



Asturias

REVISTA SOCIOCULTURAL
DEL CENTRO ASTURIANO DE MADRID

Inscrita en el Registro de Empresas periodísticas y de la Propiedad Industrial
Edita e imprime: CENTRO ASTURIANO DE MADRID ©
D.L. M-5971-1986. ISSN (versión impresa): 2254-7614. ISSN (versión electrónica): 2255-1786

JULIO 2020 – N° 628



La panera de la Quinta "Asturias"
("Panera guapina, erguida, resistente, qu'a toos nos espera")

S
U
M
A
R
I
O

Editorial

PANORÁMICA SOCIOCULTURAL

Con nombre propio

Actividades

Agrupaciones Artísticas

PROTOCOLO DE SEGURIDAD: QUINTA "ASTURIAS

GALERÍA FOTOGRÁFICA

ESTABLECIMIENTOS DE ASOCIADOS

NECROLÓGICA

MISCELÁNEA

ALERTA AMARILLA POR ALTAS TEMPERATURAS



Revista *Asturias*, con la colaboración de la
JUNTA MUNICIPAL DEL DISTRITO CENTRO



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE PRESIDENCIA
Y PARTICIPACIÓN CIUDADANA

El Gobierno del Principado de Asturias subvenciona parte de los actos asturianistas que organiza este Centro Asturiano de Madrid

**Fundación Cajastur
Liberbank**

Las fiestas infantiles organizadas por este Centro Asturiano, están patrocinadas por la **Fundación CajAstur-Liberbank**

CENTRO ASTURIANO DE MADRID

Edificio Asturias

c/ Farmacia, 2 – 28004 Madrid

Oficinas: 91 532 82 81/91 532 82 45

WhatsApp: 669 664 778

Conserjería: 91 531 32 77

e.mail: info@centroasturianomadrid.es

web: www.centroasturianomadrid.com

"Quinta Asturias"

Carretera Extremadura Km.25,100

Camino de la Zarzuela Km. 2

Ofic. Quinta Asturias: 91 647 01 94

E.mail Oficina Quinta Asturias:

quintasturias@centroasturianomadrid.es

Restaurante *Casa Hortensia* (C/ Farmacia,2)

Tlfs: 91 539 00 90 / 91 522 42 18

Sidrería *Casa Hortensia* 91 521 74 78

Comité de Redacción de la Revista "Asturias". *Director* Valentín Martínez-Otero. *Subdirector* Andrés Menéndez. *Secretaría de redacción:* Cristina Moret.
Maquetación: Armando López.

EDITORIAL COMUNICADO A LOS SOCIOS

Queridos socios:

Una vez más os deseamos desde esta sencilla y entrañable *Revista* los mejores deseos, al igual que para vuestros familiares y amigos. Ya hace más de tres meses que experimentamos los perjuicios de este terrible virus que con tanta fuerza nos golpea personal, social e institucionalmente. Una pandemia que nos ha urgido a realizar cambios considerables en nuestra vida cotidiana, en nuestra entidad, así como en el servicio a los socios y a la sociedad, a la que esta Casa se abre vocacionalmente desde sus orígenes. Escribimos aquí estas líneas con la mayor calidez y puede que lleguen, sin embargo, frías, en momentos particularmente duros para los que han sido alcanzados por la enfermedad o el desempleo, que son muchos.

Las actuales circunstancias, sin parangón en la historia reciente, han forzado el considerable descenso de nuestra actividad, aunque nunca nos hemos detenido del todo. Siempre hemos mantenido la comunicación, siquiera fuese a través de este sencillo canal, y la actividad mínima en ese *pedacín* de nuestra tierra que es la Quinta "Asturias". Ha llegado para todos un tiempo de renovación y, aunque por doquier haya un aire tétrico de hospital, miramos la vida de frente, conscientes de que hemos de hacer siempre lo que debamos. Estamos con las manos, el corazón y el alma en la tarea, que no cesa. Por eso queremos agradecer la comprensión mostrada en esta situación de dificultad enorme, en la que estamos haciendo todo lo posible para preservar la institución en su totalidad y para restablecer el servicio. Mas, así como el convaleciente recobra gradualmente las fuerzas que la enfermedad le hurtó, también esta Casa ha de salir paulatinamente del estado de postración en que el virus la dejó. Queda, pues, la convalecencia, como también le ocurre a nuestra querida España, donde parece que se va controlando la

Trabajadores
Clientes
Sociedad

Unidos  **Venceremos**

Esperanza
Solidaridad
Colaboración

#YoMeQuedoEnCasa

Liberbank
Corresponde

enfermedad, sin que por ello se despeje la incertidumbre sanitaria ni socioeconómica.

El camino es largo y el sacrificio grande. Buena prueba es la situación de algunos de los trabajadores del Centro Asturiano, que continúan con expedientes temporales de regulación de empleo y, por tanto, se hallan en una menguada situación económica. Junto al tributo de respeto les enviamos el mensaje desiderativo de retorno a sus labores, pues nos guía el afán de proteger el trabajo de cada uno.

Y en estas últimas líneas, sin perder prevención, mostramos nuestra acrecentada ilusión por la concurrencia de voces amigas y sabias en esta *Revista*, las cuales, por fuera de la singularidad de sus palabras, convergen, como en coro, en lanzar un mensaje entusiasta, esperanzado y asturianista. Con estas expresiones recogidas en los respectivos textos, que animamos a leer, el camino que tenemos por delante se hace en grata compañía, con mayor claridad y resulta mejor. Todos los firmantes, mensajeros cordiales, nos estimulan a seguir avanzando juntos con prudencia y sensatez, con legítimo orgullo y con la vista puesta en el horizonte de servicio sociocultural que distingue y da vida a esta Casa.

El Presidente y la Junta Directiva

ATENCIÓN TELEFÓNICA

Centro Asturiano de Madrid 669 66 47 78,

(de lunes a viernes, de 10 a 14 horas).

Rogamos se ciñan a este horario.

ATENCIÓN VÍA E-MAIL:

info@centroasturianomadrid.es

PANORÁMICA SOCIOCULTURAL

CON NOMBRE PROPIO



D. Francisco Rodríguez García. Presidente de Honor y del Consejo Superior del Centro Asturiano de Madrid. Presidente de ILAS-Reny Picot

UNA FUNCIÓN PRINCIPAL DE NUESTRO CENTRO

Va para tres meses que nuestro Centro no da apenas señales de vida. La terrible pandemia que azota al mundo nos tiene silenciados, lo que significa, entre otras cosas, que nos tiene aburridos, confinados como estamos entre las cuatro paredes que nos protegen de lo que en el exterior ocurre. No seré, desde luego, yo el que esté dispuesto a hacer críticas al Gobierno por ordenarnos quedarnos en casa, dado que, por importantes que sean los asuntos en que unos y otros andamos metidos, por trascendentes que sean las economías domésticas y la del conjunto de nuestro país, nadie tiene duda de que, con tesón y con esfuerzo, acabaremos por recuperarnos. Lo que, sin embargo, no tendría remedio es que no resistiese nuestra salud.

¿Por qué digo esto? Pues lo digo porque, sin duda, una de las labores más positivas que caracterizan a nuestra Casa es la de proporcionar a los entrañables paisanos que viven en Madrid desde hace muchos años la continua y variada serie de actos que les sirven de preciosa compañía, distracción y apoyo en el contenido de sus vidas. Y así, desde conferencias de todo tipo, hasta conciertos musicales, representaciones teatrales o danzas regionales de esas que mantienen ágiles las mentes y las piernas, no hay día en que el Centro Asturiano olvide su ilusionante y silenciosa razón de ser, que tal cosa supone también el tener siempre presentes a nuestros mayores.

No quiero decir con esto que en esta Casa no se tenga en cuenta a los jóvenes. Todo lo contrario. Lo que el Centro Asturiano hace, sin que por lo visto sea lo más frecuente en la actual sociedad española, es proporcionar también a los más jóvenes la esperanza de poder contar, cuando entren en la deseable madurez, con una institución que sabe que la vida es a veces corta, pero que, con un poco de suerte, también puede ser larga. Y que es, precisamente, en el cuidado de lo que ocurre en determinados tramos del camino donde unos y otros mostramos lo que de verdad albergan nuestros sentimientos.

