

# MONTEPÍO

Revista del Montepío y Mutualidad de la Minería Asturiana

Nº 81 enero de 2019

## Nueva temporada con mejoras

en nuestros centros Destinos de Sol  
y Balneario de Ledesma

### Nuevos servicios

Escuela de Salud y  
Orientación Social

pág. 4

### “Age friendly”

Proyectos intergeneracionales  
en la residencia de Felechosa

pág. 58

### Las mujeres y el carbón

Reivindicando su historia

pág. 92



**MONTEPIÓ**  
Y MUTUALIDAD DE LA  
MINERÍA ASTURIANA

**OVIEDO oficinas centrales:**

Plaza Primo de Rivera, 2 - 1ª Planta  
33001 Oviedo  
Tel. 985 96 54 85 Fax 985 96 37 14  
[www.montepio.es](http://www.montepio.es)  
[plansocial@montepio.es](mailto:plansocial@montepio.es)

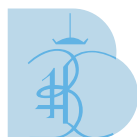


**FUNDACIÓN  
OBRA SOCIAL  
MONTEPIÓ**



**RESIDENCIA SPA  
DE FELECHOSA  
MONTEPIÓ**

Barrio Parte Alta Las Pedrosas 2  
33688 Felechosa. Aller. Asturias  
Tel. 985 487 511  
[www.residenciaspafelechosa.com](http://www.residenciaspafelechosa.com)



**BALNEARIO  
DE LEDESMA  
MONTEPIÓ**

Balneario de Ledesma  
37115 Vega de Tirados. Salamanca  
Tel. 923 149 100 / 923 149 101  
[www.balnearioledesma.com](http://www.balnearioledesma.com)



**DESTINO DE SOL  
DE ROQUETAS  
MONTEPIÓ**

Avda. Las Gaviotas, s/n  
Urbanización Roquetas  
04740 Roquetas de Mar. Almería  
Tel. 950 334 112 / Fax 950 333 887  
[www.destinosdesol.es](http://www.destinosdesol.es)



**DESTINO DE SOL  
DE LOS ALCÁZARES  
MONTEPIÓ**

Urbanización Europa  
30710 Los Narejos.  
Los Alcázares. Murcia  
Tel. 968 334 502 / Fax 968 334 547  
[www.destinosdesol.es](http://www.destinosdesol.es)

**JUNTAS LOCALES:**

**CANGAS DEL NARCEA**

C/ Pintor Luís Álvarez, 8 bajo  
33800 Cangas del Narcea  
Tel. 985 81 22 30  
Martes de 10:30 a 13:30 h.  
y Jueves de 17 a 19 h.

**EL ENTREGO**

C/Manuel González Vigil, s/n  
33940 El Entrego  
Tel. 985 66 07 19  
Miércoles 11 a 13 h.  
Jueves 16 a 18 h.

**GIJÓN**

C/ Perlora, 14 bajo  
33207 Gijón  
Tel. 985 34 84 75  
Martes y jueves 16 a 18 h.  
Lunes y miércoles de 11 a 13 h.

**LA FELGUERA**

Trav. Daniel A. Glez., 1 bajo  
33930 La Felguera  
Tel. 985 67 36 55  
Lunes 16 a 18 h.  
Martes y jueves 10 a 13 h.

**MIERES**

C/ Ramón Pérez de Ayala, 29 bajo  
33600 Mieres  
Tel. 985 45 19 64  
Lunes de 11 a 13 h.  
Miércoles y jueves de 16 a 18h.

**MOREDA DE ALLER**

Av. de la Constitución, 73 bajo  
33670 Moreda de Aller  
Tel. 985 48 34 88  
Lunes y miércoles de 17 a 19 h.  
Jueves de 11 a 13 h.

**POLA DE LAVIANA**

C/ Gijón s/n  
33980 Pola de Laviana  
Tel. 985 61 04 22  
Lunes y miércoles de 16 a 18 h.  
Jueves de 11 a 13 h.

**POLA DE LENA**

C/ Severo Ochoa, 6 bajo  
33630 Pola de Lena  
Tel. 985 49 25 55  
Lunes y miércoles de 17 a 18 h.  
Martes de 11 a 13 h.

**POLA DE SIERO**

C/ Danza Prima, 16 bajo  
33510 Pola de Siero  
Tel. 985 72 43 56  
Martes de 9:30 a 13:30 h.  
Miércoles de 16 a 18 h.

**RIOSA-MORCÍN**

Av. de Aramo, 21 bajo  
33160 La Ará - Riosa  
Tel. 985 76 71 64  
Lunes y miércoles de 17 a 19 h.  
Jueves de 11 a 13 h.

**SAMA DE LANGREO**

C/ Torre de Abajo, 63  
33900. Sama de Langreo  
Tel. 985 67 36 66  
Lunes y jueves de 10 a 13 h.  
Miércoles de 16 a 18 h.

**SANTA CRUZ DE MIERES**

Edificio Jardín Sol, 2 bajo E  
33612 Santa Cruz  
Tel. 985 42 21 22  
Lunes de 11 a 13 h.  
Martes y jueves de 17 a 19:30 h.

**SOTRONDIO**

Av. Constitución, 35 bajo  
33950 Sotondio  
Tel. 985 67 26 12  
Lunes y jueves de 16 a 18 h.  
Miércoles de 10 a 13 h.

**TEVERGA**

Ctra. Puerto Ventana, s/n  
33110 San Martín-Teverga  
Tel. 985 76 45 26  
Martes y jueves de 11 a 13 h.

