



# ALBOREA AL DIA

N.º 105. MARZO/ABRIL 2007. 1,00 EUROS. CONCEJALÍA DE CULTURA - UNIVERSIDAD POPULAR - AYUNTAMIENTO



- DEL 19 AL 26 DE ABRIL SEMANA DEL LIBRO.
- 26 DE MAYO FIN DE CURSOS DE LA U.P.
- 16 DE JUNIO VIII JORNADAS DE A.M.P.A.S. DE LA MANCHUELA EN ALBOREA.
- SALE A SUBASTA EL BAR NUEVO.
- REHABILITACIÓN DE LA PLANTA BAJA DEL AYUNTAMIENTO.
- EL PULVIOMETRO LOCAL HA RECOGIDO DURANTE ESTAS LLUVIAS 110 l/m<sup>2</sup>.

**REDACCIÓN**

Equipo de redacción: Pepi Fuentes Sáez, Isabel Pardo Pérez, Isabel Sáez Borchés, Ángeles Núñez Herrero, Ana Mª Martínez Mondejar, Mª Carmen Griñán Giménez, Mª Carmen Núñez Núñez, Teresa Cuesta Alcaráz, Mª José García Pardo, Amparo Belmonte Cuesta, Isabel Pacheco Martínez (AEDL) y Mariví Carrión Mislata.

Colaboran: Cáritas Parroquial, Antonio Javier Carrión García, Francisco G. Gómez Amoraga, José Reyes Álvarez Pardo, Antonio José Lillo Serrano, Cayetano Carrión Mislata, Pedro Serrano Carrión, Colegio de EGB, Asociación Unión Musical Alborea, Asociación de Mujeres "Alborada", Club de Jubilados "San Isidro", Asociación de Padres de Alumnos, Cooperativa del Campo "San Isidro", Sociedad de Cazadores "La Perdiz" y O.M.I.C.

Fotos: Pepi Fuentes.

Coordinación: Mariví Carrión Mislata.

Edita: Universidad Popular/Ayuntamiento de Alborea.

Imprime: GRAFICAS GOYZA, S.L.

Pol. Industrial, parc.2 C/D

Tel. 967 46 70 01 - CASAS IBAÑEZ.

DL- AB. 247 - 89

**26 DE MAYO FIN DE CURSOS DE LA U.P. 2007**

Durante el curso 2006/07 de la Universidad Popular ha realizado cursos de aeróbic y gimnasia tanto para adultos como para niños, danza infantil y juvenil, bailes de salón, teatro, bolillos, pintura al óleo y en tela, informática, restauración de muebles.

Todos estos cursos han permitido una participación de doscientas ochenta y cinco personas.



Dentro de la programación que se lleva a cabo por parte de la Universidad Popular, el Fin de los cursos 06/07 tendrá lugar el 26 de Mayo, en el que participarán el Grupo de Teatro "Maravillas", que se encargarán de representar dos sainetes y play-back; los grupos de Aeróbic con diversas técnicas gimnásticas y el

coro de Educandos de la Asociación "Unión Musical Alborea", que nos interpretarán varias canciones. Así mismo el día 9 de Junio, tendrá lugar el festival fin de curso de danza, con las actuaciones de los distintos grupos de baile.

Otras actividades como bolillos o restauración están pendientes de que se decida si se realizan exposiciones.

A estas actividades esperamos que se sume todo el pueblo de Alborea.

Los objetivos planteados a principios de los cursos se cumplen en parte, ya que dependen de la continuidad de los participantes, si bien, cabe destacar que esta formación no reglada es de carácter voluntario, en los que la convivencia y compartir conocimientos y experiencias nos enriquecen a todos.

**FARMACIAS DE GUARDIA: MAYO 07**

**• Días: 1,2,3,4,5,6**

ABENGIBRE C/ Lope de Vega, 1 tfno. 967471053, guardias localizadas tfno. 616715211, Ldo. Perez Arcas, c/ San Jorge, 20 tfno. 967467055, guardias localizadas tfno. 639760789.

