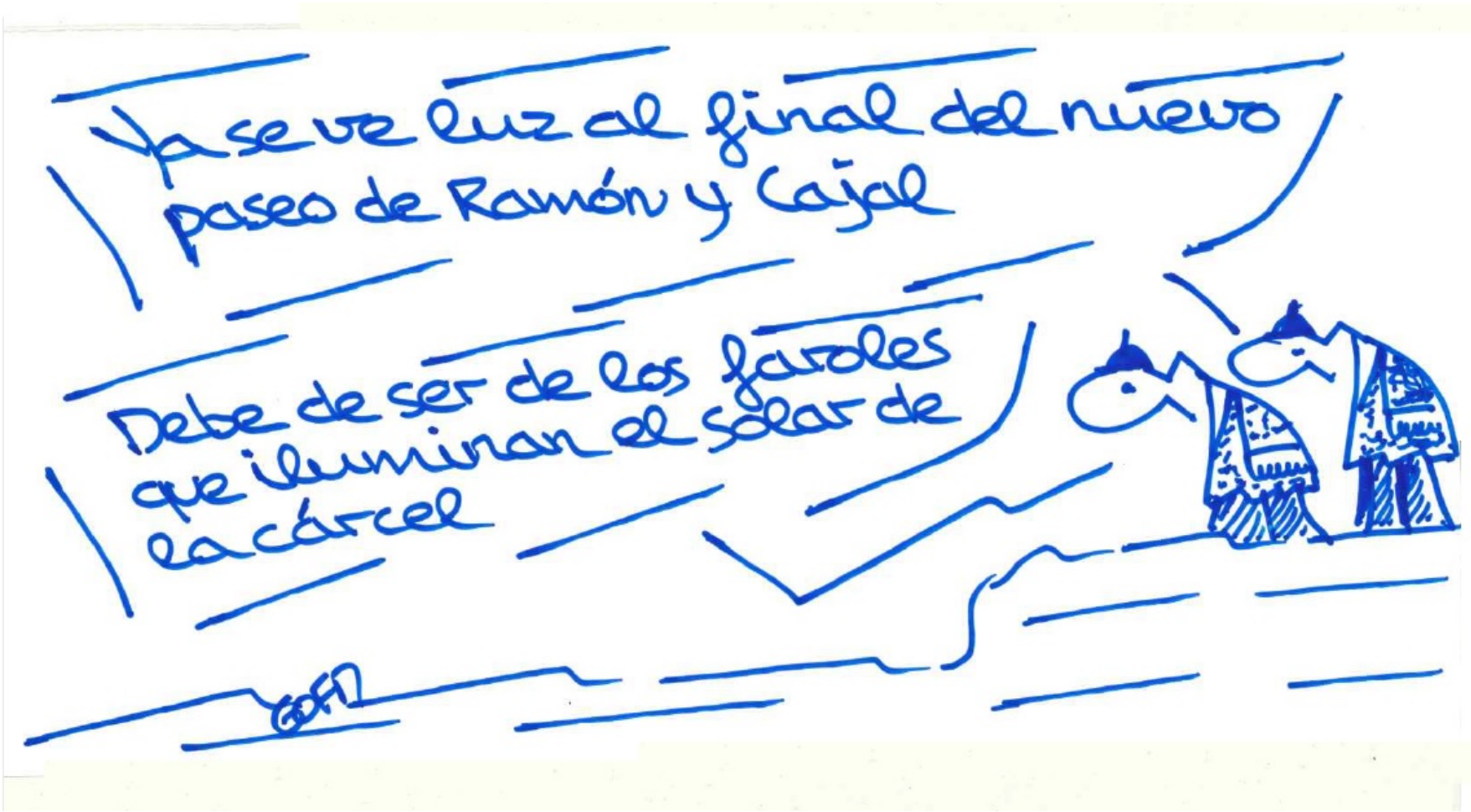
SUDOKU MEDIO

	4			7	1		5	
		9			6	3	1	
6	1			2			7	8
5			2			7		
	2			3				
			1		9	6		4
					8	2	4	
	7	5	4		2			3
	8	2					9	1

