



# **HABLAMOS**

Revista del Centro Social de Personas Mayores de Laviana

Enero 2006

## **SEMANA DE HOMENAJE A NUESTROS MAYORES**

**DICIEMBRE DE 2005**



### **LA REMODELACIÓN DE LAS ESCUELAS PÚBLICAS**

CENTRO DE INNOVACIÓN DEL ALTO NALÓN

**EJEMPLAR GRATUITO  
Nº 4**

## SUMARIO

Poesía.....	2
Saludo.....	3
Naturaleza.....	4
Receta de Cocina.....	5
Balance.....	6
Balance.....	7
En La Reondina.....	8
Desde mi Rincón.....	9
Un paseo con Miguel.....	10
Pon tu foto.....	11
Demostración.....	12

### **PROMUEVE:**

El C.S.P.M de LAVIANA

### **EDITAN:**

Los voluntarios de Informática

### **EQUIPO DE REDACCIÓN:**

Angel Fernández Carvajal

Miguel González Rodríguez

Jose Angel Viesca

### **COLABORAN:**

Emilio Zapico Fernández

Mamel Concheso

Andrés Zapico García

Rosario Montilla

Miguel Angel González

Cesareo Fernández

Tino Cortina

Jose Angel Viesca

Albertina

### **IMPRIME:**

Voluntariado de Informática

## POESIA

### **Laviana tierra mia**

Laviana bella altiva  
La que te rodea, hermosa villa  
Tierra de lluvia y sidra,  
De hombres serranos,  
De mujeres bellas, como tu mi villa

Laviana que das albergue al viajero  
Tus gentes amables que abren sus puertas  
Con gran cariño para el forastero  
Laviana, mi tierra, tu amor muestra

Mirarme desde Peña Mea es un sueño  
El verdor de tus praderas  
Te entrega todo su encanto  
Laviana tierra bonita, a ti te canto

Laviana de mis amores  
Tierra bella, aquí en mi España  
Que deslumbras al viajero  
Que le ofrece añoranzas

Tierra de mis antepasados  
Tierra buena, tierra santa  
Laviana yo aquí te dejo  
Mi corazón y mi canto

Aquí junto a tu bella montaña  
Tu río, verdes praderas, mis amigos  
Desde aquí bella tierra mía  
Desde aquí nombro tu encanto

A mi hermosa tierra Laviana

Emilio Zapico Fernández

## Asombrosa naturaleza

El *cuquiellu* es sin duda el más “*cuco*” de los pájaros que habitan en nuestros bosques. Llegan a nuestras tierras en el mes de marzo procedentes del África subsahariana, cuando los árboles comienzan a cubrirse de hojas que lo puedan ocultar. Situado en una alta rama, el *cuquiellu* descansa y vigila al resto de aves que se afanan en construir sus nidos; él no se molesta en trabajar, es tan listo que ya tiene controlados los 6 – 7 nidos en los que va a depositar sus huevos.

Al principio del mes de mayo la hembra del *cuco* extrema la vigilancia de los nidos que controla, esperando el momento en el que en ellos sus propietarios hubieran depositado al menos 3 – 4 huevos. Al primer descuido que tengan los pájaros observados, la hembra del *cuco* retira con su pico uno de los huevos y deposita uno propio en tan solo 8 – 10 segundos.

Los jóvenes *cuco*s serán alimentados por sus padres adoptivos y nunca conocerán a sus padres biológicos.



Los adultos parten hacia África donde pasarán el invierno, una vez realizada la segunda puesta, en el mes de julio: cada huevo es abandonado a su suerte en el nido de un anfitrión involuntario. Los jóvenes marchan más tarde, en agosto – septiembre y su gran instinto y sentido innato de la navegación les permite encontrar el rumbo de sus cuarteles de invierno, a los que llegan de forma asombrosa sin haber estado nunca en ellos.

Andres Zapico García

## NUESTRA ESCUELA



Estos son parte de los alumnos del aula de cultura o como ellos llaman “Escuela de mañanas”

Algunos de ellos repiten por 3º año consecutivo, para otros es su primer curso. Todos acuden con asiduidad, interés, alegría y tesón.

