

El Valle de Lecrín

Feliz
2025

ENERO 2025
Aportación voluntaria 1,20€

Nº 346
4ª Época

Periódico mensual fundado en 1912 por don Rafael Ponce de León

FELIZ AÑO 2025
Estos son nuestros deseos para todos

AMOR

ÉXITO

SALUD

ABUNDANCIA

PAZ EN
EL
MUNDO

LIBERTAD

GRATITUD

SABIDURÍA

FÉ

ALEGRÍA

“Busca primero el reino de Dios y su justicia, y todas estas cosas te serán añadidas. Mateo 6:33”

CARPINTERÍA METÁLICA EN GENERAL
ESTRUCTURAS METÁLICAS
PUERTAS SECCIONALES
BARANDAS DE ACERO Y DE CRISTAL
ALUMINIO
PVC
MOSQUITERAS
ETC.

POLÍGONO LA MELITONA - Parcela 8, esquina calles 3 y 5 - 18657 NIGÜELAS (Granada)
info@forjavaldes.com - Tlf: 958 953 120 - 699 056 880 - www.forjavaldes.com

PERCRISAL 2014

FABRICA DE VENTANAS
PVC ALUMINIO
MAMPARAS DE BAÑO
MOSQUITERAS

ALUMINIO - PVC - CRISTALES - MALLORQUINAS - PERSIANAS
MAMPARAS DE BAÑO - MOSQUITERAS - CORTINAS - ESTORES
PUERTAS DE CALLE Y GARAJE - ROTURA PUENTE TÉRMICO

PERCRISAL 2014

www.percrisal.com
958 780 242 670 245 331

OFICINAS EXPOSICIÓN

Aluminio PVC
Puertas Seccionales
Cristalería

REHAU

P.I. El Romeral · Avda. El Romeral, 1 · 18650 DÚRCAL (Granada) · Tel. 958 780 242 · Mov. 617 348 512 · 670 245 331
www.percrisal.com · info@percrisal.com · percrisal 2014

VENDEMOS SU FINCA, CASA O CORTIJO CON RAPIDEZ Y SEGURIDAD LEGAL

TENEMOS AGENTES COLABORADORES EN INGLATERRA, FRANCIA, ALEMANIA Y HOLANDA

PUBLICAMOS SU PROPIEDAD HASTA EN 29 PORTALES INTERNACIONALES

SERVICIO LEGAL ESPECIALIZADO PARA REVISAR Y PONER EN ORDEN LA DOCUMENTACIÓN DE SU PROPIEDAD

NO EXIGIMOS COMPROMISO DE EXCLUSIVIDAD

NettValley.com

Dúrcal
C/Comandante Lázaro, 1-1A 665 163 141

COMICS PARA "PURETAS"



Moebius Obra Hermética

Por primera vez se recoge en un solo volumen toda la obra de Moebius en la mítica revista Métal Hurlant.

Moebius revolucionó todos los mecanismos narrativos del cómic a partir de los años setenta. Con «El Garaje Hermético», «Arzach», «El mayor Fatal» y varias decenas más de historias, cambió por completo el medio, redefinió irremisiblemente la fantasía y la ciencia ficción de nuestra era e influyó en varias generaciones de autores.

Esto es lo que (re)descubre este volumen, que reúne las páginas publicadas por Moebius, durante más de una década, en la época dorada de la revista Métal Hurlant.

Bar - Cafetería
SALÓN DEL MONTE
S.B.LA ESPERANZA
LOCAL SOCIAL

C/ San Juan, 11 - DÚRCAL (Granada)

Teléfonos útiles Municipios del Valle de Lecrín



PADUL

Alcalde

Celia Villena De Francisco

Teléfono del ayuntamiento:
958 79 00 12

Teléfono consultorio Padul:
958 77 95 37

VILLAMENA

Alcalde

Manuel Luis Vilchez

Teléfono del ayuntamiento:
958 78 03 01

DÚRCAL

Alcalde

Julio Prieto Machado

Teléfono del ayuntamiento:
958 78 00 13

Centro de salud:
958 77 95 53

Centro de salud

Tel. cita: 958 78 02 79

Centro de salud
Tel. urgencias: 902 50 50 61

NIGÜELAS

Alcaldesa

Olga Gómez Ortega

Teléfono del ayuntamiento:
958 77 76 36

LECRÍN

Alcalde

Pedro Titos Martos

Teléfono del ayuntamiento:
958 79 50 02

EL VALLE

Alcaldesa

Antonio Ruíz Garrido

Teléfono del ayuntamiento:
958 79 30 03

EL PINAR

Alcalde

Mª Mercedes Moreno Díaz

Teléfono del ayuntamiento:
958 79 31 01

ALBUÑUELAS

Alcalde

José Díaz Alcántara

Teléfono del ayuntamiento:
958 77 60 31

R GRUPO
R ECESTUR, S.L.

MÁS DE
200 ARTÍCULOS
EN REBAJAS

PLANTA DE
RECICLAJE
DÚRCAL

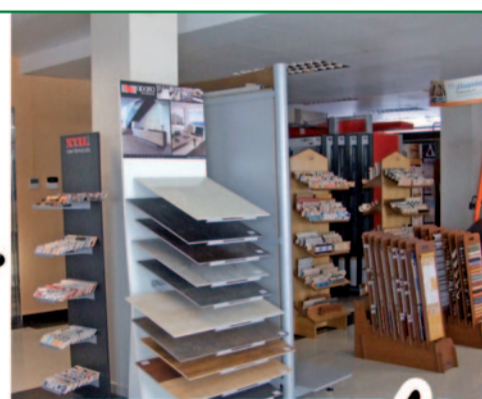


Planta de tratamiento de residuos
de construcción y demolición

Camino de la Sierra (junto a las Arenillas)

Tlf.: 958 780 243 - 678 617 211

DÚRCAL



**FERRETERÍA
DÚRCAL**



C/. Pilarillo, 5 - 18650 DÚRCAL (Granada) - Tlfno. Oficina: 958 78 02 43 - Fax: 958 78 21 54





Antonio Gil de Carrasco

- El mundo al revés - Recuerdos distorsionados: La cascada del río Genil

El verano agonizaba, y decidí llevar a Mari Luz, mi amiga farmacéutica, a descubrir la cascada del río Genil, al pie del emblemático Monte Campanario, en el corazón de Sierra Nevada. Le había hablado tanto de aquel lugar, del fulgor de los paisajes que enmarcaban el descenso tumultuoso de las aguas provocando un ruido atronador, que su entusiasmo era casi palpable.

Llegamos al Albergue Universitario poco antes del mediodía, embriagados por una alegría infantil. Aparcamos el coche bajo un cielo límpido, mientras el aire fresco acariciaba nuestros rostros. La ruta comenzaba junto al antiguo Albergue Militar, ahora solitario testigo de quienes se aventuraban a perderse en estas montañas. Tomamos una estrecha vereda que serpenteaba por la falda del Cerro del Trigo, prometiéndonos paisajes que el tiempo había guardado celosamente en mi memoria desde la infancia.

Aquel camino era una reliquia de mis días de niño, cuando la naturaleza parecía inmensa e invencible, y quise compartirlo con Mari Luz. Ella, mayor que yo, pero confiada en mis relatos, no ocultaba su expectación. Mientras caminábamos, le contaba historias de ese rincón mágico, donde las antiguas acequias susurraban con el murmullo de aguas heladas y cristalinas. Cada paso nos descubría un paisaje aún más majestuoso que el anterior, como si la naturaleza desplegara su obra maestra ante nuestros ojos.

El sendero, famoso entre



El tortuoso camino a la Cascada en Sierra Nevada, frecuentado por senderistas de todo el mundo como este intrépido japonés

los excursionistas, combinaba la rudeza del terreno con la recompensa de una belleza indómita. A lo lejos, los picos de Sierra Nevada, desnudos de nieve, se alzaban como centinelas, como si quisieran observarnos desde su imponente y majestuosa altura. Los aromas de tierra húmeda y hierba silvestre nos acompañaban, mientras el rumor del río Genil se insinuaba entre las rocas.

Sin embargo, el encanto del paisaje pronto dejó lugar al desafío. El camino se tornaba más escarpado, menos accesible para los caminantes casuales. Los senderos estrechos y empinados serpenteaban entre las rocas, y los arbustos espinosos nos rozaban las piernas.

Mari Luz, confiada en la comodidad de sus zapatos de medio tacón, comenzaba a tambalearse con cada piedra suelta. Yo, por mi parte, había confiado en unas plantillas ortopédicas que prometían aliviar mis dolores de espalda, pero con cada paso, el malestar se hacía más punzante. Mi andar se transformó en una torpe cojera, y las miradas de los senderistas que cruzábamos oscilaban entre la ironía y la compasión.

Lo peor estaba por llegar. Al avanzar por un sendero que bordeaba un barranco, la dificultad aumentaba exponencialmente. Nos detuvimos varias veces para recuperar el aliento y evitar caer en el abismo de rocas y maleza. Fue en ese momento cuando

Mari Luz, mirando el camino lleno de piedras sueltas y desnivelado, me fulminó con la mirada, como preguntándose cómo había tenido la desfachatez de llevarla por allí.

Mi esposa, María Ángeles, que nos seguía con una actitud más relajada y risueña, no podía evitar sonreír ante nuestra evidente des-

ventaja, observando con cierto tono de guasa el drama que se estaba desarrollando a su alrededor. Parecía que estaba disfrutando más del espectáculo que del paisaje.

Finalmente, llegamos a la cascada. Sin embargo, la visión que se desplegó ante nosotros fue un cruel contraste con los recuerdos que atesoraba. Aquella catarata majestuosa que, en mi niñez, parecía caer desde el cielo con un rugido atronador, era ahora apenas un tímido hilillo de agua, casi imperceptible en su murmullo. Las rocas, que antaño brillaban cubiertas de musgo esmeralda, estaban ahora secas y desoladas, mientras que los prados, que alguna vez vibraron con un verde intenso, se mostraban áridos y mustios bajo un sol implacable.

Mari Luz, exhausta y desconcertada, no lograba ocultar su desencanto. Sus ojos, cargados de un silencioso reproche, decían todo lo que las palabras no alcanzaban. Por su parte, María Ángeles, incapaz de contener la risa, convirtió aquel instante en un episodio tragicómico, una mezcla agri-dulce de hilaridad y nostalgia.

El paisaje que en mis recuerdos infantiles se extendía lleno de frescura y vida había cambiado radicalmente. El agua, que antes fluía con una abundancia casi mágica, ahora parecía haber sido devorada por años de sequías implaca-

bles y el calor abrasador. La vegetación, antaño exuberante, se mostraba ahora despojada de su esplendor, y el sonido del agua, que alguna vez fue una sinfonía vital, se había reducido a un eco lejano, un susurro ausente entre las rocas desnudas.

Fue entonces cuando comprendí, con un nudo en el pecho, que aquel rincón que recordaba con tanto cariño ya no era el mismo. El paso del tiempo, las huellas de la sequía y la intervención humana habían transformado la naturaleza que una vez me deslumbró. Me vi obligado a aceptar, con un toque de melancolía, que nuestras memorias, como espejismos, tienen la costumbre de embellecer lo que ya no es. La cascada, como tantas cosas en la vida, se había convertido en un reflejo del cambio inevitable, una lección silenciosa sobre el poder del tiempo y la fragilidad de lo que creemos eterno.

El regreso fue igualmente arduo. Mis pies clamaban descanso, y Mari Luz, con su calzado inadecuado, apenas avanzaba sin emitir algún quejido. Las bromas de María Ángeles aligeraban el ambiente, aunque solo queríamos volver a casa, alejarnos de aquella cascada que había dejado de ser gloriosa para convertirse en una lección inesperada.

En el camino de vuelta, aliviábamos nuestras penas con una comida exquisita en el Restaurante La Fabriquilla, en Güéjar Sierra, del que Mari Luz nos había hablado con entusiasmo. Sus elogios, por fortuna, no fueron exagerados; cada palabra suya resultó un fiel reflejo de la experiencia que allí vivimos. Los sabores que degustamos lograron devolvernos el ánimo y encender nuevamente la alegría con la que habíamos iniciado el día.

Al final, la cascada del Río Genil dejó de ser un lugar glorioso en nuestras mentes. Lo que comenzó como una promesa de belleza y aventura terminó siendo una lección sobre cómo el paso del tiempo y las expectativas pueden desvanecer la magia de los recuerdos. Aunque, quizás, lo más valioso de todo fue descubrir que la verdadera magia no estaba en el destino, sino en los compañeros de la travesía que, a pesar de todo, convirtieron aquel día en la maravillosa historia que acabo de contarles.



Los tres protagonistas de esta simpática historia, recordándola en casa de Mari Luz.

Rincón de la Poesía

Fina López Martínez

VILLANCICO SOLIDARIO

Es noche de amor y paz,
 Por compartir entre todos
 Lo poquito que tenemos.
 Lluve sobre nuestro pueblo
 Peladillas, leche y pan,
 Juguetes, turrón y buen vino,
 Para todos los vecinos,
 Que no lo pueden comprar.
 Pasemos felices fiestas
 Salud, alegría y amor,
 Ya llega la navidad,
 Ha nacido el niño dios.
 Que nuestros niños felices
 Cantando junto al portal,
 Aprendan a ser solidarios
 Ya pensar en los demás.
 Están bajando el camino
 Pastores y serafines,
 La estrella resplandeciente
 Esta alumbrando el portal,
 El niño, duerme tranquilo,
 Porque acaba de mamar.
 La virgen está encantada
 Es el primer niño que tiene
 Y lo acuna entre sus brazos
 Hace frío y cae nieve.
 Las ovejas están balando

Porque ha perdido el sendero
 Los camellos lucen blancos
 Entre los cactus y el hielo.
 Un ángel junto a una estrella
 Se han posado en el portal
 Bendito sea el rey de reyes
 Es tiempo de navidad.



CARTA DE LA DIRECTORA Fabienne Fortunio

Queridos lectores, colaboradores y empresarios de El Valle de Lecrín

Este último año nos ha dejado lecciones importantes, marcadas por desafíos y transformaciones a nivel global. En un mundo de tensiones y conflictos, es esencial recordar que la verdadera libertad no radica en actuar sin restricciones, sino en vivir conforme a principios que favorezcan el respeto, la dignidad y el bienestar de todos. La libertad auténtica se alcanza cuando nuestras acciones están guiadas por valores que promuevan el equilibrio y la justicia.

En este contexto, es fundamental tener presente que la convivencia no solo depende de las leyes humanas, sino de principios más profundos que nos invitan a actuar con responsabilidad, compasión y respeto hacia los demás. La lucha contra el antisemitismo y cualquier forma de discriminación es una parte esencial de este camino hacia una sociedad más equitativa y solidaria.

Al dar la bienvenida a un nuevo año, renovemos nuestro compromiso con la paz y el respeto mutuo, conscientes de que nuestras acciones repercuten en el bienestar colectivo.

