

ACEUCHAL VIVE SU CARNAVAL MÁS MULTITUDINARIO DE LOS ÚLTIMOS AÑOS

Aceuchal tiene espíritu carnavalero y un año más ha vuelto a demostrarlo saliendo a la calle de forma multitudinaria y participando de forma masiva en los diferentes actos programados con motivo de esta festividad.

Días de diversión y disfrute que como novedad han contado con atracciones infantiles, luminaria carnalera en la vía principal del municipio y premios de mayor cuantía y más numerosos.



AGENDA

2 de Marzo: Pleno Ordinario. 20:30 h

3 de Marzo: Excursión Feria Taurina de Olivenza.

8 de Marzo: Día Internacional de la Mujer. 16:30 h.

13 de Marzo: Inicio III Ciclo de Talleres de Autoestima y Autonomía para Mujeres.

25 de Marzo: I Fiesta de la Primavera. Auditorio municipal. 16:00 h





ADIÓS, TÍO PACO

Carmen Santamaría Alonso

El joven maestro, recién licenciado, buscaba destinos en un mapa antiguo con ayuda de su madre. No me contaron cuáles fueron los dos primeros elegidos. Me contaron que el tercero era un pueblo del que no habían oído hablar pero que tenía un nombre que les resultó curioso: Aceuchal.

Y a ese pueblecito de la Tierra de Barros destinaron a Paco.

La niña de siete años se disgustó mucho porque se fue, el compañero de juegos, el que la lanzaba por los aires y la colmaba de abrazos, se marchaba lejos, muy lejos.

Eran tiempos de trenes nocturnos, de conferencias telefónicas en la central del pueblo, de cartas que tardaban varios días en llegar a su destino.

Paco se marchó pensando en regresar al cabo de unos meses. Con esa idea nos consoló a los niños que nos dolíamos de su ausencia. Pero en Aceuchal echó raíces. El amor de una maestra y, seguramente, el apego a quienes allí trataban con él, alumnos y vecinos, le hizo asentarse en un pueblo que para su familia, entonces, se convirtió en uno de los más importantes del país.

Todos sus sobrinos hemos viajado a Aceuchal a ver a Paco, nuestro querido tío, y a ver a Felu, nuestra querida tía. Mi primera visita fue cuando se casaron, tantos años hace ya. El recuerdo infantil de un tren que tardó montones de horas en alcanzar una estación donde se hacía traspase, se une al recuerdo del recibimiento de un montón de personas que mostraban su alegría por conocer a los familiares de Don Paco, el maestro. Desde entonces he visitado Aceuchal muchas veces, sola o con mi familia. Y desde entonces siento un aprecio especial por ese pueblo en el que mi tío Paco era un “piporro” más y presumía de serlo.

Ahora que él se ha ido, dejando un hueco tan enorme en el corazón de quienes lo amábamos, Aceuchal seguirá siendo un destino de nuestros viajes, no solo porque allí nos ha dejado a sus hijos y a sus nietas, sino porque en sus calles y plazas sigue campando su recuerdo, el recuerdo de los buenos ratos y las conversaciones compartidas y las bromas, de las anécdotas escolares que narraba, de los textos que escribía para los medios locales y que nos daba a leer con orgullo, de las muestras del cariño por la familia que nunca se debilitó con la distancia.

Querido tío Paco, ¡Cómo te vamos a echar de menos!

INAUGURADO EL ESPACIO NUBETECA

La Biblioteca pública Mahizflor acogía el jueves 9 de febrero la inauguración del espacio físico denominado NUBETECA. Un proyecto de la Diputación de Badajoz y la fundación Germán Sánchez Ruipérez que ha contado con la colaboración del Ayuntamiento de Aceuchal.



Con este espacio, cuentan ya 37 municipios de la provincia, lo que permite a nuestra Biblioteca adaptarse a la nueva realidad, a la era digital, permitiendo a los lectores tener a su disposición más de 36.000 libros, películas, series y documentales a la espera de ser cocinados y degustados por los lectores y lectoras; en definitiva, libros electrónicos para leer, audiolibros para escuchar y vídeos para disfrutar.

Flory Corriero, técnica del proyecto Nubeteca, fue la encargada de conducir el acto y dar a conocer este espacio que democratiza el acceso a la lectura y a la información en el mundo rural. Un maridaje entre Diputación de Badajoz y el Ayuntamiento de Aceuchal que abre la puerta a los lectores piporros a un gran catálogo, adaptando así nuestra biblioteca a los nuevos tiempos, tal y como señalaba durante su intervención el alcalde del municipio, D. Joaquín Rodríguez, quien hacía hincapié, en que este proyecto es *“un modo de acercar la cultura a nuestro pueblos, pero adaptada a los nuevos tiempos, en una sociedad que evoluciona y en la que el futuro digital es una realidad”*.



En el acto, también estuvo presente, el Jefe del Servicio Provincial de Bibliotecas, Isidoro Bohoyo, quien hizo entrega a la bibliotecaria municipal, Pili Hermoso, del libro cabecera de la nubeteca, ante los aplausos de los asistentes, que quisieron reconocer el buen hacer de Pili, que será la encargada de dinamizar este espacio.



