

La Ventana Digital

JUNIO

2017



SUMARIO

Centro de VIGO, Grupo PSA (Resumen Junio).....3 a 6

- Citroën prevé incrementar un 30% sus ventas hasta 2021.
- Tavares inaugura la primera fase de la nueva fábrica de Marruecos.
- PSA y ChangAn reforzarán la presencia de DS en China.
- Picat defiende que el acuerdo en la fábrica de Villaverde también beneficia a Vigo.

Sector del Automóvil (Resumen Junio)..... 7 a 10

- Renault-Nissan con Mitsubishi aspira a ser el primer fabricante del mundo.
- Nissan llega a un acuerdo con los trabajadores para no cerrar la planta de Ávila.
- Se aprueba el plan MOVEA para vehículos alternativos.
- Storedot, promete una batería capaz de recargarse en cinco minutos.

Noticias Destacadas: Actualidad y Economía.....11

- Evolución del IPC.

Cultura y Ocio..... 12 a 17

- El Camino de SANTIAGO por etapas:
ETAPA XXIV → Villafranca del Bierzo – O Cebreiro
- Agenda Cultural de Julio.
- Cartelera de Cine de Julio.
- Los conciertos en Vigo que no deberías perderte este verano.

Noticias Deportivas..... 22 a 24

- Eventos deportivos de participación popular.
- Noticias deportivas: Actualidad Real Club Celta y Moto GP.

Varios..... 25 a 34

- 10 fiestas históricas gallegas que tienes que visitar.
- Trucos de cocina: Como evitar que un limón empezado se seque.
- A Cocinar, recetas fáciles.
- Nuestra Gente: Pasión por la Apicultura.
- Tabla de mareas Julio.

Empresas Colaboradoras.....35

- Convenio con BBVA: Renovado acuerdo para afiliados.
- Todas las fotos utilizadas en esta Revista son “LIBRES DE DERECHOS DE IMAGEN”.

CITROËN PREVÉ INCREMENTAR UN 30% SUS VENTAS HASTA 2021.



La marca **Citroën** tiene intención de comercializar alrededor de **1,6 millones de vehículos en todo el mundo para el ejercicio 2021**, lo que supondrá un **aumento del 30%** respecto a los 1,2 millones de unidades entregados en 2016. Así lo ha anunciado la directora general de la marca, **Linda Jackson**, durante la presentación internacional del C3 Aircross, que se fabrica en Figueruelas (Zaragoza).

Además, indicó que este incremento comercial para 2021 **estará motivado por la ofensiva de producto** que está llevando a cabo y que contempla un refuerzo en el segmento todocamino, que está experimentando un fuerte crecimiento.

Apuntó que la subida de ventas estimada en el plan estratégico hasta 2021 no sólo será consecuencia del posicionamiento en el segmento todocamino, sino también de la llegada de nuevos modelos cada año, hasta contar con ocho siluetas diferentes en toda la gama. A este objetivo también contribuirá la internacionalización de sus ventas. De esta forma, la compañía, que **en la actualidad concentra el 35% de sus matriculaciones mundiales fuera de Europa**, prevé aumentar esta cifra hasta el 45% en 2021.

Así, apuntó el lanzamiento de los nuevos todocaminos de la compañía está en línea con el reposicionamiento que está llevando a cabo y, especialmente, en un segmento de mercado que está registrando fuertes crecimientos.

En este sentido, destacó que **la ofensiva SUV de Citroën** se materializará con el lanzamiento del nuevo C3 Aircross, fabricado en Figueruelas, en noviembre de este año en Europa y en la segunda mitad de 2018, en China. Además, en la segunda parte de 2018 también se pondrá a la venta el nuevo C5 Aircross, presentado en el pasado Salón del Automóvil de Shanghai (China).

Por otra parte, afirmó que el C3 Aircross **comparte plataforma con el modelo Crossland X de Opel**, aunque destacó que entre ellos existen grandes diferencias en términos de diseño, de modularidad interior, así como de confort y de conectividad.

TAVARES INAUGURA LA PRIMERA FASE DE LA NUEVA FÁBRICA DE MARRUECOS.



Carlos Tavares, y el ministro de Industria de Marruecos, Moulay Hafid Elalamy, han inaugurado la primera fase de construcción de la nueva planta en Kénitra, que estará operativa a comienzos de 2019. El centro, ocupará unas 60 hectáreas (como el centro de Balaídos) y tendrá una capacidad para 200.000 vehículos al año.

Los movimientos de tierras para la planta arrancaron ya el pasado julio y la construcción de las primeras naves, hace unos meses. Tavares y Hafid Elalamy visitaron el estado de las obras en la que fué la segunda visita del ejecutivo portugués a Marruecos tras la firma del acuerdo con el Gobierno magrebí hace un año. PSA invertirá un total de 557 millones en la factoría, en el parque industrial *Atlantic Free Zone*, donde se han reservado 60 hectáreas para el centro y otras 40 que prácticamente ya se han cubierto para fabricantes de componentes.

La fabricación para PSA comenzará, con una plantilla de unos 1.500 trabajadores algunos puestos ya han empezado a seleccionarse, como los directores de recursos humanos y contabilidad, con la previsión de alcanzar en el primer año una producción de 90.000 unidades.

La principal fuente de energía del centro será el gas natural, y el régimen marroquí se ha comprometido a acelerar la construcción del nuevo puerto de Kénitra para facilitar la exportación de vehículos y piezas.

La implantación de PSA en Kénitra ha acelerado el desembarco de fabricantes de componentes en el país, como el grupo chino *Nanjing Xiezhong*, que producirá sistemas de climatización y refrigeración para esta planta y la de Balaídos, pero también de firmas españolas (como Ficoso) y gallegas.

PSA Y CHANGAN REFORZARÁN LA PRESENCIA DE DS EN CHINA.



El **Grupo PSA** ha alcanzado un acuerdo con **ChangAn Automobile** para profundizar en la cooperación estratégica que iniciaron hace seis años para la **introducción de la marca DS en China**, con el fin de reforzar la presencia de la enseña en este mercado asiático y para lo que **realizarán una inversión conjunta de 500 millones de euros**.

Las dos empresas indicaron que la *joint venture*, denominada **CAPSA**, se beneficiará del extenso plan de producto que está implementando la marca DS y que **permitirá la introducción de un nuevo modelo en el mercado chino cada año desde 2018**.

Asimismo, PSA prevé incorporar **nuevas tecnologías** en sus vehículos comercializados en China en los próximos años, de forma que la gama dispondrá de tecnologías de propulsión híbrida enchufable y eléctrica desde 2019.

En esta línea, Grupo PSA **establecerá en Shenzhen (China) la sede central de la marca DS para la región** de China y Asia-Pacífico, con el fin de generar sinergias con la *joint venture* que mantiene en términos de gestión de las operaciones en el país y para desarrollar las exportaciones en la región.

Grupo PSA y ChangAn prevén **ampliar la producción en la factoría de Shenzhen**, con el fin de fabricar en el corto plazo **más modelos todocamino y sedan**.

Asimismo, las dos firmas tienen intención de cooperar en el campo de vehículos comerciales ligeros, con la previsión de introducir un modelo *pick-up* a corto plazo. El vicepresidente de PSA en la región de Asia-Pacífico, Denis Martin, indicó que este acuerdo dará "mayor ímpetu" a la marca en China y en la región asiática y afirmó que esta una demostración del deseo de aumentar la cooperación entre dos empresas de una forma constructiva.

PICAT DEFIENDE QUE EL ACUERDO EN LA FÁBRICA DE VILLAVERDE TAMBIÉN BENEFICIA A VIGO.

El director de la Región Europa del Grupo PSA, **Maxime Picat**, asegura que el acuerdo de competitividad alcanzado en la planta madrileña de la multinacional automovilística francesa, que asegura la llegada de un nuevo modelo y plataforma industrial, beneficia también al centro de Balaídos: “Villaverde se va a beneficiar de la relación con Vigo, y Vigo de lo que haga Madrid”.

Picat apunta a las sinergias que se generarán entre ambas instalaciones al compartir la plataforma CMP (*Common Modular Platform*) desarrollada por PSA y Dongfeng, así como su variante eléctrica (e-CMP).



El máximo responsable de la Región Europa ha indicado que con la llegada del nuevo coche a Madrid (2021), “éste les va a permitir trabajar sobre una misma plataforma, van a establecer sinergias compartiendo piezas”. Y esas sinergias entre las plantas pueden ser particularmente importantes en el caso de la tecnología eléctrica cuando sea necesario montar baterías en una planta para distribuirlas a las demás.