Solo así podremos avanzar hacia un futuro en el que todos tengamos un lugar digno.

A nuestros fieles lectores, colaboradores y empresas de El Valle de Lecrín, les deseo un próspero y bendecido Año Nuevo. Que este nuevo ciclo traiga paz, salud y abundancia a sus vidas.



¡Gracias por ser parte de nuestra familia!

¡Nos entusiasma seguir acompañándolos en este 2025!



FELIZ AÑO 2025

El Valle De Lecrín

¡ NOVEDAD PARA LA CONSTRUCCIÓN !

BOVEDILLAS DE POLIESTIRENO EXPANDIDO

¡SOMOS
 FABRICANTES!



VENTAJAS DEL SISTEMA

- Reducción del peso del forjado.
- Aumento de los rendimientos.
- Mayor seguridad en la obra.
- Adaptable a cualquier forma del forjado.
- Mejora el fraguado del hormigón.
- Fácil aplicación del yeso.
- Gran poder aislante.
- Material autoextinguible.

Prefabricados

LECRIN

Ctra. GRANADA - MOTRIL km149
 18640 PADUL (GRANADA)
 Tlf: 958 790 201 Fax: 958 773 230
www.prefabricados-lecrin.com
lecrin@prefabricados-lecrin.com



Con profundo dolor, comunicamos el fallecimiento de

Juan Fernández Esturillo

- 15 de Diciembre de 2024 -

quien siempre vivió con amor y generosidad.
 Nuestro pésame a su esposa Elena Rodríguez
 Melguizo, sus hijos Juan Manuel, Diego y Elena

Y toda su familia.

Descansa en paz.

Evento Solidario en el Centro de Día de Dúrcal: Una Jornada en Favor de la Parroquia



Fina López

El pasado 8 de diciembre, Día de la Inmaculada Concepción, la escuela taller de Dúrcal se convirtió en el escenario de un evento lleno de solidaridad y alegría, cuyo objetivo principal fue recaudar fondos para los necesarios arreglos de la parroquia del pueblo. Organizado por Joaquín, el sacerdote de nuestra localidad, con la colaboración de voluntarios y catequistas, esta jornada reunió a vecinos y amigos en un ambiente festivo y comprometido.

El evento comenzó con una comida popular que consistió en un delicioso arroz preparado por el cocinero Agustín Fernández, quien, deleitó a todos los asistentes con un plato tradicional de arroz. La sobremesa fue amenizada por el grupo musical "Nuevo Ayer", quienes con su música logra-

ron que la tarde se llenara de ritmo y buen ambiente, haciendo que el evento fuera aún más especial.

Además, se llevó a cabo una rifa de numerosos regalos donados generosamente por los comercios locales, quienes se sumaron a esta noble causa y mostraron su apoyo a la parroquia. Gracias a la colaboración de todos, se recaudaron fondos importantes que contribuirán al arreglo de la parroquia de nuestro pueblo.

El evento fue una verdadera muestra de solidaridad, donde los vecinos de Dúrcal, se unieron para apoyar una causa común. No solo se trató de un día de diversión, sino de un gesto de cariño y responsabilidad hacia nuestra parroquia.

Desde aquí, queremos agradecer a todos los que participaron y colaboraron en la realización de este evento, haciendo posible que esta jornada solidaria fuera un éxito. Con el esfuerzo de todos, Dúrcal sigue demostrando que la unión hace la fuerza.

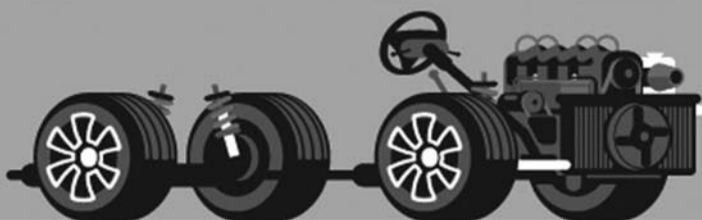
FELIZ NAVIDAD A TODOS



Imágenes del Evento Solidario.

AUTO FAMELSA ocasión
Passion for car

**¿No tienes tiempo de llevar tu coche a la ITV?
en AUTO FAMELSA ocasión TE LO LLEVAMOS**



DESPLAZAMIENTO

40€
IVA incluido

Teléfonos de contacto: 958 780 267 taller · 681 644 664 ventas

Servicios Sociales y Educación colaboran en la formación de futuros trabajadores/a.



Participantes en las charlas.

Tras contactar con Elena Megías, Concejala de Servicios Sociales de Dúrcal, quien nos facilitó el acceso a esta actividad, el pasado 15 de noviembre el alumnado de 1º y 2º del Ciclo Formativo de Grado Medio de Atención a Personas en Situación de Dependencia del IES La Laguna de Padul, asistió al Centro de Servicios Sociales Comunitarios de Valle de Lecrín-Ogijares (ubicado en Dúrcal) donde recibieron una

conferencia del Trabajador Social Juan Jose Serrano y de diferentes representantes de la Empresa de Ayuda a Domicilio SADUR, así como de un Técnico en Activo.

A primera hora del viernes, el alumnado acompañado de dos de sus docentes, fue recibido por Miguel Ángel Bueno, Director del Centro de Servicios Sociales, donde les dio la bienvenida y agradeció su presencia. Posteriormente, Juanjo expuso la estructura y

funcionamiento de los Servicios Sociales Comunitarios, habló de los equipos de atención primaria y los especializados y comentó cuál es el funcionamiento y la gestión del Servicio de Ayuda a Domicilio.

Tras su exposición, Carmen y Chondos de las fundadoras de la Empresa de Ayuda a Domicilio SADUR hicieron un recorrido de cómo se formó esta empresa y la esencia y valores de la misma. También intervino un Técnico en activo Dioni con numerosos años de experiencia en la profesión, quien mostró los pormenores de una profesión, que muchos de estos alumnos y alumnas podrán ejercer una vez finalizados sus estudios. Su impactante y maravilloso testimonio de como ejerce sus funciones y el cariño, esfuerzo y dedicación desinteresada que comparte con los usuarios, nos emocionó enormemente descubriéndonos esta profesión tan decisiva e importante para la dignidad de las personas.

La participación de estos profesionales con el alumnado es de especial importancia, ya que estos, puede identificar la realidad de lo aprendido en las clases teóricas en sus aulas, entendiendo el sentido de sus aprendizajes. Además, se les ha mostrado un modelo real de mujeres emprendedoras, ejemplo a seguir por su entusiasmo, constancia y resultados obtenidos. Este es un maravilloso ejemplo de colaboración de la comunidad para formar a futuros profesionales con una visión clara sobre lo que será su profesión si así lo deciden. Es por ello, que tanto el

alumnado del ciclo como el Departamento de Servicios Socioculturales y a la Comunidad del IES La Laguna, agradecemos enormemente la participación de estos profesionales por su atención, colaboración y buen hacer.

MAMEN DUEÑAS DUEÑAS
Profesora de Servicios Socioculturales y a la Comunidad IES "La Laguna"

JUANJO SERRANO RAMOS
Trabajador Social Servicios Sociales Comunitarios de Dúrcal



Club de Escritura Creativa de Dúrcal

Tema: La tercera edad «El reloj de la vida»

*Venimos a este mundo, con un reloj bajo el brazo.
¡Que alegre tic tac!
Nos aman, nos cuidan, nos preparan para volar.*

*Vienen nuestros hijos con su propio reloj.
¡Qué bonito tic tac!
Los amamos, los cuidamos, los preparamos para volar.*

*Ya nuestros padres, con su reloj un poco escacharrado,
por amor los cuidamos y los acompañamos en su último tic tac.
Dejan sus relojes que los encadenaban y por fin pueden, libres volar.*

*Ahora nos toca a nosotros coger el reloj en nuestras manos y mirarlo cara a cara,
ser conscientes que el círculo se va cerrando,
que cualquier momento puede ser nuestro final.*

*Por eso tenemos que amarnos, cuidarnos
y sobre todo atesorar las cosas más bellas que nos podamos llevar.
Cuando en nuestro último tic tac se rompa la cadena
y por fin libres podamos volar hasta el más allá.*

Maria C.M.



Curso de Amor Humano

El Perdón como Camino de Amor:

Una Charla de Susana Esturillo López

El Valle de Lecrín

Ofreció una experiencia profundamente transformadora, en la escuela de magisterio La Inmaculada, gracias a la charla impartida por Susana Esturillo López. En esta ocasión especial, Susana compartió escenario con dos pilares fundamentales de su vida: su hija Coral Morales y su madre Fina López. Juntas, tejieron un relato íntimo y poderoso sobre el perdón, un tema central para la sanación de las relaciones humanas y la construcción de un amor genuino.

El evento comenzó con un toque poético y conmovedor. Fina, la madre de Susana, abrió el acto recitando unos poemas sobre el perdón y el

El pasado encuentro del curso de Amor Humano, dirigido por los coordinadores Antonio Luis Martín (fue nuestro querido párroco en Dúrcal) y Ruth Castellano.

amor, llenos de sabiduría y ternura. Sus versos reflejaban cómo este acto esencial no solo libera a quien lo ofrece, sino que también construye puentes donde antes había muros.

La charla comenzó con una explicación clara y detallada de lo que significa el perdón. Susana destacó que perdonar no implica justificar acciones negativas ni olvidar el daño recibido, sino liberarse del peso del rencor y optar por la paz interior. Se enfatizó que el perdón es un proceso que puede llevar tiempo, pero que cuando se logra, transforma tanto al que perdona como a sus relaciones con los demás.

Se exploraron los componentes del perdón, incluyendo la empatía, la aceptación y la decisión consciente de dejar atrás el resentimiento. La charla invitó a los asistentes a reflexionar sobre sus propias experiencias y a considerar el perdón como una herramienta poderosa para sanar.

A lo largo de la charla,

se proyectaron fragmentos de tráilers de películas relacionadas con el perdón, que sirvieron como ejemplos visuales y emocionales.

También se presentó una sección dedicada a personajes famosos del ámbito de la política, la música y el deporte que han protagonizado historias de perdón.

En la parte final de la charla, Coral y Susana compartieron sus propias experiencias personales sobre el perdón. Coral relató un episodio difícil en su vida, donde tuvo que trabajar en perdonar a otros y a sí misma, subrayando la importancia del amor y la comunicación para sanar. Susana, por su parte, profundizó en cómo el perdón ha sido un eje central en su vida, transformando situaciones de conflicto en oportunidades de aprendizaje y crecimiento.

Estos testimonios, narrados desde el corazón, permitieron a los asistentes conectar con la humanidad del perdón y ver cómo este acto puede vivirse de manera concreta en el día a día.

El acto culminó de manera emotiva cuando Fina volvió a tomar la palabra para cerrar con unos poemas sobre el amor y el perdón. Sus versos, cálidos y llenos de esperanza, invitaron a los presentes a reflexionar sobre la importancia de elegir el amor por encima del resentimiento. El gesto de recitar poesía al inicio y al final del encuentro aportó un marco simbólico que unió las palabras, los testimonios y las emociones de la tarde.

La charla terminó con un

momento de unidad: madre, hija y nieta se tomaron de las manos y agradecieron mutuamente las lecciones de vida compartidas.

El curso de Amor Humano, bajo la guía de Antonio Luis Martín y Ruth Castellano, curso impartido los sábados durante dos años, ofreció una oportunidad única para profundizar en el perdón como un camino hacia el amor pleno. Susana Esturillo López recomienda encarecidamente el curso de Amor Humano como una experiencia transformadora para cualquier persona que desee profundizar en el conocimiento y práctica del amor en sus múltiples dimensiones: personal, familiar, y social. Según Susana, este curso es un espacio ideal para reflexionar sobre temas fundamentales como el perdón, la

comunicación, y la autenticidad en las relaciones humanas. Durante su charla, destacó cómo el curso, dirigido por Antonio Luis, no solo proporciona enseñanzas teóricas, sino que también invita a los asistentes a vivir estas lecciones a través de dinámicas, testimonios y ejercicios prácticos. "El curso de Amor Humano te ayuda a entender que el amor, en todas sus formas, es el motor que nos impulsa a superar las dificultades y a construir vínculos más auténticos y significativos," afirmó Susana.

Además, su experiencia personal compartida en el marco del curso es una muestra viva de cómo este programa puede inspirar a las personas a explorar sus emociones, sanar heridas y conectar más profundamente consigo mismas y con los demás.

Antonio Luis junto a la familia Esturillo os deseamos felices y bendecidas navidades a todo el pueblo de Dúrcal.



Antonio Luis Martín y Ruth Castellano.



Susana y Fina.

m á r m o l e s
EsturStone
Todo en piedra

Realizamos cualquier trabajo en piedra:
ENCIMERAS DE COCINA Y BAÑO, SOLERÍAS, VIERTEGUAS,
ESCALERAS, APLACADOS DE PARED, LÁPIDAS Y TODO EN
ACCESORIOS DE CEMENTERIO

MÁRMOL, GRANITOS Y COMPACTOS (SILESTONE, COMPAQ, QUARTZ...)

POLÍGONO PEÑABLANCA - C/Tinajuela 36 · Nigüelas (Granada)

Telfs: 958 193 518 - 699 919 956 - 690 080 577

marmolesesturstone@gmail.com

“No es sequía es saqueo”

Así titula Grace Livingstone el artículo publicado en el periódico The Guardian el pasado 23 de noviembre.

Grace se puso en contacto con la Plataforma en Defensa del Agua del Valle de Lecrín con motivo de una investigación que está llevando a cabo sobre los impactos de las embotelladoras de agua en los territorios que se instalan.

Rosa M. Fernández

En la primera entrevista que tuvimos pregunté a Grace por qué estaba interesada en hacer este tipo de artículo; a lo que respondió, que en un viaje a Uruguay donde tuvo una sequía y la ciudad capital, Montevideo, y la mitad de la población se quedaron sin agua potable (las autoridades comenzaron a mezclar agua de mar con el agua del grifo, haciéndola insegura para beber!). En este contexto, la gente no tuvo más opción que comprar agua embotellada. y hay una empresa que domina el mercado: Danone. Danone había comprado la embotelladora de agua uruguaya Salus y sus derechos para extraer agua de un manantial. Así que efectivamente los uruguayos no tuvieron más remedio que comprar agua embotellada a una empresa extranjera que la extraía de su propio territorio nacional.

Cuando Grace me preguntó si aquí nos veíamos obligados a comprar el agua, ingenuamente pensé “en España, en Europa no podía suceder como en Uruguay”.

Muy lejos de la realidad, porque esto está sucediendo en España.

Quedé impactada cuando leí el escenario que están viviendo en Girona.