H	Z	Y	A	V	I	O	N	L	O	D	E	O	U	A	Q	A	I
M	Z	P	U	Z	D	E	B	Ñ	A	S	Y	Q	R	I	O	K	K
A	P	C	U	A	A	I	W	A	R	G	L	G	V	P	K	C	B
O	L	O	K	R	A	I	E	A	S	C	H	U	P	E	T	E	R
T	C	N	A	B	W	D	R	O	B	I	J	T	A	A	K	O	Z
Y	V	F	V	J	O	Y	N	O	A	O	O	E	I	N	R	C	J
D	C	O	C	H	E	Ñ	X	A	H	F	O	I	T	X	L	H	A
S	U	Z	O	H	B	N	J	J	I	A	V	A	O	T	V	E	B
N	C	O	V	R	F	O	Q	Q	R	A	N	S	W	A	L	L	A
K	L	E	S	Q	U	E	L	E	T	O	A	A	W	F	I	A	G
A	W	C	D	K	I	Z	J	D	O	E	I	I	Z	M	J	D	J
D	A	E	X	A	U	T	D	C	G	E	U	T	I	U	E	O	Ñ
Ñ	L	N	F	V	I	S	A	D	A	D	E	I	Q	S	U	O	I
K	O	R	R	O	G	U	Ñ	U	M	A	D	O	E	J	G	K	Ñ

