



# ALBORAYA AL DIA

N.º 118. MAYO/JUNIO 2009 . 1,00 EUROS. CONCEJALÍA DE CULTURA - UNIVERSIDAD POPULAR - AYUNTAMIENTO



**DEL 5 AL 9 DE SEPTIEMBRE FIESTAS PATRONALES**



**PROGRAMA  
CULTURAL  
DE VERANO**

**TEMPORADA  
BAÑO 2009**

**VERANO INFANTIL-  
MEDIACIÓN  
ADOLESCENTES**



**FIN DE CURSOS U.P.**



**REFORMA Y AMPLIACIÓN  
UNIVERSIDAD POPULAR/BAR NUEVO**

**REDACCIÓN**

Equipo de redacción: Pepi Fuentes Sáez, Isabel Pardo Pérez, Isabel Sáez Borchés, Ángeles Núñez Herrero, Ana M<sup>a</sup> Martínez Mondéjar, M<sup>a</sup> Carmen Griñán Giménez, M<sup>a</sup> Carmen Núñez Núñez, Teresa Cuesta Alcaráz, M<sup>a</sup> José García Pardo y Mariví Carrión Mislata.

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

Fotos: Pepi Fuentes.

Coordinación: Mariví Carrión Mislata.

Edita: Universidad Popular/Ayuntamiento de Alborea.

Imprime: GRÁFICAS GOYZA, S.L.

Pol. Industrial, parc.2 C/D

Tel. 967 46 70 01 - CASAS IBÁÑEZ.

DL- AB. 247 - 89

**SUSCRIPCIONES 2009**

Ya se encuentran al cobro las suscripciones a este Informativo correspondientes al año de 2009, con los siguientes precios:

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

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

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

**ADIVINA DE QUIEN SE TRATA**

Todos los lectores que reconozcan a la persona que aparece en la foto, deben enviar su



respuesta, con nombre y apellidos de la persona a la que se refiere la foto, junto con sus datos personales a: Ayuntamiento de Alborea, Plaza Castilla-La Mancha, 2 o bien llamar al teléfono: 967 47 70 60

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

El ganador del número anterior es: M<sup>a</sup> Ángeles Martínez González



**DIPUTACIÓN DE ALBACETE**

**FIN DE CURSOS U.P. 2009**

11 de Junio a las 17,00 horas: JORNADA DE PINTURA y BOLILLOS a cargo de las distintas Aulas dirigidas por: Laura Encinas y María Rubio La jornada se desarrollará por la tarde a partir de las 17,00 horas, para todos los que quieran participar. Lugar: Casa de Cultura.

12 de Junio a las 22,00 horas: GRAN FESTIVAL DE DANZA a cargo de los/as alumnos/as de Danza, en el que pondrán en escena Danzas Manchegas, Rumbas, Danzas del Mundo y Coreografías, bajo la dirección de Juan Carlos Tárraga.

Lugar: Casa de Cultura.

13 de Junio a las 19,00 horas: PLAY-BACS, a cargo del grupo formado por: Joaquina Martínez Navalón, Ana M<sup>a</sup> Martínez Mondéjar, Noemi Mondéjar García, Encarna Jiménez Jiménez, Lolita Gomez Amoraga y Mercedes Villena Villena; bajo la dirección de M<sup>a</sup> Angeles Gimenez.

A continuación COREOGRAFÍAS AEROBICAS a cargo de los/as alumnos/os del curso de Aeróbic y Gimnasia de la Universidad Popular, dirigidas por Pepi Fuentes. Lugar: Casa de Cultura.

**FARMACIAS DE GUARDIA: JULIO 2009**

**1,2,3,4,5 FUENTEALBILLA** Avda. De Albacete, 8 tfno. 967472017, guardias localizadas 967472174; **CASAS IBÁÑEZ**, Lda. Cabot, C/ Correos, 16 tfno. 635318775, guardias localizadas tfno. 635318775.