Por su parte, el Diputado del Área de Fomento de la Diputación de Badajoz, Francisco Farrona, resaltó, que *“la institución provincial está apostando fuerte por este proyecto que implica un Plan de fomento de la Lectura Digital, pionero y único en el mundo de las bibliotecas y que está dando muy buenos resultados tal y como revela un estudio llevado a cabo por las Universidades de Extremadura y Salamanca”*.

La nubeteca ya cuenta con sus primeros miembros, los cuales fueron reconocidos en este acto, y cuya cifra de nubetecos se irá ampliando, ya que para ello solo es necesario ser socio de la biblioteca y solicitar las claves para su acceso. Sin duda, un mundo lleno de magia, este de la NUBETECA, como la que puso a este acto el mago Alfred Cobami con lo que quedó inaugurado este nuevo espacio físico en nuestro municipio.

LA CORPORACIÓN Y TRABAJADORES MUNICIPALES FESTEJAN LA CANDELARIA

El 2 de febrero se conmemoraba la festividad de la Candelaria, una jornada que sirve para la presentación de los recién nacidos al templo, siendo esta además, patrona de la Corporación municipal. Para festejar este día se celebraba como manda la tradición un acto religioso en la Parroquia de San Pedro Apóstol.

A dicha homilía acudían los miembros de la Corporación Municipal, Jueza de Paz, Cuerpos y Fuerzas de Seguridad, así como los trabajadores municipales, además de madres, padres, abuelos y familiares de los recién nacidos que fueron presentados a la Virgen, pidiendo para ellos su protección.

Nada más arrancar la homilía se llevaba a cabo la procesión de la Virgen, portada por trabajadores municipales, en un recorrido que



daba la vuelta a la parroquia, con una pareja de pichones en las andas y la vela encendida. Una vela que de mantenerse encendida durante todo el recorrido, augura un año de bienes.

La jornada finalizó con un almuerzo de los representantes y trabajadores municipales con el que festejaron de forma más lúdica el día de su patrona.

LA ASOCIACIÓN ONCOLÓGICA TIERRA DE BARROS PONE EN MARCHA DIVERSAS ACCIONES EN NUESTRO MUNICIPIO PARA DAR VISIBILIDAD A SU LABOR

La Asociación Oncológica Tierra de Barros, quiere difundir la labor que realizan en toda la comarca, dándole una mayor visibilidad en nuestra localidad donde reconocen tienen una actividad más escasa. La Asociación tiene un objetivo claro, que no es otro que mejorar la calidad de vida de los familiares y pacientes oncológicos mediante servicios de ayuda psicológica, fisioterapia, ayuda a domicilio y talleres y actividades de diversa índole.



En su afán por transmitir hábitos de vida saludable van a llevar a cabo actividades de prevención e información sobre el tabaquismo en el IES Tierra de Barros, además de participar en los actos conmemorativos del 8 de marzo, Día Internacional de la Mujer.

Para pertenecer a la asociación se puede hacer bien como colaborador o como asociados o simplemente dando voz de los servicios que ofrecen. Destacar que la sede se encuentra en la calle Francisco Montero de Espinosa, 2 de Almendralejo y que cuenta con dos teléfonos de contacto que son el 924670723 y el 630084947.

ACEUCHAL VIVE EN LA CALLE SU CARNAVAL

Miles de personas se echaron a la calle para disfrutar de una de las fiestas más alegres, coloridas y divertidas, nos referimos al Carnaval, que se celebraba del 17 al 20 de febrero en nuestra localidad.



Una fiesta que se publicitaba con el cartel elaborado por María Rejano Román, que lograba alzarse con el primer premio del concurso del cartel anunciador del carnaval 2023, dotado con 150€, y al que se presentaban un total de 14 trabajos, todos ellos de gran calidad y originalidad y donde no faltaron los elementos referentes a nuestro municipio. El segundo premio dotado con 100€ era para Alba Rodríguez Asensio y el tercero de 75€ para M^a José García Ortíz.

Una fiesta desinhibida, para la que desde la concejalía de festejos se elaboraba un programa cargado de actividades para todos los públicos y que ha resultado ser la más numerosa y participativa de los últimos años.

El carnaval arrancaba en la mañana del viernes con el desfile carnavalero infantil, en el que participaban los alumnos del CEIP. Ntra. Sra. De la Soledad y de las guarderías locales, que tras la pandemia, volvieron a recorrer las calles de nuestra localidad con *Las Vegas* como temática predominante. Entre los asistentes no faltaron las barajas de cartas, los magos, crupiers, Elvis e incluso el conejo de la suerte o los gansters. Sin duda una mañana de diversión y colorido para los más pequeños. Ya por la noche, en la carpa municipal, que este año estaba ubicada en la avenida de la Cerca, tenía lugar la actuación del DJ Jotaeme.



El sábado es sin duda cuando tiene lugar toda la explosión de colorido, magia, espectáculo y diversión del carnaval píporro, es el día en el que tiene lugar el Gran Desfile de carnaval en el que participan tanto agrupaciones infantiles, junior, adultos, como los artilugios carnavaleros.

