

# EL FARO

Nº 1

Noviembre 2002

Ejemplar gratuito

*Revista Mensual del Barrio de La Isleta*

## ENTREVISTAS

José Luis Álamo: Su paso por La Iglesia del Carmen

J. Carmelo Saavedra, Tai Chi en el corazón de La Isleta

## ARTÍCULOS

El uso de la zona militar: Asignatura pendiente

Las chicas de la playa

Internet y su mal uso: ¿Peligro para nuestra juventud?

Y MUCHO MAS...



2ª Oleada

Celebra Nuestro

# ANIVERSARIO

Sorteamos:

# 7 COCHES

# ...¡y el tuyo!



**DOMINGO ALONSO**  
DOMINGO ALONSO SERVICIOS, S.L.

*...y también infinidad de  
Fantásticos Regalos*

**"SIEMPRE CERCA DE TI"**

Solicita en caja tu tarjeta de participación  
**ANIVERSARIO**  
por cada **18€** de compra

Oferta válida del 14 al 27 de Noviembre de 2002

# Sumario

---

## © Entrevistas

José Luis Álamo	4
J. Carmelo Saavedra	12

## © ¿De dónde viene...

...El nombre de la "Plaza del pueblo"	10
---------------------------------------	----

## © La receta del mes

Mus de chocolate	16
------------------	----

## © El nombre de nuestras calles

Andamana	11
----------	----

## © La cámara denuncia

El muelle grande	14
------------------	----

## © Eran otros tiempos

El Trío Palo Seco	17
-------------------	----

## © La Isleta habla

Sugerencias, opiniones, denuncias...	9
--------------------------------------	---

## © Artículos

El uso de la zona militar	8
"Las chicas de la playa"	15
Internet y nuestros hijos	18

---

# Editorial

---

Este mes de noviembre se ha visto cumplido un antiguo sueño de un grupo de vecinos y vecinas de nuestro barrio que, desde hace ya algunos años, creían que La Isleta necesitaba una revista propia con la que recordar nuestro pasado, comprender nuestro presente y mejorar nuestro futuro.

Ese sueño es el que, estimado lector o lectora, hoy tiene en sus manos con la intención de que le sirva para pasar un rato agradable leyendo temas relacionados con nuestro barrio.

Como podrá comprobar para este primer número hemos escogido la realización de una entrevista en profundidad a una persona que marcó una época de nuestra comunidad cuando estuvo al frente de la Iglesia del Carmen, Don José Luis Álamo.

Junto a esta entrevista también hemos incluido artículos monográficos sobre temas de actualidad que nos preocupan a todos, como los perjuicios que pueden causar en nuestra juventud el uso de Internet, o que recogen la forma de vida de gente sencilla de nuestro entorno. Además, como complemento, contamos con una serie de secciones fijas a su disposición, todas ellas con una única intención, recuperar el orgullo que supone responder cuando nos preguntan por nuestra procedencia; "soy isletero". Esperamos, por último, que una vez leído este trabajo piense que el tiempo empleado en ello ha valido la pena, si esa fuera su conclusión nuestros esfuerzos habrán valido la pena.

---

*El Faro*: Revista mensual del barrio de la Isleta  
1000 ejemplares de distribución gratuita.

No nos hacemos responsables de las opiniones vertidas por nuestros colaboradores.

Si desea contactar con nosotros:

E-mail: [elfaro@canariastelecom.com](mailto:elfaro@canariastelecom.com)

Departamento de publicidad: 600 254 926

©Todos los derechos reservados

# JOSE LUIS ÁLAMO

## SU PASO POR LA IGLESIA DEL CARMEN

**José Luis Álamo Suárez** estuvo al frente de la parroquia del Carmen durante uno de los momentos más conflictivos de nuestro barrio; la transición desde la dictadura a la democracia. Eran momentos de reivindicación y de la toma de las calles por los vecinos en demanda de sus derechos. Hoy **José Luis Álamo** nos recuerda esa época con la intención de compartir sus vivencias y puntos de vista con los vecinos que fueron testigos de ese momento y con la nueva juventud deseosa de conocer la historia reciente de nuestro barrio.



**¿En qué año llegaste a la Isleta y cuánto tiempo estuviste al frente de la Iglesia del Carmen?.**

Llegué a la isleta recién ordenado cura, en el año 1.966. Primero vine a colaborar un poco con la Iglesia de La Luz e inmediatamente los compañeros me dijeron que porqué no colaboraba también con la Iglesia del Carmen, que era donde más necesidad había en aquél momento. En principio me vinculé, sobre todo, al barrio de las Coloradas, que en aquella época era un conglomerado de chabolas con más de 400 habitantes. Estuve vinculado al barrio como cura de la Iglesia del Carmen unos 13 años, hasta 1.979, año en que por decisión propia dejé el sacerdocio.

**¿Podrías describirnos el barrio que te encontraste a tu llegada?.**

El barrio en aquél momento tenía connotaciones en la ciudad de Las Palmas de marginal. Justo en aquellos momentos empezó a producirse dentro de La Isleta una especie de movimiento reivindicativo entre los vecinos de manera que a la gente joven ya no le importaba ir por otros ambientes de Las Palmas

diciendo "soy de la isleta y a mucha honra". Se empezó a producir una valoración importante de la Isleta. Desde el punto de vista social el barrio se encontraba con problemas muy graves; el más gordo de ellos era la vivienda. Por poner un ejemplo, en el momento que yo llegué la Isleta tenía 31 mil habitantes y en el momento en que salgo del barrio tenía solo 26 mil. La población disminuyó porque de La Isleta sale muchísima gente que vivía hacinada en la vivienda de sus padres o en chabolas, en las Coloradas o en la Punta.