Sin embargo para su maestra es el primer año como profesora de adultos, a la que contagian con su interés y al alegría de vivir, como si fueras a morir mañana y aprender como si fueras a vivir para siempre.

Una experiencia de enriquecimiento mutuo e inolvidable para todos nosotros.

EVA

**La fiesta de homenaje a nuestros mayores**, este año se celebró en la última semana de Noviembre y la primera de Diciembre debido a las obras de adaptación del ascensor, que tanta falta nos hacía.

Pero para el próximo año será en Mayo, como siempre



ACTUACIÓN DEL CORO EN LA FIESTA



DEMOSTRACIÓN DE GIMNASIA



LA HOMENAJEADA CON SU FAMILIA

---

C/Arturo León – Nº5– Laviana (Asturias)

**Email: [volun\\_laviana@hotmail.com](mailto:volun_laviana@hotmail.com)**

Teléfono 985600629

Nuestras páginas WEB:

[www.lavianacspm.com](http://www.lavianacspm.com)

[www.terra.es/personal8/cspmlaviana](http://www.terra.es/personal8/cspmlaviana)

[Http://usuarios.lycos.es/cspmlaviana](http://usuarios.lycos.es/cspmlaviana)

Y también en El Club Estrella:

[www.clubestrella.com](http://www.clubestrella.com)

[www.educalia.org](http://www.educalia.org)

#### TELÉFONOS DE INTERÉS

Policía Municipal	985600259
Guardia Civil	985600213
Urgencias Ambulatorio	985601555
Ayuntamiento	985600050
Bomberos	985601439
Teléfono de la esperanza	985225540
A.Enfermos de Parkinson	985237531
A.Lucha contra el cáncer	985203245
Liga Reumatológica	985784623
Cáritas	985208023
Instituto de la mujer.Urg	900191010

## EN LA COCINA CON:

MAMEL

### BERENJENAS RELLENAS

#### INGREDIENTES PARA DOS PERSONAS

2 Berenjenas  
200 gr de queso rallado (Parmesano)  
200 gr de carne picada  
Aceitunas sin hueso  
Una cucharada sopera de alcaparras  
1/2 Cebolla  
2 Dientes de ajo  
Perejil  
1/2 Pimiento morrón verde  
1 guindilla

Se cortan las berenjenas en diagonal y sacamos la pulpa (se reserva)

Una vez vaciadas se echa un fondo de queso rallado

La carne picada se guisa, añadiéndola la pulpa sobrante, las alcaparras y las aceitunas troceadas.

Se echa sobre la capa de queso, espolvoreando de queso

Todo ello se cubre con lonchas de queso y se gratina

En el horno 15 minutos (fuerte)

Y en la mesa, servir caliente

## NOCHEBUENA

Esa familia inmigrante  
Que tiritita nel portal,  
En esta noche tan fría  
Tien que pasalo muy mal

Al Neñu unos escarpinos  
Y un chal a María y daré  
Y una zamarra de lana  
Al desconcertau José

Esa familia tan probe  
Tirada en esi portal  
Sin comer nada en tul día  
Tien que pasalo muy mal

Arroz con leche pal Neñu  
Y a María quesu y traireé  
Y una botellina sidra  
P'al buenu de San José

Esa familia tan sola  
Que solloza el portal  
Sin nadie que la consuele  
Tien que pasalo muy mal

Voy cantay asturianaes  
Y la gaita tocaré  
Hasta que se rian El Neñu  
La Virgen y San José

Cesáreo Fernández

MAMEL

## PON UNA FOTO DE TU VIDA

Foto cedida por MAMEL



ESCUELA SÁNCHEZ TAMARGO 1959

EL MAESTRO D. PAULINO

EMPEZANDO POR ARRIBA Y DE IZQUIERDA A DERECHA; FALI, LUIS, LIÉBANA, GUITARRA, JAVIER, LUIS (DE SAN PEDRO), MANOLITO (TOLIVIA)  
FILA DEL MEDIO ; CARLOS, PAULINO, J MANUEL, CHEMARI, JULIO, GEROMO, FERNANDO, RODRIGO, SABINO  
FILA DE ABAJO; QUILI, ERNESTO, ARTURO CARRIO, VICENTE, AURELIO PATO, LUCIANO, PEDRITO, PEDRO DE CABAÑA, MOLINA, CANDI, MAMEL.