Animo, por tanto, al Presidente de nuestro Centro y a su Junta Directiva, a iniciar con el entusiasmo de costumbre, y dentro de la prudencia debida, los actos a que me refiero, a sabiendas de que son, probablemente, más necesarios que nunca.

Un gran abrazo a todos.



D.ª M.ª del Carmen Martínez Rodríguez. Investigadora Científica. Directora del Grupo de Viticultura. Jefa de Departamento de Viticultura y Forestal. Misión Biológica de Galicia (Consejo Superior Investigaciones Científicas, CSIC)

LA ROSA NARCEA

Lo primero que es necesario tener en cuenta, es que una cosa son las rosas silvestres y otra muy distinta, las rosas cultivadas.

Las rosas silvestres son simples (5 pétalos) y crecen de forma natural en los bordes de los caminos o en los cierres de los prados, siendo muy abundantes en las montañas asturianas de la cordillera Cantábrica. Las rosas cultivadas sin embargo, presentan muchos pétalos y crecen en los jardines, bajo el cuidado de los hombres.

En la primera mitad del siglo XIX, existían en Europa unos 100 tipos de rosas cultivadas antiguas. En el año 1867, con la llegada de china de las rosas de té, aparecen las denominadas “rosas cultivadas modernas”, que son fruto de los cruzamientos artificiales realizados por los horticultores entre las rosas chinas y las antiguas rosas europeas. Las “rosas cultivadas antiguas”, prácticamente desaparecidas actualmente, son en general más rústicas, desgarradas y estéticamente menos

elegantes, pero la mayoría presentan una intensa y exquisita fragancia, imposible de reproducir en laboratorio mediante síntesis química. Las rosas cultivadas modernas sin embargo, presentaban flores elegantes, con miles de variantes de colores y formas, pero poco o nada olorosas. Solamente las antiguas Rosa damascena en Bulgaria y Rosa centifolia en Francia, continúan siendo cultivadas en Europa para la obtención de aceites esenciales de rosa y agua de rosas. La primera constituye la industria más importante de Bulgaria y la segunda se produce en exclusiva para determinadas marcas francesas de cosmética de lujo, ampliamente conocidas a nivel mundial.

El aceite esencial de rosas es el más caro de todos cuantos se utilizan en la industria del perfume (16000 euros/litro), siendo necesarias unas 3-4 toneladas de pétalos de rosa, para obtener 1 litro. Las condiciones de suelo y clima, el momento de recolección, y muchos otros aspectos, influyen enormemente en la calidad final del aceite.

El origen de la Rosa Narcea es un rosal muy antiguo encontrado y seleccionado en un jardín privado de Carballo (Cangas del Narcea), en el valle del río Cibeá, encontrándose referencias de la existencia de varios ejemplares de dicho rosal con mucha anterioridad a 1867. Solo florece en mayo, siendo sus rosas de gran tamaño, con numerosos pétalos, de vistoso color rojo púrpura e intensa fragancia.

Los resultados de nuestro trabajo científico, que acaban de ser publicados en la revista Horticulture Research (<https://www.nature.com/articles/s41438-020-0266-8>) demuestran que se trata de la primera rosa cultivada antigua española y tercera europea y que parece presentar interés para la industria del perfume, la medicina y la alimentación. De confirmarse dicho resultado, nuestro objetivo sería establecer plantaciones en el valle del río Cibeá y comenzar su explotación agroindustrial para obtención de aceites esenciales.



D. Ignacio García-Arango Cienfuegos-Jovellanos, Presidente de la Fundación Foro Jovellanos. D. Avelino Acero Díaz, Vicepresidente de la Fundación Foro Jovellanos y Vicepresidente del Consejo Superior del Centro Asturiano de Madrid

CONSIDERACIONES SOBRE EL NOROESTE ESPAÑOL

Hace algún tiempo, en febrero de 2018, escribimos un artículo que titulamos "Desde Valencia vino a remolcarnos Vicente Boluda". En el mismo, mostrábamos nuestra admiración por la postura que la clase empresarial levantina había tomado con respecto a la defensa del corredor ferroviario Mediterráneo y al apoyo que prestaban al mismo. El Sr. Boluda, Presidente de la Confederación Valenciana de Empresarios, vino a Oviedo invitado por Foro Asturias, y nos explicó cómo los empresarios de Valencia se habían unido para, todos juntos apoyar las inversiones que el Gobierno Central había prometido para toda la región levantina. Nos gustó oírle decir que el progreso o atraso de las naciones, además de ser función de la naturaleza, es, sobre todo, consecuencia de lo que hacemos los humanos, y que en su defensa de su región iban mucho más allá de lo que significaba el corredor Mediterráneo, pues buscando la cohesión, vertebración y competitividad de su territorio, mejoraban las condiciones de vida de toda la nación española. Nos explicó qué instrumentos utilizaron para llegar a estos objetivos, y estos eran entre otros, implicación y unidad

empresarial, concienciación de la sociedad, voluntad política, cohesión territorial y rigor técnico. Pensamos en nuestras discusiones, casi siempre inútiles y siempre localistas y vacías de contenidos sólidos en las que llevamos décadas instalados, esperando que los poderes públicos nos resuelvan nuestros problemas. También nos dimos cuenta de que Asturias sola no tenía fuerza suficiente para resolver sus problemas y que la solución pasaba por unir fuerzas con nuestros vecinos. La solución pasaba por trabajar juntos con todo el Noroeste español, Galicia, Asturias, Cantabria, Castilla-León y el norte de Portugal que también debería estar, son nuestros socios naturales en la pelea para consolidar un extraordinario territorio, que potencialmente dispone de aquello que se le puede pedir a un territorio, para hacer grata su residencia en él. Cultura, historia, paisaje, naturaleza y agua son abundantes. Si a esto le unimos excelentes aeropuertos, instalaciones portuarias, universidades, asistencia sanitaria, gastronomía y buenas comunicaciones, aunque nos falten algunas que sin duda y si lo peleamos juntos llegarán, como el ferrocarril en ancho UIC. Hoy estamos viendo como el siempre reconocido desarrollo del norte de la Península Ibérica frente a un Sur menos rico, se ha pasado a un Este rico frente a un Oeste empobrecido. Nuestro silencio y conformismo a contribuido a ello. Los catalanes y valencianos se han unido y los políticos de unos y otros colores han cedido ante sus justas reivindicaciones.

Vicente Boluda nos vino a aconsejar de forma clara y precisa lo que debíamos hacer. Abandonar el pesimismo y con ilusión y alegría trabajar junto a nuestros vecinos por el futuro.

A nosotros, como Presidente y Vicepresidente de la Fundación Foro Jovellanos, encontrar una persona como D. Vicente que representa el más puro espíritu jovellanista, nos reconforta. Y le agradecemos sus consejos. Ahora, sólo nos queda ponerlos en práctica.



D. Rafael Lobeto Lobo. Vicepresidente del Consejo Superior del Centro Asturiano de Madrid. Secretario General de la Fundación Philippe Cousteau-Unión de los Océanos

UN CANTO DE ESPERANZA

Me pide el Presidente Martínez-Otero unas breves notas para la Revista del Centro y lo hago encantado como siempre que se trata de nuestro querido Centro Asturiano.

Quisiera referirme a tres muy importantes sentimientos. El primero es el recuerdo y el homenaje a nuestros mayores, al admirado Presidente Cosme Sordo y a su amigo Agustín Menéndez Prendes “Santarúa” fundador y Primer Presidente de la Fundación Philippe Cousteau Unión de los Océanos. De sus visiones y luchas seguimos todos viviendo.

Junto a ellos también un emocionado recuerdo a los que hemos perdido en estos terribles días. A ellos y a sus familias nuestros sinceros sentimientos de solidaridad y recuerdo. Propongo al Centro Asturiano que cuando sea posible hagamos un acto colectivo de recuerdo y apoyo solidario a sus familiares. Que sientan que no están solos que estamos con ellos y que lo seguiremos estando.

El segundo sentimiento es de añoranza. A veces arrastrados por el vértigo de estos tiempos y con las ansias de nuevos y grandes horizontes perdemos la perspectiva de las pequeñas-grandes-cosas-cotidianas que tenemos: las actividades de nuestro querido Centro Asturiano, la música, el teatro, la poesía, el folclore, el Foro de Ricardo Gayol, etc. Estos son nuestro mejor referente, nos une y nos ayuda a esquivar un poco la nostalgia y lucir nuestro orgullo de ser Asturianos.