Texto extraído del periódico británico The Guardian 23-11-2024 pgn. 25, artículo de Grace Livingstone. <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2024/nov/23/spanish-villages-people-forced-to-buy-back-own-drinking-water-drought-flood>

... “Hay seis plantas de agua en un radio de 10 millas, incluyendo una dirigida por Nestlé y otra por la multinacional francesa Danone. Bombean agua mineral del acuífero debajo de la cordillera del Montseny y la ponen en botellas de plástico para vender en España y en el extranjero. Cataluña tiene la mayor concentración de plantas que embotellan el agua en España; en toda la región 27 licencias de extracción han sido concedidas. “Hay más agua transportada a lo largo de las carreteras en los camiones que en nuestros arroyos, dice Rosita. ... Hoy, Roser cuida de su granja, que se extiende sobre terrazas cuesta abajo. “Solíamos alimentarnos durante todo el año. Cultivamos bró-

coli, frijoles, repollo, lechuga, tomates, papas, además de maíz y hierba para nuestras vacas lecheras. Ahora, es tan seco que apenas podemos cultivar nada,” dice, señalando las camas sin plantar, mientras deja que el suelo reseco de color arena corra entre sus dedos. “No creo que las empresas que embotellan agua sean el único problema, pero ¿por qué siguen tomando agua cuando se está acabando?”

...” Nil Papiol es el alcalde de Hostalric, una ciudad medieval de fortaleza amurallada en lo alto de las colinas. En una espaciosa sala del ayuntamiento, adornada con una bandera catalana roja y amarilla, coloca un mapa sobre una mesa. Señala que cuatro plantas embotelladoras están extrayendo agua junto a la fuente del río que abastece la ciudad. Cuando la sequía azotó la región el año pasado, el embalse de Hostalric se secó y el agua dejó de fluir de los grifos. Papiol, que es joven, con una barba bien recortada, elige sus palabras con cuidado.

“No puedo decir si la extracción de agua por parte de las empresas embotelladoras contribuyó a la escasez, pero creo que es vital que haya un estudio exhaustivo de los recursos hídricos regionales para evaluar los posibles impactos”. Aquí, también, muchos aldeanos no tenían más opción que beber agua embotellada, efectivamente comprando agua de sus propias fuentes locales. En febrero de 2024, las autoridades de Cataluña declararon una emergencia de sequía, habiendo sufrido 40 meses de lluvia por debajo del promedio. Esto significó que el 80% de la población de Cataluña, incluida la gente de Barcelona, enfrentó multas si usaban más de 200 litros al día para beber, lavar y limpiar. También se impusieron restricciones de agua a la agricultura y a la mayoría de las industrias, pero no se impusieron límites a las empresas embotelladoras.

Pep Camp vive al final de una calle empedrada por la puerta de entrada de piedra



Fotografía: Paola de Grenet/The Guardian

arqueada de . Él es el jefe de la asociación residents’. “puedo describir lo sorprendente que fue encender el grifo y no ver que saliera nada. No sabes lo valioso que es algo hasta que lo pierdes,” dice. “Algunas personas dicen que las empresas embotelladoras traen puestos de trabajo, pero tenemos que entender que el agua es un recurso escaso, podría agotarse...”

Es impactante ver las restricciones impuestas en tiempo de sequía extrema, como la que hemos sufrido en el último lustro, restricciones a la agricultura, restricciones al consumo municipal, pérdida en los aportes naturales, nacimientos secos... Restricciones que son lógicas y a las que nos debemos acostumbrar, pues el Agua cada día falta más.

Pero lo más impactante, es comprobar como las administraciones españolas, que se supone tienen el deber de velar por nuestros derechos y del medio ambiente, no han hecho ningún tipo de restricción a esta industria de las embotelladoras en las regiones que sufren una gran escasez de agua. Anteponiendo los intereses mercantiles de estos derechos mineros por encima de los demás derechos, ignorando la ley de aguas que dispone al consumo humano prioritario ante la agricultura o la industria, ignorando nuestra constitución e ignorando los derechos humanos.

No sólo no se hacen restricciones a estas embotellado-

ras, sino que se dan nuevas licencias sin exigir ningún estudio ambiental, incumpliendo la GICA, ley de Gestión Integrada de la Calidad Ambiental. Como estamos viendo con los nuevos proyectos de Aguas del Manar y Aquaterra, que podría afectar al arroyo del Alcázar de Cónchar y a las fuentes de la Laguna de Padul, como muestra el estudio hidrológico realizado por encargo de la Plataforma para la defensa del Agua y el Ayto. de Padul. O la ampliación de Danone en Lanjarón, que pretende empezar a explotar el agua subterránea con pozos de 350m. y que según fuente de la propia empresa de Danone, “la justificación es que hay menos agua disponible en los manantiales explotados, que tienen una concesión de 40 litros por segundo de los que se explotan una media de 20 litros por segundo”...

Granada es la segunda provincia, después de Girona, con más embotelladoras de España.

En Dúrcal hemos sido testigos como el pilar del Mono, por primera vez en su historia, perdía caudal desde 2021 hasta quedar completamente seco en 2023, coincidiendo con que Aquadeus comenzara a trabajar extrayendo agua del acuífero en 2019, sin ningún tipo de estudio ambiental.

Desde 2007 entre las peticiones, realizadas por la Plataforma en defensa del Agua del Valle de Lecrín al Ayto. de Dúrcal y más reciente-

mente también a la Mancomunidad y a cada uno de los municipios de nuestra comarca, están la protección y conservación de una red municipal de calidad y un estudio hidrológico con seguimiento continuado en el tiempo de nuestros recursos hídricos tanto en calidad como en cantidad. Pensamos que es esencial conocer y valorar nuestros recursos y que nuestras administraciones más cercanas, los Ayuntamientos, velen por su conservación y por un desarrollo económico sin proyectos dañinos y más proyectos respetuosos y sostenibles en el tiempo.

Dijeron que el pilar se atranca, dirán que es la sequía o que ya no se riega tanto a manta. Pero la triste realidad es que el agua quizá ya no vuelva a fluir por sus caños.

“No puedo decir si la extracción de agua por parte de las empresas embotelladoras contribuyó a la escasez, pero creo que es vital que haya un estudio exhaustivo de los recursos hídricos regionales para evaluar los posibles impactos.” Dice el alcalde de Hostalric.

No debemos ser meros espectadores del expolio y deterioro de nuestra comarca. Es tiempo de reaccionar y actuar. Estamos en la obligación, de preservar una comarca bella y fértil como ha sido durante siglos para todas las generaciones futuras.

Plataforma Para la defensa del agua, Valle de Lecrín.

La sociedad del cansancio y de la sospecha

Eduardo M. Ortega

Estimados amigos y ciudadanos no está lejos de nosotros lo que afirmó el filósofo Byung-Chul Han en cuanto a la sociedad del cansancio que atravesamos en estos tiempos modernos. De otro lado también habría que hablar de la sociedad de la sospecha, de la duda, la desconfianza, el error, la denuncia ¿Aquí cualquiera se levanta por la mañana a ver cuántas denuncias va a poner hoy? Se parece esto al patio de Monipodio de las novelas ejemplares de Cervantes, en concreto Rinconete y Cortadillo, donde se pagaban para dar unos coscorrónes o palos a cualquiera. Ahora en vez ello se envían denuncias, querellas, reclamaciones, comentarios periodísticos, órdagos de opiniones y contra opiniones, ojo con lo que dices en una red social, puede ser tu tumba o una trampa, si algún corifeo te malinterpreta, ojo al dato, lo que haga falta, para derrotar a ese otro alter ego, sea el enemigo político, empresarial, de carrera, que más da, o sea tu propio conyugue, etc... Y no es que no sea justo usar ese derecho, pero el



abuso del derecho, la exacerbación de la justicia, el judicializar todos los conflictos y todas las interacciones sociales en exceso, se parece más bien a un comportamiento egoico que raya en la neurosis maquillada de esquizofrenia, y que proyecta su ámbito de influencia a la sociedad en forma de cierta paranoia colectiva. Cuidado amigo, ¿Si hacienda te ve, tal vez sospecha, si un agente de la autoridad te para tal vez sospecha?, y así podemos ir al infinito ... Y luego los órganos políticos de supuesto control que gritan a modo de corifeo, en vez de preocuparse mas de mirar por la sociedad y sus necesidades reales, se miran el ombligo del partido, y eso sí se paren o crean tal cantidad de normas que ni Dios sabe la hora que es... Tras las normas,

los reglamentos, ordenes, resoluciones, circulares 1, 2, 3... ¿Ha servido todo ese maremágnum legislativo para mejorar de forma eficaz y eficiente por poner un ejemplo con el debido respeto, el problema reciente de la Dana? Parece ser que no, que tanto monaguillo alrededor del convento político y de la competencia, ha dado lugar a lo que escribía el poeta alemán Bertold Brech criticando a tanta jerarquía y cargo, en su obra poemas y canciones, doctrina y opinión de Galileo, que les invito a leer. Por favor, hay que simplificar la vida, y volver a los clásicos y a la sencillez de las cosas, y ojalá la sociedad cada día sea construida en medio de la responsabilidad y la confianza, y sobre todo el dolor, el honor, son respetables, pero no pueden tender al infinito cual número E, de ceros y denuncias, inacabables, ¿También en política, en la calle, en cualquier lado, el amor y la amistad, la confianza en el otro, son necesarias y posibles?



Dr. Justo E. Cabrera Iboleón

Hablamos de la Menopausia

Es un tema por el que somos consultados con frecuencia, ya que aunque natural, produce inquietud en la mujer

La menopausia es la época de la vida de una mujer en la cual deja de tener menstruaciones. Suele ocurrir de los 45 a los 55 años. La menopausia se produce porque los ovarios de la mujer dejan de producir unas hormonas, estrógeno y progesterona.

Se considera, que una mujer llega a la menopausia, cuando no tiene un período menstrual durante un año. Los cambios y los síntomas pueden empezar varios años antes.

La perimenopausia, es el término aceptado médicamente para referirse al tiempo anterior a la menopausia, comienza con cambios en el ciclo menstrual, los períodos son irregulares, pueden durar más o menos tiempo y ser más leves o más abundantes que de costumbre. Aunque estos cambios son naturales, es conveniente consultar si se tiene sangrado abundante, períodos muy cercanos entre sí, manchado o períodos que duran más de una semana.

Un síntoma frecuente y muy molesto son los sofocos o bochornos, se deben a cambios en los niveles de estrógenos, es una súbita sensación de calor, que puede incluir enrojecimiento

del rostro y cuello, manchas rojas en el pecho y brazos, y sudor seguido de escalofríos. Puede durar de 30 segundos a 10 minutos.

Durante la menopausia es frecuente padecer sequedad vaginal, lo que es molesto con las relaciones sexuales y puede producir infecciones vaginales y urinarias. Además, los músculos de la vejiga pueden debilitarse, lo que provoca pérdidas de orina al estornudar, toser, reír o correr. Es la temida incontinencia urinaria.

También es frecuente la aparición de insomnio, en relación con los bochornos.

Los cambios de humor, como la irritabilidad o la ansiedad, aparecen también con frecuencia. Estos síntomas pueden deberse a cambios en las hormonas o a factores vinculados al estilo de vida.

La falta de estrógenos puede producir disminución de la densidad ósea, llegando incluso a osteoporosis, que debilita los huesos con riesgo de fracturas.

En nuestro próximo número continuaremos hablando de la menopausia y del posible tratamiento de las molestias que ocasiona.

Feliz Navidad y lo mejor para el 2025.

Justo Enrique Cabrera Iboleón
Dúrcal Granada
Teléfono 663 379 593



Gloria Villena Reinoso
Colegiada nº 18/00-2064

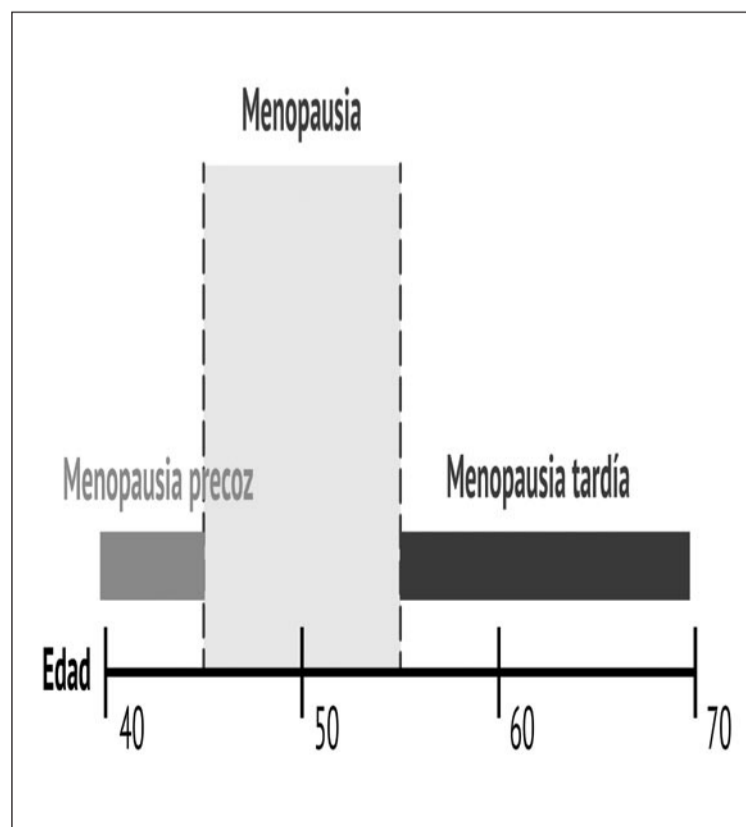
Clínica Dental

**ODONTOLOGÍA INTEGRAL
INFANTIL Y ADULTOS
ORTODONCIA
IMPLANTES**

**C/. Granada, 22 - Portal 1-1°C
Teléfono 958 78 80 08
TALARÁ - LECRÍN
(Granada)**

Grupo
Los Linos
Producimos Materias Primas Esenciales...
Comprometidos con el Progreso de Andalucía
...para el Desarrollo y el Progreso de la Sociedad

C/. Aguadero, s/n.
Telf 958 79 01 26
Fax 958 79 60 30
18640 EL PADUL (Granada)
www.loslinos.es
aridos@loslinos.es



Pádel, el deporte de moda, también en El Padul



José Antonio Morales

Desde que en 1969, Enrique Corcuera adaptara un terreno de su finca en México colocando paredes en los fondos y laterales, la afición por el pádel no ha parado de crecer, pasando a tener más de sesenta federaciones nacionales repartidas por todo el globo terráqueo. En España es ya el segundo deporte más practicado después del fútbol.

Como no podía ser de otra manera, en el Valle de Lecrín

“En el pádel, la empatía es fundamental, si no trato de que aprenda el que está enfrente, no voy a aprender yo, porque dependo de él”.

coles por la tarde, dos son de niños y dos de adultos. Las primeras horas de la tarde son para los más pequeños con Sergi al frente, y después llega el polifacético empresario dueño de la marca de ropa por internet “Chabelá”, Chema Victoria Rejón, también entrenador de la empresa Sigespport, con los grupos de adultos. Este paduleño es licenciado

afirma que a nivel técnico “no todo el mundo tiene la misma facilidad para aprender.