**6,7,8,9,10,11,12 ABENGIBRE** C/ Lope de Vega, 1 tfno. 967471053, guardias localizadas tfno. 616715211, cerrado noche a partir 22 h., Ldo. Perez Arcas, c/ San Jorge, 20 tfno. 967467055, guardias localizadas tfno. 639760789.

**13,14,15,16,17,18,19 ALBOREA**, Plaz. Castilla-La Mancha, 2 tfno. 967477069, guardias localizadas 667 54 71 23 cerrado noche a partir 22 h. ; **CASAS IBÁÑEZ**, Lda. Cabot, C/ Correos, 16 tfno. 635318775, guardias localizadas tfno. 635318775.

**20,21,22,23,24,25,26 ALCALA DEL JÚCAR** C/ Callejón de la Virgen, 10 tfno. 967473016; guardias localizadas tfno. 678521370, **CASAS IBÁÑEZ** Ldo. Perez Arcas, c/ San Jorge, 20 tfno. 967467055, guardias localizadas tfno. 639760789.

**27,28,29,30,31 CASAS DE VES** C/ Claudio Solano, 91 tfno. 967475081; guardias localizadas 620483403; **CASAS IBÁÑEZ**, Lda. Cabot, C/ Correos, 16 tfno. 635318775, guardias localizadas tfno. 635318775.

**DEMOGRAFÍA**

DEFUNCIONES:

Emiliano Navarro Herrero, Dolores Núñez García, Anaclea Mondéjar García y Sergio Pardo Dominguez.

## TEMPORADA DE BAÑO

**2009**

El comienzo de la temporada de baño 2009, está prevista para el día 1 de Julio en la Piscina Municipal de Alborea

Los precios de la taquilla para la temporada 2009 son:

A.- Abonos de temporada:

A1.- Niños hasta 12 años: 20,00 euros.

A2.- Adultos a partir de 13 años, inclusive: 30,00 euros.

A3.- Abono familiar: 70,00 euros.

A4.- Abono Familia Numerosa: 60,00 euros.

B Entrada diaria:

B1.- Niños hasta 12 años, en día laborable: 1,00 euros.

B2.- Niños hasta 12 años, en días festivos: 1,50 euros.

B3.- Adultos a partir de 13 años, inclusive, en días festivos: 2,00 euros.

Niños hasta 3 años gratis.

El horario de apertura al público es de 11,00 a 14,00 y de 16,00 a 20,00 horas, todos los días.



## REFORMA Y AMPLIACIÓN UNIVERSIDAD POPULAR/BAR NUEVO

Han comenzado las obras correspondientes a la reforma y ampliación que afecta a la Universidad Popular y Bar Nuevo. Debido a un problema de cimentación se ha tenido que intervenir en la remodelación del edificio, sito en la calle Casas Ibañez, 2. Las obras que se acometerán afectan a la cocina, aseos, terraza y almacén del Bar Nuevo y a las aulas de Cocina, Educación de Adultos, Informática y Restauración de la Universidad Popular, dichas obras van con cargo al Fondo Estatal de Inversión Local.

Por todo ello se ha cerrado momentáneamente la Sala de Lectura Municipal, hasta que la seguridad para los usuarios sea plena.

## COMISIÓN DE FIESTAS 2009

La Comisión de Fiestas 2009, está formada por 14 personas, entre las que se encuentran un grupo de jóvenes y a la que tu puedes sumarte si lo deseas.

Hemos comenzado a trabajar de una forma desinteresada y a la vez comprometida, para que durante esos días puedas disfrutar y participar de forma gratuita de muchas actividades como: Verbenas, Charangas, Tiro Pichón, XII Cross Villa de Alborea, Gazpachos, Feria Infantil, Actividades infantiles, Discoteca-Móvil, Variedades, etc....



Todos podemos colaborar con las fiestas, unos lo hacen trabajando para todos, otros en actividades puntuales, echando una mano y otros con su aportación, que gracias a ella se pueden realizar algunas actividades, que sin esa colaboración no se podrían realizar.

