







**10 / JAVIER ARTIME,** fundador de "Luanco, Recuperación de Tradiciones"

12/ José Luis Hino-JOSA, escritor y empresario

15/ LAS NAVIDADES de... María Jesús Ruiz

16/ I Concurso de La Tapa de Luanco

17/ **A**DELÁNTATE A LA **N**AVIDAD

**20/ FERRERO:** "Bodas de Plata"

**22/ AMADOR RODRÍ- GUEZ,** presidente de la Asociación de Turismo Rural "El Faro"

24/ PAULA ECHEVA-RRÍA, actriz

**26/Turrón,** el rey de la mesa

**30/ MIELY ALMEN- DRAS,** fuentes de salud y helleza









# ¡¡¡FELIZ NAVIDAD!!!

uando llegan estas fechas y veo las calles engalanadas y cómo las tiendas y centros comerciales respiran aire navideño regreso a mi infancia y vuelvo a ser esa niña que disfrutaba con las Navidades, que iba con sus padres y hermana a ver cómo las calles madrileñas estaban iluminadas y adornadas. Esa visita era el preludio de mis Navidades cerca de mis abuelos, tíos y primos en Asturias.

Eran fiestas familiares, de alegría, regalos, ilusión...esa imagen es la que quiero transmitir a mis sobrinos y a los que me rodean. En todas las familias echamos de menos a alguien porque la vida es "injusta" y no somos inmortales, pero lo importante es que en nuestros pensamientos y en nuestros corazones estén nuestros seres queridos...porque estén donde estén velarán por nosotros.

No son tiempos buenos para nadie, pero siempre recodaré lo que me decía una de mis abuelas: "lo importante no es tener una mesa llena de manjares sino que la familia esté unida a pesar de que no estemos todos". Nunca olvidaré esas reuniones llenas de alegría ni tampoco les casadielles y las compotas que hacían mis abuelas...

Queridos lectores, queridos anunciantes...; gracias! Por apoyarnos y confiar en nosotros un número más, de vosotros depende que "L'Espumeru" siga avanzando, gracias al equipo de profesionales que me rodea y a mi familia por dejarme seguir soñando y por estar a mi lado. A todos os deseo que Papá Noel venga cargado de trabajo, salud, amor y felicidad... y si nos trae algún regalo, mucho mejor iji; FELIZ NAVIDAD!!!

HERME HUELGA ÁLVAREZ Directora

### L'ESPUMERU DEL CABU PEÑES (Revista Mensual y Gratuita).

N° 2. Diciembre 2012 **Directora:** HERME HUELGA ÁLVAREZ

C/ JOSÉ RAMÓN GUTÉRREZ DE LA PINTORA, 5.
33440 LUANCO (GOZÓN).

PRINCIPADO DE ASTURIAS. Tel. 606 56 18 21 redaccionlespumerudelcabupenes@yahoo.es publicidadlespumerudelcabupenes@yahoo.es

Depóstio Legal: M-35179-2012





asTradiciones I



culturas y tallas de madera, que adornaban los templos y que servían para que los fieles analfabetos conocieran como se produjo la llegada del hijo de Dios, pero el origen de los Belenes no se sabe muy bien cuál es. Hay varias teorías, entre ellas la que afirma que el Pontificado de Sixto III (432-440) construyó la primera imitación de la cueva del pesebre trayendo maderas de la originaria gruta o cueva de Belén desde Palestina a Roma. Incluso, hay teorías con antecedentes más remotos que aseguran que la costumbre proviene de las pequeñas imágenes de los dioses protectores del hogar, que se quardaban en los altares domésticos de las casas romacontinua en página siguiente

Los origenes de los de los de los de los de la contra del contra de la contra del contra de la contra del contra de la con

AUNQUE LOS BELENES HAN SIDO DESPLAZADOS EN ALGUNOS HOGARES POR ADORNOS DE-CORATIVOS IMPORTADOS DE OTROS PAÍSES COMO EL ÁRBOL DE NAVIDAD O PAPÁ NOEL, LA TRADICIÓN CONTINÚA

a celebración de las Navidades es una costumbre muy arraigada en los hogares españo-

les aunque para los católicos tiene un significado muy especial porque conmemora el Nacimiento de Jesús, tradición que también está muy extendida en Latinoamérica, introducida por los colonizadores españoles; sin embargo, en los últimos años se está apostando por decoraciones navideñas como el árbol de Navidad, de tradición celta o

Papá Noel pero en algunos hogares coexisten todos ellos.

A lo largo de los siglos, el arte religioso ha representado el Nacimiento en pinturas, escontinua en página siguiente







4 L' ESPUMERU | DICIEMBRE 2012

### I NuestrasTradicio

viene de la página anterior

nas, luego se perpetuaron con las representaciones del nacimiento de los cristianos e incluso se habla de la prehistoria en la antiqua Germania.

Pero la que más fuerza tiene es la que se remonta al siglo XIII, entre 1200 y 1226, cuando Francisco de Asís impulsó la representación de un nacimiento viviente en la localidad de Greccio, en Italia. En el portal de madera y paja se representaron escenas anteriores y posteriores al nacimiento de Jesús. Este Belén viviente dio paso a la representación con pequeñas figuras que pasaba de casa en casa hasta el término de la Navidad.

Esta tradición traspasó el continente europeo y en el Nuevo Mundo se celebró la primera Navidad el 25 de diciembre de 1492 en Haití,



Alumnos del Centro de Dinamización Tecnológica Local de Candás se inspiraron en material informático reciclado para su Nacimiento, premiado en el Concurso de Belenes

"EN ASTURIAS HAY **A**SOCIACIONES DE BELENISTAS, DOS EN OVIEDO Y UNA EN GIIÓN OUE MANTIE-**NEN LA TRADICIÓN**"

donde se construyó un asentamiento llamado "Fuerte de

La costumbre de montar un belén en España llegó a través de los conventos franciscanos, pero el mayor impulsor de esta tradición fue el rev Carlos III, en el siglo XVIII, que hizo construir el Belén del Príncipe con algunas figuras traídas de Nápoles. El monarca dirigió personalmente su construcción, dibujó los paisajes y diseñó el atrezzo mientras que la Reina y sus damas se encargaban del vestuario de las figuras. Este nacimiento tenía cerca de 6.000 imágenes y personajes, muchas de ellas obra de los constructores valencianos Esteve v Ginés.

Actualmente, en España y concretamente en los pueblos y aldeas de los concejos de Gozón y Carreño montan sus belenes en sus iglesias, plazas...normalmente se instalan en los días previos a la Inmaculada y se retiran pasada la festividad de los Reyes Magos. Además por toda España hay asociaciones de Belenistas, en Asturias existen tres, dos en Oviedo y una en Gijón.

### **▲** Ambiente marinero y tradiciones asturianas

Todos los pueblos v | vive en Asturias. aldeas de Gozón v Carreño cuenta con sus Nacimientos, pero el que sorprende por sus dimensiones es el de Luanco ya que sus figuras son de gran tamaño y ocupa gran parte de la plazoleta de la Torre del Reloj, una construcción de 1705 con una altura de 14 metros y uno de los pocos ejemplos de arquitectura civil del siglo XVIII que per-

Este Belén gigante de ambiente marinero, idea de las hermanas Samoano (Angelines, Maribel y Rosa), cuenta con una decena de figuras y elementos marineros como embarcaciones. aparejos, gaviotas... Mezcla las tradicionales figuras del portal de Belén con pescadores arreglando sus redes o vendiendo sus productos.



Luanco monta su Nacimiento en la Torre del Reloj

Otro nacimiento que combina paisaje y tradiciones asturianas con los símbolos navideños es el de la Iglesia de San Nicolás

con montes, osos, además de elementos que evocan a la Torre del Reloj de Luanco, la minería y la tradición marinera. El párroco don Rafael Lavandera, creador de este Belén, incorpora cada Navidad una figura que trae de sus viajes: "caballos y camellos de cuero de Egipto y Turquía o jaimas de Túnez"-nos comentó.

en Bañugues, Cuenta



### | | ITERATURA |

on 5 o 6 años su madre encontraba escritas historias suyas, luego a los 11 años empezó a escribir una novela que nunca terminó y a los 15 empezó a tomárselo en serio y a enviar sus escritos a editoriales y revistas, aunque confiesa "tengo cosas escritas que no enseño a nadie, ni mi a mi mujer ni a mi familia".

Daniel Menéndez compagina su trabajo como profesor de Biología y Química en un Instituto de Avilés con su faceta de escritor sin olvidar sus obligaciones como padre y esposo. Nunca imaginó que su primera novela, "La leyenda de Jay-Troi: El Inmortal" consiguiera el éxito que está cosechando.

### Pregunta. ¿Qué ingredientes le encuentra a la novela para que te hayas animado a publicarla?

Respuesta. Me gustó como quedaba porque la mayoría de lo que escribo no me gusta. Está escrita de manera muy entretenida, adictiva, la empiezas a leer y no la puedes dejar, está narrada de forma sencilla, no hay muchas descripciones, los capítulos son cortos.

# P. Además de entretener, ¿incita a reflexionar sobre la vida, lo que nos rodea?

**R.** No, es literatura de evasión, no hay que buscarle más intenciones, otra cosa es que alguien puede ver algo más allá. Son historias escritas para entretener.

### P. ¿Te has inspirado en escritores de este género?

**R.** Soy lector de todo aunque me decanto por la ciencia ficción. Conscientemente no me

Echo de menos salir a la calle y no encontrarme con amigos como en Candás, no necesitaba quedar para verlos

he inspirado en ninguno, pero cuando lo acabé me di cuenta que se parece más a "Conan" aunque no lo leía desde que tenía15 años, debía estar en mi inconsciente.

