

# La Voz del Pensionista

**Hogar y Centro de  
Día de Personas  
Mayores-Fraga**

**Número 240  
MARZO 2020**



## SUMARIO

- Pag. 3 MIGUEL ISIDORO  
Pag. 4 CELIA GUTIERREZ  
Pag. 5 AMALIA MARTÍNEZ Y  
CARMEN NICOLÁS  
Pag. 6 AURORA OTAL  
Pag. 7 CARMEN NICOLÁS  
Pag. 8 PASATIEMPOS  
Pag. 9 JOAQUÍN GUIRAL  
Pag. 11 ALFREDO CASTAÑ  
Pag. 12 ROSA MIRET Y  
ONOFRE ALONSO  
Pag. 13 JULIO MORENO  
Pag. 14 JOSE M<sup>o</sup> LABRADOR  
Pag. 15 TERESA RODES  
Pag. 16 JOAQUINA SAMPER  
Y AMALIA MARTÍNEZ  
Pag. 17 ALFREDO CASTAÑ  
Pag. 18 PACO TEJERO  
Pag. 20 JOAQUÍN SALLERAS  
Pag. 21 REDACCIÓN

### Coordinador de Redacción

Joaquín Guiral Satorres  
Equipo de Redacción  
Trabajadores del HOGAR

### Autoedición

Equipo de Redacción

### Edita

“Centro de Día de Fraga”  
Dep. Leg. HU- 382/1999

### Contacto y solicitud del Boletín en formato PDF

Hogar de Personas Mayores IASS  
Avda. Parque s/n  
22520-FRAGA (Huesca)  
Tfno. 974471659

[cdfraga.iass@aragon.es](mailto:cdfraga.iass@aragon.es)

El contenido de los artículos es responsabilidad de la persona o personas que los firman, sin que la Coordinación de Redacción se haga responsable de su contenido ni de su forma.

## EDITORIAL

Llega marzo y, como es habitual, y sin proponérselo, nuestros escritores aportan toques poéticos. Es en este mes cuando comienza el cambio hacia el buen tiempo y cambia la hora, y los días se hacen más luminosos y alegres.

La primavera se abre paso y el campo de la Comarca del Bajo/Baix Cinca luce colores rosados y blancos. Es una delicia pasear por las huertas.

Y en el Hogar, después de un frenético febrero donde han coincidido las fiestas de San Valentín y de Carnaval, (muy concurridas, por cierto), Marzo nos trae actividades nuevas como el ZENTANGLE o meditación mediante el arte del garabateo; y también la tradicional fiesta de San José del día 19 de marzo.

Y mientras tanto preparamos la Fiesta de la Faldeta que viene con novedades...

Disfruten de la llegada de la primavera!



En Crónica del Alba III, pag.87-88. Ramón J. Sender.

## Declaración de Amor

Si es que no t'has de enfadá,  
hoy te querría obsequiá  
con un ramo de almendrera  
colliu en Ball de Callá.

No me lo desprecies, Pepa,  
que va de formalidá,  
como dia de su santo  
pa que puedas olorá.

Ya fa cuatro o cinco días  
te quereba regalá  
quan nos baixas la comida,  
pero después va pensá  
que sil'amo nos veyese  
se nos podría enfadá.

Y como te quiero tanto  
pos yal debés de notá  
he pensau felicítate  
y d'algo más te fablá.

No más te pido me des  
una palabra formal,  
que si te sigo querén  
no me lo tomes a mal.

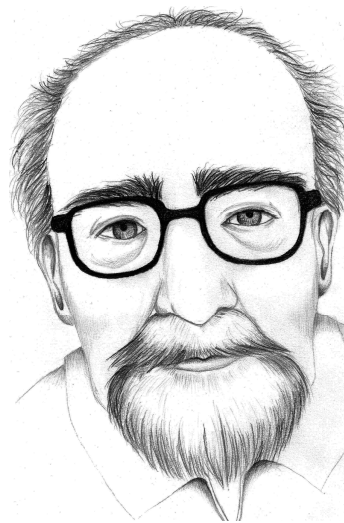
No te metas colorada  
qu'esto no e ningún pecau,  
porque mos querén los dos  
no morirem condenaus.

Porque San José y la Virgen  
tamé se van agradá  
van teni sus relacions  
y después se van casá.

Con que adiós, Josefineta,  
majisma ribagorzana,  
olorarás ben el ramo  
que Franciscón te regala  
y si decides quererme  
ya me lo dirás mañana.

***José R. Sender informa que este poemita se lo escuchó a Baldovinos mientras estaban en el campo de concentración. En esos años ese era el hablar de Ainsa.***

Preparado para ustedes por Miguel Isidoro. Feb.2020.

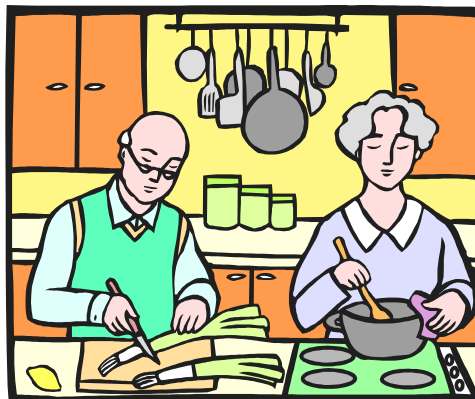


# COCINAR CON CELIA

## **PIMIENTOS DEL PIQUILLO RELLENOS DE MORCILLA**

### **INGREDIENTES:**

- 16 pimientos de piquillo pelados y asados
- 500 gr. de morcilla
- 100 gr. de piñones
- Media cebolla
- Medio litro de leche
- Dos cucharadas de aceite de oliva y sal



### **PARA LA SALSA:**

- 6 pimientos verdes finos
- 50 gr. de mantequilla
- Media cucharada de harina
- Un cuarto de litro de leche
- pimienta blanca molida
- Sal

### **PREPARACIÓN:**

Se pone el aceite en una cazuela pequeña y se dora en ella la cebolla cortada a trocitos, añadiendo enseguida los piñones para que se tuesten bien. Después se saca la morcilla de la tripa y se coloca en la cazuela junto con la leche, removiendo el contenido para que todo quede bien mezclado. Se rectifica de sal y se deja que la pasta resultante se enfríe un poco para poder manipularla.