En cuanto sea posible debemos recuperarlas y propongo que lo hagamos reconociendo lo que los apreciamos, lo que les echamos en falta y lo que les necesitamos.

El tercer sentimiento es de esperanza y confianza en el futuro. Como marino sé bien que tras la tormenta vuelve la calma y que debemos estar preparados para una vez superada esta tormenta salir reforzados de ella. Esta opción requiere reflexión y decisión, si presuponemos la voluntad de superación propia de los asturianos.

Así que superado el COVID 19, debemos convocar a bordo a los jóvenes y a las mujeres asturianas en esa doble perspectiva y darles más voz y empoderarlos, para que sientan que esta Casa es suya y que deben desde ya responsabilizarse de su gobierno y de su destino. Pienso que esta casa siempre fue de todos pero tal vez ahora toca que los mayores nos movamos hacia ellos.

Hemos sobrevivido más de cien años y ahora toca prepararse para los próximos cien. Unidos y conscientes de que el futuro se construye desde cada día del presente.

En todo caso, nuestros Presidentes Valentín Martínez-Otero y Francisco Rodríguez, junto con todos nuestros socios, son la mejor garantía de que saldremos adelante.

Un abrazo asturiano para todos.



D. Manuel de Barros Canuria.

Presidente de la Federación Internacional de Centros Asturianos (FICA)

LA FICA Y LOS CENTROS Y CASAS DE ASTURIAS

Mi amigo y compañero de Junta Directiva de la Federación Internacional de Centros Asturianos y Presidente del Centro Asturiano de Madrid Valentín Martínez-Otero me pide que escriba unas líneas para la revista Asturias. Lo hago con mucho gusto.

Quiero recordar que el acto de constitución de nuestra Federación fue el 14 de agosto de 1981, promovido por dos personas de vuestro centro. D. Cosme Sordo, que sería el primer Presidente y D. José Luis Casas, primer secretario y posteriormente Presidente (entre otros). Ya pasaron casi 40 años y el espíritu sigue siendo el mismo: ayuda a los Centros y Casas de Asturias, a los emigrantes asturianos que tuvieron que hacer la maleta y salir de nuestra Tierra para buscarse la vida. Eran centros de ayuda y socorro.

El Centro Asturiano de Madrid fue el primero en constituirse en todo el mundo, el primero en trabajar para los paisanos que venían a Madrid a ganarse mejor vida, y en vuestro Centro tenían su segunda casa; allí estaba Asturias. En estos momentos de crisis sanitaria, económica, social, nos está recordando que tenemos muchos problemas y que

debemos trabajar para resolverlos. No es fácil para nadie, para ningún Centro, tanto de España, Europa o América. Tenemos un gran reto por delante que es mantener lo que tantos años nos costó (algunos tenéis más de 100 años de vida), seguir manteniendo nuestras raíces, nuestra cultura (esta revista es prueba evidente), nuestras fiestas sociales, gastronómicas, nuestra música...Es momento de solidaridad y ayudar a los que lo están pasando mal, incluso nos jugamos sobrevivir. Es el momento de recordar y actuar como actuaron los primeros y mayores defensores de Asturias. Toca ayudarnos y socorrer a los más necesitados. Parece que estamos en otros tiempos pero lo cierto es lo que está pasando por este Coronavirus que nos está matando y desgastando; pero saldremos, que a nadie le quepa la menor duda.

Desde FICA, intentamos acercar, comunicar, ayudar, colaborar, servir de enlace con el gobierno del Principado, con sus políticas migratorias, reivindicando y aportando soluciones, proyectos para los Centros y Casas de Asturias, apoyando a la juventud, a políticas de igualdad...en definitiva trabajar para nuestra *Tierrina* desde la distancia.

Amigos/as enhorabuena por esta magnífica revista. Mucho ánimo y estoy seguro que saldremos de esta situación tan complicada. Los asturianos somos duros y valientes.

Un abrazo.



D. Roberto Pérez López, Ex Alcalde de Belmonte de Miranda

AL PRESIDENTE DEL CENTRO ASTURIANO DE MADRID

Estimado Presidente y amigo, Valentín:

Quiero dirigirme a todos los asturianos, hijos de asturianos y descendientes, así como a todos y todas consortes. Hace ya muchos años, allá por el 1979, me reuní como Alcalde en el Centro Asturiano y seguí haciendo reuniones y eventos con esa entidad, siendo mi vinculación siempre lo más estrecha posible y aún va a seguir siendo así. Me ha causado estupor ver las declaraciones acerca de las manifestaciones de personas con animosidad contra nuestros paisanos o descendientes. Yo tengo dos hijos nacidos en Madrid, miles de nuestras gentes han encontrado trabajo, amistad y formado una familia en el “foro” del oso y del madroño, desde aguadores, serenos, empleados de Wagons-lits, hosteleros, médicos, bancarios, trabajadores en diversas empresas, taxistas, restauradores... La mayoría tienen sus raíces aquí y también propiedades, así como familiares que regresamos a nuestras raíces en busca de paz y sosiego, pagan sus impuestos, invirtiendo en esta Asturias rural, vacía, que se llena con la visita de esos “madrileños”, sobre todo en verano, llenando esas viviendas vacías y esos pueblos casi desiertos.

Yo sé que tienen nuestro afecto y amistad, sean madrileños, catalanes, vascos, andaluces o canarios. Porque vosotros sois la diáspora en busca de una mejor calidad de vida, que en nuestra Asturias querida no la encontramos. Vosotros sois Asturias.

Respeto al Presidente del Principado, que trabaja por la salud y la sanidad de Asturias y sé sus sentimientos y es coherente, y dice lo que piensa, pero hay que pensar que tiene que defender los derechos de Asturias, para eso fue votado, por eso prudencia en la movilidad.

Os esperamos con los brazos abiertos para que llenéis nuestros pueblos.

Un abrazo,

En Belmonte, a 20 de junio de 2020



Belmonte, en la mirada y en el corazón

ACTIVIDADES



*D.ª María Teresa García Hernández,
Catedrática de Instituto y Comentarista musical*

LOS LUNES MUSICALES DEL CENTRO ASTURIANO

El Centro Asturiano constituye desde mucho tiempo atrás un importante foco cultural con actividades diversas programadas para disfrute y solaz de sus socios, abriendo generosamente sus puertas al público general siempre que el aforo lo permite.

Así se ha formado un grupo de aficionados, asiduos asistentes a estos Lunes Musicales que nos hemos hecho amigos en el Salón Príncipe de Asturias, unidos por nuestro común interés hacia la música: conciertos de grandes instrumentistas, magníficas voces ya consagradas y también nuevos y excelentes valores que están abriéndose paso en este difícil arte. Hemos escuchado distintos géneros, “música clásica” pero así mismo otros estilos; música de cine con canto en directo y proyecciones, ópera, opereta, zarzuela que el público siempre recibe con agrado. Hemos escuchado danzones, otros aires y otros ritmos melódicos, hemos aprendido nombres de algunos instrumentos desconocidos para muchos de nosotros. Se han organizado conciertos especiales, homenajes a

grandes figuras que nos han emocionado, y también recitales donde el humor y el buen hacer de los intérpretes nos han hecho sonreír.

El maestro Alberto Joya, pianista y director artístico de los Lunes Musicales desde 2014, ha expuesto en la Revista Asturias correspondiente al mes de junio los aspectos esenciales de estos encuentros con la música; le agradecemos el recuerdo al excelente músico Juan Hurtado, pianista, violinista y director de coro, fundador de los Lunes Musicales; con él colaboró durante años. El maestro Hurtado fue quien le propuso continuar su labor en esta actividad al llegar el momento de su jubilación.

Todos los artistas que han intervenido en estos programas han recibido el reconocimiento de los espectadores, y han podido pulsar el interés y la admiración que despiertan en la sala. La cercanía con el público facilita una comunicación inmediata que no es fácil encontrar en otros auditorios. Muchos de ellos, habituales en este escenario, son recibidos como antiguos conocidos que vienen a hacernos pasar un rato agradabilísimo. Es frecuente escuchar entre el público los comentarios elogiosos en voz baja sobre las voces y la música, y hasta percibir la familiaridad con que se celebra la salida a escena, la elegancia en el vestido, la belleza de las damas y el porte distinguido de los caballeros. Esto marca el afecto de los asistentes hacia unos intérpretes que muchas veces conocen ya: ellos y ellas saben perfectamente conectar con la sala, en algún momento se dirigen a los espectadores, piden que se coree un fragmento de la partitura; la respuesta es siempre unánime, cada cual dentro de sus posibilidades que suelen estar a la altura, porque es un público musical y entendido. Al finalizar, siempre hay grupos que aguardan para expresarles personalmente su felicitación.