**TINEO**

Plaza de Las Campas, 4 1º  
33870 Tineo  
Tel. 985 80 01 86  
Lunes a viernes de 18 a 20 h.

**TURÓN**

C/ Rafael del Riego, 32 bajo  
33610 Turón  
Tel. 985 43 17 02  
Lunes y miércoles de 16 a 18 h.  
Jueves de 12 a 13 h.

## SUMARIO

---

### Revista Montepío

Publicación semestral del Montepío y Mutualidad de la Minería Asturiana con información de la actividad de esta entidad social sin ánimo de lucro e histórica para los mineros asturianos y sus familias.

Plaza General Primo de Rivera 2, 1ª planta. 33001 Oviedo.

montepio@montepio.es

www.montepio.es

Síguenos en las Redes sociales



### Consejo de redacción:

Juan José González Pulgar (presidente), Víctor Montes Díaz (secretario), Jesús Armando Fernández Natal (interventor), Ángel Orviz García (contador), Celso Ordiales Méndez, Ricardo Suárez Alonso, Florentino Montes García (vocales), Arsenio Díaz Marentes y Luis Mariano Lueje Díaz (representantes de las Juntas Locales).

**Director:** Alberto Argüelles Argüelles (Director de Comunicación del Grupo Montepío de la Minería Asturiana).  
revistamontepio@montepio.es

**Coordinación:** Carolina Fernández.

**Diseño:** Think diseño, comunicación & +  
www.thinkdiseño.com

**Fotografías y colaboraciones en redacción:** Natalia Cabal y Amador Martínez (Directores Técnicos), Elisa Alonso (Fundación Obra Social), José Luis Sánchez, J.L.C., Víctor Cabal (Asesor en Turismo), Ana Menéndez (psicóloga), Fernando López, Fernando Gómez, Dra. Encarna Montejo y personal de los residenciales del Montepío.

**Maquetación:** Fusion 10.  
www.fusion10.net

Los artículos y fotografías son originales de la revista Montepío y no pueden ser reproducidos sin el permiso previo de la Mutualidad Minera Asturiana.

D.L.: AS 03263-2014

(Época primera M-21444-1992)

Esta revista ha sido impresa en papel certificado FSC®, en cuyo proceso de producción se han tenido en cuenta criterios de sostenibilidad y respeto al medio ambiente.

## 02 Retos y compromisos editorial

## 08 Asamblea 2018 noticias

## 22 Baños termales balneario de ledesma

## 36 Historia de Asturias en 25 km vivencias en la montaña

## 58 Practicando "age friendly" residencia spa felechosa

## 70 Santa Bárbara en Los Alcázares destinos de sol

## 84 Balance plan de pensiones seguridad social y mutualismo

## 04 La Fundación en marcha noticias

## 18 La gestión, al día noticias

## 27 Temporada 2019 balneario de ledesma

## 41 Información para mutualistas tarifas 2019

## 68 Ruta aérea Asturias-Murcia destinos de sol

## 73 Presentina Glez. Ordóñez vidas mutualistas

## 92 En femenino plural álbumes del carbón

# Retos y compromisos

Llegamos a 2019 cargados de proyectos y con un intenso trabajo repartido en dos frentes: por un lado, el desarrollo de los planes estratégicos del Montepío y sus empresas, con el reto de modernizar las instalaciones y profesionalizar la gestión, objetivos clave para consolidar una línea resultados positivos. Y por otro, el frente judicial, que desarrollamos sobre la base de nuestro trabajo y colaboración con el esclarecimiento de los hechos que en el pasado han asolado el patrimonio del Montepío.



Comisión Regional del Montepío y Mutualidad de la Minería Asturiana

A pesar de nuestras aportaciones e iniciativas, impulsadas por la Comisión de Investigación que mantene-mos abierta desde el mismo estallido del caso en otoño de 2014, nos encontramos en sede judicial con una oposición frentista, compartida curiosamente por los investigados y las acusaciones populares, lideradas por el Observatorio Contra la Corrupción (OCAN), que, como es sabido, es un instrumento vinculado al grupo político de Podemos, y que mantiene una inusitada e incomprensible beligerancia contra los actuales dirigentes del Montepío, mientras que las iniciativas contra los presuntos corruptos brillan por su ausencia. Mal asunto si se utiliza la instrucción del caso para hacer política, y más cuando estas acciones proceden de aquellos que un

día dijeron que venían a regenerar el panorama político de este país.

Estas iniciativas no nos sorprenden, puesto que en nuestro derecho a tener una estrategia procesal propia, de defensa de los intereses del Montepío y nuestros mutualistas, hemos sufrido medidas desproporcionadas e incomprensibles por parte de la Fiscalía y la Juez instructora, en un intento baldío de expulsarnos como Acusación particular, un derecho que, finalmente, ejerceremos desde la Residencia de Felechosa y también desde el Residencial de Los Alcázares, otro proceso paralelo donde también sufrimos un infructuoso intento de negarnos esa misma condición, pese a que resulta meridianamente claro que ha habido un claro aprovechamiento del Montepío para las actividades investigadas.

### La investigación, desde 1989

Estas cuestiones, junto con algunos interrogantes, pendientes de contestación, relacionados con el acceso al Sumario y a ciertas partes, a las que supuestamente el Montepío no tuvo acceso en un principio, nos hacen dudar de si en este proceso judicial y penal conocido como Caso Hulla, se está manteniendo un principio de igualdad.

