

# La Voz del Pensionista

Hogar y Centro de  
Día de Personas  
Mayores-Fraga

Número 234  
SEPTIEMBRE 2019



Grupo “Los Chalecos” en una actividad  
de voluntariado intergeneracional

## SUMARIO

- Pag. 3 MIGUEL ISIDORO  
Pag. 4 CELIA GUTIERREZ  
Pag. 5 ALFREDO CASTAÑ Y  
QUIMA  
Pag. 6 AURORA OTAL  
Pag. 7 CARMEN NICOLÁS  
Pag. 8 PASATIEMPOS  
Pag. 9 JOAQUÍN GUIRAL  
Pag. 11 ALFREDO CASTAÑ  
Pag. 12 AMALIA MARTÍNEZ  
Pag. 13 ARÁNZASU  
RODRIGUEZ  
Pag. 14 JOSE M<sup>o</sup> LABRADOR  
Pag. 15 JOAQUÍN GUIRAL  
Pag. 17 ALFREDO CASTAÑ  
Pag. 18 JOAQUINA SAMPER  
Pag. 19 SANTIAGO RAMO  
Pag. 20 JOAQUINA CHINÉ  
Pag. 21 JULIO MORENO

### 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

Una vez pasado el verano, septiembre llega cargado de *novedades*.

En primer lugar se abre el plazo para las **Actividades del Programa de Envejecimiento Activo del IASS** (información en la pag. 23)

Por otra parte se reinician las **actividades habituales** después de la pausa estival y se convocan **nuevas** (Ver última página de este boletín).

Y por último, comenzamos con los preparativos de las **fiestas de Pilar**, en concreto con los **campeonatos**, que celebraremos a final de septiembre. Este año convocamos de Billar, billas, ajedrez, guiñote, rabino, parchís, butifarra... La comida de hermandad se celebrará el día 10 de octubre y comenzaremos a apuntar a final de mes.

Para más información deberán estar atentos al tablón de anuncios donde iremos colgando todas las novedades.

**¡Buen inicio de curso!**

PD. Al cierre del boletín de julio-agosto conocimos la triste noticia del fallecimiento de uno de nuestros asiduos colaboradores, el Sr. **Salvador Montull**, integrante del grupo de voluntarios “*Los Chalecos*”. Excelente comunicador de costumbres, tradiciones y hechos de su tierra, Fraga, supo como nadie transmitir vivencias y recuerdos. Vamos a echar mucho de menos esas amenas charlas en el despacho. ¡Hasta siempre So Salvador!

## AGRADECER

*Del hijo bien nacido  
es ser agradecido.*

Refrán que nunca falla  
cuando uno da la talla.

Todos nacimos desnudos,  
y aprendimos a chillar,  
nuestros lloros y estornudos,  
nos intentaron callar.

Fuimos débiles bebés,  
crecimos con las ayudas  
de familiares y amigos,  
nos protegieron sin dudas.

He vivido vida larga,  
con muchos relacionado,  
de todos he aprendido,  
gentes que yo he estimado.

He presumido de cosas,  
que nunca hubiera hecho,  
sin la colaboración  
de los vecinos sin techo.

Por mi vida sí pasaron  
gentes de buen corazón,  
a las que yo agradezco  
cuando tengo la ocasión.

Poco se consigue solo,  
necesitamos ayuda,  
cualquier empresa humana,  
triunfa si la gente ruda,  
y también la gente culta,  
no albergan ninguna duda.

.....

Me rodean cosas muy lindas,  
los paisajes son hermosos,  
de esta mi querida tierra,  
con espacios rumorosos.

El Cinca discurre raudo



entre bosques de ribera,  
y si antaño fue violento,  
hoy mansea su ladera.

Por terrenos escarpados  
crecen árboles frutales,  
es a causa del goteo,  
que no precisa bancales.

Admiro los montes negros,  
su variedad de terrenos,  
el laboreo constante,  
las sequías que tenemos.

Anchas tierras aplanadas,  
regadas con los sudores,  
caídos sobre los surcos  
de rústicos labradores.

Cuántas vidas enterradas,  
en esos mases oscuros,  
cuántas historias ocultas,  
muchos eran los apuros.

Me sorprenden los barrancos,  
admiro el paso del tiempo,  
cortados por viejas lluvias,  
modelados por el viento.

Me sorprenden las quebradas,  
los árboles singulares,  
la medicinal serreta,  
rodeada de pinares.

.....

No me canso de cantar  
La extensa tierra en que vivo.  
Del Creador un buen regalo,  
su Amor fue muy creativo,  
¡Alabanza agradecida!  
Me quedo muy pensativo.