Este año la Fiestas Patronales se realizarán del 5 al 9 de Septiembre y la presentación de la Reinas 2009 será el 29 de Agosto, así como actividades prefiestas.

Próximamente se realizará la guía comercial del libro de fiestas. Para ello, operarios del Ayuntamiento pasarán por las empresas para solicitar la participación en los anuncios del libro.

Los precios se mantienen desde hace ya varios años y les damos la oportunidad de llegar con su anuncio a muchas capitales de provincia como: Madrid, Valencia, Barcelona, Alicante, Albacete, etc..., y cuyos destinatarios suelen pasar parte de su tiempo en nuestra localidad y pueden necesitar los servicios de su Empresa.

También sirve de guía telefónica para solicitar tanto información de su Empresa, como demanda de sus servicios.

Por todo ello, le informamos que los precios para este año 2009 son los siguientes: un cuarto de página: 20,00 euros, media página: 35,00 euros y una página: 45,00 euros.

Sabemos, que nuestras FIESTAS PATRONALES son motivo de orgullo y satisfacción para todos aquellos que nos sentimos o somos de Alborea.

**SIN TU COLABORACIÓN LAS FIESTAS EN ALBOREA NO SERÍAN LO MISMO.¡PARTICIPA Y COLABORA! GRACIAS.**

COMISIÓN DE FIESTAS 2009.



**25 AÑOS DE U.P. ALBOREA**

Con motivo de la celebración de los 25 años de Universidad Popular en Alborea, se han programado a lo largo del año distintas actividades, que van a conmemorar esta fecha tan señalada.

Para ello contamos con actividades puntuales a lo largo del año y dentro de los distintos programas Culturales, Sociales y Educativos, que se llevan a cabo en la Universidad Popular.

Durante este verano se desarrollarán:

8 de Julio **TEATRO** de CALLE

“El desdichado por la honra” de Lope de Vega, para todos los públicos. En la plaza del Colegio.

6 de Agosto **JUEGOS RECICLADOS** de “Guixot de 8” para compartir padres e hijos. En la plaza.

10 de Agosto **ESTRENO** de la canción “A mi Alborea”, compuesta por Juan González Pardo y letra de Maribel Pardo Carrión.

**CONCIERTO** de Verano de la Banda de Música “Unión Musical Alborea”

**CONCURSO PORTADA LIBRO FIESTAS 2009**

**BASES DEL CONCURSO:**

1.- Podrán participar en el presente concurso todas las personas que lo deseen, siempre que sean o desciendan de Alborea.

2.- El dibujo deberá ser representativo de las Fiestas de Alborea, realizado en vertical, formato DIN A4. El texto que se incluirá en la portada será: “Fiestas de Alborea del 5 al 9 de Septiembre 2009”

3.- La técnica para su realización será pintura a mano alzada o colage, realizada con cualquier tipo de pintura, cera, color, etc.... (no se admitirán diseños por ordenador).

4.- Su presentación: un sobre grande con el título de la portada, donde se introducirá el dibujo (no deberá ir firmado), deberá poner un sobre más pequeño

cerrado con el título de la portada, dentro los datos personales: nombre y apellidos, edad, dirección, D.N.I. y teléfono de contacto.

5.- El plazo de presentación será hasta el día 24 de Junio de 2009, miércoles, a las 12,00 horas de la mañana.

6.- Lugar de presentación: Ayuntamiento en horario de oficina.

7.- Los sobres grandes para colocar el dibujo y el sobre pequeño, para poner los datos personales en el interior, serán facilitados por el Ayuntamiento, a quien lo desee.

8.- El jurado estará compuesto por personas representativas del Municipio y Comisión de Fiestas.

9.- Habrá un único premio de 150 euros para el/la ganador/a.