**• Días: 7,8,9,10,11,12,13**

ALBOREA, Plaz. Castilla-La Mancha, 2 tfno. 967477069  
CASAS IBAÑEZ, Lda. Cabot, C/ Correos, 16 tfno. 635318775.  
14,15,16,17,18,19,20 ALCALA DEL JÚCAR C/ Callejón de la Virgen, 10 tfno. 967473016; guardias localizadas tfno. 678521370, CASAS IBAÑEZ Ldo. Perez Arcas, c/ San Jorge, 20 tfno. 967467055, guardias localizadas tfno. 639760789.

**• Días: 21,22,23,24,25,26,27**

BALSA DE VES C/ Calvario, 7 tfno. 967476287; CASAS IBAÑEZ, Lda. Cabot, C/ Correos, 16 tfno. 635318775, guardias localizadas tfno. 635318775.

**• Días: 28,29,30,31**

CASAS DE VES C/ Claudio Solano, 91 tfno. 967475081; guardias localizadas 620483403; CASAS IBAÑEZ Ldo. Perez Arcas, c/ San Jorge, 20 tfno. 967467055, guardias localizadas tfno. 639760789.

**DEMOGRAFÍA**

Matrimonios: Luisa López Monedero y Román Murcia Hernández  
Defunciones: Antonio Pardo Perez, Antonio Biosca Torres, Josefa Núñez Pardo y José Juan Torres Navarro.

**SUSCRIPCIONES 2007**

Ya se encuentran al cobro las suscripciones a este Informativo correspondientes al año de 2007, con los siguientes precios:

Alborea .....5 euros  
Fuera de Alborea.....7 euros  
Extranjero .....9 euros

Los pagos se pueden realizar en la Universidad Popular, en el Ayuntamiento o a través de la hoja informativa que adjuntábamos en el número anterior.

**¡¡¡SUSCRÍBETE!!!**  
Tu haces posible nuestro informativo

**ADIVINA DE QUIEN SE TRATA**



Todos los lectores que reconozcan a la persona que aparece en la foto, deben enviar su respuesta, con nombre y apellidos de la persona a la que se refiere la foto, junto con sus

datos personales a: Ayuntamiento de Alborea, Plaza Castilla-La Mancha, 2 o bien llamar al teléfono: 967 47 70 60

Entre todos los lectores que participen y hayan acertado la respuesta se sorteará un libro. Suerte y participa.

El ganador del número anterior es: Covadonga Alcalá Jiménez

### SALE A SUBASTA EL ARRENDAMIENTO DEL BAR NUEVO

El Ayuntamiento de Alborea ha iniciado el expediente de arrendamiento del local propiedad municipal destinado a Café-Bar, situado en la calle Casas Ibañez, 2 - bajo, bajo el sistema de procedimiento abierto en subasta. El presupuesto de licitación es de 7.200,00 euros, que podrá ser mejorado al alza por los interesados. Dicho presupuesto NO incluye IVA, por lo que deberá tenerse en cuenta.

El plazo de presentación de proposiciones es de 26 días naturales contados a partir del día siguiente al de la publicación del su anuncio en el Boletín Oficial de la Provincia.

Todas las personas que lo deseen pueden solicitar más información en la Secretaría del Ayuntamiento de Alborea, en horario de oficina.

### REHABILITACIÓN DE LA PLANTA BAJA DEL AYUNTAMIENTO

La Consejería de Administraciones Públicas firma un convenio de colaboración con este Ayuntamiento para la financiación de las obras de ampliación y reforma del Ayuntamiento.

Dichas obras consistirán en la habilitación de la planta baja, para acondicionarla en oficinas municipales, que mejoren la calidad de vida y los servicios de todos los ciudadanos de alborea, en particular de las personas mayores.

El importe total de la inversión asciende a 160.000,00 euros de los cuales la Consejería de Administraciones Públicas aporta la cantidad de 120.000,00 euros y el Ayuntamiento aportará la cantidad de

40.000,00 euros. Las obras se realizarán durante los años 2007, 2008 y 2009.