La salsa se elabora friendo un poco, no demasiado, los pimientos verdes y haciendo una bechamel con el resto de ingredientes. Cuando está ligada la salsa se añaden los pimientos fritos sin las semillas ni el rabo, se tritura todo y se pasa por el colador.

Después se mete la farsa (relleno) de la morcilla dentro de los pimientos del piquillo y se calientan al horno para colocarlos, finalmente, en el plato sobre la salsa de los pimientos verdes.

**Celia Gutiérrez**

## EL NACIMIENTO DE UN HIJO A TODOS LOS PADRES POR EL DÍA DEL PADRE

El día que nació tu hijo  
nunca lo vas a olvidar  
porque dentro de ti había  
enorme felicidad.

Te pasaste nueve meses  
deseando poder tocarlo  
cogerlo entre tus brazos  
besarlo y acariciarlo.

Irás creciendo a tu lado  
lo llevarás de la mano  
como un buen padre  
siempre intentando guiarlo.

Los días pasaran  
y hará como el pajarillo  
que volando marchará  
dejando vacío el nido.

Tú ahí estarás  
deseando de ver a tu hijo  
un día y otro volverá  
a la calorcita del nido.

Los días pasarán  
y tu hijo tendrá un hijo  
entonces valorará  
lo que es el nacimiento de un hijo.

**Amalia Martínez Torrente**

## EL INSOMNIO

Anoche no viniste  
y enseguida me dormí  
ven aunque vengas disfrazado  
de recuerdos, yo lo notaré.

Sin ti, la noche es oscura  
callada y triste,  
ven aunque solo sea  
para recordar que existo,  
para centrarme en mi misma  
y pensar como podría ser mejor,  
recordando los errores cometidos  
y ver lo absurdos que somos,  
de lo implacable que es la vida,  
del orgullo que poseemos,  
de lo poco que sabemos vivir,  
el poco amor que damos,  
lo mucho que esperamos recibir.

Ven, no dejes de venir,  
porque aunque no lo creas  
me he acostumbrado a ti.

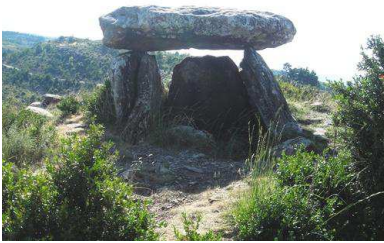
Si vienes me ayudarás a ver  
lo maravillosa que es la vida,  
pero la vida es tiempo que se va  
y que tenemos que aprovechar.

Este encuentro es para mí  
mi análisis, mi reflexión  
y la forma de corregir mis errores.  
Ven no dejes de venir  
tú sabes que te esperaré.

Con cariño,

**Carmen Nicolás**





## LEYENDAS ARAGONESAS:

### El dolmen de Ibirque

En el Pirineo Aragonés, todavía se pueden contemplar bastantes dólmenes, y sobre ellos, siempre hay alguna leyenda escrita. La siguiente, está situada en la Sierra de Guara.

Se llamaba Antonio. Aquel día se había retrasado más de lo esperado en el molino de Villaba y la noche le había cogido cuando todavía se hallaba en Guara. Para colmo, una tormenta como jamás había contemplado, estaba cayendo en la sierra. De pronto lo divisó en la lejanía: el dolmen de Ibirque. A pesar de todas las cosas que había oído sobre ese lugar decidió que le serviría de refugio hasta que la tormenta parase, pues sabía perfectamente que si continuaba andando podría desorientarse y perderse.

Una vez recostado dentro del dolmen comenzó a sentir un poco de pánico porque eran muchas las historias que los más ancianos del lugar contaban sobre él. Para quitarse esa sensación empezó a pensar en las cosas que tenía que hacer al día siguiente y mientras estaba concentrado en ello, el sueño le invadió.

Un sonoro trueno le despertó. Miró hacia el cielo y vio que estaba completamente despejado. En aquel momento oyó que alguien pronunciaba su nombre. Parecía que alguien estaba entonando una canción de la que sólo comprendía una cosa: Antonio, Antonio, Antonio Castán... Además creyó ver una luz... ¡pero era imposible! ¡No había luna aquella noche! Y por otro lado, ¿quién podría estar a esas horas en el Tozal de Guara?

Las leyendas que su abuela le había contado cuando era un niño inundaron su mente: que si a este dolmen le llamaban Caseta de las Brujas, que si ellas acudían aquí para celebrar sus rituales... No lo podía creer. El párroco de su pueblo, su padre y su maestro le habían dicho miles de veces que las brujas no existían.

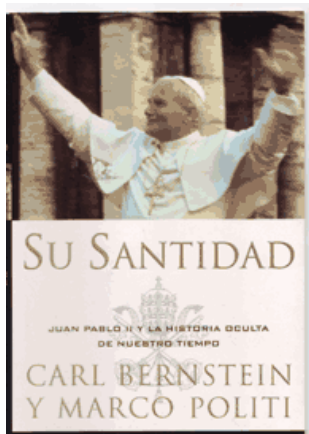
Aunque tenía miedo de moverse por temor a que le descubrieran decidió asomar la vista por la hendidura que queda bajo la losa que recubre el dolmen. Entonces una luz más fuerte que la del sol le cegó.