Un carnaval el de este 2023 que ha supuesto un récord de participación con un total de siete agrupaciones infantiles inscritas, seis juniors, dieciocho adultos y veintiun artefactos, lo que hizo que miles de personas recorrieran las calles de nuestra localidad disfrazados y llegado también de otros puntos de la comarca, con el objetivo de disfrutar de nuestra fiesta. Ante la calidad y la cantidad de participantes, así como la no participación de ninguna agrupación en el concurso de letra y música, hicieron que la Junta local de Gobierno, acordara el incremento de las dotaciones de los distintos premios así como dos nuevos premios más para la modalidad de artefactos, contando en total con siete.

ACTUALIDAD MUNICIPAL



El desfile partía desde la avenida de la Cerca pasadas las 16:30 horas ante la atenta mirada de un numeroso público que se concentraba por los distintos puntos por donde pasaba el desfile, que estuvo presidido un año más por la comparsa piporra Aquelarre, que en este 2023 con su evocación a las Vegas lograban el décimo accésit en el desfile de comparsas de Badajoz, así como un tercer accésit en el desfile del entierro de la Sardina celebrado el martes en la barriada de San Roque en Badajoz. Reconocimientos que sin duda demuestran el trabajo que cada año hacen desde las distintas comisiones de esta agrupación que con pocos años de vida, logra colarse entre las mejores del carnaval de Badajoz, declarado de interés turístico internacional.

Tras la comparsa Aquelarre, seguían las agrupaciones infantiles, cuyos premios eran para los 7 pistoleros, las sevillanas locas y scarlet witch.

En la modalidad de desfile junior, los premios se los llevaban Los piratas en acción, los mineros y Paco el militar, mientras que



en la modalidad de adultos, eran para la Reina Egipcia, Des-malabares y los Soñadores.

El gran desfile de carnaval se cerraba con los artefactos, todos ellos, más de una veintena de gran calidad, muy bien elaborados y a los que se les habían dedicado horas de trabajo por parte de sus dueños, en la mayoría de los casos grupos de amigos, que con su trabajo hacen nuestro carnaval más grande.

Para esta modalidad, se establecían un total de siete premios, que en orden ascendente, el jurado compuesto por M^a Isabel Obreo, Blasi Rodríguez, Josefina Amores y Lali Pérez, otorgaban a la Caseta Let,s Dance, que servía de homenaje al joven piporro fallecido en la pandemia, Jesús Indias. El sexto premio dotado con 100 € era para “Viva la Reina Isabel”, el convento “ Que venga Dios y lo vea” se llevaba el quinto premio de 150€, el cuarto (200€) era para la magia y la diversión del “Circo loco”, el tercero (300€) para “Villa Pandora”, el “ataúd Chingon” que nos trasladaba al

ACTUALIDAD MUNICIPAL

mundo de los muertos se alzaba con el segundo premio (400€) y el primer premio era para las gueishas con su “Templo Cundaline” que se llevaban 600 €. Al finalizar el desfile, tenía lugar el concurso de disfraces individuales de adultos, cuyo primer premio se llevaba el Rey Arturo y su caballo y la noche se cerraba con la actuación de Los Pickies y Las chicas de la Farándula en la carpa municipal.



El domingo era el día más familiar del carnaval en nuestra localidad, y para los menores, se celebraba el concurso de disfraces individual infantil en la carpa, y posteriormente tenía lugar el espectáculo festicio con personajes como bob esponja, stitch o Mickey y minnie, para el disfrute de los más pequeños, que también dispusieron de atracciones durante todo el carnaval,

siendo estas gratuitas durante la mediodía del domingo, de 14.00 a 16.00 de la tarde, mientras todo los asistentes a la carpa degustaban una rica paella para saciar el apetito.

Ya por la tarde, cuando el reloj estaba a punto de marcar las cinco, la comparsa piporra Aquelarre, iniciaba su desfile por las calles de Badajoz, en la posición 36 tal y como le deparó la suerte en el sorteo, llevó su magia, colorido y espectáculo por las calles pacenses. Con sus juegos de ruleta y sus ritmos frenéticos lograban levantar al público que se concentraba a lo largo del recorrido.



ACTUALIDAD MUNICIPAL

El lunes, Aceuchal despedía su Carnaval y lo hacía con el tradicional entierro de la Sardina. Una jornada más, cientos de personas se echaban a las calles para disfrutar de la sardina que ha sido elaborada por un grupo de mujeres del municipio, al cual debemos dar públicamente las gracias, por su trabajo desinteresado, su buen hacer y el tesón que muestran para ofrecer cada año una sardina original y bien elaborada, que termina quemada en la hoguera.



El velatorio tenía lugar a las cinco en la carpa municipal, donde las plañideras acompañaron a la sardina en sus últimas horas mientras degustaban licores y dulces locales.

Posteriormente y con salida desde la parte alta de la calle San Antón arrancaba el entierro de la sardina acompañado por la comparsa piporra Aquelarre y la comparsa Los Lingotes. Ambas agrupaciones recorriendo las calles de nuestra localidad para mostrar sus coreografías, ritmos y vestuario en una tarde de tiempo agradable y en la que salieron a la calle cientos de personas.