Esas sinergias serán aún mayores con la integración de Opel, ya que la planta de la marca alemana en Figueruelas también utilizará la plataforma CMP para el lanzamiento de la siguiente generación del Corsa. Por lo tanto, el Corsa, el V20 de Vigo y el nuevo coche de Villaverde compartirán componentes, generando una economía de escala que beneficiará a las tres plantas.

Sector del automovil

RENAULT-NISSAN CON MITSUBISHI ASPIRA A SER EL PRIMER FABRICANTE DEL MUNDO.

Cada vez son menos los fabricantes que siguen resistiendo sin ser absorbidos por un gran grupo automovilístico. La clave de la rentabilidad, de los márgenes de beneficio, de las plataformas compartidas, y por lo tanto el éxito de las marcas de automóviles, pasa por aglutinarse en inmensos grupos con una producción anual en el orden de los 10 millones de unidades. La palabra mágica se llama sinergia.

El director ejecutivo del grupo Renault–Nissan, ya está asegurando que con la incorporación de Mitsubishi en 2017 su grupo automovilístico será en durante este año el que más coches venda en todo el mundo, superando a los grupos formados por Volkswagen y Toyota. El tiempo dirá si su vaticinio se hará realidad.

La compra de una participación del 34% en Mitsubishi Motors (MMC) no solo significa compartir plataformas y tecnologías en sus productos, sino también reforzar su presencia en mercados muy importantes, como Asia, el feudo de Mitsubishi. Algo similar a lo que pretende el grupo PSA con Opel en Centro Europa.



En cualquier caso, Renault-Nissan ha de seguir creciendo este año para superar a Volkswagen y Toyota. *Prensa especializada* publicaba que estas siguen por delante, según las cifras de JATO y unas estimaciones que combinan matriculaciones y ventas en concesionario. Según esas mismas cifras, el Grupo Volkswagen habría vendido 3,32 millones de vehículos, Toyota un total de 3,06 millones de vehículos y Renault-Nissan unos 3,02 millones de vehículos.

Sector del automovil

NISSAN LLEGA A UN ACUERDO CON LOS TRABAJADORES PARA NO CERRAR LA PLANTA DE ÁVILA.



Nissan y sus trabajadores de la planta de Ávila han llegado a un acuerdo que asegura la supervivencia de la fábrica más allá de 2019, año en que la alianza Nissan Renault ha anunciado que dejará de fabricar el modelo de camión que se ensambla en la planta Castellano-Leonesa. El pacto, alcanzado por los representantes de la plantilla y la compañía, ha sido ratificado por unanimidad, según confirmaron los tres sindicatos con representación en el comité de la planta (UGT, CC OO y USO) y la propia empresa.

Nissan había anunciado que en 2019 la factoría de Ávila dejaría de fabricar camiones, lo que en principio dejaba sin futuro a su planta. En abril, el responsable de Nissan-Renault en España, José Vicente de los Mozos, anunció un proyecto industrial que consistía en su transformación en una fábrica de recambios, a cambio de que los trabajadores aceptaran su integración en el polo industrial, bajo el convenio laboral de Renault, que tiene sueldos más bajos.

Esta integración pactada supondrá para los trabajadores de Ávila una reducción salarial que puede llegar hasta el 15%. A cambio de que acepten esta rebaja, los afectados percibirán una sola paga de compensación que será el equivalente a 3,5 veces lo que dejan de ganar al año.

El pacto, que entrará en vigor en 2018, asegura todo el empleo en la planta (471 puestos de trabajo) hasta abril de 2019, momento en que la planta empezará a reconvertirse en una factoría de recambios. En ese momento, comenzará una regulación de empleo temporal para que los trabajadores afectados comiencen un periodo de formación.

Al principio, la factoría tendrá entre 200 y 250 trabajadores, cantidad que aumentará en bloques de 50 empleados cada año hasta que en 2024 se vuelva a alcanzar la cifra actual.

Sector del automóvil

SE APRUEBA EL PLAN MOVEA PARA VEHÍCULOS ALTERNATIVOS.

El plan contempla incentivos de 14,26 millones de euros, de los que 10,1 se destinan a coches eléctricos. Se estima que de este paquete se incentivará la compra de 1.800 turismos y furgonetas eléctricas y 230 motos eléctricas. El Ejecutivo prevé sacar un nuevo paquete de ayudas a la movilidad alternativa de 50 millones antes de que acabe el año, cuando ya estén aprobados definitivamente los Presupuestos Generales del Estado de este 2017, donde se contempla esa partida.

En España la venta de coches eléctricos en 2015, por ejemplo, apenas supusieron el 0,2% de las matriculaciones, según un estudio de *Monitor Deloitte*. España está muy alejada de países como Noruega (23%) o Países Bajos (10%).



El paquete aprobado (dentro del plan Movea) contempla ayudas para los vehículos eléctricos, híbridos enchufables o de autonomía extendida de entre 1.100 y 15.000 euros por unidad, dependiendo del tamaño. También se incentivará la adquisición de vehículos que se impulsen con gas natural e hidrógeno. El Ejecutivo espera que el Real Decreto ayude a la compra de 240 turismos o

furgonetas y 100 camiones de gas natural. Y de 1.300 turismos o furgonetas de gas licuado de petróleo.

Los puntos de venta que deseen adherirse al plan Movea tendrán que aplicar un descuento adicional mínimo de 1.000 euros para todos los vehículos, excepto cuadríciclos (150 euros) y motos (sin descuento). En el caso de que el vehículo sea eléctrico, el punto de venta deberá comprometerse a facilitar la instalación de un punto de carga, ha añadido.

El Real Decreto incluye un techo para que no puedan acceder a los nuevos incentivos los vehículos de gama más alta, para turismos, el precio máximo sin IVA es de 25.000 euros, para turismos de gas licuado de petróleo y gas natural comprimido, y de 32.000 euros para eléctricos y para las motos eléctricas el máximo es 8.000 euros.

Las ayudas estarán en vigor hasta el 15 de octubre. Pero en el sector creen que los incentivos se terminarán mucho antes, pues las ayudas no se dan en función de la demanda, sino que se establece un importe fijo hasta que se agote.

Sector del automovil

STOREDOT, PROMETE UNA BATERÍA CAPAZ DE RECARGARSE EN CINCO MINUTOS.

El principal problema de los coches eléctricos, que los fabricantes están solucionando poco a poco, aunque todavía les queda camino por recorrer, es el de su autonomía y los tiempos de carga.

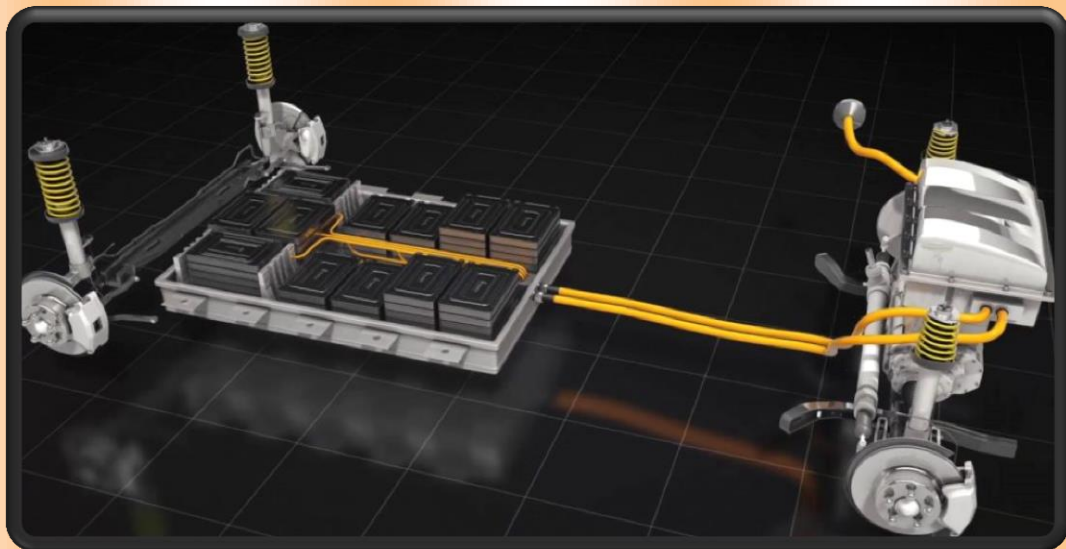
Lo primero ha evolucionado sobremanera en los últimos años, consiguiendo que ya haya vehículos en el mercado con los que se puede plantear viajes largos.