A tiempo estamos de corregir actuaciones erráticas. Mientras tanto, mantenemos nuestra voluntad firme de que se investigue todo lo relacionado con el Montepío. Y por eso ya hemos solicitado a la Juez que la investigación se amplíe desde el año 1989 hasta 2013, dado que en el Sumario se registra documentación y testimonios que arrojan sombras de dudas sobre acontecimientos del pasado que nos atañen. Una vez más reiteramos nuestra firme decisión de extirpar el cáncer de todas las presuntas corrupciones que pudieron haberse cometido en el pasado.

### 1,1 millones para mejoras en centros

En otro orden de cosas, y tras años difíciles, con muchos esfuerzos y sacrificios, el Montepío y su Grupo de empresas han llegado a una etapa de consolidación y desarrollo. Para esta temporada 2019 están previstas inversiones tanto en el Balneario de Ledesma como en los residenciales de Los Alcázares y Roquetas de Mar, que sumadas dan un valor de 1,1 millones de euros. Además de necesarias para dar un mejor servicio a nuestros mutualistas, las mismas nos permitirán refrescar imagen y ser más competitivos en los sectores de mercado en los que operamos, donde la oferta y la calidad crece cada día.

Atrás dejamos un año marcado por la puesta en marcha de la Fundación Obra Social, una entidad que viene al Montepío dispuesta a ser el motor de nuestro proyecto solidario, una vuelta a nuestros orígenes mutualistas con objetivos y líneas de acción actualizadas a nuestro tiempo: ayudas sociales para todas las etapas de la vida, cultura y memoria, investigación, y presencia y servicio junto a un montón de asociaciones, entidades y organizaciones sociales y profesionales con las que colaboramos día a día, cada vez más.

**Hemos convertido nuestra crisis en una oportunidad para dibujar un Montepío distinto; desde la esencia solidaria aparecen nuevos caminos que vamos a recorrer con vuestro apoyo.**

El Montepío apuesta así por un modelo de empresa de Economía Social, donde los resultados y la riqueza que por actividad generan sus empresas, en las que hoy trabajan más de 260 personas, se reinvierte en la potenciación de sus propias instalaciones, mientras que los dividendos se orientan a través de la Fundación a iniciativas sociales por dos vías, las propias de nuestra Mutualidad, abierta ya a toda la familia minera, y las nuevas creadas, que iremos musculando económicamente con esos recursos obtenidos.

En algunas ocasiones, sirve con el trabajo comprometido: es el caso de nuestro reciente Calendario, dedicado a reivindicar el papel histórico de la mujer minera, que ha logrado trascendencia social gracias a la acción decidida en favor de la plena igualdad, y por poner en valor lo que hemos sido como colectivo, superador permanente de contingencias. Salir adelante está siempre en nuestro ADN obrero.

En definitiva, hemos convertido la crisis de 2014 en una oportunidad para dibujar un Montepío distinto, donde la esencia social y solidaria está en un primer plano y donde aparecen nuevos caminos que recorrer y nuevos servicios sobre los que trabajar, como la Asesoría múltiple legal, la Escuela de Salud "paciente activo" o el Servicio de Orientación Social. Todos nuestros centros trabajan ya sobre la base de planes modernos y de futuro, convencidos de que solo en la humildad del trabajo profesional, serio y riguroso recogeremos los frutos que merece un proyecto mutualista como el nuestro, y las miles de familias mineras que a lo largo del tiempo construyeron lo que hoy tenemos y gestionamos. Desde ese compromiso, no nos queda más que desearos que 2019 nos siga siendo propicio en salud, retos e ilusiones.

# La Fundación Obra Social, en marcha

La entidad marca ya el rumbo de nuestro proyecto mutualista, que camina firme hacia un proyecto de economía social, sin ánimo de lucro, con reversiones solidarias y nuevos servicios.

Cerramos el año 2018 con un hito en nuestra historia reciente: el 26 de marzo de 2018, la Consejería de Servicios y Derechos Sociales del Principado de Asturias publicó en el Boletín Oficial BOPA la constitución oficial de la "Fundación Obra Social Montepío de la Minería" declarándola de interés general, clasificándola como asistencial, y fijando su inscripción en el Registro de Fundaciones Asistenciales de Interés General de la Comunidad.

La constitución de esta Fundación supone, en palabras del presidente del Montepío, Juan José González Pulgar, "un necesario regreso a los orígenes y al espíritu que inspiró a mediados del siglo XIX el nacimiento de los distintos montepíos mineros existentes en Asturias, con una labor que desde el primigenio auxilio a las familias desamparadas tras los accidentes en las minas, fue evolucionando hacia una red de servicios sociales que han ido tocando desde la salud y la prevención a las ayudas

de orfandad o el estudio, pasando por los planes de ahorro y previsión, y las vacaciones sociales".

Este regreso al origen no solo responde a la conveniencia de canalizar e incluso regular las acciones de tipo social y solidario que el Montepío desarrolla y que ha ido implementando en estos últimos meses como un pilar fundamental del proyecto modernizador emprendido por la Mutualidad tras la crisis interna de 2014. La Fundación Montepío también supone un cambio legal dentro

**Su actividad supone un reencuentro con los orígenes y la recuperación del espíritu que inspiró la creación del Montepío.**

de la reorganización de la estructura del Grupo, separando su Obra Social del ámbito asegurador de su Mutualidad de familias mineras (planes de pensión y previsión, etc.) y el comercial llevado a cabo por las distintas empresas participadas: Balneario de Ledesma los Residenciales de Destinos de Sol de Los Alcázares y Roquetas de Mar y la Residencia SPA de Felechosa, proyecto cuya obra, más allá de la polémica, está cumpliendo con sus fines sociales con la reactivación de las Cuencas mineras, con un esfuerzo para superar de dificultades de toda índole y mantener un nivel de empleo próximo a los 90 puestos directos, con una atención a cerca de 200 familias, 170 de ellas de manera estable.