Al llegar a la carpa, y tras la quema de la sardina, tuvo lugar la actuación de la murga pacense *Marwan chilliqui* quien con sus couples, pasadobles y popurrís arrancaron una sonrisa a todos los asistentes.

Al caer la tarde, tuvo lugar una degustación de montaditos, se procedió a la entrega de premios, y el dj Jotaeme puso el broche final al carnaval con su música.



EL MUSEO DE LOS RECUERDOS

El piporro Eladio Vaquero a abierto al público lo que ha denominado como “Museo de los Recuerdos”, un espacio ubicado en la calle Mirasol 16 de nuestra localidad y en el que guarda herramientas y utensilios de otro siglo, de ahí debe su nombre, ya que todo aquel que ha tenido la suerte ya de visitarlo, se traslada a otra época, infancia, adolescencia o juventud, etapas llenas de recuerdos y emociones.

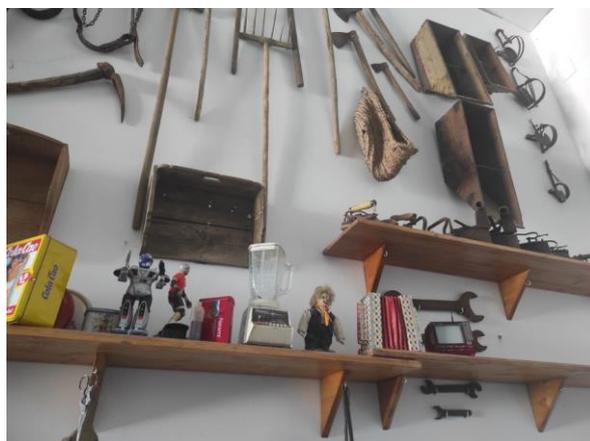


En su decoración lleva trabajando desde el año 2015, y aunque reconoce que aún le queda mucho por mostrar, en este museo podemos encontrar desde máquinas de coser, hasta cámaras fotográficas, medidas de aceite, artesas, útiles de matanza, pupitres de escuela, televisores, trillo, sembradora, máquinas de escribir o botellas de refrescos ya en desuso. También a modo más curioso, cuenta con una colección de mecheros, aperos de labranza o colecciones de

libros.

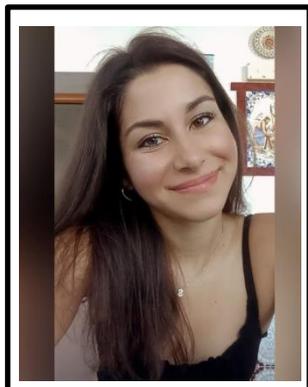
Algunas de estas herramientas y utensilios eran de su padre y otras tantas les han sido regaladas por vecinos y amigos. Eladio es un apasionado de todo lo relacionado con nuestro pasado, por ello nos recuerda que esta exposición, es un espacio vivo y dinámico, que va incrementando su patrimonio gracias a las donaciones de aquellos que quieren aportar su granito de arena y qué conocen el afán de Eladio por conservar este tipo de útiles.

Por este museo, que acaba de abrir sus puertas a todo el que



quiera visitarlo, ya han pasado el alcalde del municipio, D. Joaquín Rodríguez y la teniente de alcalde, D^a M. Carmen Hermoso, quienes aprovechaban su visita, para felicitar al promotor por el trabajo y los tesoros que esconde este nuevo espacio de Aceuchal.

LAS FIESTAS DEL PUEBLO



Sara Muñoz

Hace un tiempo que tuve una conversación con mi abuela en la que hablábamos sobre cómo eran las fiestas a su edad: Ella me explicó que tenían ropa solo para los domingos estrenar, tenían hora para a casa regresar y salían con el dinero justo para, al menos, un refresco comprar.

Continué explicándome que todo el mundo bailaba y reía, que todo el pueblo celebraba la fiesta en un mismo lugar, que daba gusto ver a las familias unidas y a cierta hora todos a descansar.

Volví a casa pensando que, en la actualidad, hemos ganado mucho pero hemos perdido aún más. Mientras mi abuela me contaba sus historias de pequeña no dejaba de brillar una hermosa sonrisa en su cara que me hacía entender que aquello era felicidad.

Hemos ganado tanto en la actualidad que, en todas las fiestas celebradas: bebidas, comidas, atracciones y música para todos los públicos nunca han de faltar. Los jóvenes apartados de los padres y los niños también, y así de esta forma cada uno tiene su espacio para beber.

Tenemos las mejores orquestas, atracciones y trajes para lucir, pero se nos olvidan otras cosas de las cuales hemos más de presumir.

Hemos perdido la unión familiar, los bailes en la pista y el aprender a dialogar. Ya no miran cómo es tu personalidad, sino el vestido que llevas cuánto valdrá.

A los jóvenes se les olvida aparecer por casa, y eso de tener una hora a recoger ¡Ni hablar! Y si se les pide comer en familia... Entonces olvidémonos ya.