D^a Carmen Bonet Borrás. Presidenta de la Plataforma Democrática de la Diversidad Funcional. Colaboradora del “Foro de Integración Social”

NI MÁS NI MENOS: DIFERENTE

Lo recuerdo perfectamente, tenía cinco años. Una tarde vino mi hermano mayor de la escuela y me comunicó que la tierra se mueve por el espacio y además, que da vueltas alrededor de sí misma a toda velocidad. No le creí y acudí a mi madre, pero esta vez me falló, le dio la razón a mi hermano dejándome con una preocupación enorme: “mira que si en una de estas vueltas me caigo ¿dónde iré a parar?”. Con los años, aunque las razones sean bien diferentes, esta preocupación sigue viva en mí, y ahora sé que puedo caerme yo, y que pueden caerse otros. Caerse y quedarse apartados, o quedarse fuera definitivamente como le ha pasado a George Floyd hará tan solo un mes. ¿Será un delito ser negro? ¿Será un delito ser mujer para que tu pareja o expareja te asesine como les ha pasado a más de veinte mujeres, tan solo en lo que va de año en este país? ¿Será un delito desear un futuro mejor, para acabar haciendo del Mediterráneo un osario? ¿Será un delito caminar sobre una silla de ruedas para que te nieguen la entrada en tantos lugares? Muchos delincuentes me van pareciendo, y eso que todavía no los he mencionado todos... Creo que por este camino no voy a llegar a buen puerto, porque a la que me descuide, acabo alcanzando la conclusión de

que todos y todas somos delincuentes, empezando por mí misma que siendo ciega, me veo apartada cada vez que no puedo usar una app, o me doy contra una moto mal aparcada. La tan reciente experiencia vivida con la aparición del covid-19, pone de relieve algunas cosas importantes: un ente que ni siquiera es capaz de vivir por sí mismo sin parasitar a otro ser, ha puesto en jaque al mundo entero, ha paralizado la actividad económica a nivel global y ha tirado fuera a muchos, sin hacer distinciones, sin cuidarse de razas, clases sociales, diferencias de sexo, etc. Ha sido, y es todavía, una experiencia dura que deja bien a las claras nuestra fragilidad, y de algún modo nos ha igualado a todas las personas. Es absurdo plantearse que unas u otras características nos hacen más importantes o menos. Ser blanco ni es un mérito ni es un motivo que nos haga superiores a quienes no lo son. Y si avanzamos un paso más, y partimos de que lo fundamental es que todos somos personas, y por ende, todos somos iguales, ¿acertamos? En tanto que sujetos de derecho, creo que indiscutiblemente sí, pero si nos centramos en lo que sería el plano de la convivencia, del compartir, obviamente no. No somos iguales ni física ni mentalmente, y ése es el atractivo mayor. La diferencia nos enriquece porque nos permite aprender unos de otros, ofrecer nuestras habilidades y compensar nuestras carencias con la generosidad de los demás. Colocando el respeto a la persona como principio no discutible, tenemos ya legislación en la que apoyarnos, pero la realidad nos dice que la práctica no es así, que la discriminación la sentimos un día sí y otro también. Por eso, quienes abogamos por una igualdad de trato en el sentido más amplio del término, tenemos mucha tarea por delante. Para conseguir una sociedad integradora, inclusiva, deberemos esforzarnos por una parte en la educación, en formar personas críticas y sensibles a la diferencia, y por otra parte, en contribuir a que nuestra sociedad sea capaz de dar respuesta a todos sus individuos, cualesquiera que sean sus características o sus circunstancias. Si como yo crees que merece la pena luchar en favor de una sociedad en la que quepamos todos y podamos vivir cada uno a su manera, nos encontraremos. ¡Cuento contigo, cuenta conmigo!



Dª Pilar Mateo García. Poeta. Colaboradora de los “Martes de la Poesía”

ASTURIAS, BELLEZA SIN FIN

Son tus montañas, Asturias
lugar de bellos ensueños,
pues cuando alcanzas sus cimas
se calman todos los vientos.

Mas al llegar el otoño,
muy rubio se vuelve el suelo,
y pronto anuncia que llama
el frío y gélido invierno,
que pintará de alas níveas
todo su entorno y senderos,
llenando así de blancura
el escondido arroyuelo...

Y cuando cae la noche
con el temor de lo inmenso,
en el Naranjo de Bulnes
todo se vuelve un misterio,
ante figuras inertes
como fantasmas de fuego...

Es Covadonga y sus Lagos
enclave tan pintoresco
que a los sentidos cautiva
cuando el azul toca el cielo,
siendo capricho de Reyes
bajo un torrente de ingenio.

Y es la “Santina” la Virgen,
la que propaga destellos
a quien se acerca a la gruta
para implorarle sus ruegos,
que así lo dice su Copla,
cantada bien por el pueblo:

“La Virgen de Covadonga
es pequeña y galana,
ni que bajara del cielo
el pintor que la pintara”.

Y son sus “fabes” y sidra,
ricos manjares de cuento
que junto al “bable”/asturiano
distinguen bien a ese pueblo,
siendo el azul de su mar
el que se interna, sereno
en el marfil de sus costas
que expanden vivos reflejos.

¡Por ello, Asturias del alma,
serás beldad en lo eterno!



Dr. Miguel Fuentes Rodríguez, Podólogo. Miembro de los “Encuentros de Educación y Salud” del Centro Asturiano de Madrid

CAMINAR, UNA BUENA OPCIÓN PARA DESPUÉS DEL CONFINAMIENTO

Después de estos meses de encierro forzoso debido a la pandemia provocada por el covid19 y a pesar de las informaciones y consejos que recibíamos de diferentes cadenas de TV y por otros medios para hacer ejercicio y lograr un mantenimiento de la actividad articular y del tono muscular, es ahora pasada esa etapa de confinamiento cuando las personas con cierta edad debemos retomar la salida a la calle con las medidas adecuadas y siguiendo las directrices que nos indican las autoridades sanitarias. Lo que les recomiendo es sencillamente caminar, actividad física que sin necesidad de excesos nos aporta el movimiento que lo asociamos a la vida.

Fue Leroi-Gourhan(1911-1986) etnólogo, arqueólogo e historiador francés quien sobre la importancia de la posición bípeda nos decía:”estábamos preparados para admitir todo, salvo el haber empezado por los pies”. Situación confirmada por nuestro científico J. L. Arsuaga paleontólogo que estudia a nuestros antepasados y su evolución y como herederos del neolítico dice: “la evolución del cuerpo humano está

diseñada para andar”. Pues bien siguiendo las bases nutricionales sanas y saludables para alimentarnos adecuadamente y considerando que para caminar nos hemos ido adaptando varios millones de años atrás, debemos estar en condiciones de retomar sin grandes esfuerzos las capacidades motoras anatómo-fisiológicas con unos consejos podológicos que nos facilite la tarea.

Consejos sobre los pies: no olvidar que es nuestro vehículo más preciado y necesita cuidados y atención permanente. Las uñas deben cortarse rectas y no excesivamente. Cualquier situación anómala se debe consultar con el podólogo.

Se deben usar las ortosis de silicona o protectores prescritos sujetos con el calcetín que debe ser sin costuras y sin elásticos y de tejidos naturales (hilo, algodón).

Consejos sobre el calzado: Utilizar el calzado deportivo apropiado para andar, asesorado según sus características personales. De longitud adecuada (el dedo más largo nos da la referencia). Con anchura y altura suficiente de puntera, que permita mover los dedos sin recibir presiones. Para su compra hay que probarlas con los protectores puestos y reemplazar la plantilla que suele llevar la deportiva por la personalizada de uso habitual si se utiliza.

Consejos sobre el terreno: Aumentar las distancias progresivamente e ir introduciendo en los recorridos desniveles de terreno (cuestas arriba y abajo) y escaleras de forma progresiva. Si deambula en terreno desigual y se tiene inestabilidad es recomendable llevar un bastón.

Pongámonos en movimiento para vivir más y mejor. Caminar es el mejor ejercicio si no hacemos otro.