**15 08 19 Miguel Isidoro**

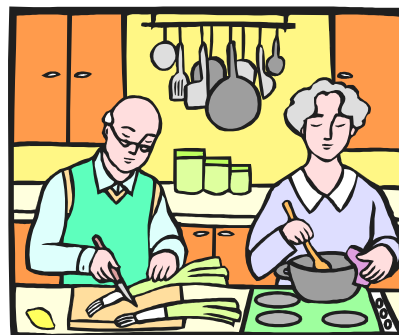
# COCINAR CON CELIA

## PIMIENTO RELLENO DE HUEVO CON PATATAS.

Para 4 personas

### INGREDIENTES:

2 Pimientos rojos y uno verde  
1 Patata  
4 Huevos  
4 cucharadas de queso rallado  
Aceite de oliva, sal y perejil



### PREPARACION

Precalienta el horno a 180 grados. Lava los pimientos rojos, córtalos por la mitad a lo largo, retírales las semillas y los filamentos blancos. Disponlos en la bandeja del horno. Espolvoréalos con una pizca de sal y ásalos durante 20 minutos, hasta que estén un poco tiernos.

Mientras prepara el relleno. Pela la patata, córtala en daditos y fríelos en una sartén con aceite. Limpia el pimiento verde, córtalo en trocitos y fríelos hasta que estén dorados. Escurre todo sobre papel absorbente. Sálalo.

Rellena los pimientos asados con las patatas y el pimiento verde y casca un huevo en el centro de cada uno. Espolvorea con el queso rallado y hornea 15 minutos o hasta que la yema empiece a cuajar. Sirve caliente, espolvoreado con perejil picado.

**NOTA:** Los pimientos rojos son ricos en vitamina C y betacarotenos, y también ayudan a absorber el hierro presente en cereales integrales, verduras o huevos.

**Celia Gutiérrez**

## MATRIMONIO BIENAVIDO

Hubo un matrimonio que no discutían nunca, el marido decía: *es que yo no puedo discutir nunca*. Un amigo le dijo que cuando a la noche vayas a casa con el burro, en vez de entrarlo de cara, hazlo entrar al revés, de culo. El burro no quería entrar, en estas, baja la mujer, y al ver la fuerza que hacía para que entrara, dijo la mujer: *mejor chico, siempre ha entrado de cara, también es bueno que lo entres al revés*. ¡No pudo haber discusión!

Quima

## Recuerdos poéticos

### de la Niñez

Al carrer Major,  
passe un senyoret  
tire una pedreta;  
passe una senyoreta  
i tire un clavellet.

Les tenalletes  
de Sant Miquel  
totes están  
plenes de mèl;  
mèl i meló,  
gira, gira  
de cautó.  
Qui se girará?  
Lo Mangolet de cara allá.

El patio de mi casa es particu-  
lar  
se moja cuando llueve como los  
demás.  
Agáchate y vuélvete a agachar  
que los agachaditos no saben  
bailar.  
Ache, i, jota, ka, ele, elle, eme,  
a,



que si tú no me quieres otro  
niño me querrá.  
Chocolate, molinillo,  
corre, corre que te pillo.  
Estirar, estirar  
que el demonio va a pasar.

Tengo una vaca lechera  
que no es una vaca cualquiera,  
me da leche merengada  
¡Ay! que vaca tan salada.  
Tolón-tolón. Tolón-tolón.  
Un cencerro le he comprado  
y a mi vaca le ha gustado.  
Se pasea por el prado,  
mata moscas con el rabo.  
Tolón-tolón. Tolón-tolón.  
Que felices viviremos cuando  
vengas  
a mi lado  
Con tus besos, con sus quesos.  
¡Que ilusión!

Al corro de la patata  
comeremos ensalada,  
lo que comen los señores,  
naranjitas y limones  
A chupé, a chupé,  
sentadita me quedé.

Alfredo Castañ



## **LEYENDAS ARAGONESAS**

### **SANTA EULALIA LA**

### **MAYOR**

SANTA EULALIA LA MAYOR (LO PORZANO) que perteneció al abadiado de Montearagón, ubicada en la hoya de Huesca. La localidad de Santa Eulalia o Santaolalla, como también la llaman, está situada a 850 metros de altitud.

Constituye un auténtico balcón desde donde se divisa toda la hoya de Huesca. Nos cuenta la leyenda que este pueblo tiene un castillo, donde vivía un rey moro que tenía a su hija encarcelada en la torre. Esa torre era diferente a las demás, una de las más singulares en toda la zona. Era de construcción circular, al contrario de sus hermanas.

El padre quería casarla con un hombre que él había elegido, pero la hija no quería. El padre, para presionarla, la encerró en la torre.

La hija harta de padecer tanto encierro y decidida a no aceptar la decisión de su padre, escapó de la torre, dando un gran salto y viniendo a parar a la piedra mora. Su salto quedó grabado en la roca dejando sus huellas, y además dejó su poder fertilizante impregnado en esas ropas.

El entorno del castillo es interesante con cultivos y diminutos bosques de encinas donde no es posible usar los huertos fértiles. El conjunto de la roca y el bosque de encinas constituyen un lugar de extraordinario interés. Además, el castillo constituye una verdadera referencia visual ya que su elevada posición domina todo su entorno; es por eso por lo que esta torre es tan visible, ya que tienen un hito de indiscutible valor simbólico.

Saludos, **Aurora.**

---

## TAL COMO SOMOS

¿Somos lo que parecemos?  
¿Cómo nos comportamos ante los demás?  
¿Somos en todas partes la misma persona?