¿Por qué sin ánimo de lucro? De existir beneficios en las distintas actividades mercantiles del Grupo, fin para lo que el Montepío se afana ahora con un proyecto modernizador y profesionalizado en la gestión de sus instalaciones, su destino tie-



ne tres pilares: el mantenimiento de sus edificios (patrimonio mutualista) en las condiciones que exige su actividad social y comercial, el sostenimiento del empleo (más de 260 empleos en la actualidad, la mayoría en zonas sensibles, como son Cuenca minera y ámbitos rurales afectados por despoblamiento y envejecimiento), y finalmente los citados fines marcados para la Fundación de reversión a la sociedad mediante acciones en beneficio de la comunidad.

De esta forma, la Fundación Obra Social, el Montepío reordena su estructura y la consolida con la finalidad que persigue su actual proyecto, avalado por sus mutualistas en Asamblea, "la de ser una empresa

de economía social, sostenida por sus más de 10.000 familias mutualistas en Asturias, pero con proyectos abiertos al conjunto de la sociedad", manifiesta González Pulgar, que recuerda que hoy la entidad mantiene más de una treintena de acuerdos con asociaciones y colectivos vinculados a la discapacidad, las enfermedades crónicas, las personas mayores o los gremios profesionales y sindicales.

Las fundaciones como la nuestra contribuyen hoy en España al desarrollo económico, social y cultural, son generadoras de conocimientos y experiencias y crean valor añadido, al aportar todo su *know how* a proyectos innovadores y solidarios.

Se trata de un marco de nuevas oportunidades que el Montepío comienza a explorar, partiendo de su compromiso original con el progreso social, pero asumiendo nuevos retos y proyectos, acordes con el presente y, sobre todo, con la mirada puesta en el futuro.

En el último año, la política social del Montepío prestó ayuda dentro de su ámbito mutualista a 2.186 personas, con partidas que suman un valor global de 249.001,59 €. Por primera vez, en esta partida se incluye un fondo de 18.000 € destinados a programas de investigación, una línea que se pretende potenciar a lo largo de los próximos meses hacia el campo social y sanitario. ▴

En la web [www.montepio.es](http://www.montepio.es) encontraréis un espacio especial, destacado en color rosa, destinado a contaros todas las acciones y actividad de la Fundación Obra Social, donde se detallan las líneas de ayudas, convocatorias y solicitudes, con posibilidad de gestionarlas online. El mail [fundacion@montepio.es](mailto:fundacion@montepio.es) funciona como soporte, así como su red de juntas locales en Asturias.

También se ha implementado en este espacio de nuestra web un **Blog de Responsabilidad Social** en el que se van contando semana a semana las acciones sociales desplegadas por la Fundación Obra Social y los centros del Grupo Montepío.

# Arranca la Escuela de Salud y la red de Orientación Social

Dos nuevas prestaciones gratuitas se suman a la Asesoría Múltiple Legal con el fin de prevenir y mejorar la vida de enfermos crónicos y cuidadores con talleres sociosanitarios abiertos a la familia, guiados por profesionales, y una nueva unidad para ayudarte a localizar recursos o apoyo público.



Primer taller de la Escuela de Salud desarrollado por la Fundación en la Junta mutualista de Teverga

El Montepío de la Minería Asturiana ha puesto en marcha en este curso un nuevo servicio de Asesoría y Orientación Social, que se suma a los servicios de Asesoramiento Múltiple Legal y familiar, puestos en marcha el año pasado, y a la Escuela de Salud "Pacientes Activos", estrenada la pasada primavera en la Residencia de Felechosa y extendida tras el verano al conjunto de la familia mutualista.

El nuevo servicio de Orientación Social se configura como una ayuda de asesoramiento y consulta directa a la familia para orientar y resolver problemas de una manera personalizada.

El objetivo es asesorar sobre ayudas y recursos de todo tipo de la Administración y de fundaciones en

temas tan variados como la salud, becas, Seguridad Social y formación, asistencia, descanso o vacaciones, áreas en las que el Montepío cuenta con experiencia y profesionales especialistas. Este servicio se presta vía teléfono, mail y con atención personalizada en las juntas locales, previa cita.

**Los temas de asesoramiento son los siguientes:**

- Dependencia.
- Discapacidad.
- Ayudas de emergencia social.
- Violencia de género (contacto con el centro asesor de la mujer y su servicio jurídico)
- Vivienda.
- Prestaciones sociales.

Se espera que este asesoramiento vaya creciendo y ampliándose en función de los recursos que desde la administración se vayan poniendo a disposición de los ciudadanos, con un contacto constante por parte del Montepío con los distintos niveles, desde el marco europeo y estatal, y por supuesto el autonómico y de proximidad, con el Principado de Asturias y los ayuntamientos asturianos.

## "Pacientes Activos"

Por otro lado, el nuevo Servicio sociosanitario Escuela de Salud "Pacientes activos" ya ha comenzado su andadura para toda la comunidad mutualista del Grupo Montepío tras el éxito cosechado la pasada primavera con los seis talleres específicos desarrollados en la Residencia de Mayores de Felechosa. Este programa se desarrolla con el soporte de la Escuela de Pacientes Activos de la Consejería de Sanidad del Principado de Asturias, cuyos técnicos profesionales han tutelado para la implantación de estos talleres punteros, con gran reconocimiento internacional, en el campo de la prevención y el cuidado de la salud, muy apreciados por enfermos crónicos, familiares y cuidadores.