Lo segundo, no tanto. Es habitual encontrar tiempos de recarga estimados, en tomas de corriente normales, que rondan las 10 horas. Con redes más potentes se puede rebajar a cinco y, si se dispone de estaciones de carga rápida, muchas marcas consiguen recuperar un 80% de la carga en 30 o 40 minutos.

StoreDot, nos garantiza una batería que se recarga al completo en solo cinco minutos.

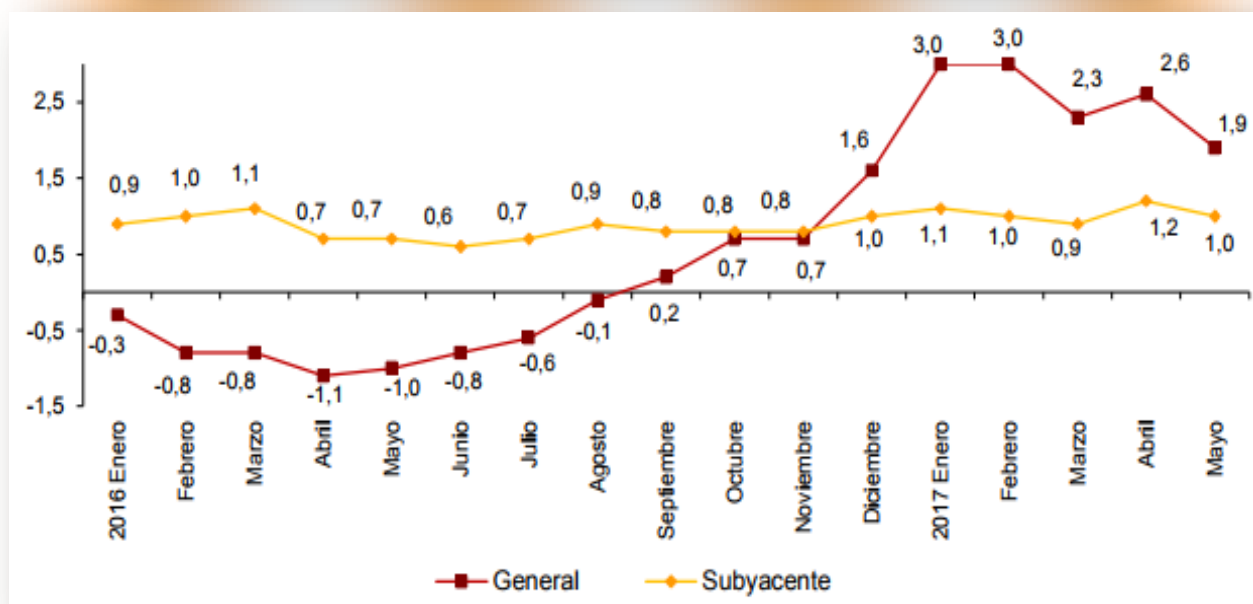


Se denomina **FlashBattery** y se diferencia de las habituales en que no emplea litio ni grafito, porque la compañía considera que es *“incapaz de mantener una potencia de carga rápida”*. En su lugar, opta por *“nanomateriales y compuestos orgánicos”* que se organizan en capas, y estas en módulos; con 40 de ellos se crea el paquete de baterías. La idea de la empresa es que consigan una autonomía media de unos 480 kilómetros por carga y que estén en el mercado en los próximos tres años.



ÍNDICE DE PRECIOS DE CONSUMO (IPC).

Periodo	Tasa índice general		
	Mensual (en %)	Anual (en %)	En lo que va de año (en %)
Mayo 2017	-0,1	1,9	0,0
Abril 2017	1,0	2,6	0,0
Marzo 2017	0,0	2,3	-0,9
Febrero 2017	-0,4	3,0	-0,9
Enero 2017	-0,5	3,0	-0,5
Diciembre 2016	0,6	1,6	1,6
Noviembre 2016	0,4	0,7	1,0
Octubre 2016	1,1	0,7	0,6
Septiembre 2016	0,0	0,2	-0,5
Agosto 2016	0,1	-0,1	-0,5
Julio 2016	-0,7	-0,6	-0,7
Junio 2016	0,5	-0,8	0,1
Mayo 2016	0,5	-1,0	-0,4



El IPC baja siete décimas en mayo.

El **Índice de Precios de Consumo (IPC)** subió un **0,1%** en mayo respecto al mes anterior y recortó siete décimas su tasa interanual, hasta **situarla en el 1,9%**, su nivel más bajo desde diciembre del año pasado (1,6%).

El comportamiento de la **tasa interanual del IPC** de mayo ha destacado el **abaratamiento de los carburantes y de los paquetes turísticos** tras la Semana Santa.

EL CAMINO DE SANTIAGO POR ETAPAS: ETAPA XXIV → Villafranca del Bierzo – O Cebreiro



La vigésimo cuarta etapa la comenzamos atravesando la calle del Agua-Ribadeo de Villafranca del Bierzo, giramos a la izquierda por la cuesta de Zamora (al llegar a la calle Santa Catalina), pasamos junto al monumento al peregrino, cruzamos el río Burbia y continuamos por las calles de la Concepción y Espíritu Santo. Por esta última abandonamos Villafranca y seguimos durante un kilómetro por el arcén de la carretera, que acompaña el curso del río Valcarce. De esta manera llegamos a un carril peatonal, protegido por un muro que no llega al metro de altura, y que avanza encajonado entre la autovía A-6 y la N-VI. Por este redil de peregrinos pasamos bajo varios viaductos de la A-6 antes de tomar el desvío a Pereje, a la altura del p.k 410 de la N-VI.



Cruzamos con precaución la nacional y por la carretera de acceso, escoltados por los chopos de la ribera del Valcarce y por castaños de gran porte, llegamos a Pereje. Atravesamos la localidad, para retomar el carril peatonal. Un kilómetro y seiscientos metros más adelante se encuentra el área de descanso de Trabadelo y un kilómetro más arriba cruzamos de nuevo la N-VI para tomar el desvío a esta población. Flanqueados de nuevo por el bosque de ribera del Valcarce, con soberbios castaños, avanzamos hasta Trabadelo. Dejamos la población caminando cerca de kilómetro y medio por una pista asfaltada, por encima de la nacional. Superado un arroyo que alimenta al río Valcarce volvemos al reencuentro del carril peatonal, al borde de la N-VI.

Cultura y Ocio

Un kilómetro y setecientos metros más de tedioso carril nos sitúan en La Portela de Valcarce. Tras La Portela, apenas transitados 300 metros en compañía de la N-VI, tomamos el desvío hacia Ambasmestas y Vega de Valcarce. Primero llegamos a Ambasmestas, donde confluyen los ríos Balboa y Valcarce. Posteriormente entramos en Vega de Valcarce, población de servicios del valle con su iglesia de la Magdalena. Desde Vega de Valcarce nos dirigimos hasta Ruitelán.



A la salida de Ruitelán la pendiente se recrudece un poco, algo más arriba, a la izquierda, tomamos el desvío que baja hasta Las Herrerías. Antes de llegar a este pequeño núcleo cruzamos el río Valcarce por un puente de piedra. Cruzamos la aldea hasta el barrio de Hospital, una continuación del núcleo anterior que toma su nombre del antiguo hospital para peregrinos ingleses. Al abandonar este conjunto de casas comienza la verdadera ascensión a

O Cebreiro. Un duro repecho por asfalto, como salido de la nada, de casi un kilómetro nos invita a plantear la estrategia, que consistirá en bajar el ritmo, acortar los pasos y acompasar la respiración. En estas circunstancias es donde el peso de la mochila juega un papel determinante. En plena subida, los caminantes deberán tomar la senda que nace a la izquierda de la pista asfaltada. Ya en la senda, la pendiente nos da un breve respiro hasta cruzar el arroyo de Refoxo y nos atiza de nuevo por una calzada sombría que asciende duramente bajo el dosel de las hojas caducas de castaños y robles. Este escenario nos acerca hasta La Faba.

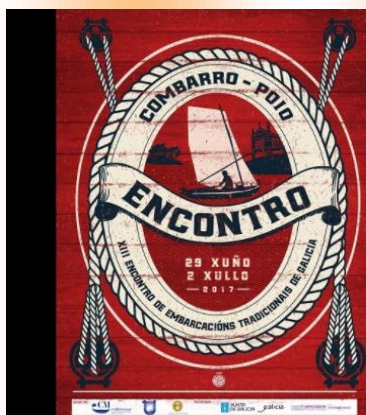
Tras La Faba abandonamos progresivamente la umbría para salir a un terreno abierto de pastizales con vistas a los bosques atlánticos. Las amplias panorámicas influyen en la percepción de la pendiente, que se torna ligeramente más suave hasta alcanzar el último pueblo de León en el Camino de Santiago Francés: Laguna de Castilla. Unos 700 metros más arriba aparece el primer mojón jacobeo con señalización de distancias. Es el 152,5 y lleva la inscripción Os Santos (del Teso dos Santos). Cuatrocientos metros después el Camino se despide de León.