Cada persona lo sabe, pero es muy difícil de averiguar, porque las personas, actuamos como nos sentimos en cada momento, y no todos los momentos de la vida son iguales, por lo tanto, es diferente, porque todos somos vulnerables ante los acontecimientos que vamos encontrando en nuestra vida que, aunque parezca corta no lo es, y en este trayecto pasan muchas cosas. ¿Cómo aceptamos los fallos, los errores, los malentendidos, las maldades, la ingratitud, y el desinterés total?

Si somos capaces de aceptar esto, sin notar ningún cambio en nosotros tendremos mucho ganado, porque la verdad de los sentimientos ha de ser firme e inalterable por muchos errores que se cometan, que con el tiempo ves claro que no fueron tales, sino una decisión del momento... De un momento que lo veías bien y muy normal, y como ves que el tiempo te da la razón, te sientes tranquila y tan segura, que nadie nos puede cambiar ni ante las alegrías, no tampoco en las penas, y las afrontamos de la misma manera, y sin ningún cambio en tu interior, son diferentes momentos, pero con la misma actitud.

A veces pienso que la pena es muy importante para el ser humano, porque sin pena no sabríamos que es la alegría, son experiencias contradictorias pero muy frecuentes en la vida, que sin ellas no tendría lógica, porque lo más importante es vivirlas, y sentirlas, y esto te da a entender que sigues siendo capaz de distinguir lo uno de lo otro y vivirlo intensamente, y esto te hace sentir como eres, y de lo que eres capaz.

En esta vida nos toca de todo, reír, llorar, pero tenemos que aceptarlo con la misma actitud de aceptar todo lo que el destino nos ha marcado, y no se puede cambiar nada, porque convertir los fracasos y los errores en una fuente de compasión, es el mayor de los errores que la vida te da.

Actuar en cada momento como nos sentimos, es la única manera de ser como somos, y al mismo tiempo sentirnos bien.

Con mucho cariño,

**Carmen Nicolás**

## SUDOKU FÁCIL

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

## SUDOKU MEDIO

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



### 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).



## LIBRE ALBEDRIO.

Estos días de agosto me entretuve leyendo un escrito que figura en la Biblia como Libro del *Eclesiástico*. Librito que se estima fue escrito unos 200 años antes de la era cristiana. El librito pertenece al grupo de los llamados “libros sapienciales”, porque recogen la sabiduría que permitía la convivencia entre los pueblos en esos tiempos lejanos y las relaciones religiosas.

Me sorprendió esta expresión o aviso: *Dios hizo al hombre desde el principio y le dejó en manos de su albedrío*” (Eco.15,15). Como podéis suponer me llamó la atención lo de “*le dejó en manos de su albedrío*”. Primero me dediqué a buscar el significado y alcance de la palabra “albedrío”, luego la expresión “*lo dejó en manos*”.

Ahora trataré de explicar qué tanto entendí de ambas expresiones. El albedrío en diverso diccionarios significa “*potestad de obrar por reflexión y elección*”, “*dícese más comúnmente libre albedrío*” y también “*voluntad gobernada por el apetito, antojo o capricho*”. “Al albedrío de alguno, según su gusto o voluntad”

Del libre albedrío, podemos ver como encierra dos conceptos, uno que depende de la “reflexión y elección” del cual solo puedo decir que es correcto, que deberíamos usarlo así porque somos racionales. El segundo concepto, se aleja de la racionalidad y es fruto del mundo emocional, “voluntad gobernada por el apetito, antojo o capricho”. Vaya tres palabritas. *Apetito – Antojo – Capricho*. Creo que para entender esas palabras no hace falta acudir al diccionario.

Entiendo que hay personas (las menos) que reflexionan antes de tomar una decisión. Y que hay personas (las más) que toman sus decisiones en base a sus *apetitos, sus antojos o sus caprichos* y *¡así les va!* A este segundo tipo de personas es a quienes el sabio del *Eclesiástico* se refiere cuando advierte: ¿Qué advierte? Que le “*dejó en manos de...su albedrío*”. La expresión “dejar en manos” me hace ver que estoy ante un juez, un tirano, alguien poderoso...y ciertamente el ALBEDRÍO es un tirano, un juez... muy parciales.

Pilatós dijo a Jesús que su gente “le habían puesto en sus manos” y en consecuencia podía castigarle, perdonarle, matarle...cuando te enfrentas a un poder muy grande, corres mucho riesgo y siempre llevas las de perder.

Y me pregunto ¿qué hay de malo en mi *libre albedrío*? Da la impresión que Dios nos otorga la Libertad (libre albedrío) aún sabiendo que olvidándonos de que somos racionales, no analizaríamos nuestras decisiones, y que guiados por apetitos, antojos y caprichos haríamos justo lo que no nos conviene, o nos perjudica, siendo víctimas de nuestra misma libertad.

*Somos libres* desde el principio. Libres para... hacer cosas de las que nos sentimos orgullosos, pero algunos usan su libertad para decir o hacer cosas de las que luego se arrepentirá.