Eso se fue subsanando poco a poco. También existía el problema de la extrema pobreza de mucha gente mayor. En aquél tiempo aún existía la beneficencia y esta era atendida por el Párroco, que emitía una nota que se llevaba al ayuntamiento para recibir ayuda.

Indudablemente el tema de la droga no había aparecido todavía, solo existían los clásicos "griferos", aunque eran pocos. Por eso mismo yo, que me dediqué durante algún tiempo a trabajar en temas sobre drogas, llegué a decir que el discurso de la droga es anterior a la droga misma. La gente primero empieza a hablar de la droga y después llega la droga, lo cual es significativo porque la gente se anticipa al problema.

El barrio aparecía con unas características impresionantes desde el punto de vista de todo tipo de liderazgos en la comunidad. Había un liderazgo social, político, sindical y religioso, no sólo de la Iglesia Católica sino también de otras confesiones cristianas. Liderazgos incluso en el deporte del fútbol, a principios de los setenta el barrio tenía más de 18 equipos federados.

## ¿En qué crees que se diferencia el barrio de esa época y el actual ?.

En primer lugar el barrio de la Isleta tenía una gran capacidad de lucha, con un gran movimiento asociativo. La primera asociación de vecinos nace en la Isleta por la lucha de una serie de personas, entre las que me encuentro. Los movimientos políticos tenían también una presencia significativa, habían sedes propias del PC y del Pueblo Canario Unido. Las iniciativas culturales surgen en la Isleta también

antes que en ningún otro sitio, como pueden ser seminarios de historia de la Isleta o concursos culturales a través de las parroquias. En fin, había un gran ambiente de movilización social.

Hoy notas que la gente está más apagada, aunque ese fenómeno coincide con otras partes. Sorprende mucho que La Isleta no continuara con ese espíritu de

lucha que siempre tuvo. Si las nuevas generaciones hubieran incorporado ese mecanismo de lucha hubiera sido mejor.

Desde el punto de vista urbanístico está sucediendo lo que la gente que nos movíamos en los ambientes reivindicativos habíamos previsto. La clase media se ubicaba en torno a la calle Pérez Muñoz y en la parte alta en forma de "Te", los dos huecos de la T quedaban como las zonas de problemáticas sociales fuertes.

Mientras las dos calles de abajo, lo que antes se llamaba "la carretera" fue ocupada por la clase media alta.

Ahora la Isleta ha quedado compactada, con mucha edificación. Las casas terreras han dejado de ser unifamiliares. Ahora son de tres o cuatro plantas. Los símbolos del barrio se han reducido a las tres fiestas, el Carmen, la Naval y el Carnaval. La otra identidad, la de ser isletero, sigue viva en mucha gente pero está en la esfera íntima. No hay expresiones que potencie el ser de la isleta hacia el exterior. La Isleta ha dejado de ser, desde el punto de vista sociológico, La Isleta que era.

## Uno de los momentos mas combativos de la Isleta fue la huelga de Abengoa. ¿Que recuerdas de ella ?.

La recuerdo como si la estuviera viendo en estos momentos . El encierro no lo hicimos en la Iglesia del Carmen porque ya se habían hecho muchos encierros en ella; de electricistas, de trabajadores del fosfato, de la gente de la punta, etc. Por eso decidimos hacerlo en San Pío. Fue una lucha muy

fuerte. Lo que más se recuerda de ella no fue la lucha en sí mismo, sino la expresión de solidaridad de toda la ciudadanía progresista de la ciudad de Las Palmas. El apoyo era constante. Una cosa que sí dejó huella fue la torpeza de la policía. Fuimos de manifestación

al Parque Santa Catalina y cuando la gente ya venía subiendo por Princesa Guayarmina yo mismo dije que no entráramos por la calle de la Iglesia porque hay un cristal que se puede romper y que valía más la pena que diéramos la vuelta y bajáramos por la Nueva Isleta hacia abajo. En ese momento cargó la Policía, cuando la gente se iba a retirar tranquila. Allí se produjo una verdadera pelea entre el barrio y la policía que indudablemente fue muy exitosa para la vecindad. Si algún policía no se hubiera contenido y hubiera disparado una bala, todo aquello hubiera sido espantoso. Afortunadamente no hubo daños para el vecindario, sólo algunos desperfectos en la calle. Fue un acontecimiento que todos los que fuimos protagonistas de él, de forma directa o indirecta, lo recordamos como un hecho histórico.