### P. ¿Has dejado el final abierto?

**R.** No, es una historia que concluye, algunos lectores me piden una continuidad, seguramente haré una segunda parte aunque la historia no la pida, pero ahora estoy escribiendo otra novela.

### P. ¿Fantástica?

R. No, de ciencia-ficción, sucede dentro de cien años. pero no hay robots ni naves espaciales.

### P. ¿Hay algo de Candás en la novela?

**R.** No, de Asturias, los paisajes que son muy importantes en la historia, hay mucha piedra caliza.

### P. Ahora que vive en Gijón, ¿echa de menos Candás?

R. Me fui por motivos familiares y venimos siempre que podemos, pero echo de menos salir a la calle y no encontrarme con amigos como hacía en Candás, no necesitaba quedar con nadie para verlos. P. Es de Candás, vive en Gi-

# jón y trabaja en Avilés, ¿qué hace un profesor de Biología y Química escribiendo novelas fantásticas?

**R.** No tiene mucho que ver y sorprende mucho, pero no es raro. Hay muchos escritores que han sido físicos, ingenieros, médicos, hay muchos que se dedican a la ciencia.

### P. ¿Doble personalidad?

**R.** La literatura es patrimonio de todos, a los científicos les gusta investigar, explorar y cuando escribes también indagas, profundizas en las historias, en los personajes, el método científico es más ra-

cional y la literatura no, no indago, creo historias.

### P. ¿Tienes alguna manía de escritor?

**R.** No, soy muy caótico, no tengo ninguna manía para escribir, escribo a ordenador ni siquiera tengo una libreta, tampoco horarios, escribo cuando tengo libre, a veces me paso días enteros sin escribir.

### P. ¿Has pensado dedicarte sólo a la literatura?

R. Nunca me lo he planteado porque es prácticamente imposible, me gusta escribir y es un entretenimiento, la mayoría de los escritores no pueden vi-

vir de sus novelas, tienen otros trabajos. Para eso tendrías que vender muchísimos ejemplares al año y uno no saca novelas todos los años.

### P. ¿A favor de los libros digitales?

R. Ni a favor ni en contra. A mí no me gusta nada, me gusta la sensación de tocar las páginas de un libro al pasarlas. Con la edición digital se ahorra mucho dinero aunque para el lector no sea tan barato, pero se ahorra en papel, almacenaje, librería...pero con los precios de los libros digitales se está fomentando la piratería

como pasó con las películas...
Otro de los problemas es que si un lbook se te estropea a lo mejor no puedes ir enseguida a comprar otro o a repararlo porque no tienes dinero, en cambio un libro no se te rompe tan fácilmente.

### P. ¿Se acabará con aquella moda de que los libros servían para adornar estante-

rias?

R. Espero que no, además de adornar estanterías también se leían, además el lector que no puede comprar libros va a las bibliotecas, a mí me gusta tener las estanterías con libros

vez, saliendo victorioso de cada envite del destino y que cambiará para siempre el mundo en el que vive. Es la historia de un héroe desde que era pequeño y que le hace ganarse el sobrenombre del inmortal, pero no es el típico que admira todo el mundo, muchas veces es despreciado y acaba siendo rechazado.

### P. ¿Hay héroes en la vida real?

**R.** En el sentido de éste sí, no está absolutamente convencido de hacer las

cosas porque sí sino que tiene motivos distintos a los que podría tener uno tradicional como hacer el bien, es más humano.

### P. ¿Se siente reflejado en Jai-Troy?

**R.** No creo que haya nada, ningún parecido, digo creo porque puede haberme traicionado el subconsciente.

cuando quiero.



"La leyenda de Jay-Troi: El inmortal",

más allá de la fantasía

"En un lugar olvidado.

unos viajeros descansan

tras una larga jornada al

calor de un fuego. La apa-

rición de un enigmático

anciano los sorprende en

mitad de la noche. Cuan-

do uno de los viajeros en-

tona la balada del Inmor-

tal, el anciano, enoiado, le

ordena callar. No desea

escuchar la canción de

Jay- Troi, el legendario

guerrero al que hasta la

misma muerte teme, pues

él conoce la verdadera

historia. Su cansada voz

comienza a narrarla y los

P. ¿Quién es Joy-Troi?

candansín.

viajeros callan..." así comienza esta nove-

la de género fantástico escrita por el autor

R. Es un héroe atormentado, aclamado y

odiado cuya espada es su único refugio. Un

hombre que desafiará a la muerte una y otra

porque así puedo leerlos

# P. ¿Cómo ves el futuro de la literatura o mejor el presente?

R. Complicado, cada vez se apuesta más por fórmulas determinadas, las editoriales no están abiertas a la recepción de nuevos talentos aunque digan que si y lo digo por experiencia. En las pequeñas tienes más posibilidades, pero si éstas desaparecen... luego Internet se ha convertido en una jungla, cualquiera puede colgar sus trabajos ahí.

**8** L' ESPUMERU | DICIEMBRE 2012

Javier Artime,

Fundador de "Luanco, Recuperación de Tradiciones"

"Con el paso de los años hemos ido perdiendo nuestra identidad a pasos agigantados"

Una tarde ante su ordenador reflexionó sobre el escaso ÉXITO DEL SOCORRO Y DECIDIÓ ABRIR UNA PÁGINA EN FACEBOOK PARA RECUPERAR LAS TRADICIONES DE SU PUEBLO

os recuerdos de su infancia v las historias que le contaban de pequeño iunto con las vivencias de sus antepasados y el ver cómo las tradiciones se iban perdiendo poco a poco le impulsaron a utilizar las redes sociales para recuperar el tiempo perdido, aunque P. ¿Por qué en Facebook?: nunca imaginó la repercusión que iba a tener: www.facebook. com/luanco. recuperaciondetradiciones.

### Pregunta. ¿Por qué "Luanco, recuperación de tradiciones"?

Respuesta: Para reivindicar las tradiciones de nuestro pueblo. Estaba en casa, acababan de celebrarse las fiestas del Socorro y casi no me había enterado porque en las calles apenas había gente, no

se respiraba el ambiente de años pasados y no solamente por la crisis sino que con el paso de los años hemos ido perdiendo nuestra identidad a pasos agigantados. No sólo es cuestión de dinero, sino de querer hacer las cosas y dedicar

R. Las redes sociales se han convertido en el mayor canal de difusión. La abrí para que los luanquinos compartieran sus recuerdos. Colqué alguna foto, pero no me podía imaginar el aluvión de fotos que fueron colgando, es impresionante...

### P. Y ya ha creado una Asociación...:

R. Sí, contacté con algunos de los que más información subían a la red, con ellos la he fundado, somos cinco y con alguno no tenía trato ninguno v otros ni siquiera los conocía.

### P. ¿Ampliaran el número de socios?

**R.** No, ya es difícil ponernos de acuerdo entre nosotros, aunque tenemos una idea común. Tampoco queremos socios para que financien la Asociación, con que colaboren comprando lotería de Navidad ya

### P. Pero, ¿necesitarán dinero?

R. Lo hice sin ánimo de lucro, quería recuperar nuestras tradiciones, aquellas fiestas en las que éramos felices. Desde que se ha montado las hemos recuperado y sin dinero, sólo con trabajo y apoyo de la gente.

### P. ¿Cómo cuáles?

R. Los cabezudos, ya lo había intentado

la Asociación Juvenil Peñes para el Socorro v cómo no lo consiguieron les deiaron las de Candás, nosotros las recuperamos y las juntamos, estaban desperdigadas, deterioradas y las arreglaron en el Museo Marítimo, las dejaron como nuevas y las llevaron los de la Asociación Peñes en el Carmen. Cuando vi a los guajes corriendo delante de los cabezudos me tocó la fibra sensible, me recordaron mi infancia.

### P. Hablando del Carmen fue un gran éxito conseguir que los luanquinos se vistieran de marineros...

R. Sí, tuvimos cuatro días a tope, no pensaba que fuera tanta gente, fue impresionante ver cómo estaba el Muelle, con gente vestida de marinera y la que menos te esperabas, algunos fueron los que más criticaron la iniciativa y luego estaban los primeros. Con un pañuelo conseguimos unir a los gozoniegos gracias a nuestra página, pero la gente mayor se enteró por

### P. Hay quien dice que esa vestimenta es

R. Este tipo de ropa es típica de toda la Costa Cantábrica, desde Galicia hasta el País Vasco, no es patrimonio de Candás ni de ningún pueblo marinero.

