

# RÁFAGAS DEL CINCA

Nº 25  
Revista Trimestral

Hogar Personas  
Mayores Monzón

**SUMARIO**

- Disolución de Avimar**, pág. 3  
**Actividades del Hogar**, págs. 4-5  
**Hablamos con...**, págs. 6-8  
**Recuerdos**, págs. 9-10  
**Y no sabíamos que lo teníamos**, pág. 11  
**Cofita, su historia II**, págs. 12-14  
**Premio Colegio Salesiano**, pág. 15  
**Pasatiempos**, pág. 16  
**Cocina**, pág. 17  
**Almarjal**, págs. 19-20  
**Un médico en internet**, págs. 20-21  
**La búsqueda**, pág. 22  
**Poesía**, pág. 23  
**Contraportada**, pág. 24

**Edita:** Hogar de Personas Mayores de Monzón

**Depósito Legal:** HU 22/2013

**Dirección postal:**

Plaza San Juan, 30  
 22400 Monzón, Huesca

**Dirección electrónica:**

lorenaromabel@hotmail.com  
 loalagal@hotmail.com

**Colabora:**



mzn  
 monzon.es

**Portada:**

Paseo en la Avenida de Lérida  
 (Fina Garcés)

**Contraportada:**

Virgen de la Alegría  
 (Lorenzo Alamán)

**EDITORIAL**

*Es duro tener que despedirse de personas que nos rodean en nuestro día a día y nos aportan cosas buenas, positivas y alegres. Personas que, repentinamente, sin esperarlo y sin decir adiós, se nos van para siempre. Pero eso es la vida. Y por eso no podemos dejar nada para mañana, porque nunca sabemos si habrá un mañana.*

*Dedicamos estas líneas para agradecer el trabajo que todos los voluntario/as llevan a cabo en el Hogar, ya que sin ellos una gran parte de las actividades que se realizan en él no serían posibles. Gracias por vuestra labor altruista y desinteresada. Gracias a los que estáis ahora y a los que ya os habéis ido. Gracias a los que dais clases de informática, a los que hacéis esta revista, a las que acudís a residencias de ancianos a pasar un rato con los más mayores, a los que hacéis andadas..., en definitiva, gracias a todos los que pasáis parte de vuestro tiempo ayudando a los demás.*

*Disfrutemos cada día como si fuera el último -CARPE DIEM-*

*RÁFAGAS  
 DEL  
 CINCA*

**Coordinadora edición  
 (Corrección Textos, Diseño y Maquetación)**

Lorena Romero Abelló

**Equipo de Redacción**

Lorenzo Alamán Galicia, Rosario Bordas Baldellou,  
 Josefina Garcés Visar

**Colaboradores**

Augusto Alvira, Eva Benabarre Liesa, María Luisa Castán, Joaquín Guiral Satorres, Eliseo Latorre Marco, María Jesús Latre, Gloria Tomás

# *Disolución de Avimar*

## **A los socios de Avimar:**

Como bien pudisteis comprobar los que estuvisteis en la XV Asamblea de nuestra Asociación, había dificultades para componer la Junta Directiva. A pesar de los intentos posteriores para recomponer la situación, ha sido imposible encontrar suficiente "quorum" entre los socios consultados para ello.

Por tanto, como es preceptivo y con arreglo a los artículos 40 en su apartado b. y 41 de los Estatutos de nuestra Asociación, estamos dando los pasos necesarios para la disolución de la misma, que esperamos se haga efectiva a final del mes de Marzo. De todas formas cuando esto ocurra, la Junta Directiva enviará un comunicado a los coordinadores dando por liquidada nuestra Asociación.

Esto no quiere decir que los voluntarios se disuelvan, no, todos los voluntarios somos socios del IASS. En nuestros Centros seguiremos disfrutando de las ciber@ulas y esperamos que estos grupos que han estado cobijados bajo el pequeño "paraguas" de Avimar, puedan seguir haciendo "cosas" participando activamente en los programas que se presenten.

La Fundación "la Caixa" según nos comentó en la Asamblea, Carmen Espejo, coordinadora de la Fundación para Aragón, seguirá colaborando con los mismos medios que hasta ahora, continuando con los programas que tiene establecidos con el IASS, haciéndose cargo también de los programas que se tramitaban a través de nuestra Asociación.

Las funciones que hacía la junta directiva, por ejemplo con el programa del C.P. de Zuera, coordinación de los voluntarios, pago de transporte, etc. así como otras actividades como el movimiento intergeneracional, clases de pre inicio, difusión de revistas de Centros, etc. serán ejecutadas por La Caixa, a través de personal de Hartford.

Fue bonito mientras duró, han sido quince años. No todos conocimos sus inicios, pero no por ello no se nos han quedado grabadas personas que fueron "importantes" para que esta Asociación, se haya mantenido hasta hoy; Gregorio García, Rafael Dufoll, Manuel Ferrández, Angel Romeo, José Antonio Villuendas, Paco Benítez...seguro que me olvido de alguno, fueron compañeros que voluntariamente, hicieron equipo para que la Asociación se hiciera "importante".

Grabados quedan también en mi memoria todos los coordinadores/as de las distintas ciber@ulas, pero sería un "ingrato" si no hiciera un aparte en el reconocimiento a José Antonio Villuendas (allá donde estés), Eduardo Sánchez (siempre en la sombra) y Paco Benítez, quienes fueron el soporte fundamental para mantenerme los seis años en mi presidencia de la Asociación.

No sé si lo hice en mi despedida pero... gracias, gracias a tod@s por vuestra generosidad y siempre a vuestra disposición.

*Augusto Alvira  
(Presidente Avimar)*

**E**n febrero se realizó la fiesta de Santa Águeda. El chocolate fue elaborado por Juan, el gerente de la cafetería del hogar, quien se encargó también de poner música y hacer bailar a los asistentes.