Según su experiencia, “la técnica es la clave en este deporte, y en los demás, ya que es lo que hace tener éxito y continuidad en la práctica. En el proceso de aprendizaje de cualquier gesto técnico, ya sea el remate, la dejada, los saques, o golpes de defensa

dose entre ellos en la mejora del gesto deportivo que trabajan cada día. En su forma de trabajo, es el entrenador quien comienza explicando el ejercicio, y, mientras es realizado por los jugadores, aporta el feedback necesario realizando los aciertos y corrigiendo de manera positiva los posibles errores. Conseguir que el alumnado sea consciente de

desde adolescentes hasta jugadores máster 50. Hay algunos jugadores con más experiencia, pero la mayoría han comenzado en este último curso. Un aspecto que llama la atención es que el grupo es muy representativo de la riqueza que ha tomado El Padul en estos últimos años, con vecinos procedentes de toda la geografía nacional y también de otros países de distintos continentes, aportando cada cual su cultura, y, según comentan, también los ricos dulces de Esther Martín, una chica muy competitiva, que trae de Aracena cuando visita a su familia.

Para el alumnado hay diferentes motivaciones a la hora de escoger este deporte. La mayoría buscan mejorar y disfrutar como amateur, aunque también hay quien pondrá el nombre del Padul en la élite del pádel. Según María José, “la liberación de endorfinas durante el ejercicio físico ayuda a mejorar el estado de ánimo”. A Manuel Villanueva le llama el pádel por “la energía, el compañerismo y la diversión...”. Para Juan Manuel Martos, otro joven estudiante, que le gustaría ser profesional en el futuro, le atrae porque le sirve para desconectar de sus estudios. Josemi lo ve como una faceta novedosa que “rompe con la monotonía del día a día”. Conocer gente nueva es otro potencial que destaca David Navarro. También es un espacio de participación familiar, ahí está Diego Maldonado, otro joven que promete, con su madre, Gracia, y su tita, Coqué, disfrutando juntos de su deporte favorito. Además, el polideportivo se ha convertido en un lugar donde se optimiza el tiempo, compartiéndolo madres/padres e hijas/os, unos en un deporte y los progenitores en otro, como es el caso de Tere, ya veterana en la escuela.

A Marisol Gómez le gustan mucho los remates, y le atrae el buen ambiente, como al resto, que también buscan una mejora de la salud física, disfrutando a la vez que renuevan su potencial. El grupo de jugadores de pádel adultos del Padul desea que cualquier persona se anime, porque es un deporte muy completo, accesible y divertido, que mejora la agilidad, el estado de ánimo y la vida social, “nos lo pasamos genial” afirman.



Los entusiastas aficionados al pádel de Padul.

también tenemos nuestras pistas de pádel repartidas por toda la comarca, unas privadas y otras públicas. En El Padul, se jugaba a este deporte en unas instalaciones privadas, y, desde hace cuatro años en el polideportivo, donde existen unas instalaciones de primera categoría, con dos pistas en las que se practica el pádel aprendiendo en la Escuela Municipal, y también reservando las pistas de forma privada a un precio popular, para jugar los cuatro participantes, dos por equipo.

Dentro de la escuela municipal de pádel, hay varios grupos, jugando los lunes y miér-

por la Universidad de Granada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Dentro de estos grupos, hay deportistas que ya han practicado pádel durante años, y también los hay que empiezan, buscando la práctica deportiva de esta disciplina tan completa.

Según Chema, este deporte es muy atractivo debido a sus características técnicas y reglamentarias, además de su carácter integrador, llamando a más gente, lo que hace que sea “más fácil encontrar jugadores de tu mismo nivel”. En cuanto a su aprendizaje técnico, el entrenador de adultos

es importante no solo el qué, sino el cómo, por ello es importante trabajar desde la base, para que cada uno vaya aprendiendo a su ritmo, de manera progresiva, tomando sensaciones y cogiendo confianza”.

Uno de los aspectos menos atractivos de este deporte es precisamente aprender técnica de forma analítica, sin jugar, esto lo tiene presente Chema en lo que él llama metodología activa de enseñanza partiendo del trabajo analítico al global, buscando la participación de todo el alumnado, haciendo que unos colaboren con otros de manera empática, ayudán-

que el trabajo de técnica se traslada al juego real es muy importante es una cuestión fundamental para el licenciado en deporte: “que cuando se da una situación en un partido, sepas resolverlo con la técnica que has adquirido”, afirma.

Chema está contento con el grupo, porque ha observado actitudes muy positivas, como empatía entre el alumnado, generando muy buen ambiente, inquietud por aprender, sin dejar de lado la competitividad cuando se produce el enfrentamiento, donde cada cual da lo mejor de sí mismo para ganar.

El grupo es bastante variopinto, con hombres y mujeres

El club de montaña “La Silleta del Padul”



Isidoro Villena Villena

Este club se fundó el cuatro de Diciembre de año 2.008 y la brillante

idea fue de debido a la inquietud de muchas personas del Padul por conocer y disfrutar del entorno del lugar que nos ofrece el Valle de Lecrín y la provincia de Granada. Entre los socios fundadores estaban Andrés Rejón y Julio Perea

Y podemos decir que durante un tiempo se juntaban todos los paduleños y personas de otros pueblos y así durante hasta que se nombró una directiva que era presidida por Andrés Rejón. Así, el 4 de Diciembre se formalizo el club nombrando una directiva con Presidente vicepresidente, secretario y tesorero y también había 4 vocales.

Se crearon unos estatutos con los cuales se regulaba la fundación oficial de nuestro Club. La directiva se reunía todos los meses, una vez, para organizar las actividades que se programaban.. Así, todos los meses se convocaba a los socios para exponerles las propuestas de la directiva. Así, en esta asamblea se discutían todas propuesta de la directiva, una se aceptaban

y otras se discutían en función del tipo de propuestas y de los interés del club.

Cada cuatro años se convocan elecciones para renovar la directiva, aquí se puede dar el caso de que nadie salga elegido y por consiguiente se le prorroga la dirección a la misma directiva y por otros cuatro años. También se puede dar el caso de que no haya ninguna candidatura y tengan que continuar los mismos directivos, o que se llegue a un acuerdo de que sigan los mismos, pero ya sería por menos tiempo, se hablaba de dos años más.

Todos los viernes de año nos reunimos todos en la Sede para compartir ideas, echar unas cervezas y aquí vamos exponiendo los nombres de los lugares a los que nos gustaría visitar, dándose el caso de que se aporta nombres de lugares dentro y de fuera del padul como por ejemplo tenemos que en muchas ocasiones se acuerda salir de los límites de nuestro pueblo y de la provincia yendo a otros lugares como la Tiñosa de Córdoba o visitar los picos más altos de cada provincia andaluza y este reto de los picos andaluces termino el diez de Noviembre en la Maroma en Málaga.

Es normal, que en la comida que hacemos en las navidades se hagan nombramientos honoríficos a socios que destacaron por su aportación de ideas e incluso se han lle-

gado a hacer nombramientos a los socios más veteranos del club.

En la actualidad somos 62 los socios inscritos como tales, con un grupo de 24 mujeres y 38 hombres que llega a abrir en ocasiones discusiones sobre los lugares a elegir dándose el caso de que en algunas veces llevan ellas la razón y nosotros estamos equivocados.

En todas las asociaciones y clubes se suelen poner unas módicas cantidades de dinero que se pueden usar para mantenimiento del mismo, como pagos de seguros, compra de productos necesarios, pagar autobuses para desplazamientos y siempre pretendemos que haya una cantidad para imprevistos.



En las fotos que adjuntamos aparecen el grupo posando.

En la actualidad la directiva está formada por: Antonio Zaragoza- Presidente, Vicepresidente Joaquín Arias,

Secretaria Ana belén melgarejo y de tesorero a José Manuel Pérez y cuatro vocales, dos mujeres y dos hombres

Talleres Casares

peugeotdurcal@gmail.com Tlf: 958781228



MÁS VALIOSO PROFESIONAL DEL TALLER 2021



ANTONIO JAVIER CASARES

CAMPEÓN

Barriada de Marchena, s/n · 18650 DÚRCAL (Granada) · Tfno.: 958 781 228 Fax: 958 782 242

peugeotdurcal@gmail.com

Percrisal cierra el año reuniendo a su equipo en un almuerzo de empresa



Tener grandes profesionales es fundamental para que tu negocio funcione
El Equipo Percrisal



ESPECIALISTAS EXPERTOS

VA de luxe
PERMANENT MAKEUP

Micropigmentación · Extensiones Pestañas · Laminado Cejas
Pestañas · Maquillaje Permanente en Labios Cejas y Sobra de Ojos

C/ Mulhacén, 3 · GRANADA
Tlf.: 613 979 267



CAFÉ-BAR

SANTUARIO

Feliz Año 2025

C/ Salvador Dalí, 14
DÚRCAL
678 01 61 61



La Feria de Muestras del Padul cumple 25 años

Isidoro Villena

En esta vida todo cumple años, temporadas o aniversarios, pero lo importante es estar aquí para poderlos cumplir. Todos deseábamos que llegara para poder degustar esas cantidades de buenos productos que nos exponen. Vienen de muy diversos lugares de nuestra provincia, de Málaga Córdoba, las alpujarras y otros lugares de nuestra Andalucía. El Viernes, Sábado y Domingo son los días elegidos para celebrarla.

Como viene siendo normal, se recibe al público en la entrada de la Karpa, que a decir mi verdad, ha sido una de las buenas construcciones

que se han realizado en Padul, ya que tanto necesidad teníamos porque por lo normal, cuando llegaba la fecha de la Feria nos sentábamos al fresco y terminábamos helados de frío y la feria se acababa muy pronto, pero desde entonces, ...vengan ferias, de lo que sea, que tenemos nuestra Karpa y música, bebidas comidas, bailes etc y cualquier tipo de celebración. Chapó, todo a cubierto, y por supuesto ahí tenemos la Nave Feve por si fuera poco.

Pero volviendo a nuestra feria de muestras tenemos que comenza diciendo que ha ido creciendo y desde que Joaquín Cinit, siendo concejal, tuvo la feliz idea de exponer al

público nuestros ricos productos y como referente "los vinos". Nuestro pueblo pasó de una cultura vitivinícola llamada el Mosto a ser un pueblo en donde se cultivan y se producen muy buenos mostos que se pueden degustar en el lugar más visitado por visitantes y nativos. La Asociación de los vinos, de la que también soy socio ha conseguido producir en Padul unos caldos de mucha calidad y que son buscados por la mayoría de los visitantes. Tenemos vinos de todos los colores y cepas, vinos que en los lugares a los que han ido a participar en "Catas" han destacado. Pero también hemos de decir que en nuestra asociación también

tenemos socios venidos de otros lugares y también hacen vinos de mucha calidad. Podemos decir que tal vez estos sean el mayor reclamo para que nos visiten más personas.

En mis paseos para ver esta preciosidad de feria he observado todos los puestos que hay dentro, muchos de ellos son vendedores de productos dulces, ropas, vinos como el de Malegro, cafés de Encarni, Savador y Paco, esa familia que todos los años vienen desde Córdoba con sus productos del Cueros, yo todos los años les compro una correa o cinturón y así digo que tengo bastantes de ellos." Mi mujer no lo sabe". Hoy tam-

bién estaba la Asociación Vale, con esa maravillosa labor que llevan a cabo, impresionante. También es ya habitual encontrarse con el vendedor de lotería de Navidad, está claro que aquí cabemos todos.

Es digno de admiración como la cofradía de la Borriquilla se encuentra metida en todos los Saraos con nuestro amigo Andrés Rejón al frente, yo sobre esto pienso que nuestro amigo tiene esta costumbre y que la lleva en las venas y si algún año no hiciera algo, se sentiría incómodo.

Así, pues, todo lo que se pueda hacer por una buena causa está más que justificada. Por otro lado es digno de admirar a nuestros paisanos

Francis y Quini que año tras año están ahí, al pie de cañón con sus buenos y ricos productos y también escribimos sobre de la familia Parejo que participó en la Fiesta de la Matanza y ahí siguen al pie del cañón. Para el próximo año ahí os esperamos a todos.



Apícola del Valle presentando sus productos.



Restaurante MASCARÓN

ESPECIALIDAD EN ARROCES Y ASADOS

José Antonio Morales

Comandante Lázaro, 54
18650 DÚRCAL (Granada)

Síguenos en  

Tlf.: 677 16 55 65





CAÑADAS DEL PARQUE
COMPLEJO RESIDENCIAL



CONSTRUYA SU VIVIENDA EN UN LUGAR PRIVILEGIADO

Venta de parcelas a partir de 650 m² a precios excepcionales



POR SU SITUACIÓN
Con acceso directo a Autovía
A 10 minutos de Granada
25 minutos de la Costa
50 minutos de Sierra Nevada



POR SUS SERVICIOS
Amplias zonas verdes
Campo de Fútbol
Pistas de Tenis



POR SUS COMODIDADES
Junto al Club de Golf Santa Clara
y el Colegio Internacional de Granada



POR SU AIRE PURO
Junto al Parque Natural
de Sierra Nevada

+ info | 649 811 999
www.residencialcañadasdelparque.com

PARAVISA

DIGITAL

FIBRA ÓPTICA - TELEVISIÓN - INTERNET - FUJO - MÓVIL



Pastelería
Tartas de frutas
Merengues
Bollería
Semifríos
Helados

Avda. Andalucía, s/n (esquina Avda. de los Descubrimientos)
Tel. 958 77 40 53 - 18640 PADUL (Granada)



LUDOTECA

BOLILOKY

Parque Infantil

Avda. Andalucía, 289
PADUL (Granada)
695 86 95 95





Pastelería Heladería

Desde 1980

Elaboración propia

C/ Rocío Dúrcal, 16 · Telf.: 958 78 08 02
DÚRCAL (Granada)



Presentación del libro "Desvelando Secretos"

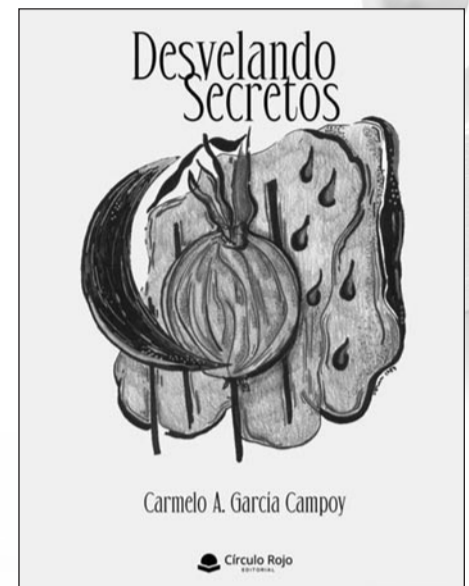


Isidoro Villena

El pasado 22 de noviembre se presentó en El Padul el último libro de nuestro colaborador Carmelo A. García Campoy. En este caso no fue sobre Historia, temática a la que nos tiene acostumbrados, sino que el libro es un poema-

rio recopilatorio de los últimos 30 años. Estuvo arropado por un buen número de vecinos y familiares, donde explicó cómo se confeccionó el libro y por qué de su afición a la escritura. Durante el acto llegó a leer hasta 15 poemas donde hizo que el público interactuara para ver las diferentes visiones

sobre el escrito, haciendo mucho más dinámica la velada. El título del libro, "Desvelando Secretos", hace referencia a que en la mayoría de sus poemas veremos el desenlace al final, el secreto, invitando a volver a leerlos para comprender un poco más sobre lo que se escribe. Dividido en varias secciones, como la afectividad, la empa-



tía, el surrealismo, la nostalgia, la amistad, la soledad y la intensidad, invita a vivir emociones cotidianas reflejándose el lector dentro de los propios versos. Se leyeron relatos muy intensos sobre problemas como las drogas, la soledad o el amor. Especiales momentos se vivieron con la lectura de los poemas dedicados a García Lorca y Miguel Hernández, llegando a crearse un coloquio muy interesante. Veremos poe-

mas con una métrica clásica y otros de estilo libre y desenfadado, siendo historias no necesariamente vividas por el autor, sino percepciones del entorno y contadas por terceras personas. Animaos y hacedros con uno porque no os dejará indiferentes. Se puede adquirir en Librería Cervantes y Kiosco Reque de El Padul, así como en Casa del Libro, el Corte Inglés, Fnac, Agapea o Amazon.