A la mañana siguiente, Gregorio, pastor de Ibirque y su hija María, llevaron a pastar el rebaño. La niña se alejó detrás de un cabritillo y su padre se quedó cuidando al resto de las ovejas. De repente la oyó gritar y corrió hacia ella pensando que habría encontrado una víbora. Pero lo que ambos vieron fue mucho peor: en el dolmen de Ibirque estaba el cadáver de Antonio... Se encontraba en una posición extraña, como queriendo arañar la roca, pero lo que más le horrorizó fue su cara: tenía una expresión de terror y el lugar en el que deberían haber estado los ojos estaba vacío. Sin pensarlo dos veces se llevó a su hija y salió huyendo de allí.

Cuentan las gentes de Guara, que la última visión que tuvo Antonio fue la de un grupo de mujeres bailando en lo alto del Tozal en torno a una horrible cabeza de color verde y azul que tenía dos cuernos y de la que salía una luz. Cómo no tuvieron conocimiento de lo que el joven vio antes de morir, creo que ni ellos mismos lo saben...

Ya sabes nunca te refugies en un dolmen pues las brujas y los espíritus siguen rondando en él...

**Aurora Otal.**



## **SU SANTIDAD:**

Escrito por Carl Bernstein y M. Politi

**Juan Pablo II y la Historia de nuestro tiempo.** Libro que he terminado de leer.

El 18 de mayo de 1920 en Polonia nació un niño como tantos nacieron aquel día; y lo llamaron Karol Wojtyła. Pero ¿qué tenía de especial? en aquel momento nada, porque sus padres eran de una familia humilde, pero muy religiosa, no faltaban nunca a oír la misa, pero él, ni siquiera pensó en que podía ser cura y mucho

menos que podía llegar a lo más alto que puede llegar un hombre.

Se quedó sin madre muy joven y más tarde muere su hermano de escarlatina, él estudiaba arte dramático, sin dejar las misas y las oraciones junto a su padre, escribió e interpretó muchas obras dramáticas, siempre con el papel principal, pues él, destacaba en cualquier cosa que hacía.

El perder a su madre y hermano fue un gran golpe que lo dejó con una gran depresión, y fue cuando su padre le propuso que estudiara religión y así fue ganando títulos hasta llegar a ser Papa, un Papa incansable y peregrino del mundo, siempre buscando la paz y la unidad para todos.

Quiso unir a todos los representantes de las iglesias del mundo, porque estaba convencido que solo existe un Dios para todos los humanos, y no importa la raza ni el color.

Consiguió que Rusia abriera las puertas y declarara la independencia a los países que estaban dominados por los rusos, uno de estos países era Polonia su país natal, el Papa siempre dijo que fue un milagro, que estuviera al poder Mijaíl Gorbachov, sin él, no se hubiera podido conseguir.

Consiguió que se formara un sindicato en Polonia llamado Solidaridad para defender a los trabajadores y con ayuda de Ronald Reagan y muchos más lo consiguieron, pero a pesar de todo no pudo parar el mal del mundo.

A los 75 años enfermó, pero el Papa seguía con su lucha, una lucha que ha dejado un gran recuerdo para la Historia que a mí me hace pensar... ¿cómo un hombre puede llegar al corazón de toda la humanidad?

En 1979 celebró la primera misa en la plaza de San Pedro como Papa a los 59 años.

Tuvo un atentado que casi le cuesta la vida, y después de grandes luchas y valores conseguidos, la enfermedad seguía con muchos dolores, pero con pocas quejas, y moría a los 85 años tras 26 años de papado, dejándonos para siempre el 3 de abril del 2005 con un recuerdo imborrable que nos queda como: *Juan Pablo II el grande.*

Un saludo,

**CARMEN NICOLÁS**

## SUDOKU FÁCIL

	<b>6</b>				<b>7</b>	<b>9</b>		
<b>1</b>			<b>2</b>		<b>3</b>	<b>8</b>		
		<b>8</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	<b>1</b>		
<b>2</b>						<b>5</b>		
<b>3</b>	<b>5</b>					<b>6</b>	<b>9</b>	<b>1</b>
<b>8</b>					<b>4</b>		<b>2</b>	<b>7</b>
<b>5</b>	<b>8</b>		<b>3</b>		<b>1</b>	<b>4</b>		<b>9</b>
<b>9</b>			<b>5</b>	<b>6</b>		<b>7</b>		<b>3</b>
<b>6</b>	<b>3</b>						<b>8</b>	

## SUDOKU MEDIO

<b>5</b>		<b>2</b>		<b>8</b>		<b>3</b>		
			<b>1</b>		<b>2</b>		<b>5</b>	
					<b>5</b>	<b>8</b>		<b>6</b>
		<b>5</b>		<b>6</b>				
			<b>3</b>	<b>1</b>			<b>7</b>	
<b>8</b>		<b>1</b>	<b>2</b>			<b>6</b>	<b>4</b>	<b>3</b>
<b>4</b>		<b>9</b>						<b>8</b>
	<b>3</b>	<b>8</b>			<b>4</b>	<b>1</b>	<b>6</b>	
	<b>1</b>							

### Instrucciones:

Llene cada espacio en blanco con un dígito del 1 al 9 sin que ningún número se repita en la misma fila (horizontal) ni en la misma columna (vertical), ni tampoco en la misma subcuadrícula. Para comprobar si está correcto, compruebe que no se repiten los números, tal como hemos explicado).