**ACTUACIÓN  
EN LA FIESTA  
DE LA CASTAÑA  
EN VILLORIA**

**AGRUPACIÓN CORAL DEL CSPM DE LAVIANA**

# LA JUNTA DIRECTIVA HACE BALANCE DE ESTE AÑO 2005



Como responsable de las **EXCURSIONES** y **JUEGOS**, Conchoso resalta la armonía de los excursionistas ya que estas fomentan la amistad y al camaradería entre los socios, para La Junta es importante dar contenido cultural y gastronómico a las excursiones. Para el próximo año, además de la excursión a Sanxenxo que es casi obligatoria, Conchoso nos informa de que se procurará ampliar el número de desplazamientos, así como sugerir a los socios que hagan propuestas sobre a que lugares les gustaría visitar, para tenerlas en cuenta en viajes sucesivos.

Y referente a los precios se procurará afinar al máximo posible para que no sea gravosa la excursión.

En los juegos de salón se hizo, además del campeonato de TUTE, el campeonato de PARCHIS, que estaba un poco olvidado, y ha sido todo un éxito; también se inició LA LOTERIA FAMILIAR que en todos ellos hay un buen ambiente. Resaltar la CENA fin de los campeonatos y esperar que los próximos años se perpetúe la participación de los socios y ampliar si es posible el número de juegos,

---



Tino es el responsable del **CORO**; nos comenta que este año hubo menos actuaciones, pero que no por ello, el interés de los participantes ha bajado sino todo lo contrario.

Se esta en contacto con otros Centros Sociales para hacer intercambios provinciales y esperamos llevar a buen termino alguno de ellos.

También hace un llamamiento a los demás socios que quieran cantar en El Coro, que se apunten pues hacen falta voces.

Las salidas, entre otras de este año han sido a Villoria en La Fiesta de La Castaña, La Pontona y a Cangas del Narcea.

---



Y ahora nos hablará de **las Finanzas (les perres)** José.

“Aunque con dificultades, mi valoración es positiva, me gustaría disponer de mas presupuesto, para así los socios paguen menos por hacer las actividades.

Espero que en los próximos años podamos conseguir una subida sustancial del dinero que nos da La consejería y con ello ampliar el número de actividades“.

## **Divulgaciones desde mi rincón**

### **Combustibles fósiles**

**Tino Cortina Calleja**  
tinocortina@inicia.es

Bajo la denominación de combustibles fósiles se agrupan el carbón, el petróleo y el gas natural. Son productos que por sus características químicas se emplean como combustibles y se han formado naturalmente a través de complejos procesos biogeoquímicos, desarrollados bajo condiciones especiales durante millones de años. La materia prima a partir de la cual se generaron, incluye restos vegetales y antiguas comunidades planctónicas ( de plancton).

#### **Constituyen un recurso natural no renovable**

El carbón se formó a partir de materia vegetal. Muchas veces se pueden distinguir vetas de madera o improntas de hojas que permiten reconocer su origen. El petróleo se formó principalmente del plancton, frecuentemente con el petróleo se encuentra gas natural, originado durante el mismo proceso en que se generó el primero. Ambos tipos de combustible se encuentran acompañados de azufre y derivados, ya que se formaron en condiciones anaerobias (sin aire). El descubrimiento y el empleo de este tipo de combustibles produjo un cambio revolucionario en las tecnologías de producción aplicadas por el hombre. Comenzaron a emplearse a partir de la revolución industrial y su uso se ha incrementado extraordinariamente.

Si bien esto permitió un desarrollo productivo nunca antes conocido en la historia de la humanidad, también produjo un alto impacto negativo sobre el ambiente. La combustión genera emisiones de gases ( $\text{CO}_2$ ) y otros gases que han contribuido a generar y potenciar el efecto invernadero, la lluvia ácida y la contaminación del aire, del suelo y del agua.

