



LATEXO! LATEXO! LATEXO! LATEXO!

ANO 48 | NÚMERO 93 | INVIERNO 2015 ANO 49 | NÚMERO 94 | PRIMAVERA 2016 ANO 49 | NÚMERO 95 | VERANO 2016 ANO 49 | NÚMERO 96 | OTONO 2016

# ¡Y HASTA SIEMPRE!

# LATEXO

LATEXO! LATEXO! LATEXO! LATEXO!

Revista Trimestral de URECA | Año 50 | INVIERNO 2015

PRIMAVERA 2017 VERANO 2017 OTONO 2017

www.latexo.es • www.ureca.es

En este número

- Entrevista a **Jorge Martínez Martínez** Directivo de URECA
- Fiestas de Reyes y Carnaval, en Nigrán y la Zamorana

En este número

- Homenaje a **Compañeros que cumplieron sus bodas de Oro y Plata como socios de URECA**
- 277 empleados y familiares disfrutaron de la jornada **ABANCA**

En este número

- Cerca de 1.000 niños y niñas en las sedes de Nigrán y Zamorana han participado en:
  - Campamentos de verano, inglés y deportivos
  - Curso de natación
  - Concurso de dibujo

Nuestras secciones habituales:

Deportes: Campos Stagey Torneos de tenis, Pádel, Golf, Corral

Naturaleza: Proximidades Camaleón Ureca en Movimiento, Descenso del Miño Asociación de Jubilados

LATEXO! LATEXO! LATEXO! LATEXO!

INVIERNO 2017 PRIMAVERA 2018 VERANO 2018 OTONO 2018

www.latexo.es • www.ureca.es

Nueva identidad corporativa de Ureca

Ureca

Cultura y deporte en familia

Tu club de siempre, cambia para poder seguir siendo igual

En este número

- Entrevista a: **Mª del Carmen Fernández Penas** (Directiva de URECA)
- Inauguración campo fútbol URECA-EDVM
- URECATHLON 2018 en Nigrán
- Campamentos Multideporte Infantiles de Verano e Inglés
- Campus Deportivo Zamorana y de Fútbol en Nigrán

Nuestras secciones habituales:

Deportes: Campos Stagey Torneos de tenis, Pádel, Golf, Corral

Naturaleza: Ureca en Movimiento, Descenso del Miño Asociación de Jubilados

Caser Salud Integral

# Tu familia se merece la mayor tranquilidad

Disfruta de un

30%  
de dto.

Y si sois 3 o  
más asegurados,  
¡todos por

126  
€/mes!\*



Contrata antes del 31 de enero y  
llévate **MiDoctorCaser** de regalo:

- Chat médico.
- Permite enviar imágenes y archivos.
- 24 horas. Sin límites.
- Acceso directo al especialista.

#PresumeDeSalud  
CON CASER

\* Prima neta mensual válida para una familia de 3 personas menores de 54 años, excepto Cataluña y Baleares, sobre la que aplicarán los impuestos anuales legalmente repercutibles en el primer recibo (0,15% I.E.A.). Promoción válida para nuevas contrataciones de Caser Salud Integral del 1/10/2018 al 31/01/2019 que no hayan sido asegurados de salud en Caser en los 6 meses anteriores a la contratación. Para los nuevos asegurados mayores de edad, acceso gratuito al nuevo servicio digital "MiDoctorCaser" hasta el próximo 31/12/2019. Coberturas sujetas al Condicionado General, Particular y Especial de la póliza contratada.

**caser**  
seguros

# ¡Hasta siempre LATEXO!



Por:  
Javier Soto Garrido  
Presidente de URECA

**E**scribo esta editorial con sentimientos encontrados. Por una parte recuerdo la ilusión con la que empezamos hace 3 años los compañeros que formamos la junta actual, con muchas ganas de dar lo mejor de nosotros para que URECA continúe avanzando, mejorando y modernizándose, y por otro lado con un sentimiento de tristeza pues hacemos un punto aparte en nuestro LATEXO que durante más de 50 años nos ha acompañado, relatando y mostrándonos la vida y la actividad que hemos disfrutado en nuestra sociedad.

Este punto y aparte de LATEXO llega tras una profunda reflexión donde concluimos que es una renuncia necesaria para adaptarnos a una sociedad cuya velocidad en el cambio es altísima y nos exige cada día una comunicación e interacción mucho más inmediata y continua con vosotros. Por tanto, damos por una parte la bienvenida a una mayor actividad y contenidos de la vida de URECA en la WEB, Redes Sociales y Blog, y por otra parte decimos un hasta luego, porque los 50 años de LATEXO siempre estarán ahí, y podremos seguir relejendo fabulosos ejemplares y artículos escritos con mucho talento y cariño.

Y hablar de LATEXO es hablar en gran parte de Luis López Borines, quien ha dirigido la revista durante casi 15 años, 12 de ellos en solitario, con una enorme dedicación, implicación y buen hacer. En nombre de URECA, muchas gracias Luis por todo lo que has aportado a URECA coordinando la generación de cada número de LATEXO, que narra y describe en sus páginas muchos maravillosos e increíbles momentos que hemos vivido en la familia URECA. También enviamos nuestra gratitud a todos los que entregaron su tiempo para dirigir anteriormente la revista y a Luján López Gutiérrez, la última directora de LATEXO que tan buena labor ha desempeñado en los dos últimos años.

Además, quisiéramos agradecer a todos aquellos que durante tanto años han sumado y aportado para que esta revista siempre fuese rica e interesante en contenido, como:

Jose Carlos Giraldo Pérez, Ana Fernández Alborés y Elena Fernández Antonio (NOTICIAS DE URECA, DEPORTES, PORTADAS)  
Miguel A. Soto Cameselle y Pablo Covelo Figueiredo (NATURECA)  
Juan A. Rodríguez Arenosa y Enrique Rodríguez Paradela (ASOCIACIÓN JUBILADOS)  
María Isabel Fernández García (TROTAMUNDOS)  
Alberto Canle Campuzano (PARAÍOS CERCANOS)  
Cándido del Río Pedrosa (CORAL y UNA MIRADA ATRÁS)  
Eduardo Barbeito Pedrosa y M.<sup>a</sup> Pilar Alves Moreno (URECA EN MOVIMIENTO)  
Luis J. Fernández Martínez, Juan Carlos Fernández Blanco, Lara Lorenzo Martínez, Jose Manuel Fernández, J. Ángel Rial Costas, J. Luis Fernández "Gemelo", Javier y Jaime Lago Enríquez (DEPORTES)  
Jose Ramón Santos Piñeiro (ODISEA INFORMÁTICA)  
Eduardo Marzoa Soto y Amelia Santos Sánchez (TIEMPOS MUERTOS)  
Grato E. Amor Moreno y María Xosé Villares (LA OBRA DE)  
Victorino Poutás Fernández y Alberto Granada López (COMERCIO Y BEBERCIO)  
L. Miguel Briones Mejjide (VINURECA)  
Mari Luz Pérez (EL GUSTO ES NUESTRO)  
Jose Magín Hernández Villarino y Tomás Valenzuela (LA AFICION DE)  
Leoncio Mouriño Rial y Marta de Ybarra (RELATOS)  
Ángel Martínez Moar y Quesada (HUMOR)  
Andrés A. Andrade Rodríguez (CUADERNO DE BITÁCORA)  
Manuel Gómez Rodríguez, Pío Moa Banga y Vicente de las Llanderas Barrios -Q.E.P.D. (COLABORACIONES Y LATEXORRIPIOS)

...Y muchos más que se quedan en el tintero pero que han hecho posible que LATEXO tuviese en su catálogo hasta 40 secciones diferentes, cada una con su temática de fondo.

Y a nuestro querido LATEXO, ¡HASTA SIEMPRE! Porque siempre formarás parte de URECA y quién sabe si volverás en el futuro a relatar de nuevo nuestra actividad y vivencias. Si fuese así, ¡bienvenido seas!

## WWW.LATEXO.ES

**Ureca**  
Cultura y deporte en familia

//ABANCA

El club | Deporte | Actividades | Noticias | Eventos | Inscripciones en Curso | Acceso

### Latexo

- > Saludo Directora
- > Historia
- > Objetivos
- > Nos Apoyan
- > Hemeroteca
- > Contacto

### Latexo

LATEXO es la revista trimestral que edita Ureca, donde se recogen todos aquellos contenidos de interés común para los asociados-asociadas: actividades celebradas, opiniones, divulgación de información técnica...

Desde su primera edición en el año 1966, su objetivo continúa siendo el mismo que sus impulsores Ángel Cuiñas y Xoán Bernán­dez declaraban: "Su objetivo es sencillo. Pretendemos que LATEXO suponga el elemento que mantenga informados a todos los que formamos la gran familia "urequista", de todo lo que suponga interés común, ya sea social o profesional, noticia técnica, opiniones de interés y cuanto pueda contribuir al mejoramiento de nuestra relación. Que nuestros compañeros y compañeras diseminados por toda la geografía encuentren en LATEXO el portavoz de sus inquietudes y la información que les vincule al tronco central de la empresa para la que trabajan."

LATEXO es un medio de comunicación entre, por y para los asociados-asociadas, bilingüe, plural y gratuito.

## WWW.URECA.ES

**Ureca**  
Cultura y deporte en familia

//ABANCA

El club | Deporte | Actividades | Noticias | Eventos | Inscripciones en Curso | Acceso

- Latexo
- Coral
- Actividad Social
- Actividades Abanca
- Campamentos URECA
- Summer House
- Servicios de Verano

# SUMARIO

## LATEXO 105 - INVIERNO 2018

Portada:  
El último latido...

### Carta del Presidente de URECA ..... 03

¡Hasta siempre, LATEXO!  
Javier Soto Garrido

### Editorial ..... 06

Luján López Gutiérrez

### Carta desde el Gabinete de apoyo ..... 07

El último Latido... ¿seguro?  
Luis López Borines

### Quién es quién ..... 09

Luis Fernández Martínez, Tesorero de URECA  
Luis López Borines



### Natureca ..... 12

La huerta doméstica LIII  
Miguel A. Soto Cameselle



### El gusto es nuestro ..... 16

María Pilar Alves Moreno



### Asociación de jubilados ..... 17

Actividades de la asociación de empleados jubilados,  
prejubilados y pensionistas  
Enrique Lorenzo Paradela



### Una Mirada Atrás ..... 21

Hasta siempre Latexo ..... 21  
Isabel Fernández García

Reinvención permanente ..... 26  
José Luis Ameneiro Valle

El LATEXO y mis recuerdos ..... 28  
Eduardo Barbeito Pedrosa

Gracias ..... 30  
Elena Fernández Antonio

Si se calla el cantor, calla la vida ..... 32  
Alberto Granada López

25 años en la naturaleza ..... 33  
Pablo Covelo Figueiredo

### "Silencio..." ..... 34

Marta de Ybarra Villavicencio

### Recordando el ayer ..... 35

Amelia Santos Sánchez

### Por Navidad los mayores, ¡También necesitamos amor! ..... 36

Alfonso Mosquera Lorenzo

### Algunos colaboradores nos escriben diciendo ..... 37

Miguel Mendoza Terón

María X. Villares

Eduardo Marzoa Soto

Rubén Martínez García

José Javier Gómez Márquez

### Noticias ..... 41

#### Magosto-Samain 2018 en Nigrán ..... 41

Ana Fernández Alborés  
José Carlos Giraldo Pérez



#### Coral Polifónica de URECA ..... 44

María Avelina Espiñeira Bugallo



### Deportes ..... 46

#### Fútbol Sala. XXXII Campeonato de España ..... 46

José Carlos Giraldo Pérez



#### Golf URECA ..... 48

José Manuel Nogueira Cancelas



#### Tenis ..... 52

Luis Fernández Martínez



### Qué, Cuándo, cómo, dónde... ..... 55

Ana Fernández Alborés

### Agradecimiento a colaboradores y anunciantes ..... 56



Luján López Gutiérrez

Directora de LATEXO

Nunca me han gustado esos 'adiós' forzados. No sé si es porque he tenido que dar más de los que me hubiera gustado o es un simple rechazo de ese sentimiento de rabia y tristeza que uno siente al tener que hacerlo. Seguramente todos los que estáis leyendo estas páginas sabéis a qué me refiero. 'Todos los que estáis leyendo estas páginas'... Suena antiguo, ¿no? Pero qué imprescindible ha sido y sigue siendo dirigirnos los unos a los otros a través de publicaciones escritas para avanzar como cultura y sociedad, ¿verdad?