10.- El dibujo premiado no se devolverá, quedará en poder de la Universidad Popular, el resto de los dibujos presentados se devolverán si lo solicitan los/as autores/as. ¡Suerte a todos!. **LA COMISIÓN DE FIESTAS 2009.**



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

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

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

**“CONSEJOS PARA  
CUIDAR TUS OJOS EN  
VERANO”**

Siempre y mas aún en verano, una adecuada dieta mediterránea rica en ensaladas, frutas y verduras y un suplemento extra de Vitaminas A, E y C (antioxidantes) y luteína pueden ayudar a prevenir el envejecimiento de nuestros ojos (cataratas y degeneración macular).

Durante las vacaciones, protege tus ojos con gafas de sol homologadas con filtro de rayos UVA (ultravioleta), sobre todo en el mar y en la montaña, y evita comprar aquellas que no tengan la garantía de los establecimientos acreditados.

Al practicar la natación no olvides utilizar gafas protectoras para evitar el contacto directo del agua en tus ojos, sobre todo en las piscinas (fuertemente cloradas) aunque también es muy recomendable usarlas en el mar.

Durante la época de mas calor cuando trabajes con el ordenador en ambientes de gran refrigeración por aire acondicionado, recuerda cerrar los ojos unos minutos cada hora de trabajo para descansarlos, y si notas sequedad en ellos, utiliza lágrimas artificiales, de farmacia, sin conservantes.

Si usas lentes de contacto deberás tener especial cuidado en no dejarlos expuestos, en su estuche, al sol o al calor, pues a pesar de la solución detergente pueden darse las circunstancias para que se contaminen, llegando a desarrollarse infecciones corneales que en algunos casos pueden ser muy graves.

Si has trasnochado y fumado en exceso, para relajar tu mirada y reducir los párpados hinchados de la mañana, unas compresas de té frío durante unos 20 minutos te harán sentir mejor.

En estos días de mayor exposición al aire y al sol, la higiene diaria de los párpados con productos específicos que encontrarás en farmacias, es muy recomendable para disminuir el exceso de secreciones grasas y mejorar las irritaciones y alergias.

Acude una vez al año al oftalmólogo, sobre todo si tienes antecedentes familiares de enfermedades oculares o si notas molestias en los ojos o tienes enrojecimiento y secreciones. A la vuelta del verano puede ser la mejor época para una revisión que te deje tranquilo para la nueva temporada y si vives en una parte del mundo donde el verano aun tardara en llegar, recuerda estos consejos en su momento.

## 2 PLAZAS DE MONITOR/A VERANO INFANTIL

Se ha realizado la convocatoria para la contratación de 2 monitores para la realización de actividades de Verano Infantil de Alborea para 2009.

La contratación se realizará de acuerdo con la legislación laboral, mediante la modalidad de contrato a tiempo parcial con jornada semanal de 20 horas, de lunes a viernes, con una duración de un mes.

La concurrencia al procedimiento será libre siempre que se reúnan las siguientes condiciones de capacidad:

1.- Ser miembro de alguno de los países de la Unión Europea.

2.- Haber cumplido 18 años.

3.- No padecer enfermedad o

defecto físico que impida el desempeño de sus funciones.

4.- No haber sido separado del servicio de la Administración del estado, de la Autonómica, Local o Institucional, ni hallarse inhabilitado para el ejercicio de funciones públicas.

5.- Poseer titulación de B.U.P., Bachillerato o F.P. II., o estar en posesión del título de monitor de actividades juveniles de más de 250 horas (expedido por la Junta de Comunidades de Castilla La Mancha)

Quienes deseen tomar parte en el procedimiento de selección deberán solicitarlo mediante instancia dirigida al Sr. Alcalde/sa-Presidente en la que manifestarán que reúnen todas y cada una de las condiciones exigidas en la base segunda, con refe-

rencia a la fecha de expiración del plazo señalado para la presentación de solicitudes, debiendo acompañar Curriculum Vitae y fotocopia compulsada de los méritos que deseen que se valoren en la fase de concurso. Dicha instancia se podrá recoger en el Ayuntamiento.