### P. ¿La rencilla entre Candás y Luanco

R. Son tonterías absurdas, todos estamos emparentados familiarmente, en el fondo nos llevamos bien. En cuanto a nuestras tradiciones, como los Festivales de la sar-

dina y del bonito empezaron aquí en Luanco y no en Candás, pero como no sabemos mantenerlas a la gente se le ol-

Lo hice sin

ánimo de

recuperar

ciones, las

fiestas en las

que éramos

felices"

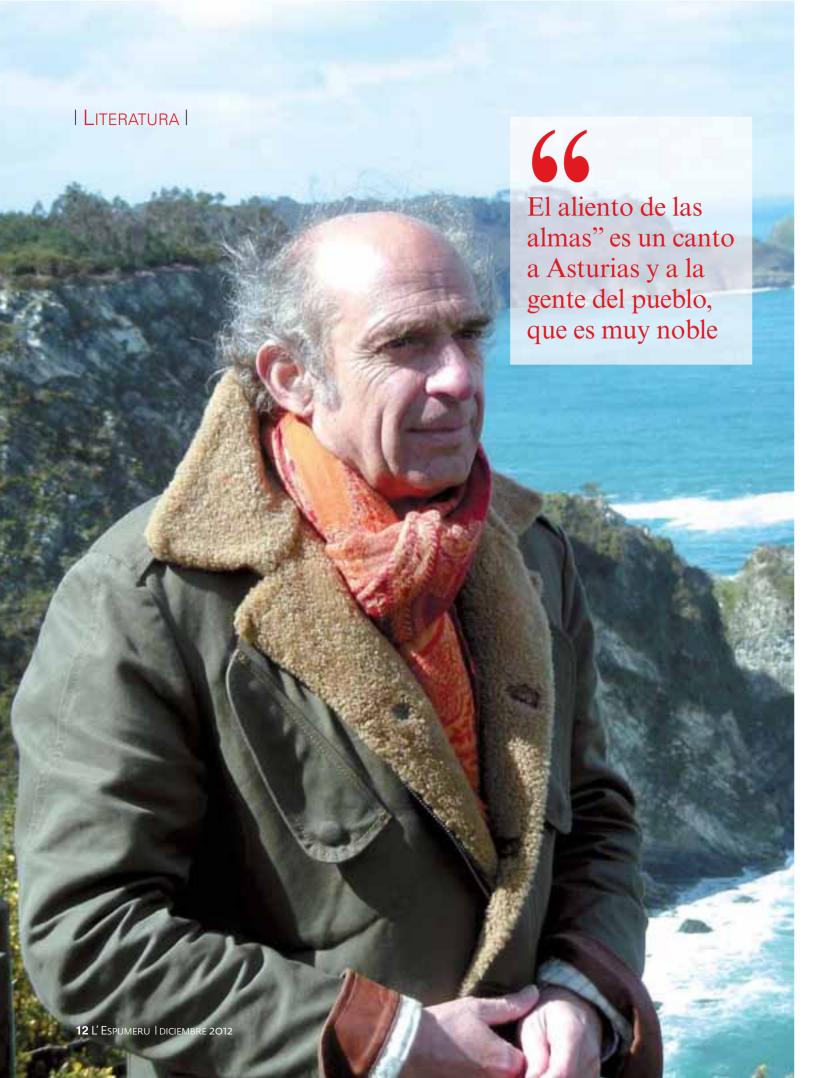
lucro, quería

nuestras tradi-

### P. ¿Qué proyectos tienen?

R. El próximo, el Socorro, que fue de dónde partió la idea, no es lo mismo que el Carmen porque es en invierno y entre semana, es una fiesta más íntima, hay menos gente de fuera. Recuperar la danza prima. la canción marinera, las carrozas por Santiago y Santa Ana, que eran espectaculares, llevar las verbenas para el Muelle porque son de origen marinero. No tengo ningún interés personal ni económico. Además estamos recuperando "La Parpayuela" en digital, en la que colabora la gente escribiendo artículos.

10 L'ESPUMERU | DICIEMBRE 2012 DICIEMBRE 2012 L'ESPUMERU 11



# José Luis Hinojosa, Escritor y Empresario

# "No llevaba doble vida, empecé a escribir hace tres años"

Toda su vida se dedicó a los negocios y cuando se jubiló descubrió el arte de escribir. Su segunda novela "El Aliento de las Almas" está ambientada en Asturias

ompré unos cuadernos ecológicos y me dije voy a empezar a escribir algo y empecé a contar una historia relacionada con la Bolsa..." así fue como José Luis Hinojosa descubrió su vocación tardía como

escritor, a los 62 años. Desde entonces no ha parado de escribir y ya ha escrito dos novelas: "En los días siguientes", que será traducida al islandés y "El aliento de las almas", que acaba de ser publicada

Hinojosa se incorporó a la empresa

familiar (Grupo Cortefiel) siendo muy joven compatibilizándolo con sus estudios y trabajó en ella hasta el 2005, año en que se vendió y decidió orientar su vida hacia otros caminos, el de la literatura. Casado y con hijos aprovecha su tiempo libre para escribir.





M° Jesús y Pipi C/ Ramón y Cajal n° 5. Luanco Tel. 670 66 58 50 667 43 26 37







Teléfono: 984 84 65 72



### l Opinión I

### Pregunta. ¿Cómo pasó de ejecutivo a escritor?

Respuesta: Yo no llevaba una doble vida porque empecé a escribir hace tres años. mi mentalidad era distinta, nunca había entrado en los entresijos de la literatura como escritor.

### P. ¿Cómo surgió su inspiración para "El aliento de las almas"?

R. Un día me puse a escribir empezando con un tipo en una casa mirando el paisaje asturiano, poco a poco fueron surgiendo personaies, situaciones porque duermes, comes v vives todo el día esa historia y te tienes que dejar llevar. No empecé a escribir porque tuviera una historia en la cabeza, fue sin premeditación, los personajes dominan al escritor.

### P. ¿Qué diferencias hay entre Javier, el protagonista de su primera novela y Antón, el de la segunda?

**R.** A Javier, las circunstancias le obligan a cambiar de vida. Antón decide cambiar la suva.

### P. ¿Hay vida después de la ambición?

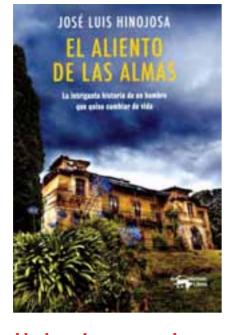
**R.** Ésa es la percepción que los lectores tienen, pero los autores hasta que no nos leen con profundidad no tenemos la percepción de lo que hemos escrito. La apreciación que tiene el lector es muy distinta a la que vo pueda tener, cuando el autor termina la obra ya está en manos del lector, que es el que opina.

### P. ¿El hombre es dueño de su tiempo?

R. Dueño del todo no se es porque estás pendiente de muchas cosas, es como decir que la felicidad completa existe, en el caso de Antón éste no es dueño del tiempo porque nosotros tampoco somos dueños de nuestro tiempo, siempre hay limitaciones por la sociedad, por el trabajo, la familia...

### P. ¿Ha conocido a muchos Antón en su vida?

R. No he conocido a muchos, es un personaje imaginario, la gente no se atreve a dar ese paso tan fácilmente aunque tenga colchón, la suerte es que tiene dos



Un hombre que quiso cambiar de vida. "En una tarde lluviosa en Asturias, Antón, que trabajaba en un banco, ve la figura de una mujer mirando hacia el mar al borde de un acantilado. Segundos después ésta ha desaparecido y desde ese mismo momento Antón se dedicará a intentar descubrir quién era esa misteriosa mujer..." Según José Luis Hinojosa, "Antón no se lanza al vacío sin paracaídas, abandona los horarios y la dependencia de sus sentimientos pero se lleva a sus clientes, es romántico y práctico". En esta novela, el escritor madrileño

cuenta la intrigante historia de un

de personajes que viven al límite.

hombre que quiso cambiar de vida,

cosas a su favor: No está casado y no tiene hipoteca, que es lo que limita a la gente hov en día.

### P. ¿Cree que la familia y la hipoteca limitan a hacer lo que realmente se quiere?.

R. Mucha gente con un buen trabajo y con estudios y que quiere irse fuera, cambiar su vida profesional, no lo hace porque no puede ya que tiene muchas cargas familiares, dar ese paso es mucho más difícil y no quiero decir retirarse a un

pueblo de Asturias sino a países donde hay más oportunidades laborales que en España.

### P. ¿Tiene algo de autobiográfica?

R. No. nada, puede parecerlo porque pongo mucho sentimiento. Siempre hay parte de mí en todos los personajes porque me he dejado algo en ellos. Con el que más me identifico es el de Berta, en sus manías, quizás porque es una persona mayor que odia la tecnología, yo odio el móvil, no utilizo ordenador, tampoco me gusta hacer turismo, ni viaiar por viaiar...

### P. ¿Escribe a mano?

**R.** Sí, no me gustan los ordenadores ni los móviles, no entiendo la dependencia, es lamentable que vivamos pendiente de una pantalla, son útiles pero se ha creado dependencia y no sólo los jóvenes sino también los mayores. Es la autojustificación de estar haciendo algo y lo que están haciendo es perder el tiempo, hay que disfrutar de la vida, de lo que nos rodea porque pierdes contacto con la realidad.

### P. ¿Por qué en Asturias?

R. Porque me gustó la ubicación de la playa de la Ñora, en Quintueles, me sirvió de inspiración. Es un canto a Asturias, a los paisajes y a la gente del pueblo, que es aente noble.

### P. ¿Tiene alguna vinculación con nuestra tierra?

R. Si. emocional. He veraneado desde pequeño en ella, me gusta. Y también tengo una vinculación con Luanco, además de ir a menudo, en mis tiempos ióvenes tenía una novia allí v me iba de Luarca a Luanco a verla.

### P. ¿ Ha escrito la novela en Asturias?

**R.** No, escribo donde sea y a la hora que sea, no tengo disciplina, horario ni de lugar de trabajo, puedo escribir en casa, en el campo, a las 4 de la madrugada o a las 11 de la mañana. Odio que me digan lo que tengo que hacer, odio imponerme condiciones y horarios.

# Las Navidades de...

### Ma Jesús Ruiz

detallito especial que nos haga sentir la magia de la Navidad. Acabo de regresar de un fin de semana en Venecia y mi ritual después de cada escapada es poner en orden el aluvión de ideas que he cogido para hacer de este año un verdadero lujo, con poco dinero y cargado de AMOR.

Me perdí en la casa de perfumes "Santa Maria Nouvelle" donde hacen aromas fantásticos y personalizados, además de ambientadores naturales con esencias riquísimas que nos hacen sentir cuando llegamos a casa en el mejor hogar del mundo, el nuestro, el que creamos todos los días.

Este mes a la hora de ir de "shopping" no me separaré del calzado cómodo para callejear sin pereza. Para mí las UGG australianas nunca pasarán de moda, supercalentitas, las adoro, parece que vas entre nubes! Además de un vaquero de Salsa que realzan el trasero haciéndote sentir ¡superatractiva! Para resguardarme del frio nada mejor que un plumas de Moncler e ir bien abrigadita para pasear en las engalanadas calles que se visten tan fastuosas durante estos días.