Fiesta de Santa Águeda

**E**n el mismo mes se realizó una charla impartida por Doña Verónica Villagrasa, jefa de sección de Tutelas, de la D.P. del IASS de Huesca sobre "La modificación de la capacidad civil o cómo proteger a una persona"



**E**l 20 de febrero en Zaragoza se celebró la segunda edición de los Premios Cuarto Pilar, cuya finalidad es el reconocimiento a la labor y trayectoria social de todos aquellos que se dedican a los servicios sociales y donde fueron premiados entre otros, todos los voluntarios de los Hogares. Los voluntarios de la provincia de Huesca, acabamos la jornada con una comida en el acuario de Zaragoza, que visitamos después.



## Carnaval

El domingo 17 de marzo se celebró el Carnaval en el Hogar con la participación de numerosos asistentes que bailaron con sus disfraces al son de la orquesta subvencionada por el Ayuntamiento.



## Actividades intergeneracionales



UN AGUELO ES  
ALGUIEN CON  
PLATA EN SU CABELLO Y  
ORO SU  
CORAZÓN



9-3-2019  
\*Hoy, lo Mejor Merceés\*  
Toda Una Vida de Esfuerzo  
Quizá, con mucho sufrimiento,  
Friso en el Alma, cual ciego,  
Y por fin, vivir el momento.  
A veces, ocurrió todo en soledad,  
Otras, con la persona amada  
Abrazando siempre la bondad,  
Ya lo malo, sin dar la espalda.  
Ver nacer a los Hijos  
El dolor de alguno enterrarlo,  
Que hermoso, escuchar a los nietecicos,  
¡¡ Que ganas de ver a Los Yavos!!  
Después de tanto trabajo,  
Hoy, lo mejor merceés  
Y así damos Un fuerte abrazo!  
Los Alumnos de 6º del Ceip Monzón III.  
Autor: José Antonio Muñoz Fajanas  
(Padre de Oscar)



En marzo se han realizado unos talleres intergeneracionales con alumnos del colegio Monzón III. Se trata de unas jornadas de convivencia entre niños y mayores. Los voluntarios del Hogar han estado con ellos en la ciberaula, donde han jugado a juegos educativos con el ordenador y también han realizado distintas manualidades.

Poesía dedicada a los mayores voluntarios por uno de los padres de alumnos de 6º del Colegio Monzón III.

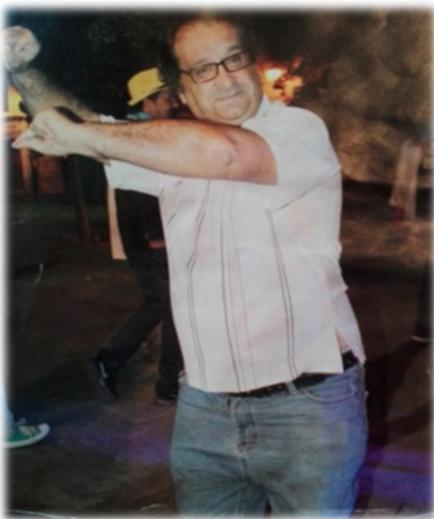
¡¡Gracias!!

**En esta sección de entrevistas se me ha ocurrido hablar con una persona nacida en Monzón igual que sus antepasados y que los que somos de aquí conocemos de sobra, es "Teresa la Chaparra". La he visitado en su casa porque me ha parecido interesante que me contara costumbres propias, que a los "payos", como ellos denominan a las personas que no pertenecemos a su raza, nos gusta saber, por eso os transmito mi conversación con ella y con su hija Ana que se encontraba con ella en el momento de la entrevista.**



Teresa Gabarre

Sus padres Marcelino y Carmen eran "Chaparros" los dos y tuvieron ocho hijos. Me contó que entonces se casaban igual con primos hermanos y primos segundos para asegurar así una raza gitana pura. Si un gitano se casa con una paya o al revés, les denominan "mercheros" y sus hijos "mestizos".



Enrique

Con su esposo tuvieron cinco hijos, tres varones (uno falleció) y dos mujeres. Ahora sólo tiene un hijo (Enrique) viviendo en Monzón, y los otros tres están fuera pero que todos la recuerdan mucho, también el resto de la familia.

Sólo comenzar la conversación me dijo que ahora en Monzón hay muchos gitanos, pero que no tienen nada que ver con ellos, no hay lazos familiares. De aquí era el Chaparro (su padre) y un hermano al que llamaban Ratón. Después han venido varias familias, porque siempre han encontrado en Monzón la manera de ganarse la vida. En tiempos una actividad que tenían era la recogida y venta de caracoles en casa del Sr. Ventura.

Me contó también que su padre era tratante de caballerías e iba por las ferias a comprar y vender, y que cuando algún payo tenía que comprar algún animal, lo llamaban a él para que les aconsejara porque sólo ver como caminaba o se movía, ya sabía si le pasaba algo, si estaba enfermo o si pasaba hambre, era muy entendido en la materia. Hoy como hay pocas caballerías, muchos gitanos se dedican a recoger chatarra o hacer faenas del campo. Otra labor que antiguamente les ocupaba, era la de hacer cestas y canastas de cañas y juncos que cogían en el río y que las mujeres gitanas desde siempre se han dedicado, principalmente, a la venta ambulante.

Teresa me dijo que, de los gitanos, siempre se ha dicho que tienen una habilidad especial para engañar, y que hacer tratos y negocios se les da muy bien; cuando hacen un trato, su palabra es más leal que la de un notario, su palabra es ley.

Depende del tema y si no se trata de asuntos muy graves, recurren siempre al "Patriarca", cargo que desempeña la persona más mayor y por tanto la autoridad de la familia. Cuando se produce alguna riña o pelea, siempre es el patriarca el que resuelve el conflicto, el que juzga y les da su opinión, y el que consigue que finalmente se pidan perdón. Después celebran una fiesta y "*pelillos a la mar*", como si no hubiera pasado nada porque lo que no practican, es el rencor.

Si el problema es mayor, en ese momento ya son las autoridades las que tienen que tomar cartas en el asunto para solucionar el conflicto.

En el siglo pasado, sobre las décadas de los 40, 50 y 60, los gitanos eran errantes e iban de pueblo en pueblo con carromatos, había miseria en el país, y replegaban cosas de los campos, entonces se les vigilaba mucho, y tenían mucho miedo a la guardia civil, pero también me cuenta que su familia no tuvo nunca ningún problema, que siempre vivieron en casas viejas pero nunca en cuevas y siempre han sido personas muy queridas por la gente de Monzón.