### 320.000,00 EUROS PARA OBRAS HIDRAULICAS

En relación con el Convenio Marco de Colaboración entre la Diputación Provincial de Albacete y la Junta de Comunidades de Castilla La Mancha en materia de obras hidráulicas, se ha incluido a Alborea con la siguiente obra: "Equipamiento, cámara bombeo y colector",



con una inversión total de 320.000,00 euros, de los cuales la aportación municipal será de 11.520,00 euros.

### AYUDAS DESTINADAS A EMPRESAS DE LA CONSTRUCCIÓN QUE REALICEN INVERSIONES EN ELEMENTOS AUXILIARES DE OBRA.

La Consejería de Trabajo y Empleo ha convocado ayudas destinadas a empresas, personas físicas y

jurídicas y las Comunidades de bienes dedicadas a la actividad de la construcción que realicen inversiones para la adquisición de andamios de fachada.

La cuantía de las ayudas será de hasta el 40% del importe de la inversión realizada, con el límite máximo de 30.000 Euros por beneficiario.

Las empresas que deseen optar a estas ayudas, deberán presentar su solicitud antes del 22 de Mayo de este año.

### AYUDAS PARA FOMENTAR LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN LAS PEQUEÑAS Y MEDIANAS EMPRESAS

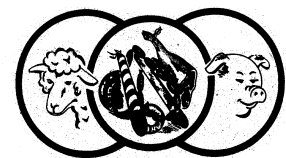
La Consejería de Trabajo y Empleo ha convocado ayudas para las pequeñas y medianas Empresas que realicen inversiones destinadas a mejorar las condiciones de seguridad y salud en los centros de trabajo.

Podrán ser objeto de subvención las inversiones siguientes: Sustitución de maquinaria, adaptación de equipos de trabajo (máquinas y equipos auxiliares) a la normativa vigente y las inversiones en instalaciones y sistemas para el control de contaminación química, física o biológica en el centro de trabajo, así como las inversiones destinadas a la adaptación de puestos de trabajo.

La cuantía de las ayudas será de hasta el 40 % del coste de la inversión con un máximo de 30.000 Euros por empresa y año.

El plazo para la presentación de solicitudes finaliza el 7 de Julio de 2007.

*AGENCIA DE EMPLEO Y DESARROLLO LOCAL  
ISABEL PACHECO MARTINEZ*



**CARNICERIA  
JUAN ANTONIO  
Y  
MARIA JOSE**

**ESPECIALIDAD EN EMBUTIDOS CASEROS,  
JAMONES CURADOS Y CORDERO**

Calle Casas Ibañez, 4 - Tel. 967 47 72 72  
ALBOREA



**MAPFRE**

Pablo Montejo Torres  
Asesor financiero  
Nº Rgto: 72660

CAJA MADRID

Avda. Estación - 02001 ALBACETE  
Tel. 646 666 867 - Fax 967 241 878

<b>DIVERSOS</b>	<b>AUTOS</b>	<b>BANCO</b>
- Hogar	- Coches	- Préstamos
- Deudas	- Comisiones	- Hipotecas
- Comisiones	- Contratación	- Fondos Inversión
- Comodidad	- Mutua/letas	- Personales
- Accidentes	- Dto.	- Leasing
- Seguros vida	<b>AGROPECUARIO</b>	- Renting
- Personal (contratación)	- S. C. Agraria	<b>VDA</b>
- Dto.	- S. C. Regimenial	- Fondos Inversión
	- Explicación	- Fondos Pensiones
	- Cuentas	- Seguros de Vida
<b>MAPFRE C. SAUO</b>	<b>CAUCION Y CRÉDITO</b>	- Planes de Jubilación
- Seg. Médico	<b>INDUSTRIAL</b>	- Ahorro C. M. L. Flu
- Póliza Laboral	<b>EMPRESARIAL</b>	
- Seguros dental		

CARPINTERIA DE ALUMINIO CON Y SIN OBRA



**ALUFIN**  
CARPINTERIA DE ALUMINIO

PUERTAS Y VENTANAS  
MOSQUITERAS - REJAS  
MAMPARAS  
CRISTALERIA EN GENERAL  
CERRAMIENTOS TERRAZAS  
GALERIAS Y BALCONES

RAÚL: 637 746 333  
JUAN CARLOS: 637 746 336

ALUFIN 2002 CB · C/ DR. PEREZ FELIU, 20 BAJO  
TEL. 96 378 48 28 · 46014 VALENCIA

**DÍA DEL LIBRO**

Del 19 al 26 de Abril tendrán lugar en nuestra Sala de Lectura actividades en torno al día del libro dedicadas a niños y padres, principalmente que deseen adentrarse en la animación a la lectura.