Y para cuidar bien nuestra piel he descubierto lo último en Shiseido, el jabón Extra Rich Future Solution XL que se aplica

previamente a la loción concentrada. Sentirás tu piel como la seda!!! Y no nos podemos olvidar del cabello. Me estov aplicando un serum en crema que ha creado Lorena Morlote de medios a puntas y lo pongo en cualquier momento, y me deia el cabello nutrido para estos días tan fríos. Un lujo que nos merecemos todos después de un completo año de trabajo...

Pero no sólo hay que cuidarse por fuera...!! Ya sabéis que el bienestar interior y el equilibrio es fundamental para que se refleje en nuestra piel. Creo que todos deberíamos hacer al mes un propósito, y el mío para estos días tan ajetreados es tomarme con calma cualquier situación y que el estrés y las prisas no se apoderen de mí. Creedme, acelerar las escenas de la vida nunca da buen resultado. ¡¡¡A saborear cada momento!!!.

He estado cotilleando por algunas tiendas y creo que mi mesa se va a vestir de burdeos y dorados, quiero que la calidez me envuelva y voy a dejar que tiempos pasados protagonicen

n estas fechas tan señaladas todos buscamos un los manteles y vajillas, así como cristalerías doradas, que para estos días quedan ideales para brindar porque gracias a la vida celebramos un año más.

> Pero lo que realmente nunca puede faltar en una NAVIDAD es el AMOR, es el hacer las cosas con las personas a las que quieres y que te quieren porque todos nosotros necesitamos del amor, pero en estas fechas más aún si cabe, y sólo se forja teniendo al lado a esas personas que te hacen sentir que eres especial. Para mí, que he viajado mucho sola y he estado viviendo sola algunos años, valoro muchísimo estas fechas porque significan reencuentro, comidas caseras, tertulias llenas de alegría, en definitiva, el alimento del alma para estar cerca de esa palabra mágica que es la FELICIDAD.

> Os voy a contar un secreto muy personal, pero me apetece compartirlo con todos, para el que quiera que lo copie, y si alguien disfruta la mitad que vo al hacerlo me daré por ¡¡satisfecha!! suelo preparar el árbol de navidad días previos a toda la celebración, normalmente a principios de diciembre, supongo como el resto de los mortales. Después de poner los regalitos al regazo de los adornos y bolitas, meto entre las hojas unos sobres, cada uno de ellos con cada nombre de las personas que nos vayamos a reunir en Nochebuena a cenar. El sobre va

> > dirigido a una persona, e invento una "prueba" a

realizar por dicha persona, y sólo si la supera tendrá derecho a abrir su regalito. Creedme es divertidísimo, entretiene una barbaridad, participa toda la familia y a los niños les apasiona.

Dichas pruebas suelen tratarse del típico juego de la silla, llevar durante un recorrido una manzana entre dos personas solo utilizando la frente, cantar una canción mientras haces cualquier otra cosa, desfilar por la casa cargado de algo o ataviado....etc. hay miles, y solo cuenta ¡¡¡la imaginación!!! Animaros estos días tan especiales, vo me siento como una niña los días previos v durante las fiestas además de pensar en que todo éste perfecto, intento que todos los corazones a mi alrededor se sientan llenos de

Hasta muy pronto amigos, disfrutad mucho y que nuestra única obligación estos días sea ser felices.

iiiFELIZ NAVIDAD!!!

Lo que realmente nunca puede faltar en una NAVIDAD es el AMOR



Actriz, modelo v presentadora de TV

14 L'ESPUMERU | DICIEMBRE 2012

| ESPECIAL | I ESPECIAL

# Primer Concurso de Tapas de Luanco

"a mal tiempo buena cara"...Estamos en plena campaña navideña y necesitamos desconectar de nuestros problemas, vivir el presente y mirar el futuro con optimismo... Y los hosteleros de Gozón apuestan por ello, quieren que olvidemos por unas horas nuestros quebraderos de cabeza y probemos su excelente cocina, para ello han organizado el I

icen que "las Concurso de Tapas de Luanco, sidra, pero según el tipo de tapa que se celebra desde el 30 de noviembre hasta el 9 de diciembre en la mayoría de los restaurantes de Luanco.

La Asociación de Hosteleros de Gozón, presidida por Ramón Menéndez, nos recomiendan diferentes tapas, dependiendo de nuestros gustos, desde pescados y moluscos del Cantábrico, carnes rojas de Asturiana de los Valles o de caza hasta setas. chorizo, longaniza, quesos asturianos...ytodo regado con la bebida asturiana por excelencia, la que elijamos o dependiendo de nuestros gustos podemos optar por el vino, la cerveza o refres-

Ésta es la primera vez que to, entre otras. se organiza el I Concurso de Tapas de Luanco, cuyo objetivo es promocionar la gastronomía del Concejo además de su turismo aprovechando el puente de la Constitución para unos, de la Inmaculada, para

Pero, alo largo del año los restauradores gozoniegos celebran diferentes Jornadas gastronómicas como la Calderada, la Jornada de la Matanza y la Fariñona, del Pedreo, el Concurso del Pincho o el Festival del Boni-

Una buena manera de aprovechar el "puente" es ir de compras navideñas por el mercadillo de "Adelántate a la Navidad" y después ir a degustar las sabrosas tapas de los restaurantes y bares, o al revés, primero comemos y luego compramos los

iiiANIMATE!!!



# "Adelántate a LA NAVIDAD"

n épocas de crisis hay que agudizar el ingenio para sacar provecho a nuestro bolsillo y sobre todo en esta temporada del año en la que queremos tener un detalle con nuestros seres queridos y por supuesto con los pequeños de la casa.

Pensando en nuestra economía de cara a las Navidades, GEYCA (Asociación de Comerciantes y Empresarios de Gozón) organizará la Feria "ADELÁNTATE A LA NAVI-DAD" en el puente de la Constitución o de la Inmaculada, los días 7, 8 y 9 de diciembre en el Parque Zapardel, junto a la Casa de Cultura (Luanco), de 11 a 21 horas. Esta Feria "avudará a promocionar el comercio local y la economía de nuestros clientes"-nos comentó la presidenta de Gevca. Irene Alba.

En esta iniciativa colabora el Ayuntamiento de Gozón y la Cámara de Comercio de Avilés. En la carpa habrá puestos de ropa, cosmética, lencería, floristería, pesca y deportes, entre otros.

Además de poder comprar, habrá actividades para nuestros hijos como talleres y dibujos, que tendrán premio, música y alguna sorpresa.

> iiiADELANTATE A LA NAVIDAD!!!



16 L'ESPUMERU | DICIEMBRE 2012 DICIEMBRE 2012 | L'ESPUMERU 17

# Año



# 2013

### Enero

L M X J V S D
1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12 13
14 15 16 17 18 19 20
21 22 23 24 25 26 27
28 29 30 31

### Febrero

L M X J V S D
1 2 3
4 5 6 7 8 9 10
11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24
25 26 27 28

### Marzo

L M X J V S D
1 2 3
4 5 6 7 8 9 10
11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21 22 23 24
25 26 27 28 29 30 31

### **Abril**

L M X J V S D
1 2 3 4 5 6 7
8 9 10 11 12 13 14
15 16 17 18 19 20 21
22 23 24 25 26 27 28
29 30

### Mayo

L M X J V S D
1 2 3 4 5
6 7 8 9 10 11 12
13 14 15 16 17 18 19
20 21 22 23 24 25 26
27 28 29 30 31

### Junio

A STATE OF THE REAL PROPERTY.

L M X J V S D
1 2
3 4 5 6 7 8 9
10 11 12 13 14 15 16
17 18 19 20 21 22 23
24 25 26 27 28 29 30

### Julio

L M X J V S D
1 2 3 4 5 6 7
8 9 10 11 12 13 14
15 16 17 18 19 20 21
22 23 24 25 26 27 28
29 30 31

### Agosto

L M X J V S D
1 2 3 4
5 6 7 8 9 10 11
12 13 14 15 16 17 18
19 20 21 22 23 24 25
26 27 28 29 30 31

### **Septiembre**

L M X J V S D
1
2 3 4 5 6 7 8
9 10 11 12 13 14 15
16 17 18 19 20 21 22
23/30 24 25 26 27 28 29

### **Octubre**

L M X J V S D
1 2 3 4 5 6
7 8 9 10 11 12 13
14 15 16 17 18 19 20
21 22 23 24 25 26 27
28 29 30 31

### **Noviembre**

L M X J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

### **Diciembre**

L M X J V S D
1
2 3 4 5 6 7 8
9 10 11 12 13 14 15
16 17 18 19 20 21 22
23/30 24/31 25 26 27 28 29

# Ferrero: "Bodas de Plata"

EL NOMBRE DE ESTA ALDEA DEL CABO PEÑAS DERIVA DEL LATÍN "FERRUM" (HIERRO). TRAS DESAPARECER LA FIGURA DEL ALCALDE PEDÁNEO, SE CONSTITUYÓ LA ASOCIACIÓN DE VECINOS, QUE RECIENTEMENTE HA CUMPLIDO 25 AÑOS

uando Ignacio
Artime era edil
de Gozón nombró alcalde pedáneo de Ferrero a Benjamín Suárez
(Jamin Venturo), un alcalde sin
ánimo de lucro y sin sueldo,
que mediaba entre vecinos y
Ayuntamiento: "no me lo esperaba, me lo pensé bastante,
pero me di cuenta que era la
forma de luchar por conseguir
mejoras para todos los vecinos y alguna cosa logramos".

Tras la desaparición de esta figura, Ferrero constituyó la Asociación de Vecinos, que empezó a funcionar en otoño de 1987, siendo presidente José Francisco Granda, cargo que ostentó hasta hace seis años y le sustituyó Flor Polo, actual presidenta.