Los efectos contaminantes no sólo están vinculados a su combustión sino al transporte (recordemos El Prestige) y a los subproductos que originan.

#### **Alternativas**

Promover y desarrollar políticas energéticas e industriales que vayan desplazando el empleo de los combustibles fósiles en la generación de energías renovables no convencionales.

## VISITA DE NUESTROS REPRESENTANTES

## EN LA REONDINA

A LA CONSEJERA DE BIENESTAR SOCIAL,  
DOÑA LAURA GONZALEZ



JOSE fue nuestro portavoz ante la Consejera y le preguntamos ¿cómo ha sido esa reunión?.

**“La reunión con La Consejera, para mi, ha sido positiva, hubo una buena acogida por su parte”**

¿Que peticiones se le hicieron?

**“En primer lugar el aumento de presupuesto y a continuación el hacer una Sala de Lectura independiente del villar.**

**Luego la adecuación de la entrada para que pueda pasar una silla de ruedas.**

**La reparación de la cocina, los techos y la limpieza de los canalones, así como el cambio del mobiliario“.**

¿Y a todo esto como te respondió?

**“Pues que se comprometió, tanto ella con su Directora General, a ir resolviendo todo esto durante todo el próximo año 2006“.**

Hoy aquí en La Reondina  
Estamos todos reunidos  
Para celebrar esta fiesta  
Del final de los cursillos  
Y es que El Hogar de La Pola  
Es algo muy especial  
Por que se hacen tantas cosas  
Que no caerían más  
Y eso quiere decir  
Que hay una buena dirección  
Y que sabe administrar

La gente estamos contentos  
Porque nos gusta viajar  
Y hacer cosas diferentes  
Para de casa marchar  
Estuvimos muchos años  
Sólo para trabajar  
Y ahora en estos tiempos  
No nos podemos quejar  
Porque tenemos de todo  
En este preciado Hogar

Para ponernos en forma  
Para pintar y estudiar  
Echar una partidita  
Lotería y mucho más  
Y para el que le guste el baile  
Y tenga mucha afición  
Aquí tenemos a Clari  
Que toca el acordeón  
Y que se marchan los pies  
Cuando toca una canción

Y ahora que ya comimos  
Y bebimos un vinin  
No nos vendría nada mal  
El bailar un poquiñín  
Bueno,y ahora me despido  
Pero sólo de momento  
Por que espero, si Dios quiere,  
Que la próxima temporada  
Tengamos un nuevo encuentro

Albertina



**José María González Fernández  
Es Portavoz del Grupo Municipal  
del Partido Popular  
del Ayuntamiento de Laviana.**

**Hablar del Centro Social de Personas Mayores, más conocido como “Hogar del Jubilado”, me resulta muy entrañable y al mismo tiempo me embargan los recuerdos y la nostalgia. Uno no puede olvidar a tantas personas que lo dieron todo en su vida: mucho trabajo, mucho sacrificio y pocos recursos. Pero que con ello han hecho posible que otras generaciones podamos tener una mejor calidad de vida. Personas que han departido muchos momentos en este Centro y que hoy ya no están entre nosotros. Para ellos quiero tener un especial recuerdo y profundo agradecimiento.**

**Este Centro ha sufrido desde su origen grandes transformaciones que han ido mejorando tanto las instalaciones como las actividades que en él se desarrollan. Quiero felicitar a los responsables del Centro por la labor desinteresada que están llevando a cabo y animarles a continuar trabajando, así como solicitar de todos/as la máxima colaboración para seguir mejorando. Decirles a las Administraciones (Consejería, Ayuntamiento...) que no les duela la mano a la hora de apoyar con los medios necesarios a nuestros mayores, nunca será suficiente y ellos/as se lo merecen todo.**

**Próximas las Navidades y un Nuevo Año, os deseo, que en compañía de vuestras familias y amigos, disfrutéis de unas Felices Fiestas.**

# UN PASEO CON MIGUEL

## RUTA DEL RAIGOSU

Situados en el pueblo de Soto de Llorío (345 m), que es parroquia de Llorío y que se le conoce como el “pueblo de los hórreos” y así lo atestiguan los 17 que aún están en pie, que dan nombre a la asociación cultural Los Hórreos.