Tras este número, LATEXO es una más de las que deja de respirar. Cuesta despedirse de este soporte de recuerdos, enseñanzas, humor, fotografías irrepitibles... Esa revista con la que crecí y, aun cuando todavía no tenía conciencia de su contenido, sabía que número tras número no faltaría encima de la mesa del salón. Años después vi que la misma persona que la traía a casa con tanta ilusión, con la misma o más, la dirigió durante años y la preparaba para su distribución colocando con esmero cada copia en cada uno de las decenas y decenas de sobres, aprovechando la oportunidad para contarle a esa niña que se empeñaba en pegar las etiquetas del destinatario (ahora entenderéis por qué algunas

irían torcidas) alguna anécdota del centro o compañero/a al que iba dirigida. ¡Quién me diría que algún día llegaría a constar como directora de LATEXO! Todo un orgullo. En fin, ella siempre fue un miembro más en mi familia y, de alguna forma u otra, de cada una de las familias que constituimos esa que se llama URECA.

Aceptamos y respetamos la decisión de la Directiva con tristeza, pero deseando que merezca la pena esta despedida y siga muy viva la comunicación y la cultura en nuestra Sociedad.

Sin más, agradecer de corazón a TODOS los que habéis hecho posible que LATEXO haya latido con fuerza durante tantos años. Mi agradecimiento personal a mi padre, por transmitirme su verdadero significado y haberme enseñado a ponerle todo el cariño en cada página.

¡Hasta siempre!



Revista trimestral de URECA

**AÑO 52 | NÚMERO 105 | INVIERNO 2018**

#### DIRECTORA

Luján López Gutiérrez  
Teléfono 661 842 009  
latexo@ureca.es  
www.latexo.es

#### GABINETE DE APOYO A LA DIRECCIÓN

Admón y Publicidad: [revistalatexo@gmail.com](mailto:revistalatexo@gmail.com)  
Diseño y Maquetación: [www.kyjsoluciones.com](http://www.kyjsoluciones.com)

#### COLABORADORES/AS

M<sup>ª</sup> Pilar Alves Moreno  
José Luis Ameneiro Valle  
Eduardo Barbeito Pedrosa  
Pablo Covelo Figueiredo  
María Avelina Espiñeira Bugallo  
Ana Fernández Alborés  
Elena Fernández Antonio  
María Isabel Fernández García  
Luis J. Fernández Martínez  
José Carlos Giraldo Pérez  
José J. Gómez Márquez  
Alberto Granada López  
Enrique Lorenzo Paradelo  
Luis López Borines  
Rubén Martínez García  
Eduardo Marzoa Soto  
Miguel Mendoza Terón  
Alfonso Mosquera Lorenzo  
José Manuel Nogueira Cancelas  
Amelia Santos Sánchez  
Miguel A. Soto Cameselle  
Javier Soto Garrido  
María Xosé Villares  
Marta de Ybarra Villavicencio

#### ANUNCIANTES

ABANCA  
ASESORÍA RAFAEL COSTAS  
CASER  
EIXO SOSTENIBILIDAD, S.L.  
ESCUELA DE NEGOCIOS FUNDACIÓN ABANCA  
FUNDACIÓN ABANCA  
GLOBAL PROJECT SCHOOL  
INSTALACIONES GARF

#### EDITA

URECA  
Dep. Legal: VG 23-1966  
ISSN: 1888-3834

#### PRESIDENTE

Javier Soto Garrido

#### DIRECCIÓN

Rúa Manuel Lemos, 124  
36370 Ramallosa-NIGRÁN (PO)  
Teléfono y Fax: 986 367 860  
oficina@ureca.es  
www.ureca.es

#### AVISO LEGAL:

La Dirección desea aclarar a sus lectores que las opiniones vertidas en artículos y/o expresadas por los entrevistados, así como el material utilizado para la colaboración son de la total y exclusiva responsabilidad de sus firmantes, ayudantes y/o entrevistados, y no comprometen total o parcialmente, ni expresan en absoluto la opinión de LATEXO ni de URECA. Por otra parte, tanto desde LATEXO como desde URECA, velamos por el cumplimiento de lo establecido en la Constitución y legislación vigente relacionada con la Protección de Datos, Derecho al Honor, Intimidación Personal y Familiar, Propia Imagen y Enjuiciamiento Civil o de Protección Jurídica del Menor, destinando las imágenes –individuales o en grupo– o datos publicados en la revista y/o su página web únicamente a la finalidad propia de la divulgación de actos o eventos sociales, culturales, deportivos y de ocio. La Dirección de LATEXO se compromete a tratar dichos datos con las medidas de seguridad exigidas por la Ley, poniendo celo especial en que se impida siempre –y en todos los casos– el que exista intromisión ilegítima o pueda implicar menoscabo de algún derecho personalísimo.

Soy nieto, sobrino e hijo de emigrantes gallegos, y por eso a nadie le debe sorprender que odie la palabra "Adiós". Fueron muchas las veces que, entre lágrimas -en puertos o aeropuertos- partimos o vi partir a mis seres más queridos... y eso te marca el alma. No son comparables ya sé, pero no voy a decir "Adiós LATEXO" porque estoy seguro de que más pronto que tarde, volverá "cual ave fénix" a resurgir de sus cenizas para retomar con más fuerza si cabe lo que nunca debió dejar de ser: el mejor medio de comunicación de URECA, ahí es nada.

Su historia trimestral con más de 52 años la avalan. Por otra parte, al haber tenido la suerte y honor de formar parte activa como colaborador, primero, y después durante años como su director, me han permitido comprobar desde primera línea el enorme potencial que tiene y cómo ha sabido -con esfuerzo y dedicación eso sí- adaptarse e incluso adelantarse a los tiempos en varias oportunidades, la más relevante al lograr disponer de su propia página web en el 2006 muchos años antes por cierto que la propia URECA.

Dibujar ahora el futuro del cambio por el medio que la sustituye, es una tarea estéril porque LATEXO es insustituible. Nada, ni las nuevas tecnologías ni los nuevos medios de comunicación lograran llenar el espacio que ahora deja libre nuestra querida revista, nuestro "álbum familiar", máxime cuando ha quedado bien demostrado que la pantalla como soporte de un medio de comunicación no logra eliminar al papel. Curiosamente en estas fechas navideñas y desde la 2ª Guerra Mundial, es tradición en Islandia regalarse libros después de cenar y pasarse el resto de la Nochebuena leyendo. Tanto es así que el mercado literario está enfocado a esta fiesta: el 70% de los títulos salen antes de Navidad.

Es en 2017 cuando por primera vez en la historia de nuestra revista se toma la decisión de prescindir de la edición impresa pasando a ser totalmente en digital. La directora de LATEXO redobla entonces esfuerzos en la permanente mejora de sus diseños, implementación de enlaces desde el propios PDF, potenciación de nuevos canales que distribuyan más y mejor a LATEXO a través de la web de URECA, de la red con la creación de grupos en Facebook o LinkedIn y de correos electrónicos a simpatizantes o amigos con más de 2.000 miembros, la mayoría no socios.

Una vez más se cumple aquello que dijo el sabio en el ágora griega: "la respuesta está en tus manos".

Voy terminando. Pero antes de hacerlo, me gustaría daros las GRACIAS a cada uno de los que con vuestras ideas, colaboraciones, apoyo y tiempo habéis hecho posible que pudiéramos publicar en estos 16 últimos años: 65 números trimestrales con un total de 3.947 páginas, 1.034 anuncios o encartes y 122 eventos especiales: campañas, hitos societarios u orlas anuales... ¡¡¡GRACIAS A TODOS POR VUESTRA GENEROSIDAD!!!

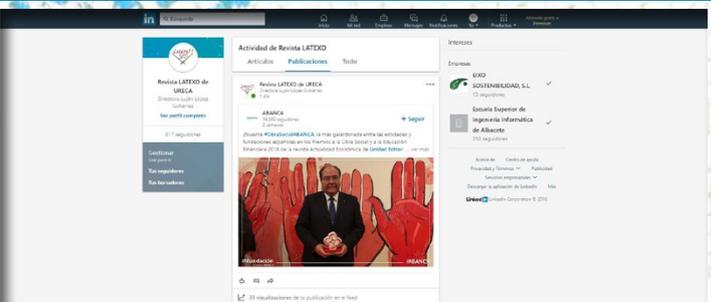
Os mando un fuerte abrazo deseándoos una ¡Feliz Navidad y Venturoso Año Nuevo repleto de salud y suerte!



Por: Luis López Borines  
(Gabinete de apoyo a la Dirección (2016-2018)  
Ex Director LATEXO (2002-2016)

# El último latido...

VISAR





# Hazte socio

¡Actividades todo el año!

Toda la familia por solo

**33** € / mes  
+ descuentos en consumos

- Restaurante, cafetería y asador
- Pabellón polideportivo
- Pista de tenis, pádel y squash
- Gimnasio y sauna
- Campos de fútbol 7 y 11
- Piscina, jardines y parque infantil
- Juegos de mesa y sala de baile
- Apartamentos turísticos



**Ureca**

Cultura y deporte en familia

986 367 860  
oficina@ureca.es  
www.ureca.es

Nuestro actual Tesorero de URECA nació en Vigo, estudió en Vigo-Santiago, vive en Vigo y es padre de 6 hijos.

Luis Fernández, como le conocemos todos, es ahora Tesorero de URECA y encuentra tiempo para todo ello a pesar de que, con su responsabilidad actual como empleado en ABANCA, tiene presente que el tiempo es un bien muy escaso.



Por:  
Luis López Borines  
(Gabinete de apoyo a la  
Dirección de LATEXO)

# Luis Juan Fernández Martínez: Tesorero de URECA



---

LATEXO ha permitido mantener a todos los socios de URECA al día de los acontecimientos, logros... que han acontecido en las diferentes secciones de la sociedad

---

¿Cómo te definirías como persona Luis?

Amigo de sus amigos

¿Y desde el punto de vista profesional?

Me suelen definir principalmente como trabajador, pero eso creo que lo deben de contestar mejor mis compañeros.

¿Y cómo Tesorero de URECA?

He estado toda mi vida vinculado a URECA a través del tenis; hace un par de años se me plantea ayudar en temas financieros como tesorero. Y claro que acepto un reto compartido con el resto de junta directiva que forma un gran equipo. Me siento en el deber de aportar mi granito al crecimiento y sostenibilidad de la sociedad que tanto me ha dado.

Algunos te conocemos desde hace muchos años pero no así, otros socios de URECA. En cualquier caso, queremos conocerte todos un poco mejor, si cabe.

¿Clase y tipo de comidas, lugares (campo/playa), aficiones: lectura, música, cine, deporte.....?

Con diferencia mis aficiones, bueno definiría como pasiones son la pesca y el tenis.

Ya sé que aún es pronto, pero ¿te está resultando difícil compaginar trabajar en ABANCA y la de Tesorero de URECA, teniendo en cuenta además que trabajas en Coruña?

Bueno en realidad si bien mi lugar de residencia laboral es Coruña, bastantes días trabajo en Vigo, ya que realizo desarrollos (trabajo en informática) para áreas que están ubicadas en Vigo. Sobre la pregunta si me resulta difícil compaginar ambas, la verdad es que no, siempre evidentemente apoyándome en el resto de junta directiva y personal de URECA.

Sí, pero, realmente ¿se puede compaginar? ¿Cómo lo consigues?

Organizándome y apoyándome mucho en el personal de URECA, que, si ya conocía, ahora más. Y creo que tenemos un gran activo con ellos.

En el corto plazo ¿crees que URECA tiene futuro?

Si rotundamente. Pivotando sobre dos derivadas: la primera, por definición URECA significa familia, ocio, deporte... Significa futuro. Y la segunda referida a viabilidad financiera- Conozco bastante bien otros clubs gallegos por sus secciones de tenis y las posibilidades y contraprestaciones que puede ofrecer URECA por su coste de cuota son altísimas.

¿Qué crees tú que aporta actualmente URECA a los socios?

Como comentaba en la pregunta anterior la posibilidad de compartir en familia ocio y deporte. Potenciado por la premisa que URECA es básicamente un club de empleados de ABANCA nos permite conocernos más allá del trabajo del día a día y empatizar y mejorar las relaciones interpersonales desde el prisma familiar.

¿Cómo te gustaría que fuera URECA a la vuelta de cinco años, por ejemplo?

Mantener la filosofía actual de valores y prioridades, en definitiva, su esencia. Pero a poder ser con mejores

"...por definición URECA significa familia, ocio, deporte... Significa futuro."



instalaciones e infraestructuras para mejorar la calidad de los servicios, que creo podemos conseguir entre todos y ello, evidentemente pasa por aumentar el número de socios actuales

Desde la sección de tenis llevas mucho tiempo colaborando con LATEXO ¿Cómo ves actualmente la revista? ¿Ha servido para aumentar con su difusión el gusto por el tenis?

LATEXO ha permitido mantener a todos los socios de URECA al día de los acontecimientos, logros...que han acontecido en las diferentes secciones de la sociedad y contestando a tu pregunta en el tenis también.

Más allá de los números. ¿Crees que la publicación en digital es lo mejor para LATEXO y sus lectores? En líneas generales, el socio ¿Qué ha ganado y perdido con el cambio?