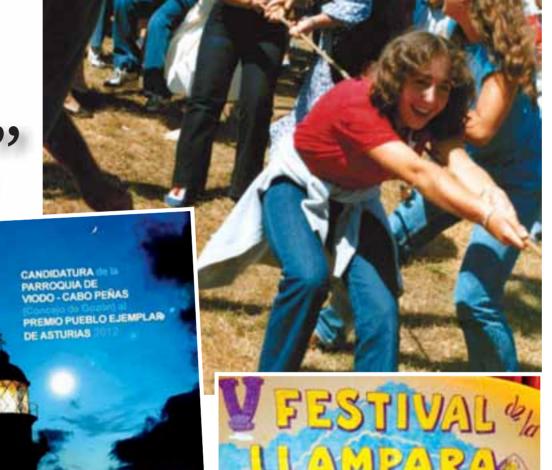
El primer verano organizó el Festival de la Llámpara, con éxito y en el que se degustaba llamparada, tortilla o empanada de llámpares, platos acompañados con sidra, bebida que nunca falta en una fiesta de "prau". "Todo el pueblo participaba, ahora no tanto porque envejecimos y la juventud no se presta tanto, los vecinos se han ido fuera, éramos una piña, lo hacíamos todo por el pueblo"-nos comentó José Francisco Granda.

En aquellos años la juventud estaba muy implicada, pero "había que ganársela porque no podíamos pretender que llegaran las fiestas y se pusieran a trabajar sin más. Conseguimos su involucración, teníamos un grupo de teatro "Parigüeles" (creado en 1988),

hicimos gira por Asturias, pero se disolvió porque los actores se casaron y marcharon del Ferrero, sino estaría entre los primeros de teatro costumbrista asturiano, era muy bueno y tenía mucho éxito"-nos explicó Granda.

Últimamente se contratan orquestas asturianas
para la verbena, fiesta y fiestin,
pero hubo años que se contrató artistas de moda, grupos
folklóricos e incluso pregoneros. Recuerdo con cariño la
lectura del pregón que hice en
el Club, sin ánimo de lucro sino
en honor a mi tierra y la de mi
abuela materna.

"El dinero que conseguimos es para gastos y lo que sobra para mejoras del pueblo, del Club (salón de actos, biblioteca...), cursos como el de Informática que hicimos recientemente, homenajes a gente del pueblo...Este año hemos tenido superávit y lo vamos a gastar en mejoras para el pueblo"-nos explicó la actual presidenta. El próximo volverán a presentar su candidatura a pueblo ejemplar en los Premios Príncipe de Asturias.



FERRERO - CABO PENAS

CON-FUNDACION MUNICIPAL DE DOZON

GOSTO

1.992



### De la "Llampara al Chipirón".

as primeras Fiestas del Ferrero, en honor de la Virgen de la O, tras la constitución de la Asociación de Vecinos fueron a mediados de agosto de 1988 y fue el año en que se celebró el I Festival de la Llámpara (Lapa) y en la que participaron casi todos los vecinos, unos cavando llámpares, otros preparando la sabrosa salsa y cocinándolas y todos colaborando en la organización y despachando en la barraca durante los tres días. El gran éxito de este Festival fue lo que motivó a que los vecinos continuaran organizándolo durante 19 años, pero el no poder cavar tantos kilos de llámpares (llegaron a superar los 800 kilos) en la comarca del Cabo Peñas y en Asturias obligó a los pescadores a ir hasta las costas gallegas y en algunas ocasiones burlando la vigilancia de la guardia civil costera, unido al envejecimiento y fallecimiento de algunos vecinos, hizo que la Asociación tuviera que cambiar este molusco por el chipirón. Desde hace seis años, el Ferrero organiza el Festival del chipirón, también con gran éxito y en la última edición tuvieron que recurrir al picadillo cuando se agotó.



En agosto de 1988 se celebró el I Festival de la LLámpara



Hace 6 años, la llámpara fue sustituida por el chipirón | ENTREVISTA |

| FNTREVISTA |

# Amador Rodríguez, Asociación de Turismo Rural "El Faro"

"Soy optimista, pero pasarán unos años antes de superar la crisis"

SASTRE, COMERCIANTE, HOTELERO..."ROMORY", COMO LE CONOCEN LA MAYORÍA DE LOS GOZONIEGOS, PRESIDE DESDE 1999 EL TURISMO RURAL DE LA COMARCA DEL CABO PEÑAS

Rodríguez decidió cambiar de negocio, abandonó su profesión de sastre y su tienda de confección para dedicarse de lleno al turismo rural, al Hotel Villanueva y a los Apartamentos La Rucha, en San Jorge de Heres (Gozón) y a su labor de presidente de la Asociación Turismo Rural de la Comarca R. Sí e inquieto. Antes de meterme en el Cabo Peñas "El Faro", fundada en 1999.

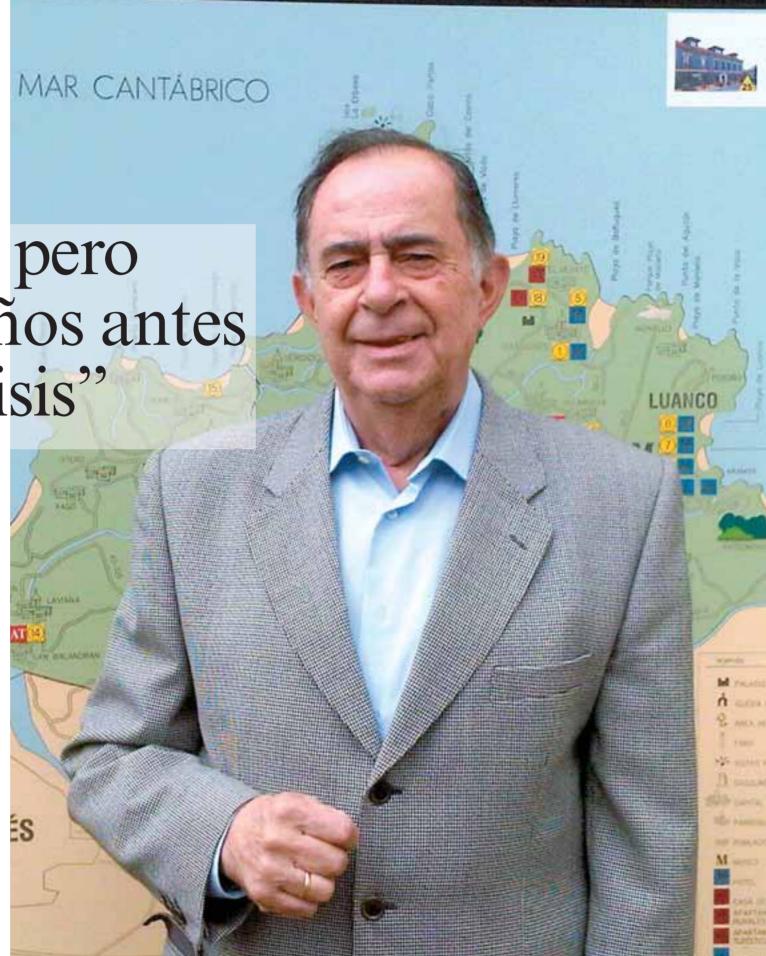
### Pregunta. ¿Qué le animó a cambiar la confección por el turismo rural?

**Respuesta.** Hace unos años, cuando solo había un hotel en Luanco y otro en Bañugues, se empezaba a hablar de turismo rural y además había subvenciones, entonces mis suegros tenían unas propiedades

unos años, Amador en San Jorge. Hablé con mi mujer y mis hiias, dos de ellas habían estudiado Turismo v la otra Económicas, v les pareció bien la idea aunque ninguna de ellas lleva el negocio, lo llevamos mi mujer yo pero los temas de publicidad e internet lo llevan ellas. Y nos lanzamos, primero a abrir el Hotel y luego los Apartamentos.

### P. Es un hombre muy emprendedor...

negocio hotelero fui presidente de la Asociación de Comerciantes y me sirvió de experiencia para "El Faro", al igual que mis años como sastre y en la tienda, aprendí a ser imparcial aunque tenga mis ideas políticas, pero como tenía y tengo todo tipo de clientes, procuro no meterme



G(0)74(0)N

Este verano fue el peor de todos, no perdimos dinero sino perdimos de ganar con relación a otros

### P. ¿Cómo están sufriendo la crisis eco-

R. Abrimos el negocio hace quince años y nos fue muy bien hasta que llegó la crisis, ahora sólo abrimos los meses de verano, Navidad, Semana Santa y puentes. Este verano fue el peor de todos desde que lo abrimos aunque no perdimos dinero sino perdimos de ganar con relación a otros años.

### P. ¿Optimista ante el futuro del turismo?

R. Soy optimista pero pasarán unos años antes de superar la crisis, antes de cinco o seis años no remontamos, prefiero engañarme pero lo veo muy difícil.

### P. ¿Cuál es el perfil de los clientes que visitan Gozón?

R. El perfil es el tipo medio, vienen de toda España, pero suelen ser de Madrid. Castilla-León, País Vasco y Galicia. La gente joven con niños se inclina más por los apartamentos que por los hoteles. Las estancias son cada vez más cortas, el tiempo medio que pasan los turistas en el concejo son siete días, aunque también los hay que están dos semanas o sólo dos días.