## NURIA (COMPLEJO RELIGIOSO TURISTICO)

El pasado día 16 de febrero, domingo, pasé unas horas en Nuria. Algunos os preguntareis ¿dónde está Nuria? Trataré de responder diciendo que es un conjunto de edificios: Santuario de la Virgen de Nuria, hotel, otros servicios para turistas, juegos diversos,...en verano. En invierno el principal atractivo es la pista de esquí de tipo familiar con su telesilla y muchos caminos o senderos por las montañas que forman un gran círculo en el que, además de los edificios y ermitas, existe un pequeño lago del que sale el río Nuria, afluente del Freser y en la cuenca del Ter. En el momento de mi visita el lago ya había comenzado el deshielo. Pero las zonas verdes todavía estaban cubiertas por nieve helada.

Cuanto llevo dicho hemos de situarlo a una altura de 2.000 metros, todo en el corazón del Pirineo catalán, y perteneciente al municipio de Queralbs en la comarca del Ripollés.

El acceso a toda esta belleza puede hacerse por carretera hasta Queralbs. Allí se sitúa la estación del tren cremallera que desde 1931 presta sus servicios desde Ribes de Freser al santuario, con estación intermedia en Queralbs. Existe también un camino, desde la antigüedad, que discurre por las laderas de las montañas, al fondo discurre el río Nuria. Ese camino tiene unos 8 km. de permanente ascenso.

A Nuria sube todo tipo de gente, desde familias con niños, grupos de jóvenes, peregrinos religiosos, jubilados,...este día abundaron los esquiadores. Mientras diversos trenes hacen sus viajes de ida y regreso. Lo que sorprende al turista es el trayecto de Queralbs a la estación del tren, junto a los edificios y el servicio de telesilla.

Por ser domingo un sacerdote de la Seo de Urgell celebró misa a las 12,15. No se llenó el templo, ni mucho menos, pero a lo largo de la jornada son frecuentes las personas que entran a visitar a Santa María de Nuria. Yo al menos así lo hice.

La leyenda que explica el origen de todo lo que admiramos, puedo resumirla así: por los años 700 de nuestra era, un monje nacido en

Atenas, estuvo recogido en ese paraje como anacoreta, y viendo que por esas montañas había algunos pastores con sus rebaños quiso evangelizarlos, hacerlos cristianos. Se llama Gil (san Gil, obispo en su momento). Tocaba una Campana para llamarlos, les explicaba en sentido de la Cruz, y al final les daba de comer de una gran Olla que previamente les había preparado. San Gil huyó de la persecución entrando en Francia y allí murió. Al parecer escondió *la cruz, la campana, la olla* y una imagen de Santa María. Cerca del lago está la ermita donde fueron hallados la imagen y resto de objetos. Durante el siglo X – XI se desarrolla la devoción a santa María, recogándose la leyenda.

Termino animándoles a visitar ese lugar bendito y bello, después de atravesar los grandes montañas de la zona con el tren cremallera. Pero la época más indicada es al final de la primavera y el verano... Hoy la nieve oculta el prado verde y la nieve de los jardines está helada y es peligrosa.

**Joaquin Guiral Satorres.**



## **EXODO RURAL. “LA ESPAÑA VACIADA”**

Recientemente ha surgido una preocupación en los políticos y asociaciones por el fenómeno que consiste en el abandono de los pueblos que viven de la agricultura. Ahora se dan cuenta del problema e inconvenientes que plantea el éxodo rural que deja a los pueblos vacíos o mal asistidos.

Sin embargo, hace ya un siglo que un periódico, fechado el 7 de diciembre de 1919, decía: “En las 49 capitales de provincia españolas residen en la actualidad 2.650.700 personas, cifra que configura algo más de la quinta parte de la población total del país. Estos datos, que son el resultado de una concienzuda investigación oficial, vienen, a demostrar que el éxodo rural que sufren los campos españoles es



todavía más grave de lo que se suponía. La misma encuesta ha llegado a la conclusión de que sólo uno de cada 33 españoles muere de viejo. Hoy por hoy, España es el país de Europa que ofrece las más bajas probabilidades de vida a sus habitantes, con 43 años para la mujer y apenas 39 para el hombre”.

Como se comprenderá, el éxodo de las gentes de los pueblos hacia las ciudades ha sido continuo desde que comenzó la mecanización del campo y la industrialización

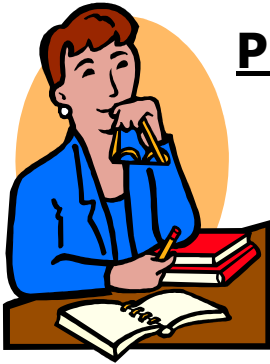
como principal motor de la economía. La industria y el comercio necesitan muchos obreros especializados concentrados alrededor de las fábricas. Estos obreros proceden de la agricultura; los cuales abandonan las tierras llamados por mejores salarios y mejores condiciones de vida.

Pero la “España vaciada” empezó a vaciarse ya antes de la industrialización: a principios del siglo XX la emigración de los españoles hacia América despobló muchas regiones. Se calculó que los asturianos emigrantes, por ejemplo, fueron más numerosos que los residentes en Asturias. Asimismo, los gallegos que emigraron a

Argentina eran tantos que allí a cualquier español le llamaban “gallego”. En los años cincuenta fueron miles los extremeños y andaluces que abandonaron sus pueblos para nutrir las industrias y servicios de la Europa industrial.

Hay una concienciación del desequilibrio existente entre los pueblos y las ciudades. Se quiere buscar los medios para parar el flujo hacia las poblaciones que cuentan con trabajos y con toda clase de servicios, pero por ahora nada hace pensar que llegue el día en que no se cierre una escuela rural, un cuartel, un ayuntamiento, una farmacia o un médico que sólo va un día por semana. ¡Una pena!