## La Asesoría Múltiple Legal y Familiar, también gratuita y de proximidad para nuestros residentes en Felechosa

Más de 200 personas han hecho uso ya de esta prestación, que el Montepío imparte con el apoyo profesional de Egolegal Abogados. Un servicio de consulta legal personalizado, directo, inmediato, confidencial y exclusivo para mutualistas.

La Escuela de Pacientes Activos del Montepío comenzó sus primeros talleres en las Juntas Locales de Gijón y Teverga. Son abiertos y gratuitos. En ellos se desarrollan contenidos formativos en salud y de programas de autogestión de enfermedad, donde se dota a las personas participantes de conocimientos y habilidades en patologías crónicas. El objetivo es introducir herramientas de autogestión de la enfermedad en personas que padecen procesos crónicos. Para su abordaje se pretende priorizar la activación del paciente, empoderar su labor y la de sus cuidadores, facilitándoles formación y recursos para capacitarles como transmisores de conocimientos a sus iguales. Los monitores de los talleres son personas que también padecen una enfermedad crónica y han sido previamente formados en el programa.

Si tienes una enfermedad como, diabetes, EPOC, hipertensión arterial o cualquier otra enfermedad crónica, o si eres cuidador, puedes beneficiarte del Programa Paciente Activo.

¡Da un paso adelante por la salud de los tuyos y apúntate!

La novedad de este curso es que los Residentes de Felechosa, sus familiares (directos) y trabajadores, sean o no mutualistas, también contarán con este servicio de forma gratuita, con asesoramiento para múltiples cuestiones del día a día en su ámbito familiar y personal: vivienda, matrimonio, herencias, reclamaciones de consumo, conducción, impuestos, plan de pensiones, temas penales etc.

Todos nuestros mutualistas interesados pueden acceder a este Servicio de Asesoría Múltiple Legal en las distintas juntas locales del Montepío, en coordinación con la sede central en Oviedo y con la firma profesional asociada Egolegal Abogados, especialistas en Derecho de Familia, Matrimonial y Hereditario. Actualmente, cuentan también con especiales legales en los ámbitos Penal y Administrativo.

En el supuesto de que su problema implicara procesos administrativos, o asuntos judiciales o de gestiones de revisión de escritos legales, como cartas de reclamaciones o un contrato que le hayan presentado, la Asesoría prestará sus servicios profesionales con un descuento exclusivo de un 20% sobre los honorarios por servicios jurídicos.

El servicio cuenta con una media de 10 consultas mensuales. Los temas más consultados son herencias, bancarias y temas personales/familiares.

Las juntas locales con más movimiento son Mieres, Gijón y Oviedo, donde nuestro asesor agiliza las entrevistas. En las encuestas se valoran los ahorros en notaría, y se percibe como un buen servicio, útil para el mutualista y su familia.

Sin duda, todos estos servicios aportan un importante valor añadido a la cobertura y los servicios que el Montepío ya ofrece a sus miembros.

Más información o solicitud de alguno de estos tres servicios en:  
[fundacion@montepio.es](mailto:fundacion@montepio.es) y 985 96 54 85 (laborables de 9 a 15 horas)

# Asamblea 2018

## El 92% de los mutualistas apoya la gestión y la reforma de Estatutos, en un nuevo ejercicio con 482.665 € de beneficio global

El pasado 22 de junio tuvo lugar en Oviedo la Asamblea anual del gran órgano de decisión de la entidad, representativo de las 10.000 familias mutualistas. La cita estuvo marcada por la consolidación de beneficios en el Balneario de Ledesma, Los Alcázares, Roquetas y la Residencia de Felechosa, además de la presentación de la Fundación Obra Social. Los familiares vinculados ya pueden ser elegidos tras el cambio estatutario.



El presidente del Montepío, Juan José Glez. Pulgar, se presentó a la cita satisfecho con un Balance anual con todos los residenciales en beneficio, dejando atrás la crisis de 2014 y con un Grupo más saneado y vertebrado, con fuerza para amortizar más deuda y seguir desarrollando su plan de modernización. Había puntos destacados, como la renovación de la Co-

misión de Control, la creación de una web corporativa, de una Comisión de Auditoría y la renovación del Auditor. Pero lo más destacado fue la modificación de Estatutos que, entre otras cosas, impulsan ese necesario relevo generacional que hace posible que los mutualistas Socios Familiares (no mineros, vinculados, hasta en segunda generación), ya puedan ser

elegidos para órganos de dirección. Además, se define la naturaleza de quienes son o tienen derecho a ser Socios Protectores.

Hubo expectación por parte de la prensa, debido a la repercusión del Caso Hulla, donde el Montepío ya ejerce como Acusación particular. También por la presencia del Secretario General del SOMA-UGT, José Luis Alperi, y de la Asociación de Vigilantes, Emilio Álvarez Otero, ambos socios protectores, en un momento sensible para la minería. También estuvieron presentes miembros de la autodenominada Asociación de mutualistas, que encabeza el exdirectivo Alberto Rubio, que fuera secretario general de CC OO en Asturias.

La Asamblea supuso un respaldo al proyecto liderado por Pulgar, tras recibir el apoyo del 92,55% de los mutualistas acreditados con solo 5,30%, y 2,15% de abstenciones.