Ir contra corriente es imposible, y el cambio hacia publicación y difusión digital por diferentes medios es inevitable. Lo que se ha perdido o ganado depende básicamente de cada persona y sus gustos... pero la mayoría y la eficacia en búsqueda de objetivos debe imponerse, siendo evidente que buscando alternativas de comunicación digital se llega más y mejor a los socios.

Creo que lo que debemos mantener es la filosofía de la revista LATEXO como medio para trasladar el día a día de la sociedad, sus eventos, sus logros deportivos y sociales,..... Una revista que tanto nos ha dado. Pero mantenerla en la forma y manera que el discurrir de los tiempos la haga más eficaz en la búsqueda de sus objetivos.

Cambiando de registro: URECA, en breve y según nos enteramos en la última Asamblea General, van a acometer reformas importantes y costosas en las instalaciones ¿Entiendes que en estos tiempos difíciles para todas las sociedades de este tipo son imprescindibles? En su caso y sin las anunciadas reformas ¿podría URECA prescindir de ellas y seguir adelante con arreglos más modestos??

Para mí las reformas son totalmente necesarias, son imprescindibles; era inviable seguir con esas pistas y parque infantil realmente en pésimas condiciones. Sobre otras posibilidades, no existían dado el estado de las instalaciones. Además, la obra se realiza, en esta primera fase, por una gran oportunidad que se nos presentó al compaginar con empresas que trabajaron en el nuevo campo de fútbol que abordó E.D. Valmiñor.

Muchísimas gracias Luis por concedernos esta breve entrevista que nos permitió conocerte un poquito más si cabe al acercarnos en otra faceta distinta que la de colaborador de LATEXO a través de la sección de tenis encuadrada en los DEPORTES DE URECA. Con nuestro agradecimiento, no queremos desaprovechar esta oportunidad que nos brinda el último LATEXO, para desearte a ti, tu familia y toda la junta directiva de URECA, mucha salud, suerte y toda clase de éxitos y aciertos en los distintos ámbitos de la vida. Nuestro deseo también de una Feliz Navidad y un venturoso Año Nuevo. ¡Hasta siempre!



Debemos mantener la filosofía de la revista LATEXO como medio para trasladar el día a día de la sociedad, sus eventos, sus logros deportivos y sociales,... una revista que tanto nos ha dado. Pero mantenerla en la forma y manera que el discurrir de los tiempos la haga más eficaz en la búsqueda de sus objetivos.



Por:  
Miguel A. Soto Cameselle  
(Colaborador interno, esposo de socia)

# LA HUERTA DOMÉSTICA (50+una) pero no será la última

Horno



---

Ya sé que no tiene ninguna importancia que esta sea mi última colaboración o no. Este vehículo de comunicación muere y hasta que vuelva a renacer, dejaré de escribir estos humildes artículos. No dejaré de hacer fotos ni dejaré de cultivar mi huerta. Aquí estaré.

---

Ahora que estamos en una estación de recogimiento agrícola, saco a la luz algunas imágenes del último verano. Siempre alegran la vista, y eso nunca está de más.

Este verano/otoño ha sido de lo más productivo, pero de forma selectiva. Es lo que se llama selección no elegida. Algunos frutos han pasado casi sin ser vistos. Las ciruelas, los péxegos, las peras de San Juan, los peladillos rojos y los blancos, las uvas de comer y las otras, los primeros tomates, las berenjenas, las aceitunas, clementinas, kakis, cerezas y alguna cosilla más.

Para compensar ha sido fartureta la cosecha de patatas, centeno, pimientos, frambuesas, arándanos, peras conferencia, manzanas, feijoas, lactarius (también en la huerta), naranjas, cebollas, lechugas, espárragos, limones, aguacates, kiwis, judías, higos, rúcula y otras hierbas diversas.

Las producción de ciruelas negras y de nueces ha sido proporcional al tamaño del los árboles. Los kakis han sido suficientes para mi consumo pero no así para los mirlos. En compensación les he dejado una buena cantidad de manzanas. Las uvas no han pasado de la época de floración y he ahorrado tiempo en hacer el vino. También he ahorrado en comprar gaseosa. Con los tomates y las berenjenas ha coincidido una combinación de frío-lluvia a destiempo y he tenido que replantar. Al final las tomateras cumplieron su misión.

Más preocupante es el caso del clementino que debido al encharcamiento del terreno, las raíces se ahogan y el árbol deja de producir. En esa zona el subsuelo es poco poroso, no drena con rapidez y la lluvia fue mucha. Actualmente intenta recuperarse enseñando la nueva producción que aunque escasa, es una promesa. Con el olivo ha ocurrido lo mismo que con los árboles de hueso y la viña; tiempo frío y lluvia fuerte con granizo en la

Pimientos rojos



Pimientos verdes



Salamandra



época de floración. Una combinación fatal. Los dos nogales se comportaron de forma antagónica, el mediano no dio más que una prueba y el pequeño dio su primera cosecha; sana, abundante, de calibre pequeño pero de buen sabor. Esta primavera trasplantaré otros dos para hacerles compañía y de paso que me aporten unas pocas más de buenas nueces. Pepe, mi vecino, dice que los nogales los planta el padre y las nueces las comen los nietos. Vale, pues me alegro.

Con el castaño, después del incendio de 2017, se confirma que está muerto. Ahora ha rebrotado por debajo del injerto y servirá para volver a injertar o para aprovechar las varas. Tendré que buscar una variedad de calidad para intentarlo. Mi abuela Juana vendía las varas de castaño que salían desde el suelo para hacer cestos.

En este momento, vísperas de navidad, la única fruta que tengo a punto para comer, son los kiwis. Siempre abundantes y sabrosos. Las naranjas y clementinas están un poco ácidas para mi gusto. Aún quedan algunas feijoas y entre la hierba, también hay manzanas para los pájaros. Empiezan a madurar las chirimoyas que están buenísimas. El chirimoyo nació pegado al muro y ahí quedó. El problema es que creció sobre el camino y tengo que recogerlas desde el exterior. A pesar de la drástica poda, él sigue buscando el sol, escapando a mi control.

Este año he tenido como primera novedad, el arbusto de bayas de Goji que ha dado su primera cosecha y a los pájaros les encantó, me han dicho que para el año próximo esperan más. Ya se sabe que los superalimentos les encantan. Ahora también se aficionaron a comer los aguacates. Cualquiera día tendré que ponerles unas gambitas o algo para que puedan hacer un plato. ¡¡ Así están de hermosos!!

La otra novedad que he tenido, y con buenos resultados, ha sido el tomate Cebra. Me vendió unas plantas Nacho de Agrícola Viguesa. Establecimiento agrario del centro de Vigo que ha bajado la verja definitivamente. Lo voy a echar de menos. Junto con Jose eran mis asesores especialistas en plagas, enfermedades y también en novedades como estos últimos tomates Cebra. Este tomate tiene un bonito jaspeado exterior y mantiene el color verde incluso cuando está maduro. Además sabe muy rico; a tomate, tomate. Intentaré reproducirlo con las semillas para el próximo año.

Tengo la costumbre de tirar en un extremo de la finca, debajo de los kiwis, los restos de las setas que traigo del monte. Este es el segundo año que me brotan unos hermosos *Lactarius deliciosus* en esa zona. El año pasado recogí más de un kilo y este año otro tanto. Ahora salgo menos al monte a por setas porque el monte ha venido a mí. Con sus setas, claro.

Kiwis



Tomates



Bolla de pan



Pan



Para la próxima vida literaria hablaré también de una consecuencia de un producto agrícola por excelencia en la alimentación humana: el PAN.

Este año la producción de centeno ha sido excesiva y he dejado una parte en el campo. Próximamente sembraré la mitad del terreno con centeno y la otra mitad con trigo variedad Calobre, de Viana do Bolo (Ourense). Espero que no se dé mucho peor que el centeno. Ya con estos granos y un molino que pediré a los reyes magos, prepararé las harinas para los panes del próximo año. En este momento tengo un viejo molino manual, adaptado con un motorcito, para moliendas pequeñas, y que requiere bastante paciencia. El horno va muy bien para hacer el pan de verdad y de paso quemar los restos de poda de la temporada. Esa labor me requiere de toda una mañana, pero el resultado es impagable. Las ramas pequeñas las trituro para el compost, para el horno y para el churrasco las medianas y las grandes para la cocina de hierro. No se desperdicia nada. Todo se transforma.

Y hablando de ramas, estoy esperando las vacaciones de navidad para podar todo. Solo necesito que la lluvia no me lo impida. También será el momento de ir a por unos remolques de estiércol de caballo que me regalan y aportar a la tierra los nutrientes que tanto necesitan. Ya veo que son planes demasiado ambiciosos. Después me quejaré de que no me llega el tiempo para hacer todo lo que planeo. Como veis, la huerta no para. Hacen falta ganas, un poco de salud y un pedazo de tierra. El resto va solo.

Pues me alegro de que alguien se haya parado a leer estos escritos y que sirvieran para pasar el rato. Si además contribuyeron a despertar la curiosidad por los productos del campo y sus habitantes, mejor que mejor. Solo me resta animaros a plantar alguna cosa.

Si quieres ser feliz una hora,  
embriágate;  
Si quieres ser feliz un día,  
mata tu cerdo;  
Si quieres ser feliz una semana,  
haz un bonito viaje;  
Si quieres ser feliz un año,  
cásate;  
Si quieres ser feliz toda tu vida,  
cuida tu huerto.

(Proverbio chino.

Tomado de El huerto biológico de Claude Aubert)



Por:  
María Pilar Alves Moreno  
Vicepresidenta de URECA

# Estar juntos es lo importante

Recuerdo las pantagruélicas cenas de Nochebuena en mi casa. Mi madre cocinando todo el día y parte de la noche mientras nosotras revoloteábamos por la casa jaleando con las panderetas, para finalmente sentarnos a la mesa y ser testigos de un desfile de platos que no valorábamos en su justa medida porque lo que realmente nos gustaba era el pollo asado con patatas. Ni el faisán cocinado a baja temperatura, ni la pularada criada en libertad, ni mandangas similares.

Desde mis ojos de niña asumía ese frenesí culinario como natural para esas fechas, y el esfuerzo de mi madre natural también aunque excesivo. Realmente lo que colmaba nuestras ansias infantiles era el momento de los postres, cuando mi padre ceremoniosamente y con lentitud calculada abría una a una las tabletas de turrón y depositaba en cada platito de sus cuatro hijas exactamente el mismo número de trocitos de idéntico tamaño (para que no hubiera broncas). Al instante, comenzaba el trueque de "te cambio piñonate por almendra imperial" en lo más parecido a un alborotado mercado persa que haya visto nunca.

Varios hitos fueron configurando el cambio de rumbo en la organización culinaria del evento, hasta la simplicidad actual y satisfacción general.

El primero de ellos fue la asistencia de mi madre a un curso de cocina navideña con el objetivo de rizar el rizo. Tras una agotadora jornada en la cocina, llega el momento del emplatado y la degustación de los -supuestos- manjares. Los primeros son una galantina de ave y un aspic de langostinos que miramos con recelo, probamos con desconfianza y enjuiciamos con saña: QUÉ ASCO YO QUERÍA POLLO CON PATATAS. Ya no recuerdo más platos, pero sí las miradas de complicidad hijas-padre y risitas contenidas y mi madre con un disgusto de aquí te espero.

El siguiente hito fue la reincorporación de mi madre al mercado laboral, realizando su trabajo como enfermera en el turno de noche escogido para que sus hijas no la echáramos en falta. ¡Qué poco dormiste esos años mamá! Eres una campeona.

Esto ocasionó que en muchas de las celebraciones mi padre la suplía como masterchef y la organización del banquete pasó por tanto a ser un poco más sencilla. En una de esas ocasiones para darnos un poco de alegría y compensar su ausencia nos dejó antes de irse a trabajar un cohete con pequeños fuegos artificiales que por un defecto de fabricación explotó de una

forma no esperada y se quemó la tapicería de una silla del comedor...pero esa es otra aventura y en otro relato merecerá ser contada.

Y llegamos al momento actual, en el que mis padres están viejitos y sus hijas nos encargamos del evento. Y cual ejercicio de planificación estratégica, empezamos por la misión y visión del evento: estar juntos es lo más importante, la compañía de los miembros de la familia que tienen la suerte de estar presentes es lo más valioso del banquete y la comida es secundaria. Todos tenemos que disfrutar y todos ayudamos, ningún sitio vacío cuando empezamos, toda la comida en la mesa.

Así que en un maridaje perfecto de creatividad y tolerancia, alternan en nuestra mesa las tortillas de patatas de mi cuñado (no existe manjar más delicioso) con el mejor y más delicado foie trufado, los camarones con un jamoncito de bellota, la coca cola con un rioja reserva, la risa de los más jóvenes con la mirada de orgullo de los menos jóvenes.

Por eso en homenaje a la sencillez y por qué no, a la salud tras una comida o cena copiosas, os dejo un saludable árbol navideño bien fácil de hacer sobre todo por los más pequeños de la casa. ¡Feliz Navidad!