**Alfredo Castañ**



## **PENSAMIENTOS por Rosa Miret**

- El mal, bien sufrido, para el cielo abre camino.
- El que regala bien vende, si quien recibe lo entiende.
- Escarmentar en cabeza ajena, es lección barata y buena.
- Júntate con buenos, y serás uno de ellos.
- La alegría, rejuvenece; la tristeza envejece.
- Mal hace quien no hace bien, aunque mal no haga.
- No hay carga más pesada que tener la conciencia cargada.
- Para remediar tus males, vence los pecados capitales.
- Para tener salud, paz y alegría: cuida tu alma y cuerpo noche y día.
- Hay gustos que merecen palos... no probarlos.
- Siembra obras buenas y cogerás fruto de ellas.
- La vida sonrío a quien le sonrío.
- Sin una confesión, no se puede alcanzar perdón.
- Un sitio para cada cosa y cada cosa en su sitio.
- Que nada ni nadie sea capaz de turbar tu paz interior.
- La mayor felicidad está en la conformidad.



### **RECUERDOS POÉTICOS DE LA NIÑEZ**

Con diez cañones por banda,  
viento en popa a toda vela,  
no corta la mar, si no vuela  
un velero bergantín;  
bajel pirata que llaman,  
por su bravura, el Temido,  
en todo mar conocido  
del uno al otro confín.

La luna en el mar riela,  
en la loma gime el viento  
y alza en blando movimiento  
olas de plata y azul;  
y va el capitán pirata  
cantando alegre en la popa,  
Asia a un lado, al otro Europa,  
y allá al frente Estambul.

“Navega velero mío, sin temor  
que ni enemigo navío,  
ni tormenta, ni bonanza,  
tu rumbo a torcer alcanza,  
ni a sujetar tu valor.

Veinte presas hemos hecho  
a despecho del inglés  
y han rendido sus pendones  
cien naciones a mis pies.

Que es mi barco mi tesoro,  
que es mi dios la libertad,  
mi ley, la fuerza y el viento,  
mi única patria la mar.”

(de José Espronceda)

### **Bixant de la font del gat**

una noia, una noia,  
baixant de la font del gat  
una noia y un soldat.  
Pregunteu-li com se diu  
Marieta, Marieta,  
pregunteu-li com se diu  
Marieta del ull viu.  
Pregunteu-li allà on s'està,  
a la rambla, a la rambla,  
pregunteu-li allà on s'està,  
a la rambla a festejar.

Qué portes al cistell?

-Figues de mòro, figues de mòro.

Qué portes en aquest cistell?

-Figues de mòro i un clavell.

I lo clavell per a qui sirá?

-Pal mèu novio, pal mèu novio.

I lo clavell pa qui sirá?

-Pal mèu novio amar a ballar

Pregunteu-li on s'està:

-A la Rambla, a la Rambla.

Pregunteu-li on s'està:

-A la Rambla a festejar. (popular)





## PRÓXIMAS PELÍCULAS DEL TALLER DE CINE DE JULIO MORENO, LOS MARTES POR LA TARDE

*Os invitamos a disfrutar de estas películas que cada martes nos introduce Julio Moreno y tras las cuales, si surge, podemos comentar entre todos:*



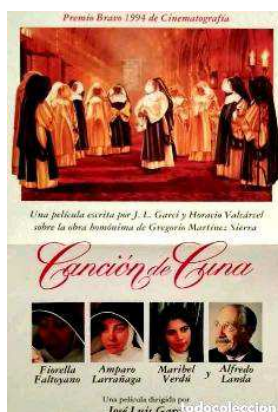
- Martes 10-3-20, 16:15 h.

**Bienvenidos al Norte** (Dany Boon. Francia, 2008. 100 min.) Divertida comedia en la que un funcionario de correos del sur es destinado al norte, muy lejos de su casa... y no se imagina lo que le espera.



- Martes 17-3-20, 16:15 h.

**Verano del 42** (Robert Mulligan . Estados Unidos, 1971. 100 min.). La iniciación al amor de un grupo de adolescentes que nunca podrán olvidar aquel verano.



- Martes 24-3-20, 16:15 h.

**Canción de cuna** (José Luis Garci. España, 1994. 100 min.). Unas monjas crían a una niña que fue abandonada de recién nacida en las puertas del convento.



- Martes 31-3-20, 16:15 h.

**La escuela de la vida** (Nicolas Vanier. Francia, 2017. 110 min.) Paul, un niño de un orfanato en París, es adoptado por dos criados de un conde que vive en una gran mansión en el campo.



- Martes 7-4-20, 16:15 h.

**Hasta la vista** (Geoffrey Enthoven. Bélgica, 2011. 105 min.)

Tres veinteañeros discapacitados con grandes ganas de vivir pasan sus vacaciones en España con la intención de perder su virginidad.

Hasta los mineros de Torrente i Mequinenza no hi van a faltar.  
1<sup>a</sup> vez que el General Francisco Franco pasó por Fraga el 15 de Junio de 1.949, cap a les 12:30 h. va pasar lo cotxe del Caudillo i les autoridats i unes fadrines, vestides en traje regional, li van a fer entrega de unes caixetes de figues i eurellanes i un ram de flors. De seguit, va continuar la marxa.

L'any 1.959....

El l'engalament del carer Carretera (aviu se diu Reyes Católicos) va pasar per Fraga lo 1<sup>o</sup> día de Juriol de 1.959, en motiu de la inaguració de la pressa de Mequinenza, lo General Francisco Franco, Cap de L'Estat, nomenat a si mateix en eix carrer tenia presa par anar cap als Perineus, retornan per Massalcoreig, estae previst que entres a Fraga i a Lérida.

Volie veure los progresos de les obres del pantano de Santa Ana i la enorme presa de Canelles. Obras que dirigia Don Victoriano Muñoz, propietario de la torre de Muñoz a Fraga.