Mecánicos Solidarios

Antonio Javier Casares

Tras el devastador desastre que afectó a Valencia, el compromiso y la solidaridad no tardaron en hacerse presentes. Talleres Casares, con la presencia de Antonio Javier Casares, se sumó a los esfuerzos para ayudar a los damnificados. Un equipo de quince mecánicos provenientes de distintas partes de España se desplazó hasta la zona cero con un objetivo claro: devolver la movilidad a quienes la habían perdido.

En un entorno marcado por la destrucción y el caos, estos profesionales se pusieron manos a la obra, reparando coches dañados por el desastre y poniéndolos en funcionamiento. "La situación era desoladora, parecía una guerra", comentó Antonio Javier Casares al describir la magnitud del daño.

La iniciativa operó de manera organizada mediante una aplicación móvil que permitía a los afectados enviar avisos con sus necesidades. A partir de estas solicitudes, los mecánicos se desplazaban hasta los puntos indicados para ofrecer su ayuda. Este sistema permitió atender rápidamente a quienes más lo necesitaban.

El esfuerzo de estos

mecánicos solidarios ha sido una luz de esperanza en un escenario catastrófico. Su dedicación y altruismo no solo devolvieron funcionalidad a los vehículos, sino que también llevaron consuelo y apoyo a las familias afectadas. Una muestra clara de cómo la solidaridad y el trabajo en equipo pueden transformar una tragedia en una oportunidad para reconstruir y avanzar.

La solidaridad se hace patente cuando ocurre una desgracia.



Las causas económicas y sociales detrás de la subida de los precios del alquiler en España



**G a b r i e l
P a d i a l**

En los últimos años, el mercado de alquiler de viviendas en España ha experimentado un incremento alarmante de los precios, afectando principalmente a las grandes ciudades, pero también a muchas localidades de tamaño medio. Esta subida nos ha llevado a preocuparnos por las causas que la motivan, que abarcan factores económicos, sociales y políticos que se entrelazan de forma compleja.

1. Escasez de oferta frente a una demanda creciente

Una de las principales razones del aumento de los precios del alquiler es la falta de oferta. En muchas localidades, la construcción de nuevas viviendas ha sido insuficiente para satisfacer una demanda cada vez mayor, especialmente después de la anterior crisis, con el parón de la construcción. Esto se debe a varias razones: la escasez de suelo urbano, la falta de incentivos para la construcción de viviendas asequibles y la especulación inmobiliaria. Además, muchos propietarios prefieren alquilar sus propiedades a corto plazo a través de plataformas como Airbnb y Booking, lo que reduce aún más la disponibilidad de viviendas en alquiler tradicional.

El crecimiento de la población, impulsado por la inmigración y la mayor movilidad de los jóvenes que buscan independencia, también ha aumentado la demanda de viviendas. Este desajuste entre oferta y demanda ha generado un entorno en el que los precios tienden a subir, especialmente en las localidades de la costa y en las grandes ciudades. En los municipios del Valle de Lecrín los precios han subido por efecto de la escasez de oferta, pero en menor medida por causa de las viviendas turísticas.

2. La influencia de los fondos de inversión inmobiliarios

La entrada de fondos de inversión inmobiliarios en el mercado español también ha tenido un impacto significativo. Estos fondos han adquirido grandes cantidades de viviendas para destinarlas al alquiler, lo que ha contribuido a la concentración del mercado en manos de unos pocos grandes actores. Al tratarse de inversores cuyo objetivo es obtener rentabilidad, no dudan en subir los precios de los alquileres para maximizar sus beneficios, a menudo sin tener en cuenta las

necesidades de los inquilinos.

En este sentido, algunos expertos señalan que la falta de regulación del alquiler y las políticas de incentivos a la inversión en vivienda han facilitado la intervención de estos fondos, que prefieren mantener los precios elevados en lugar de promover la estabilización del mercado, ya que no es su cometido, sino que es responsabilidad del Gobierno.

3. La inflación y el coste de la vida

La inflación es otro factor determinante. Los precios de los suministros, materiales de construcción y salarios han subido en los últimos años, lo que ha repercutido directamente en los alquileres. Además, el coste de la vida en general ha aumentado, lo que también ha influido en la demanda de vivienda. Muchas personas, especialmente los jóvenes, se ven obligadas a recurrir al alquiler debido a que los precios de la vivienda en propiedad son inalcanzables; sin embargo, muchas veces se encuentran con el hecho de que, de igual manera, los alquileres alcanzan cifras inalcanzables.

El aumento de los costes de la energía y los servicios también ha incrementado los gastos de los arrendadores, quienes, en muchos casos, trasladan esos incrementos a los inquilinos. Las subidas de la luz y el gas, junto con el incremento de los tipos de interés, también afectan a la capacidad de los inquilinos

para hacer frente al coste total del alquiler. Espero que la reducción de los tipos de interés del 12/12 mejore el mercado.

4. Políticas públicas ineficaces y falta de regulación

Aunque el gobierno ha intentado implementar políticas para frenar la subida de los precios del alquiler, como el control de los precios en algunas zonas o los intentos de promoción de la vivienda protegida, la falta de una legislación clara y uniforme ha permitido o provocado que los precios sigan aumentando. Las leyes de arrendamiento actuales desincentivan la puesta de viviendas en arrendamiento, ya que el exceso de derechos para inquilinos no incentiva la puesta de viviendas de alquiler en el mercado, sino todo lo contrario, ya que consigue el efecto contrario al pretendido, provocando un incremento de los precios.

Además, las políticas de vivienda en España han carecido históricamente de continuidad, lo que ha generado una falta de confianza en los ciudadanos. Los incentivos para la construcción de vivienda pública son limitados, y las ayudas al alquiler no siempre son suficientes para cubrir la creciente demanda, lo que deja a muchos inquilinos en una situación de vulnerabilidad.

La delegación de competencias en las comunidades autónomas ha provocado también una escasez de recursos para incentivar la vivienda en

alquiler y una regularización heterogénea e insegura.

5. El papel de la urbanización y el cambio en los hábitos de consumo

El fenómeno de la urbanización, que no es un hecho reciente, pero también ha tenido un impacto directo en la subida de los alquileres. A medida que más personas se trasladan a las grandes ciudades en busca de mejores oportunidades laborales, académicas y de ocio, la competencia por el espacio habitable se incrementa. Esto se ha intensificado con el teletrabajo, que ha permitido que más personas se muden a áreas urbanas, aumentando la demanda de alquileres.

Además, los hábitos de consumo también han cambiado. Las nuevas generaciones, en su mayoría con mayor formación académica, buscan vivir en zonas céntricas que les ofrezcan no solo acceso a empleos, sino también una calidad de vida superior, con mejores servicios y comunicaciones. Esto ha elevado la demanda en determinadas zonas, lo que ha presionado al alza los precios.

6. La evolución del mercado inmobiliario global

Por último, el mercado inmobiliario en España no está aislado; está influenciado por tendencias globales. La inversión internacional en bienes raíces, especialmente en ciudades costeras y también como Madrid y Barcelona, ha incrementado la presión sobre

el mercado local. Los inversores extranjeros buscan rentabilidades más altas en mercados como el español debido a los tipos de interés bajos en otras partes del mundo y a la estabilidad percibida de la economía española. Esto, aunque beneficia a algunos sectores, ha contribuido a la inflación de los precios de alquiler, excluyendo a muchos ciudadanos de la posibilidad de acceder a una vivienda digna.

7. Los cambios de tendencia después de la pandemia

Si en nuestra comarca del Valle de Lecrín habíamos estado más o menos a salvo de los incrementos significativos de los precios del alquiler, nos hemos encontrado con el cambio de tendencia de los usuarios de vivienda, que después de la pandemia, han convertido a las zonas rurales en áreas especialmente deseables para vivir, por su calidad de vida, tranquilidad, menor contaminación y concentración urbana. De manera que en los últimos pocos años la tendencia de los precios del alquiler en nuestra zona se ha subido al carro del aumento de precios.

Conclusión: Un desafío complejo

En resumen, la subida de los precios del alquiler en España es el resultado de un complejo conjunto de factores económicos, sociales y políticos. La escasez de oferta, la intervención de fondos de inversión, el aumento del coste de la vida, la falta de políticas públicas eficaces y el fenómeno de la urbanización son solo algunos de los elementos que están alimentando esta tendencia. A medida que más ciudadanos se ven afectados por esta situación, será fundamental que el gobierno, las instituciones y la sociedad en general busquen soluciones innovadoras para garantizar que el acceso a la vivienda sea una realidad para todos. La liberalización del mercado de la vivienda y una cierta desregulación del alquiler parecen ser una solución razonable. Otra tendencia, motivada por este problema es el aumento de demanda de compra de viviendas usadas, lo que empuja igualmente los precios de estas viviendas a precios en máximos históricos.



Una vivienda en el Valle de Lecrín.



José Antonio Jiménez Puertas

La influencia de España en la Navidad del mundo

Las tradiciones navideñas españolas han tenido un impacto duradero en países no hispanohablantes, adaptándose y mezclándose con culturas locales. Desde el simbolismo religioso hasta la comida y las decoraciones, estas costumbres reflejan la universalidad del espíritu navideño y la capacidad de la cultura española para integrarse y enriquecer celebraciones en todo el mundo.

Un gran amigo que ya celebra la Navidad en el cielo, hombre muy culto, maestro de escuela, decía que los españoles del siglo XX habíamos nacido cansados, ¡¡¡ cansados de viajar !!!, pues en los 4 siglos anteriores España había dominado el mundo, y sus habitantes habían viajado mucho, y de paso expandido nuestra cultura por todo el globo.

A veces se piensa que la cultura española solo esta presente en la América latina, o la América española como a mí me gusta llamar. Sin embargo, estamos presentes en muchos más lugares, a pesar de que algunos españoles piensan que todo lo que viene de fuera es mejor.

Os dejo algunos ejemplos:

1. Pesebres o Nacimientos

En Filipinas, se popularizó la instalación de nacimientos (influencia de los misioneros españoles), que ahora tienen elementos locales.

En Italia, aunque ya existía la tradición de los pesebres, la influencia española reforzó su relevancia, especialmente en el sur.

En comunidades cristianas de países como Francia o Alemania, los pesebres tienen una estética que recuerda a las tradiciones mediterráneas, con figuras artesanales inspiradas en el estilo español.

2. Villancicos

Los villancicos españoles, "Los peces en el río" y "Campana sobre campana", adaptados con instrumentos y ritmos locales, y traducidos al idioma local, se cantan en todos los continentes del mundo, pues llegaron a países de AFRICA como:

Nigeria: Con aproximadamente el 46% de la población cristiana.

Etiopía: Más del 43% de la



población es cristiana ortodoxa.

Sudáfrica: Son cristianos más del 70% de la población.

Kenia: Son cristianos más del 85% de la población.

República Democrática del Congo: Son cristianos más del 80% de la población.

En ASIA también están presentes, sobre todo en Filipinas, donde son cristianos más del 86% de la población, mayoritariamente católica, siendo la celebración navideña más extensa del mundo, pues dura 4 meses, de septiembre a diciembre, con misas de Simbang Gabi, (EL GALLO) faroles (parols) y comidas tradicionales de inspiración española.

India: Donde 28 millones de personas son cristianas, concentrados en estados como Kerala, Goa y el noreste.

Y otros países del área como Indonesia, Corea del Sur, Pakistán, Vietnam, y otros.....

3. Misa del Gallo

Introducida por los misioneros españoles en Filipinas, esta práctica sigue siendo central en

las celebraciones navideñas. Se conoce como Simbang Gabi y tiene características locales como ser una misa al amanecer.

En Estados Unidos, comunidades católicas con influencia española, como las de Texas o California, celebran esta misa en Navidad.

En algunos países asiáticos, como India, comunidades católicas organizan misas de medianoche similares, reflejando el modelo español.

4. Los Reyes Magos

En países con comunidades españolas o latinas, como Estados Unidos o Francia, el Día de Reyes es celebrado con Roscon de Reyes y regalos.

La cabalgata de los Reyes Magos, común en España, se ha replicado en ciudades como Nueva York o Miami, donde hay una presencia hispana significativa.

En Holanda, Los niños holandeses reciben los regalos la noche del 5 al 6 de diciembre, adelantándose así a la mayoría de los europeos. Y el

personaje encargado de traerlos es San Nicolás (Sinterklaas en holandés), un señor de barba blanca, con una capa y gorro rojos, que va montado sobre un caballo blanco. La historia cuenta que Sinterklaas vive en Madrid y llega a Holanda en barco de vapor desde España. Le acompañan los Zwarte Pieten (Pedros Negros), unos pajes que le ayudan en su tarea de repartir regalos.

5. Dulces y Comida Navideña

Turrone y Mazapanes:

En países como Filipinas, Italia y algunas regiones de África, los dulces españoles como los turrone han sido incorporados en las mesas navideñas.

En Francia, el mazapán español es apreciado como un regalo navideño.

Se elaboran con ingredientes locales; por ejemplo, en Filipinas, los turrone a veces se hacen con coco.

6. Faroles y Decoraciones

En Filipinas, los parols (faroles en forma de estrella) están inspirados en las luminarias navideñas españolas y representan la estrella de Belén.

En comunidades cristianas africanas, la decoración de calles y hogares con luces tiene una estética influenciada por la herencia española.

7. La Fiesta y el Espíritu Comunitario

La idea de celebrar la Navidad con reuniones comunitarias, comidas compartidas y

énfasis en la familia se ha extendido a muchos países con influencia española.