Los justificantes de los méritos alegados deberán presentarse al mismo tiempo que la instancia de solicitud. No serán, por tanto, valorados los méritos que no se acompañen de su correspondiente documento acreditativo debidamente compulsado.

El plazo de prestación de solicitudes será hasta las 14.00 horas del día 15 de Junio de

2.009, debiendo efectuarse esta presentación en el Ayuntamiento, o en la forma prevista en el artículo 38, apartado 4, de la Ley de Régimen Jurídico de las Administraciones Públicas y del procedimiento Administrativo Común.

La prueba consistirá en una entrevista personal con el aspirante. La entrevista se realizará según criterio del Tribunal.

Dicha prueba versará sobre el siguiente temario:

Desarrollo evolutivo de la infancia.

Actividades de integración, coeducación...

Técnicas de animación y técnicas grupales.

Actividades de tiempo libre.

Resolución de conflictos, habilidades sociales y mediación.



## AGENCIA DE EMPLEO Y DESARROLLO LOCAL

La Agencia de Empleo y Desarrollo de Alborea les recuerda que pone a disposición de los autónomos y demás trabajadores/as, estén o no desempleados, el correo electrónico-AEDL con el que hacer más ágil y directa la comunicación, obteniendo información útil en tiempo real, relativa entre otras cuestiones, a novedades en cuanto a ayudas públicas, cursos de formación, oportunidades e iniciativas de negocio: [aedlalborea@hotmail.es](mailto:aedlalborea@hotmail.es) o llamando al 967-47.70.60.

Se está organizando un curso de Monitores de Ocio y Tiempo Libre, que comenzará el próximo 19 de junio y que finalizará el 1 de julio. El curso conllevará la adquisición de un título oficial y la inscripción en la bolsa de trabajo de la empresa que impartirá el curso, dedicada a todo tipo de actividades relativas al turismo activo. El plazo para las solicitudes de inscripción sigue abierto en esta agencia.

Otro curso es el de "Higiene y atención sanitaria domiciliaria, dietética para colectivos dependientes, etc", con el que se adquirirán capacidades profesionales idóneas para distintas instituciones de carácter asistencial. El plazo sigue abierto.

Agenda 21 de Alborea

El sábado 16 de mayo tuvo lugar la Primera Marcha a los Senderos de Alborea, que transcurrió por el Sendero de Peñarcón PR-AB-09, con la participación de un centenar de personas procedentes de toda la provincia de Albacete, Valencia y Alicante. Después se ofreció una comida a iniciativa del Ayuntamiento de Alborea, a través de la Agenda 21 de Alborea. Los medios de prensa escrita de la provincia recogieron el evento, destacando la gran participación habida.

Y siguiendo con el senderismo, el pasado 25 de abril medio centenar de excursionistas, todos ellos profesores y alumnos del Instituto Educación Secundaria Federico García Lorca de Albacete, recorrieron el sendero PR-AB-09 Sendero de Peñarcón, quedando gratamente satisfechos de la jornada así como del trato recibido por parte de los alboreanos, según ellos mismos nos comentaron.

Con motivo del Día Internacional de África, conmemorando el 25 aniversario de la Universidad Popular de Alborea, tuvo lugar en la Casa de la Cultura, el taller de pintura popular africana, la proyección de la película "Binta y la gran idea" y posteriormente, ya en la plaza Castilla-La Mancha, el taller de percusión, todo ello a cargo de la asociación Diatikiya Loló, formada por ciudadanos del golfo de África residentes en la capital albaceteña.

PABLO SÁNCHEZ ZAFRA (AEDL)

Julio  
Navarro  
Vidal



AZULEJOS Y GRES  
MATERIALES DE CONSTRUCCIÓN  
CAMIÓN AL SERVICIO PÚBLICO

PUERTAS BASCULANTES V. TORRES

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

METALÚRGICAS  
ALBORENSES, S.L.