### P. ¿Qué proyectos tiene la Asociación?

R. Actualmente aún estamos planificando lo que haremos el próximo año, tenemos reuniones con el Ayuntamiento para trabajar juntos. De momento ya estamos preparando una página web de la Asociación porque cada vez más la gente reserva por internet.

| Entrevista |

## Paula Echevarría, Actriz

"Tengo los mismos miedos que cuando salí de Candás y además sigo soñando"

HACE DOCE AÑOS DEJÓ SUTIERRA NATAL PARA LO-GRAR SU SUEÑO: SER ACTRIZ. HA TRIUNFADO EN EL CINE Y LA TELEVISIÓN Y ADEMÁS SE HA CONVERTIDO EN UN ICONO DE LA MODA Y EN MADRE

a actriz candasina acaba de estrenar el thriller psicológico "Vulnerables" de Miguel Cruz, en la que encarna a una madre soltera que experimenta los miedos y las angustias de una madre primeriza, miedos que ella ha sufrido como madre con su hija Daniela, de 4 años, fruto de su matrimonio con el cantante David Bustamante.

Paula Echevarría, de 35 años, lleva doce años trabajando sin parar tanto en televisión como en el cine, la hemos visto en películas

como "Carmen", de Vicente Aranda
o "Luz de domingo", de Garci. Entre
sus proyectos está hacer una serie
de televisión, de la que no puede
adelantar nada y continuar con su
carrera en el cine. Profesión que
compagina con su pasión por la
moda, lo que le ha convertido en un
icono de la moda española y a escribir un
blog en la revista femenina "Elle".

Pregunta: ¿Qué es lo que te enganchó de "Vulnerables"?

Respuesta: La complejidad y la cantidad de







matices que podía darle a Carla, todo lo difícil es lo que te atrapa y te apetece hacerlo. Cuando leí el guión la primera vez se me pusieron los pelos de punta y me enganchó tanto que tuve que releerlo tranquilamente.

### P. ¿Qué te ha aportado este personaje?.

**R.** Aprendí mucho de Carla y de mí misma con este rodaje. Me he dado cuenta de hasta dónde pueden llegar mis límites. Fue un descubrimiento personal y profesional porque me impliqué mucho en este proyecto y cuando te implicas en tu trabajo tiene que salir bien.

### P. ¿Y tu maternidad al personaje?

R. Para empezar lo cotidiano, porque en la película se ve momentos de Carla como madre, bañando a la niña, cambiándole el pañal, incluso la forma de coger al bebé...eso para mí era familiar, lo hacía como si lo estuviera haciendo a mi hija. Y sólo una actriz-madre puede entender los miedos que tenía Carla cuando su hija se ponía mala, esa sobreprotección que puede parecer obsesiva, pero eso solo lo puede hacer una actriz que haya pasado por ello, no quiero decir que no se pueda interpretar si no

eres madre pero es más fácil. P. ¿La maternidad hace más vulnerable a la mujer?

**R.** Muchísimo, tienes más miedos, antes de ser madre era muy kamikaze, me subía a todo y en cambio ahora me da miedo hasta viajar en avión porque pienso que si se estrella, ¿qué le pasara a mi hija?. No me he convertido en hipocondriaca, pero respeto mu-

cho más mi vida desde que una persona depende de mí. Tengo una sensibilidad diferente, reparo en cosas que antes no reparaba, tengo una vela encendida constantemente, estoy más alerta.

La actriz interpreta a Carla, una madre soltera

### P. ¿Te animas a ser mamá de nuevo?

**R.** Jajaja, de momento no me apetece, no es por el trabajo, éste lo aparté cuando me

quedé embarazada porque me apetecía y lo volvería aplazar si me apeteciera, puedo excusarme en mil cosas menos en el trabajo, hay que ser realista.

### P. Tras el rodaje, ¿te llevas el personaje a casa?

**R.** No, ésta ha sido la primera vez que me he llevado un personaje a casa en los doce años que llevo trabajando, esa



El thriller de Miguel Cruz mezcla lo psicológico y lo sobrenatural

angustia, esa vulnerabilidad, esa claustrofobia me la llevaba conmigo porque me sentía agitada y eso era porque estaba implicada al cien por cien.

P. El miedo lo llevamos dentro, pero ¿a qué tienes miedo?

**R.** A muchas cosas, a que me falte gente, a sufrir, a que sufran los que tengo cerca y quie-

ro...luego lo cotidiano se va llevando, pero temo por las personas que más me importan.

P. Has trabajado con directores de renombre y te has arriesgado con un novel...

**R.** Me gusta descubrir nuevos directores porque los grandes ya sabes lo que hacen, pero los noveles no sabemos lo que pueden hacer. Trabajar con alguien que está

creando su primera obra es muy gratificante. Miguel podrá hacer muchas películas, pero ésta no se le va a olvidar en la vida y yo estoy ahí, además Miguel es novel, pero tenía muchas referencias de su trabajo al igual que el del mío porque hace muchos años que nos conocemos.

P. ¿Qué sientes cuando te ves en la gran pantalla?



Joaquín Perles coprotagoniza con Paula Echevarría "Vulnerables"

### ▲ De "London Street a Gran Reserva"

aula Echevarria consiguió su primer papel como protagonista en la serie de Antena 3, "London Street". pero antes había trabajado en "7 vidas", "Compañeros", "Policías" y "Al salir de clase". Hace dos años interpretó a Lucía Reverte en la exitosa "Gran reserva" (TVE), de la que ya se ha rodado la tercera temporada, cuya emisión está prevista para enero 2013. Además está pendiente del rodaje de una nueva serie aunque no

nada acerca de ella. P. ¿Cuándo veremos "Gran Reserva"? R. Creo que pronto. ¡Por fin se ve! Los telespectadores que la estaban viendo se merecen un respeto porque ya lleva año y medio sin emitir y quieren ver cómo continúa. Ya veremos qué pasa, rodamos la tercera temporada, pero el final quedó en el aire.

quiere adelantar

P. ¿Es cierto que vas a rodar una nueva serie y una película? R. Sí, tengo un proyecto de cine que no sé si podré hacerlo o no porque se ha ido retrasando la película, además tengo otro de televisión, una serie nueva y no sé

si se van a solapar los dos rodajes. P. ¿Te veremos rodar en Asturias? R. Hay algo, pero la televisión está fatal,



así que no lo veo factible. Lo que puede ocurrir, ahora que todas las productoras viajan y ruedan fuera se animen a hacerlo allí. Siempre se lo propongo a las productoras, cuando me dijeron que íbamos a rodar en La Rioja, les preguntés ¿porque no en mi tierra? P. Será porque no tenemos muchos viñedos R. No, pero se puede hacer de bodegueros sidreros, estaría encantada de trabajar aquí. P. Últimamente te vemos poco en co-

Street" y desde

vuelto a hacerla,

necesito hacer co-

aquella no he

media.

medias...

R. Sí, pero me encanta, en mi vida soy muy payasete, me gusta mucho reírme de mi misma. Me encantaría trabajar en un sitio donde pudiera reírme todos los días como me pasaba con "London" aquí. Salí ber qué p doce años tando una cine es la P. ¿La moditado en a hobby?, ¿ digan que moda?

R. La moditado y cantado y

**R.** Me sigue dando una vergüenza horrorosa, no me acostumbro a verme tan grande, me sigue alucinando todo como el primer día y doy gracias por ello. Siempre le digo a la gente que me rodea que si algún día me levanto un poco que me ayuden a bajarme, pero creo que hasta ahora lo he conseguido, sigo siendo la misma.

### P. ¿Qué queda de esa chica que salió de Candás para irse a Madrid a trabajar como actriz?

R. Queda todo, tengo los mismos miedos, bueno no, tengo más miedo, cuando llegué a Madrid era más inconsciente, pero sigo teniendo sueños y dando gracias cada día por poder seguir aquí. Salí de Candás sin saber qué podía pasar, y estar doce años después presentando una película mía en el cine es la pera.

P. ¿La moda se ha convertido en algo más que un hobby?, ¿Qué te parece que digan que es un icono de la moda?

R. La moda siempre me ha encantado y me encanta desde pequeña pero nunca pensé que la gente se fijara tanto en mi forma de vestir y aunque parece un trabajo para mí sigue siendo un hobby.

26 L'ESPUMERU | DICIEMBRE 2012 | L'ESPUMERU 27



NO HAY COMIDA DE NAVIDAD EN LA QUE EL TURRÓN NO ESTÉ PRESENTE, ES EL REY DE LA MESA A PESAR DE QUE VAYA ACOMPA-NADO DE DULCES NAVIDEÑOS COMO LOS POLVORONES, EL MAZAPÁN, LAS PELADILLAS O LAS UVAS PASAS

turrón, de oriaen español, va aparece mencionado en escritos del sialo XV con el nombre de terró y con el nombre de torró en 1507, lo que está claro es que es una herencia de la golosinería árabe y judía porque en casi todos los países donde han pasado estos pueblos

similares. Hay quien asegura que la cuna está en Cremona (Italia), también en el siglo XV pero hay fuentes que van más atrás y hablan de la época de la Roma imperial. Cierto o no, este dulce, elaborado con miel, almendras, azúcar y clara de huevos, ha dado origen a polémicas entre los alicantinos y los catalanes que

existen dulces como el turrón o quieren apropiarse de su ori-

En el siglo XVI existen documentos que acreditan que los municipios alicantinos obsequiaban a sus visitantes ilustres con turrones y pan de higos, pero en Navidades era tal su consumo que el rey Felipe, en 1595, llegó a prohibirles: "que en turrón y pan de higos para presentar la Navidad prohíbo v mando que no pueda gastar esa mi ciudad más de cincuenta libras cada año".