El ser humano nace para ser feliz y libre, pero haciendo y caminando caminos acertados, dejando los caminos equivocados. Escoge tus objetivos, aquello que seas capaz de realizar, aquello que puedas conseguir. Ser realista y si sueñas... piensa las cosas. Piensa que los días del hombre son humo. Dios no nos hizo para que fuéramos desgraciados.

Desde la infancia se aprende, con la adolescencia, se continúa aprendiendo... hay un albedrío bueno y otro muy peligroso. Que cada quien decida y enseñe a quien desee aprender.

**Joaquín Guiral Satorres**



## EL MEJOR VERANO



Cuando era un niño de nueve años, mis padres tomaron arrendada una finca que pertenecía a doña Carmen Miranda. Esta parcela lindaba con la torre y jardines de nuestra arrendadora.

En los veranos de aquellos años cincuenta venían de Madrid los nietos de doña Carmen a pasar las vacaciones con ella. Los nietos eran Javier y Silvia; como no tenían amigos en Fraga venían a jugar con nosotros (mis hermanos, algún amiguito y yo) . Javier era algo estirado y brutote; Silvia, en cambio, era esbelta, guapa y toda ella finura y delicadeza. Jugábamos a los juegos de moda y propios de la edad, con el aliciente de tener dos amiguitos de la capital que descubrirían con nosotros los juegos de calle.

Eran muy divertidos y especialmente recordados los baños en la piscina suya, donde saltaba al agua cogido de la mano de Silvia y nos sumergíamos hasta que podíamos aguantar. Guardo vivo recuerdo de este bendito juego del escondite que consiste en esconderse en lugares oscuros y pequeños, donde la proximidad de la amiguita me emocionaba: un roce, un empujoncillo, cualquier honesto contacto convertía aquel escondite en un lugar venerado.

Aquellos veranos iban inexorablemente asociados a la presencia de Javier y Silvia. Cuando partían a Madrid dábamos por terminado el verano.

El verano de 1960 fue el último en la Torre Miranda. Cuando llegaron nuestros amigos me llevé la sorpresa que ya no eran tan niños: Javier tenía acné y pelusilla negra en el bigote; Silvia se había convertido en una jovencita adornada con los más deliciosos dones naturales. Silvia nos acompañaba con la pandilla en paseos con las bicicletas; íbamos al cine y a paseo hasta el centro urbano; conversábamos amigablemente y todo el colorido festivo lo aportaba Silvia. Los domingos, desde el paseo oíamos la música de la Terraza Florida, que con las canciones de moda de aquel verano (Locamente te amaré, Comunicando o Eres diferente) hacían más romántica la compañía de la muchachita.

Llegó septiembre y todo terminó. Nunca más los volvimos a ver, pero el recuerdo y los sueños del mejor verano de mi vida hasta hoy han perdurado.

Alfredo Castañ Larroya

## VIAJE AL LUGAR DE NACIMIENTO

Cuando vas de vacaciones al lugar donde has nacido van acudiendo a tu mente aquellos recuerdos de niño.

Caminando por los cerros de la mano de la abuela con las alpargatas rotas con todos los dedos fuera.

Había mucha miseria pero había felicidad con unión en la familia en el calor del hogar.

Nos íbamos por los cerros a donde había un baile de parrandas y malagueñas y en la matanza del cerdo se hacía una gran fiesta.

Cuando llegas a una casa de familiares, vecinos o amigos te invitan a comer aunque ya hayas comido siempre está la mesa puesta con la morcilla, el tocino, la butifarra, el chorizo la longaniza casera y en otra hermosa bandeja los mantecados, rosquillas, la torta casera y los dulces de la tierra Nada puedes despreciar

aunque te encuentres llena.

Por eso cuando se acaban las vacaciones y a tu casa regresas, estas deseando de hacerte un platito de verdura y una sopita ligera y mientras te la preparas surge en ti la malagueña.

Si estuvieran más cerca Andalucía y Aragón iría más a la tierra a donde he nacido yo.

En Andalucía nací y he crecido en Aragón por eso entre estas dos tierras tengo yo mi corazón.

Dos vírgenes muy bonitas las llevo conmigo siempre una es la Pilarica la otra es la del Saliente.

Voy acabar mi poesía hecha con el corazón un abrazo a mi querida Andalucía y otro para mi Aragón.

Os transmite su feliz verano,

**Amalia Martínez**





## La Trabajadora Social Informa

La trabajadora social del Hogar, Aránzazu Rodríguez, es la autora de esta sección informativa. Su horario de atención al público es de 9:00 a 14:00 hs.

**-Viajes del IMSERSO:** Hasta el momento se desconoce la fecha exacta en la que tenéis que acudir a la agencia de viajes para solicitar los viajes. Cuando tengamos más información la pondremos en el tablón de anuncios.

Según la información que tenemos se espera que a principios de octubre esté todo listo.

### **- NUEVAS ACTIVIDADES: CURSOS ORGANIZADOS POR CRUZ ROJA:**

- **CHI-KUNG** . Martes desde el **17 de septiembre** al 26 de noviembre en horario de 10 a 11 excepto el día 8 que será de 9.30 a 10.30.