Salimos desde la entrada del pueblo, en un lugar llamado La Covina, desde donde vamos a coger una pista forestal llamada Pista de las Fuentes.

Comenzamos la ascensión y en poco tiempo alcanzamos La Peorrúa, situada en la falda del Pico Fueyu. Encontramos una bifurcación que parte por la izquierda, proseguimos por la derecha en fuerte ascenso y llegamos a la Campa Fondera.



Echando un vistazo atrás podemos observar Breza y sus valle, los picos de la Ortigosa y el pico la Chamoca.

Seguimos el camino encontrándonos con la Fuente Les Edraes y pronto alcanzamos el punto más alto de toda la travesía de hoy, el lugar llamado El Cordal.

Desde aquí, divisamos las magnífica vista de Peña Mea, las Campas de Doñango y Felguera y el pueblo de Los Tornos.

Desde el Cordal parten dos caminos, cogemos el de la derecha en dirección al Valle de la Fombermea. Bajamos y alcanzamos el Cantu Peral, desde donde vemos los cuidados

caseríos de Daon.

Proseguimos el descenso y en un cruce, seguiremos el ramal de la izquierda que baja y que nos lleva a la Fuente de La Lláscara.

Pronto hacemos entrada en el pueblo de la Acebal, y lo atravesaremos siguiendo la carretera hasta la entrada del de Ribota, donde tomaremos un camino a la derecha que bordea el pueblo hasta un puente que atravesaremos y veremos la ermita del Obellayo.

Siguiendo la pista nos encontramos con el Canal de la Coruxera, que lleva el agua hasta Langreo, y yendo parejos a él, entraremos en el pueblo de Llorío, que es parroquia del concejo de Laviana. En



la iglesia de Lorío, hay un retablo del Siglo XVIII.

Pasamos el pueblo de Lorío por la casa del Fray Norberto y enlazando de nuevo con el canal hasta el final de la ruta, que es el punto de partida en Soto de Llorío.

MIGUEL ANGEL



**Y de la INFORMÁTICA**, Angel, nos comenta que ha sido un año lleno de trabajo con cursos de Iniciación, de Internet, de Fotografía, de Inglés aplicado a la informática, etc.

Aunque quisiéramos admitir a mas alumnos, nos es imposible por la falta de espacio y equipos, pero de todos modos estamos satisfechos con la acogida que se dan a estos cursos.

Hemos de resaltar la estimable colaboración de La Caixa, ya que sin ella, nos sería imposible cumplir los objetivos.

---

**La GIMNASIA**, es Reinoso el que se ocupa y preocupa de esta parcela, además de otras; y nos informa de que cada año se apuntan mas socios a esta actividad, aunque hay que decir que solamente féminas.

Al final de cada curso hay una exhibición a la que acuden muchos espectadores.

Se ha avanzado mucho en esta actividad, antes teníamos un monitor y ahora dos ,una se dedica al baile (Elena) aplicada a al gimnasia y otro a la propiamente dicha (Presas).

También es de agradecer las donaciones que nos hace el ayuntamiento, y que con ellas, este año compramos estirillas etc.



MITO

**El Presidente y el Vicepresidente** nos hacen una valoración del año en positivo; en el apartado de excursiones se cumplieron los objetivos con amplitud por el gran interés de los responsables y la petición de los socios.

Se inició este año y por primera vez un curso de MEMORIA, con un importante número de asistentes; también se doblaron este año los cursos de PINTURA, MANUALIDADES, YOGA y TAI-CHI, aunque no se ha podido iniciar los de cerámica y encuadernación por falta de alumnos suficientes, aunque esperamos que el año que viene se puedan realizar.

En lo que se refiere al CORO, es objetivo de La Junta, la promoción de este, lo máximo posible, y hacer que se conozca en toda Asturias.

Y finalmente felicitar a los miembros de La Junta por su entrega incondicional y desear a todos un FELIZ AÑO 2006.



JAVIER