**José María Labrador Corbella**



# UNA FRAGATINA LA HIPOCRESÍA



Se dice que las cosas han cambiado. La realidad es que sí, en muchos aspectos hemos ido a mejor, sobre todo con el avance de la tecnología sus grandes avances en los laboratorios.

Uno de los muchos avances, contando, las maquinarias para que la construcción de este modo los trabajadores no tengan que hacer tanto esfuerzo físico. Los agricultores con toda la maquinaria, no tengan que doblar la espalda para su duro trabajo.

Y sobre todo para las mujeres en las tareas de la casa, estas máquinas que hacen que las mujeres las tareas de la casa sean más fáciles y tengamos tiempo para nosotras. "Pero sin descuidarnos" .

A todo ello doy un guiño al **Hogar y Centro de Día de Personas Mayores – Fraga**; el cual nos da una buena oportunidad, ya que cuando llegamos a una edad entremedia estamos que los maridos ya se han jubilado y nosotras en nuestro trabajo fuera de casa también. Pero en la de casa no nos dan la jubilación.

Todas intentamos organizarnos para tener tiempo para nosotras. Ahí es donde entra el Hogar del pensionista. Nos faltan horas y días para todas las actividades que nos ofrecen de toda clase. -les doy un -10-.

Como venía diciendo, que todo cambia. Por desgracia no todo cambia "La hipocresía"

Esta palabra es algo que desde siempre la tenemos en nuestra sociedad a la cual en muchas ocasiones hacen mucho daño a las personas de nuestro alrededor, por desgracia te crees tener un amigo a tu lado y a lo largo te das cuenta que, tú le confías tus inquietudes, tus deseos, en fin –un amigo- al que te crees ser tu buen amigo.

Al cabo del tiempo te das cuenta que te ha estado traicionando. Con su grande hipocresía, tu confiando en este amigo y él lo único que hace es todo lo que le cuentas con la confianza de que no lo dirá a nadie y sin embargo te está traicionando contando a cualquiera todo lo que tú con confianza de un buen amigo te confías.

Estas personas Hipócritas, la realidad es que no son felices y no se dan cuenta de ello ya que un verdadero amigo nunca cuenta lo que con confianza te está contando, eso quiere decir que quieren hacer daño a esta persona que ha confiado en ti.

Todas o casi todas hemos tenido un desengaño con alguien que creías que era una amiga y te ha traicionado. La verdad que he llegado a la conclusión de que son dignas de compasión. La realidad es que no viven a gusto con lo que tienen en sus vidas.

Vive feliz sin hacer daño al prójimo.

**Teresa Rodes**

## EL RELATO DE MARIA

María es hija de Rafael y Lola una familia humilde, trabajadora y buena gente. Tenían tres hijos, María era la segunda y con sólo siete años ayudaba a su madre en las tareas de la casa.

En el colegio era muy aplicada, amiga de sus amigos y muy apreciada por la Maestra.

Un día su hermano se puso malo y la madre tuvo que llevarlo al médico. María se quedó al cuidado del pequeño de tan sólo un año, tuvo que hacerle el biberón y cambiarle el pañal.

Cuando la madre llegó María se fue corriendo al colegio que se le hacía tarde, cogió un atajo y al llegar a un cruce encontró a un abuelo que andaba con mucha dificultad, María le preguntó: ¿abuelito dónde vas? Voy a sentarme en aquel banco a leer y que me dé el sol, que es bueno para mi reuma, si puedo llegar. Yo le acompañe abuelito ¿cómo te llamas? me llamo Manuel y tú? Yo María. Bonito nombre, pero deberías llamarte Gloria Divina, que es lo que eres.

Le dio las gracias y María se fue corriendo, sabiendo que llegaba tarde al colegio, al llegar la maestra le dijo, María te tengo que castigar, estas no son horas de llegar, María respondió, sí, pero deje que le explique lo sucedido. Al escucharlo la maestra le cogió las manos y le dijo, María no te voy a castigar, al contrario, voy a escribir en la pizarra el relato para que tomen ejemplo de tu bondad.

Cuando María se sentó, se levantaron sus compañeros y se pusieron a aplaudir. Así deberíamos hacer los mayores, aplaudir y tomar ejemplo de las cosas buenas.

Aquí acaba el relato de María contada por

**JOAQUINA SAMPER Y AMALIA MARTINEZ**





## DICCIONARIO DEL HABLA LOCAL AL CASTELLANO

**Bufegar:** resoplar, bufar, rebufar.

**Bufit:** bufido, resoplido.

**Bufó:** 1. topo. 2. bufón (cómico).

**Bugada:** colada, bugada, bogada (acción de colar la ropa para lavarla)

**Bugarròt:** abejorro.

**Bugonar:** 1. zumbar (las abejas, etc...) 2. murmurar, susurrar.

**Bufanúvols:** tragavirotos (hombre que anda serio y erguido)

**Bugòt:** abejorro, zángano, abejón// **fer lo bugòt:** hablar susurrando, sin entender lo que se dice; rezar o cantar fingidamente.