Consiste en ejercicios suaves que potencian la salud física y Mental, favoreciendo los huesos, músculos, ligamentos y pulmones



- **TALLER DE MEMORIA:** Los viernes de **OCTUBRE** de 10 a 12 se realizará un Taller de Memoria. Inicio el día 4. Sala TV.
- **En Noviembre NUEVO TALLER DE TERAPIA OCUPACIONAL**

**-Curso de formación destinado a personas que cuidan a un familiar.** Para informaros del mismo, voy a dar una charla el lunes 23 de septiembre de 10 a 11 h para explicar los aspectos relacionados con el contenido y las ventajas que puede tener para vosotros y la persona de la que cuidáis.

El curso se realizará los jueves de 18 a 20 h desde el 17 de octubre hasta el 19 de diciembre.

Os espero!!!!!!



El Banco de España volvía a pedir esta semana retrasar la edad de jubilación para garantizar la sostenibilidad a futuro del sistema de pensiones. De llevarse a cabo la medida en los pueblos del Pirineo podrían darse estampas como la que vemos en esta fotografía tomada en un campo en las inmediaciones de Fiscal, en la que un pastor de Asín de Broto cede su vara a la nieta, Matilde, que aún no ha cumplido los dos años para que se ocupe de las ovejas, mientras él descansa. Una “becaria” algo prematura, pero que desde luego muestra maneras.

Cautivar a los niños dulzura siempre me parece bien y los que saben guardar el cariño para sus padres, sus abuelos, sus bisabuelos y sus hermanos, mucho más.

Tú, Ana Casas Labrador, por ser una niña tan distinguida y tan calladica, que no digan los altoaragoneses que tienen una “becaria”, Matilde algo prematura, pero en el Bajo Aragón también tenemos biznietas, nietas, y nietos, que han logrado dos veces ser campeones del mundo, como el mío, David Cachón Labrador nieto con el trial 5: Subcampeón de Aragón en 1993, Campeón de Aragón en 1994, Campeón de España en 1994, Campeón del Mundo en 1997 (Japón), Campeón del Mundo en el 2000 (República Checa), 3 Subcampeonatos de España, 34 top ten internacional, 16 podios internacionales, 10 victorias en grandes premios y un record Guinness en TVE en Zaragoza.

Muchas felicidades a los altoaragoneses por presentar una niña tan joven con sus ovejas en el periódico del Alto Aragón y a los vecinos de Asín de Broto, también muchas felicidades.

Os he contado lo que tenemos hoy día, de lo pasado os contaré otro día un poco, pero hoy no os puedo contar más que ya tengo 95 años y nueve días.

JOSE M<sup>a</sup> LABRADOR CORBELLA  
Socio n<sup>o</sup> 178

## CONVERSATORIO

El pasado 22 de agosto, nos reunimos para conversar **Tomás Labella** y **Esther Canales**, presidente y vicepresidenta de la Junta de gobierno del Hogar. Este conversatorio tuvo la intención de informar a los nuevos socios y a los más recientes sobre las tareas desarrolladas por la Junta y por diversos socios comprometidos con la buena marcha del Hogar. El VOLUNTARIADO.

Los socios más antiguos os diréis, “eso ya lo sabemos”...y algunos hasta habéis sido miembros de las Juntas habidas anteriormente, como es mi caso.

Algunas actividades impulsadas por las Juntas son:

- 1.- *Montar una carroza, la carbonera, qué desfila todos los años en la Cabalgata de Reyes de nuestra Ciudad.*
- 2.- *Las Estampas dispuestas el día de la Faldeta. Temas diversos.*
- 3.- *Los Ninots de Carnestoltes. Expuestos en el Hogar y finalmente quemados el martes de carnaval. Sardinada con bocadillo y vino.*
- 4.- *El Belén montado al pié de las escaleras.*
- 5.- *Fiesta del Padre en marzo. Merienda del padre: bocadillo, pastel (Dueso), sidra y bebidas. Música y baile.*
- 6.- *Fiesta de san Valentín. Febrero. Semejante al anterior.*
- 7.- *Cena FIN DE AÑO. AÑO NUEVO. Aforo limitado. Con cena y cotillón. Se indica el precio con tiempo y se anota los asistentes.*
- 8.- *Baile todos los Domingos (excepto vacaciones verano) de 5.30 a 7,30. Horario corto, pero el Hogar se cierra a las 8 p.m.*
- 9.- *Bingo. Muy concurrido. Dos veces al mes.*

En esas actividades a la Junta la acompañan y respaldan muchos voluntarios socios del Hogar. Son muchos los voluntarios, pero confiamos que entre los nuevos socios se animen a participar en la medida de lo posible, *si tienen voluntad.*

10.- *FIESTAS DEL PILAR.* La participación del Hogar está coordinada por la Dirección del Hogar IASS y el Ayuntamiento. La Junta y voluntarios entran a colaborar en cuanto se les pide.

*Comida y Espectáculo*

*Campeonatos previos: Guiñote, Rabino, Parchís, Ajedrez, las Billas y Petanca (autónomas).*

Todo finaliza con entrega de premios y baile con discjockey.