Por fin pisamos Galicia y, en concreto, Lugo. Solventamos el último kilómetro hasta la iglesia prerrománica de Santa María la Real, que da la bienvenida a O Cebreiro.



AGENDA CULTURAL de Julio:

COMPRA DE ENTRADAS: www.servinova.com



XIII Encontro de Embarcacións Tradicionais de Galicia

📍 PUERTO DEPORTIVO COMBARRO POIO

📅 sábado, 01 julio 2017 11.00

desde*
25,00 €

* Precio mínimo sin comisión

Descripción:

Sesiones:

- **Sábado 01 y domingo 02 julio a las 11:00h y 17:00h.**

Os animamos a disfrutar del XIII Encontro de Embarcacións Tradicionais de Galicia, un evento que este año tendrá lugar del 29 de junio al 2 de julio en la localidad de Combarro-Poio. Este acontecimiento único es uno de los más importantes que se celebran en la Península Ibérica, pues cada dos años reúne alrededor de 150 embarcaciones tanto nacionales como internacionales, con representaciones de distintas zonas de España, Galicia, País Vasco o Cataluña, además de países europeos como Francia, Escocia, Irlanda, Inglaterra o Croacia.



MAGO MORE: MOTIVADORES TOUR

📍 Auditorio Palacio de Congresos Mar de Vigo Vigo

📅 martes, 04 julio 2017 20.00

desde*
12,00 €

* Precio mínimo sin comisión

Descripción:

Mago More destaca por ser un hombre polifacético: conferenciante, formador, empresario, escritor, mago... Este profesional de la comunicación es especialista en el diseño de productos orientados a organizaciones y ejecutivos que buscan mejorar su comunicación. Y todo ello, con una gran dosis de creatividad.

Nos hablará sobre cómo aprender a introducir innovación y creatividad en los procesos de producción, añadiéndoles además imaginación con el objetivo de mejorar la competitividad y la comunicación.

Cultura y Ocio



PARTYSONGO
6 JULIO
EXPOCORUÑA
En el recinto de ExpoCoruña

DADDY YANKEE

ORISHAS

FUEGO

MAIKEL DELACALLE

desde*
40,00 €


* Precio mínimo sin comisión

ExpoCoruña A Coruña
jueves, 06 julio 2017 21.00

Descripción:

La ciudad de A Coruña dará la bienvenida en 2017 a un nuevo festival de música llamado a engrosar la oferta de ocio de Galicia. **EL PARTYSONGO** se presenta como la cita imprescindible para todos los amantes de los ritmos urbanos.

La primera edición del PARTYSONGO, se celebrará el próximo 6 de julio en el recinto de ExpoCoruña. Una única fecha en la que se darán cita algunos de los grandes nombres de la escena internacional del reguetón y de la música urbana.



FESTIVAL DE MÚSICA DeMonteSound

Terra de Montes Forcarei - Pontevedra
sábado, 15 julio 2017 12.00

desde*
8,00 € -21%
6,32 €

SKANDALO GZ
NOITE FECHADA
VUELTA Y MEDIA
DJ SONIC
BANDA DE SANTA EULALIA DE MOS

TRIBUTOS
AC/DC
JOAQUÍN SABINA
PLATERO Y TÚ
MIGUEL BOSE

Descripción:

Apertura de puertas: **12.00horas**.

Conciertos desde las **16.00 hasta las 06.00h**.

Será el fin de semana del **15 y 16 de julio** en el área recreativa de **A Freixeira**, en Cachafeiro, un entorno en medio de la naturaleza con árboles y antiguos molinos restaurados junto al río de la zona. El sábado se cobrará entrada al recinto, mientras el domingo el acceso será abierto a todo el público, en una cita musical para todos los gustos: del rock al indie, pop, ska, house o dance, entre otros, y con bandas tributo a artistas del panorama nacional e internacional.

Noite Fechada; la Banda de Gaitas Airiños do Castelo, del C.C.D. Santa Eulalia de Mos; Skandalo Gz; Dj Son1c; Vuelta y Media, con temas propios junto a versiones de Vetusta Morla, Rosendo, Xael López, Mando Diao e Iván Ferreiro. Estarán también en Cachafeiro El roce de Juliette, tributo a Platero y tú, y a Fito y Fitipaldis.

CARTELERA : Estrenos Julio



Género: **Acción, Crimen, Thriller.**

Fecha estreno: **04 Julio 2017**

BABY DRIVER.

Baby, un joven y talentoso conductor especializado en fugas (**Ansel Elgort**), depende del ritmo de su banda sonora personal para ser el mejor en lo suyo. Cuando conoce a la chica de sus sueños (**Lily James**), Baby ve una oportunidad de abandonar su vida criminal y realizar una huida limpia. Pero después de haber sido forzado a trabajar para un jefe del crimen (**Kevin Spacey**), deberá dar la cara cuando un malogrado golpe amenaza su vida.



Género: **Acción, Biografía, Thriller, Bélica.**

Fecha estreno: **04 Julio 2017**

EL HOMBRE DEL CORAZÓN DE HIERRO.

Es la adaptación cinematográfica de la novela “**HHhH**”, publicada en más de 20 países y con un alto reconocimiento a nivel global. Del mismo modo que en la novela, la película se remonta a la caza de Rinard Heydrich (**Jason Clarke**), el arquitecto de la “Solución Final”, por parte de la resistencia: un grupo de jóvenes checoslovacos residentes en Londres que emprenden una misión imposible con el fin de asesinarlo.



Género: **Aventura, Drama, Ciencia Ficción.**

Fecha estreno: **14 Julio 2017**

LA GUERRA DEL PLANETA DE LOS SIMIOS.

Tercera entrega de la saga de El Planeta de los Simios que continuará la historia justo donde finalizó “El amanecer del planeta de los simios”, narrando la guerra de los simios contra los humanos.

Nuevamente dirigida por Matt Reeves.

CARTELERA : Estrenos Julio



Género: **Comedia, Animación.**

Fecha estreno: **14 Julio 2017**

CARS 3.

Sorprendido por una nueva generación de corredores ultrarrápidos, el legendario Rayo McQueen queda relegado repentinamente del deporte que tanto ama. Para retomar su carrera, va a necesitar la ayuda de una joven mecánica de carreras, Cruz Ramírez, que tiene su propio plan para ganar, además de la inspiración del fallecido Fabuloso Hudson Hornet y un par de giros inesperados. ¡El campeón tendrá que poner a prueba su valía en el gran circuito de la Copa Piston!



Género: **Comedia.**

Fecha estreno: **21 Julio 2017**

UNA NOCHE FUERA DE CONTROL.

En esta atrevida e irreverente comedia, cinco mejores amigas de la universidad (interpretadas por **Scarlett Johansson, Kate McKinnon, Ilana Glazer, Jillian Bell y Zoe Kravitz**) se reúnen 10 años después para celebrar un fin de semana de solteras en Miami. Su gran jugada toma un oscuro e hilarante camino cuando matan a un stripper de forma accidental.



Género: **Acción, Aventura, Saga, Fantasía.**

Fecha estreno: **28 Julio 2017**

SPIDER-MAN: HOMECOMING.

Un joven Peter Parker/Spider-Man (**Tom Holland**), , comienza a experimentar su recién descubierta identidad como el superhéroe Spider-Man. Después de la experiencia vivida con los Vengadores, Peter regresa a casa, donde vive con su tía (**Marisa Tomei**), bajo la atenta mirada de su supervisor Tony Stark (**Robert Downey Jr.**) Peter intenta mantener una vida normal pero interrumpe en su rutina diaria el nuevo villano Vulture (**Michael Keaton**).

LOS CONCIERTOS EN VIGO QUE NO DEBERÍAS PERDERTE ESTE VERANO.

Un repaso a las citas más destacadas con la música en directo que sonará en la ciudad olívica.

Ritmos latinos, rock independiente o el pop de mayor éxito se dan cita en Vigo desde junio hasta septiembre con algunos de los nombres más destacados del panorama musical y estrellas emergentes que buscan su sitio en un mundo tan competitivo como el musical.

Más allá de los festivales de las **Rías Baixas, Luis Fonsi, Miguel Bosé, Carlos Vives, Vanesa Martín, Morat o Robe Iniesta** son solo algunos de los artistas que visitarán Vigo este verano para presentar su música en directo.