Teresa

Su nombre completo es Teresa Gabarre Giménez y su religión es la católica; la bautizaron cuando tenía 10 o 12 años y su madrina fue Dña. Elvira Jové (su maestra) que ella le ayudaba a hacerle los recados o le hacía compañía y ella le daba repaso y, cuando se casó, también le hizo de madrina de boda. Se casó por la iglesia y por el rito gitano y sus hijos practican la Religión Evangelista, que se parece bastante a la Católica, ellos creen en Jesús *porque la cruz de Jesús, es la llave de la salvación.*

Su hija Ana me explicó alguno de los símbolos de su religión. Igual que nosotros tenemos a los sacerdotes, ellos tienen a su pastor. Le pregunté si también ejercían el sacramento de la confesión y me dijo que no, que ellos le piden perdón al Padre en el culto, le cantan y cuando tienen alguna duda, le piden consejo al Pastor. Respetan a la Virgen por ser la Madre de Dios, pero creen que la Virgen tuvo más hijos con San José y por lo tanto que Jesús tuvo más hermanos, algo que en muchos pasajes de la Sagrada Biblia se contempla. En el salón en el que se reúnen para el culto, no tienen imágenes o iconos para venerarlos, sólo la Sagrada Cruz.

Teresa me cuenta que sus costumbres se basan en cuatro pilares fundamentales: en primer lugar el amor a la familia. Se quieren y se defienden a muerte, por encima de todo. Después, el respeto a los gitanos más mayores a los que no se les discute nunca. En tercer lugar el recuerdo a los muertos y por último el respeto a la autoridad del Patriarca.

Le pregunté también por un evento que me resulta muy curioso y es saber de primera mano cómo es una boda gitana, si era verdad que tiran un puchero al aire y cuando cae y se rompe ya está la boda celebrada y me dijo que no, que lo único a lo

(Continúa en pág. siguiente)



(Viene de pág. anterior)

que ellos dan validez en un matrimonio gitano, es la "prueba del pañuelo", que la novia tiene que ser Virgen y si no es así, se deshace la boda. La encargada de hacer la prueba es la gitana de mayor edad junto a otras mujeres gitanas.

Otra cosa exclusiva de los gitanos es el lenguaje "caló". Me cuenta que sus hijos lo saben hablar perfectamente pero sus nietos ya no, ya que en los colegios no lo aprenden y que cada vez se mezclan más con niños payos, y se han habituado a hablar únicamente en castellano. Lo más curioso del "caló" es que ella puede hablar con gitanos de cualquier otra parte del mundo y entenderse perfectamente ya que utilizan el mismo lenguaje en todos los países. Me dice que el "caló" y la prueba del pañuelo son dos de sus costumbres más ancestrales y que el día que esto ya no lo practiquen, se acabará la raza.

Me contó que Rocío Jurado tiene una canción preciosa dedicada a los gitanos que se titula "*Con las alas al viento*" y que había un grupo catalán que se llamaban "Los Yaquis" que les dedicaron una canción especial a su familia, "Los Chaparros".

Teresa es una gran cantaora de Saetas y durante muchos años en la procesión del Viernes Santo ha salido a cantarle al Padre. En estos momentos está algo delicada de las piernas, pero todos los días le pide al Señor que si se pone bien, en la procesión del Santo Entierro tiene la intención de salir a cantar; de hecho cuando nos despedimos, lo hace cantándome una canción que como me gustó tanto la apunté y os la transmito a ver que opináis:

**CUANDO SIENTO LA LLAMADA  
QUE TOCA MI CORAZÓN,  
YO SIENTO ESCALOFRIOS,  
POR LA PRESENCIA DE DIOS.  
CRISTO ES BUENO, Y TIENE TANTO PODER  
QUE TRANSFORMA LOS CORAZONES  
Y NOS DA FUERZA Y PODER.**

Para terminar quiero darle las gracias a Teresa por dejarme compartir con ella un par de tardes muy amenas y contarme tantas cosas que no sabía, también a su hija. Decir que he disfrutado mucho y que deseo que las personas que leáis este artículo, lo disfrutéis también.

*Rosario Bordas*



# Recuerdos

● HOLA AMIGOS! He pensado en las cosas que hace unos años eran bastante comunes para divertirnos y que hoy a nuestros hijos y nietos, cuando se lo contamos, les parece que no puede ser.

Por ejemplo, ellos no conciben que pudiéramos estar sin televisión, ni teléfono fijo en casa, ni mucho menos que no se hubiera inventado el móvil ya que ellos los manejan desde pequeños. Ha habido una revolución tan enorme en todo, sobre todo en el aspecto tecnológico, que cuesta comprenderlo. Hasta nosotros, los mayores, hemos tenido que subirnos al carro porque si no realmente estás "descolgado del mundo". Pienso que si a mí, cuando tenía 40 años, me hubieran dicho que sabría abrir el ordenador, escribir en él, consultar o mirar datos, lo hubiera puesto en duda, porque la primera vez que estuve frente a uno no me creí capaz de "trastearlo". Y ya no digo nada de poder ver crecer a mis nietos día a día a pesar de estar a más de 1.500 km de distancia, sin que esas "conferencias" supongan un coste añadido, vamos que encima es más económico que lo que en tiempos suponía una llamada telefónica interprovincial.



Antes cuando llegaba la jubilación parecía que ya no se tenía oportunidad de seguir viviendo más que para sacar adelante faenas cotidianas y ayudar con los nietos, era como que ya se estaba "fuera de juego"; en cambio ahora las oportunidades son inmensas.

Una vez leí un refrán que cuando era joven no me hubiese dicho nada, pero que ahora me lo aplico y os lo quiero transmitir para ver si a vosotros os pasa lo mismo **"No es cuestión de lo mayor que eres, sino de la manera en que lo eres"** Pienso que, si se goza de buena salud física y mental, la época que estamos viviendo es muy buena, en la que podemos disfrutar de muchas de las cosas que cuando éramos jóvenes, debido a las obligaciones del trabajo, la educación de hijos, la responsabilidad con el resto de la familia y las obligaciones del día a día, no nos permitían vivir el momento.