Entre las actividades programadas se encuentran:

**23 de abril comienza "La vuelta al mundo en 80 libros"** destinada a niños/as de 6 a 9 años y de 10 a 14 años. El juego consiste en conseguir un pasaporte, la lectura de los títulos programados irá sumando kilómetros que te permitirán avanzar y recorrer distintos países y conseguir que tu pasaporte se complete. Si viajas con nosotros a través de la lectura, debes inscribirte en la Sala de Lectura los martes y jueves, hasta el día 19 de Abril.



**19 de abril "Kamishibai"** es un teatro de imágenes de papel de origen japonés, en donde se lee un cuento mientras se van sucediendo láminas que están ordenadas dentro de un pequeño retablo de madera que las enmarca. Es esencialmente participativo, predisponiendo a los niños a compartir sentimientos y emociones y mejorando la dinámica de grupo.

Las temáticas suelen estar basadas en los cuentos de tradición oral de otros pueblos y culturas y se basan en valores positivos para el desarrollo emocional e intelectual de los niños.

**24 de abril "Día de puertas abiertas"** dirigido a toda la población para que conozcan el lugar físico donde se encuentran los libros que nos permiten conocer muchas cosas y descubrir infinidad de mundos y otros puntos de vista.

**26 de abril "Taller de cartelería"** y **"Taller de dibujo y marcapáginas con mensaje intercultural"**, estos talleres se realizarán a modo de concurso, para niños/as en edad escolar.

**PUNTO LIMPIO MÓVIL**

El Consorcio Provincial de Medio Ambiente de Albacete ha puesto en marcha un servicio de recogida selectiva de residuos domiciliarios especiales.

¿Qué es el Punto Limpio? Es un servicio gratuito mediante un vehículo con contenedores especiales, para que puedas depositar los resi-

depositar los siguientes residuos especiales de origen domiciliario, con las limitaciones de cantidades máximas por entrega que se indican:

¿Cómo puedes colaborar? En el Punto Limpio Móvil solo puedes depositar los residuos especiales de origen domiciliario y en las cantidades máximas por entrega que se indican.

Debes llevar los residuos separados para depositarlos en sus contenedores correspondientes.

No se admitirán los residuos del sector de la construcción, de origen industrial, comercial, agrícola o ganadero, clínico y hospitalario, lodos de depuradora, radioactivos y cualesquiera otros distintos de los especificados anteriormente o según criterios técnicos.

Se trata de un Punto Limpio Móvil, que vendrá a Alborea un jueves cada cuatro semanas a nuestra localidad, de 9,00 a 14,00 horas, estará ubicado en la plaza, cerca de la calle peatonal. El personal técnico te prestará la ayuda necesaria, llevando a cabo la identificación previa de los residuos a depositar y cumplimentar la ficha de admisión. ¡Acércate. Ahora reciclar es más fácil!

**CONSORCIO PROVINCIAL DE MEDIO AMBIENTE.**



duos especiales que generas en el hogar y que no debes depositar en los contenedores habituales.

Con este nuevo servicio, contribuimos a mejorar nuestro medio ambiente, garantizando la adecuada gestión de los residuos domiciliarios especiales.

No se admitirán residuos de origen industrial y comercial.