**La Isleta tenía una gran capacidad de lucha, había un gran ambiente de movilización social.**

**La Isleta ha dejado de ser, desde el punto de vista sociológico, La Isleta que era.**

**Uno de los pilares reivindicativos del barrio fue el movimiento portuario, hoy casi completamente desarticulado. ¿Cómo crees que dicho movimiento influyó en los momentos más reivindicativos de nuestra historia ?.**

Históricamente los portuarios fueron líderes reivindicativos. Recuerdo que hay un libro de Pepe Quevedo, que nos ayudó bastante en la Isleta y que murió ya hace unos cuantos años, donde se recogen los movimientos sociales del siglo XIX y XX a través de los periódicos y allí mismo se descubre como el movimiento portuario era dinámico y fuerte durante toda la historia de la Isla. Cualquier movimiento social que se ponía en marcha en la ciudad de Las Palmas tenía que echar mano de los trabajadores portuarios y estos, enseguida acudían a ayudar a todos. Aún hoy nos encontramos con viejos portuarios referentes de esos momentos. Ellos fueron los que marcaron la época y abrieron el camino a los aparceros o a los guagueros.

La muerte de Belén María fue algo espantoso en cuanto el causante de la muerte vive por ahí como si nada, ya que lo pusieron enseguida en libertad. Estábamos todavía en situaciones de fascismo. Me pareció impresionante ver cómo a los dos o tres días en Barcelona había fotografías de Belén María en toda la zona portuaria de la ciudad.

**En algún momento de tu vida decidiste abandonar el sacerdocio, suponemos que una decisión como esa fue meditada.**

Altísimamente meditada, hay que tener en cuenta que yo estoy vinculado al movimiento social desde el 66. A principios de los 70 ya estoy militando en un partido político, como miembro de ese partido, estoy dentro de PCU, que en el año 1.975 ya tenía una gran actividad. Como consecuencia de ello yo estaba jugando dos papeles muy cargados de trabajo, y cada vez me movía en una situación más estresante y psíquicamente incompatible. La verdad es que con los "jefes" míos eclesiásticos no tuve ningún problema. Incluso en el año 1.973 realicé un estudio socio pastoral que hacía una reflexión sobre la realidad socioeconómica de Canarias

desde la perspectiva cristiana en el que obtuve la confianza del Obispado, a pesar de haber tenido problemas con la diplomacia vaticana y con la diplomacia del gobierno central español. Al final me incliné por el lugar donde yo me sentía más llamado, la política.

**¿Qué impulsa a un hombre como tú a llevar tantos años en movimientos sociales y políticos que buscan cambiar el modelo de sociedad en que vivimos ?.**

Mira, voy a hacer una confesión, las mismas razones que tuve para ser cura las tengo para militar políticamente. Entiendo que mi vida tiene sentido si se trabaja por la gente. Hay muchos trabajos necesarios; en la cultura o en las ciencias, pero el trabajo político es el más necesario por que la política es la que está influyendo en todas las demás órdenes. Es una justificación hacia mí mismo, es darle sentido a mi vida.

**Eres uno de los pocos políticos que ha renunciado a una opción política en el poder. ¿Por qué abandonaste Coalición Canaria?.**

El Partido Nacionalista Canario siempre fue crítico con Coalición Canaria. Hubo momentos muy duros, siendo el primero que se hizo público la votación sobre Veneguera que buscaba desnaturalizar la iniciativa popular presentada para impedir que se construyera en ese paraje natural. Ese fue un precedente muy complicado para nosotros. Desde el 97 veníamos diciendo que el programa del 95 no se estaba cumpliendo. Pedíamos una mejoría de la política medio ambiental, de la cultura. Nos preocupaba que no se hubiera aumentado el presupuesto de Cultura que tenía el PSOE en el 91. Esa es la razón por la que abandonamos CC.

**De tu ya larga vida de militancia social; desde la Iglesia, desde colectivos sociales y desde partidos políticos, ¿Te arrepientes de algo ?.**

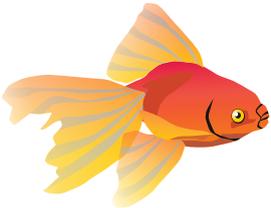
Me arrepiento de ser como soy, es decir soy una persona poco rígida, muy flexible, por ello en cualquier conflicto suelo tener posturas que quieren contentar a unos y otros. Esas posiciones nunca resuelven el problema.

Por querer contentar a todos al final te ganas la enemistad de uno de los bandos porque, a lo mejor, distes esperanzas a los otros contendientes. En esto soy igual que mi padre, aunque al final, si hace falta, actúo con firmeza.

### Las personas nos nutrimos de nuestras experiencias vitales. ¿Qué quedó en José Luis Álamo de su paso por la Isleta ?.

Yo he dicho más de una vez que La Isleta me hizo un hombre y lo puedo justificar. Estuve 11 años en el valle de Agaete. La primera vez que bajé a Las Palmas de Gran Canaria fue cuando me examiné de bachiller. Luego estuve 12 años en el Seminario, por lo que con 24 años sólo conocía un poco de Vegueta y algo de Tafira. Cuando llegué a la Isleta me encuentro una problemática social fuerte, no sólo por carencias materiales, sino también por carencias culturales y de organización. Esa problemática luego obtiene la complicidad del tema de Canarias. Soy un hombre que se encuentra de pronto con la realidad social y política desde el nacionalismo. Por tanto si Agaete es el lugar donde yo nazco como ser biológico en La Isleta es donde nazco como persona vinculada a lo social y a lo político en el mundo del nacionalismo. Yo me hago nacionalista en la Isleta