Me divierto con mis nietos explicándoles que en la casa donde nací no teníamos agua corriente y que teníamos que ir a buscarla (mi madre iba) a la fuente, pero lo que más les ha sorprendido es cuando les he dicho que tampoco teníamos W.C. y que íbamos al corral para hacer las necesidades, que se nos acercaban las gallinas y



las teníamos que asustar, que el papel higiénico que empleábamos era de periódico y que el primer papel en rollo que vendieron y yo recuerdo, se llamaba **"El elefante"** y que no era tan suave como los de ahora. Esto era así durante el día pero por la noche, los mayores para hacer pis, también utilizaban el orinal. No se lo creían, se reían y me decían: "yaya, cuéntanos más historias de estas".

Les cuento también que no teníamos muchos juguetes; alguna muñeca, *cocinetas* para hacer comidas, y que yo, por ejemplo, me divertía mucho con recortables de muñecas que se compraban en la imprenta. Eran dibujos de muñecas con tres o cuatro vestidos y algún complemento y como les podíamos cambiar de traje, podía pasar toda la tarde entretenida. También jugábamos a la comba, al plan, que se dibujaba en el suelo y no se podía pisar la raya, a los cromos, al escondite, a la lata, ... no nos aburríamos, teníamos imaginación y lo pasábamos genial. Los chicos jugaban a la pelota, con la galdrufa o (peonza) a los pitos, a churro, media manga o manga entera... Como he comentado anteriormente, sin juguetes pero divirtiéndonos mucho y siendo felices.



Jugando a churro, media manga, manga entera

Las personas de nuestra generación valoramos mucho todo lo que tenemos, a veces nos quejamos de que no se puede vivir, que todo está carísimo y no entendemos muy bien cómo algunas cosas han pasado a ser "normales o habituales" aunque a nosotros nos sigan pareciendo extraordinarias. Las personas jubiladas hemos trabajado y contribuido a mantener este bienestar del que ahora disfrutamos; hay personas que se quejan y explican por qué no están de acuerdo y quizás tengan razón, yo no lo sé. A todos nos gustaría tener más dinero, poder viajar, vivir como creemos que viven los ricos, pero... ¿seríamos más felices? Yo pienso que no, que lo importante es tener las necesidades cubiertas, podernos dar algún pequeño capricho, estar rodeados de nuestra familia, amigos y, sobre todo, disfrutar de buena salud, compartir experiencias y pensar en hacer felices a los que nos rodean.

Nos tenemos que mantener ilusionados, activos, sentir alegría y saber transmitirla, no quedarnos a pensar en lo mayores que somos y que no tenemos la ligereza de nuestra juventud, o que no podemos hacer ciertas cosas, (podemos hacer otras) Tenemos cosas buenas, como no tener que madrugar si no queremos o no tener que mirar el reloj, a no ser por querer ver un partido de fútbol, o un programa de televisión.

Hasta el próximo encuentro, disfrutad de vuestros momentos.

*Rosario Bordas*  
(Fotos extraídas de internet)

## ... Y no sabíamos que lo teníamos!

**E**s un camino largo, ancho, verde; con árboles y arbustos; con un río en un margen de nombre singular...

Ves a hombres, mujeres, jóvenes, menos jóvenes... corriendo, andando, paseando, y perros (atados) de compañía, grandes, pequeños, hasta los vas conociendo de verlos a menudo. Los dueños se suelen encontrar y han hecho amistad gracias a estos animalitos que se nos han infiltrado en las casas, que en algunos casos hacen más compañía que muchas personas.

Los perros te conocen, te huelen, se alegran de verte y mueven su rabo en señal inequívoca de su alborozo. Las personas, por el contrario, hoy día van tan distraídos con los móviles y auriculares que, ni el canto de los pajaritos nos detiene para disfrutar.

Hasta en el campo tendemos a aislarnos, hasta en el campo vamos paseando en solitario, pues vemos paseantes solitarios, o corredores solitarios con vistas a la próxima correría. Se saludan los que pasean con los perros, éstos sí interactúan.

Pero volvamos al paseo. Largo todo lo que la imaginación y las fuerzas nos quieran acompañar, dejas atrás alguna pequeña construcción y cruzas dicho río, sigues y sigues el camino y te impregnas del aire, del sol, de los chopos, algún pino y otros árboles verdes que vas dejando tras de ti, y llegas otra vez al río, un escenario fantástico que se alza a tu vista, más ancho, más caudaloso, pero, ... es otro río, donde igual puedes ver un martín pescador, un pato azulón, o unas esbeltas garzas posando apenas sus patas en las aguas. Sí... es otro río. Hemos llegado al majestuoso río Cinca, con toda el agua que sus afluentes desembocan en él y con las últimas nieves de las montañas.

Los dos ríos (Sosa y Cinca) nos remontan a la niñez, uno en cada punta del pueblo, cuando, con padres y amigos, veníamos a disfrutar de su frescor, a merendar o a charlar. Esto también se lo ha llevado el tiempo y nos ha traído las imprescindibles piscinas: municipales, privadas, corporativas, grandes, pequeñas, de huerto o de adosado...

Pero en nuestros corazones y en nuestro recuerdo seguirán teniendo un hueco estos dos puentes nuestros de enorme riqueza, recuerdos y añoranzas: son los del Sosa y el Cinca, nuestros ríos.

*Texto: M. Jesús Latre    Fotos: Fina*





# Cofita, su historia II



## LOS SANJUANISTAS

La Orden de los Templarios fue disuelta por el papa Clemente V en 1312. En la Corona de Aragón sus bienes y miembros pasaron a formar parte de otras órdenes (hospitalarios, Montesa), mientras que en Castilla sus bienes pasaron a la corona.

Los Sanjuanistas fueron otra Orden militar, de caballería, en la que los caballeros eran, al mismo tiempo, religiosos sujetos a los tres votos. De esta manera se convirtió en una orden religioso-militar.