Tanta moda, tanto lujo, tanto que presumir, pero los valores, respeto y cariño han dejado de existir. Aunque por la época de mi abuela poco tenían para presumir, la alegría con la que me contaba sus historias era razón de también sonreír.

Hoy día cierto es que el pueblo celebra sus fiestas pero tan juntos y separados a la vez. Ya no te sientas con cualquiera a comer o a tener una pequeña conversación y que te invite a algo de beber.

Es por ello que cierto es que tenemos que aprender a olvidarnos de presumir de casas, coches y ropa y centrarnos en el respeto, el amor y la bondad que nos hacen mucho más feliz.

Y aunque mucha experiencia no he tenido, cierto es que el tema no va mucho conmigo. Pero sí que cuando escucho a mi abuela hablar de los años que lleva consigo, que antes se divertían los jóvenes de otras maneras, y los valores que tenían eran más verdaderos, siendo la felicidad algo que no se compra con dinero.

EL PIPORRO FERNANDO CORTÉS GANA EL II CONCURSO DE PODA RIBERA DEL GUADIANA

El miércoles 22 de febrero tenía lugar la entrega de premios de la II edición del concurso de poda organizado por la Denominación de Origen Ribera del Guadiana, que se celebraba en la finca El Toril, propiedad de Caja Rural de Extremadura.



Tras la jornada de poda que tuvo lugar el 12 de enero en un viñedo perteneciente a Bodegas Pozanco, el primer premio recaía en el piporro Fernando Cortés Baquero, que recibió la tijera de oro de manos de la consejera de Agricultura, Desarrollo Rural, Población y Territorio, Begoña García.

Una cita que pretende destacar la importancia que tiene la poda de invierno en la producción de uva de alto valor enológico, así como visibilizar el trabajo y la formación de los profesionales de la viticultura extremeños adscritos a este sello de calidad. Se realizaba una profunda reflexión de métodos de trabajo y

sistemas para mejorar la poda.

Además de la consejera, también estuvieron presentes en el acto, la presidenta de la Denominación de Origen Ribera del Guadiana, María Luisa Regaña y el presidente de Caja Rural de Extremadura, Urbano Caballo.

LA COOPERATIVA NTRA SRA DE LA SOLEDAD RECIBE 7 MEDALLAS EN VINESPAÑA 2023

La Asociación Española de enología celebraba los días 12 y 13 de febrero la V edición del Concurso Nacional de vinos VINESPAÑA en la Feria Internacional de la Maquinaria, Técnicas y Equipos (Zaragoza). La edición ha contado con la participación de 685 muestras procedentes de 180 bodegas de todos los puntos de la geografía española que fueron catadas por profesionales de la enología nacional e internacional, presidido por Santiago Jordi, presidente de Feae.

Unas medallas, Gran Oro, Oro y Plata que valoran y premian la calidad de los vinos y el trabajo profesional de la enología que los elabora. Nuestra cooperativa vitivinícola Ntra. Sra. De la Soledad, se convertía en una de las más premiadas, con un total de 7 medallas, logrando un gran oro, un oro y siete platas. Sin duda un reconocimiento a nuestros caldos y al trabajo constate de agricultores y personal especializado de la cooperativa.



LA ACADEMÍA DE LAS CIENCIAS DE ENFERMERÍA DE EXTREMADURA, CUENTA CON UN PIPORRO COMO ACADÉMICO DE NÚMERO

Extremadura cuenta ya con su Academia de las Ciencias de Enfermería, un organismo que nace para el desarrollo de la Ciencia Enfermera y la promoción de la calidad de la asistencia sanitaria. El acto inaugural se celebraba en el Real Monasterio de Guadalupe, donde se procedió a la imposición de Medallas a los académicos de Número entre los que se encuentra el piporro Francisco José Rodríguez Velasco.



Un nombramiento que le llega a este piporro por parte de los promotores de la academia, tras años de trabajo en este sector, en su tierra, y por su labor como Doctor Profesor en la Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud de la Universidad de Extremadura, Subdirector del Departamento de

Enfermería de la UEX, Coordinador del Área de Simulación Clínica del Grado en Enfermería de la Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud, Coordinador del Grupo de Investigaciones Biopsicosocial de la UEX y Miembro de la Comisión de Garantía de Calidad del máster Universitario en Investigación en Ciencias Sociosanitarias de la Facultad de Enfermería y Terapia Ocupacional de la UEX.

Una comunidad, la nuestra, que tiene el privilegio de ser una de las pocas en España que cuenta con esta Academia que es muy potente para la enfermería y las ciencias biomédicas, cuyo objetivo principal es promover la investigación y sobre todo enlazar a la sociedad con la ciencia. Una consecución de conocimientos para transmitirlos a la sociedad a través de la formación, el análisis, la investigación y acercar a todos, los temas de interés científico-biomédico que nos atañen.



Al acto inaugural acudieron el presidente de la Junta de Extremadura, Guillermo Fernández Vara, Fray Guillermo Cerrato, Prior; Felipe Sánchez Barba, alcalde de Guadalupe y Raquel Rodríguez Llanos, presidenta de la Academia de las Ciencias de Enfermería de Extremadura, entre otras autoridades políticas, sanitarias, profesionales y académicas a nivel nacional.