**C.C. SAN FERNANDO  
(MASPALOMAS)**  
Telf. 928 76 17 79

**FRIGORIFICO, PESCADERIA Y OFICINA  
EL SEBADAL, C/. Profesor Lozano, 5**  
Telf. 928 46 42 82 - 928 46 83 99 - 928 46 46 65  
Fax: 928 46 62 86 - Móvil: 699 470 840



**MERCALASPALMAS**  
Puesto 5  
Telf. 928 71 53 51

**PESCADERIAS**

**ARTILES**

PESCADOS Y MARISCOS

**MERCADO CENTRAL**  
Puestos 56 y 57  
Telf. 928 24 58 14



**MERCADO DEL PUERTO**  
Puesto 9 y 10  
Telf. 928 47 58 94



**C/. ROSIANA, 33  
(LA ISLETA)**  
Telf. 928 46 52 18

**MERCADO CENTRAL**  
Puestos 22 y 50  
Telf. 928 24 39 91

**C.C. MERCACENTRO  
(VECINDARIO)**  
Telf. 928 75 15 14



**MERCADO DE ALTAVISTA**  
Puesto 2  
Telf. 928 20 73 88

# El Uso de la zona militar: Asignatura pendiente



La falta de suelo que padece el barrio de La Isleta ha disparado los precios de las viviendas en la zona. Hacia el Parque Santa Catalina ya no existe más espacio físico para la construcción de nuevas casas y hacia el norte el desarrollo del barrio se topa con la zona militar.

Nuestro barrio ha estado marcado desde sus inicios por la presencia del ejército español en una gran parte de lo que constituye el "istmo" de la Isleta, teniendo dicha vinculación diferentes valoraciones entre los vecinos. Con independencia de pronunciamientos ideológicos sobre el uso militar del suelo canario un análisis puramente estratégico de los cuarteles de La Isleta nos hacen llegar a la conclusión de que éstos son del todo inoperativos. Nuestro barrio está unido al resto de la isla por una pequeña superficie representada por la calle Albareda. En caso de una toma hipotética de Gran Canaria por un ejército enemigo le bastaría a éste dinamitar ese único camino para inmovilizar todo el aparato militar de defensa. En base a este razonamiento parece lógico afirmar que

La Isleta es el peor lugar de Gran Canaria donde situar tropas de tierra.

La montaña que preside nuestro barrio tiene la calificación de espacio protegido debido al gran número de especies endémicas que la pueblan. A esta

**Parece lógico afirmar que La Isleta es el peor sitio de Gran Canaria para situar tropas de Tierra**

circunstancia hay que añadir que también cuenta con importantes yacimientos aborígenes que han dado lugar a numerosa rumorología sobre colecciones de arqueología en manos de altos mandos militares que han prestado servicio en la isleta .

Nuestra realidad insular, en la que el mar se convierte en frontera, nos hace valorar cada centímetro de tierra como una posesión irrenunciable. Los actuales terrenos militares de nuestro barrio son

un verdadero tesoro de cara a nuestra futura dotación de espacios para el ocio colectivo, siempre y cuando no sean víctimas de la especulación salvaje a la que tanto estamos acostumbrados por estas tierras. Nuestra isla tiene varias cuentas que resolver con el ejército, entre ellas está la base naval y los terrenos militares que nos rodean. Los políticos que nos representan debieran iniciar los contactos con las autoridades militares para que los terrenos que son de la ciudadanía civil vuelvan a ésta, transformados en espacios verdes, equipamientos deportivos o de ocio. Hasta que eso no se consiga La Isleta seguirá teniendo "una asignatura pendiente".



---

---

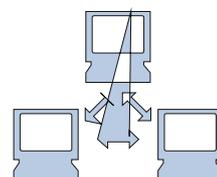
---

## LA ISLETA HABLA

Cada mes *ElFaro* pone sus páginas a disposición de todos los vecinos de La Isleta para que les sirva para transmitir públicamente sus sugerencias, opiniones, artículos o denuncias. Para ello deberán enviarnos sus textos a la dirección de correo electrónico [elfaro@canariastelecom.com](mailto:elfaro@canariastelecom.com)

Los escritos deberán acompañarse del número del documento de identidad del redactor o redactora, seleccionándose entre las comunicaciones recibidas aquellas cuyo conocimiento o difusión puedan ser más interesantes para todos nuestros vecinos. En esta sección los artículos que puedan aparecer irán acompañados siempre del nombre del redactor o redactora.

CONTACTA CON NOSOTROS



¿De dónde viene el nombre de.....

## Plaza del Pueblo

Cuando los vecinos de nuestro barrio se refieren a la plaza situada frente al antiguo cine Victoria, algunos lo hacen con la denominación de plaza de España y otros como plaza del Pueblo. La denominación correcta, por justicia histórica es, sin lugar a dudas, Plaza del Pueblo, como ya aparece recogido en los callejeros municipales.

La confusión terminológica actual nació por el cambio de nombre que se produjo tras el golpe de estado de 1936 contra el legítimo gobierno republicano. En el referido lugar se encontraba la Casa del Pueblo, regentada por los movimientos de izquierda del segundo cuarto del siglo XX. En la tarde del 20 de julio de 1936, dos días después del denominado "alzamiento nacional", el lugar de reunión fue dinamitado para evitar que fuera usado como punto de organización de los obreros, en su lucha por la defensa del gobierno que había salido de las urnas. Esa misma mañana se había producido un enfrentamiento armado en el que habían muerto dos soldados, lo que motivó que la derecha temiera que el edificio pudiera servir para guardar armas y munición. Ante este temor se procedió a su destrucción, pasando el solar a ser usado como plaza pública hasta nuestros días. Desde *El Faro* esperamos que muy pronto se pueda recuperar La Plaza del Pueblo para el disfrute de todos los vecinos.