¿Qué residuos puedes depositar? En el Punto Limpio puedes



**ELOY PÉREZ, S.L.**  
MATERIALES DE CONSTRUCCIÓN

COCINAS • AZULEJOS • PAVIMENTOS  
GRANITOS • SANEAMIENTOS  
TRABAJOS DE RETRO-EXCAVADORA

Tels. 967 477 182 - 967 477 126  
Ctra. Alborea - Casas de Ves, km. 1  
02215 ALBOREA

**ANDRÉS PONCE**  
MAESTRO ARTESANO



FORJA Nº 023/1998/02  
PONCE - NAVARRO

Todo tipo de trabajo y restauración en forja

Tels. Taller 967 47 71 79 • Part. 967 47 72 19  
Móvil 607 31 71 99  
Ctra. Casas de Ves, 25  
02215 ALBOREA (Albacete)

## BOLSA DE VIVIENDA JOVEN DE CASTILLA-LA MANCHA

Es un servicio destinado a la población juvenil de la región, que tiene entre 18 y 35 años, con el objetivo de facilitar su acceso a la vivienda en mejores condiciones que las que impone el mercado.

Todos los servicios, son de ámbito regional, gratuitos y están desempeñados por profesionales.



Puedes acceder a nuestros servicios a través de esta web, o en las oficinas de la Bolsa.

Si necesitas alquilar un piso en cualquier localidad de Castilla-La Mancha, aquí encontrarás las mejores ofertas, en cuanto habitabilidad y precio.

Si tienes una vivienda de tu propiedad desocupada en cualquier lugar de la Región, en la Bolsa te la alquilamos garantizadote la renta y su conservación.

Si lo que quieres es compartir piso, te buscaremos nuevos compañero@s.

Si lo que tienes son tremendas dudas sobre aspectos jurídicos o fiscales, en el momento de comprar o alquilar una vivienda, aquí encontrarás profesionales dispuestos a atenderte gratuitamente.

Para más información : <http://www.viviendajovenclm.com/0.asp>

<http://www.jccm.es/vp1/juventud/index.htm>

**LAS CONDICIONES DE LA HIPOTECA JOVEN DE CLM SON LAS MEJORES DE ESPAÑA.**

El presidente de Castilla-La Mancha, José María Barreda, suscribió con el presidente de Caja Castilla-La Mancha, Juan Pedro Hernández Moltó, y con el presiden-

te de Caja Guadalajara, José Luis Ros, un nuevo convenio de colaboración para desarrollar el programa "Hipoteca Vivienda Joven", que ayuda a los jóvenes a conseguir en mejores condiciones la vivienda que desean.

El programa "Hipoteca Vivienda Joven" trata de facilitar a los jóvenes de Castilla-

La Mancha la adquisición y gestión de un producto financiero-hipotecario que haga más accesible el acceso a una vivienda y les asesore en todos los trámites necesarios.

Los objetivos principales del convenio son evitar que los jóvenes tengan

que ir de entidad en entidad crediticia buscando las mejores condiciones para su préstamo hipotecario, dado que, con el programa "Hipoteca Vivienda Joven", los jóvenes tendrán la seguridad de tener el mejor préstamo y en un plazo muy corto sabrán si su petición puede ser aceptada, se evitarán demoras y la gestión de todos los documentos precisos para su concesión.

En 2003 se firmó el primer convenio para el desarrollo del programa "Hipoteca Vivienda Joven", y ahora se ha revisado con una mejora de las condiciones hipotecarias para los beneficiarios. El número de hipotecas concedidas desde el inicio del programa han sido 9.334, de las que el 75 % han sido firmadas por parejas, por lo que han sido más de 16.300 los beneficiarios.

La gestión directa de este producto se puede hacer, además de por parte de CCM y Caja Guadalajara, desde las oficinas del programa Bolsa de Vivienda Joven en los municipios de Albacete, Ciudad Real, Cuenca, Guadalajara, Talavera y Toledo. El convenio suscrito tiene un periodo de vigencia inicial de dos años.

Gracias a este acuerdo, durante los dos próximos años el acceso de los jóvenes de Castilla-La Mancha a su primera vivienda será más fácil

que en el resto de las comunidades autónomas del territorio nacional.

Sin ir más lejos, en Madrid las ofertas de hipotecas jóvenes del Ayuntamiento de la capital y de la Comunidad tienen condiciones menos favorables para este colectivo que la que hoy se hace posible en Castilla -a Mancha:

En todos los casos es posible la financiación de hasta el 100% de la vivienda en estas condiciones:

**CASTILLA LA MANCHA: SEIS MESES A EURIBOR MENOS 0,20% Y RESTO A EURIBOR+0,33%**

Características de la nueva "Hipoteca Vivienda Joven" en Castilla-La Mancha:

- ESTA DESTINADA A LA FINANCIACIÓN DE LA PRIMERA VIVIENDA.