11.- ¿Sabíais que la Comisión de Fiestas del Ayuntamiento llama a nuestra Junta de Gobierno para que presente propuestas?

EN NUESTRO HOGAR DE FRAGA TENEMOS MÁS ACTIVIDADES:

Unas subvencionadas del IASS, que aparecen en el tablón de anuncios y en el boletín.

Otras, de mucho éxito, dirigidas por VOLUNTARIOS. (No cobran).

- a.- Baile en línea. A cargo de Esther y Pepito.
- b.- Tiang Gong. A cargo de Salvador Cónsul.
- c).- Ciber@ula, ordenadores. A cargo Sr. Arenillas y voluntarios.
- d).- Manualidades. A cargo de Rufi.
- e).- Labores diversas. A cargo de María
- f).- Grupo de Teatro. Que necesita reforzarse con gente más joven.
- g).- Cursos de Inglés. A cargo de Camilo Mascaró.
- h).- Grupo de escritores de LA VOZ DEL PENSIONISTA.

Conversamos sobre la conveniencia de crear una CORAL, potenciar la música, y la conveniencia de *crear una Hoja (tríptico) con esta información, para entregarla a los nuevos socios cuando obtienen el “carnet de socio-socia”*. *Entregar el boletín del mes.*

Firmo este informe a nombre de Tomás, Ester y mío



JOAQUIN GUIRAL SATORRES.



## DICCIONARIO DEL HABLA LOCAL AL CASTELLANO

bofegar-se, ampollarse (la pasta, el pan, etc.)

**bòga**, linde, linderero, hito

**bogal**, franco, sincero, noble 2 claro, abierto, hablador 3 servicial

**bogería**, locura, chifladura

**bòig**, **bòja**, loco, demente

**boirina**, **boirim**, 1 niebla ligera, 2 cejo (nieblilla que se levanta sobre los ríos después de salir el sol)

**boix**, 1 boj, boje 2 mano de mortero, majadero

**boixa** 1 buje (de rueda) 2 manga (extremo del eje donde entra la rueda)

**boixeròla**, gayuba, aguavilla, uvaduz (para curar la próstata)

**boixts**, bolillos, majadericos

**bolet** 1 hongo 2 seta 3 bombín, sombrero hongo

**boleta** 1 canica, bolita ||boleta del geno||, rótula

**bolíc** 1 hatillo, fardo, lio 2 revoltijo, lio

**boligana**, pavesa, copo de hollín

**de bòlit**, a lo loco, deprisa y corriendo

**bollir**, hervir, bullir

**bollida**, **bull**, hervida, hervor

**de bòlo en bòlo**, en volandas

**boltorn**, bochorno (viento del sur, cálido, lluvioso y bochornoso)

### MODISMO Y FRASES HECHAS

**no dir esta boca é meua**: no hablar; no decir esta boca es mía

**en la mossada a la boca**: justamente al terminar de comer

**dir alguna còsa en la boca tancada**; con la boca perqueña

**traure escuma per la boca**: echar los bofes

**fer les raderes bocanades**: echar las últimas bocanadas (morir)

**no puguer fer-se bocins**: no poder partirse en dos (no dar abasto)

**fer lo bocí de deu**: piscolabis de media mañana

**ser un bocinet sense òs**: ser oro en paño

**ser la boda del cul pelat**: boda pobre en la que no tiran peladillas

**a bodes me convides!**: ¡de mil amores!

**estar més boig que una campana**: estar como una cabra

**enviar a escampar la bòira**: mandar a hacer gárgaras; mandar a freír espárragos

**garrotada allá on fa bony!** ¡garrotazo y tente tieso!

**a boqueta de nit**: a la atardecida; a la puesta del sol

**Alfredo Castañ Larroya**

## LA MALA SUERTE



Jorge y Marta se casaron un poco mayores y por ese motivo decidieron tener pronto a su primer hijo. Al tiempo nació una preciosa niña la cual fue una gran satisfacción. De nombre le pusieron Rosa. Cuando tenía 3 años la madre enfermó, con tan mala suerte que en pocos días falleció. El padre quedó tan abatido que no se vio capaz de hacerse cargo de la niña.

Fue cuidada y educada por su abuela materna, mujer muy anticuada y muy tacaña. La llevaba vestida y peinada ridícula y en el cole la llamaban la tonta del bote. Cuando tenía 7 años la abuela también enfermó, y aunque el abuelo estaba loco por la niña tuvo que llamar a su hermana María para que se hiciese cargo de ella, cosa que ella aceptó gustosamente. Ella la cambió totalmente. Al llegar al cole las niñas la llamaban y todas querían jugar con ella. Fueron a ver a la abuela, que al verla que iba como un pincel, le dijo -“¡María cuánto habrás gastado!” -Josefa, solo te importa el dinero. Pero fíjate en la niña icómo ha cambiado! Además es mi dinero.

El tiempo fue pasando y la abuela no mejoraba y al final falleció.