Gila

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

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

CARPINTERIA DE ALUMINIO CON Y SIN OBRA

AF  
ALUFIN  
CARPINTERIA DE ALUMINIO

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

RAÚL: 637 746 333  
JUAN CARLOS: 637 746 336

ALUFIN 2002 CB - C/ DR. PEREZ FELLIU, 20 HALL  
TEL. 96 376 48 28 - 46014 VALENCIA

**MORATORIA EN EL PAGO DE LOS PRÉSTAMOS HIPOTECARIOS**

Requisitos de los Préstamos hipotecarios Los deudores de préstamos hipotecarios concertados con anterioridad al 1 de septiembre de 2008, por importe inferior a 170.000 euros y exclusivamente para la adquisición de vivienda habitual podrán acogerse a las medidas de apoyo financiero público previstas en el Real Decreto en los términos y con los requisitos previstos en el mismo.

En todo caso, la aplicación de estas medidas exigirá el previo acuerdo entre el interesado y la entidad de crédito acreedora.

Mediante dicho acuerdo, los beneficiarios aceptarán los términos y efectos jurídicos de las medidas financieras derivadas del presente capítulo y, en particular, las obligaciones frente al Estado que puedan derivarse de las mismas.

Hasta la fecha 35 entidades financieras han firmado ya un contrato con el Instituto de Crédito Oficial (ICO) para facilitar la moratoria en el pago de la hipoteca.

El ICO publica un listado de las entidades que se han adherido al acuerdo en su página web, [www.ico.es](http://www.ico.es) que se actualiza diariamente.

Contenido de las medidas para retrasar el pago de la mitad de la cuota Las medidas de apoyo financiero a que se refiere el artículo anterior cubrirán un máximo del 50 por ciento del importe de las cuotas mensuales que se devenguen por el préstamo hipotecario entre el 1 de marzo de 2009 y el 28 de febrero de 2011, con un límite máximo de 500 euros mensuales.

En el supuesto de que existan varios deudores de un mismo préstamo hipotecario, los mencionados

límites del 50 por ciento de la cuota hipotecaria y 500 euros mensuales no podrán ser superados, aun cuando más de uno de ellos reuniera los requisitos necesarios para ser beneficiario de la medida.

Las cantidades objeto de las medidas financieras se compensarán a partir de 1 de marzo de 2012 mediante su prorrateo entre las mensualidades que resten para la satisfacción total del préstamo hipotecario con un límite máximo de 15 años.

Condiciones para acogerse a la medida Los deudores de préstamos hipotecarios que reúnan las condiciones descritas en el primer apartado deberán encontrarse en alguna de las siguientes situaciones con anterioridad al 1 de enero de 2010 para poder



beneficiarse de las medidas contempladas en este capítulo:

Ser trabajador por cuenta ajena en situación legal de desempleo y encontrarse en esta situación, al menos, durante los tres meses inmediatamente anteriores a la solicitud, así como tener derecho a prestaciones por desempleo, contributivas o no contributivas.

Ser trabajador por cuenta propia que se haya visto obligado a cesar en su actividad económica, manteniéndose en esa situación de cese durante un

período mínimo de tres meses.

Ser trabajador por cuenta propia que acredite ingresos íntegros inferiores a tres veces el importe mensual del Indicador Público de Renta de Efectos Múltiples durante, al menos, tres mensualidades.

Ser pensionista de viudedad por fallecimiento ocurrido una vez concertado el préstamo hipotecario y, en todo caso, en fecha posterior al 1 de septiembre de 2008.

En todo caso, será requisito imprescindible para poder acogerse a la medida que el deudor no se encuentre en mora.

Acreditación de las condiciones subjetivas

La concurrencia de las condiciones señaladas se acreditará por los deudores de los préstamos hipotecarios mediante la presentación ante la entidad de crédito de los siguientes documentos, según corresponda:

En caso de situación legal de desempleo, mediante certificado expedido por el Servicio Público de Empleo Estatal.