En palabras de Francisco, “era ya el momento de apostar por una academia de estas características”, que en la actualidad se encuentra en su fase inicial, pero en un breve espacio de tiempo, empezará ya a estar en contacto con la sociedad y será 100% accesible.

LA ANSIEDAD Y LA ALIMENTACIÓN VAN DE LA MANO



Guadalupe Cordero. Dietista-nutricionista.



La palabra ansiedad cada vez está más presente en nuestras vidas, bien por el estrés o por la falta de motivación. Esta ansiedad y la preocupación excesiva pueden afectar a la comida y a tu forma de relacionarte con ella. Se estima que casi un 10% de la población padece ansiedad, aunque cada año va en aumento.

Toma nota de algunos trucos para mejorar tu relación con la comida:

1. **Mastica lentamente.** Se dice que nuestro cuerpo tarda 20 minutos en darse cuenta de que está comiendo. Mientras más lento mastiques antes te saciarás.
2. **Disminuye el consumo de alimentos dulces.** Mientras más dulces tomas, más dulces quieres. El umbral del sabor estará tan alterado que cada vez necesitarás tomar más cantidad de dulce para saciarte. Se relaciona una alimentación saludable rica en verduras con personas con menos ansiedad por el simple hecho de no tomar azúcar.
3. **Falta de minerales.** La falta de zinc o magnesio pueden hacerte pensar en chocolate todo el día. Toma un puñado de frutos secos naturales cuando sientas esa apetencia y te ayudará a controlar tu ansiedad por el dulce.
4. **Reduce las bebidas excitantes como el café o el té.** Las bebidas excitantes harán que tu sistema nervioso esté en alerta y te haga comer para tranquilizarte. Si tomas bebidas para calmarte te ayudará a controlar la ansiedad y comer mejor.
5. **Come poca cantidad pero más seguido.** Es preferible comer poco y más veces al día para que tu organismo tenga el metabolismo activo y no te pida comer de más.
6. **Toma un gran vaso de agua antes de las comidas.** Muchas veces no es hambre real lo que tienes, es hambre emocional. Para que tu cuerpo se entere de que estás comiendo necesitas un volumen determinado en el estómago, cosa que ocurre si tomas una gran cantidad de agua. Así se dará cuenta de que estás comiendo y se saciará antes.
7. **Evita tener tentaciones a la vista.** Muchas veces te apetece solo por verlo. Intenta no tener alimentos poco saludables a la vista y así cada vez te apetecerán menos.





Spring fest

25 DE MARZO 2023
AUDITORIO MUNICIPAL
ACEUCHAL
DESDE LAS 16:00H

+ 30.000w DE SONIDO
+ 12 HORAS DE MÚSICA DON'T STOP
TODOS LOS GENEROS MUSICALES



ORGANIZA:



AYUNTAMIENTO
DE ACEUCHAL

COLABORA:



MEMORIAL LORENZO MORIANO

Aceuchal; a través del equipo de veteranos, la Concejalía de Deportes y el Ayuntamiento de Aceuchal rinde homenaje a Lorenzo Moriano Acedo, y lo hace donde Lorenzo pasó la gran parte



de su tiempo en nuestra localidad, en el polideportivo municipal, en un acto sencillo pero emotivo que contó con la participación de equipos de Solana de los Barros, donde también fue coordinador deportivo.

Durante veinte años, Lorenzo fue coordinador deportivo de ambas localidades, siendo además el impulsor de la Escuela Municipal de Deportes por la que han pasado diversas generaciones de niños y niñas a los que se les ha brindado la oportunidad de hacer deporte en

varias modalidades.

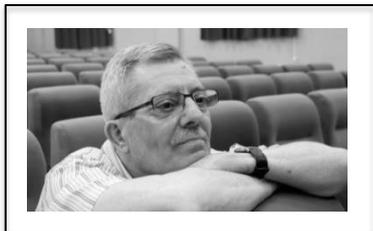
El acto arrancaba con dos encuentros de fútbol de categorías inferiores, benjamines y alevines, en los que el resultado era lo menos importante, en un día en el que se vivió un gran ambiente en el municipal para rendir homenaje a un apasionado del deporte.

El momento culmen de la jornada llegaba antes del comienzo del partido de veteranos entre Aceuchal y Solana, cuando los jugadores de ambos conjuntos hacían un pasillo para recordar a Lorenzo. Su mujer y su hija, eran las encargadas de recibir de manos del alcalde de la localidad, D. Joaquín Rodríguez, el concejal de deportes, Antonio Fernández y jugadores veteranos del club, un ramo de flores y una placa conmemorativa por sus años de trabajo, esfuerzo, constancia y dedicación al deporte de Aceuchal. Muchos de los presentes no pudieron contener las lágrimas al recordar al que muchos consideran su maestro.

Destacar, que la familia agradeció el gesto y reconocieron que Lorenzo era una persona excepcional al que nunca olvidarán.



LA ESCASEZ



Antonio Rodríguez Gordón

A Paco Alonso, colaborador -que fue- de esta revista.
Un abrazo.