Por:  
Enrique Lorenzo Paradelo  
(Socio colaborador)

Aprovechamos esta oportunidad para dar a conocer las últimas actividades llevadas a cabo por nuestra Asociación, agradeciendo a la Directora de LATEXO, Dña. Luján López Gutiérrez, por su gentileza y colaboración con nuestro colectivo.



# Actividades de la Asociación de Empleados Jubilados, Prejubilados y Pensionistas

## VIAJE EXCURSIÓN AL ALGARVE EN PORTUGAL. Santaren, Faro, Albufeira, Vilamoura, Sagres, Cabo S. Vicente, Lagos, Vila Real de San Antonio, Tavira y Silves

El 19 de Octubre pasado, después de un buen madrugón, partimos hacia El Algarve, y continuación a Santaren, donde visitamos Las Grutas de Mira de Aire, así como el casco histórico y recorrimos sus estrechas y tranquilas callejuelas. Almorzamos en esta ciudad y después de su visita continuamos viaje hacia Porches, procediendo a la cena y alojamiento en el Hotel.

El día siguiente, excursión a Faro, capital del Algarve, importantísimo centro turístico de Portugal, que sería largo detallar todos sus interesantes lugares. Después del almuerzo, salimos dirección A Albufeira, típico barrio



de pescadores, que cuenta también con unas excelentes playas. Visitamos a continuación Vilamoura, complejo turístico con campos de golf, casino, etc. El domingo, por la mañana excursión a Lagos, pueblo donde destaca, sus numerosas cuevas y formaciones rocosas y que tuvo su máxima época de esplendor en el siglo X, con el comercio de oro, plata y marfil. Continuamos hacia Sagres, conocida por su escuela naval. Almuerzo y por la tarde nos desplazamos al Cabo San Vicente donde se encuentra uno de los faros más potentes de Europa.

El lunes disfrutamos de un día libre para disfrutar de las magníficas instalaciones del hotel, con todo incluido y/o pasear por la localidad de Sabres.

En la mañana del martes excursión a Vila Real de Santo Antonio, y por la tarde desplazamiento a Mira, una de las mejores ciudades costeras del Algarve, donde también tuvimos un tiempo libre para compras.

Dejamos la última excursión para el día siguiente, a Silves, donde pasamos la mañana recorriendo a pie la ciudad donde destaca su puente romano, sus murallas y su castillo que también visitamos.



El jueves 25 de octubre regresamos a Vigo, con la satisfacción de haber disfrutado unos días, con gran número de visitas, acompañados de un buen tiempo, en un hotel al gusto de los asistentes y en un ambiente muy agradable entre todos los viajeros.

#### **MAGOSTO Y COMIDA EN SOUTOMAIOR.-**

El pasado día 16 de noviembre, después de la buena experiencia del pasado año, celebremos en las instalaciones del Castillo de Soutomaioir el tradicional magosto y posterior comida a base de cocido, buenos postres, acompañados de vino y refrescos. Después de asistir a la Santa Misa, pasamos a degustar las típicas castañas. Continuamos con el con los juegos

programados, con una amplia participación de asistentes. Al finalizar los mismos, se procedió a la entrega de los premios obtenidos por los ganadores de cada modalidad, recibiendo también los aplausos de los demás participantes.

A continuación, nos esperaba el almuerzo en un amplio y confortable salón, y a los postres se procedió al sorteo de un estupendo jamón entre los socios asistentes a esta comida, felicitando al agraciado.

En resumen, un año más, hemos disfrutado de las castañas, el cocido y unas instalaciones del agrado de todos los asistentes.



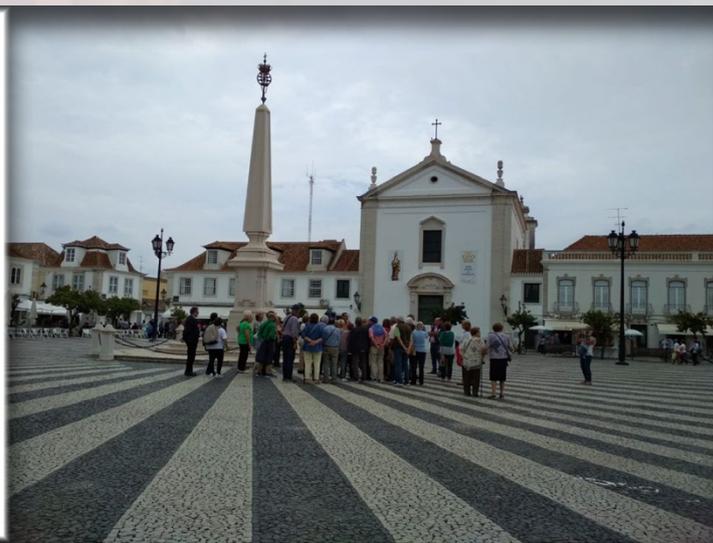
Queda comunicaros que esta colaboración cierra el último periodo de actividad de LATEXO. Por todos es conocido, que a lo largo de la existencia de nuestra revista hubo periodos mas o menos largos de inactividad, reanudándose de nuevo su publicación, con contenidos en sus páginas impresas durante muchos años, y en formato digital, en las últimas publicaciones, que nos informaban de actividades, proyectos, curiosidades. etc. de URECA. A partir de ahora, por tanto, suspendemos nuestra colaboración aportando la información

relativa a las Actividades de la Asociación de Jubilados y Pensionistas.

Esperamos y deseamos que este nuevo periodo de inactividad de la revista sea por poco tiempo y podamos disfrutar de nuevo con el contenido de LATEXO.

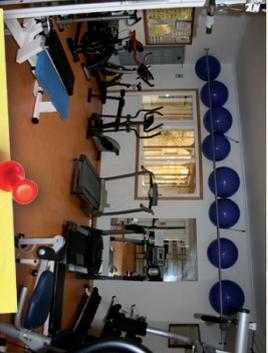
Nuestro agradecimiento a la Directiva de URECA y a la Dirección de la revista por habernos permitido a lo largo de estos años disponer del espacio necesario para haceros llegar nuestra colaboración.

FELICES FIESTAS!

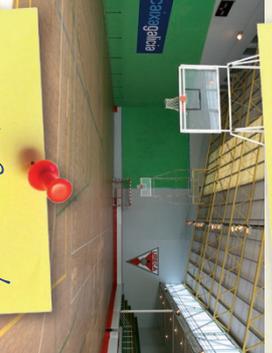




- Pistas de tenis
- Pistas pádel
- Campos de Fútbol "11 y 7
- Pista de squash



- Descuentos en productos de consumo
- Actividades sociales



Más info en el interior  
o llamando al teléfono  
986 36 78 60

- Gimnasio
- Sauna
- Sala de baile
- Sala de juegos de mesa



- Restaurante
- Cafetería
- Asador
- Reserva de apartamentos



¡Y muchas más ventajas al hacerte socio!



# URECA



# URECA



Infórmate:

986 36 78 60



oficina@ureca.es



www.ureca.es



Visita nuestras instalaciones de Nigrán (Pontevedra) o La Zamorana (Ourense)

HAZTE SOCIO



Más de 50000 m<sup>2</sup> de zonas deportivas y de ocio.



Por tan solo 1€ al día  
¡TODA LA FAMILIA!



Infórmate de todas las ofertas, descuentos y ventajas...

# Hasta siempre LATEXO



Por:  
Isabel Fernández García  
Colaboradora especial  
Ex Subdirectora de LATEXO  
(2006-2016)

Los nuevos tiempos y tecnologías han hecho cambiar muchas cosas, entre ellas, la forma de comunicarnos. Los libros impresos han cedido ante la avalancha de ebooks, tablets, y toda clase de dispositivos digitales que nos permiten acceder fácilmente a cualquier título o autor en cualquier lugar y sin movernos de casa. Las conversaciones telefónicas se han reducido a escuetos diálogos por wasap más llenos de emoticonos que de palabras...

Nuestra querida revista LATEXO ha seguido esta nueva tendencia, después de más de 50 años recogiendo imágenes y noticias de nuestra sociedad dejará de latir, por lo menos, de la forma habitual hasta ahora.

Durante los últimos 18 años he tenido la suerte de participar de forma activa en su publicación, primero, como colaboradora ocasional, más tarde, como una de las encargadas de la sección Trotamundos y también como subdirectora.



Agra- India Norte

Maquillaje en Myanmar



Angkor Wat-Camboya



Y, durante este tiempo, he podido compartir con vosotros mis experiencias viajeras, dándole mayor relevancia ya que no se trataba solo de vivirlas sino que, además, tenía que contarlas haciéndolas mínimamente interesantes y atractivas para aquellos que las leáis.

Creo recordar que me inicié en la revista con el viaje a Egipto, aunque antes había viajado a Australia, Japón, Turquía, Escandinavia y Bruselas.

Cataratas Victoria-África



Iguazu- Argentina



Nazca - Perú



Kioto - Japón



Con unos recién casados en Japón



Miyajima-Japón



La abuelita uzbeka me regaló su pañuelo



Puedo decir que en mi recorrido viajero he estado en los cinco continentes, he pisado las arenas de varios desiertos: Sáhara, desierto arábigo (Jordania, Irán), ártico (Noruega), desierto australiano (Perth), el Kalahari y el de Patagonia. También he navegado por distintos ríos: el Sena, Danubio, Neva, Loira, Nilo, Mekong (Vietnam), Lijiang (China), Ganges (India), Río Lagartos (Riviera Maya), Río Dulce (Guatemala), el Okavango (África)... también por lagos como el Titicaca (Perú), Atitlán (Guatemala) y Maligne (Canadá). He paseado por múltiples ciudades europeas, americanas, asiáticas...

En fin, he podido conocer diversas culturas: egipcia, griega, romana, árabe, azteca, inca, nazca, tolteca, caribeña, china, colombiana, mexicana, africana, hindú, japonesa, persa...

Una Mirada Hacia

Lago Atitlán -Guatemala



Y, de todo ello, además de recuerdos imborrables he sacado una conclusión: que lo que de verdad importa en la vida son las personas, cualquiera que sea su raza o religión; lo que verdaderamente nos enriquece es la buena comunicación, el respeto y el intercambio de sentimientos y emociones. Y también aprendí a valorar y dar mayor aprecio al entorno que nos rodea.

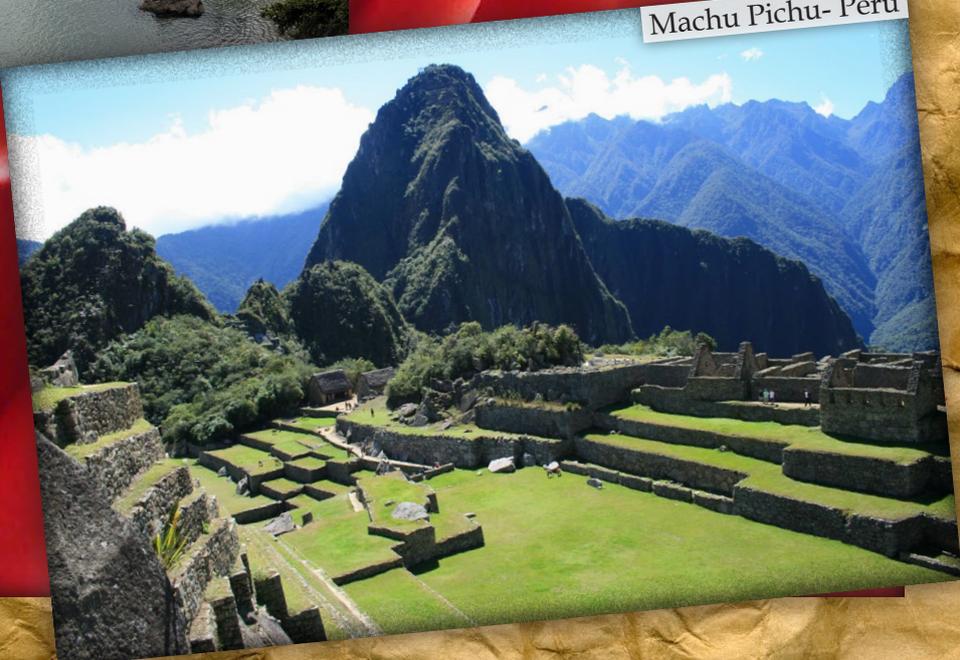
Lago de Bled- Balcanes



Lago Maligne- Canadá



Machu Pichu- Perú



Fiesta de compromiso en la India



Una más entre niñas iraníes



Como recuerdo de mis viajes y en agradecimiento al tiempo que habéis dedicado a leer mis relatos, os regalo una serie de fotos de lugares que me han impresionado, entre los muchos que he visitado y, con dolor de corazón pero también con esperanza sobre su futuro, me despido de LATEXO.