La Orden fue conocida con diversos nombres, como Orden Hospitalaria de San Juan de Jerusalén, (de aquí que se les llamara hospitalarios), Sanjuanistas y Orden de Malta (por tener su sede central en la isla de Malta) Es otra orden militar de idéntico ascendiente como los templarios, pero sin tanto empuje.

Los templarios fueron apresados en el castillo de Monzón por las tropas del rey Jaime II, y **los bienes del Temple pasaron al poder de los sanjuanistas y, consecuentemente, también Cofita.** Así pues, una vez desaparecido el Temple de Cofita entraron los sanjuanistas, "aunque ya no consta la existencia de una pequeña encomienda, sino solamente la presencia de un freyle para atender los oficios religiosos y un bayle o administrador de los bienes de la finca" (F. Castellón Cortada)

Durante la estancia de los sanjuanistas en Cofita, sigue diciendo F. Castellón Cortada, "los habitantes de Cofita gozaron de idénticos privilegios de toda la amplia encomienda de Monzón,... A Monzón iban a pedir justicia en 1585, diez pueblos: Binéfar, Yéstoles, (Adiéstolas), Cofita, etc."

## COFITA TUVO AYUNTAMIENTO

Escribo lo que sigue para hacer notar que Cofita fue históricamente un lugar con Ayuntamiento propio, con límites bien definidos a los cuatro puntos cardinales, como luego se leerá. Léanlo con especial atención todos los vecinos e hijos actuales de Cofita. Alguien nos arrebató la condición de lugar con Ayuntamiento, que en tiempo anterior alguien nos otorgó.



En un documento que lleva por fecha 8 de octubre de 1569, en el "Acto público de población y vecinamiento del lugar de Cofita que otorga el señor temporal don fray Luis de Talavera, castellán de Amposta y comendador de Monzón, a José Cerbuna y hasta doce pobladores", documento importante de cuatro densas páginas escrito en un castellano medieval, en el que se leen los párrafos siguientes:



*"En el dicho nombre de grado... del dicho señor castellán y comendador arriba nombrado, dio a poblar y para que poblasen a los honrados Joseppe Cerbuna, Monsarrat Sanz, Bartholomé Ferrer, Francisco Moragues, presbítero... (y así hasta doce nombres) el lugar de Coffita...dentro del reyno de Aragón y de la encomienda de Monzón, **el qual dicho lugar con sus términos confrenta con terrenos** del lugar de **Fonz**, con terrenos del lugar de **Ariéstolas**, con terrenos de la villa de **Estadilla** y con el **río Cinqua**, y esto mediante una concordia..."*

*"... dio a poblar y para que puedan **reedificar el lugar de Coffita** de la dicha encomienda de Monzón... Et primo es condición y pacto que los sobredichos hayan de **hacer casas en el dicho lugar de Coffita** y que ninguno otro pueda edificar casa en el dicho lugar sino con licencia expresa del castellán"*

Y en unas líneas más adelante se leen las palabras que expresan la condición de Cofita como Ayuntamiento:

*"... hallándose presentes a todo lo sobredicho los dichos Joseppe Cerbuna, etc. (hasta doce nombres) mediante la dicha e preinserta concordia e pactos e condiciones en aquel contenidos et expresados, dixeron que **la dicha población y ayuntamiento de dicho lugar de Coffita** por el dicho señor procurador general a ellos hecha a aceptar y **aceptaron y prometieron** respectivamente por ellos y sus herederos y sucesores respectivamente de **tener, servir y cumplir los pactos...** y de poblar el dicho lugar de Coffita y habitar y hacer en aquel su domicilio..."*

Este largo documento se encuentra en el Archivo Histórico Nacional, Órdenes Militares, Encomienda de Monzón, leg. 330, n. 8.

## HASTA NUESTROS DÍAS

La presencia y la influencia de los sanjuanistas en la encomienda de Monzón, y por consiguiente en Cofita, fue decayendo con el paso del tiempo. El máximo cargo de los sanjuanistas en la Corona de Aragón era el de "Castellán de Amposta".

Se han encontrado muy pocos documentos históricos en los que aparezca el nombre de Cofita a lo largo de esos siglos. Lo que sí aparece es la acción e injerencia creciente de algunos habitantes de Fonz sobre los derechos de los que vivían en Cofita. Esto me lleva a pensar en la evolución sufrida por Cofita, sus vecinos, la desprotección lenta pero continua por parte de los sanjuanistas frente a la creciente ambición de los vecinos de Fonz, por apoderarse de las fincas y tierras de "la pardina de Cofita".

*(Continúa en pág. siguiente)*



(Viene de pág. anterior)

## ALGUNOS HECHOS HISTÓRICOS

En 1574 el comisario de San Juan de Malta otorgó permuta con varios vecinos de Fonz, con la calidad de terratenientes del término de Cofita. En 1737 se reconoce "a los 66 vecinos de Fonz como terratenientes de Cofita".

En 1724, "al proceder el corregidor de Barbastro a la mojonación de las partidas y término de Cofita y de Crespán, el Castellán de Amposta **reclamó fueran respetados todos sus derechos sobre Cofita**. Incluso cuando el alcalde de Fonz se entrometió en una causa criminal de robo en los graneros de Cofita, el Castellán le amonesta **para que no se entrometa en la jurisdicción sanjuanista**".

Y sigue diciendo F. Castellón Cortada que "fueron constantes las fricciones habidas entre el Castellán y los vecinos de Fonz".

## PARA FINALIZAR

Históricamente, los pueblos han sufrido siempre la codicia de los invasores y conquistadores. Fonz, desde arriba, debió ejercer la misma presión y codicia sobre las dos pequeñas poblaciones abajo, en las tierras del Cinca: Cofita y San Pedro de Crespán. Este era un núcleo situado en la zona de lo que hoy es la Central de Arias-2. Según los historiadores debió desaparecer después de la Guerra de la Independencia y pasar sus tierras al término de Fonz. Y algo parecido se adivina que debió suceder con la población y tierras de Cofita que, desde siglos atrás, fue una encomienda con administración templaria y sanjuanista.