Había que comer, vestirse, respirar.

—A pescozones y *palante*, que ya los niños sorben menos mocos.

Cada familia contaba con la abuela, la tita, la prima -la que fuera- para confeccionar la ropa a mano. Medias, calcetines de lana, jerséis de punto, pantalones bombachos, camisas, toquillas, el delantal. La prenda de tela no se dejaba por vieja que fuera, se sacaba de las partes más sanas tiras, retales para los más pequeños y para *piecear*. Las rodilleras de los pantalones parecían un mosaico. El socorrido apaño eran los pantalones cortos, con el arreo en las rodillas de unos enormes costrones, magulladuras, heridas mal curadas del acarreo por el suelo, del arrastre, del *jotrí*. Escaseaba el jabón. Los años del hambre. Abundaba la sarna, los piojos, las paperas, la fiebre tifoidea, la tuberculosis, la viruela, el sarampión, la tos ferina -coqueluche, se decía-.

—Acho, a la caraba y al toro, que es una mona.

Pero la escasez no era Chita -la mona de Tarzán- y sí un toro emberrenchinao. La escasez trajo la cartilla de racionamiento, la rigurosa vigilancia. No caducaron hasta 1952. Germinó un mercado negro controlado por facinerosos al rebufó de la miseria, al estraperlo. Más ganancias para quienes ya tenían.

Y Tiliche -tras un gatzpacho sin aceite- cantaba por la siesta en su corral:

La chata Merengüela, güi, güi, güi,
como es tan fina, trico, trico, tri,
como es tan fina, lairó, lairó,
lairó, lairó, lairó... lairó.

Los laxos de conciencia -siempre hubo gente sin escrúpulos- le sacaron rédito a la desgracia. Terminó constatándose que los alimentos proveídos carecían del más mínimo alcance nutricional. Fijones, patatas, garbanzos, boniatos, bacalao, carne de membrillo, chocolate terroso, achicoria, pan negro, titos, tasajos, altramuces. Infrecuente: carne, pescado, azúcar, leche, mantequilla, queso.

Soltaba el gran humorista Forges:

—Dice el alcalde que qué leche queremos.

—Leche, por ejemplo.

Surgió una burguesía rimbombante, rebosada de alarde, derrochadora. Engalanaban sus comedores con mantones de Manila, cabezas de toros de escayola, gramolas, chineros repletos de falsa vajilla talaverana. Rodeados de cocheros, mayoresales y mozas -mal llamadas criadas- Y el jarrón de *Sèvres*, mesa castellana, espaldera de sillón frailer, candelabros de plata. Ya está: lo *cagao patrá*, que lo lave y lo planche la chacha.

Y el gañán al señorito:

—Hace cinco días que no pruebo boca.

Y el señorito al gañán:

—Ándate con ojo, con el estómago no se juega.



NUEVA DIRECTIVA EUROPEA

Miguel Carmona Romano

Profesor de Formación Vial en Autoescuela Aceuchal



Desde la Unión Europea siguen dando pasos para la homogeneización de los países que la conforman y ahora están preparando una nueva directriz que consiste en igualar los permisos de conducir de todos los países miembros. Esto busca eliminar todas las desigualdades existentes entre los permisos de estos países.

Una vez que se presente el nuevo plan, cada país tendrá que adaptar su legislación a la directiva para que pueda entrar plenamente en funcionamiento.

¿Quieres saber cuáles son los principales cambios que van a aparecer en la nueva directiva?, Los conocemos a continuación:

Una de las normas que cambiará será el aumento de la masa máxima autorizada (MMA) de los vehículos que podremos conducir con el permiso B. En la mayoría de países, con el permiso B no podemos conducir vehículos que tengan una MMA superior a 3500 kilogramos, pero con la entrada en vigor de la nueva orden, los poseedores del permiso de la clase B podrán conducir vehículos de una MMA de hasta 4250 kilogramos. Sin embargo, no se ampliará el número de personas que se pueden transportar en ellos, que seguirá siendo de 8 además del conductor.

Otro de los cambios es la posibilidad de conducir motocicletas de hasta 125cc con el permiso B. En países como España, esta autorización ya está creada para los conductores que tengan más de 3 años de antigüedad con el permiso B, sin embargo, con la nueva autorización, sí se podrán atravesar fronteras nacionales sin necesidad de tener el permiso A1, algo que antes estaba prohibido.

Por otro lado, también se busca igualar los límites de consumo de alcohol y drogas así como el sistema de puntos y crear una base a nivel europeo para que las sanciones que tengamos en un país sea válida en todos los países de la Unión.

Debido a la alta movilidad de la población entre países comunitarios, otra novedad que se está estudiando es la posibilidad de autorizar que los exámenes teóricos y prácticos puedan realizarse en países distintos, para ello se tendrá que simplificar el reglamento de residencia.

También se plantea la posibilidad de bajar la edad para sacarse el carnet de camión (C) y de autobús (D), de los 21 y 24 años a los 18 años, para facilitar de este modo, la incorporación laboral y paliar la falta de conductores de estos vehículos.