AGRUPACIONES ARTÍSTICAS



*D^a Sara M. Estébanez Aldonza.
Componente de la Agrupación Folclórica “L’Alborá”*

L’ALBORÁ EN TIEMPOS DE PANDEMIA

Parece que por fin nos dan permiso para intentar volver a la rutina. Después de estos meses convulsos, que nos han afectado a todos en mayor o menor medida, poco a poco retomamos nuestros hábitos y yo no puedo evitar pensar en una cosa... ¿Cuándo podremos volver a ensayar? ¿Podremos bailar como antes? ¿También la rutina de nuestro grupo de baile se va a ver alterada por esta pandemia?

Ante esta nueva normalidad, son muchas las dudas que nos asaltan, nuestros trabajos, la educación de nuestros hijos y, aunque parezca cosa menor, cómo no, nuestros “hobbies”.

El baile tradicional en el Centro Asturiano, para muchos, es más que una afición, es un sentimiento que hemos hecho vital a través del tiempo y una forma de conectar con nuestras raíces y nuestras tradiciones, aún más cuando, por desgracia, estamos lejos de nuestra tierra.

Para mí, y creo que hablo en nombre de todos y cada uno de los componentes del grupo de baile L’Alborá, es una forma de seguir

conectados prácticamente a diario con Asturias y pensar que de alguna manera podamos perder eso, porque la nueva normalidad no nos deje reunirnos, o ensayar en grupo o actuar, me parte el alma.

El baile en Asturias es ancestralmente una forma de diversión popular en fiestas y romerías. Su recuperación y conservación desde un punto de vista más tradicional siempre estuvo abanderada por grupos folclóricos de diferentes estilos y procedencias, dependiendo de épocas y posibilidades. Por suerte, aquí en nuestro Centro, actualmente tenemos recogido un amplio archivo de bailes y danzas, gracias a la colaboración con la Dirección General de Emigración, de expertos estudiosos en la materia y también a nuestro esfuerzo que nos ayuda a conocer más a fondo las tradiciones de nuestra “tierrina”.

Gracias a todas esas informaciones recopiladas, en el grupo L'Alborá podemos combinar esa tradición más antigua y rural, en algunas ocasiones casi olvidada, con otra tradición más reciente y coreografiada, que a pesar de ser algo más impostada, no dejó de ser habitual en cierto periodo de tiempo.

Todo ello, como digo es parte nuestra, de nuestro grupo y por tanto de nuestro Centro, parte de una tierra a la que amamos y a la que con cada actuación queremos rendir un pequeño homenaje. ¡¡Y estamos deseando volver a hacerlo!!

Llevo muchos años en esto del baile y nunca estuve tanto tiempo sin bailar, sin ir a ensayar, sin actuar, sin ver a esos compañeros que ya son mucho más que eso. Después de tantos años juntos nos hemos convertido en una gran familia y estos meses están siendo un tiempo demasiado largo que ojalá termine pronto y sin saber ni cómo ni cuándo, espero que podamos ponernos nuestras mejores galas y echar un bailín.



*D. Gonzalo Fernández Ruiz de Zuazo.
Director de la Banda de Gaitas “El Centru”*

LA GAITA ASTURIANA, NUESTRO ESTANDARTE EMOCIONAL

La gaita asturiana como instrumento de nuestra cultura y elemento fundamental en este Centro Asturiano de Madrid, siempre alegre, cantarina y viva en nuestras romerías y actos, también se ve triste tras los acontecimientos pasados; porque se dice, que cuando vienen momentos difíciles, la gaita “llora” en sus melodías, pero, también canta, cuando sale el sol y huele a sidra en nuestra querida Quinta Asturias.

Ya decían lo griegos, que la música es capaz de mover los afectos en las personas, y, a decir verdad, así sucede con los asturianos, especialmente cuando se encuentran fuera de Asturias y en situación de emigrantes. La gaita asturiana, por sus cualidades sonoras, produce un simbolismo tal que es capaz de sacarnos una lagrima o una sonrisa, según el momento y contexto en que se esté viviendo; porque estos días, aflora más que nunca la identidad de los asturianos de la diáspora, al sentir los sonos de la gaita vibrar desde los balcones.

Así representa este emblemático instrumento D. Enrique García-Rendueles en el poema “La gaita”, como un elemento emocional cargado de simbolismo y emociones.

Fuente:

"Los nuevos bablistas" (1925)
(Enrique García Rendueles)

“La gaita”

¡ Ay, gaita melguera !
Dulciquina gaita,
Quexíu de mimosa,
Sonsonín de xana,
Que vienes de lloñe
Cantando que canta
Per ente les flores,
Per ente la mata,
Con zalamerías,
Tan blandia, tan blandia;
Y unes risiquines
Llumíos de l' alba,
Ó con señardades
De tardi enllutada.
Hay, gaita melguera,
Mimosuca gaita !
Como del ensame
To zumbíu fai gala.
A veces yes triste
Como el ¡ ay ! que llancia
Trastayá d' amores
La probe rapaza;
Otres, aloyera,
Reblincona pasas
Finxendo rebelgos
Qu' alleguen á l' alma.

Tu son ye marmuriu
Reguerín de plata;
Celosa nel fuele
Tormentes españan.
¡ Ay, gaita melguera,
Dulciquina gaita !
Quexíu de mimosa,
Soniquín de xana;
¡ Qué coses me dicis
Que fienden á l' alma !

Hay que reconocer que en este poema, se hace una interesante definición poética de lo que este instrumento es capaz de transmitir, con ello queremos compartir nuestro animo en estos días y transmitirles, que sin duda, pronto podremos sentir y disfrutar de nuevo este instrumento en nuestra casa, pues los embaucadores sonos del punteru arropados por el cálido susurro del roncón, se mantienen alegres gracias a nuestra ilustre banda de gaitas “El Centru”, que a distancia, sigue trabajando, y por ende, manteniendo viva la llama de los Asturianos en Madrid, porque en la gaita, se lleva Asturias, bien lo representa la letra de esta tradicional tonada asturiana.

En el roncón traigo Asturias,
y en el fuele la manzana.
Y en el punteru la sidra,
pa to la xente asturiana..



El Coro "Ecos". Directora D^a Almudena Albuerne

EL REPERTORIO DE UN CORO AMATEUR

¿Alguna vez se han preguntado cómo se preparan los distintos conciertos y actuaciones de temporada desde septiembre hasta junio, o como el coro "Ecos" ha estructurado para el deleite de sus componentes y espectadores sus actuaciones? Pues el secreto no es otro, que forjar unas actuaciones concretas, Concierto de Navidad, Concierto de primavera y Concierto Zarzuelero para dar lo mejor de cada uno de nosotros una temporada más, ya por la vigésimo sexta.

Un amplio repertorio es para cualquier formación vocal, su objetivo primordial. Porque es evidente que a lo largo del año debe responder a una variada demanda de conciertos de diversa índole, como un intercambio coral, una actuación navideña, una misa solemne o la colaboración en un certamen organizado por la Federación de Casas Regionales de Madrid.

Por otro lado, el repertorio del coro va dirigido muchas veces a un público no especializado, hacer un concierto con unas piezas variadas con constantes cambios de estilo, ritmo y carácter contribuyen a no perder el interés por la música. No obstante, es muy interesante y gratificante dar a conocer al auditorio, diferentes estilos musicales, rescatar piezas que estaban en el olvido o estrenar una obra compuesta para una ocasión especial.

Hoy los coros se afanan en tener entre su repertorio piezas clásicas y contemporáneas para ser interpretadas con su posible mejor versión. Pero la razón que cobra más fuerza en la elección del repertorio vocal, es la educación musical de sus componentes. El estudio e interpretación de una pieza, abre un abanico cultural muy importante, porque enseña las diferentes épocas de la Historia de la Música, los diferentes repertorios y estilos o invita a investigar que anécdota o leyenda impulsó al compositor a componer esa pieza o en qué momento de su vida dió rienda suelta a su imaginación y espíritu creativo. No debemos olvidar que la parte técnica y montaje de la pieza obliga a los cantantes a estar muy atentos a su afinación, a su empaste de voz, a su interpretación musical y a su respiración. Estos son los beneficios de cantar en un coro según muchos estudios:

1. Genera felicidad y eleva el estado de ánimo
2. Bloquea las preocupaciones y distrae de los problemas.
3. Fomenta el trabajo en equipo
4. Haces amigos: ofrece la sensación de apoyo social y amistad
5. Conocimientos musicales: implica educación y aprendizaje
6. Desarrollas un control de la respiración, exige una respiración profunda y controlada.
7. Implica afinar mejor
8. Impulsa el aprender a escuchar
9. Te da la posibilidad conocer un repertorio musical variado.
10. Y por supuesto..... te sirve de entretenimiento

¿Se animan?