Campo de cultivo en Cofita

Desconocemos desde aquí, en qué fecha Cofita fue anexionado al término municipal de Fonz, **borrando los límites de tierras que tenía cuando fue una encomienda templaria y sanjuanista de Monzón**. Al parecer Fonz borró nuestros límites de administración desde Monzón. Y quedaron borrados, por consiguiente, nuestros futuros derechos para posibles reivindicaciones, como población históricamente limitada y bien definida, cuando formaba parte del Monzón templario y sanjuanista.

Así pues, nuestro destino real ha sido depender en todo momento, a lo largo de los últimos siglos, **de la atención, bien recibida en su momento, cuando la ha habido**, o del desinterés manifestado por parte de algunos, muchos, regidores del municipio, que, tradicionalmente, sólo ha querido llevar el nombre de Fonz. Y con algunas muy honrosas excepciones, así siguen estando las cosas en el día de hoy. Esta ha sido, a grandes pinceladas, la historia de este pueblo de la Comarca del Cinca Medio: **Cofita**.

*Eliseo Latorre Marco*



## Premio Félix de Azara al Colegio Salesiano

**E**l Colegio Salesiano Santo Domingo Savio de Monzón recogía el pasado 22 de febrero, en la Diputación de Huesca, el primer premio Félix de Azara en el ámbito escolar por su proyecto "Un mensaje, un minuto". Lo que producía una gran satisfacción en el centro al ver reconocido este trabajo.

El proyecto premiado consiste en un proceso de investigación en el que los alumnos de 2º de bachillerato tenían autonomía para averiguar los problemas ambientales que existen en la provincia de Huesca, y cómo el ser humano tiene influencia sobre ellos. Luego, tenían la tarea de concienciar a la sociedad de que hay que cuidar nuestro entorno y el medio ambiente para conseguir una comunidad más ecológica.

Para difundir las investigaciones realizadas por los alumnos, se grabaron spots publicitarios en los que se explicaba un problema medioambiental y su

solución. A continuación, se generó un punto QR de cada vídeo que se colgó en carteles y se envió a la prensa local para su difusión.

La profesora encargada del proyecto, Belén Ortiz, junto con el director pedagógico del centro, Eloy Suils, y varios alumnos de 2º de bachillerato fueron los encargados de recoger el premio.

Salesianos Monzón es una obra educativa fundada en 1952. El colegio imparte las enseñanzas de Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Ciclos Formativos de Grado Medio (Mecanizado, Gestión Administrativa e Instalaciones Eléctricas) y Superior (Administración y Finanzas, Robótica y Automatización Industrial). Cuenta con unos 650 alumnos. La oferta educativa se completa con actividades extraescolares, de tiempo libre y teatro.

*Ráfagas*



# Sopa de letras

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

## 12 NOMBRES FEMENINOS ARAGONESES

- ALEGRIA
- ANAYER
- BRUIS
- CANDELERA
- ELODIA
- IGUAZEL
- IXEYA
- IZARBE
- LORIEN
- OLARIA
- OROSIA
- PILAR

# Sudoku

## Chistes

La mujer al marido:

- Pepe, ¿qué haces tan pronto en casa?
- Que se ha caído mi compañero del andamio y se ha matado. Pobre familia. Menos mal que por lo menos el seguro de la empresa les va a pagar cien mil euros.
- ¿Y tú dónde andabas que no estabas trabajando con tu compañero?

—

- Un señor muy rubio en el hospital esperando a que la mujer de a luz, sale el médico y dice:
- Han sido quintillizos.
- Es que tengo un cañón!, dice el hombre orgulloso.
- Pues a ver si lo limpia entonces, porque han salido negros.

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



## TORRIJAS AL HORNO

### **INGREDIENTES**

Pan del día anterior, 500 ml de leche, 2 huevos, 1 ramita de canela, la piel de 1/2 naranja y 1/2 limón, canela en polvo, azúcar.

### **PREPARACIÓN**

Cortamos el pan del día anterior en rodajas de 3 cm. aproximadamente y ponemos a calentar el horno a 200°C con calor arriba y abajo, y sin aire.

En un cazo vertemos la leche y le añadimos las ramitas de canela y la piel de la naranja y del limón.

Llevamos la leche al fuego y dejamos que hierva, apagamos y dejamos que se atempere un par de minutos.

Colocamos mientras las rodajas de pan en una bandeja, Vertemos la leche, al mismo tiempo que la colamos sobre el pan; para que este se empape bien. El pan tiene que estar bien mojado pero no hasta el punto de romperse.

De inmediato pasamos el pan mojado en leche por el huevo batido y le damos la vuelta y las colocamos sobre una bandeja de horno.

Metemos la bandeja con las torrijas en el horno cuando este caliente a 200°C.

Dejamos las torrijas al horno hasta que estén doradas, hay que vigilarlas ya que una vez que empiecen a coger color se hacen enseguida; las sacamos o si lo preferís las podéis dorar por el otro lado; Dejamos que se atemperen un poco y terminamos al gusto; con un poco de canela por encima y azúcar, a vuestro gusto.



## TORRIJAS DE NATILLAS

### **INGREDIENTES**

500 ml. de leche, pan del día anterior, 2 huevos, 1 sobre de flanin potax, 2 cucharadas soperas de azúcar, canela para espolvorear.



### **PREPARACIÓN**

Hacemos las natillas, con la leche, el flanín y las dos cucharadas de azúcar. Tenemos que hacerlas un poco espesas. Cortamos el pan en rebanadas gruesas. Remojamos las rebanadas de pan en esta mezcla hasta que estén bien empapadas. Batimos los huevos, rebozamos las rebanadas y freímos en aceite hasta que estén doradas por los dos lados. Las sacamos y las ponemos en una bandeja sobre papel de cocina para quitarles el exceso de aceite. Espolvorear por encima con azúcar y canela al gusto.

## TORRIJAS TRADICIONALES

### **INGREDIENTES**

Pan del día anterior, leche, azúcar, huevos, aceite y canela.