Monasterio de Rila-Bulgaria



Isfahan-Irán



Una Mirada Atrás



Por:  
José Luis Ameneiro Valle  
Ex -Tesorero de URECA

## Reinvención permanente

Parece ser que las nuevas tecnologías van a jubilar a nuestra querida revista LATEXO. Quiero aprovechar la oportunidad que me da la misma para comentar brevemente como tesorero que fui de URECA hasta la llegada en 2016 del nuevo Equipo Directivo de la mano de ABANCA, con D. Javier Soto Garrido al frente.

El futuro de URECA está ahora en manos de la nueva Directiva y en ABANCA como benefactor, a los que les deseo el mayor de los éxitos en la nueva singladura.

Como ex-Tesorero, me remonto a 1996 en el fatídico día 8 de Mayo donde en un desgraciado accidente perdió la vida el Presidente de URECA, D. Antonio Rodríguez Casas y en una terna entre los Directivos se proclamó a D. Juan Francisco Díaz Arnau presidente de ésta y se puso en marcha la nueva Directiva hasta Enero 2016. A todos ellos, mi agradecimiento por el trato amable y comprensivo cuando por motivos económicos tenía que rechazar alguna partida por no ser asumible en ese momento.

La Tesorería de URECA estuvo siempre marcada por dos factores principales: las cuotas de los socios y las subvenciones de: primero CAIXANOVA, luego NOVACAIXAGALICIA, más tarde NOVAGALICIA BANCO y actualmente por ABANCA, sin cuyas ayudas no se podrían llevar a cabo las importantes inversiones en el complejo deportivo de su propiedad en Nigrán, así como en las instalaciones alquiladas en La Zamora-San Cibrán de Viñas en Ourense; su mantenimiento y demás gastos asociados a las actividades de éstas.



A lo largo de estos 20 años, URECA siempre cumplió con sus pagos, incluyendo el de los préstamos, los cuales se atendían principalmente con las subvenciones sobre las cuotas de los socios, cuotas que a raíz de los famosos ERES, fueron mermando así como las subvenciones haciendo peligrar la economía de la Sociedad, teniendo que recurrir para parar este flujo, a la modificación de los Estatutos en Asamblea General Extraordinaria de fecha 25 Mayo 2012 en el capítulo II de los Asociados, con la incorporación de dos nuevas modalidades: Socios de Secciones: podrán serlo todas aquellas personas mayores de edad que pertenezcan a cualquier sección de URECA o a la Escuela de Fútbol y Socios Avalados: personas mayores de edad que no tengan vinculación con la sociedad, y ser avalados por dos socios de número.

Ya en 2015, ABANCA estudia que la Directiva de URECA esté integrada por personal en activo y es cuando a finales de año se proclama la nueva Directiva.

El ejercicio 2015, se cerró con unas pérdidas de 3.542,83€ gracias a una donación de ABANCA a finales de este año. Donación que permitió la dotación de las Amortizaciones del Inmovilizado, afectando esta "pérdida" al Fondo Social.

Por último y como despedida, me gustaría recordar a los socios y lectores de LATEXO, mi colaboración (Editorial) en el número 78 de Primavera 2012 con el título "Nuevos Tiempos", una adelantada reflexión si se me permite sobre el futuro que se nos venía y que forma parte del hoy de nuestra Sociedad: una reinvencción permanente.



LATEXO 

LATEXO  

LATEXO  

LATEXO  

5    
LATEXO  

5     
LATEXO 

Una Mirada Atrás

# EL LATEXO y mis recuerdos



Por:  
Eduardo Barbeito Pedrosa  
Ex socio y colaborador de LATEXO

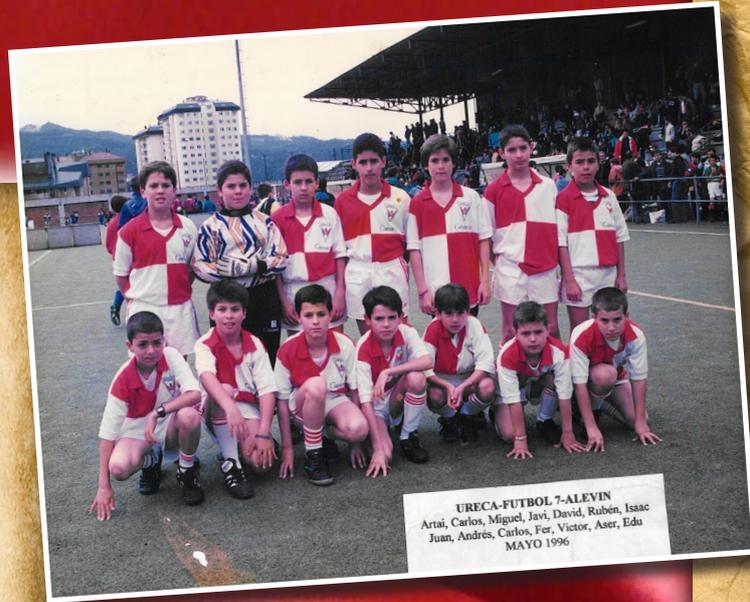


Cuando Luis L. Borines me llamó hace unos días para decirme que en Diciembre de este año salía el LATEXO por última vez, una cascada de recuerdos me vino a la mente. Voy a tratar de contarlos para los socios y lectores que quieran perder un minuto con leerlo.

En 1966 ingresé en "La Caja" y automáticamente me hice socio de URECA, por decreto. Yo, con dieciséis añitos, no iba a ir contra un decreto. Pues no, ya que me dijeron que URECA era la hermana pequeña de la CAV. Encontré un libro de actas del año 1953 y una relación de 150 socios fundadores, de los cuales llegué a conocer a casi todos. Esta relación está plasmada en un pergamino enmarcado en lugar de honor de la sede social.

En mayo de 1975 llegó el auge de URECA con la inauguración de nuestras instalaciones en Nigrán, que ya todos conocéis. Allí había toda clase de deportes, concursos de fotografía a nivel nacional, concursos de dibujo infantil, etcétera... Me enrolé en el equipo de hockey hierba y comencé a jugar en el Colegio Hogar, que no tenía hierba, y allí Xoan Bernárdez me dio un palo (stick), "a correr y a golpear la bola". Más tarde fuimos a jugar al Club de Campo, en la calle García Barbón. Años más tarde fuimos a Holanda y jugamos en Vigo contra la selección china de gira por Europa en preparación para los JJ OO de Pekín.

Jugué con URECA al fútbol muchos torneos, quedando varias veces campeones. Disputamos en Balaídos el Campeonato de España de Cajas de Ahorros de Junio de 1980, donde estaban Valencia, Madrid, Navarra y Vigo, arbitrando Guruceta Muro, en paz descanse, y el gallego Carreira Abad.



URECA-FUTBOL 7-ALEVIN  
Artai, Carlos, Miguel, Javi, David, Rubén, Isaac  
Juan, Andrés, Carlos, Fer, Victor, Aser, Edu  
MAYO 1996







Por Elena Fernández Antonio  
Colaboradora Externa  
Ex Responsable oficina URECA



En un avión, camino de París, dos horas por delante sin cobertura, sin móviles, sin WhatsApp, sin portátil, sin wifi, y con una hoja en blanco entre mis manos. Un tiempo precioso para reactivar la neurona que lleva tanto tiempo dormida. Esa que siempre disfruté llenando de palabras cientos de páginas de nuestra querida revista LATEXO.

De repente cientos de recuerdos vuelven a mi cabeza. Más de una década ha pasado, y todos somos más viejos y sobre todo más sabios. El tiempo pasa inexorable y tiene el poder de darnos y quitarnos a su antojo.

Conocí LATEXO en 1998, cuando era una revista de confección artesanal, y no os imagináis hasta que punto. Os parecerá increíble, pero en aquel momento era necesario contar las palabras de cada artículo para saber cuántas columnas ocuparía. Por supuesto que la mayoría de sus páginas eran en blanco y negro y el número de colaboradores era muy limitado.

LATEXO fue evolucionando y adaptándose a los tiempos; creció en páginas, en color, en colaboradores, en anunciantes, en secciones, incluso se adaptó a la tecnología antes que la propia URECA.

Todos pusimos nuestro granito de arena y un pedacito de nuestro corazón para que cada trimestre fuese una realidad, y sus páginas eran la muestra de la vida de nuestra querida asociación.

El deporte, la cultura, la naturaleza, los viajes, los homenajes, los nacimientos, e incluso alguna despedida, todas tenían cabida en nuestro LATEXO.

Era como bien su nombre indica el “latido” de nuestra sociedad.

A los que amamos las palabras nos proporcionaba el placer de convertirlas en eternas al verlas publicadas, como dice la cita latina “verba volant, scripta manent” (“las palabras vuelan, lo escrito queda”)

El LATEXO también me hace recordar a algunos compañeros que ya no están, que ocuparon

muchas de sus páginas con sus palabras, con su trabajo, con su presencia. Uno de ellos se pasó media vida guardando cada uno de los “LATEXOS” que se editaron para poder leerlos el día que se jubilara, y una triste enfermedad no le permitió cumplir su sueño.

A todos ellos quiero mandarles un saludo allá donde estén, porque ellos fueron parte importante de nuestra historia.

Por último, me gustaría agradecer a los que han mantenido nuestro LATEXO los últimos 10 años, que han cuidado de su espíritu, de su identidad, y que le han dado vida con tanto esfuerzo. Para ellos todo mi cariño y reconocimiento. Habéis hecho un gran trabajo.

GRACIAS Y LARGA VIDA AL LATEXO



Una Mirada Atrás



Por:

Alberto Granada López

Colaborador externo  
Director de Marketing y Comunicación en Grupo Fomento  
Director Comercial y de Marketing en ocarallavintinueve.com  
Freelance Digital Marketer y Copywriter  
Blogger para elbecariadedondraper.blogspot.com  
Colaborador en Extradixital.com

## Si se calla el cantor, calla la vida

A los dieciséis, Vicky (Mariví entonces) me pidió que le escribiera una carta de amor. Esas cosas, a ciertas edades, marcan. Desde entonces hasta hoy, he de confesar, me pone mucho más que me digan “escribeme” a que me digan “desnúdame”. Entre otras razones porque esto segundo no suele ocurrir muy a menudo.

En fin, cada cual sus perversiones.

Por eso no podía sino acudir a esta llamada.

Decía la gran Mercedes Sosa “si se calla el cantor calla la vida”. Lo mismo ocurre cuando se apaga un medio: el mundo es un poco menos plural.

Este latido en el que tuve el gusto de colaborar durante unos pocos números no merecía apagarse. Otros mejor contarán su historia y sus valores. Yo sólo puedo decir que sus páginas estaban hechas con cariño y compromiso, desde el altruismo, y también llenas de momentos estupendos.

LATEXO destilaba amistad por los cuatro costados, risas, campeonatos, merendolas, la felicidad de los pequeños momentos, tan grandes.

Pero el río nos lleva y cada vez menos voces nos dirán “escribeme”. Podríamos darnos por vencidos, pues es difícil pedir una batalla más a quién ya las libró todas.

Un servidor, que ya supo lo que es fracasar y levantarse, seguirá soñando con la dulce Vicky, con las palabras y con un futuro mejor, y aquí estará, para cuando sea menester echar un...

...párrafo. Es lo que nos queda. ¡Buen viento!



# 25 años en la naturaleza...



Por  
Pablo Covelo Figueiredo  
Socio colaborador

La época moderna de LATEXO cumplió veinticinco años, y ahora en esta edición especial con motivo de su cierre -esperemos que provisional-, quizás sea un buen momento para echar la vista atrás para poder valorar qué y cómo ha cambiado en este período en lo que a la naturaleza se refiere, con la intención de que nos aporte una referencia que nos permita saber cómo hemos de mirar hacia el futuro.

En principio se podría pensar en que se ha producido un cambio a mejor en cuanto a la concienciación y preocupación sobre aspectos ambientales, favorecido como en otros muchos campos por la aparición de medios de transmisión y comunicación más ágiles, accesibles y diversos, lo que ha permitido que términos como biodiversidad, reciclaje o cambio climático se hiciesen cada vez más habituales. Pero aún así, parece que a fuerza de hacerse cotidianos los hemos dejado de considerar relevantes. Por ejemplo, somos conscientes del aumento de temperatura del planeta y también de sus principales causas y hemos sido informados de sus perniciosos efectos, pero aún así la emisión de gases como el CO<sub>2</sub> ha aumentado un 40% desde el principio de los años noventa. La naturaleza tiene un medio magnífico para intentar compensar esto, la fotosíntesis de plantas y árboles, pero no al ritmo que vamos, y menos aún si pensamos en que en este mismo período de tiempo hemos reducido la superficie verde del planeta en unos 400 millones de hectáreas. El calentamiento global es una realidad, por muy lento o poco perceptible que nos parezca, pero al ritmo actual de 0,25°C por década, pronto alcanzaremos el límite

que nos hemos marcado de un incremento de 1,5°C, y mientras tanto el nivel del mar sigue subiendo 2 mm cada año y acabará desplazando a millones de personas que vivan en regiones costeras.