# El nombre de nuestras calles

## ANDAMANA

Dentro del callejero de la isleta una de las vías con peor fama fuera de nuestro barrio es la calle Andamana, aunque los que somos de aquí sabemos que en dicha calle también vive un gran número de familias honradas y trabajadoras.

La referida mala fama no ha podido ensombrecer la personalidad y grandeza histórica de la mujer que se intenta homenajear poniendo su nombre a dicha calle; la canaria Andamana.



Andamana nació en Gáldar en el seno de la nobleza aborígen.

Se casó con Gumidafe y fue madre de Artemy Semidán. Ella y su esposo fueron capaces de unir Gran Canaria (Tamarán) en un solo reino, gobernándolo de forma prudente de manera que su reinado supuso un período de paz y tranquilidad.

Una de las razones que la llevó a tomar la decisión de unificar la isla fue la llegada de los primeros barcos europeos a la Bahía de Gando, unidos los aborígenes podrían luchar mejor contra los conquistadores.

Andamana pasó a la historia como símbolo de unidad canaria en la lucha por la solución de nuestros problemas y La Isleta siempre ha seguido su ejemplo luchando unida por sus derechos, como lo ha demostrado en todas las épocas de su historia.

*Cada mes, en esta sección, recordaremos a aquellas personas o hechos que han merecido pasar a la historia dando nombre a las calles del Barrio de la Isleta. Con ello pretendemos que todos los vecinos y vecinas puedan saber el porqué de la denominación de la calle en que viven o por la que pasa a diario, ya que muchas veces conocer nuestro pasado nos sirve para entender nuestro presente.*

# José Carmelo Saavedra

## Tai Chi Chuan en el corazón de la Isleta

Los orígenes del Tai Chi Chuan se remontan al siglo XIII, momento en el que se fusionaron los milenarios conocimientos taoístas chinos con el boxeo que se impartía en el templo de Shaolín. Dicha disciplina poco a poco se ha ido introduciendo en occidente, encontrando un gran número de practicantes de todas las edades, sexos y condiciones sociales. Sin ir más lejos en nuestro barrio existe una nueva escuela de Tai Chi Chuan, en la calle Princesa Guayarmina 54. Al frente de ella se encuentra Carmelo Saavedra, al cual hemos acudido para profundizar sobre el arte milenario que es el Tai Chi Chuan.



### **Sobre la filosofía oriental y las artes marciales hay muchas leyendas y malos entendidos; ¿Qué es exactamente el Tai Chi?**

El nombre correcto es Tai Chi Chuan. El Tai Chi es un concepto filosófico oriental, es un estado de conocimiento, mientras que el Chuan es la técnica que va a llevarnos a ese estado. Es una gimnasia para el cuerpo y la mente que parte del conocimiento interior y la calma.

### **En los tiempos de materialismo y prisas que corren en nuestra época; ¿Qué nos puede aportar el Tai Chi?**

El Tai Chi Chuan aporta muchos beneficios. Para empezar sirve para mejorar la salud, tanto física como mental. Ayuda a mantener las articulaciones, los órganos internos y también la paz y el equilibrio interior necesario para mantener una buena calidad de vida.

El Faro 12

### **¿Es el Tai Chi una religión?. ¿Su práctica es compatible con las creencias cristianas, evangélicas o hindúes?**

No, en absoluto. El Tai Chi Chuan es un deporte interno que no tiene que ver con ningún tipo de religión. Sus principios no se contradicen con ningún tipo de creencia religiosa, la búsqueda del equilibrio entre el cuerpo y la mente no está reñida con las creencias religiosas.

### **¿Cuál es la relación del Tai Chi y la filosofía budista?**

El Tai Chi Chuan tiene partes de contenido budista ya que su creador se cree que fue un monje budista. La parte que hace referencia a la energía interior se basa en los conocimientos que aporta el budismo sobre la mente. EL Tai Chi Chuan y el budismo comparten algunos planteamientos.

### **¿A partir de qué edad es recomendable su práctica?**

Su práctica no tiene edad, basta con que uno vea la necesidad de empezar a practicarla para poder hacerlo

### **Supongo que debido a su gran auge, en el mundo del Tai Chi habrá muchos profesores sin los conocimientos adecuados.**

Como en todo; hay gente seria y gente menos seria.



## ¿Qué le diría a nuestros lectores para animarlos a practicar el Tai Chi?

Que es una disciplina que nos aporta mejoras desde el primer día hasta el último.

## ¿Desde cuándo está abierta su escuela en la Isleta?

Desde hace poco, desde enero de este año. Es una escuela completamente nueva.

## ¿Son todos de la Isleta?

No, al contrario. Aquí viene gente de Gáldar, Guía, Agüimes, Telde y hasta de la Aldea.



## Por último, ¿nos podría contar una anécdota vivida por alguno de sus alumnos en referencia al cambio que supuso en sus vidas la práctica del Tai Chi?