En Estados Unidos, las fiestas navideñas de las comunidades hispanas han inspirado a otras comunidades a adoptar esta calidez en sus propias celebraciones.

8. Fiestas Prolongadas

La tradición española de extender las celebraciones hasta el Día de Reyes ha sido adoptada por comunidades hispanas en países no hispanohablantes. En Filipinas, esta prolongación se refleja en su tradición de la Navidad más larga del mundo.

9. Lotería de Navidad

Aunque la Lotería de Navidad es muy española, su esencia de unir a la gente en torno a la suerte y la esperanza durante la Navidad, se encuentra reflejada en otros países:

1. Reino Unido: Christmas Lottery

2. Alemania: Weihnachtslotterie (Lotería de Navidad)

3. Italia: Lotería de la Epifanía (Lotería Italia)

4. Francia: Lotería Nacional de Navidad (Super Loto Noël)

5. Japón: Lotería de Fin de Año (Takarakuji)

6. Estados Unidos: Rifas y Loterías Navideñas Regionales. Sorteos de la Powerball

7. Filipinas: Sorteos Navideños de PCSO

Paisanos, mis mejores deseos para 2025, guardar para todo el año el espíritu de la Navidad, y si no te toco la Lotería de Navidad, consuélate pensando que eres muy afortunado por ser español.

© José Antonio Jiménez Puertas.

Talleres Casares

Barriada de Marchena, s/n · 18650 DÚRCAL (Granada)

Tfno.: 958 781 228 Fax: 958 782 242

peugeotdurcal@gmail.com



NEUMATICOS

IGLESIAS

IGLESIAS MOLINA

Vicente: 687 932 357

José María: 687 932 358

neumaticos.iglesias@hotmail.com

Ctra. Bailén - Motril (Bda. Marchena)

Tel. y Fax: 958 780 009

18650 DÚRCAL (Granada)



Antuan

MUNDO ConCiencia 018

Un buen propósito de Año Nuevo

Cada cierto tiempo, una nueva dieta milagrosa sale a la palestra para demostrarnos cuán equivocados estamos en nuestra alimentación diaria. Los gurús del buen comer nos van llevando a su terreno, algunas veces por sus propias creencias y otras según ciertos intereses. Por ejemplo, en los años 30, en Estados Unidos, la anemia por carencia de hierro era muy común, por lo que los dibujos de Popeye fueron utilizados por las autoridades sanitarias como reclamo para popularizar el consumo de espinacas. Pero hete aquí, que la creencia de un contenido extraordinario de hierro atribuido a las espinacas estaba basada en un error que se descubrió unos años después, siendo su contenido real diez veces inferior debido a una coma decimal mal puesta al transcribir el valor real. Cosas que pasan.

Así, como decía, para mantenernos sanos tenemos un sinfín de dietas milagro: la dieta vegetariana, la vegana, la paleo, la del limón y ajo, la del pepino, la del aguacate, sin gluten... La realidad es que, para una persona sana y sin problemas específicos graves, la mejor dieta es la de comer de todo, con moderación, combinándolo con la realización de ejercicio de forma regular. Y es en este segundo punto donde se suele fallar más, siendo —además— el más beneficioso



del tándem. La realización de ejercicio regular es, con diferencia, lo que más beneficios nos aporta, al combinarse varios factores mutuamente positivos: no solamente están los fisiológicos, como el fortalecimiento de los huesos, la mejora de la fuerza muscular o la reducción del riesgo de padecer enfermedades graves como diabetes, cáncer de colon, tensión arterial alta, los consabidos problemas cardiovasculares, etc... sino que además hay que tener en cuenta

los beneficios a nivel psicológico: por un lado incrementa tu autoestima y energía vital, mejorando el humor y la calidad y duración del sueño, y por otro, te ayuda a disminuir el estrés y combatir la ansiedad a la par que mejora tu rendimiento intelectual y tu autonomía. Pero además, todo lo anterior fomenta —consecuentemente— la sociabilidad y, por ende, la integración social. Y como guinda, por si fuera poco, después de un buen ejercicio físico, disminuyen las ganas de

comer por lo que se cierra el círculo, y el control de la alimentación, que lleva a una bajada de peso acompañada de un mejor estado fisiológico general. Conclusión: se es más feliz, o al menos, ese sería el objetivo.

Y es que los alimentos que tomamos presentan una paradoja curiosa. Por un lado, los necesitamos para alimentarnos, pero por otro, presentan una contrapartida en forma de destrucción celular de la que no somos conscientes. Dañan potencialmente todos nuestros tejidos, por lo una recepción mínima de los mismos, y de alta calidad nutritiva, es siempre la mejor opción. Todo ello

debido a los peligrosos residuos que surgen como resultado de la digestión, que llevan a la producción de desechos muy peligrosos para el organismo el cual tiene que estar continuamente tratando de eliminar, como los famosos radicales libres. Estos son especies muy reactivas que atacan directamente a cualquier molécula que se encuentre cerca, como las de los tejidos circundantes. Normalmente, el daño celular asociado es reparado por los eficaces mecanismos

que el cuerpo posee para ello. Pero no siempre es posible, pudiendo generar diferentes problemas como el cáncer. De todos modos, el cáncer tiene múltiples iniciadores, de los que la alimentación es solo uno más. Es por ello que dietas ricas en antioxidantes son siempre recomendables, ya que estas sustancias son atrapadores naturales de radicales libres, dañándose ellas en lugar de nuestras células.

De igual forma, aunque no hay una evidencia científica clara, las llamadas dietas antiinflamatorias podrían igualmente resultar beneficiosas a una gran parte de la población, ya que resuelven problemas de respuesta autoinmune que suelen activarse con la edad. Este tipo de dietas implicaría la reducción en la ingesta de gluten, de lactosa, de azúcar, de alcohol y de alimentos refinados y procesados, lo que supondría ingerir grasas saludables —como alimentos ricos en omega-3— y productos integrales, así como frutas y verduras a la vez que alimentos con un alto contenido proteico.

Nuevamente, todo ello es completamente inútil si no se corresponde con un ejercicio físico adecuado a cada persona y edad, por lo que un buen propósito de Año Nuevo sería, sin duda, modificar nuestros hábitos alimentarios y, sobre todo, lo que más pereza nos da: realizar ejercicio físico al menos tres días en semana. ¡Vamos!

La inasistencia a la inauguración de Notre Dame por parte de las instituciones gubernamentales españolas

Eduardo M. Ortega

La inasistencia de las instituciones españolas y sus representantes a la reciente inauguración de la catedral de Notre Dame en París, aparte de una descortesía, parece que implica un grave desconocimiento, del simbolismo de Notre Dame, y el nacimiento de Europa, porque París y Notre Dame fueron la cuna del mundo en el siglo XII en cuanto a la visión medieval que se aportó y nació en Europa, junto a las primeras universidades como la de París, allí nació el derecho en parte como lo conocemos hoy. Es decir el centro y eje al mundo civiliza-

do de la cultura judeo Cristiana se proyectó al mundo a través de sus valores, sus creencias, arte, tradiciones, filosofía (medievales), lenguaje como el latín y parte del griego que luego derivó en los idiomas actuales y las distintas lenguas romances y germánicas que hablamos. Así que parece un olvido indecoroso que España haga mutis por el foro, y no asista a dicho acto, siendo España parte de Europa y de la Unión Europea, con todos los defectos y virtudes de la civilización y sus progresos, y sin caer en anacronismos. Notre Dame es un arquetipo que nos recuerda nuestros valores y cultura, hoy un tanto

denostados por la sociedad globalizada y en parte desarraigada, y es un símbolo de unidad y confraternidad que se proyecta al mundo, y a la cultura Europea, Europa nació en gran parte allí junto a sus decenas de monasterios como Cluny y otros limítrofes que fueron depósito de la lengua, las costumbres, y el saber de sus importantes bibliotecas, scriptorium, y sus farmacias medievales etc... Que se lanzaron como modelo al mundo conocido, olvi-

dar esto con el debido respeto, es una falta de reconocimiento

a los valores de Europa y sus orígenes.





Quino Muñoz Arias

La desaparición de la familia

Estimado lector, ese lugar de unión, de protección, de amor, de complicidad, de superación, de ayuda, de seguridad, etc., eso que veníamos llamando desde hace muchos siglos, "LA FAMILIA", está en vías de extinción.

Tradicionalmente en las familias existían unas funciones o normas no escritas, aunque de riguroso cumplimiento en la mayoría de ellas. Educar a los hijos, velar por su seguridad, proporcionar el sustento, proveer actividades recreativas, enseñar valores, etc.

La nueva sociedad que nos están imponiendo, las nuevas formas de pensar y ver las cosas, están acabando con todo aquello que huele un poco a sentido común, responsabilidad, educación, sacrificio, esfuerzo o valores positivos, en definitiva.

Existe desde hace unos años un movimiento de personas que lo cuestiona todo, prohíbe aquello que no entienden o simplemente les parece antiguo, añejo o retrógrado. La familia o la religión, supuestamente, (estructuras opresoras), son algunos de los enemigos de esta nueva sociedad y, por ende, hay que acabar con ello.

Todo empezó con una transferencia de funciones, en donde la educación fue absorbida por el sistema estatal, o lo que viene a ser igual, por la política. De esta forma, el Estado controla los conceptos que deben ser aprendidos y los que no. En cuanto a las



actividades recreativas que antes se disfrutaban en familia, ahora se encarga la industria del ocio en servirlos. Incluso la religión se diversificó y hoy día millones de personas entienden la religión de forma muy distinta, para ellos no hay más religión que el ecologismo o el feminismo, o el transgenerismo o el veganismo, etc.

Por tanto, si la familia carece de esas funciones que tradicionalmente tenía, (ya no es ese núcleo de unión y sostén), ¿en qué se ha convertido? Pues nada más y nada

menos que en una simple relación utilitaria en la que unos proveen bienes materiales a otros. No es extraño que, desde esta perspectiva, se nos venda hoy día que formar una familia es poco menos que una locura, un disparate o una irresponsabilidad.

En todo este dislate tiene mucho que ver el progresismo WOKE, (término que hoy día se utiliza supuestamente, para cuestiones de desigualdad social, fundamentalmente las relacionadas con la identidad de género o la orientación

sexual y está muy influido por la ideología de izquierdas). Todo esto unido a que estas personas idealizan la diversión y la felicidad externa, nos lleva a una paradoja en la que, por un lado, estas personas predicán su lucha férrea contra las desigualdades, aunque luego son precisamente ellas, las que provocan división, crean sectarismo y anulan a quienes no piensan de esa forma.

Es habitual escucharlos decir que la familia tal y como la conocíamos es un impedimento para la diversión, para realizar proyectos o conseguir

deseos personales. Tener hijos es una locura porque cuestan mucho dinero, te dan malos ratos, te roban tiempo y oportunidades de progresar. Para esta nueva sociedad WOKE, no tener hijos se convierte en una sabia decisión.

Pero no está todo perdido, porque frente a este idiotismo que nos imponen, está la capacidad que tenemos de ser rebeldes ante este sinsentido, buscando activamente la verdad, cultivando nuestra mente y manifestando sin complejos nuestro libre pensamiento ante una sociedad cada vez más aborregada y carente de la más mínima capacidad de reacción frente a tanto atropello a la inteligencia.

Para terminar, solo deciros que los que promueven un nuevo mundo más diverso, son los más homogéneos; los que hablan de inclusión y tolerancia, son los que más excluyen y los más intolerantes. Los que han venido a salvar el mundo del caos y la opresión de tantos siglos, son los que nos van a sumir en un período de incertidumbre, no lo permitas.

PREFABRICADOS SAN BLAS

San Blas 80 • 18650 DÚRCAL (Granada)
Tels.: 958 780 304 - 958 781 072 • Fax: 958 780 304
E-mail: info@prefabricadossanblas.com • www.prefabricadossanblas.com

ARIAS
agarias

CRISTALERÍA - MARQUETERÍA
CARPINTERÍA DE ALUMINIO Y PVC
DISEÑO GRÁFICO
PUBLICIDAD COMERCIAL

PADUL: C/ Nuevo Mercado, s/n. Telf.: 958 782 079
DÚRCAL: C/ Enebro, 4 - Telf.: 958 773 728
publiconn@hotmail.com



Eduardo Ortega

Proseguimos con la visita y llegamos al antiguo macabro o cementario árabe, también llamado rauda, que hay entre las localidades de Mondujar y Talará, y convinimos en hacer algunas pruebas o experimentos. Para ello nuestra canalizadora Alicia, que era especialista en programación neurolingüística y canalizadora de lenguas ancestrales vino a invocar alguna entidad al pie de una tumba con inscripciones árabes que decía Alah La I LAlalah, Alah es el que es, solo Dios es grande, y apareciendo en su boca palabras de sánscrito y hebreo, algunas raíces derivadas de la Cábala y del Adam Kadmon. En esto que Alicia entró en trance y tuvo visiones de como en el pasado ciertos hacedores de lluvias habían invocado a los Yinn (que significa su raíz oculto o misterioso) y habían provocado una gran inundación y devastación en toda la comarca del valle de la alegría, o Valle de Lecrín en época del siglo XII durante la dominación árabe.

También comentó la vidente que percibía decenas de miasmas astrales de los cementerios disueltas por los devas del fuego y la tierra y que pululaban para buscar un lugar, un cuerpo de hombre o de animal donde aterrizar, y que aquéllos cuerpos que estaban mas débiles eran los que era más fácil arribar en ellos, con el consiguiente perjuicio de sufrir de una enfermedad neurológica, que en lenguaje de la magia se llama encantamiento.

La canalizadora Alicia prosiguió su discurso y nos explicó de la existencia de unos Yinn buenos y otros malos, y corresponden también al nombre de devas en oriente, y que tienen una relación con la humanidad, y su aparición en la historia, leyendas, tradiciones, ritos, creencias, etc.. El mundo globalizado y materialista ha cercenado en gran parte a estos seres nos decía. El daño al Planeta, a Gaia, y como a pesar de todo estos seres sostienen la energía y el equilibrio Planetario en colaboración con las Grandes Entidades de la Jerarquía y Maestros del Planeta. Nos narró que había entidades mas positivas, de las jerarquías devico angélicas y que había libros y autores que las habían citado y estudiado: Dioniso Areopagita, la Biblia, Vicente Beltrán Anglada y otros autores, El Tibetano, C.W Leadbeater, y los propios Vedas de la india. Su aspecto y funciones, y su

simbología arquetípica es singular, ya que muchas de estas entidades aparecen en las creencias populares y denominaciones en las culturas. Y tienen conexión dijo la vidente, muy enfáticamente y con los ojos muy abiertos con otros planos y universos.

Yo le pregunté a la vidente si percibía algún campo mórfico y su relación con las líneas de Hartmann que son cuadrículas y redes de vibración energética que podían de una u otra forma determinar ciertas influencias en un ambiente, así como por ejemplo el clima determina un ecosistema.