**Buidar:** 1. vaciar 2. ahuecar. 3. defecar 4. vomitar.

**Buit:** vacío, hueco, desocupado.

**Bujòl:** 1. balde (cubo de madera). 2. botijo o tonelete (de madera, más ancho del fondo, con gollete o pitorro en la parte superior)

**Bujoler:** aguador.

**Bulquet:** 1. volquete. 2. tumbo, giro

**Bull:** hervor, hervida

**Bullir (bollir):** hervir.

**Bum – bum:** 1. bulos, rumores. habladurías. 2. fragor, ruido, estruendo

**Bunyól:** buñuelo.

**Buro:** tarquín, cieno, arcilla (del fondo de las aguas estancadas)

**Buròt:** 1. consumero de fielato. 2 burato, fielato (oficina de consumos)

### MODISMO Y FRASES HECHAS

**Cagar-s`hi la mosca:** Echarse a perder (algo)

**¡Me cago en Sant Ròc i`l gos!:** ¡Me cago en San Roque y su perro!

**¿Qué te penses, que los quartos los caguen les garses?:** ¿Qué te crees, que el dinero nos cae del cielo?

**Estar si caic, no caic:** Estar al borde del precipicio; estar en el filo.

**Aprofitar les caigudes:** Aprender de los errores.

**Traure lo bò de la Caixa:** Lucir lo mejor del armario.

**Pareixer un calabre:** Estar demacrado como un cadáver

**Valdre més lo caldo que la gallina:** Valer más el remedio que la enfermedad.

**¿O Caixa o faixa?:** ¿La bolsa o la vida?

**Entrar en calentor:** Entrar en calor.

**¡Tu si que has caigut p`a Espanya!:** ¡A ti si que te ha tocado el gordo!

**Fer una calor que solsis:** Hacer un calor achicharrante.

**De calent en calent se pèlen:** Cuando el hierro está encendido entonces debe ser batido.

**Alfredo Castañ Larroya**

# Evocaciones y Evolución de Fraga

Ha arribat lo retratista al Cegonyer!!

PACO TEJERO COSTA

FOTO ENRIC ha venido participando en los actos del Día de la Faldeta, que se celebra anualmente en Fraga, con una estampa que lleva por título el elegido para este artículo. Según sus manifestaciones, *“con ella queremos colaborar en la fiesta representando el trabajo de los **minuter**os, aquellos fotógrafos de la primera mitad del s. XX que iban de pueblo en pueblo, principalmente en momentos festivos o a colegios”*. Eso facilitaba el acceso al nuevo invento a las clases populares y en zonas rurales, que los recibían con gran expectación.

Consigno llevaban los bártulos necesarios: una cámara de placas de vidrio y paredes de madera montada sobre un trípode, una caja donde revelaba las fotos a los pocos minutos (de ahí su nombre) y el atrezzo para el montaje de un decorado.

Por la labor de dos de ellos, en Fraga disponemos de esta comparativa histórica de su popular paseo, hoy de plena actualidad, a través de dos de sus imágenes. Del primero conocemos la identidad, gracias a la meticulosidad de una joven a la que el retratista fotografió y que apuntó en el dorso de su copia el autor y año y a la tenacidad de Mary Zapater en la investigación en colecciones de particulares. Respondía al nombre de **Silvio Gordó Montaña** (1896-1972) de La Pobla de Segur, pero con relaciones de parentesco/amistad con los Orteu de Fraga.



Fraga, 1917. Paseo del Cegonyer

También elaboraba postales; de Fraga hizo una colección de 20. De la urbanización, que en esos 30 años apenas varió, destacar un largo paseo de tierra limitado por dos pequeños canales para reconducir el agua de lluvia. En los años previos a la Guerra Civil Española se cambiaron los bancos de piedra natural por otros de artificial pulida, fabricados por Manuel Berges Vidal fundador de la empresa BERGES CENTRO COMERCIAL, y en los inmediatos posteriores se construyó una caseta, de estilo palestino, para servicio del mercado de fruta que allí se celebraba en verano.

Sobre la festividad del año en que fueron tomadas, no podemos afirmar que fuese la misma, ya que la Fiesta Mayor de Fraga ha variado de patrona i de fecha, de Sta. Ana ha pasado a Nuestra Señora del Pilar.

Lo que si se mantuvo fue como lugar donde las relaciones humanas se establecían e intensificaban. No es casual que el autor de la segunda fotografía retratase a esos jóvenes que aparecen en primer plano, todos ellos *de buena familia* y seguros clientes. Pero no pudo imaginar que plasmaría para la posteridad una práctica muy extendida entre la juventud fragatina en los inicios del noviazgo.

Una protagonista de la imagen me la describió de este modo: *“las jóvenes que empezábamos a coquetear con un chico nos colocábamos a los lados y para disimular contábamos con la complicidad de compañeras que se colocaban en el centro, haciendo de lo que se denominaba **cistella**. Los chicos iban a los costados, pero, mientras ellos al final de cada vuelta volvían por el mismo lado del paseo, nosotras dos nos alternábamos. De esta forma íbamos un rato con el chico al que le habíamos echado el ojo y desorientábamos a nuestros padres, je, je ...”*

Fotografías: Colecciones Mary Zapater y Paco Tejero

Información: Foto Enric y Pilarín Durán Satorres.



Fraga, 1947. Paseo del Cegonyer

## LAS LEYENDAS DE SALVADOR MONTULL: (Leyenda de las tres hogazas)



Así se lo habían contado a Salvador, unos pastores de Bincellón:

Una día de primavera, cuando los árboles daban sus primeras flores, Bin-Hamet y un amigo suyo subieron a la partida de La Llitera de Fraga para ayudarse en la labores del campo.

Antes que el Sol llegara su cénit, y después de limpiar rastrojos y regar sus escasos árboles, Bin-

Hamet pidió al amigo que regresara a Fraga para comprar tres hogazas de pan. Pan que debía recoger del horno de la calle de Banco.

Así lo hizo el amigo. De inmediato regresó al campo de Bin-Hamet. Pero no lo encontró en el mas, y se sentó en la sombra de la caseta a esperarle. Como tardara mucho, tomó una hogaza y se la comió.

Al regresar Bin-Hamet, preguntó ¿Dónde está la hogaza tercera?