## Balance de actividad

Antes de la votación, el presidente del Montepío analizó el balance del Grupo, que por tercer año consecutivo ha registrado beneficios (482.665 €) en cada una de sus actividades, incluida la Residencia de Felechosa, que en sus tres primeros años de vida llegó a dar unas pérdidas de 2,8 millones. Hoy la cara es otra: "Estas cifras son objetivamente mejores a las del año pasado", dijo, el primero en el que por primera vez todos los centros estuvieron en positivo.

Desde el atril, Pulgar defendió la propuesta de la dirección para la Reforma de Estatutos, una hoja de ruta que supone "una transición ordenada y prudente de la Mutualidad a la nueva realidad económica y social, con una apertura hacia el relevo natural de la familia minera y con una potenciación de su Fundación Obra Social como motor de actividad solidaria y soporte legal a las mercantiles que gestionan los residenciales y Balneario, con una mejor fiscalidad y ahorro empresarial".

## La Reforma de Estatutos, que abre la puerta a la renovación generacional y la elegibilidad de los familiares para puestos de dirección, también fue aprobada con el 87% de votos.

La propuesta fue ratificada por el 87,30% de la Asamblea (solo un 11,50% en contra). La medida entra en vigor en el próximo proceso electoral interno de junio de 2019, al culminar el tercer año del actual mandato.

Los cambios estatutarios también supondrán una reducción del número de miembros en la Comisión Regional: de 23 pasará a 15, más la inclusión de un profesional independiente, la regulación participativa de los socios protectores de la entidad (las organizaciones sindicales de

acuerdo con su representatividad histórica en minería), estableciendo además medidas mayores de control y garantía sobre el patrimonio y fondos de pensiones e inversión. Estos mayores controles llegan con filtros democráticos donde determinadas decisiones sobre operaciones económicas de cierta relevancia, deben ser vistas, aprobadas y ratificadas por por todos en Asamblea general.

En cuanto a la evolución de los datos generales, el presidente del Montepío destacó el aumento de la cifra de negocio, que alcanzó los 12,48 millones de euros (60.366 € más que el ejercicio anterior), reduciendo la deuda acumulada en 2015, al inicio del plan de choque, en 1,79 millones de euros. González Pulgar señaló que los beneficios del Montepío hubieran sido mucho mayores sin la carga de la deuda (hoy de 14,33 millones), pues 572.906 € se invirtieron en gastos financieros. La amortización de los créditos fue de 852.961, lo que eleva este capítulo a 1,42 millones de euros.

# Todos los residenciales en positivo



En el resumen por actividades, el **Balneario de Ledesma**, histórico buque insignia del Grupo (120 empleos, 13.000 clientes anuales), recoge una cifra de negocio de 5,71 millones, con 40.856 € menos que el anterior debido a una merma de ingresos vía programa Imsero y la subida de gastos en personal, reparaciones/inversiones y amortizaciones. Los resultados antes de impuestos llegan a los 279.974 €.

La **Residencia de Felechosa**, tras años con importantes pérdidas, presenta otro ejercicio con beneficios modestos (10.306 €), pero con más ingresos en estancias. Su unidad de atención a la discapacidad ya es una realidad. Han aumentado, eso sí, los gastos de personal, debido a que su plantilla ha crecido a 90 empleos. Actualmente tiene más ocupación y apuesta por la calidad y diversificar servicios, como un centro sociosanitario de atención de mayores con actividad cultural e intergeneracional, que en ocasiones provoca movimientos superiores a las 500 personas al día, cifra nada desdeñable para no ser un complejo urbano.

En cuanto al análisis de **los dos residenciales de la marca Destinos de Sol**, el complejo de 240 apartamentos de Los Alcázares registró 65.302 € de beneficio y Roquetas (126 apartamentos) 35.621 €. El de Murcia ha visto reducidas sus ganancias en 12.614 €, en gran parte por el daño generalizado tras la pérdida de banderas azules en las playas del Mar Menor, y por el envejecimiento de su principal cliente (el mutualista) "de ahí la necesidad de abrir la actividad a nuevos colectivos y operadores de viajes". Lo contrario ocurre en Costa de Almería, que aumenta de nuevo ingresos en 41.784 € (tuvo pérdidas hasta 2015), cambiado su situación tras abrirse al mercado de touroperadores europeos.

"¿Por qué con mejores resultados en ingresos y en la cifra de negocio consolidada (60.366 €) el beneficio del Montepío en 2017 es menor en 153.693 € que el año anterior?". El presidente fue directo: "Los gastos extraordinarios que supone nuestra presencia en casos judiciales se han llevado 126.760 €, el aumento en los gastos de personal 29.912 €, las in-

versiones y amortizaciones 50.355 € y la devolución de lo que se le debía a la plantilla del Balneario 60.793 €; todo cargas del pasado que suponen otros 267.820 € que nada tienen que ver con el funcionamiento profesional que hoy ofrecen nuestras actividades". Y añadió: "Sin esas cargas, habríamos cerrado con 720.485 €, y una tendencia creciente y consolidada, mejor que el año pasado".

Pulgar fue optimista al asegurar que "aún hay margen para mejorar resultados": "Los planes estratégicos funcionan y este año hemos dado un paso más con la profesionalización de las direcciones de los centros, para competir en el mercado privado. Además, ampliamos el número de convenios con entidades sociales a quienes ya ofrecemos servicios adaptados a sus necesidades".

Más allá de su actividad definida como empresa de economía social, el Grupo genera 260 empleos. Y la Fundación ha asumido ya el plan solidario, que en el último año prestó ayudas a 2.186 personas. "Un esfuerzo muy importante por lo que supone como herramienta de ayuda a las familias y reivindicación del papel y esencia original".