Grupo de Teatro "Señaldá", con D. Óscar Sanbiz Prieto, Director, a la derecha

ALEJANDRO CASONA: CUANDO UNO HA VIVIDO EN MADRID, NUNCA TERMINA DE IRSE DE ALLÍ

Alejandro Casona es sin duda el escritor más universal que ha dado Asturias y en este artículo queremos hacer un breve repaso de su trayectoria, destacando algunas de las huellas que dejó en su paso por Madrid.

Nació en Besullo (Cangas del Narcea) en 1903. Hijo de maestros, los primeros años de su vida los pasó en su pueblo natal y en Villaviciosa. Estudió Bachillerato en Gijón, Filosofía y Letras en Oviedo y Murcia. Con 19 años viaja a Madrid (1922) para entrar en la Escuela Superior de Magisterio. Encuentra una ciudad castiza y cosmopolita, espacio de tolerancia con gentes de toda España. La convivencia con personas de similares inquietudes sociales y culturales, le lleva a conocer a la que será su mujer, Rosalía Martín. Es muy triste que por motivo de la Guerra Civil tuviera que exiliarse durante 25 años a Buenos Aires, aunque podemos afirmar que fue donde escribió sus obras más importantes: La

dama del alba (1944), La barca sin pescador (1945), Los árboles mueren de pie (1949) o La casa de los siete balcones (1957).

En 1962 regresa a Madrid y sus obras vuelven a representarse por toda España. Tras el estreno de La dama del alba en el teatro Bellas Artes, el diario Informaciones (periódico pionero y de referencia en temas económicos y culturales de la época) publicaba la siguiente reseña "La dama del alba contiene una elevada proporción de alegría por el hecho de que el señor Casona haya regresado a un escenario español".

Hoy en día, en la ciudad de Madrid, podemos encontrar homenajes a Casona, como una placa conmemorativa en el edificio de distrito de Retiro donde falleció, y una interesante escultura de Chillida La sirena varada que es un homenaje a la obra de teatro del mismo nombre por la que recibió el Premio Lope de Vega del Ayuntamiento de Madrid.

El Grupo de Teatro Señaldá del Centro Asturiano Madrid, se enorgullece de haber representado varias de sus obras:

- La dama del alba
- La casa de los siete balcones
- La llave en el desván
- La barca sin pescador
- Las tres perfectas casadas.

Al igual que Casona, muchas personas continúan encontrando en Madrid su punto de encuentro educativo y profesional. En tiempos de crisis como el que estamos viviendo por el COVID-19, algunas personas han comenzado a propagar injustamente lo que están llamando 'madrileñofobia', pero por muy dura que sea la ofensa, Madrid seguirá recibiendo con los brazos abiertos a personas de toda España y del mundo entero, y esperamos que pronto podamos abrir de nuevo el telón para todos ellos.

PROTOCOLO DE SEGURIDAD EN LA QUINTA “ASTURIAS” (23 junio a 6 julio)



Una vez finalizado el Estado de Alarma el 21 de junio, la Comunidad de Madrid pasa a gestionar las medidas preventivas para hacer frente al coronavirus (ORDEN 668/2020, de 19 de junio, de la Consejería de Sanidad). Las novedades recogidas en esta orden, en el marco de los protocolos de seguridad de la Quinta “Asturias”, son las siguientes:

PISCINAS:

- Se limita el **aforo al 50%** (250 personas).
- **No es necesario reservar** con cita previa ni habrá turnos de baño de martes a viernes.
- **Sí es necesario reservar** con cita previa un turno de baño, los sábados, domingos y festivos. La reserva se hará en el teléfono 669664778, de lunes a viernes, de 10:00 a 14:00
- Sólo se permitirá reservar un turno por socio. Al terminar deberá salir del recinto de la piscina para la desinfección. Si en el siguiente turno no se hubiera completado el aforo, el socio podrá solicitar de nuevo el acceso al siguiente turno a la persona responsable.
- Los vestuarios estarán completamente disponibles para su uso a partir del martes 30 de junio
- Se permitirán grupos de un máximo de 15 personas. Dada la imposibilidad de trazar espacios de uso, apelamos a la responsabilidad de los socios a la hora de establecer las distancias de seguridad de al menos 2 metros entre grupos.

- Los socios atenderán en todo momento las indicaciones de los socorristas, los cuales velarán por el estricto cumplimiento de las normas.
- Se mantiene la **obligatoriedad de uso de las mascarillas** en todo el recinto siempre que sea posible.
- Podrá realizarse **actividad deportiva en grupos de hasta 25 personas.**
- **El parque infantil estará disponible para su uso**, y se procederá a su desinfección dos veces al día. Se recomienda el uso de gel hidroalcohólico antes de acceder al mismo.
- Queda **cancelado provisionalmente el uso de invitaciones y el acceso a No Socios con entradas de pago.** Las invitaciones con caducidad durante el confinamiento verán ampliada su caducidad 3 meses más.
- **Todos los aseos de la Quinta “Asturias” estarán disponibles**, pero se recomienda el acceso individual a los mismos, salvo en el caso de persona dependiente, que podrá contar con un acompañante.
- **Los cenadores estarán disponibles**, con una limitación de aforo del 60%.
- Igualmente, **los espacios de hostelería verán limitado su aforo al 60%**, pudiendo realizarse consumos en barra, siempre que se mantenga la distancia interpersonal de 1,5m
- Ante cualquier síntoma compatible con el COVID-19 se deberá **abandonar las instalaciones.**
- Recomendamos hagan su **reserva** previa para comer en el Restaurante, en el teléfono **603181513** o a través de la página web <http://www.quintaasturias.es/contacto>

Apelamos de nuevo a la responsabilidad personal y a la cooperación de todos, así como al acatamiento de las recomendaciones y advertencias emitidas por el personal de la Quinta “Asturias”, encaminadas a proteger la salud de todos. Estas medidas podrán modificarse en función de las necesidades y al compás de las variaciones que se establezcan en la normativa oficial.

El Presidente y la Junta Directiva

SE ALQUILAN SALAS

El Centro Asturiano de Madrid, situado en el corazón de la capital de España, en un emplazamiento privilegiado desde el punto de vista histórico, cultural, cívico-social y comercial, le ofrece la posibilidad de organizar eventos y encuentros en su polivalente y elegante Salón “Príncipe de Asturias”, en el que caben más de cien personas y que resulta muy apropiado para la celebración de reuniones, cócteles, ruedas de prensa, presentaciones, proyecciones, etc.

Con gusto le informaremos sobre nuestros espacios y opciones, entre los que se incluye servicio de ‘catering’. Además, en la Quinta “Asturias” de nuestro Centro Asturiano, en la Carretera de Extremadura, km 25,100, disponemos de extraordinarias instalaciones, que quizá respondan a lo que Vd. necesita.

Si quiere ampliar la información sobre reservas, tarifas o cualquier otra cuestión, le atenderemos encantados.

Forma de contacto: E mail: info@centroasturianomadrid.es

Web: www.centroasturianomadrid.es

Centro Asturiano de Madrid. C/ Farmacia, 2, 4ª planta (esquina con c/ Fuencarral, 56). Teléfonos 91 532 82 81 y 91 532 82 45



Casa Hortensia – Restaurante ESPECIALIZADO EN COMIDA ASTURIANA
C/ Farmacia, 2 Plantas 2ª y 3ª (28004 Madrid)
Telfs : +34 915 390 090 – 91 522 42 18 – 91 531 37 24
E-mail: restaurante@casahortensia.com <http://www.casahortensia.com>



L'ALBORÁ
AGRUPACION FOLCLORICA

CLASES DE BAILE ASTURIANO
Gratis para los socios

659 613 418

¡¡¡Anímate!!!