Este es el **calendario de conciertos en Vigo para este verano:**

- **VANESA MARTÍN (7 de Julio)**

Esta será la primera vez que la malagueña actúa en Vigo. Lo hará con el que es su quinto álbum de estudio, *Munay*, una palabra quechua que significa amar. La cantante y compositora llega al Auditorio Mar de Vigo para presentar sus canciones. Entradas, desde **20 euros**.



- **THE PRETENDERS (20 de julio)**

La banda que lidera **Chrissie Hynde** se subirá al escenario de Castrelos con un nuevo disco bajo el brazo: *Alone*. Un álbum publicado en 2016 a través de su web y en el que vuelven a demostrar que a pesar de llevar más de dos décadas en el negocio de la música, no han perdido un ápice de frescura y agudeza en sus letras. Doce temas nuevos y algún que otro clásico como *Don't get me wrong* se escucharán en la ciudad olívica en un concierto que se enmarca dentro del Festival Illas Cíes para apoyar la candidatura del archipiélago vigués a Patrimonio de la Humanidad.



Cultura y Ocio

- **UXÍA + REAL FILHARMÓNIA DE GALICIA (21 de julio)**

Uxía comenzó a cantar desde muy joven. Su carrera comienza oficialmente en 1985, cuando gana el primer premio del Festival de Bergantiños y desde entonces su popularidad ha cruzado las fronteras de Galicia y que la han llevado incluso a estar nominada al Premio Goya por su interpretación del tema *Muerte* en la película *Frágil Equilibrio*. Indiscutible talento musical y potente voz que combinará con la Real Filharmonía de Galicia en el escenario del Auditorio Mar de Vigo en la que será la segunda jornada del Festival Illas Atlánticas.



- **MORAT (24 de Julio)**

Morat es una joven banda formada por cuatro muchachos colombianos que atesora magia, talento y cabeza. En junio de 2016 lanzan un primer disco, *Sobre el amor y sus efectos secundarios*, que los ha colocado en el radar del panorama musical gracias a uno de los temas que lo componen: *Cómo te atreves*. Actuarán en el Auditorio Mar de Vigo con entradas que se pueden comprar desde **15 euros**.



Cultura y Ocio

- **LUIS FONSI (25 de Julio)**

Poco se puede decir del triunfo global de este puertorriqueño que, este último año, ha puesto a bailar a todo el mundo con su éxito *Despacito*. Tras una larga carrera musical, Luis Fonsi vuelve a la carretera con su *Despacito Tour* que llegará a Vigo el **Día de Galicia** para hacernos bailar en un directo cargado de energía que podrás ver en el **Ifevi** con entradas que puedes adquirir desde **23 euros**.



- **MIGUEL BOSÉ (25 de Julio)**

Más de tres décadas sobre los escenarios y un sinfín de éxitos a sus espaldas, el autor de *Don Diablo* o *Amante Bandido* llegará con su gira *Estaré* al **auditorio de Castrelos**, un escenario que no es nuevo para él, pues ha protagonizado noches antológicas en uno de los templos vigueses de la música en directo.



- **CARLOS VIVES (27 de julio)**

La **controvertida La Bicicleta de Carlos Vives**, el archiconocido tema que interpreta junto a la también colombiana Shakira, sonará en Vigo. Lo hará en el **auditorio de Castrelos** en el marco de la celebración de las fiestas de la ciudad. A sus 55 años, acumula entre otros dos Premios Grammy y nueve Premios Grammy Latinos y una larga carrera a sus espaldas como arquetipo del vallenato.



Cultura y Ocio

- **CRYSTAL FIGHTERS (3 de agosto)**

Crystal Fighters es una de las bandas más divertidas del panorama internacional y les une una curiosa conexión con España ya que uno de los instrumentos que tocan, la *txalaparta*, procede de la cultura vasca. La banda toma además su nombre de una ópera inacabada compuesta por el abuelo de Laure, una de las integrantes, durante sus últimos meses de vida en mitad del campo del País Vasco. Su concierto de Vigo en el **auditorio de Castrelos** es, por el momento, una de las dos únicas citas que tendrán en España este verano dentro de una gira que llevará a los británicos por escenarios de toda Europa hasta concluir en noviembre con un espectáculo en México.



- **ROGER HODGSON (14 de agosto)**

En 1950 nació en el sur del Reino Unido, Charles Roger Pomfret Hodgson, un talentoso compositor que junto a Rick Davies pasaría a la historia al formar **Supertramp**. Responsable de clásicos como *Give a Little Bit*, *The Logical Song* o *Breakfast in America*, y con cuatro discos a sus espaldas que presenta periódicamente en largas giras junto a una banda o en solitario, la aguda voz de este británico se subirá al escenario del Auditorio Mar de Vigo para apoyar la candidatura de las Islas Cíes a Patrimonio de la Humanidad.



Noticias Deportivas: Eventos deportivos de participación popular

XVII TRAVESÍA A NADO RÍA DE VIGO 2017.

El Real Club Náutico de Vigo organizará la XVI Travesía a nado da Ría de Vigo el **Domingo 23 de Julio de 2017**. Pondrá a disposición de los participantes las instalaciones del club (Piscina) para todo lo relacionado con los aseos, duchas, vestuarios y servicio de guardarropa gratuito y vigilado (el club no se hace responsable del extravío de cualquier bien de los participantes).

A las 9:00 se llevará a cabo la **REUNIÓN TÉCNICA** en la zona de llegada.

Será responsabilidad de Real Club Náutico de Vigo el traslado de todos los/as participantes al **punto de salida en la playa O Con en Moaña**.

A las 09:15 comenzará la subida a los autobuses que trasladará a todos los participantes hasta la playa de O Con en Moaña.

Está permitido el uso de trajes de neopreno **EXCEPTO** a los nadadores/as inscritos en el XIV Circuito Gallego de Aguas Abiertas de la FEGAN.

La Travesía tiene un único **recorrido de 5.200 metros**.

La prueba estará controlada por el Comité Español de Árbitros de la Real Federación Española de Natación.

Queda prohibida cualquier tipo de ayuda externa, como aletas, palas, flotadores y similares.



Noticias Deportivas: Moto GP 2017

Clasificación Moto GP y escuderías.

Así van las cosas:

Clasificación · MotoGP 2017

Clasificación Pilotos

Piloto	Pts.	ITA	ARG	USA	ESP	FRA	ITA	GBR	NED
		DAI	ARG	USA	ESP	FRA	ITA	GBR	NED
1 Andrea Dovizioso	115	20	-	10	11	13	25	25	11
2 Maverick Viñales	111	25	25	-	10	25	20	6	-
3 Valentino Rossi	108	16	20	20	6	-	13	8	25
4 Marc Márquez	104	13	-	25	20	-	10	20	16
5 Dani Pedrosa	87	11	-	16	25	16	-	16	3
6 Johann Zarco	77	-	11	11	13	20	9	11	2
7 Danilo Petrucci	62	-	9	8	9	-	16	-	20
8 Jorge Lorenzo	60	5	-	7	16	10	8	13	1
9 Cal Crutchlow	58	-	16	13	-	11	-	5	13
10 Jonas Folger	51	6	10	5	8	9	3	10	-
11 Jack Miller	40	8	7	6	-	8	1	-	10
12 Álvaro Bautista	34	-	13	1	-	-	11	9	-
13 Scott Redding	33	9	8	4	5	-	4	3	-
14 Loris Baz	31	4	5	0	3	7	0	4	8
15 Andrea Iannone	28	-	0	9	-	6	6	0	7
16 Alex Espargaró	23	10	-	0	7	-	-	-	6
17 Esteve Rabat	23	1	4	3	-	5	5	1	4
18 Héctor Barberá	21	3	3	2	4	-	2	7	0
19 Karel Abraham	20	2	6	-	1	-	0	2	9
20 Pol Espargaró	11	0	2	-	-	4	-	0	5
21 Alex Rins	7	7	-	-	-	-	-	-	0
22 Michele Pirro	7	-	-	-	-	-	7	-	-
23 Bradley Smith	6	0	1	0	2	3	0	-	-
24 Sam Lowes	2	0	-	-	0	2	0	0	-
25 Sylvain Guintoli	1	-	-	-	-	1	0	0	-
26 Takuya Touda	0	-	-	-	0	-	-	-	-

25 Victoria 20 Segunda posición 16 Tercera posición

Clasificación Escuderías

Escudería	Pts.	ITA	ARG	USA	ESP	FRA	ITA	GBR	NED	GER	CZE	AUS	GBR	SWI	ITA	JPN	AUS	MAS	CVL
		DAI	ARG	USA	ESP	FRA	ITA	GBR	NED	GER	CZE	AUS	GBR	SWI	ITA	JPN	AUS	MAS	CVL
1 YAMAHA	164	25	25	20	13	25	20	11	25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2 DUCATI	142	20	13	10	16	13	25	25	20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3 HONDA	141	13	16	25	25	16	10	20	16	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4 SUZUKI	35	7	0	9	0	6	6	0	7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5 APRILIA	25	10	0	0	7	2	0	0	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6 KTM	13	0	2	0	2	4	0	0	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Noticias Deportivas: Real Club Celta de Vigo 2017

R.C.CELTA DE VIGO: Maxi Gómez sella su incorporación al Celta hasta 2022.