- DESTINADA A PERSONAS FÍSICAS DE HASTA 35 AÑOS

- ES POSIBLE LOGRAR HASTA EL 100% DE LA TASACIÓN DE LA VIVIENDA CON GARANTÍA Y AVAL SUFICIENTE

- CONCEDE UN PLAZO DE HASTA 40 AÑOS PARA DEVOLVER EL PRÉSTAMO

- DURANTE LOS SEIS PRIMEROS MESES EL INTERÉS ES DE EURIBOR MENOS UN DIFERENCIAL DE 0,20%

- EL RESTO DEL TIEMPO EL INTERÉS SERÁ DE EURIBOR MÁS 0,33%

- LA AMORTIZACIÓN DEL CAPITAL Y DE LOS INTERESES SERÁ MENSUAL

- NO TIENE COMISIÓN DE APERTURA (0%), NI DE ENTREGA Y CANCELACIÓN (0%)



**V ENCUENTRO NACIONAL DE FOLCLORE VILLA DE ALBOREA**

Alrededor de 600 personas nos dimos cita el día 24 de Febrero en este ya consolidado encuentro, que tuvo lugar en el Salón Municipal, con motivo de la celebración de la XIX Semana Cultural, con la participación de "Calderón de la Barca" de Barajas (Madrid) "Picayos" de Cartes, Santander (Cantabria) y como anfitriones los Grupos Infantil y Juvenil de la Asociación de Coros y Danzas de Alborea.

Barajas, no es uno más, es el grupo que por primera vez nos dio la oportunidad de intervenir en una muestra de folclore a nivel nacional, fue nuestra alternativa y estreno en tierras madrileñas y nuestro despegue a intercambios con grupos de toda España, guardamos un grato recuerdo de aquella participación en el que los nuestros se vieron arropados por padres y familiares que con dos autobuses quisimos apoyarles y disfrutar del momento.

Escogieron llamarse "Calderón de la Barca" en honor al colegio donde ensayan y nos han devuelto la visita que les hicimos el 15 de junio 2002, este grupo más que amigos como nos catalogaba su directora María José Tavera que dirige desde su fundación hace unos 15 años y que lucha por conservar las tradiciones de los bailes y danzas regionales llenas de alegría y vistosidad. Sus componentes saben unos 60 bailes distintos con sus correspondientes vestuarios, destacando por llamativo el de goyesco.

Cartes (Cantabria) muy próximo a Torrelavega, sus 3700 habi-

tantes se sienten orgullosos de su grupo de Danzas "Picayos" dirigido por Victoria Bustamante, creado en 1988 y compuesto por unas 25 personas, contando con un duo musical que tocan con maestría el requinto, caracola y tambor. Cuenta con un amplio repertorio de los bailes más



representativos del folclore Montañés, destacando la Danza de los Picayos, El Cuévano, Danza de los Arcos, El Trepeletré, Danza de los Palos, Bailes de Pericote, Danza de los Lazos, Baile del Conde Lara, etc. Han actuado por casi toda la geografía nacional y destacan a nivel internacional su participación en festivales en Francia y Portugal.

La fusión del grupo de Danza y Rondalla Local, ha dado fruto a la legalizada Asociación de Coros y Danzas de Alborea, con el compromiso de difundir, acercar y promover las distintas manifestaciones culturales a través del baile y la música. Tenemos un conjunto joven, en auge y prometedor que día a día observamos su progreso y consolidación, bailando, tocando y cantando con soltura los ya familiarizados bailes como Valsoriana, Manchegas de Casas Ibáñez, Danza de Pastores

de Ossa de Montiel, Malagueñas de Pedro Andrés, Paloteo de Villagordo, Seguidillas de Ontur, Manchegas de Albacete, Seguidillas Pobladas, Jota de la Vendimia, etc.