GALERÍA FOTOGRÁFICA

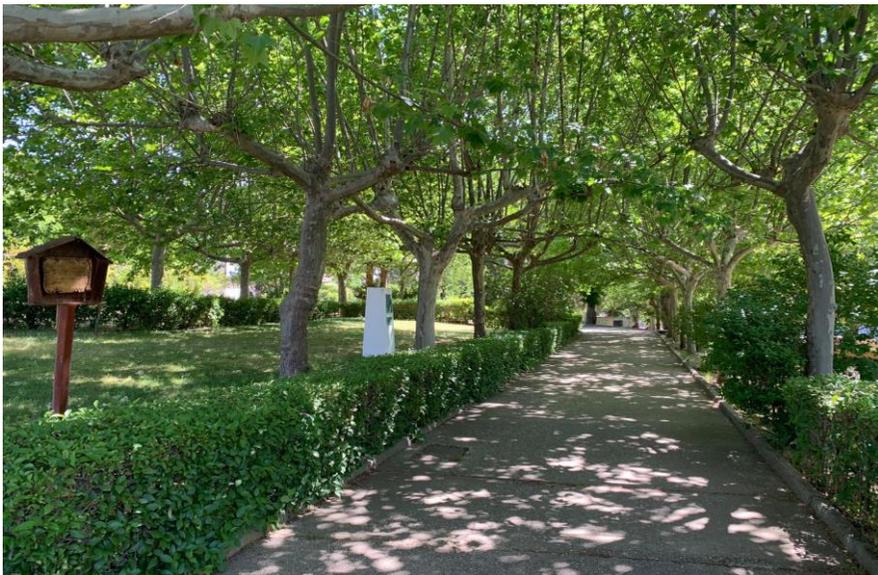


Cuando hace calor quien tiene una piscina tiene un tesoro

GALERÍA FOTOGRÁFICA



Don Pelayo en la Quinta "Asturias"



El árbol con fronda amiga, buena sombra nos prodiga



Un hórreo en el hermoso edén



**QUINTA
ASTURIAS**

Nueva normalidad ...
Nueva cocina a degustar




www.quintaasturias.es

El Centro Asturiano de Madrid promociona, a través de su Revista "Asturias", a los establecimientos asociados a esta Casa

Socio 12	Gráficas LUBAR S.L. c/ Tomás Redondo, 3. Tif. 91 763 80 00
Socio 17	Droguería MANUEL RIESGO
Socio 61	Bar CASA PACO c/ Altamirano, 38 (Madrid)
Socio 66	Bar PEMA. Pan y Toros, 11 (Madrid)
Socio 75	Bar LA REGUERA. C/ Martín de los Heros, 83 (Madrid)
Socio 75	Mesón LA FUENTE. c/ Marqués de Urquijo, 8 (Madrid)
Socio 75	RECREATIVOS RODLAM S. A. Tif. 91 547 15 96
Socio 75	COMPRO ORO, PLATA, RELOJES ANTIGUOS. c/ M. de Urquijo, 37
Socio 75	Mesón-Restaurante EL CEBÓN. Cap. Blanco Argibay, 14 (Madrid)
Socio 90	FERNANDEZ-VEGA Y ASOCIADOS. Patentes y Marcas. 91 350 47 28
Socio 98	LIBERBANK-CAJASTUR. Pl. Escandalera, 2 (Oviedo)
Socio 127	Grupo I.L.A.S. (Reny Picot) C/ Velázquez, 140 (Madrid)
Socio 140	Restaurante CASA BALTASAR. D. Ramón de la Cruz, 97 (Madrid)
Socio 140	Pub GAYARRE. Paseo de La Habana, 1 (Madrid)
Socio 140	Restaurante LA LEÑERA c/ Hernani, 60 (Madrid)
Socio 140	Restaurante TEITU c/ Capitán Haya, 20 (Madrid)
Socio 140	Pub VERDI. c/ Capitán Haya (Madrid)
Socios 155 y 156.	COMERCIAL SIRVIELLA. Glorieta Puente Segovia, 11 (Madrid)
Socios 155-156	Restaurante SANTA OLALLA C/ Ibiza, 72 (Madrid)
Socios 155-156	Sidrería ESCARPÍN. c/ Hileras, 17 (Madrid)
Socios 155-156	Productos ASTURES Y MAS S.L. Tif. 91 479 74 65
Socio 161	FARMACIA. Paseo de la Chopera, 13 (Madrid)
Socio 165.	PAPELERÍA Y PRIMITIVA. CC. Mocha Chica. Local 8 Villafranca C.
Socio 196	EXPERT- ELECTRODOMESTICOS. C/ Tortosa, 7 (Madrid)
Socio 204	Administración de LOTERÍAS. Tif. 91 532 08 44 C/ Pez, 25 (Madrid)
Socio 207	Bar ORFRÁN. C/ Fermín Caballero, 7 post. Madrid
Socio 211	Ferretería ENOL. c/ Pinzón, 38 (Madrid)
Socio 214	IGNIS AUDIO. www.ignis-audio.com (A. Menéndez Granda)
Socio 216	Ferretería EL SELLA. Pº Extremadura, 7 (Madrid)
Socio 239	Grupo OPTICA UNIVERSAL c/ Gilena, 2 -Villaverde Tif. 91 796 80 20
Socio 282	ALSA-GRUPO . 902 42 22 42 / www.alsa.es
Socio 332	OLDER SYSTEMS. c/ Rioja, 11 (28042 Madrid) Tif. 616 402 112
Socio 384	V.I.P.S. (Varios Establecimientos en Madrid)
Socio 428	BAFEMA-Mantenimiento S.L. C/ Calidón, 1 (Madrid)
Socio 430	FUNDICIÓN ESFINGE. C\Cobre 13, 28850 Torrejón de Ardoz (Madrid) Tfno: 916780975.- http://www.fundicionesfinge.com
Socio 454	ZACARIAS PÉREZ PEÑA . Hierro y Aluminio. Tif. 91 613 86 39

Banda de Gaitas
"El Centru"



CLASES DE GAITA



Gratis para los socios del Centro Asturiano de Madrid.



APUNTATE!!

605302073
elcentru014@hotmail.com

Socio 491	MARY PAZ PONDAL (Actriz) www.marypazpondal.es
Socio 587	Pastelería SALMANTINA. c/ Joaquín Sorolla,94 (Rivas) Tl.91 666 94 36
Socio 613	MALAGASTUR S.L. C/ Almansa, 4 (Málaga)
Socio 616.	CENTRO DE ESTETICA INTEGRAL BELLA DONNA. c/Montero, 1 - Móstoles Tlf. 91 613 28 89
Socio 618	ADA LEGAL. Asesoramiento Jurídico para la familia. Despacho Concha Maté Piquer. Tlf. 686 156 861 mateconcha@gmail.com
Socio 718	Pescadería LA RIA DE VIGO. Mercado Sª María de la Cabeza. Puesto, 47/48 Tlf. 915 28 41 89
Socio 723.	Jacinto Insunza Dahlander. ABOGADO. Tlf. 666 514 139
Socio 784	CONSTRUCTORA TEPEYAC S.A. Tlf. 91 544 46 08 (Manuel Vigil)
Socio 852	Cartonajes LOBO . c/ León, 5. Móstoles
Socio 960	EMBUTIDOS SANTULAYA . Cangas de Narcea (Asturias)
Socio 981	Restaurante EUTIMIO. Lastres (Asturias)
Socio 1039	CLINICA DENTAL. Dr. Pérez Zamarrón. Gª Paredes,12 Tlf. 91 448 87 91
Socio 1109	Hostal ROBER c/Arenal, 26 (Madrid) 91541 91 75 www.hostal-rober.es
Socio 1185	RESTAURANTE Y SIDRERÍA CASA HORTENSIA c/ Farmacia, 2, pl. 2ª 3ª Tlfs. 91 539 00 90 y 91 522 42 18
Socio 1243	EL RINCÓN ASTURIANO Mesón/Restaurante. Delicias, 26 -Madrid
Socio 1349	MANUEL AMBRÉS E HIJOS. Jamones, quesos, embutidos. 917 98 33 06
Socio 1418	Electricidad JUAN MATOS, Tlf. 610 671 894
Socio 1616	IMPACT-5 Agencia de Publicidad y Servicios Plenos
Socio 1686	ABOGADOS Generalistas. Tlf. 616 606 974. dmpinedo@icam.es
Socio 1836	Grupo Restaurantes LA MÁQUINA. Teléfono 91 598 30 05
Socio 1902	Sidra CORTINA. San Juan, 44 Amandi-Villaviciosa (Asturias)
Socio 1937	Restaurantes LA CHALANA. c/ San Leonardo,12. 915 40 07 52 y Pº Castellana, 179, Tlf. 916 217 659
Socio 1986	Sidra TRABANCO. Cº Lagares, 290 – Lavandera –Gijón Tlf. 985 138 003
Socio 2177	Instituto Oftalmológico FERNÁNDEZ-VEGA. Av. Drs. Fdez Vega, 34 (Oviedo) Tlf. 985 24 01 41
Socio 2178.	ENCE Energía y Celulosa S.A. c/ Beatriz de Bobadilla, 14 (Madrid) Tlf: 913 12 86 38
Socio 2459.	Grúas Roxu. S.A.Carr. Santander. Meres (Asturias) Tlf. 985793636
Socio 2575.	Arense y Afiliados. Consultores Mediadores Seguros cgarces@criterioasesores.es Tlf.679 331 504



NECROLÓGICA

Ha fallecido con 96 años nuestro querido amigo el Dr. D. Francisco Alonso Fernández, de la Real Academia Nacional de Medicina, Manzana de Oro y Asturiano Universal.