La vidente me contó que sí, que hay fuerzas telúricas muy poderosas en los cementerios y lugares donde han ocurrido determinados sucesos desagradables, tales como mataderos, o parajes donde se ha perpetrado un crimen, que han dejado esas energías maléficas impregnadas en las almas unas ya liberadas y otras cautivas, y que se desprenden de su cuerpo etérico y físico de los cadáveres en descomposición, y de sus restos, pues ellos llevan impresos la energía de sus vidas, como una especie de código genético de su espesa naturaleza psíquica y espiritual.

Curiosamente me dijo la vidente que estas almas que están vagando, aún no han sido inscritas en el libro de la Vida por el ángel escribidor, y contó una costumbre de los países árabes y los Yinn, de que nadie se quiere quedar cuando cae la noche solo en un mercado, o matadero, o en un cementerio y que la compañía de los perros en esos momentos es peligrosa, pues pueden aparecer esos Yinn o genios e intentar atacarnos. Dentro la mitología árabe prosiguió los Yinn son como los ángeles caídos que trabajan para el espí-

ritu maligno y acusador de Dios Clemente Y Misericordioso, Alah, denominado en la tradición Saytan.

También dijo la vidente que todas las energías no eran negativas y que dentro del mundo devico angélico, había entidades de buena voluntad que daban soporte y relación con el reino humano y otros reinos inferiores, en el shadana o camino del aspirante y, o discípulo. Por eso no todo el mundo que no esté inter conectado en la onda puede ver estas cosas o sentir ciertas energías de tipo espiritual.

La vidente nos citó la siguiente frase para hacernos comprender tomada del Libro de la Plegaria, de Henry LAUBACH:

“SI LA RADIO MENTAL FUNCIONA ENTRE LAS PERSONAS, DE ELLO SE DERIVA QUE CADA UNO LLEVA UNA PESADA RESPONSABILIDAD PARA EL BIEN Y PARA EL MAL. De ahí que cada uno de nuestros pensamientos ayuda o hiere a los demás. Si gritamos, nuestra voz apenas alcanza los 50 metros. Pero cuando pensamos, nuestros pensamientos recorren el mundo, tan lejos y tan rápido como la radio. Los pensamientos de un solo día vierten sus bendiciones y maldiciones en el gran flujo de la opinión mundial. Cada hombre vierte durante su existencia tantos millones de pensamientos, buenos y malos, en los flujos constantemente agitados de la historia humana, que deja su huella en el mundo por tanto tiempo como permanece en vida. Que los pensamientos pasan de un espíritu a otro, es literal y tremendamente verdadero. Actualmente es urgente que aquellos cuyo pensamiento abraza al mundo, trabajen por el mundo y rueguen por el mundo”

Yo volví a preguntar a la vidente: ¿Qué sabemos de todo esto? ¿Son seres, energías, entidades, son nuestros pensamientos poseídos por nosotros, ellos nos poseen sin nuestro permiso si andamos enajenados? Me contestó la vidente que normalmente si la persona ha despertado, tendrá su relación con el camino espiritual del discípulo y la magia blanca, y sabrá distinguir las entidades positivas y espiritualmente evolucionadas, de otro tipo de energías inferiores y perjudiciales, miasmas astrales, egrégoras, ángeles caídos, genios maléficos en lenguaje popular, diablillos, espíritus negativos y manipuladores, espejismos, goblins, xanas, hadas maléficas, etc..

Sin embargo quien ha trascendido lo anterior está interconectado con los devas superiores o solares y su trabajo en los campos energéticos de los 7 planos y subplanos que a su vez tienen relación con los 7 Chakras y puede manejar esas energías.

Desde el punto de vista práctico deberíamos de aprender dijo la vidente a conectar con este reino devico angélico: Conexión con estos seres de luz, inspiración, colaboración en el SERVICIO, invocación, llamada, telepatía y vehículo etérico, e intuir su conexión a los registros akásmos, y eso nos abriría los Chakras para vislumbrar el Libro de la Vida, su manifestación en la cultura de nuestro tiempo, conocer a los protectores invisibles, e invocar protección y ayuda en el servicio, curación, sanación, etc.. Así es necesario la necesidad del estudio y aprender a relacionar los planos etérico físicos y otros planos superiores mental superior y búdico.

Dijo Alicia, cuando tú tienes poder de visualización y cooperación en el sendero, puedes interactuar con los diversos elementos originales creadores: tierra, fuego, aire, agua, metal y madera. Y me hizo referencia a los campos mórficos y cuánticos, y la teoría sintergética la vidente. Las energías negativas de los egos, y otros estados dormidos repelen a la conexión con estos seres ya que su mente se encuentra atrapada en los planos y espejismos astrales apostilló la vidente, y afirmó la vidente que percibía que algunas de estas personas que habían muerto violentamente o se habían suici-

dados habían quedado atrapadas en esos planos que los hindúes llaman el devachan inferior y los cristianos católicos el purgatorio, y son como las ánimas en pena que vagan por estos parajes buscando consuelo, y que se encuentran atrapados entre la vida, y la liberación de la santa muerte que aún no les ha llegado en su completitud, un ejemplo lo tenemos en las columnas nocturnas de peregrinos y aparecidos en los bosques medievales, y en el caso de la Santa Compañía de Galicia.

Y yo le pregunté a la vidente que para vislumbrar todo ello ¿Tenemos que penetrar, romper el velo de la realidad y entrar en otra dimensión como hacen los chamanes indios, los ascetas hindúes, o los místicos en general?, y le dije ¿Hay alguna teoría que conforme que explique que el cerebro va más allá de la conciencia a una nueva meta realidad o meta conciencia nueva?

A este respecto y cuando ya anochecía en la colina del cementerio árabe, y se levantó un cierto suave que cantaba entre los árboles, y nos explicó lo siguiente, que ella había leído e interconectado con ideas de los chamanes antiguos, y del propio nagualismo, y me dijo que hay una teoría, la teoría sintergética que ya el investigador mexicano Jacobo Grimberg estudió y propuso y que hoy en día los estudiosos de la neurociencia creen que el pensamiento y el cerebro se proyecta más allá del umbral de sus simples conexiones bioquímicas neuronales en algo que se llama la conciencia supra personal y que conectaría con esa conciencia universal que expone este autor y aclara que, “es el origen de la Teoría Sintergética y esa fue la pregunta acerca de cómo se realiza la transformación de la actividad cerebral en una experiencia sensible. La aparición de una percepción cualitativamente diferente de la actividad neuronal y distinto de los campos energéticos espaciales, (la luz como tal, no se encuentra ni en los campos electromagnéticos o en el espacio ni en la actividad del cerebro) me intrigó y asombró en un nivel tan profundo de mi ser, dice Grimberg, que decidí dedicarme íntegramente a explorar la posibilidad de explicar esta aparición, utilizando cualquier herramienta útil, desde la investigación Neurofisiológica pura hasta los estudios Chamánicos y Místicos”.

Continúa en la pág. siguiente...



...viene de la pág. anterior

He aquí por tanto dijo la vidente Alicia que tenemos que preparar alguna ceremonia primero para aplacar a estas almas desconsoladas, y en segundo lugar para conectar con los devas o ángeles superiores y que nos puedan guiar y proteger, hacia dónde está este tesoro que está en algún lugar escondido, o quizás que no está velado o destinado a que cualquier persona lo pueda encontrar. Se dice que al final incluso los propios genios han podido gastar

alguna broma e idealizar ese tesoro en la mente de los buscadores, y hacerles cavar y registrar todo un campo para luego no encontrar nada al respecto, o simplemente se trate de un grial inalcanzable.

Porque está claro que el tesoro puede formar o estar en esa otra realidad aparte en la cuál no todos pueden conectar dijo la vidente. A esto le dije yo a la vidente que hay varias dimensiones en el universo de nuestro mundo y que ya se habla de una cuarta dimensión el tiempo relativo, y de una quinta dimensión que

sería un reino o mundo espiritual.

Si dijo Alicia, a veces en eones de segundos podríamos intuir o vislumbrar el éter cósmico de la quinta dimensión, como un canto de luz y sonidos poderosos que nos despierte del sueño de la rutina de la vida. Si dije yo, estamos dormidos, claramente, tenemos que despertar. A lo que propuse a Alicia que deberíamos de prepararnos mediante una invocación especial para iniciar la ceremonia de conexión con ese otro mundo y esos otros planos. A lo que Alicia contestó

con la siguiente invocación:

Que la puerta se abra de golpe
Que rujan los vientos cierzo y Bóreas
Que el porvenir quede revelado,
Que el poder Uno del Altísimo sea manifestado
Y que veamos en la plenitud de la Conciencia
Y que conectemos con los Grandes Seres
Con paz, amor y armonía,
Que se abran los nuevos caminos del universo.

Ya languidecía la tarde cuando guardamos unos minutos de silencio, y pronto o

bien al amanecer con las primeras luces del alba iniciaríamos la ceremonia, todo ello dijo la vidente porque las primeras gotas de rocío, y su captación ayudan a un proceso alquímico de transmutación llamado espagíria o alquimia vegetal, que nos ayudarán a ver de forma particular.

Y así quedamos dormidos en la duermevela del silencio esperando un atisbo o rayo de mágico de luz a la mañana, bostezando, en nuestros adentros. Ese nuevo y expectante acontecimiento, ya será la tercera parte de nuestra historia.



Carmelo A. García

Campoy

En el libro de Apeo de 1572 de El Padul vemos que en la segunda relación de vecinos aparece Esteban Martín, vecino de Toledo, cuya familia se componía de cinco personas en aquel momento. Posteriormente aparecerá también en la tercera relación junto con Eugenio Martín, natural de Piedrabuena, en Ciudad Real, y Francisco Martín, natural de Majano, en Soria. Con respecto a la documentación parroquial tendremos en primer lugar el bautismo de Ana el 5 de diciembre de 1593, hija de Juan Martín y María de Torres. De este matrimonio nacieron al menos otros tres hijos llamados Antón en 1596, Lázaro en 1598, y Úrsula en 1602.

El 31 de enero de 1594 se celebró el enlace de Francisco Martín, vecino de Huétor Santillán, y Juana Muñoz, que era viuda de Martín López. De este matrimonio no tenemos datos de filiaciones ni descendencia. Otro de los primeros matrimonios con este apellido fue el de Juan Martín, hijo de Tomás Martín y Gabriela Martín, vecinos de Cozvíjar, con Catalina de Cordovilla, hija de Antón de Cordovilla y Agustina Rodríguez. El enlace se celebró el 8 de octubre de 1607. Nacieron de este matrimonio al menos 5 niños que se llamaron Andrés en 1610, Úrsula en 1612, Tomás en 1618, Francisco en 1620, y Ana en 1622. Diversas son las procedencias de las personas que portaban este apellido, tales como Calahorra (La Rioja), La Mancha, Dúrcal, Martos (Jaén), Iznalloz, Guadix, Los Ogijares, Padrón (La Coruña), o Jorairatar, entre otros. También iba asociado a apellidos compuestos como Martín de Adarve, perdiéndose el apellido

Martín o el apellido Adarve indistintamente. También lo veremos con el apellido Martín de Arciniega, o Martín Maldonado, ocurriéndole lo mismo que al anterior. En el catastro de Ensenada de 1752 tenemos a Leonardo Martín, el cual fue alcalde de El Padul, y uno de los peritos para la elaboración del catastro junto a Bartolomé Martín, Manuel de Morales y Pedro Muñoz. Dicho alcalde tenía 55 años en esos momentos y estaba casado con María Muñoz de 51 años, teniendo como criado a Juan Liger de 14 años. Otra familia que aparece en el catastro de Ensenada será la de Manuel Martín Ramos, jornalero de 43 años, cuya mujer era Rosalía Pulido de 33 años, y teniendo cuatro hijos en esos momentos, siendo Juan de 9 años, Nicolás de 5, Pedro de 4, y María de 1 año. También tenemos la familia de Diego Martín, labrador de 22 años, siendo su mujer Francisca Pérez, de 28, y sus hijos Antonio, de 5, Isabel, de 3, y Leonardo de 1 año. Aparte de estas familias hubo muchas más con este apellido que aparecen en el catastro de Ensenada, y como vemos, el apellido se extendió mucho desde la llegada del primer Martín.

Con respecto a las líneas actuales varias de ellas descienden directamente del matrimonio de Leonardo Martín Cano, natural de Cástaras, y María Muñoz, habiéndose celebrado el enlace el 4 de octubre de 1723. Fueron los padres del contrayente Francisco Martín Cano e Isabel de Carmona, y los de la contrayente fueron Diego Muñoz y Mariana de

Martos. Otras tres de las líneas actuales descienden del matrimonio de Juan Pedro Martín y Rosalía Martín, celebrado el 20 de marzo de 1799. Juan Pedro Martín era hijo de Antonio Martín de Alba y María

Josefa Gutiérrez, vecinos de Cozvíjar. Por otra parte Rosalía Martín era hija de Antonio Martín y Juliana Villena, emparentando además con la línea anterior de Leonardo Martín

Cano y María Muñoz. Otra de las líneas actuales desciende del matrimonio formado por Francisco Martín Galindo y Catalina Álvarez el 27 de diciembre de 1699, siendo los

padres de ambos Francisco Martín Galindo y María de Montes, y Bartolomé Manuel Álvarez y Catalina Herrera. Aunque no aparece la procedencia de los progenitores, el apellido Martín Galindo está asociado a los pueblos de Acequias y Nigüelas en otras partidas de las mismas fechas. Otra de las líneas actuales procede del matrimonio de Francisco Martín Salas, natural de Acequias y vecino de Cozvíjar, con Antonia Cenit Alcalá, siendo Francisco viudo de María del Carmen Morales Puerta, e hijo de Juan Martín Sánchez e Inés Salas Ortega, y Antonia viuda de Diego Morales Puerta, e hija de José Cenit Álvarez y Ana Alcalá Tovar. Dicho enlace se celebró en El Padul el 6 de diciembre de 1896.