Gran parte de este progreso y éxito se debe a nuestro Director Juan Carlos Tárraga Gallardo, que lleva entre nosotros unos 12 años, gozando de una cultura amplísima en bailes, vestidos, bordados y tradiciones de nuestro país, con una memoria impresionante para ubicar y describir con detalles, fiestas, fechas, costumbres, pueblos con sus respectivos patronos/as, etc, quedándole muy pocos rincones de España por visitar, con gran facilidad de palabra cara al público y no menos para expresarse dibujando, vive el baile y el cante, haciendo hablar a sus castañuelas, es detallista y perfeccionista, aflorándole excesivos nervios cuando las cosas no salen a su gusto que luego reconoce y se disculpa, tiene grandes contactos entre grupos, lo que permite al nuestro hacer estos encuentros, viajes y días de convivencia que tanto gusta a los jóvenes.

Tarde de fiesta en Alborea, donde las expectativas se cumplieron por la calidad y entrega de los grupos participantes que llenaron el escenario de colorido y arte, la experimentada organización, la implicación de la Junta Directiva, el trabajo y colaboración de los padres, el apoyo del Ayuntamiento, el interés y atención de un público agradecido, que les premió con sus aplausos al disfrutar de la riqueza y variedad folclórica ofrecida.

*PEDRO SERRANO CARRION.*

**Diego González Alcaraz**  
microengastador

C/ Rey Don Jaime, 31  
46250 L'ALCÚDIA (Valencia)  
Móvil 618 70 37 71  
Tel. y Fax: 96 299 65 92

**CARPINTERIA**  
**NEW STYLE**  
COCINAS - PUERTAS  
ARMARIOS EMPOTRADOS - MUEBLES A MEDIDA  
TARIMAS FLOTANTES - TRABAJOS EN PLADUR  
Camino del Nacimiento, s/n  
Tel. 675 958 587 - Fax 967 477 408  
ALBOREA (Albacete)

**José Andrés**

**PINTURA Y DECORACION EN GENERAL**

Rosales, 8  
**CASAS IBAÑEZ (AB)**

**667 624 468**  
 **967 462 068**

## MODALIDAD DEPORTIVA: AEROBIC

El aeróbic es un tipo de ejercicio físico eficaz que se realiza al son de la música, generalmente música disco. Además de aumentar la energía, se entrena la fuerza, la flexibilidad, la coordinación, y el tacto. El aeróbic ha sido y sigue siendo muy popular entre las mujeres, aunque cada vez hay más hombres que lo practican, dejando de lado el tópico sobre que es un deporte de mujeres. El ritmo de las sesiones de aeróbic varía en función de la edad del público que lo practica. Las canciones utilizadas en cada sesión marcan la intensidad en cada momento de la clase. Los aeróbicos

primera piedra sobre el concepto de aeróbic en los Estados Unidos. Su libro publicado "aerobics" condujo al entrenamiento gimnástico de los ejercicios aeróbicos. Las primeras prácticas de aeróbic están relacionadas con el ámbito militar, puesto que el doctor Kenneth H. Cooper era médico de la Fuerza Aérea de los Estados Unidos de América.

Hasta principios de los años noventa no se convirtió en la popular actividad que es hoy en día.

El aeróbic se practica:

1. para mejorar el aspecto físico.
2. para quemar calorías extra.
3. para moldear el cuerpo.



son una forma de ejercicio aeróbico, pero no el único ya que existen otras modalidades de este deporte como la practicada en el medio acuático aqua-aeróbico la combinación de ejercicios aeróbicos con tonificación de los músculos, también llamado body power.

En el año 1968, el doctor Kenneth H. Cooper introdujo un tipo ejercicio físico para entrenar el corazón y los pulmones y puso la

4. para mejorar el bienestar psíquico.

5. para mantenerse en forma.

6. para divertirse, expansionarse y crear amistades.

7. para regular la actividad cardiaca

El aeróbic, también incluye ejercicios de calentamiento, ejercicios en el suelo, ejercicios de estiramiento.

DEPI FUENTES SAEZ

## GASTRONOMÍA

### Guisantes al huevo

**Ingredientes:** 600 gr. de guisantes, 5 patatas, cebolletas, ajo, avellanas, pan, huevos, azafrán, aceite de oliva, pimienta, sal, agua.