Pulgar subrayó que el "escenario que hoy vive el Montepío resulta complejo: la minería camina desgraciadamente a la desaparición; en el plano sindical, las fusiones en federaciones diluyen el peso del carbón; y en lo social, el envejecimiento nos esquilmaba el censo". Y añadió: "Nuestro gran reto es recomponer nuestra base social con el relevo de la familia minera, y con servicios que les resulten atractivos, mientras el Balneario y los residenciales apuestan por una gestión moderna, diversificada en clientes y abierta a la sociedad".



## Balance general

El presidente del Montepío repasó los principales temas:

### Situación social de las comarcas mineras

"Nuestras comarcas mineras siguen teniendo una pérdida de población imparable. A ello se añade el proceso de descapitalización humana que sufre nuestra región con la marcha de nuestros jóvenes. Nuestros mutualistas son en un porcentaje muy elevado pensionistas que no solo han asumido recortes en su pensión, sino que muchos han sido el sostén de toda la familia. En esta realidad, los ingresos de la Residencia de Mayores de Felechosa crecen en 230.000 €. Nuestro modelo es europeo y conecta con las políticas e iniciativas más avanzadas en envejecimiento activo".

### Inversiones

"El proceso de inversiones en las instalaciones del Montepío es una necesidad de mercado y competitividad que requiere cuantiosos recursos económicos. Cuando estos son escasos, como es nuestro caso, deben priorizarse con mucho

tino las actuaciones. Las primeras inversiones en el Balneario lo dotaron de instalaciones sostenibles, enfocadas al ahorro y la eficiencia energética. Ahora le toca el turno a ir remodelando espacios comunes, habitaciones y servicios que den prestación a nuestros clientes. No estamos actuando a ciegas, sino contando con la orientación profesional que un proyecto como nuestro Balneario requiere".

### Fundación, Plan Social y becas de investigación

Con la creación de la Fundación Obra Social del Montepío hemos conseguido que la necesidad legal de deslindar esta actividad de la que realiza la Mutualidad como empresa de previsión social, se transforme en un marco de oportunidades.

La Obra Social y Solidaria del Montepío es una señal de identidad como mutualidad, pero el Plan Social trasciende nuestro colectivo gracias a los convenios que nos unen con la sociedad actual. El Montepío ha destinado a contingencias generales 156.571 € y otros 92.430 € a ayudas sociales, de los

cuales, 18.000 € fueron a investigación y el resto a 155 becas. En total, una partida de 249.001,59 € de la que nos sentimos muy orgullosos".

### Fondo de pensiones

"Seguimos la tradición de defender un modelo conservador para el Fondo, con un riesgo limitado, pues el 70% de los recursos se invierten en renta fija. El fondo del Montepío es una hucha ajena a especulaciones y que no aspira a ser sustituto de la pensión, con un patrimonio que hoy ronda los 19 millones. Para quienes quieran rescatar su plan de pensiones o contratar un producto de ahorro distinto, el Montepío cuenta con una propuesta alternativa: el seguro o plan de ahorro colectivo que mantenemos con Caser, con un interés técnico garantizado del 2,5% y que podemos ofrecer en exclusiva hasta el año 2023".

### Asesoría legal y familiar

"Hemos puesto en marcha este año un nuevo servicio de Asesoría en temas múltiples. Es un servicio gratuito para nuestros mutualistas, donde encontramos asesoramiento en asuntos civiles como divorcios, orfandad, custodia, herencias, liquidaciones de impuestos y también asuntos bancarios, como cláusulas de suelo, gastos hipotecarios etc. También admite consultas sobre el fondo de pensiones del Montepío. La consulta es gratuita y en caso de requerir pasos judiciales o administrativos se podrán hacer con un presupuesto previo, que llevará incorporado un descuento del 20% sobre precio de mercado. En los primeros dos meses de funcionamiento, a finales del año 2017 se realizaron alrededor de 50 consultas".



## Caso Hulla: “El foco, a los investigados”

“Los temas judiciales por asuntos del pasado se están llevando gran parte de nuestra ocupación”, dijo resignado el Presidente el Montepío al referirse a el Caso Hulla. A renglón seguido añadió: “Seguimos dispuestos a mirar al pasado con transparencia, que quien la hizo la pague, porque somos los primeros interesados en defender a esta entidad de quien hayan podido beneficiarse ilícitamente con su actividad”.

Pulgar considera importante que los mutualistas “defiendan al Montepío de aquellos que tienen la escopeta cargada contra nosotros por intereses políticos, porque los corruptos son personas concretas, no las instituciones, y máxime cuando nuestra dirección y nuestro colectivo quiere llegar hasta el final del Caso Hulla con una colaboración activa en la investigación”.

Señaló que “por suerte, ya empezamos a ver en algunas líneas editoriales cómo las conexiones de este caso van más allá de lo que se ha podido hacer con la obra de la Residencia. Demonizar al Montepío

por lo que pudieron hacer personas concretas responde hoy más a unos intereses políticos, tremendamente injustos con la historia del colectivo mutualista minero, que a querer realmente conocer y depurar todo en los tribunales, una justicia que somos los primeros en exigir”.

Pulgar considera que se ha querido poner el foco del caso en la obra de la Residencia, “quizás para demonizar al Montepío; pero en ella tenemos tanta responsabilidad como el Ministerio de Industria y el Instituto del Carbón, que debían controlar los fondos públicos y realizar la labor técnica de policía sobre la obra ejecutada. Curiosamente, sobre esta responsabilidad nadie se pronuncia, forma parte de un olvido intencionado”.