Tengo un alumno que padecía artritis y a los pocos meses había notado un cambio muy grande. Nunca olvidaré el día que empezó a realizar movimientos con las manos que hacía años no podía realizar. Fue muy gratificante.



Hasta aquí esta pequeña entrevista que pretende dar a conocer entre nuestros lectores lo que es el Tai Chi Chuan. Si quieren ampliar sus conocimientos sobre la materia lo pueden hacer en Internet, consultando la siguiente dirección:  
[www.taichicanarias.com](http://www.taichicanarias.com)

# La cámara denuncia



Desde hace años la zona del muelle grande ha visto degradarse poco a poco su imagen, por la múltiple presencia de drogadictos y traficantes.

Muchas personas ya no se atreven a pasar por sus calles a determinadas horas por la situación de inseguridad ciudadana que se vive en lo que antes fue una pequeña zona comercial y hoy es un problema de salud pública. Esperemos que todas las personas que vean esta foto y tengan la posibilidad de actuar sobre el problema inicien las acciones oportunas para poner fin a esta situación y posibilitar que los ciudadanos y ciudadanas puedan recuperar el uso pacífico de nuestras calles y parques.

***Todos los meses publicaremos en esta sección una foto captada por nuestras cámaras en la que aparezca una imagen o situación de nuestro barrio que merezca ser denunciada públicamente, con la finalidad de que sirva de toque de atención colectivo para todos.***

# LAS CHICAS DE LA PLAYA

LA PLAYA DE LAS  
CANTERAS ES EL  
PATIO COMÚN DE  
TODAS LAS  
CASAS DE LA  
ISLETA

Para los vecinos de nuestro barrio la playa de Las Canteras es algo más que una simple playa donde bañarse o tomar el sol sobre una toalla. En su dorada arena varias generaciones de isleteros se han enamorado o han sellado amistades de esas que duran toda la vida. Incluso, en las épocas en las que no había dinero para ir al cine o para tomar unas tapas con una cerveza en cualquier "bochinche", siempre podía el vecino del barrio cubrir su tiempo libre paseando por la orilla, jugando un partido de fútbol emulando a los "moretes" y "brindisis" de turno o echando una "mano" a la lotería bajo una sombrilla, desesperados por que no salía el "huevo frito".

En cualquier momento; haga frío o calor, llueva o sople el viento, siempre hay alguien dispuesto a pasear por la playa, como lo demuestran el gran número de personas, sobre todo mujeres, que a las seis y media de la mañana ya están pisando la orilla de la playa.

Estas mujeres han hecho de su ejercicio diario un punto de encuentro en el que compartir sus ilusiones, sus miedos y hasta sus recetas.

Se habla de nietos y nietas, de política, de la Universidad Popular, de Don Francisco y de todo lo que sea opinable.

Las Canteras es, sin ninguna duda, el patio de todas las casas de la isleta, patio en el que nos reunimos a vivir nuestra vida social sintiéndonos como si estuviéramos entre las cuatro paredes que forman la intimidad de nuestros hogares.

Antes de que se pusiera de moda el culto al cuerpo y la asistencia periódica a los gimnasios los vecinos de nuestro barrio ya habían descubierto la manera de mantenerse en forma "paseando" a lo largo de la playa y bañándose en sus aguas a cualquier hora.



Al final del paseo viene el baño en el agua fría con independencia del estado del tiempo. Si llueve hay que meterse más rápido en el agua salada, que moja igual. Luego a secarse y a cambiarse el bañador para empezar el día; unas irán a la compra, otras a preparar la comida para luego ver la telenovela y otras a limpiar la casa o a cuidar a sus nietos.

A la mañana siguiente se inicia de nuevo el ritual, pudiéndoselas ver de nuevo en la orilla de la playa, quejándose a los Guardias de situaciones que ven durante su paseo o hablando sobre lo humano y lo divino. Todas ellas contentas por poder vivir un día más en su playa de Las Canteras. Mañana si Dios quiere " y la burra no se muere" se volverán a encontrar. A todas ellas les deseamos desde El Faro que vivan muchos años con salud para que puedan seguir disfrutando todas las mañanas de ese espacio natural inigualable que es nuestra Playa de las Canteras.



## Receta del mes "MUS DE CHOCOLATE"

### INGREDIENTES:

- H 4 huevos
- H 375 grs. de leche condensada
- H 250 grs. de nata para batir ELLO ERMOL
- H Cacao en polvo

### PREPARACIÓN:

Separar las yemas de las claras de los huevos. Batir las claras en un bol grande hasta que estén a punto de nieve.

Sin dejar de batir, añadir las yemas a las claras y mezclar muy bien. Una vez mezclado añadir la leche condensada y seguir batiendo. A continuación añadir la nata y unir a la mezcla sin dejar de batir. Por último ir añadiendo el cacao en polvo hasta alcanzar el sabor a chocolate deseado.

Poner el mus de chocolate en copas y dejar enfriar en la nevera.

Todo listo para comer, se puede añadir nata montada, palitos de vainilla o cualquier tipo de adorno que desee.



**¡¡ BUEN PROVECHO !!**

# ERAN OTROS TIEMPOS....

## EL TRIO PALO SECO

Apenas teníamos dieciséis años cuando comenzamos a reunirnos por las tardes: Ruperto H. Montesdeoca, Pedro Mesa y yo, en mi casa, en la barbería de Tino o en el bar de Antonio León, en el Puentillo. Nos llamaban "El Trío Palo Seco" porque los tres éramos flacos como flautas. Más tarde se incorporaron Nene Mújica y Miguel López.