Maxi Gómez ya ejerce de celeste. El joven delantero uruguayo llegó a Vigo el domingo y esta misma mañana selló su incorporación al RC Celta junto al presidente Carlos Mouriño en la sede social del club. Maxi será celeste hasta 2022.

Con tan solo 20 años de edad, Maxi Gómez (Paysandú, 1996) ha sido definido por diferentes analistas no sólo como el mejor jugador del Torneo Apertura de Uruguay, sino como el futbolista con mayor proyección del país suramericano. El RC Celta aporta a su plantilla presente y futuro con la incorporación de este goleador de gran envergadura, buena técnica y habilidad en el remate. El atacante charrúa llega procedente del Defensor Sporting, club con el que se proclamó campeón del Torneo Apertura 2017.

VARIOS

10 FIESTAS HISTÓRICAS GALLEGAS QUE TIENES QUE VISITAR.

Indiscutiblemente a los gallegos nos gustan las fiestas como a nadie. Y aunque se celebran a lo largo de la comunidad durante todo el año, cuando llega la primavera su número se va incrementando exponencialmente, hasta que, en agosto, **toda Galicia es una fiesta**. De tal modo, resulta imposible que no haya alguna que atraiga incluso al más reticente a las **verbenas**, las **ferias** y los **mercados**.

Por si todo ello fuera poco, en cada una de las cuatro provincias se organizan diversas **celebraciones que conmemoran** determinados **acontecimientos históricos**, por lo que la celebración, la cultura y el patrimonio configuran una combinación irresistible. Te recomendamos **diez fiestas históricas** con las que disfrutarás:

1. ARDE LUCUS.

Cada año, a finales de junio, Lugo vuelve a convertirse en *Lucus Augusti* para celebrar el **Arde Lucus**, Fiesta de Interés Turístico Nacional. El casco histórico de la ciudad, bajo la atenta mirada de la Muralla Romana, se convierte en un hervidero de gente, la mayoría vestida de época, que disfruta de los **combates de gladiadores**, **carreras de cuádrigas**, un mercado, un campamento romano, un asentamiento galaico, banquetes y todo tipo de representaciones de aquel periodo histórico, como la **venta de esclavos** y la **constitución del Senado**.



2. FESTA DA HISTORIA DE RIBADAVIA.

La *Festa da Historia de Rivadavia*, declarada Fiesta de Interés Turístico Nacional, está documentada desde el siglo XVII, aunque dejó de celebrarse en 1868. A partir de 1989, se revivió esta tradición que se ha convertido en una visita obligada, para los que gusten de la época medieval, **el último sábado de cada mes de agosto**. La villa, perfectamente conservada en sus trazos y edificios, regresa al pasado con la judería medieval, los **torneos**, los mercados, las representaciones teatrales y los **desfiles**. Habremos de tener en cuenta que también se establece un banco para cambiar las monedas, pues la oficial en los festejos es el **maravedí**.



VARIOS

3. FESTA DO ESQUECEMENTO DE XINZO DE LIMIA.

Se cuenta que, cuando **las legiones** comandadas por Décimo Junio Bruto llegaron al **río Limia**, los habitantes de esas tierras, para rechazar a los conquistadores romanos, **les hicieron creer que era el Leteo** (Lethes), el río del Olvido, aquel que si se cruza hace perder por completo la memoria. Así que los legionarios se negaron a cruzar para seguir con la conquista de la Gallaecia, hasta que **Décimo Junio Bruto**, tomando el estandarte de uno de sus hombres, **cruzó a la otra orilla** y, desde ella, fue llamándolos uno a uno por su nombre. Cada año, en el mes de agosto, se recrea este acontecimiento en la localidad de **Xinzo de Limia** (Ourense), al tiempo que se organizan actuaciones musicales, espectáculos circenses, un **mercado artesano, desfiles y banquetes de época**, entre otros.



4. FEIRA FRANCA DE PONTEVEDRA.

Pontevedra es otro de esos lugares imprescindibles a donde tenemos que ir para disfrutar del Medioevo en una feria franca declarada Fiesta de Interés Turístico de Galicia. La **Feira Franca** comenzó a celebrarse, nada más y nada menos, que en 1467, por un privilegio real de Enrique IV, que dio permiso para organizarla anualmente **quince días después del 24 de agosto, día de San Bartolomé**. Para la celebración, **en el maravilloso casco histórico pontevedrés**, las gentes visten de época, los comercios venden los vestidos más fabulosos y los lucen en sus escaparates, las calles se engalanan, el mercado se atiborra de gente y aquí y allá se celebran estupendos **banquetes** que se amenizan con música y desfiles.



5. FEIRA FRANCA MEDIEVAL DE BETANZOS.

En el norte, vale la pena destacar una villa medieval cuyo sobrenombre lo dice todo: **Betanzos dos Cabaleiros**.

La **Feira Franca de Betanzos** se celebra durante tres días **en el mes de julio**. Sus calles medievales y blasonadas se engalanan con estandartes y banderolas, y se convierten en el escenario de **torneos, actuaciones malabares, recreaciones históricas**, como la expulsión de los leprosos, y mercados en los que pasar una jornada inolvidable en esta Fiesta de Interés Turístico de Galicia.



VARIOS

6. FESTA DA ARRIBADA DE BAIONA.

Baiona fue la primera localidad del Viejo Mundo que tuvo noticia del descubrimiento de América. **A su puerto llegó el 1 de marzo de 1493 la carabela la Pinta**, comandada por Martín Alonso Pinzón y pilotada por Diego Sarmiento. Cada año, **el fin de semana siguiente a ese primero de marzo** se celebra, para conmemorar tal hecho, la **Festa da Arribada**. Las calles de la villa regresan al siglo XV **con juglares**, el mercado, **torneos** y una recreación de tal momento histórico. Si asistes a esta Fiesta de Interés Turístico Internacional, no te olvides de probar **los ñoclos**, un postre que dicen que curó a Pinzón del estado en el que venía, débil y enfermo, de aquel espectacular viaje.



7. BATALLA NAVAL DE A CORUÑA.

La **Batalla Naval de A Coruña** conmemora el **ataque a la ciudad de la escuadra inglesa comandada por Francis Drake en el año 1589**, como represalia por haber intentado la Armada Invencible aquel ataque fallido contra Inglaterra. En la batalla, que se representa **la segunda semana del mes de agosto**, durante las Fiestas de María Pita, se puede disfrutar de un fabuloso **espectáculo pirotécnico** y de la **entrada de los navíos en la bahía**.



8. FESTA DA RECONQUISTA DE VIGO.

Cada año, en **Vigo**, se celebra la **Festa da Reconquista**, recreando lo acontecido en marzo de 1809, cuando la ciudad se liberó de la ocupación militar napoleónica. Se representan así los momentos más importantes de aquellos días en los que **se expulsó a las tropas francesas** de esta tierra, en unas jornadas en las que la ciudad y sus gentes regresan al siglo XIX.



VARIOS

9. ROMERÍA VIKINGA DE CATOIRA.

Declarada Fiesta de Interés Turístico Nacional, la **Romería Vikinga de Catoira** se celebra desde 1960 **cada primer domingo del mes de agosto**, cuando se emula la llegada de los bárbaros en barcos que reproducen **los drakar vikingos**, tal y como sucedía con frecuencia en estas costas.

El **asalto a las torres de Catoira** va acompañado de toda una fiesta gastronómica y un banquete vikingo, donde **el vino tinto del Ulla** es un componente fundamental de la celebración.



10. OENACH ATLÁNTICO DE SEDES.

Si Galicia cuenta con grandes fiestas que recuerdan su enfrentamiento con los franceses, con los ingleses, la época medieval y su pasado romano, también hace lo propio con **la cultura** y las **tradiciones celtas** en celebraciones de tamaño más modesto, pero igual de recomendables. Por elegir una entre todas ellas, vale la

pena citar el **Oenach Atlántico de Sedes (Narón)**, donde se mezcla el celtismo con la tradición, la música y la artesanía, **en una aldea castreña** y que fue declarada, en 2014, Fiesta de Interés Turístico de Galicia.