Y por si no fuera poco con estos problemas ya previstos desde hace décadas, en el último lustro nos hemos encontrado con un nuevo problema que no tendrá fácil solución en las próximas décadas, el de los plásticos y microplásticos. Son conocidos los efectos directos que pueden acarrear por su sola presencia física, llegando a causar la muerte de miles de aves, tortugas y mamíferos marinos, a causa de enmallamientos u obstrucciones intestinales, pero aún desconocemos los efectos químicos que puedan traer consigo las sustancias tóxicas que se adhieren a los microplásticos y que pueden terminar en nuestro torrente sanguíneo. Ya se han encontrado en larvas de invertebrados marinos, en la carne de moluscos, en el tracto digestivo de peces, aves y mamíferos marinos, e incluso ya se han encontrado en heces humanas. Aunque hoy dejásemos de producir plásticos (parece difícil teniendo en cuenta que producimos un 160% más que hace veinticinco años), ya no podríamos parar sus efectos negativos en el medio ambiente hasta dentro de décadas. Ya deberíamos saber que las contaminaciones a gran escala son muy difíciles de corregir; por poner un ejemplo, compuestos como los PCBs o insecticidas como los DDTs, que fueron prohibidos en los años setenta, aún se encuentran en el medio ambiente y seres vivos.

Y en cuanto a las especies, aunque cada año se sigan descubriendo nuevas, otras tantas desaparecen. Me gustaría aprovechar esta ocasión, aunque sé que otras muchas lo merecerían tanto o más, para traer a colación el caso de la toniña, la más pequeña y amenazada de las especies de cetáceos de nuestras aguas. En este período de tiempo su número se ha reducido, el porcentaje de hembras que llegan a edad reproductora ha descendido a un tercio del que era y la muerte por captura accidental en artes de pesca se ha duplicado. Se le presenta por tanto un futuro negro si, al igual que estamos haciendo con otros de los aspectos aquí reseñados, seguimos dejando las cosas para mañana.



Toniñas en la ría de Pontevedra  
(CEMMA/Pablo Covelo, realizada con permiso de investigación de la Xunta de Galicia)

Una Mirada Atrás



Por:  
Marta de Ybarra Villavicencio  
Ex Directora de LATEXO (2002-2005)

## "Silencio..."

Qué palabra tan sencilla y al mismo tiempo complicada...  
cuántas frases se me agolpan queriendo romper la calma,  
dormitan aletargadas mientras el viento las amenaza.  
Qué pasa?, qué está pasando?, qué pesar mi corazón emana...?

Silencio de mis amores, ¿por qué apareces si no te llaman?  
tantas veces escondido cuando hacías tanta falta...  
Ay Silencio! tú que callas, tú que todo te lo guardas  
Ay Silencio! cuántas veces eres el ángel, ese que pasa...

Silencio, escucha bien: nuestro "LATIDO" te llama,  
te ruego, te suplico: ten para él la mejor cama  
que su sueño sea ligero, su despertar nuestra calma.

Que su historia sea el relato que de nuevo llene su alma  
que la tinta rebose sus páginas, que salpiquen las palabras!  
Que la espera sea corta y que éste Silencio, le devuelva sus alas.



# Recordando el ayer



Por:  
Amelia Santos Sánchez  
Colaboradora externa

Toqué el cielo con las manos,  
siendo una sencilla niña,  
entre trigales y viñas,  
aromas a campos llanos.

Bajo un sol, claro, ostentoso,  
de aquel pueblo castellano,  
respiré aire dulce, sano,  
gocé tiempos armoniosos.

¡Anheladas vacaciones!  
experiencias entrañables,  
amaneceres amables,  
sin temor, preocupaciones.

Todo vecino sabía,  
mi amor por los animales,  
su desamparo, sus males,  
desde chiquita sufría.

Cuando un cordero nacía,  
a casa me lo llevaban,  
conmigo un ratito estaba,  
luego, a buscarlo volvían.

Corderillos apacibles,  
reyes de la mansedumbre,  
prendisteis en mí una lumbre,  
de piedad indestructible.

Me prendió vuestra mirada,  
confiada, inocente,  
la siento constantemente,  
en el corazón clavada.

Y...Tú, río Esla, amigo,  
de agua fina, transparente,  
corría hacia ti impaciente,  
aprendí a nadar contigo.

Hoy, tras años transcurridos,  
con la rapidez del viento,  
soy feliz, por el momento,  
recuerdo el ayer vivido.



Una Mirada Atrás



Por:  
Alfonso Mosquera Lorenzo  
Colaborador externo

# Por Navidad los mayores ¡También necesitamos amor!

Toda la gente como yo, ¡mayor!  
Esperamos con anhelo la Navidad,  
Pues, es el tiempo de recibir calor  
Porque los seres queridos, ¡están a llegar!

Como yo, que soy un afortunado  
Al poder volver a estar juntos de nuevo,  
Y sentirme de nuevo, ser amado  
Por ello, doy gracias a ellos y al Cielo.

Cuantos mayores quisieran lo mismo  
Y no les dan la misma oportunidad,  
¡De tener amor a no tenerlo, hay un abismo!  
¡Para los que no!, solo hay tristeza y soledad.

A veces pido a Dios emocionado  
Dios mío, ¡ayúdales por favor!,  
Porque, en este mes tan señalado  
Todos necesitamos cariño y amor.

Quizás a veces olvidamos el pasado  
Donde la gente era mas unida,  
Yo venía de Alemania para estar a su lado  
Y en Navidad juntos, todo era paz y alegría.

A veces cuando por trabajo no podía venir  
Desde la lejanía me invadía la añoranza,  
Y nostálgico y triste, por no poderme reunir  
Pensaba en ellos, ¡y eso me daba esperanza!

Hoy ya mayor, con mis ochenta años  
Seguiré esperando a los míos, ¡con la misma emoción!,  
Y a Dios le pido nos dé a todos muchos años  
Para que, en Navidad, ¡unamos corazón con corazón!

Y cuando todos ellos a su casa regresen de nuevo  
Mi señora y yo, daremos un paseo por la ciudad,  
Y con ilusión pensaremos en un año nuevo  
En la familia, en los mayores, y en la magia de Navidad.

A todos los lectores os deseo humildemente  
Que compartáis con los mayores, alegría, amor y paz,  
Y hacer felices a toda esa honorable gente  
Que ojalá así sea, ¡pues no en vano es Navidad!



# Algunos colaboradores nos escriben diciendo...

Buenas tardes y perdón por el retraso, ahora con un hueco en mis quehaceres de jubilado, os envío lo siguiente:

Habláis de silencio de LATEXO. Imposible. Los años de edición de LATEXO y lo que en ella se reflejaba como ventana abierta al día a día de vuestra y mi querida URECA, no podrá silenciarse nunca.

Sé que os escribo desde un profundo sentimiento asociativo y humano, en el que en mí tiene un hueco especial todo cuanto os rodea.

Desde el año 1990 presido la Asociación Sagrada Familia de Caja Granada. Desde el año 1993 y hasta ahora, he sido obsequiado con el envío trimestral de LATEXO, que me aportaba savia nueva para poder llevar a cabo mi gestión.

Cada revista suponía hacer un tiempo aparte para poder leerla, para poder disfrutar con las para mí casi inigualables actividades y poder observar a mis queridos amigos de tantas y tantas ocasiones que he compartido con ellos.

Vuestras actividades deportivas, sociales, culturales, recreativas, en fin, la vida de URECA reflejada en LATEXO de la que siempre recordaré la extraordinaria labor de su equipo directivo y editor.

No nos aferremos al pasado, miremos hacia el futuro con la esperanza y garantía que las cosas bien hechas estarán siempre ahí. Lo importante es hacer cosas y hacer las cosas bien.

Son tiempos de cambios y la felicidad en la vida está en tratar de adaptarse a ellos, haciendo de los nuevos tiempos, tiempos de nuevas oportunidades y en eso los soci@s de URECA y de LATEXO y en general de l@s emplead@s de las Cajas de Ahorros somos expertos.

Quiero desde Granada hacer un brindis por el equipo directivo en toda su historia y daros las gracias por vuestra consideración y cariño. Un abrazo.

MIGUEL MENDOZA TERÓN  
Presidente ASF Caja Granada  
Presidente ACRECA



Una Mirada Atrás

Moi bo día:

Gracias pola porfía recabando o meu parcer. Efectivamente non o vira, (os de Vigo dirían non o mirara).

Ben, Sempre é unha magoa que un vehículo de comunicación morra ,sobor de todo para quén o traballou ,tanto dirixindo, coordinando, colaborando,...

Cada ún sinte as súas, se dí na miña terra. E polo tanto este apagón, que non se sabe canto vai durar, déixanos a tod@s unha miguiña a escuras.

Confiemos que se retome e os que veñan saiban ver con agarimo esta etapa que agora se pecha.

Eu tiven o pracer de colaborar en varios dos números, algúns monográficos coma un adicado o mar, o outono, a cultura galega...

Gardo eses e outros Latexos ,e se cadra sexa agora ,cando mais leda me sinta de ter colaborado.

Cando estes días vin un anuncio nas vallas que firmaba Afundación anunciando Latexos sorrin... tratase de unha selección das mellores obras da colección particular.

Irei a disfrutala...

Unha aperta moi forte a tod@s.

María X. Villares

(LA OBRA DE...)



Buenas tardes Luján...

Perdona el que no haya contestado antes, pero creí que era un correo general para los asociados y no particular para mi.

Lamento que haya que poner un punto y seguido a la publicación; y espero que pronto podamos seguir disfrutando de la revista.

En lo que a mi respecta, me siento orgulloso y solo puedo daros las gracias por haberme permitido formar parte activa en algún momento de mi vida de la gran familia de colaboradores de Latexo.

Recibe un cordial abrazo; extensivo también para tu padre por haber sabido llevar tan dignamente durante tantos años la hermosa aventura que fue LATEXO..

Muchas gracias y .... mucha suerte..

Eduardo Marzoa Soto

(TIEMPOS MUERTOS)



Hola.

Aunque desde el norte, se participa menos en la vida social de URECA, es bien cierto que se apaga la única antorcha que os mantenía visibles para muchos compañeros de otros puntos lejanos. Desconozco con detalle los motivos de tal decisión y espero que pronto se ponga de manifiesto su desacierto. A lo mejor es un paso necesario, para que el renacer de LATEXO sea sólo digital, ... pero de alguna manera tendrá que seguir latiendo el corazón para que el torrente llegue a las extremidades.

Lamento no tener ideas ni ánimo para una colaboración desenfadada y ajena a esta, sin duda, mala nueva.

Sólo queda dar mi agradecimiento a todos los equipos que han luchado para demorar esta situación, aunque finalmente no haya sido posible.

Hay que ser optimista. Sólo deseamos que esta sea una ausencia breve, que permita tomar impulso para iniciar pronto otro período de éxito como los cosechados hasta ahora.

Un abrazo, y gracias por estos años.

Rubén Martínez García  
(INVITADOS)



Buen día.

Enterado por este y anteriores correos, no puedo más que lamentar que la revista termine (ojalá de forma temporal) su andadura.

Con la seguridad de tener nuevamente entre nosotros la publicación, aprovecho para enviar un afectuoso saludo a los incansables e incombustibles que siempre han estado ahí. En especial a José Carlos Giraldo, sin menosprecio a otros colaboradores de su talla.

Un saludo.

José Javier Gómez Márquez  
(DEPORTES)



# SAP

## MASTER SAP

**PURCHASING &  
PROCUREMENT – VIGO**

**SALES & DELIVERY  
ACADEMY – A CORUÑA**



[ieside.edu](https://ieside.edu)

Conviértete en uno de los profesionales más demandados en el mercado laboral.

**IESIDE**

BUSINESS INSTITUTE

Afundación Obra Social ABANCA

minsoit

An Indra company

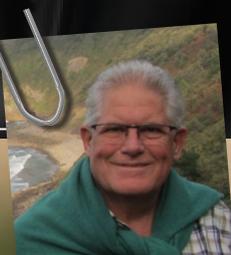
**SAP**<sup>®</sup>

# Magosto-Samaín 2018 en Nigrán

31  
octubre  
2018



Por:  
Ana Fernández Alborés  
(Gerente de URECA)



Fotos:  
José Carlos Giraldo Pérez  
(Directivo de URECA)

El miércoles 31 de octubre celebramos en las instalaciones de URECA en Nigrán nuestro Magosto-Samaín, en el que los niños y padres asistentes pudieron disfrutar de diferentes actividades lúdicas propuestas por nuestros animadores, como la decoración de calabazas, talleres creativos en los que pudieron hacer diferentes figuras con frutos de otoño y caretas terroríficas, taller de maquillaje, karaoke, búsqueda del fantasma oculto, circuito monstruoso de psicomotricidad para los más peques y, cómo no, degustar las castañas asadas para la ocasión.

Esperamos que todos los asistentes hayan pasado una tarde terroríficamente divertida.