Por último, se busca digitalizar el permiso de conducir. En España ya tenemos la aplicación miDGT pero se busca hacerla válida a nivel europeo.

Con medidas como estas, vamos caminando hacia una Europa más unida.

BIZUM

NÚMERO MÁXIMO DE OPERACIONES E IMPORTES MÍNIMO Y MÁXIMO

Juan Ramón Díaz Díaz

Asesor Jurídico – Consorcio Extremeño de Información al Consumidor

juanramon.diazdiaz@salud-juntaex.es

Esta herramienta de pago electrónico permite realizar transferencias, entre particulares y en comercios, sin necesitar el número de cuenta y que se materializan en segundos. Lo único que hace falta es un smartphone y tener instalada la app del banco.

La plataforma de pagos de **Bizum** se ha convertido en una de las formas más habituales de pago en España ya que aporta gran comodidad y rapidez a los usuarios, siendo cada vez más numeroso el número de personas que hacen uso de la misma y el número de operaciones que cada día se hacen con ella.

Debido a su reciente aparición, aún no hay una normativa que regule sus condiciones de uso. Hay que acudir a la Ley 13/1994, de 1 de Junio, de Autonomía del Banco de España, en donde se regulan los sistemas de pagos, estableciendo en el apartado primero del artículo 16 que el Banco de España podrá regular, mediante circular, los sistemas de compensación y liquidación de pagos. A continuación, en su apartado segundo, se establece que queda bajo la supervisión y vigilancia del Banco de España el funcionamiento de los sistemas de compensación y de pago.

Debido a la necesidad de regular los servicios de pago electrónicos y favorecer la protección de los consumidores-usuarios, en el seno de la Unión Europea se dictó una Directiva, popularmente conocida como PSD2 de seguridad en el pago online, con la que se introduce la autenticación reforzada de clientes o SCA, y que busca reforzar la seguridad en las transacciones así como mejorar la adaptación de los bancos a las continuas innovaciones tecnológicas del sector.

En España, ha habido que esperar hasta el 12 de julio de 2022, cuando el Banco de España se pronuncie por primera vez acerca del uso de Bizum y exponga en su blog oficial un aviso acerca de sus límites, estableciendo que para los particulares, el **límite de las operaciones recibidas no podrá exceder de 60 operaciones al mes**. En caso de que el usuario quiera sobrepasar ese límite, será la propia plataforma de Bizum la que le notificara a través de un mensaje que no se ha podido realizar.

Con el propósito de garantizar la seguridad de sus usuarios, la propia plataforma Bizum ha establecido y enumerado en su web una **serie de límites** a los particulares a la hora de pagar a través de dicho sistema.

CONSUMO

Los límites de Bizum

Importe mínimo por operación: 0,50 €

Importe máximo por operación: 1.000 €

Número de operaciones enviadas por un cliente: ilimitadas

Importe de operaciones enviadas por cliente en un día: 2.000 €

Importe de operaciones enviadas por cliente en un mes: 5.000 €

Número de operaciones recibidas por un cliente en un mes: 60 operaciones

Importe de operaciones recibidas por un cliente en un día: 2.000 €

Número máximo de destinatarios a incluir en una solicitud/envío múltiple: 30 destinatarios

Número de solicitudes realizadas por un cliente en un mes: 60 operaciones

Duración del envío pendiente a un No cliente: 2 días

Duración de la solicitud pendiente a un No cliente: 7 días

Tiempo máximo de almacenamiento del contenido adicional en servidores del servicio: 30 días.

Todos estos límites mencionados **únicamente se aplican entre particulares**, para enviar o recibir dinero entre familiares y amigos, quedando exentos los comercios.

Por otro lado, los bancos, como entidades gestoras de estos sistemas de pagos, tienen la facultad de poder establecer sus propios límites, pero siempre dentro de los límites que marca Bizum. Por esta razón si se visita la página web de un banco veremos que la cantidad máxima permitida en una transacción por día es de 2.000 euros, pero si se visita la página web de otro banco, podríamos ver que la cantidad máxima permitida es de 1.200 euros, sin sobrepasar, en ninguno de los dos casos, el límite máximo establecido por Bizum: 2.000 euros.

Pero no todo son ventajas en el uso de esta plataforma. Entre los posibles inconvenientes que puede plantear el uso de Bizum, nos encontramos con que las transferencias son irrevocables y finales como alerta el Banco de España. Por otro lado, este medio de pago no está disponible para cuentas bancarias situadas fuera de España.

El hecho de haberse extendido tanto este método de pago, ha dado lugar a que haya sido aceptado en un número cada vez más numeroso de bancos en España, lo que pone de manifiesto la necesidad de regular y limitar de algún modo su uso con el fin de evitar que se produzcan fraudes fiscales y garantizar la seguridad de sus usuarios. Por ello, es muy probable que no haya que esperar mucho tiempo para que se dicten normas que vengán a regular de forma más concreta y exhaustiva el uso de este medio de pago.



RADIO ACEUCHAL

107.5 FM

TFN/FAX: 924687295

radio@aceuchal.com



Aceuchal Noticias

WEB

www.aceuchal.com