Aunque todo el mundo habla del turrón alicantino, tierra de almendras y panales, en nuestra tierra también se elabora artesanalmente, lo que no se sabe muy bien es cuando comenzó esta tradición, se cree que sus orígenes se remontan a las épocas en las que venían mercaderes de la Mancha ofreciendo quesos y miel de la Alcarria, fabricantes de helados alicantinos y valencianos y distribuidores de turrones y mazapanes. A finales del siglo XIX y principios del XX nupor todo el Principado (Candás, Luanco, Arriondas, Villaviciosa, Oviedo, Gijón...) se animaron a elaborar este dulce exquisito

¿Turrón duro o blando? Tradicionalmente había dos tipos, la denominación Jijona corresponde al segundo mientras que el duro se le adjudica a Alicante, quizás por su influencia mudéjar, pero también había un tercero. el guirlache, que se elabora con nueces en vez de almendras. Actualmente hay de todo tipo, dependiendo del gusto del consumidor, de yema, de coco, de chocolate, de frutas, de mazapán...¿Cuál prefieres?

merosos obradores repartidos

### Turrón de nata nuez

El turrón tradicional ha dejado paso a nuevas variedades como el turrón de nata nuez, que nos recomienda Helio Herrmanos para estas Fiestas.

### INGREDIENTES

- ☐ 460 gr almendra moli-
- □ 330 gr azúcar
- □ 20 gr leche en polvo ☐ 150 ml agua
- 80 gr nata 35%
- □ 200 gr nueces

### **PREPARACIÓN**

Mezclar todos los ingredientes, excepto las nueces, en la batidora a velocidad media. A continuación amasar bien v agregar las nueces, luego se echa en un molde rectangular y se debe prensar, al menos durante 24 horas, colocando peso encima. Pasado el tiempo se saca del molde y luego se amolda con nueces enteras.



EALICANTE - CALIDAD SUPERMA

hasta que hierva y el turrón se disuelva

A continuación retiramos del fuego y ponemos de azúcar a nuestro gusto.

Bañamoslasparedes de un molde grande o varios pequeños con carameloliquidoyecha-

### Flan de Turrón mos el flan.

Finalmente dejamos que cua-

### INGREDIENTES

- ☐ 1 turrón del tipo blando
- □ 1/2 litro de leche
- □ 2 cucharada de azúcar
- □ 1 sobre de preparado para flan
- □ 1 cucharada sopera de miel □ 200 ml. de nata líquida

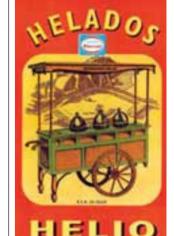
### **PREPARACIÓN**

Disolvemos el sobre del preparado para el flan en medio litro de leche, luego se le añade nata

Empezamos disolviendo el sobre del preparado en el 1/2 de

Luego añadimos la nata liquida.

Incorporamos la tableta de turróntroceada y llevamos al fuego



je en la nevera y listo.

28 L' ESPUMERU | DICIEMBRE 2012 DICIEMBRE 2012 L'ESPUMERU 29



NAVIDEÑO, SON MUY BENEFICIOSOS PARA NUESTRA SALUD PERO ADEMÁS SE UTILIZAN EN LA COSMÉTICA PARA HIDRATAR LA PIEL DE CARA Y CUERPO

néctar de los dioses". como era conocida la miel en el antiguo Egipto ha sido v es imprescindible en nuestros hogares. Hace 3.000 años ya se empleaba, recientemente se encontró en una tumba egipcia una vasija con miel en perfectas condiciones, fresca y comestible. También existen indicios que en Grecia y Roma antigua era un manjar con propiedades curativas.

Por su parte, los mayas llevaban los panales a su vivienda y los cuidaban hasta la cosecha, la empleaban en la fabricación del balché, bebida que utilizaban en los rituales religiosos y como moneda de cambio. Con la introducción de

la caña de azúcar y el desarrollo de haciendas azucareras, la miel pasó a segundo lugar como producto endulzan-

Es edulcorante y expectorante, suavizante de la garganta v vías respiratorias, cicatrizante. Nuestros antepasados descubrieron propiedades antisépticas, dietéticas, fortificantes, calmantes, laxantes, diuréticas y bacterici-

Aunque tiene más calorías que el azúcar, cuando se consume con agua tibia ayuda a digerir la grasa almacenada en el cuerpo y si le añades jugo de limón y canela te ayudará a reducir peso.

Contiene vitamina C, calcio, hierro y posee propiedades antimicrobianas. Facilita la digestión, regulariza el funcionamiento intestinal y disminuye la diarrea, calma la tos, tiene propiedades sedantes, es antihemorrágica, antianémica, antiséptica y posee una acción curativa sobre las heridas, mejora el rendimiento físico y el vigor sexual. Es eficaz para personas que padecen astenia o cansancio, estimula la formación de anticuerpos y su consumo es beneficioso para el corazón.

### **ALMENDRAS, REMEDIO DE TODOS LOS MALES**

Las almendras son fuente de energía y salud. Contiene alrededor de 160 calorías por porción; de los cuales 6 gramos son de proteínas, 6 gra-

mos de carbohidratos y 14 gramos de grasa, ¡pero la mayoría son de grasas buenas!. además su alto contenido de vitamina E. un poderoso antioxidante contra los radicales libres causados por el estrés v el enveiecimiento. ayuda a disminuir el colesterol que previenen enfermedades cardiovasculares.

Al ser fuente de fibra y ricas en calcio son recomendables para los niños en edad de crecimiento y para los ancianos, también para los diabéticos, que no dependen de la insulina porque la asociación de la fibra con los azúcares provoca una disminución en la velocidad de absorción de la glucosa, lo que el aumento de los niveles de

alucosa e insulina sea mode-

Tienen tantas cualidades que se las considera como "el remedio de todos los males" debido a las sales formadas por ácido salicílico, que constivo de la aspirina. Además por su alto valor calórico y proteínico, las almendras avudan a la regeneración del sistema nervioso y son un buen antiséptico intestinal.

tituyen el principal agente ac-

Las dosis recomendables de almendras para una persona sana es de 25 g al día (20 unidades). Gracias a la vitamina B, son beneficiosas para aliviar la fatiga, el estrés o el síndrome premenstrual y durante el embarazo por su ácido fólico.

La leche de almendras es una alternativa a la de vaca para quien no la tolere porque está libre de lactosa, hormonas y baja en calorías y carbohidratos, es rica en vitaminas A (ayuda a la salud de los ojos), D (fortalece dientes y huesos) y E (previene el cáncer) y contiene calcio añadido, que regula la presión arterial. Es cremosa y ligeramente dulce.

### Piel más suave

**S**i todas las ma-ñanas bebes leche endulzada con miel podrás tener una piel más suave, pero también hay productos de belleza que entre sus ingredientes incorporan miel valmendras, esenciales para hidratar una piel seca v sensible, alterada por un aumento de la pérdida insensible de aqua, sequedad v deshidratación, acompañada de picores y ro-

> Además, en esta época del año. nuestra piel necesita estar preparada para el frío, nutrida, suave y elástica. Para ello hay geles

de baño y cremas hidratantes especiales, que en su composición llevan como ingredientes miel 100 % natural, aceite de almendras y colágeno, como es el caso de productos Natural Ho-

También la firma

de cosmética Nuxe apuesta por productos naturales y tiene una línea basada en la miel como ingrediente estrella, muy beneficiosa para proteger no solamente nuestra piel de cara v cuerpo sino también nuestros labios que necesitan nutrirse, repararse y protegerse del frío del invier-



no y de la seguedad del ambiente debido a la calefacción.

Dependiendo de las flores que liben las abejas, las cualidades de la miel varían, por ejemplo, las flores de acacia, oriainarias de África. producen una miel que regenera, repara y refuerza la barrera cutánea para que pueda defenderse mejor ante las agresiones externas y la deshidratación.













30 L'ESPUMERU | DICIEMBRE 2012



### **■BOMBEROS**

Teléfono/s: 080

### ■ MUJERES MALTRATADAS

Teléfono/s: 016

### **■URGENCIAS**

Teléfono/s: 112

### GOZÓN

### ■ AGENCIA DE DESARROLLO LOCAL MAN-COMUNIDAD **DEL CABO PEÑAS**

Teléfono/s: 985.883.532 Fax: 985.883.638

E-mail: adl@mcabop.com

### **■ALCALDÍA**

Teléfono/s: 985.883.508 - 985.883.636 Fax: 985.882.373 E-mail: alcaldia@ayto-gozon.com

### ■ AVERIAS AGUA (AQUAGEST)

Teléfono/s: 985.883.659 - 620.058.966

### **■BIBLIOTECA**

Teléfono/s: 985.880.402 E-mail: biblioteca@ayto-gozon.com

### **■CASA DE LA CULTURA**

Teléfono/s: 985 880 402 E-mail: ccg@ayto-gozon.com

### **■CENTRO DE FORMACIÓN AGROALIMEN-TARIA**

Teléfono/s: 985.880.280 Fax: 985.882.486

### **■CENTRO INTERPRETACIÓN MEDIO MARI-**NO DE PEÑAS

### **DATOS DE INTERÉS**

Teléfono/s: 657.098.617 Fax: 985.882.644

### ■CENTRO DE SALUD DE LUANCO

Teléfono 985 88 17 15

### ■ COMPLEJO DEPORTIVO DE BALBÍN

Teléfono/s: 984.299.879 Fax: 985.883.630 E-mail: deportes@ayto-gozon.com

### **■CRUZROJA**

Teléfono/s: 985.881.646 E-mail: luanco@cruzroja.es

### ■ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA

Teléfono/s: 985.882.962 Fax: 985.882.962

### ■ FORMACIÓNY EMPLEO (Casa de la Escri-

Teléfono/s: 985.882.022 Fax: 985 882 486 E-mail: cfe@ayto-gozon.com

### ■MUSEO MARÍTIMO DE ASTURIAS

Teléfono/s: 985.880.101 Fax: 985.881.561

E-mail: museomaritimo@ayto-gozon.com

### ■ OFICINA DE INFORMACIONAL CONSUMO

Teléfono/s: 985.883.050 E-mail: omic@mcabop.com

### **■OFICINA MUNICIPAL DE TURISMO**

Teléfono/s: 985 882 644 Fax: 985.882.644 E-mail: oficinaturismo@ayto-gozon.com

### ■ OFICINATÉCNICA

Teléfono/s: 985.883.632 Fax: 985.881.393 E-mail: oficinatecnica@ayto-gozon.com

### ■POLICÍA LOCAL

Teléfono/s: 985.882.100 - 649.191.836 Fax: 985.882.707 E-mail: policialocal@ayto-gozon.com