### **PREPARACIÓN**

Cortamos el pan y lo ponemos en la leche hasta que estén blandas sin pasarse. Pasamos las rebanadas de pan por huevo batido y las freímos en abundante aceite, las sacamos y las espolvoreamos con canela y azúcar o miel.



# ALMARJAL

## Relato fantástico

**C**uentan los abuelos que hace años, muchos años, en la pardina, conocida como la pardina de las Foradadas y ahora como de Rausa, existió un asentamiento humano, una aldea. En el entorno de un pequeño promontorio de la pardina estaba la casa principal y algo más abajo, en un pequeño rellano estaban agrupadas una docena de casas organizadas en dos hileras cortas.

Eran unas veinte, las familias que allí residían. Contando abuelos y niños no alcanzaban los 100 individuos. Entre ellos, aunque había un carpintero, un herrero y algún albañil, la mayoría eran jornaleros del campo. Las mejores tierras y en gran cantidad pertenecían a las familias principales de la vecina villa de Fraga, entre las que cabe contar a los Miranda del Almarjal.

Debo decir que la gran mayoría de los pobladores eran de religión islámica, los cristianos les llamaban "moros", creando fuertes diferencias entre los vecinos. Valga decir que todos eran vecinos del Almarjal de toda la vida. Anteriormente los señores del Almarjal eran "moros", pero ahora las casas, las tierras... todo había cambiado de manos. Con la invasión cristiana ellos eran los perdedores, y, para no abandonar la tierra que los vio nacer, se adaptaron a la nueva situación, aunque manteniendo su religión y costumbres.

Tenían por costumbre reunirse al otro lado del río Cinca, en el Pilaret, en las grandes ocasiones, como el final del Ramadán, en que su religión les obligaba a compartir y orar juntos. Ese fue sin duda el motivo por el cual se reunirían en el Pilaret, un lugar al que también acudían los de Montral y el Portell.

Con gran regocijo bajaban por el "camino del paso" y atravesando el puente de piedra de la acequia sobre el que pasa el barranco se dirigían hasta el río Cinca y hasta la caseta del barquero, que esperaba siempre algún cliente. El barquero, por algunas monedas, les pasaba hacia el margen izquierdo del río. Luego una breve caminata y por fin el encuentro con las familias que los esperaban para la celebración en esa margen izquierda del río Cinca.

Ese día de primavera el río bajaba algo crecido, pero ello no impidió que el barquero cruzara el río con más precaución que nunca. Después del encuentro entre hermanos, el canto llamando a la oración comunitaria no se hizo esperar. En las frías aguas del Cinca se habían purificado todo el cuerpo. Mirando hacia la Meca hicieron su profesión de fe: "Alá el único, el todopoderoso, el misericordioso,..." Gestos rituales: arrodillarse, inclinar la



Torre del Pilaret de Santa Quiteria  
(Fraga)

cabeza hasta tocar la fría tierra,... Algo semejante a nuestras romerías.

Más tarde se dispusieron a compartir los alimentos que todos llevaban para la ocasión y, para finalizar, los hombres y jóvenes danzaron viejas canciones bajo la mirada atenta de los ancianos y las palmas de las esposas y las jóvenes. Los niños y niñas observaban todos los detalles. La jornada en primavera es corta y todos se dispusieron a regresar a sus hogares, abandonando la cima del Pilaret.



Los vecinos del Almarjal acudieron al barquero para que les transportara al otro lado del río. El río Cinca continuaba enfurecido y sus aguas eran amenazantes, pero el barquero –hombre experimentado– les ordenó subir a la barca y sentarse.

Porque el río bajaba crecido, porque los amarres de las sirgas estaban flojos, porque tal vez había exceso de peso,... lo cierto es que la barca quedó fuera de control y los nervios de todos hicieron que la barca zozobrara y todos se ahogaron sin remedio posible.

Tal fue el final del pueblo de Almarjal. Gente buena, trabajadora, gente familiar, buena gente... pero su destino fue morir ahogados en el Cinca. Sus cadáveres nunca se encontraron y el Almarjal se quedó sin vecinos. La familia principal, la Miranda, permaneció en su casa señorial, pero las casas de los "moros" desaparecieron poco a poco, nadie quiso habitar en ellas porque traían malos presagios. También la familia Miranda abandonó su casa solariega y se afincaron en la villa de Fraga. Hoy del poblado de Almarjal sólo resta el pozo de hielo, cada vez más ruinoso. Todo él envuelto en la neblina de los sueños.

Así lo cuentan los antiguos, al parecer así sucedió, y hoy apenas si sabemos el lugar exacto donde estaba el poblado del Almarjal. El agua, el río, el mar dan vida y la quitan cuando les place.

*(Historia recogida por Fernando Royes (+) de los mayores, y que yo os cuento muy modificada)*

*Texto: Joaquín Guiral Satorres  
Fotos extraídas de Internet*

# Alergias primaverales



**L**a temporada de alergias suele llegar en primavera, cuando el polen que está en la atmósfera para cumplir una función reproductora básica en el mundo vegetal, puede ocasionar la aparición de procesos alérgicos de diferente gravedad entre la población hipersensible y en especial en los mayores, llegando en determinados casos a producir crisis asmáticas.

## Síntomas

La alergia primaveral puede ocasionar en las personas mayores rinitis, que ocasiona congestión nasal, rinorrea acuosa y estornudos, síntomas oculares como conjuntivitis alérgica, picazón ocular, lagrimeo y rojez. Estos síntomas resultan un poco más molestos en adultos mayores puesto que muchos sufren sequedad ocular. Debemos prestar atención a los mayores durante este periodo estacional de aparición de alergias y, en caso de rinitis, vigilar la aparición de cualquier indicio asociado con el asma. En caso de empeoramiento, debemos acudir al médico de inmediato. A diferencia de la mayor parte de la población, las personas mayores suelen tener factores de complicación como las enfermedades crónicas que pueden hacer que sea difícil hacer frente a sus alergias.

Las alergias pueden resultar más graves y causar dificultad respiratoria, mal funcionamiento del corazón y descenso de la presión arterial. Esta reacción se llama anafilaxia, y aunque no suele ser habitual, es recomendable vigilar la evolución de los mayores ante los tratamientos alérgicos.