En ese tiempo aprendíamos las canciones de la radio, pues no existían las grabadoras y los discos no eran asequibles a todos los bolsillos, pero Pedro era una auténtica grabadora pues aprendía las canciones con una asombrosa facilidad. Un día, sin saber cómo, nos presentamos en Radio Las Palmas a un concurso que presentaba no recuerdo bien si Juan A. Monzón o Ignacio de la Mota, ganando el segundo premio (una botella de vino de la casa Engibe), con la canción "Corazón Mejicano"; el primer premio lo ganaron el "Dúo Marte", dos marineros de Tenerife que hacían el servicio en el minador de ese nombre, con el bolero "Desvelos de Amor". Recuerdo que nos recibieron en el barrio con voladores, fue una fiesta.

Viene esta nostalgia con motivo de la publicación por Emilio Gómez, en la sección Canta y Sonríe, de la canción Corazón Mejicano. Ahora vienen a mi memoria las serenatas de los sábados por el barrio, lo bien que sonaban canciones como "Amapola" en la voz de Antonio "el Dulcero", los boleros de Antonio Machín cantados por Juancito Martín, así como temas del Trío Calaveras, Huaracheros y otros de la época.

Muchas veces huíamos de los guindillas (así llamábamos en ese tiempo a los guardias), pues si no tenías permiso te quitaban los instrumentos y al cuartelillo. Hoy, sería más fácil, "no están". Nos refugiábamos en casa de Juan Bernal y su madre nos preparaba un cafecito para recuperarnos del susto.

Ha pasado mucho tiempo y sigo con mi afición a la guitarra, tocando acompañado por mi amigo Juanuco.

Termino esta añoranza con un especial recuerdo para mis compañeros Ruperto, Pedro Mesa, Juanito Diepa, Minguillo Machín y mi hermano Manolo, ya desaparecidos.

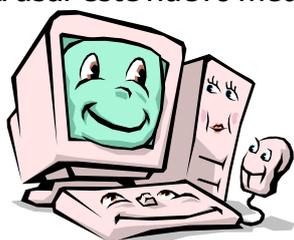


**Juan Cabrera García**  
Las Palmas de Gran Canaria

## INTERNET Y SU MAL USO: ¿ PELIGRO PARA NUESTRA JUVENTUD ?

La era de la información está llegando a una gran velocidad. Los niñ@s y los adolescentes se encuentran entre los ciudadanos más activos de la nueva era y por lo general son los primeros de sus familias en usar los nuevos medios.

La gente joven que posea fluidez en la utilización de la información tendrá muchas ventajas en puestos de trabajo. Además, este nuevo recurso puede ofrecer oportunidades educativas importantísimas para sus hij@s. Cada vez más niñ@s acceden a la red y necesitan consejos de los padres para usar este nuevo medio como una oportunidad muy importante para aprender.



Somos conscientes de estos avances, pero también es verdad que un niñ@ puede tardar un minuto en inscribirse en grupos neonazis o terroristas, puede encontrar páginas con nombres obscenos, o que contienen mensajes o imágenes que no son aptos ni siquiera para un adulto.

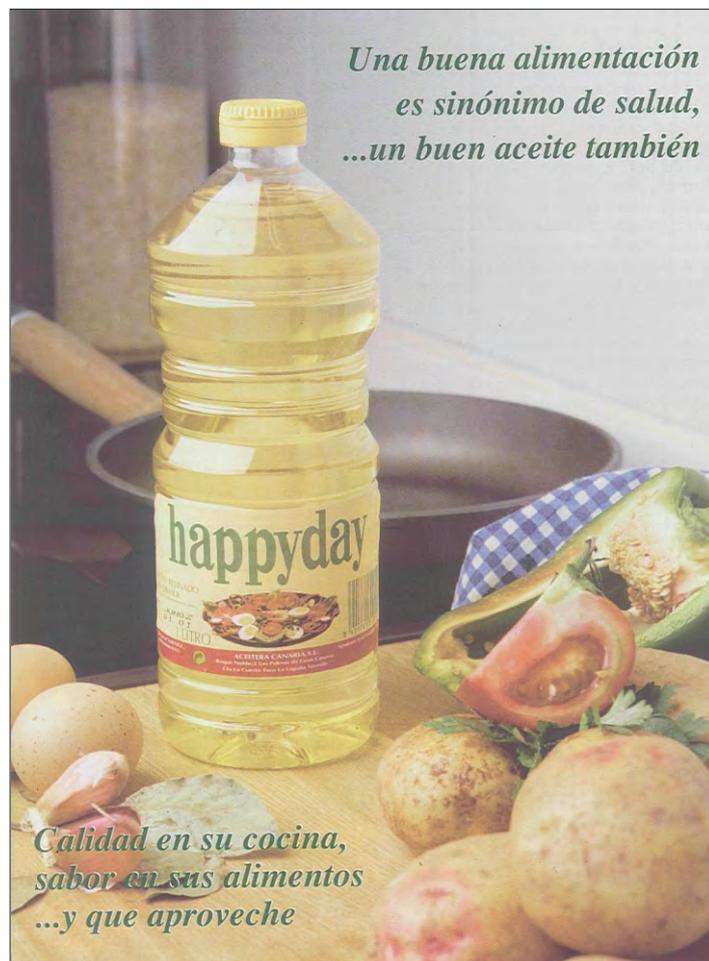
## EL USO DEL ORDENADOR EN LOS NIÑ@S DE 8 A 11 AÑOS

Por ello hemos elaborado estos pequeños consejos para los padres, ya que no podemos dar la espalda a la tecnología pero sí aprender a utilizarla en nuestro beneficio.