### ■ POLIDEPORTIVO "Jenaro Fernández Die-

Teléfono/s: 985.883.535 Fax: 985.883.630 E-mail: deportes@ayto-gozon.com

### ■RADIOTAXI

Teléfono/s: 985.882.525

### **CARREÑO**

### ■ AGENCIA DE DESARROLLO LOCAL MAN-COMUNIDAD DEL CABO PEÑAS

Teléfono/s: 985.872.421 Fax: 985.872.522 E-mail: adl@mcabop.com

### **■ALCALDIA**

Teléfono/s: 985 870 205/06 Fax: 985.884.711 E-mail: sergenerales@avto-carreno.es

### ■BIBLIOTECA MUNICIPAL "GONZÁLEZ PO-SADA"

Teléfono/s: 985.884.624 E-mail: bibliotecadecandas@ayto-carreno.es

### ■CASA DE CULTURA

Teléfono/s: 985.870.205

### ■ CASA DE ENCUENTRO DE LAS MUJERES **DE CARREÑO**

Teléfono/s: 985 872 029 Fax: 985.872.029 E-mail: iqualdad@ayto-carreno.es

### ■CENTRO DE ESCULTURA MUSEO ANTÓN

Teléfono/s: 985.871.800 Fax: 985.871.901 E-mail: museoanton@ayto-carreno.es

### ■ CENTRO DE EDUCACIÓN DE PERSONAS **ADULTAS**

Teléfono/s: 985.885.061

### **■CENTRODE SALUD**

Teléfono/s: 985.871.216

### ■CENTRO POLIVALENTE"LA BARAGAÑA"

Teléfono/s: 985.872.406

### **■CRUZROJA**

Teléfono/s: 985.884.601 E-mail: candas@cruzroia.es

### ■ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA"MI-**GUEL BARROSA**"

Teléfono/s: 985.884.737/985.872.406 Fax: 985.884.737 E-mail: secretaria@emmusicarreno.com

### ■JUZGADO DE PAZ

Teléfono/s: 985.870.076

■OFICINA DE INFORMACIONAL CONSUMO

Teléfono/s: 985.871.111 E-mail: omic@mcabop.com

### ■OFICINA DE INFORMACION JUVENIL

Teléfono/s: 985.872.406 E-mail: oii@mcabop.com

### ■OFICINA MUNICIPAL DETURISMO

Teléfono/s: 985 884 888

### ■ PATRONATO DEPORTIVO MUNICIPAL"VI-CENTE LÓPEZ CARRIL"

Teléfono/s: 985.872.002 Fax: 985.872.002 E-mail: pdm@ayto-carreno.es

### **■POLICÍA LOCAL**

Teléfono/s: 985.870.597 - 610 79 40 81

• E-mail: policia@ayto-carreno.es

### **■RADIOTAXI**

Teléfono/s: 985.887.744

### ■TEATRO PRENDES

Teléfono/s: 985.871.021 E-mail: teatroprendes@avto-carreno.es

### FARMACIAS DE GUARDIA DICIEMBRE 2012, GOZÓN Y CARREÑO

### 1Y2DEDICIEMBRE

### ■ DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE

LLIANCO: DIAZ LLAMEDO, CECILIO C/MARIANO SUAREZ POLA, 6-33440

Teléfono: 985882222

Guardia no presencial MANZANEDA: GONZALEZ RODRIGUEZ, AME-

C/LA PEÑA - MOLINO 6-33449 Teléfono: 985882478

### ■ DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE

CANDAS: BERISTAIN URQUIZA, M. DOLO-RFS C/ARMANDO PALACIO VALDES. 6-33430

### ■6.8Y9DEDICIEMBRE

Teléfono: 985884960

### DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE

LUANCO: FERNANDEZ VIGIL. JAVIER C/MARCELINO RODRIGUEZ, 14 33440 Teléfono: 985880071

Guardia no presencial

### MANZANEDA: GONZALEZ RODRIGUEZ. AME-

C/I A PEÑA - MOLINO 6 - 33449 Teléfono: 985882478

### ■ DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE

CANDAS: BARROS MARTINEZ, EUSEBIC C/BRAULIO BUSTO, 6-33430 Teléfono: 985870576

### 15/16 DICIEMBRE

### ■ DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE

LUANCO MORI MENENDEZ, COVADONGA C/CONDEDELREAL AGRADO. 15-33440 Teléfono: 985880038

Guardia no presencial MANZANEDA: GONZALEZ RODRIGUEZ, AME-C/LAPEÑA-MOLINO 6-33449

### ■DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE

Teléfono: 985882478

CANDAS: PRIETO LOPEZ, MARIA TERESA AVDA. REINA CRISTINA S/N-33430 Teléfono: 985870093

### 22/23 DICIEMBRE

### DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE LLIANCO:

DIAZLLAMEDO, CECILIO C/MARIANO SUAREZ POLA, 6-33440

Teléfono: 985882222

Guardia no presencial MANZANEDA: GONZALEZ RODRIGUEZ, AME-C/LA PEÑA - MOLINO 6-33449

Teléfono: 985882478

### ■ DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE

CANDAS: BERISTAIN URQUIZA, M. DOLO-RFS C/ARMANDO PALACIO VALDES. 6-33430 Tel: 985884960

### 24/25/29/30 DICIEMBRE

### ■DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE LUANCO:

FERNANDEZ VIGIL. JAVIER C/MARCELINO RODRIGUEZ, 14 33440 Teléfono: 985880071

Guardia no presencial

### GONZALEZ RODRIGUEZ. AMELIA

C/LA PEÑA - MOLINO 6 - 33449 Teléfono: 985882478

### ■ DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE CANDAS:

BARROS MARTINEZ, EUSEBIO C/BRAULIO BUSTO, 6-33430 Teléfono: 985870576

### 31 DE DICIEMBRE 2012/1 ENE-**RO 2013**

### ■ DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE

LUANCO MORI MENENDEZ, COVADONGA C/CONDEDELREALAGRADO. 15-33440

Teléfono: 985880038

### Guardia no presencial MANZANEDA: GONZALEZ RODRIGUEZ, AMELIA C/LA PEÑA - MOLINO 6 - 33449 Teléfono: 985882478

### ■ DE 9 DE LA MAÑANA A 9 DE LA NOCHE

CANDAS: PRIETO LOPEZ, MARIA TERESA AVDA. REINA CRISTINA S/N-33430

Teléfono: 985870093

TALLERES DE NAVIDAD: Miércoles 26 y Viernes 28 de diciembre, de 6 a 7 tarde. Información 985 88 01 01. Imprescindible inscripción

# Ahora ya puedes venir a conocernos

MUSEO MARÍTIMO DE LUANCO Calle Gijón, 8 33440-Luanco (Gozón) Teléfono 985 88 01 01

www.museomaritimodeasturias.com

Presentando este cupón tendrás un de descuento para tí y tu acompañante

de martes a sábado de 11 a 14 h. v de 17 a 20 h. Domingos y festivos de 11 a 14 h. Lunes cerrado excepto puentes

**32** L'ESPUMERU | DICIEMBRE 2012



# "La Flor de Pascua, el adorno Navideño de tu hogar"

EN NAVIDAD, NUESTRAS CASAS SE DECORAN CONTODO TIPO DE ADORNOS ADEMÁS DE LOS TRADICIONALES ABETOS, BIEN NATURALES O ARTIFICIALES, PERO TAMPOCO DEBE FALTAR LA Flor de Pascua, originaria de México

a "Poinsetia" es una planta rante la noche y por de vistosos colores, aunque la más tradicional es la de color rojo, también las hay món. Se puede cultivar tanto en el interior de nuestra casa como en el jardín, aunque siempre que no haya heladas. La temperatura ambiente no puede ser ni extremadamente alta ni fría porque pueden producir la caída de las hojas, la ideal son unos 22 °C por el día y 16 °C du-

supuesto con humedad ambiental y suficiente luz porque su escasez también es causa de pérdida de hojas.

En cuanto al regadío es aconsejable que pongas la maceta unos 15 minutos en un cuenco o plato con agua tibia, luego retiras el agua sobrante que no haya absorbido para evitar que se pudra. Tam-

### Consejo práctico

Es muy sensible a los cambios bruscos de temperatura, la afectan demasiado, por eso cuando te la lleves a casa protégela del frío exterior con un plástico (normalmente vienen protegidas). Además cuando la compres fíjate que no haya demasiadas florecillas maduras en el corazón de las hojas, cuantas más haya menos te durará.

bién se puede poner sobre una capa de guijarros con agua en un cuenco sin que esté en contacto porque así conseguimos humedecerla. Con dos riegos por semana es suficiente, pero procura que entre riego y riego se seque en

parte el sustrato. Como siempre, hay que tener cuidado con no pasarse con el agua, puesto que se pudriría.

Una vez pasadas las fiestas navideñas puedes sacarla al jardín o al balcón siempre que no haya muchas heladas y las temperaturas no bajen de los 0º aunque esto no garantiza que vuelvan a aparecer las hojas rojas.



# REPRESENTACIÓN Y COMUNICACIÓN

comunicación
representación
modelos,
artistas,
cantantes,
actores
presentadores,
cine
y televisión

Gabinete de **Prensa**publicidad

Relaciones

Públicas

Todo lo que necesitas para tu empresa



www.hermehuelga.es