El amigo le mintió, y dijo que solo había traído dos, que no le pudieron mercar más. Al medio día, fueron ambos hacia una balsa, y encontraron una oveja muerta, junto al lado del camino. Bin-Hamet imploró al altísimo, y la oveja se levantó y echo a correr hacia la balsa. Entonces preguntó al amigo:

-"Te ruego que me digas que pasó con el tercer pan" - y volvió a mentir el amigo.

Siguieron caminando hasta llegar a un caserío semiderruido, y al levantar unas piedras junto a una puerta aparecieron tres enormes barras de oro macizo. Bin-Hamet dijo: "Las repartiremos: una para ti, otra para mí, y la tercera para el que se haya comido la tercera hogaza de pan".

Entonces, el amigo confesó que él se la había comido. Bin-Hamet le reprendió por mentir, pero le hizo dueño de las tres barras de oro.

Luego, Bin-Hamet se marchó dejándole solo con el oro.

Acertaron a pasar por la Llitera tres hombres fornidos, que venían de Alcarrás. El amigo, como no podía con el peso del oro, les pidió que le ayudaran a coger las barras y le ayudarán a llevarlas hasta Fraga, que les pagaría por ello. Pero ellos, visto el gran tesoro que les mostró, acordaron matarle y quedarse con todo.

Antes de ponerse los tres en marcha, acordaron que uno de ellos debía buscar algo con lo que alimentarse, mientras los otros dos guardarían tan precioso metal. Los dos que se quedaron tramaron en matar al que se había ido a traer viandas; mientras que el que buscaba alimentos pensó en emponzoñar toda la comida, y ofrecería el letal manjar a los dos que se quedaron a la custodia.

Y así lo hicieron.

Llegada la comida, mataron al tercer hombre, el que había marchado. Los otros dos se pusieron a comer..., y los dos murieron envenenados.

Al día siguiente, volvió Bin-Hamet a pasar por la Llitera con caballería, y al ver los cuerpos de los tres desgraciados entendió perfectamente qué pudo haber ocurrido. Pensó que el Todopoderoso siempre castiga a los mentirosos y a los avariciosos. Tomando los lingotes sobre una tabla de arrastre, se los llevó a su casa.

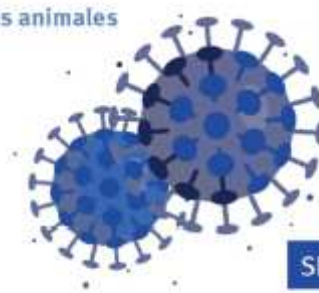
**Joaquín Salleras**



# Qué debes saber del nuevo coronavirus

Los coronavirus son virus que circulan entre los animales pero algunos de ellos también pueden afectar a seres humanos.

El nuevo coronavirus fue identificado en China a finales del 2019 y es una nueva cepa que no se había visto previamente en humanos.



Los **Síntomas** más comunes de la enfermedad por coronavirus (COVID-19) son:

FIEBRE

TOS

SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE

**La desinformación y los prejuicios frente al coronavirus generan discriminación**  
Hagámosle frente

AL LLEGAR DE UN VIAJE DESDE UNA ZONA DE RIESGO

Vida normal en familia, con amigos y en el ámbito escolar y laboral

+ Observar síntomas durante los siguientes 14 días

Sin síntomas

**VIDA NORMAL**  
(no es necesario tomar medidas)



Con síntomas

Contactar **telefónicamente** con servicios de salud

**061**

## Medidas generales de prevención de este y otros virus respiratorios

En caso de sufrir una infección respiratoria, evitar el contacto cercano con otras personas



Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca



Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable



Lavarse las manos frecuentemente



Si quieres más información <https://www.msbs.gob.es/>  
<https://www.saludinforma.es>



# BACHILLEREANDO

## BINGO

Miércoles, 11 y 25  
de marzo a las  
16.30 hs.

## CIBER@ULA:

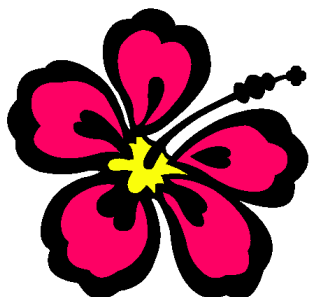
Lunes a jueves de  
15:30 a 16:45 hs.

## TIANG GONG

Lunes 9.00 hs.

## TALLER INGLÉS

Lunes y Miércoles  
de 10 a 11 hs.



## LOS MAYORES TAMBIÉN LEEN

Los viernes de  
16:30 a 18:00h.

## BAILES EN LINEA

Los martes a partir  
de las 16.00 hs.

## TALLER DE SEVILLANAS

Los lunes de 16.30  
a 17.30

## TALLER DE MANUALIDADES

De Rufi Donoso, los  
Lunes de 16:00 a  
18:00h.

## TALLER BOLILLOS

de Esther Campos.  
Los miércoles a  
partir 15:30 h.

## TALLER AJEDREZ Miércoles de 18.00 a 19.00 hs.

## TALLER PUNTO Y COSTURA

de María Prieto, los  
jueves de 16:00-  
18:00h.

## DIBUJO A CARBONCILLO

Los miércoles de  
10.30 a 12.00hs

## ¡Nuevo! ZENTANGLE

A partir 10 marzo:  
Meditación y ga-  
rabateo artístico  
Los martes de  
16.30 a 18.00 hs



## PROGRAMA

### CAIXA: Actívate

Del 4 al 25 de  
marzo, miércoles a  
las 16.00hs.

## SAN JOSÉ

El jueves 19 a  
partir de las 16.00  
teatro con "La  
Orquídea Dorada",  
merienda y baile.  
Apuntamos del 10  
al 17 de marzo.

PLAZAS  
LIMITADAS

## RECITAL POÉTICO

Viernes 27 de  
marzo a las 17.00  
hs con el grupo de  
lectura *Los Mayores  
también leen*