Los síntomas de las alergias pueden ser muy peligrosos para los mayores con problemas cardiovasculares preexistentes. Por esta razón, las alergias en ellos deben ser tratadas con la mayor rapidez posible.

## Antihistamínicos y otros medicamentos

Nuestros mayores suelen tomar medicación para otras patologías. En épocas de alergia estacional, cuando es frecuente que tomen antihistamínicos para tratar las alergias, debemos prestar especial atención a la interacción entre ambos tratamientos, puesto que puede ocasionar efectos secundarios, como la sedación, en nuestros mayores.

Evite los antihistamínicos tradicionales sin prescripción de su médico, pueden ser peligrosos para las personas mayores. Para aquellos que sufren las alergias estacionales su médico le recetará la medicación adecuada.

En general, dentro de los medicamentos desaconsejados, están los descongestionantes, como la pseudoefedrina, vasoconstrictor que puede tener efectos indeseados en el sistema cardiovascular, como taquicardias o elevación de la presión arterial



La alergia no distingue entre jóvenes y mayores

## Recomendaciones

Se recomienda evitar exponer a los mayores ante agentes alérgenos, como el polen o los hongos ambientales. En caso de que alguna persona no haya recibido diagnóstico, pero se sospeche que puede presentar alergia a algún factor ambiental, es recomendable acudir a un alergólogo.

Es aconsejable evitar realizar ejercicios intensos al aire libre en época de polinización, ya que pueden producir dificultad respiratoria.

Ventilar la casa a primera hora de la mañana y en forma muy breve (5 a 10 minutos). Así se evita que los pólenes entren en la casa. Es importante lubricar e hidratar bien la piel, ya que en el adulto mayor este órgano es más frágil. La sequedad provoca prurito (picazón), síntoma muy común en este grupo de edad.

*Texto y fotos extraídos de Internet*

# LA BÚSQUEDA

*Nos pasamos la vida buscando.*

*Buscamos amigos, cariño, amor, personas afines. Buscamos ese libro que nos fascine, una pintura que admirar, una ciudad que nos atrape, un paisaje nuevo sin contaminar, o esa música que nos llene de sensaciones maravillosas.*



*Buscamos en las religiones, sean cuales sean o en doctrinas filosóficas otra manera de comprender la vida quizá para encontrar la tierra prometida o la paz interior...*

*Leemos a los filósofos para llevar a cabo sus enseñanzas.*

*Pensamos... analizamos... pero, seguimos buscando.*

*Otras veces buscamos el aislamiento creyendo que así nos encontramos a nosotros mismos.*

*Queremos llenar ese vacío en nuestras vidas sin darnos cuenta que, quizás, la "búsqueda" consiste en no "buscar". En aceptarnos tal cual somos, con nuestras carencias y nuestras virtudes.*

*Quizá todo sea tan sencillo como mirar con ojos limpios, a nuestro alrededor, a lo cotidiano y sentir la vida; "Amar la Vida".*

*Asírnos a unas manos para compartir cada momento y dar lo mejor de nosotros.*

*¡¡¡Tan sencillo y a la vez tan complicado!!!*

*María Luisa Castán*

***Nuestro recuerdo más cariñoso para Antonio Rodríguez, voluntario del Hogar, que nos ha dejado recientemente de una forma rápida e inesperada.***

***No tenemos palabras suficientes para agradecer tu interés por aprender y tu ilusión por compartir con los demás lo aprendido.***

***Siempre te tendremos en nuestra memoria y te llevaremos en el corazón, ¡descansa en paz!***





## POLÍTICOS

La política es un arte,  
arte de buscar problemas,  
no cuesta mucho encontrarlos,  
con engaños y maneras  
retorcerlos y enredarlos,  
y aplicarles a la fuerza  
remedios equivocados.

Político es la persona  
que te quiere hacer feliz,  
no cesa de trabajar,  
de prometer e insistir,  
se siente capaz de dar  
tu vida por su país.

El año es un tiempo largo,  
muy lento en el calendario,  
debería haber un día  
que, a partir de esa jornada,  
se abriese la temporada  
de caza de congresistas.

De Gaulle, gran hombre de Francia,  
la política, un asunto,  
tema demasiado serio  
para dejarlo en las manos  
de los políticos vanos,  
prisioneros de sus sueños.

Un antiguo gobernante  
de Rusia, país del frío,  
son los políticos, dijo,  
iguales en todas partes,  
prometen y más prometen  
hacer lo que nadie hizo,  
construir un puente grande,  
sin nada que preguntarse,  
allí donde no hay un río.

Políticos y científicos  
mantienen la diferencia,  
unos en su atrevimiento,  
los segundos en su ciencia,  
los científicos pretenden  
hacer que sea posible  
mediante mucha insistencia,  
lo que parece imposible,  
los políticos, en cambio,  
lo que parece posible,  
rechazarlo, insensatos,  
y hacer que sea imposible.

## HOY, AHORA

Con frecuencia me pregunto:  
¿cuál es mi mejor edad?  
y, rápido me respondo:  
está claro, la de hoy,  
ni es un minuto de menos,  
ni es un minuto de más.

Una segunda pregunta:  
Y cuando miro mi cuerpo  
¿cuál es el mejor que tengo?  
sin duda el que tengo hoy,  
tal como lo ven los otros  
tal como lo veo yo,  
no tengo el que fui ayer,  
ni el que mañana seré,  
sólo tengo el que ahora soy,  
en la forma que hoy se ve.

Quiero saber algo más,  
¿Cuál es mi mejor momento,  
el que fue o el que será?  
no sueño con el pasado,  
el futuro es ilusión,  
el que será no ha llegado  
el ayer ya se ha esfumado,  
mi mejor momento es hoy.

Por una hora, por un día,  
ya vale de perseguir  
lo que me falta y no tengo,  
todo aquello que no soy,  
que me impide verme hoy  
los dones que ya poseo.

No lamentarme y gemir  
por algo de que carezco,  
verme por fuera y por dentro,  
dar valor a lo que tengo,  
disfrutarlo y ser feliz.

*Eliseo Latorre Marco*