COMO EVITAR QUE UN LIMÓN EMPEZADO SE SEQUE.

Un **truco de cocina** muy sencillo pero que esperamos que os resulte muy útil, y es, **cómo evitar que se seque un limón empezado con un palillo**.

Nos ponemos en situación, necesitamos una o dos rodajas de limón para extraer unas gotas de zumo, para servir en un plato o en una bebida... Así que nos quedará más de medio limón para consumir en otra ocasión, pero deberá ser a la mayor brevedad si no queremos que se seque.

Muchas veces el recurso es **envolver el cítrico** con film de cocina transparente o con papel de aluminio, también es habitual introducirlo en un pequeño táper.

Pero hoy os mostramos otro recurso muy simple y práctico, para el que sólo necesitamos un palillo. El truco consiste en cubrir el corte del limón con la tapa de la propia fruta, por lo que antes de cortar la rodaja que se necesita, se debe cortar la *'tapa'* del cítrico, pero no simplemente la punta, conviene tener en cuenta que ésta **cubra toda la pulpa**.



VARIOS

A COCINAR: RECETAS FÁCILES: COLA DE RAPE EN SALSA CON LANGOSTINOS.



Ingredientes para 2 personas:

- Una cola de rape, una cucharada de harina, aceite, sal, media docena de langostinos.

Para la salsa:

- Una cucharada de aceite, 4 cucharadas de salsa de tomate, un diente de ajo, media cucharadita de pimentón, una cucharada colmada de perejil picado.

ELABORACIÓN: La salsa.

Ponemos el aceite en una sartén y doramos (apenas) el ajo picado muy fino. Agregamos la salsa de tomate y dejamos que se sofría con el ajo, a fuego suave, durante unos 5 minutos.

Agregamos el perejil y seguimos sofríendola suavemente otros 5 minutos (si andamos con prisas, también vale con algo menos). Añadimos por último el pimentón, revolvemos bien, apagamos y lo reservamos.

Preparación:

Cocemos los langostinos en agua salada hirviendo durante un par de minutos (algo más si son grandes), los sacamos del agua, los dejamos templar y los pelamos reservando solo las colas.

Enharinamos la cola de rape y la salteamos en una cucharada de aceite, primero a fuego alto, después a medio hasta que esté casi hecha.

Volcamos la salsa sobre el rape y agregamos si lo vemos necesario, un poquito del agua de cocer los langostinos.

Dejamos que de un hervor de un minuto y añadimos también los langostinos y por último, lo espolvoreamos con perejil fresco picado.

VARIOS

RECETA PARA HACER LA MEJOR TARTA DE LIMÓN.



Ingredientes para unos 8 ó 10 comensales aprox.:

- 1 paquete de galletas maría dorada (sobaos, bizcochos de soletilla, al gusto), 100gr de mantequilla derretida, 2 sobres de gelatina de limón, 500ml de nata para montar (crema de leche, media crema), 250gr de queso crema tipo queso Philadelphia o similar de marca blanca, 100gr de azúcar, 200ml de agua, 150ml de leche entera.

Herramientas:

Utilizaremos un molde desmontable de 20 cm de diámetro.

Preparación:

1. Picaremos las galletas con el robot de cocina hasta hacerlas casi polvo. Mezclaremos las galletas con la mantequilla derretida hasta formar una masa para la base de la tarta. Colocaremos la masa sobre la base del molde y cubriremos toda la superficie de forma homogénea, nos ayudaremos de una espátula de silicona o de una cuchara para aplastar bien la masa. Dejaremos reposar la masa ya colocada en el molde en el frigorífico hasta su uso.
2. En un bol mezclaremos la nata con la crema de queso, la leche y el azúcar, batiremos bien todos los ingredientes hasta que estén bien integrados.
3. Calentar los 200 ml de agua para disolver la gelatina de limón, dejaremos enfriar un poco y añadiremos a la mezcla anterior, remover o batir bien la mezcla para que integren los ingredientes. Echaremos esta mezcla encima de la base de galleta que teníamos reservada en el frigorífico, dejaremos enfriar unas 3 horas mínimo hasta que se cuaje y este sólida.

VARIOS

NUESTRA GENTE: PASIÓN POR LA APICULTURA.

José Martínez Campos, nace en Tebra el 16 de Febrero de 1.976 y en la actualidad desempeña su trabajo en Mantenimiento Ferraje.

Comienza su afición por la apicultura desde muy pequeño ya que muy cerca de casa de sus padres había unos cortizos (como se denominaban las antiguas colmenas hechas de alcornoque). Unos vecinos tenían más de 100 cortizos y él les iba a ayudar a cuidarlas y a extraer la miel.



-¿Cuándo te decides a comenzar en la aventura de la apicultura?

Hace aproximadamente 10 años tomo la decisión de poner unas colmenas en una finca en Tebra que es mi pueblo natal, me encantaba de pequeño ayudar a estos vecinos que tenían sus cortizos y por fin me decido a criar mis propias colmenas y tener mi propia producción de miel, un alimento totalmente natural y muy sano. Como no tenía ninguna experiencia más que la de cuando era niño comienzo a leer, a ver documentales, a asistir a charlas y a preguntar a gente veterana en el tema y así me lanzo a criar mis propias abejas.

-¿Qué es lo que hace que digas que el mundo de las abejas es apasionante?

Dentro de una colmena existe un mundo increíblemente bien organizado. En las colmenas existen tres clases de abejas: la reina, los zánganos y las obreras. Cada una tiene una labor dentro de la colmena y durante toda su vida cada una realiza exclusivamente su tarea. La reina es la única hembra fértil que pone huevos fecundados que dan origen a las abejas obreras infértiles y pone huevos no fecundados que dan origen a zánganos fértiles. Los zánganos son los encargados de fecundar a la reina. Y las abejas obreras podemos decir que realizan el “trabajo de campo”, unas limpian la colmena, otras localizan la comida, otras traen esa comida a la colmena y así hacen que ese mundo interior funcione perfectamente. Sólo hay una reina por cada colmena y cuando la población de la colmena es demasiado grande se crea otra reina que será la que se quede, y la antigua reina abandona la colmena con la mitad de las abejas que la formaban, de ahí que en muchas ocasiones veamos nidos en los árboles por ejemplo, la mayoría de esos nidos son reinas que se han ido de una colmena. Para evitar que se marchen se colocan alzas, para que la antigua reina se pueda quedar en el alza y así no la perdamos.

VARIOS

-¿Cuál es el mantenimiento que tienen las colmenas?

Se deben visitar una vez a la semana para comprobar que todo está bien, ver que entran y salen de la colmena y si todo está en orden poco más hay que hacer durante el año. La época de trabajo es a finales del mes de agosto cuando tenemos que sacar la miel de los panales. Para retirar los panales se utiliza humo que las adormece y así no atacan. Los panales están sellados por las mismas abejas así que lo primero es retirar esa tapa de cera y a continuación se centrifuga el panal para extraer la miel que va directamente a un bidón de inox donde la dejamos reposar un mes, para que los posibles restos de cera floten en la superficie y la miel quede totalmente limpia. Ahora ya podríamos empezar el proceso de envasado. De cada colmena se pueden extraer sobre unos 20 kilos de miel.



-¿Cómo afecta la llegada de la avispa asiática?

Afecta muy negativamente porque mata a las abejas autóctonas para alimentar a sus larvas. Se coloca en la piquera (entrada) de la colmena y como tiene un tamaño mucho mayor que las nuestras las mata en cuanto salen, les arranca la cabeza, las alas y las patas y lleva el cuerpo a su nido. De seguir aumentando su número en pocos años podría terminar con la población de abejas autóctonas. Las abejas son muy necesarias en la naturaleza entre otras cosas por su contribución a la polinización y además la miel es un alimento 100% natural que tiene además la característica de ser su sabor y su color típico de cada zona ya que el tipo de miel depende de los pastos y las flores que hay en un radio de tres kilómetros alrededor de la colmena que es de donde se alimentan.



VARIOS

Por este motivo, por ejemplo, la miel del baixo miño es más clara, porque abunda el eucalipto y la de la zona del caurel es mucho más oscura porque abunda la *carqueixa*.

-Alguna experiencia complicada con tus amigas las abejas...

Pues la verdad es que no, salvo si me pican en la cara que tengo que ir inmediatamente a urgencias.... Las abejas nunca pican porque sí, sólo se defienden si se sienten atacadas. De hecho, incluso conocen a la persona que las cuida por el olor por eso no es recomendable perfumarse demasiado antes de ir a visitarlas porque podrían no reconocerte y creer que les vas a hacer daño.