**ADULTS & CHILDREN**

- Exámenes de CAMBRIDGE
- IN COMPANY. Cursos de formación a empresas
- CLUB activities
- EXTRAESCOLARES en colegios
- CAMPAMENTOS de verano
- Cursos en el EXTRANJERO

**GlobalProjectSchool**  
Centro de idiomas  
**BE GLOBAL!!**



Plazoleta de Eduardo Iglesias, nº8 bajo. Vigo  
Tel.: 986 220 670 Mvl.: 692 160 636 / 46  
[www.globalprojectformacion.com](http://www.globalprojectformacion.com)



# Coral Polifónica de URECA

Por:  
 María Avelina Espiñeira Bugallo  
 (Socia colaboradora)



## Recopilatorio 2018

**E**n la coral URECA durante este año 2018, próximo a finalizar, tuvimos muchísimas actuaciones. Empezamos con los villancicos en las iglesias de La Soledad, del Perpetuo Socorro y de la de El Carmen.

Cantamos música sacra en la Semana Santa en Iglesias de Vigo y en Cangas. Cantamos las habaneras en el Auditorio Mar de Vigo, las letras gallegas en mayo y, como no, la Misa de María Auxiliadora en el Colegio Hogar.

En el mes de Julio actuamos en el festival de habaneras en Melide. Cantamos en la iglesia de El Carmen la misa solemne en honor a la Virgen. Todos los años cuentan con nosotros.

En este mismo mes hicimos conciertos de verano en el Verbum de Vigo acompañados de dos corales: Coral Santiago Apóstol y Coral P. San Mamede de Zamanes. Bueno, también cantamos en las instalaciones de URECA en Nigrán para los jubilados y en ABANCA la ceremonia de graduación de IESIDE como todos los años.





El 22 de Septiembre hicimos un concierto de música sacra en la iglesia Santa María La Real de León. La iglesia estaba completamente llena, acabamos con la Salve Marinera y querían más. Aprovechamos el viaje para hacer un poco de turismo y lo pasamos muy bien.

En octubre cantamos alguna misa más y ahora en Navidades celebraremos dos conciertos de villancicos acompañados de la Coral Santiago Apóstol. Uno en la iglesia de La Soledad el día 20 de Diciembre a las 19:45 h. Y otro en la Iglesia del Carmen a las 20:30 h. y luego celebraremos otro solo nuestra coral en La Colegiata de Vigo a las 20:00 h. Y con este programa cerramos el año deseando que el próximo sea por lo menos tan bueno como éste y la coral pueda seguir para adelante.



## CONCIERTO DE NAVIDAD



IGLESIA DE LA SOLEDAD  
20 de diciembre, 19:45 h.

ACOPOVI  
Asociación de Coros Polifónicos de Vigo

Fotos:  
José Carlos Giraldo Pérez  
(Directivo de URECA y  
Socio Colaborador)

# Fútbol Sala

4-10  
octubre  
2018

## XXXII

# Campeonato de España



En la foto podemos ver el equipo de este año.

De izquierda a derecha de pie: Fernando, Fermín, Iván, David, Luis, Santana, Suso, Eladio  
Agachados: Pablo, Óscar, Samuel, Michel, Fernando Nogueira

**D**el 4 al 10 de octubre, organizado por la Asociación "SAGRADA FAMILIA" de Granada, se celebró el XXXII campeonato de España de fútbol sala.

Como es habitual el primer día fue la presentación del campeonato y sorteo de los grupos de equipos participantes. En ese acto nos dieron también un cocktail de bienvenida.

Unos de los días del campeonato pudimos contemplar en visita nocturna guiada, la Alhambra de Granada (preciosa el poder verla de noche, con esas luces en esos patios y jardines).

El último día como es tradicional se celebró la final y la comida de clausura para todos los equipos, con la entrega de trofeos.

Tenemos que destacar que el equipo de la KUTXA, volvió a ser campeón por cuarta vez consecutiva. Nosotros no pudimos llegar a la final, pero participamos un año más.

Tenemos que felicitar a su presidente D. Miguel Mendoza y su junta directiva de la Asociación Sagrada Familia, por el trabajo realizado para el desarrollo de este campeonato.





## Instalaciones GARF, S.L.

Climatización – Ingeniería Industrial  
Proyectos climatización, calefacción, gas, electricidad

C/ Asturias, nº 17 – Bajo  
36.206 – Vigo (Pontevedra)  
Telf y Fax: 986 128947  
Email: [administración@instalacionesgarf.com](mailto:administración@instalacionesgarf.com)

Por:  
José Manuel Nogueira Cancelas  
(Socio colaborador)

# Golf URECA

24  
octubre  
2018



## Torneo de Otoño 2018

El pasado día 24 de Octubre se celebró el "Torneo de Otoño" del equipo de GOLF URECA, en el campo de Mondariz.

Mañana fría, pero muy soleada, nos dimos cita más de una veintena de compañeros, dispuestos a "darlo todo". El campo como siempre estupendo y muy cuidado, donde los jugadores hicieron delicias con su juego.

A continuación nos dirigimos a un restaurante de la zona, donde almorzamos estupendamente, y a continuación el reparto de premios, que quedaron de la siguiente manera:

### TORNEO OTOÑO 2018

1º Clasificado	2º Clasificado	3º Clasificado
Lolo Nogueira	Javier Pavón	Segundo González
Mejor driver:	Valero Molares	
Mejor approach:	Lolo Nogueira	
Mejor scratch:	Javier Pavón	





**CLASIFICACIÓN GENERAL A FALTA DE 2 TORNEOS  
(INVIERNO Y NAVIDAD)**

1º Clasificado	2º Clasificado	3º Clasificado
Javier Pavón 8 Puntos	Manuel Rodríguez 9 Puntos	Javier Martínez 11 Puntos



Desde esta sección queremos animar a todos los compañeros que deseen iniciarse o jugar a este deporte, que se inscriban en las Oficinas de URECA (Ana o Jose), además también agradecer la colaboración de URECA, para que esta sección pueda tener continuidad. Muchas gracias.



-  Ingeniería y Gestión Ambiental
-  Eficiencia Energética
-  Sistemas Integrados de Gestión

"Creemos en la *Sostenibilidad* como *Eixo* (eje) de la gestión empresarial"

c/ Panamá, 11  
36203 VIGO

✉ info@eixosostenibilidad.com



661.842.009

www.eixosostenibilidad.com

10% descuento  
para socios de URECA

# 4º Torneo 2018

11  
diciembre  
2018



## Entrega final de premios

Después de varios aplazamientos por las inclemencias meteorológicas, el martes 11 de diciembre por fin, nos dimos cita en el campo de Golf Ría de Vigo, un numeroso grupo de compañeros, para finiquitar el año 2018. En este torneo hasta cinco compañeros tenían la posibilidad de ser el ganador no sólo del torneo, sino de la clasificación general.

La verdad es que el día nos acompañó, y pudimos jugar sin problemas. Eran las 9,45 horas de una bonita mañana de sol y buena temperatura, cuando dimos las salidas. Se palpaba nerviosismo en el ambiente, en alguna partida los piques entre jugadores eran evidentes, pero por fortuna, no hubo incidentes relevantes, eso sí, mucho cachondeo y vaciles.

Hubo reparto de premios, y como estamos en la época otoño-invernal, se imponían premios, relacionados con la época "EL COCIDO", chorizos, lacones, cacheiras y botillos, fueron los elegidos.

Pasadas las 15, 30 horas y después de las de 5,5 horas de juego, y comida en el restaurante de Golf Ría de Vigo, pudimos resolver los enigmas, quedando las clasificaciones de la siguiente manera:



### CLASIFICACIÓN 4º TORNEO 2018

1º Clasificado	2º Clasificado	3º Clasificado
Valero Molares	Javier M. Sancho	Lolo Nogueira

Mejor driver: Enrique Zoni

Mejor approach: Lolo Nogueira

Mejor scratch: Javier M. Sancho



Más igualdad imposible, pero la veteranía al final se impuso.

Finalmente dirigirnos una vez más a todos los socios, para animarles a practicar este bonito juego-deporte- Hay que vivirlo para sentirlo, y dar las gracias a ABANCA-URECA, por su inestimable apoyo a este sección deportiva. Muchas, muchas gracias.

Nos despedimos hasta el próximo año 2019, donde organizaremos 5 torneos de diferentes modalidades de juego de golf, esperando que a los participantes les motiven. Muchas gracias a todos.



### CLASIFICACIÓN GENERAL 2018

1º Clasificado

Javier Pavón  
8 Puntos

2º Clasificado

Javier M. Sancho  
8 Puntos

3º Clasificado

Lolo Nogueira  
8 Puntos



# Tenis URECA

¡¡Un año lleno de logros...

Quizás el mejor año deportivamente de la historia de URECA en lo referente al tenis!!



Por:  
Luis Fernández Martínez  
(Tesorero de URECA)



En este número de LATEXO de final de año, creo debemos ver hacia atrás y hacer un recorrido por lo acontecido a lo largo del 2018, y el titular que se me viene a la cabeza es que ha sido un año lleno de logros deportivos, quizás el mejor año de la historia de URECA.

Mencionamos todos los títulos gallegos alcanzados por nuestros jugadores a nivel individual y por equipos en campeonatos gallegos.

Todos ellos son los jugadores más destacados sub-18, pero son muchos también los integrantes de la escuela con un nivel de tenis de primer orden en el tenis gallego.

Este cuadro de honor, si bien es un claro reconocimiento a sus integrantes no es, en mi humilde opinión, lo importante... lo importante es todo el trabajo, esfuerzo y sacrificio de todos los chavales que apuestan por el tenis como su deporte. Debemos ver más allá de los resultados, debemos ver a unos chavales que crecen como personas en unos valores enormemente positivos, unos chavales que se convierten en adultos entendiendo lo que es espíritu de superación, trabajo, sacrificio.....

En este número de final de año, creo que es el momento de hacer un balance de los diferentes aspectos de la sección de tenis y mencionar los acontecimientos a corto que entendemos se producirán.

La sección de tenis continua con una tendencia alcista cualitativa y cuantitativamente, es decir por una parte los resultados y el nivel de juego de los miembros es más alto que el año anterior, y por otra parte el número de integrantes

de la sección ha aumentado. Destacaría el crecimiento de alumnos en categoría de iniciación, es decir niños entre 4-8 años que empiezan a dar sus primeros pasos en el mundo del tenis. Creo que aquí está el futuro de la escuela y debe ser un eje fundamental sobre el que redoblar esfuerzos.

Y no podemos dejar de mencionar el hecho que en el 2019 contaremos con dos pistas nuevas, que sustituirán a las antiguas pistas de quik que estaban impracticables. Seguimos apostando por superficies 'no duras' como las que tenemos de moqueta. Las nuevas pistas serán de hierba sintética (una superficie similar a las de las pistas de pádel, adaptadas para el tenis). Era una necesidad si queríamos mantener vivo el tenis en URECA. Con las nuevas instalaciones esperamos dar un servicio acorde con la sección.



**CATEGORÍA ALEVÍN**

**Ana Novoa**  
 Campeona gallega máster juvenil  
 Campeona gallega individual  
 Campeona gallega dobles femeninos  
 Subcampeona gallega dobles mixtos

**Lara Amoeiro**  
 Campeona gallega dobles femenino  
 Campeona gallega dobles mixtos

**Izan Díaz**  
 Campeón gallega máster juvenil  
 Campeón gallega dobles mixtos

**CATEGORÍA INFANTIL**

**Rodrigo Pérez**  
 Subcampeón gallego individual  
 Subcampeón gallego dobles mixto  
 Campeón gallego dobles masculino

**Alejandro Gesteiro** Campeón gallego dobles masculino

**CATEGORÍA JUNIOR**

**Martín Millos** Subcampeón gallego dobles masculino

**POR EQUIPOS**

**URECA**  
 Campeón gallego alevín femenino división honor  
 Campeón gallego infantil masculino división honor  
 Campeón gallego infantil masculino 2 división  
 Campeón gallego junior masculino 1 división  
 Subcampeón gallego junior masculino división honor  
 5º puesto campeonato gallego absoluto división honor  
 Ascenso campeonato gallego absoluto división plata  
 Ascenso campeonato gallego femenino división honor  
 5º puesto campeonato gallego veteranos división honor



*Rafael Costas, c.b.*

C.I.F.: E-36860765

mercantil - fiscal - laboral - contable

**Rafael Costas González**

- Diplomado en Ciencias Empresariales Colegiado nº 1492
- Asesor Fiscal por el Consejo Superior de Colegios Oficiales de Titulados Mercantiles de España nº 9217
- Administrador de Fincas inscrito en el C.O.A.F.G.A. Colegiado nº 4 -1342

C/Doctor Cadaval, 2 Ofic.1ºF (Edificio Simeón)  
 Tel. 986 44 33 95-Fax 986 44 62 68-36202 VIGO  
 Correo: rcostas@telefonica.net



# Hazte socio

¡Actividades todo el año!