En caso de cese de actividad de los trabajadores por cuenta propia, mediante certificado expedido por la Agencia Estatal de la Administración Tributaria sobre la base de la declaración de cese de actividad declarada por el interesado.

En caso de trabajadores por cuenta propia con ingresos inferiores a tres veces el importe mensual del Indicador Público de Renta de Efectos Múltiples, mediante certificado de la declaración responsable efectuada por el trabajador ante la Agencia Estatal de la Administración Tributaria.

En el caso de viudedad, mediante certificado expedido por el correspondiente organismo de la Seguridad Social.

La falsedad en las declaraciones previstas determinará la pérdida de los derechos del deudor hipotecario que puedan derivarse de las medidas previstas.

Cancelación anticipada voluntaria

Por acuerdo entre el Cliente y la Entidad de Crédito, se podrá realizar en el momento que las partes acuerden, la cancelación anticipada, total o parcial, de la operación, sin que la misma implique penalización alguna para el cliente.

Tramitación

Directamente en las oficinas de los principales Bancos, Cajas de Ahorros y Cajas Rurales establecidos en España. Las solicitudes son estudiadas, aprobadas y formalizadas por bancos y cajas en las condiciones indicadas.

**José Andrés** 

**PINTURA Y DECORACIÓN EN GENERAL**

**Rosales, 8 CASAS IBAÑEZ (AB)**

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

**FONTANERÍA Y SERVICIOS DE MANTENIMIENTO EN GENERAL**

**“ALBORENSE”**

**Santiago Soriano Martínez**

c/ Pozo, s/n  
Móvil 677 55 11 40  
02215 ALBOREA  
(Albacete)

## CONSEJOS PARA ALIVIAR EL CALOR

1.- Usa ventiladores, están anticuados, pero el coste en energía de un ventilador es bastante reducido y dos o tres de estos aparatos bien situados proporcionan un ambiente agradable mucho más sano y económico que el que crea un sistema de aire acondicionado. Particularmente es recomendando los ventiladores de techo, que a la hora de dormir son estupendos, pero en general cualquier aparato (los venden por menos de 10 € en menaje del hogar) aporta, aunque sea simplemente moviendo el aire, una agradable sensación de que la temperatura ha descendido entre 3 y 4 grados, y además es bastante más sano que otros métodos.

2.- El mejor modo de evitar el calor en verano es impidiendo que entre a casa. Evita los colores oscuros en ventanas, tejados, paredes, etc. Los mejores colores son blanco y aluminio porque reflejan los rayos solares. Mantener las persianas semibajadas y las ventanas cerradas durante las horas calurosas del día ayuda mucho a que el calor no entre. Si vas a recubrir de aluminio tu terraza, por ejemplo, mejor de blanco que de dorado o negro.

3. - Aprovecha las horas más frescas Siguiendo la filosofía del método anterior abrir las ventanas y persianas entre las 4 y 8 de la mañana puede refrescar la casa unos cuantos grados que ayudarán a mantener la casa más fresca durante el día.

4. No solo el sol desprende calor Los aparatos electrónicos, las bombillas, el horno, el tostador, etc son



el horno, el tostador, etc son fuentes de calor más importantes de lo que aparentan. Particularmente importante es situar los termostatos y extractores del aire acondicionado lejos de cosas como la TV o alguna lámpara o evitar cocinar a las horas más calurosas.

5. La sombra es el lugar ideal

Árboles, toldos y en definitiva elementos que proporcionen algo de sombra son muy importantes. Elementos aislantes como ventanas tipo Climalit o Aislamientos en los tejados también resultan al final una inversión porque reducirán nuestro gasto en aire acondicionado. Si no puedes aislar siempre puedes recurrir a cortinas en las ventanas, evitar alfombras, etc.

6. Huye de las alturas

En verano es mejor un sótano que un ático, si puedes usa el salón de abajo y no el de arriba.