**Elaboración:** Cocemos los guisantes en agua con sal. Pelamos y cortamos las patatas, y picamos las cebolletas. En una olla, rehogamos las patatas y las cebolletas con un chorrito de aceite de oliva. Se cocen con agua y sal hasta que las patatas estén tiernas. Incorporamos los guisantes escurridos. Aparte, machacamos en un mortero un diente de ajo, unas cuantas avellanas, azafrán y miga de pan, con un poco de agua y aceite.

El resultado se añade a los guisantes, se remueve y se sazona, dejando que se haga durante un rato. En el plato añadiremos un huevo cuajado, que mezclaremos en el plato.

### Pestiños

**Ingredientes:** Harina, 3 naranjas en zumo, 1/4 l. de vino blanco, 1/4 l. de aceite de oliva, miel, una cucharadita de levadura en polvo, una cucharadita de semillas de anís, cucharadita de ajonjolí, cáscara de limón.

**Elaboración:** Calentamos el aceite en una sartén y freímos la cáscara de limón, los anises y el ajonjolí.



Una vez se ha enfriado el aceite, se cuele y se mezcla con el vino y el zumo, incorporando después toda la harina que admita, hasta hacer una pasta fina y homogénea que no se pegue. La masa se estira con un rodillo hasta dejarla con un grosor de un centímetro y, a continuación, se corta en cuadrados y se hacen formas de canutillos. Se dejan reposar un rato y se fríen en aceite muy caliente. Cuando se han escurrido y enfriado, se añade miel abundante.

**Julio  
Navarro  
Vidal**



AZULEJOS Y GRES  
MATERIALES DE CONSTRUCCIÓN  
CAMIÓN AL SERVICIO PÚBLICO

PUERTAS BASCULANTES V. TORRES

Cruce de ctra. de Zulema  
Tel. 967 477 036  
ALBOREA

**METALÚRGICAS  
ALBORENSES. S.L.**

*Gila*

**Mamparas de baño  
Cerrajería en general  
Aluminio • Persianas  
Cristal • Hierro**

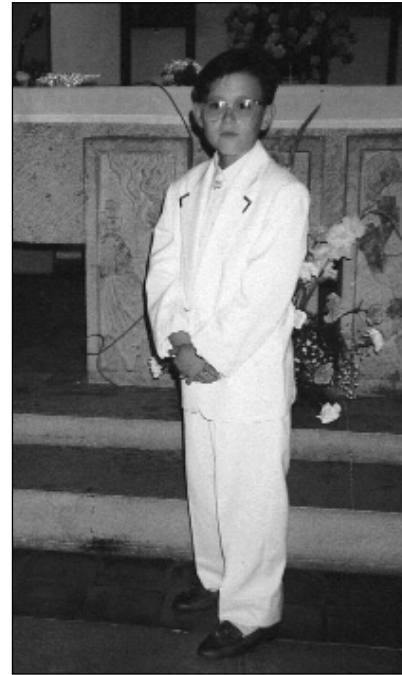
Tel. 967 477 254  
Los Bolos, s/n - ALBOREA

# TAL COMO ÉRAMOS

## “PRIMERA COMUNIÓN”



Primera Comunión de Pilar García Pardo con Deogracias López y Juan García López entre otros en 1965.



Miguel Burgos García el día de su Primera Comunión en 1989.



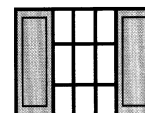
Pedro García Pardo de marinero en su Primera Comunión en 1972.



4.- de izq a drch M<sup>a</sup> Camrne Navarro García, M<sup>a</sup> Carmen García Soriano, M<sup>a</sup> José Navarro Teruel, M<sup>a</sup> José Pardo Beltrán, M<sup>a</sup> Ramona Saez Borches, M<sup>a</sup> del Mar Lechiguero Navarro y Chelo Gonzalez Lechiguero el 27 de Mayo de 1976.

**Carpintería  
metálica,  
Aluminio y Ferraya**

**Hermanos  
Pardo Pérez**



Libertad, 65  
**ALBOREA**  
Tel. 967 477 306