Toda la familia por solo

**33** € / mes  
+ descuentos en consumos

- Restaurante, cafetería y asador
- Pabellón polideportivo
- Pista de tenis, pádel y squash
- Gimnasio y sauna
- Campos de fútbol 7 y 11
- Piscina, jardines y parque infantil
- Juegos de mesa y sala de baile
- Apartamentos turísticos



**Ureca**

Cultura y deporte  
en familia

986 367 860  
oficina@ureca.es  
www.ureca.es

Por:  
Ana Fernández Alborés  
(Gerente de URECA)

**Qué:** CAMPAMENTO NAVIDAD  
**Cuándo:** 26-28 Diciembre / 2-4, 7 Enero  
**Dónde:** Nigrán  
**Cómo:** Niños de 3 a 12 años.  
Actividades lúdicas y deportivas.  
Monitores especializados.



**Qué:** CENA DE REYES  
**Cuándo:** 5 Enero  
**Dónde:** Nigrán  
**Cómo:** Cena de Reyes en familia.



**Qué:** ESCUELAS DE TENIS  
**Cuándo:** Todo el año  
**Dónde:** Nigrán / La Zamorana  
**Cómo:** Diferentes categorías.  
Niños y adultos.

**Qué:** ESCUELAS DE PÁDEL  
**Cuándo:** Todo el año  
**Dónde:** Nigrán / La Zamorana  
**Cómo:** Diferentes categorías.  
Niños y adultos.

**Qué:** FIN DE AÑO  
**Cuándo:** 31 Diciembre  
**Dónde:** Nigrán  
**Cómo:** Cena-Baile de Fin de Año.



**Qué:** GALA DEPORTE Y CULTURA  
**Cuándo:** 25 Enero  
**Dónde:** Nigrán  
**Cómo:** Distinciones a los socios destacados de diferentes deportes y actividades culturales. Cena.



**Qué:** ACTIVIDADES INFANTILES: PATINAJE, GIMNASIA RÍTMICA  
**Cuándo:** Octubre a Junio  
**Dónde:** Nigrán  
**Cómo:** Desde los 3 años, Aprendizaje de patinaje. Desde los 4 años, aprendizaje de gimnasia rítmica.



**Qué:** CARNAVAL  
**Cuándo:** 1-2 / 4 Marzo  
**Dónde:** Nigrán / La Zamorana  
**Cómo:** Cena -Baile de disfraces. Fiestas Infantiles de Carnaval, con animación y juegos para los más pequeños.

**Qué:** FIESTA DE REYES  
**Cuándo:** 4 Enero  
**Dónde:** Nigrán / La Zamorana  
**Cómo:** Fiesta para los más pequeños.  
Visita de Paje Real que en representación de los Reyes Magos de Oriente hará entrega de un regalo a cada niño inscrito.



**Qué:** CAMPAMENTO CARNAVAL  
**Cuándo:** 4-6 Marzo  
**Dónde:** Nigrán  
**Cómo:** Niños de 3 a 12 años. Actividades lúdicas y deportivas. Monitores especializados



**Qué:** ACTIVIDADES SALUD ADULTOS: PILATES, GIMNASIA MANTENIMIENTO  
**Cuándo:** Octubre a Junio  
**Dónde:** Nigrán  
**Cómo:** Método de entrenamiento físico y mental a partir de combinación de diversas disciplinas, como yoga, gimnasia...  
Recuperación, mantenimiento o aumento de condición física.





Dende onde saen  
os latexos,  
polo voso tempo,  
esforzo e apoio  
a nosa revista LATEXO  
durante tantos anos....

¡¡¡GRAZAS!!!

ABANCA - AGARIMO - VIAJES AIRBUS - ALACENA GALEGA - GARDACOSTAS - DISMARÉATE  
TRADELINER - CASONA DA TORRE - EIXO SOSTENIBILIDAD - BIVESTOUR - PROFAND - PROMA  
- CAFETERÍA MON - CENTRO CAMOS - C. DENTAL DRA. ÁNGELES MARTÍNEZ - VIAJES GALLAECIA  
GOURMATIA - RAFAEL COSTAS - TAXI NIGRÁN - ALBARIÑO VALTEA - ASADOR NOVA FINCA - CANO  
- CELTAMOTOR - CENTRO ESTÉTICO DURÁN-CENTRO GALLEGO DE BUENOS AIRES-CENTRO  
ÚNICO - CHICOTE - CLÍNICA BAVIERA - CLÍNICA DENTAL ROSALÍA - EXAPRIN - GALISUR - GARF  
PLATERÍA ROMERO - GLOBAL PROJECT - HOTEL LOUXO - JAMONES VIGO - JOYERIA HERNÁNDE  
- LIMPIEZAS CÍES - CÁSER - R - VIAJES EL CORTE INGLÉS - CHG - COCINA ECONÓMICA DE L  
CORUÑA - MAJADA DE PENACORADA - MARIACHI - EL MOLINO - NOSTALGIAS - CIVI RESONANCIA  
- STORE TEAM - TALLERES RUSO - TERCIOS - UNICEF EMERGENCIA HAITÍ - ESCUELA DE NEGOCIO  
ABANCA - AGARIMO - VIAJES AIRBUS - ALACENA GALEGA - GARDACOSTAS - DISMARÉATE  
TRADELINER - CASONA DA TORRE - EIXO SOSTENIBILIDAD - BIVESTOUR - PROFAND - PROMA  
- CAFETERÍA MON - CENTRO CAMOS - C. DENTAL DRA. ÁNGELES MARTÍNEZ - VIAJES GALLAECIA  
GOURMATIA - RAFAEL COSTAS - TAXI NIGRÁN - ALBARIÑO VALTEA - ASADOR NOVA FINCA - CANO  
- CELTAMOTOR - CENTRO ESTÉTICO DURÁN-CENTRO GALLEGO DE BUENOS AIRES-CENTRO  
ÚNICO - CHICOTE - CLÍNICA BAVIERA - CLÍNICA DENTAL ROSALÍA - EXAPRIN - GALISUR - GARF  
PLATERÍA ROMERO - GLOBAL PROJECT - HOTEL LOUXO - JAMONES VIGO - JOYERIA HERNÁNDE  
- LIMPIEZAS CÍES - CÁSER - R - VIAJES EL CORTE INGLÉS - CHG - COCINA ECONÓMICA DE L  
CORUÑA - MAJADA DE PENACORADA - MARIACHI - EL MOLINO - NOSTALGIAS - CIVI RESONANCIA  
- STORE TEAM - TALLERES RUSO - TERCIOS - UNICEF EMERGENCIA HAITÍ - ESCUELA DE NEGOCIO  
ABANCA - AGARIMO - VIAJES AIRBUS - ALACENA GALEGA - GARDACOSTAS - DISMARÉATE  
TRADELINER - CASONA DA TORRE - EIXO SOSTENIBILIDAD - BIVESTOUR - PROFAND - PROMA  
- CAFETERÍA MON - CENTRO CAMOS - C. DENTAL DRA. ÁNGELES MARTÍNEZ - VIAJES GALLAECIA  
GOURMATIA - RAFAEL COSTAS - TAXI NIGRÁN - ALBARIÑO VALTEA - ASADOR NOVA FINCA - CANO  
- CELTAMOTOR - CENTRO ESTÉTICO DURÁN-CENTRO GALLEGO DE BUENOS AIRES-CENTRO  
ÚNICO - CHICOTE - CLÍNICA BAVIERA - CLÍNICA DENTAL ROSALÍA - EXAPRIN - GALISUR - GARF  
PLATERÍA ROMERO - GLOBAL PROJECT - HOTEL LOUXO - JAMONES VIGO - JOYERIA HERNÁNDE  
- LIMPIEZAS CÍES - CÁSER - R - VIAJES EL CORTE INGLÉS - CHG - COCINA ECONÓMICA DE L  
CORUÑA - MAJADA DE PENACORADA - MARIACHI - EL MOLINO - NOSTALGIAS - CIVI RESONANCIA  
- STORE TEAM - TALLERES RUSO - TERCIOS - UNICEF EMERGENCIA HAITÍ - ESCUELA DE NEGOCIO

A todos os anunciantes que participaron na  
nosa revista LATEXO durante tantos anos....

¡¡¡GRAZAS!!!

Una revista es un puzzle...

Dame las piezas (textos + fotos + ...), y yo lo construyo.

Pero **LATEXO** es mucho más... es un álbum  
de recuerdos, el álbum de nuestros recuerdos.

Gonzalo De Torres  
Orgulloso y agradecido  
diseñador y maquetador  
de la revista Latexo desde 2013  
gonzalo.detorres@kyjsoluciones.com

Caser Hogar

# El seguro que dibuja tu tranquilidad

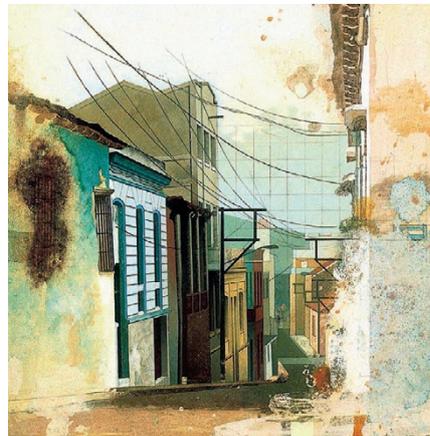
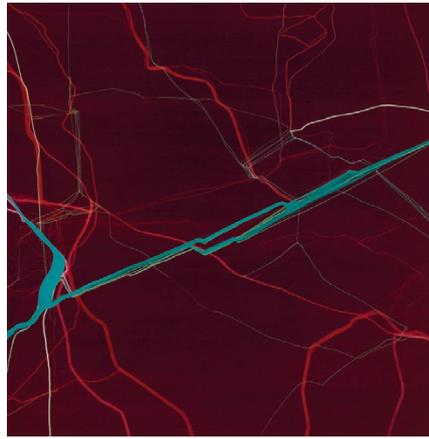
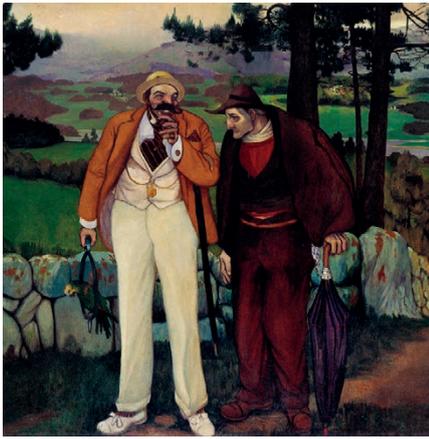
Con Caser Hogar la confianza está instalada en tu casa. Minimiza cualquier problema con profesionalidad, rapidez y eficacia. Desde asistencia 24 horas, hasta poder dar un parte online. Siente que estás asegurado por una compañía con 75 años de experiencia y millones de clientes.

**Caser, un seguro muy en línea contigo.**



**Seguros de tu confianza**

**caser**  
seguros



# LATEXOS

na Colección de Arte Afundación

Exposición | Sede Afundación Vigo | Policarpo Sanz, 26

VEN ÁS **NOSAS OFICINAS** E SINTE O **ÚLTIMO DE ABANCA**

# Júbilo

O **SERVIZO DE ASESORAMENTO**  
CON **EXPERTOS PARA AFORRAR MÁIS**  
E **XUBILARTE MELLOR.**

**DEVOLVÉMOSCHE**  
**A PRIMEIRA**  
**ACHEGA MENSUAL**  
**AO TEU PLAN.**



Xoana P. 45 anos.  
Mellorou  
o seu futuro  
con Júbilo.

**PLANS DE**  
**PENSIÓNS**

**//ABANCA**

Poderá consultar as alertas de liquidez, o indicador de risco e as principais características dos plans de pensións nos documentos de datos fundamentais dispoñibles en calquera oficina de ABANCA ou en [abanca.com](http://abanca.com).  
Cecabank, S.A. Entidade Depositaria de Fondos de Pensións. ABANCA Corporación Bancaria S.A. Entidade promotora e comercializadora dos plans de pensións individuais. ABANCA Vida y Pensiones de Seguros y Reaseguros, S.A. Entidade Xestora Fondos de Pensións. Promoción válida para novas achegas periódicas ou incrementos de achegas periódicas de polo menos 50 €/mes, nos plans individuais de ABANCA incluídos na promoción, efectuadas desde o 01/10/2018 ata o 31/12/2018. Aboarase, na conta asociada ao plan, o importe bruto correspondente á primeira achega periódica mensual ou ao incremento da achega establecido, segundo sexa o caso, durante o mes seguinte ao que se faga efectiva a primeira achega periódica da promoción. A achega periódica establecida e o saldo do plan deberán manterse durante un mínimo de 4 anos, consonte o compromiso de permanencia. Unha única promoción por cliente. Entrega da bonificación en efectivo suxeita a IRPF segundo a normativa en vigor. Consulta nas nosas oficinas ou en [abanca.com](http://abanca.com) os plans incluídos nesta promoción.