Ha muerto en su casa de Ambás (Grado) Dª Celestina Sánchez Fernández, conocida como Celestina Ca Sanchu, icono de la cultura asturiana.

A los 96 años ha fallecido Dª Ana Alvargonzález, madre del obispo de Battambang Kike Figaredo.

Tras una larga enfermedad ha fallecido D. José María Naveiras Escanlar, más conocido como Pepe el Ferreiro, exdirector del Museo Etnográfico de Grandas de Salime.

Ha fallecido Dª María Esther López García, madre de Dª Mª Esther García López, Presidenta de la Asociación de Escritores de Asturias.

Enviamos a sus familiares y amigos nuestro hondo sentimiento de dolor por estas irreparables pérdidas.

MISCELÁNEA

ADA Legal

ADA Legal: <https://adalegal.es/>

Los socios del Centro Asturiano de Madrid tendrán un descuento del 10% en la contratación de cualquiera de los dos productos que contraten.

ADA LEGAL BÁSICO Precio Especial para socios del Centro Asturiano: 88 Euros/año

ADA LEGAL TOTAL Precio Especial para socios del Centro Asturiano: 112,5 Euros/año

Póngase en contacto con nosotros a través del correo electrónico (vmontes@adalegal.es/juridico@adalegal.es), llamada telefónica (647 62 09 76 o 686 15 68 61)



El Ayuntamiento de Castrillón toma las riendas del Museo de Anclas Philippe Cousteau de Salinas

La Cofradía “Buena Mesa de la Mar” cede al Concejo por 50 años la instalación de La Peñona. El Museo de Anclas Philippe Cousteau fue inaugurado en 1993. Promovido por la Cofradía “Buena Mesa de la Mar”, alberga decenas de anclas donadas por entidades públicas y privadas de todo el mundo. El Museo es un homenaje al marino Philippe Cousteau, hijo del oceanógrafo Jacques Cousteau que murió en 1979 cuando sobrevolaba el Tajo, cerca de Lisboa.

El verano llega a Asturias

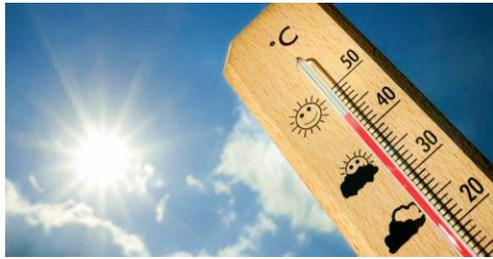
En las playas asturianas se verán también las consecuencias de la pandemia del coronavirus y sus normas para evitar nuevos contagios. Pese a las restricciones se prevé que las temperaturas más suaves atraigan a muchos visitantes. Hay más confianza en el verano que en el otoño, que genera mucha incertidumbre.

Primer censo simultáneo del oso pardo en la cordillera Cantábrica

Asturias, junto con Galicia, Cantabria y Castilla y León, participará en la elaboración del primer censo simultáneo del oso pardo que habita en la cordillera Cantábrica.

El Principado convoca ayudas para comunidades asturianas en España

La Consejería de Presidencia del Principado de Asturias ha convocado las subvenciones a las comunidades asturianas radicadas en España correspondientes al ejercicio 2020.



ALERTA AMARILLA POR ALTAS TEMPERATURAS

La Agencia Estatal de Meteorología informa que hay previsión de NIVEL DE ALERTA AMARILLA por ALTAS TEMPERATURAS.

En este nivel, según la citada Agencia, no hay riesgo meteorológico para la población en general, aunque sí para alguna actividad concreta. Se recomienda ESTAR ATENTO y mantenerse informado de la predicción meteorológica más actualizada. Algunas actividades al aire libre pueden verse afectadas. Debido a la situación actual y siguiendo las recomendaciones para la prevención de la propagación del Covid-19 es importante hacer hincapié en:

- Utilizar preferentemente los espacios que tengan una orientación que favorezca una menor insolación y por tanto menor temperatura.

Así mismo, hay una serie de recomendaciones básicas de la Dirección General de Protección Civil y Emergencias, y que sería conveniente que se adoptaran:

- Limite su exposición al sol, permanezca en lugares protegidos del sol el mayor tiempo posible y manténgalos bien ventilados.
- Evite cambios bruscos de temperatura que pueden afectarle.
- Tome comidas ligeras y regulares, bebidas y alimentos ricos en agua y sales minerales, como las frutas y hortalizas, que le ayuden a reponer las sales perdidas por el sudor.
- Vístase con ropa adecuada de colores claros, cubriendo la mayor parte del cuerpo, especialmente, la cabeza.
- Evite ejercicios físicos prolongados en las horas centrales del día.
- Interésese por personas mayores y enfermas próximas.
- Nunca deje a niños ni personas mayores en el interior de un vehículo cerrado.

Lo que ponemos en su conocimiento a los efectos oportunos.

Agradecemos las colaboraciones de:



Síguenos en

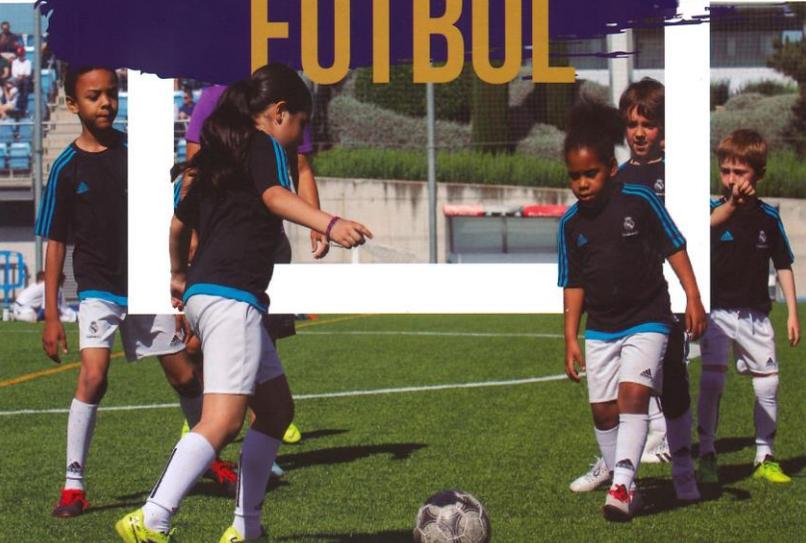




FUNDACIÓN
Real Madrid

QUINTA ASTURIAS

ESCUELAS SOCIODEPORTIVAS DE FÚTBOL



TEMPORADA 2019-2020 **DE 5 A 17 AÑOS**

Descuentos a socios del Real Madrid C.F., miembros de la Fundación Real Madrid, alumnos de las Escuelas Sociodeportivas y titulares del Carné Madridista. Becas y Semi-becas para familias en riesgo de exclusión.

pires.realmadrid.com **INSCRIPCIÓN** 

 www.realmadrid.com/fundacion

 escuelas.fundacion@corp.realmadrid.com

 91 453 29 00 / 05

 fb.com/fundacionrealmadrid

 [twitter: @Fun_RealMadrid](https://twitter.com/Fun_RealMadrid)



¿Viajas? Prueba ALSAcab, para ir y volver de la estación

6,90€*
Sólo disponible
en Madrid



*Precio fijo por persona.
Servicio Compartido en coche premium.

alsa.es   