Rosa, con solo 10 años, quiso volver con el abuelo. Era una excelente estudiante, y cuando se preparaba para entrar en la universidad falleció el abuelo. Decidió marcharse a la capital y le dijo a su tía que aquel pueblo estaba maldito y no aguantaba más. Al llegar a la capital cansada se sentó en un banco y un joven muy elegante y un poco chulo se sentó a su lado y le hablo con un tono burlón. Ella sin pensárselo le dio un bofetón y el joven se levantó. Ella se puso a llorar el joven se sentó de nuevo pidiéndole perdón. -“Señorita, lo tenía merecido. Debería haberme presentado. Me llamo Alfonso ¿y usted?” Yo Rosa. Él le pregunto, quizás tiene algún problema y yo pueda hacer algo por usted? Al escuchar su versión se estremeció. Le brindó su casa, y ella al verse perdida aceptó la propuesta. Al llegar la madre preguntó por esa joven tan hermosa y Alfonso le dijo que escuchara su triste historia. Marta la abrazó diciéndole que desde ese día iba a tener su propia familia. Y así comenzó su nueva vida. El tiempo pasó deprisa. Tuvo tiempo de terminar los estudios con la ayuda de Alfonso. Para el fin de curso se presentó el padre verdadero para su felicidad. Era lo único que le faltaba así término la historia todos felices y comieron perdices saludos para los lectores.

JOAQUINA SAMPER

## Reflexiones de Alquézar su Castillo y alrededores.

Alquézar en la comarca del Somontano, provincia de Huesca, comunidad de Aragón. Situado en la margen derecha del río Vero al pie de las sierras de Balzet y Alison, en su término el Parque Natural de la Sierra y los Cañones de Guara, uno de los principales refugios de flora y fauna de Europa, declarada Z E P A, de especial protección para las aves en la que habitan especialmente, quebrantahuesos, buitres, alimoches, halcones y milanos, y que hoy en día sigue alimentando el Gobierno de Aragón.

Se pueden visitar pinturas prehistóricas, como el ciervo levantino de chimiachas, y otras manifestaciones artísticas y etnológicas,

En el entorno del Parque hay varias alternativas para hacer deporte de Aventura; barranquismo descenso del Río se inicia en Lecina, espeleología, escalada, excursiones a pie por la conocida Ruta de las Pasarelas, con Caballo, o bicicleta.

Fue conquistado en 1067 por Sancho Ramírez les concedió fueros y privilegios en 1069 cuando levanto el sitio a los Sarracenos. En la Colegiata hoy día todavía se mantienen 6 Capiteles historiados románicos de la 1ª mitad del siglo XII d. c. con temas como la creación de Adán, la tentación de Eva y Adán en el paraíso, Caín y Abel, el diluvio universal o la historia de Abrahán entre otros.

Los muros del Claustro fueron decorados con pinturas al fresco que relatan escenas del Nuevo Testamento, un Monumento muy visitado obra del arquitecto Juan Segura, autor también de la Seo de Barbastro.

Santa María la Mayor, su planta un cuadrilátero irregular con columnas pareadas y Arcos de medio punto, bóvedas enervadas.

El casco urbano está declarado de bien de interés cultural por su trazado con interesantes muestras de arquitectura popular entre los que destacan portadas, blasones, aleros, balconadas, y fachadas de entre los siglos XV y XVIII.

Imágenes de Alquezar, Claustro y Pinturas, interior Santa María y vista de abajo, Claustro y jardín.



Una imagen vale más que mil palabras. Un saludo para todos.  
Socio nº 3227. Santiago Ramo Ferrer.

## CANTO A FRAGA

Es el Cinca quien riega sus tierras  
arranca de sus huertas frutas  
exquisitas  
amoroso besando sus plantas  
a la gran sultana, sultana del Cinca

Esta Fraga, mi vergel querido,  
eres ciudad grande puerta  
de Aragón  
y por eso con todos tus hijos  
cantamos  
tu canto con gran emoción

**Es nuestro canto a la jota  
que sale del corazón  
orgullo de nuestra tierra  
y nobleza de Aragón**

Fraga toda que bonita eres  
moderna y airosa, antigua y señora  
con tus viejas calles empinadas  
y tus populares, anchas avenidas

Somos pueblo  
que siempre ha sabido conservar  
muy puras nuestras tradiciones  
y allí están todas nuestras abuelas  
con sus medias blancas, faldas y  
mantones

**Es nuestro canto a la jota  
que sale del corazón  
orgullo de nuestra tierra  
y nobleza de Aragón**

Visitante que llegas a Fraga

duro te será olvidar

fácilmente el cariño y la gran acogida  
que en todo momento te brinda la  
gente

Todo aquel que ha nacido en Fraga  
la ama y la recuerda con mucho cariño  
aunque se halle por tierras lejanas  
guarda siempre Fraga sus sueños de  
niño

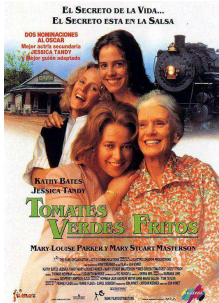
**Es nuestro canto a la jota  
que sale del corazón  
orgullo de nuestra tierra  
y nobleza de Aragón**

JOAQUINA CHINÉ LABELLA  
Socia 525



## LOS MARTES POR LA TARDE: CINE CON JULIO MORENO

- **Martes 17-9-19, 16:15 h: *Las chicas del calendario*** (Nigel Cole. Reino Unido, 2003. 108 min.). Un grupo de mujeres se atreven a hacer algo más que mermeladas para recaudar fondos con fines benéficos.