Pues ya veis, el apasionante mundo de la apicultura nos ha descubierto que dentro de una colmena hay un estructurado de forma muy precisa para que podamos disfrutar de un delicioso manjar como es la miel. Así que ya sabéis, si veis un nido de avispa asiática poneros en contacto con el ayuntamiento correspondiente para ayudar a la conservación de nuestra abeja autóctona.



Muchas gracias Jose por compartir con nosotros tus conocimientos sobre apicultura y habernos descubierto el mundo interior de una colmena. Ahora a disfrutar de un alimento totalmente natural y con innumerables beneficios para nuestra salud.

VARIOS

TABLA DE MAREAS JULIO

DÍA			MAREAS DE VIGO					ACTIVIDAD MEDIA
			1ª MAREA	2ª MAREA	3ª MAREA	4ª MAREA	COEFICIENTE	
1 S		▲ 7:03 h ▼ 22:15 h	4:31 h ▼ -1,0 m	10:49 h ▲ 0,8 m	16:50 h ▼ -0,8 m	23:11 h ▲ 0,9 m	49 bajo	
2 D		▲ 7:03 h ▼ 22:15 h	5:34 h ▼ -0,9 m	11:52 h ▲ 0,7 m	17:58 h ▼ -0,8 m		48 bajo	
3 L		▲ 7:04 h ▼ 22:15 h	0:16 h ▲ 0,8 m	6:36 h ▼ -0,9 m	12:55 h ▲ 0,8 m	19:04 h ▼ -0,8 m	51 medio	
4 M		▲ 7:04 h ▼ 22:15 h	1:19 h ▲ 0,7 m	7:33 h ▼ -0,9 m	13:52 h ▲ 0,8 m	20:02 h ▼ -0,9 m	55 medio	
5 X		▲ 7:05 h ▼ 22:14 h	2:14 h ▲ 0,8 m	8:22 h ▼ -1,0 m	14:40 h ▲ 1,0 m	20:51 h ▼ -1,0 m	61 medio	
6 J		▲ 7:06 h ▼ 22:14 h	3:02 h ▲ 0,9 m	9:06 h ▼ -1,0 m	15:22 h ▲ 1,1 m	21:34 h ▼ -1,1 m	67 medio	
7 V		▲ 7:06 h ▼ 22:14 h	3:43 h ▲ 0,9 m	9:45 h ▼ -1,1 m	16:00 h ▲ 1,2 m	22:12 h ▼ -1,2 m	71 alto	
8 S		▲ 7:07 h ▼ 22:13 h	4:21 h ▲ 1,0 m	10:21 h ▼ -1,2 m	16:36 h ▲ 1,3 m	22:48 h ▼ -1,3 m	75 alto	
9 D		▲ 7:08 h ▼ 22:13 h	4:56 h ▲ 1,1 m	10:56 h ▼ -1,2 m	17:10 h ▲ 1,4 m	23:23 h ▼ -1,3 m	77 alto	
10 L		▲ 7:09 h ▼ 22:12 h	5:30 h ▲ 1,1 m	11:30 h ▼ -1,3 m	17:44 h ▲ 1,4 m	23:58 h ▼ -1,4 m	78 alto	
11 M		▲ 7:09 h ▼ 22:12 h	6:05 h ▲ 1,1 m	12:05 h ▼ -1,3 m	18:20 h ▲ 1,4 m		78 alto	
12 X		▲ 7:10 h ▼ 22:11 h	0:33 h ▼ -1,4 m	6:41 h ▲ 1,1 m	12:41 h ▼ -1,3 m	18:57 h ▲ 1,4 m	75 alto	
13 J		▲ 7:11 h ▼ 22:11 h	1:10 h ▼ -1,4 m	7:20 h ▲ 1,1 m	13:20 h ▼ -1,2 m	19:37 h ▲ 1,3 m	72 alto	
14 V		▲ 7:12 h ▼ 22:10 h	1:50 h ▼ -1,3 m	8:02 h ▲ 1,0 m	14:02 h ▼ -1,1 m	20:20 h ▲ 1,2 m	67 medio	
15 S		▲ 7:13 h ▼ 22:10 h	2:34 h ▼ -1,2 m	8:49 h ▲ 1,0 m	14:49 h ▼ -1,0 m	21:09 h ▲ 1,1 m	62 medio	
16 D		▲ 7:13 h ▼ 22:09 h	3:24 h ▼ -1,1 m	9:42 h ▲ 0,9 m	15:45 h ▼ -1,0 m	22:06 h ▲ 1,0 m	59 medio	
17 L		▲ 7:14 h ▼ 22:08 h	4:23 h ▼ -1,1 m	10:44 h ▲ 0,9 m	16:52 h ▼ -0,9 m	23:12 h ▲ 1,0 m	58 medio	
18 M		▲ 7:15 h ▼ 22:07 h	5:29 h ▼ -1,0 m	11:53 h ▲ 0,9 m	18:06 h ▼ -0,9 m		62 medio	
19 X		▲ 7:16 h ▼ 22:07 h	0:23 h ▲ 1,0 m	6:39 h ▼ -1,1 m	13:03 h ▲ 1,0 m	19:18 h ▼ -1,1 m	69 medio	
20 J		▲ 7:17 h ▼ 22:06 h	1:33 h ▲ 1,1 m	7:45 h ▼ -1,2 m	14:07 h ▲ 1,2 m	20:23 h ▼ -1,3 m	79 alto	
21 V		▲ 7:18 h ▼ 22:05 h	2:37 h ▲ 1,2 m	8:44 h ▼ -1,4 m	15:05 h ▲ 1,4 m	21:21 h ▼ -1,5 m	88 alto	
22 S		▲ 7:19 h ▼ 22:04 h	3:34 h ▲ 1,4 m	9:39 h ▼ -1,5 m	15:58 h ▲ 1,6 m	22:15 h ▼ -1,7 m	95 muy alto	
23 D		▲ 7:20 h ▼ 22:03 h	4:27 h ▲ 1,5 m	10:29 h ▼ -1,6 m	16:48 h ▲ 1,8 m	23:05 h ▼ -1,8 m	99 muy alto	
24 L		▲ 7:21 h ▼ 22:02 h	5:17 h ▲ 1,6 m	11:17 h ▼ -1,7 m	17:35 h ▲ 1,8 m	23:52 h ▼ -1,9 m	99 muy alto	
25 M		▲ 7:22 h ▼ 22:01 h	6:04 h ▲ 1,5 m	12:03 h ▼ -1,7 m	18:21 h ▲ 1,8 m		94 muy alto	
26 X		▲ 7:23 h ▼ 22:00 h	0:38 h ▼ -1,8 m	6:49 h ▲ 1,4 m	12:47 h ▼ -1,6 m	19:06 h ▲ 1,7 m	87 alto	
27 J		▲ 7:24 h ▼ 21:59 h	1:22 h ▼ -1,7 m	7:34 h ▲ 1,3 m	13:31 h ▼ -1,4 m	19:51 h ▲ 1,5 m	77 alto	
28 V		▲ 7:25 h ▼ 21:58 h	2:06 h ▼ -1,5 m	8:18 h ▲ 1,1 m	14:16 h ▼ -1,3 m	20:36 h ▲ 1,2 m	66 medio	
29 S		▲ 7:26 h ▼ 21:57 h	2:51 h ▼ -1,2 m	9:05 h ▲ 0,9 m	15:03 h ▼ -1,0 m	21:24 h ▲ 1,0 m	56 medio	
30 D		▲ 7:27 h ▼ 21:56 h	3:40 h ▼ -1,0 m	9:57 h ▲ 0,8 m	15:58 h ▼ -0,9 m	22:19 h ▲ 0,8 m	47 bajo	
31 L		▲ 7:28 h ▼ 21:55 h	4:36 h ▼ -0,9 m	10:57 h ▲ 0,7 m	17:04 h ▼ -0,7 m	23:24 h ▲ 0,6 m	42 bajo	

EMPRESAS COLABORADORAS

CONVENIO CON BBVA.



RENOVADO ACUERDO PARA AFILIADOS SIT-FSI

Domicilia tú nómina en BBVA y disfruta de estas ventajas :

Llévate un **smartphone LG K7** o una **televisión LG de 32"**



Una hipoteca desde euribor **+ 0,99**



Y Disfruta de Condiciones Especiales en :

- Préstamos Personales
- Planes Pensiones
- Fondos Inversión
- Seguros

siempre con un **Gestor Personal a tu disposición**

Descubre más aquí
www.bbvacolectivos.com/1203/sitfsi