Esta es la edad en la que el/la niñ@ puede comenzar a experimentar y apreciar mucho más todo el potencial de las experiencias en línea. Los niños pueden empezar a usar enciclopedias en línea y recibir dibujos y gráficos para tareas escolares. También pueden empezar a tener amigos en muchos lugares, intercambiando historias con familiares en lugares lejanos y amigos por la red e incluso participar en proyectos escolares compartidos.

Es también una edad muy importante para imponer alguna regla, enseñar valores y comprobar muy de cerca lo que hacen l@s niñ@s. Conforme se van independizando, es importante que usted esté cerca de ellos y les ayude a encontrar materiales apropiados y enriquecedores.

Otra realidad importante es que l@s niñ@s de esta edad están siendo buscados por programadores y anunciantes como un mercado de importancia. Algo muy importante que debe enseñarles es a tener un espíritu crítico, ayudar a los niños a evaluar los contenidos y comprender lo que se está anunciando.



*Una buena alimentación  
es sinónimo de salud,  
...un buen aceite también*

*Calidad en su cocina,  
sabor en sus alimentos  
...y que aproveche*

# ALGUNAS REGLAS BÁSICAS PARA PADRES Y MADRES

Para la mayoría de los padres/madres que comienzan ahora a usar ordenadores existe una regla básica: **concentrarse en probar las nuevas tecnologías, no es necesario entenderlas**. No necesita tener conocimientos de electrónica para sacar dinero de un cajero automático. No necesita entender todos los componentes de un ordenador para ver cómo sus hij@s usan uno.

Un rápido paseo por una tienda de informática o una biblioteca pública puede ayudarle a introducirse en el mundo de los ordenadores.

## Infórmese

El hecho de aprender y jugar con nuevas tecnologías puede integrarse perfectamente en su vida diaria. No hace falta leer enciclopedias sobre los ordenadores, basta con mostrar un poco de interés y ponerse delante de uno. En la Biblioteca de Distrito tiene ordenadores conectados donde puede ir con su hij@ a consultar información juntos

## Aprenda con su hij@

Los ordenadores pueden ofrecer uno de los mejores y más divertidos viajes que los padres y los hij@s pueden compartir. Recuerde que los estudios muestran que el interés de los padres es un ingrediente muy importante para el éxito en la educación. Su objetivo es aprender y probar todo lo posible con su hij@ y hacer que sea divertido.

## Sea un buen guía y monitor

Su trabajo (como en otras áreas) es explicar, guiar, hacer las reglas y hacer que se cumplan, además de conseguir que todo esté dirigido a un aprendizaje positivo y divertido. Una de las mejores cosas de esta nueva frontera es que le ofrece nuevas y ricas oportunidades para aprender y jugar junto a su hij@. Estas son algunas reglas:

**Codo a codo:** puede ayudar a que su hijo tenga una experiencia positiva y adecuada con el ordenador. La mejor aproximación es comenzar el proceso juntos. Si su hij@ ya ha usado ordenadores, déjele que dirija las sesiones, puede ser una ayuda fundamental para su autoestima. Pida a su hij@ que explique lo que está haciendo, y el por qué.

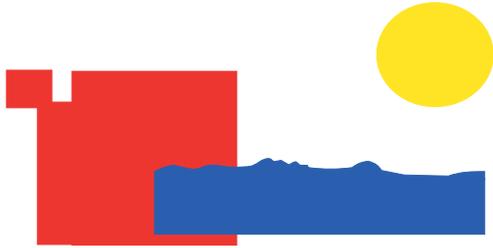
**Hable con su hij@** sobre lo que hacen sus amig@s con el ordenador, tenga ordenador en casa o no. Invite a amig@s suyos o de su hij@ a que se unan a su experiencia.

**El factor tiempo:** ya que tanto su hij@ como usted se encontrarán bastante cortos de tiempo, puede que el primer sitio donde buscarlo sea el tiempo de televisión. La familia, los amigos, los deberes, la escuela y los juegos fuera de casa son muy importantes para el correcto desarrollo de sus hijos, de manera que es recomendable intentar cambiar el tiempo de la televisión por tiempo con el ordenador.

**Tenga en cuenta el tiempo con el ordenador:** tenga el ordenador en un área de la familia en vez de en la habitación del niñ@, al menos al principio. Vigile el reloj y las facturas de teléfono y de la tarjeta de crédito. Compruebe a menudo lo que hace su hij@.

Artículo elaborado por **Edasoft Formación**

# ENAMORATE DE PORTOLUZ



***Portoluz***

Asociación de Comerciantes  
del Puerto de La Luz

Enamórate de tu zona comercial.

Disfruta de la pasión de ir de compras

en tu zona comercial.

Más de 70 establecimientos asociados

que te enamorarán.

Ven a **Portoluz**.

Apoya tu zona comercial

La revalorizarás