- **Martes 24-9-19, 16:15 h: *Tomates verdes fritos*** (Jon Avnet. EE. UU., 1991. 129 min.). Una historia de amistad y solidaridad entre mujeres.

- **Martes 1-10-19, 16:15 h: *El discurso del Rey*** (Tom Hooper. Reino Unido, 2010. 118 min.). Película histórica que cuenta como el padre de la actual reina de Inglaterra superó su tartamudez.



- **Martes 8-10-19, 16:15 h. *La ciudad no es para mí*** (Pedro Lazaga. España, 1966. 99 min.).

La inolvidable película de Paco Martínez Soria en la que el protagonista descubre que en la capital hay muchos más problemas que en su pueblo.

Antes de la película se pondrá el disco de *La ciudad no es para mí* (Agustín Valverde) que se hizo famoso en la radio en los años sesenta.



### 10ª CONVOCATORIA ACTIVIDADES ENVEJECIMIENTO ACTIVO I.A.S.S.

#### Promoción Autonomía y Prevención Dependencia

#### Actividades OCTUBRE 2019-MAYO 2020:

- ✚ **RECÍCLATE:** Repaso y refuerzo INFORMÁTICA. *Miércoles 9 a 11.*
- ✚ **MENS SANA IN CORPORE SANO:** Actividad dinámica, juegos en movimiento, música, memoria, risoterapia. *Lunes y viernes de 18.00 a 19.00*
- ✚ **3x1** (Yoga, espalda sana y estiramientos): *Miércoles y viernes de 10.45 a 11.45*
- ✚ **ENTRENAMIENTO DE LA MEMORIA:** *Lunes de 16.15 a 17.45*
- ✚ **GERONTOGIMNASIA :** *Lunes y jueves de 10.45 a 11.45hs*

#### PLAZO DE SOLICITUD: DEL 3 AL 16 DE SEPTIEMBRE 2019

**SORTEO ( si es necesario) 19 DE SEPTIEMBRE**

**LISTAS PROVISIONALES ADMITIDOS 26 DE SEPTIEMBRE**

**PAGO 27 SEPTIEMBRE AL 8 DE OCTUBRE- PRECIO CURSO AÑO: 25€**

**LISTAS DEFINITIVAS ADMITIDOS 14-16 DE OCTUBRE**

**COMIENZO DE LOS TALLERES A PARTIR DEL 21 DE OCTUBRE**

# BACHILLEREANDO

## BINGO

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

## CIBER@ULA:

Lunes a jueves 15:30 a 16:45 hs. Desde el 9 de septiembre

## TIANG GONG

Lunes a las 9.00 hs. desde el 16 sept.

## TALLER DE INGLÉS

Los miércoles de 10.00 a 12.00 desde el 18 de septiembre.

## BAILES EN LINEA

Los martes a partir de las 16.00 hs. Desde el día 10 de sept.

## LOS MAYORES TAMBIÉN LEEN

Los viernes de 16:30 a 18:00h. Comienzo a final de septiembre



## NUEVO TALLER DE SEVILLANAS

A partir del 14 de octubre, los lunes de 16.30 a 17.30

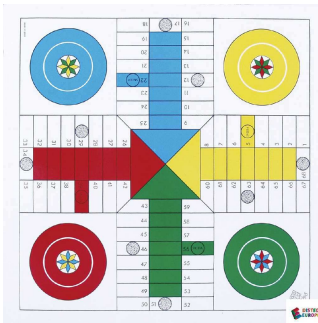


## TALLER DE MANUALIDADES

de Rufi Donoso, los Lunes de 16:00 a 18:00h. Inicio en Octubre

## TALLER BOLILLOS

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



## TALLER DE PUNTO Y COSTURA

de María Prieto, los jueves de 16:00-18:00h Inicio en Octubre

## TALLER AJEDREZ

miércoles de 18.00 a 19.00 hs. Inicio en Octubre

## CINE CON JULIO MORENO

Los martes a partir de las 16.15 hs. Desde el día 17 de sept.



## ENRÉDATE CON CRUZ ROJA FRAGA

### Taller de CHI-KUNG:

Martes de 9.30 a 10.30 del 17 de septiembre al 26 de noviembre.

### Taller de memoria:

del 4 al 25 de octubre, los viernes de 10 a 12.

## FIESTAS DEL PILAR

Se convocan CAMPEONATOS de guiñote, rabino, butifarra, ajedrez, billas, billar, parchís...

Inscripciones el 9 al 19 de septiembre. Inicio competiciones, a partir del día 20.

## La COMIDA DE HERMANDAD

será el día 10 de octubre. Apuntaremos a partir del día 19 de septiembre.