La solución de estos pasatiempos saldrá en la Revista VIVENCIAS núm. 25

HUMOR DE GOFI



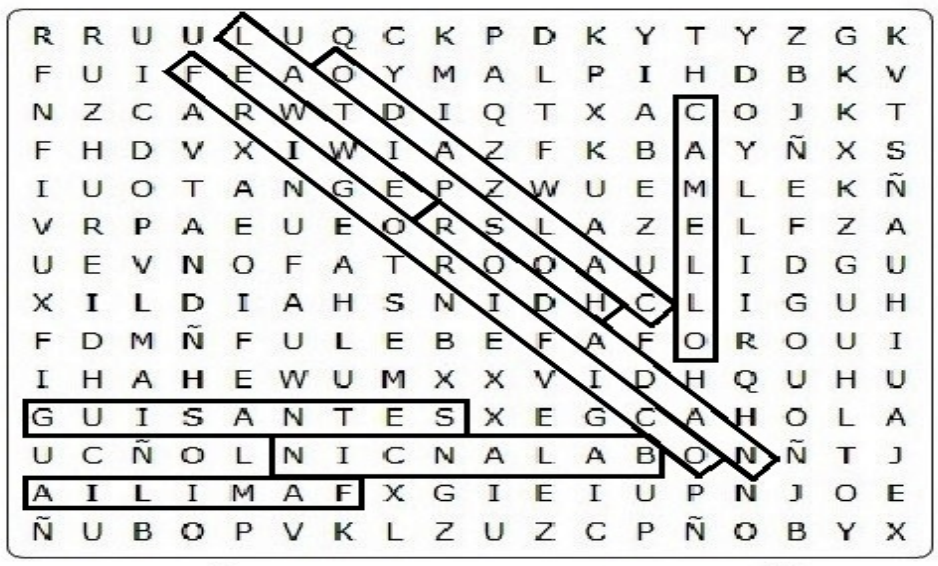
Pasatiempos anteriores resueltos

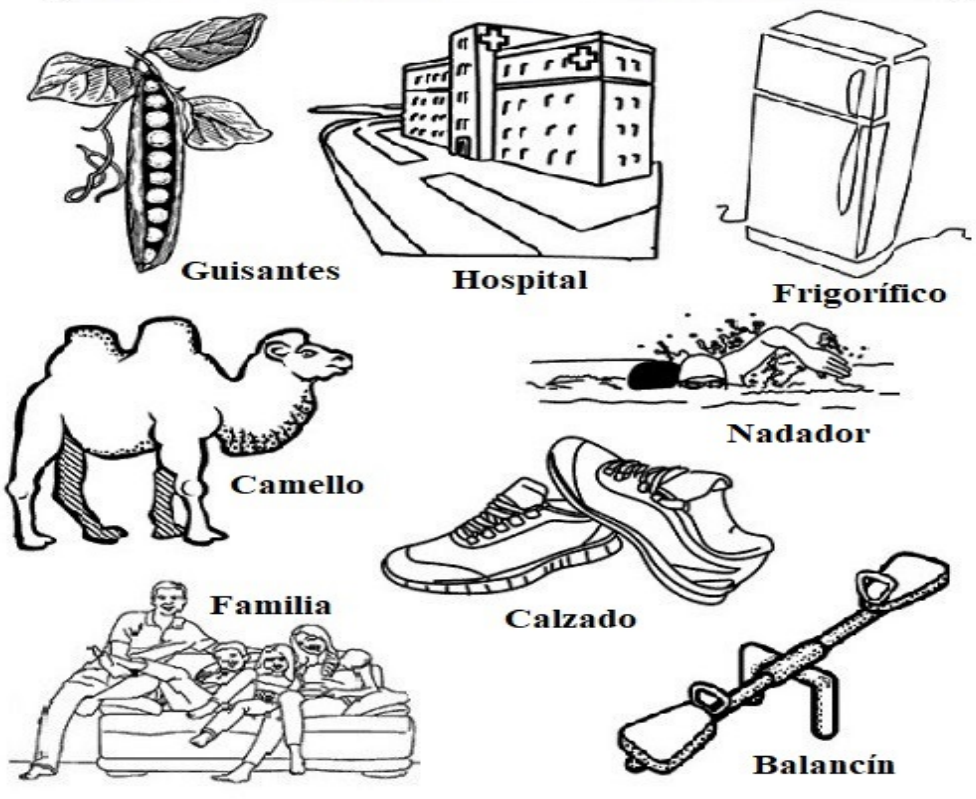
SUDOKU FÁCIL

2	4	5	1	3	8	7	6	9
3	7	1	9	6	4	8	5	2
6	8	9	2	7	5	3	1	4
1	2	6	7	4	9	5	8	3
9	3	7	8	5	2	1	4	6
8	5	4	3	1	6	2	9	7
5	1	2	6	9	3	4	7	8
7	9	8	4	2	1	6	3	5
4	6	3	5	8	7	9	2	1

SUDOKU MEDIO

2	4	8	3	7	1	9	5	6
7	5	9	8	4	6	3	1	2
6	1	3	9	2	5	4	7	8
5	6	1	2	8	4	7	3	9
9	2	4	6	3	7	1	8	5
8	3	7	1	5	9	6	2	4
3	9	6	5	1	8	2	4	7
1	7	5	4	9	2	8	6	3
4	8	2	7	6	3	5	9	1





Soluciones a los pasatiempos de la Revista VIVENCIAS núm. 23

TELÉFONOS DE SALUD Y URGENCIAS

CENTRALITA

974 247 000

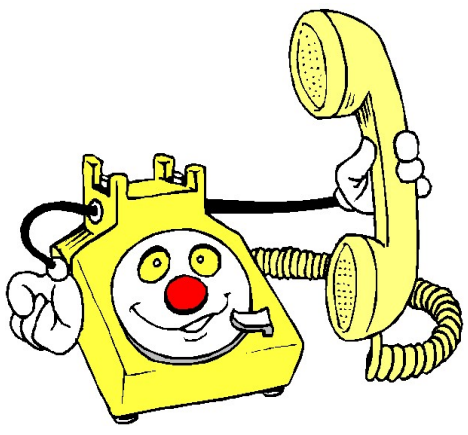
HOSPITAL GENERAL SAN JORGE	
HOSPITAL SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS	
CLÍNICA SANTIAGO	
974 220 600	
EMERGENCIAS SANITARIAS DE ARAGÓN	061
CENTRO DE SALUD PIRINEOS (Inmaculada)	974 221 922
CENTRO DE SALUD SANTO GRIAL	974 244 122
CENTRO SALUD PERPETUO SOCORRO	974 225 450
CENTRO DE SALUD HUESCA RURAL	974 228 672
C.R.P. SANTO CRISTO DE LOS MILAGROS	974 220 772
AMBULANCIAS SAN JORGE	902 110 112
CRUZ ROJA	974 221 186

TELEFONOS DE SEGURIDAD CIUDADANA

EMERGENCIAS	**112**
POLICÍA LOCAL	**092 — 974 223 000**
POLICÍA NACIONAL	**091**
GUARDIA CIVIL URGENCIAS	**062**
PROTECCIÓN CIVIL	**974 221 540**
BOMBEROS	**974 220 000**
GUARDIA CIVIL CENTRALITA	**974 210 342**

TELÉFONOS DE VIAJES Y COMUNICACIÓN

R.E.N.F.E.	**902 320 320**
ESTACIÓN DE AUTOBUSES	**974 210 700**
TAXIS	**974 595 959**
CORREOS Y TELÉGRAFOS	**974 225 999**
TELEGRAMAS POR TELEF.	**902 197 197**
HOGAR DE MAYORES IASS	**974 226 212**



TELÉFONOS DE BIENESTAR SOCIAL

AYUNTAMIENTO Centralita	**974 292 100**
DIPUTACIÓN PROVINCIAL	**974 294 100**
OFICINA DEL CONSUMIDOR	**974 292 135**

Conferencia "Dieta sana, Alimentación Segura"

Reunión de Voluntarios del Hogar del IASS

Ejercicios de Relajación

Fotografías de socios del Hogar del IASS de Huesca realizando las "Nuevas Actividades"

Grupo del Teléfono Móvil

Espalda Sana

Primeros en apuntarse a las actividades

Jardinería Creativa

Grupo de Senderismo