7. La humedad del aire da más sensación de calor

En contra de lo que pueda parecer la humedad del aire en verano es incómoda: despidete de humidificadores, evita lavar y tender ropa en el interior, cocer alimentos, etc.

8. Cambia tus horarios

Si es posible levántate más temprano, o acuestate más tarde. Durmiendo la temperatura corporal se reduce y no se pasa tanto calor.

9. Optimiza el uso del aire acondicionado

Regula el termostato entre 24 y 26° C, y nunca por debajo de 22° C (consume más energía y aumenta la posibilidad de resfriados e infecciones respiratorias), manten limpios los filtros, apaga el aparato cuando no haya nadie en casa, manten cerrados los espacios en los que esté conectado el aire y, si aún es posible, elige un aparato de consumo energético clase "A", además de estar subvencionados la diferencia de precio que hubiera se compensaría enseguida por la reducción de la factura de la luz.

10. Aprovecha el entorno

Aprovecha las horas de más calor para ir de compras al centro comercial (pasarás frío), ve a la piscina, bebe mucho agua, toma helados, etc.

## GASTRONOMÍA

### "Mojete de conejo"

**Ingredientes (4 personas):**

2 Conejos de campo, 1 cabeza mediana de ajos, 1 hoja de laurel, 1 ramita de tomillo, 3 dl. de Vino blanco, 1 litro caldo blanco, 35 grs. Miga de pan sin corteza, 30 grs. De almendras, 25 grs. de Harina, sal y pimienta al gusto y 2dl. De aceite de oliva.

**Elaboración:** Limpiamos los conejos, los troceamos, salpimentamos, pasamos por harina y freímos en aceite. Una vez hecho los apartamos.

En ese mismo aceite echamos los ajos picados y a continuación ponemos el conejo, laurel, tomillo, vino blanco, caldo blanco y sal. Dejamos cocer tapado.

Aparte preparamos un majado con almendras, migas de pan frito y los hígados del conejo fritos que después agregamos al guiso

Podemos preparar una guarnición patatas bola fritas, unos piñones por encima y unas cebollitas glaseadas..

### "Pepas Manchegas"

**Ingredientes:** Media docena de huevos,



Media pastilla de levadura, dos limones (raspadura) , 3 kilogramos de harina, medio litro de aceite, 1 litro de leche,

Medio kilo de azúcar, 1 caja de gaseosas de papelito y agua

**Elaboración** Hacer una masa con todos los ingredientes. Es aconsejable juntar todo dejando la levadura para lo último y que esté deshecha previamente en un poco de agua.

La masa resultante se deja hasta que sube la masa de volumen.

Una vez subida se toman trozos de masa pequeños (de cuyo tamaño saldrán las pepas una vez horneadas) y se estiran intentando retorcerlas para que tengan forma de caracolas. Es importante hacerlo, puesto que con ello se consigue que salgan más esponjosas u hojaldradas.

Se introducen en el horno hasta que salen doraditas. Al sacarlas se pone el azúcar.

“Viajes”



Viaje a Santander al parque de Cabarcenes en 1999.



Ávila 1997 viniendo del viaje realizado a Salamanca.



Viaje a Marbella, foto realizada en Puerto Banús 1998.



Viaje a Córdoba 2001 en los jardines de la Mezquita.



Pablo Montejo Torres  
Delegado

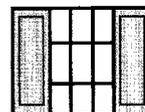
Agente de Seguros Exclusivo de  
MAPFRE AUTOMÓVILES, S.A.  
Nº de Registro DGS y FP C076374515455D

Arquitecto Vandelvira, 61  
02004 Albacete  
T: 967 512 498  
F: 967 237 526  
M: 646 666 867

[pmontej@mapfre.com](mailto:pmontej@mapfre.com)

**Carpintería  
metálica y  
Aluminio**

**Juan  
Pardo Pérez**



Libertad, 3  
**ALBOREA**  
Tel. 967 477 306