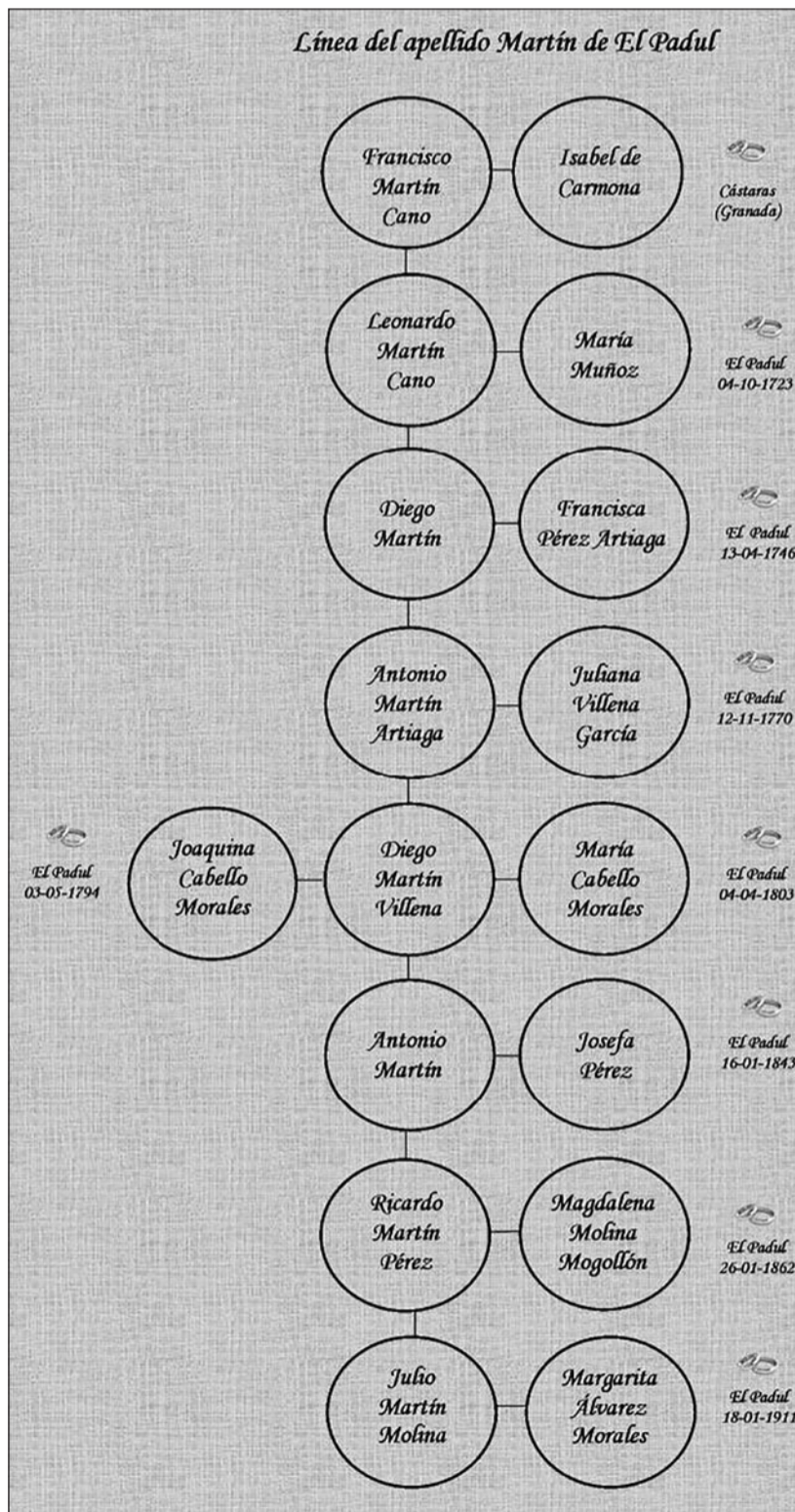
Desde Escúzar llegará otra de las líneas actuales con el matrimonio de Manuel Martín Martín, natural y vecino de Escúzar, y Carmen Álvarez Ferrer, natural y vecina de El Padul. Dicho enlace se celebró en El Padul el 30 de abril de 1888. Los padres de Manuel fueron José Martín Martín y Faustina Martín Martín, de Escúzar, y los padres de Carmen fueron Francisco Álvarez Zaragoza y Dolores Ferrer García, ambos de El Padul.

Durante el siglo XX y principios del siglo XXI se asentaron nuevas líneas genealógicas desde Pinos Puente, Sorvilán, Dúrcal, Motril, Escúzar, Moclín, Acequias, Nigüelas, La Malahá, Granada, Talará, Deifontes, San Sebastián, Mondújar, Cijuela, Romilla la Nueva (Chauchina), Armilla, Huétor Tájar y Huétor Vega.

RAÍCES DEL VALLE

El apellido Martín de El Padul

Línea del apellido Martín de El Padul



Asamblea ordinaria

Domingo Fernández Jiménez

Las asociaciones están obligadas a llevar una contabilidad que permita obtener una imagen fiel de su patrimonio, del resultado y de la situación financiera de la entidad. El

Cada uno de los puntos del orden del día deberá votarse de forma separada. Así, es factible no estar de acuerdo con la gestión global o parcial de la Junta directiva, pero sí dar nuestro visto bueno a las Cuentas anuales. Se suele

Feria, se encontraba el grupo teatral Cambalache, junto con el Club de escritura. Este club es una organización adhocrática, sin estructura jerárquica definida, donde las responsabilidades se reparten en función de la acción concreta que se lleva a cabo.

Es una estructura sin jefes, altamente flexible, donde se promueve la colaboración libre, gozosa y espontánea. El grupo se compone de unas quince personas y se reúne cada semana en la Biblioteca para desarrollar un tema literario y realizar ejercicios de

escritura creativa.

Aparte de las asociaciones locales, también es buena la participación en todo tipo de entidades. Es el caso de Acoes, que en el mes de noviembre reunió a más de doscientos comensales, en una comida de solidaridad, en el restaurante Zahor. Acoes, de la mano del padre Patricio, lleva más de treinta años escolarizando y dando de comer a miles de niños en Honduras. Durante la comida pudimos conocer a algunos de estos chicos, que ahora estudian en nuestras universidades.

Cuando se agrupa un número elevado de personas, encontrar la organización adecuada resulta más complejo. Pero seguro que usted encontrará la mejor forma de participar. Recuerde, ya somos muchos, ahora te necesitamos para ser mejores.

patrimonio se refleja en el inventario, el resultado en la cuenta de gastos e ingresos y la situación financiera mediante el fondo de maniobra. No es suficiente saber el saldo de tesorería, también hay que conocer las obligaciones de pago y los derechos de cobro a corto plazo. Junto con lo anterior, se redactará una Memoria donde deberán reflejarse escenarios que no se deducen directamente de la contabilidad, por ejemplo, los riesgos que afectan a la asociación.

Las obligaciones de contabilidad y registro, al igual que en las empresas, dependen de tres variables: volumen de patrimonio, volumen de negocio y número de empleados. Para la mayor parte de las asociaciones, será más que suficiente, al no tener patrimonio ni empleados, un informe de entradas y salidas de dinero. Es la parte más popular y que mejor se entiende. Se trata de comparar el presupuesto esperado con los gastos e ingresos reales, analizando sus desviaciones.

La presentación de cuentas se hace siempre en la Asamblea ordinaria, que ha de celebrarse cada año, incluyendo en su orden del día los siguientes puntos: 1 Informe de gestión, 2 Cuentas anuales, 3 Actividades y líneas generales de actuación y 4 Presupuesto. Algunos estatutos, como los de la asociación Evaristo Pérez, prohíben tratar, dentro de la Asamblea ordinaria, otros asuntos que no sean los propios de la misma. Es el caso, por ejemplo, de la modificación de estatutos o de las elecciones, que deberán celebrarse siempre en Asamblea extraordinaria.

votar que sí cuando se confía en la Directiva. Esta confianza puede ser avalada por los censores de cuentas o interventores elegidos por los socios. En este caso, es preceptivo el informe de los mismos para aprobar las cuentas.

La Sociedad Benéfica la Esperanza, conforme a sus estatutos, tendrá su Asamblea ordinaria el último viernes de enero. Así, todos los socios conocen con anticipación la fecha. La Asociación Cultural Almósita, convocará esta asamblea en el mes de enero, pudiendo celebrarla en febrero. Esta asociación tiene por costumbre celebrar asamblea cada mes.

La asociación Vale somete sus cuentas cada año a una auditoría. Esto es así por estar declarada de Utilidad pública. Tal condición obliga a unos controles muy estrictos a cambio de importantes ventajas fiscales. Es el caso de la desgravación fiscal para las personas o empresas que aporten donativos. Cada euro que usted finalmente paga se multiplica por cinco para la asociación, bajo ciertas condiciones que puede consultar con su asesor.

Ni el estado puede arreglarlo todo ni el mercado tampoco. Hace falta la intervención de la sociedad civil, representada en nuestra comarca por más de cien asociaciones: el deporte, la cultura, la música, los animales, la agricultura ecológica, la juventud, las mujeres, los mayores, la enseñanza, la discapacidad, el teatro, el arte, la defensa del agua y un largo etc. Una prueba de su presencia ha sido la Feria de asociaciones, celebrada en Dúrcal en octubre.

Entre los participantes en la

No envejece

31 de Julio de 1.913, Marina Murillo Puerta, partiendo de una reflexión sobre la brevedad de la vida, nos dice porqué el amor nunca envejece:

*¡Pobre incauto, infeliz! ¡Dolor me causas!
¡Lástima, compasión, piedad me inspiras!
¿No le enseñan los años que en la tierra
es todo afán dicha fingida?
¿No vio más de una vez brotar millares
de ilusión de amor?, unas sencillas,
apasionadas, delirantes otras,
que aparecen sin orden ni armonía
cual brotan amapolas en los campos
combinadas con frescas margaritas.*

*¿Qué durarán?, ¿acaso lo que duran
esas flores que nacen y marchitan
en la misma estación?, ¿acaso menos
que la vivaz mariposilla?
Eso duran no más sus ilusiones,
eso duran las dichas de la vida.
¿Por qué entonces voraz, impetuoso
corriendo vas tras ilusión fingida?*

*Paciente en mi encierro te he escuchado,
poetisa soñadora, y bien sabía
que todos los amores de mi tierra
quimera son, que la verdad derriba.
Te diré, sin embargo, que ellos forman
una escala inmortal, por Dios tendida
desde el cielo a la tierra; si ellos faltan
falta la escala que hasta el cielo guía.
Quien nada supo amar sobre este suelo
no ensayó los acordes de su lira;
no aprendió en los amores de los hombres
a amar a Dios en la mansión divina.
Por eso no envejezco, amando siempre
el mismo amor me da sus energías.
Empiezo a amar cuando en la cuna lloro
y sigo amando cuando la losa fría.*



PREFADUR S.L.



Polg. Peña Blanca - Parcela, 1 · 18657 NIGÜELAS (Granada)

Tlf.: 958 780 640 · www.prefadur.com

- Dúrcal te quiere -

Cómo perder peso de forma saludable tras las fiestas navideñas



Antonio Rodríguez

Las celebraciones navideñas suelen venir acompañadas de excesos en la alimentación, que a menudo se traducen en kilos de más. Si bien es normal ganar peso durante esta época, la clave está en la forma en que abordamos la pérdida de peso tras las fiestas. No se trata solo de eliminar esos kilos extra, sino de adoptar un enfoque saludable que favorezca el bienestar a largo plazo.

Lo primero y más importante es la incorporación de **hábitos alimentarios equilibrados**. Evitar dietas estrictas y centrarse en una nutrición variada, rica en frutas, verduras, proteínas magras y grasas saludables es esencial para perder peso de manera efectiva y mantener el metabolismo en equilibrio. Además, es fundamental integrar **actividad física de manera diaria y moderada**, ya que el ejercicio ayuda a quemar calorías, mejora la circulación sanguínea y reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

El **estrés** es otro factor

clave que puede dificultar la pérdida de peso, ya que puede aumentar la producción de cortisol, una hormona relacionada con el aumento de peso y la retención de líquidos. Por ello, es fundamental controlar los niveles de estrés a través

de técnicas de relajación como la meditación, el yoga o incluso el simple descanso adecuado.

Para reforzar estos esfuerzos, en NutriON te ayudamos con **complementos nutricionales** naturales, sin aditivos y

de máxima calidad. Suplementos como el DEA Y las CAPS OMEGA están ayudando a cientos de personas en el proceso de pérdida de peso, siempre y cuando se utilicen de forma complementaria y no como sustitutos de una

dieta adecuada.

En resumen, perder peso tras la Navidad es un reto, pero con los hábitos adecuados, actividad física, control del estrés, algunos complementos y la ayuda de NutriON es totalmente alcanzable.



CENTRO DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

NutritiÓN

diet - activ - mind - plus

**COME SALUDABLE, ADELGAZA,
ELIMINA ESTRÉS
Y AUMENTA TU AUTOESTIMA**

+++ ¡FELIZ+++
+ AÑO NUEVO!



610 091 360

info@nutritionsalud.es
nutritionsalud.es

Dúrcal, Calle Lepanto, 5

El Valle de Lecrín

Periódico mensual fundado en 1912

EL VALLE DE LECRÍN

Librería Povedano
Plaza de España. 18650 DÚRCAL (Granada)
Avda Andalucía 79, Bajo. PADUL
Depósito Legal: GR. 841-1994

IMPRIME:

Comercial Impresores, S.L.U.
C/ Haití, 1 - 18600 MOTRIL (Granada)
Tlf.: 958 602 817

EDICIÓN DE PERIÓDICO Y REVISTA
DIRECTORA: Fabienne Fortuño
DIRECTORA ADJUNTA: Fina López
Telf.: 666 647 824 • elvalledelecrin@yahoo.es
www.elvalledelecrin.com
REDACTORA JEFA: Ada Raya Terrón
ASESOR DE EDICIÓN: Miguel L. Hurtado
DISEÑO Y MAQUETACIÓN: Miguel L. Hurtado
www.estudiohurtado.es
HUMOR: Ernesto

COLABORADORES:

DÚRCAL: Rosa Esturillo, Antonio Serrano, Antonio Gil de Carrasco, Paco López, Gabriel Padial, Dr. Justo E. Cabrera, Araceli Serrano, Domingo Fernández
PADUL: Isidoro Villena, Joaquín Muñoz, José Antonio Morales, Carmelo García Campoy
ALBUÑUELAS Y EL VALLE: María Gracia
NIGÜELAS: Ada Raya Terrón
VILLAMENA: Antuán
GRANADA: Eduardo Ortega, Víctor Corcoba
MADRID: Ramón Sánchez, Luís Miguel González

El Valle de Lecrín no se responsabiliza ni comparte necesariamente las ideas o manifestaciones expresadas por sus colaboradores. La discrepancia y la disparidad de puntos de vista serán siempre bienvenidos mientras no ataquen, amenacen o insulten a una persona, empresa, institución o colectivo, revelen información privada de los mismos, incluyan publicidad comercial o autopromoción y contengan obscenidades u otros contenidos de mal gusto.

Todos los colaboradores de El Valle de Lecrín, lo hacen sin compensación alguna y sin ánimo de lucro, salvo por la satisfacción de contribuir al crecimiento de este periódico.

2025

FELIZ AÑO NUEVO

958 782 541
626 826 331



Calle Comandante Lázaro, 57. 1D
18650 Dúrcal

www.clinicadentaldurcal.es
bautista@clinicadentaldurcal.es



"Tú clínica de confianza"

CLINICADENTAL
DÚRCAL

CLINICADENTAL
DÚRCAL

¡Queremos verte sonreír!



[clinicadentaldurcal](https://www.facebook.com/clinicadentaldurcal)

www.clinicadentaldurcal.es

626 826 331 958 782 541