**“Hay quienes están utilizando el caso para derribar al Montepío; pero los corruptos son personas concretas, no la entidad”.**

A su juicio “a esta altura ya a nadie se le escapa que el Caso Hulla tiene dos campos de juego: uno judicial y otro político, donde muchos pugnan por colgarse alguna medalla. Y hablemos claro, tras este caso se esconde el interés político de algunos en derribar a uno de los últimos símbolos de la minería, un proyecto con valores históricos y colectivos”. Abundó en ello: “Para esos, el Montepío es un capítulo más en su estrategia de demolición del sector minero, de hacer desaparecer todo lo que la minería representa a nivel político social y sindical, una fuerza que siempre ha dado miedo a los poderes fácticos”. E hizo un lamento desde la autocrítica: “Es evidente también que nuestros enemigos han tenido dentro de casa magníficos socios colaboradores, que han dañado miserablemente nuestra historia”.

“Era previsible que nuestra actitud por ir más allá en el esclarecimiento de la causa no era del agrado de la Fiscalía. Pisamos terreno político. Fue evidente con las dificultades y trabas que nos impusieron a la hora

de ejercer nuestro derecho a ser acusación particular, en el caso de la Residencia y en el de Los Alcázares. En ambos, tuvieron que plegarse a la realidad legal y por tanto, estamos dando batalla judicial, con criterios razonados y rigor profesional".

El presidente también se quejó de la "agobiante lentitud" del proceso. Y la parálisis en otros asuntos que nos afectan, como el caso del expediente de reclamación de fondos mineros al Instituto del Carbón por importe de 3,3 millones de euros (la última partida de la obra, "no renunciamos a ella", dijo); y la demanda interpuesta a Alcedo de los Caballeros por los fallos detectados en la fachada de la Residencia de Felechosa, por un monte económico de 1,6 millones.

Para Pulgar resulta curioso que Alcedo reconozca en sede judicial haber ganado con las obras del Montepío 7 millones, de los que 4,9 millones en Felechosa. Irónico dijo: "Ha demostrado ser un "magnífico empresario" en tiempos de crisis, cuando las mejores empresas estaban pasándolas canutas por falta de obra, tenía márgenes de beneficio del 16% frente a otros que como mucho lograban un 6%. Por todas estas razones, no vamos a consentir que se nos arrincone y que en la calle se nos haga un juicio político injusto para erosionar nuestra imagen".

Y finalizó: "El reo no es el Montepío y daremos respuesta social. No estamos solos y hay voces en nuestra defensa: ayer fueron los vecinos de Felechosa, por su Residencia, y en su momento lo será la familia mutualista arropada por los sindicatos comprometidos, porque somos parte perjudicada: con el avance del proceso, cada vez es más evidente que el Instituto del Carbón lo único que pretende ocultar es su propia responsabilidad sobre la obra".

## La participación en el debate



José Luis Alperi

En la Asamblea 2018 no faltó la voz de Alberto Rubio, al frente desde 2016 de un colectivo crítico. Varios de sus miembros tomaron la palabra: "Desgraciadamente el Montepío tiene un descrédito, y esto no es peligroso por lo que pueda ocurrir judicialmente, sino por no asumir las cosas del pasado en las que se ha tenido responsabilidad". Rubio solicitó conocer el impacto económico de una hipotética devolución de los 3,3 millones que reclama Madrid por la obra de Felechosa. El exdirectivo Javier Menéndez también manifestó su preocupación por los llamados "Papeles de Postigo" -expresidente-, requisados por la UCO en la investigación: "Hay que ver lo que hay detrás" en referencia a responsabilidades pasadas. Además, pidió información sobre la subida de algunos alquileres vacacionales.

Arsenio Díaz Marentes, presidente de la Junta Local de Santa Cruz y asesor de la Comisión Permanente, pidió más protagonismo para la Fundación Obra Social, y para los resultados económicos. "A los que hacen una lectura



Alberto Rubio

siempre negativa, les digo que la Confederación de Entidades de Previsión Social, entidad a la que no estamos asociados y no es sospechosa de falta de objetividad, elogia nuestra Mutualidad".

José Luis Alperi, Secretario general del SOMA, tomó la palabra, felicitando a todos los asistentes por el "mejor tono" de esta Asamblea, menos crispada que en años anteriores, e hizo un llamamiento a "poner en valor el trabajo presente: porque los resultados alcanzados este año en gestión son objetivos". Finalizó: "la Fundación era algo necesario, una vuelta a un Montepío solidario, con una mirada social abierta y moderna".

El auditor Luis Manuel Fernández Llames expuso el presupuesto para el ejercicio 2018. Por su parte, el abogado Rafael Virgós dio lectura al informe emitido por la Comisión de Control. Este foro se renovó, siendo elegidos como titulares Víctor Manuel González González, Vicente Sobrino Álvarez y Belarmino Rodríguez Llana. Y como suplentes: José Luis Sánchez, Herminio Fernández y Ramón F. Ordiz.



## Primeras Jornadas técnicas del Grupo

El pasado 22 de octubre se celebró en el Balneario de Ledesma una mesa de trabajo, reflexión y coordinación creada como refuerzo al avance del proceso de modernización de las distintas actividades de la entidad.

Tras tres años de ejecución de programas dirigidos a la reordenación, profesionalización y proyectos de futuro, el objetivo marcado pasaba por analizar el desarrollo de esa Planificación Estratégica de las actividades empresariales como herramienta clave para alcanzar los retos de modernización planteados, entre ellos, la mejora de los servicios y adaptación a las nuevas exigencias, la fidelización y captación de nuevos públicos diversos y

la sostenibilidad del proyecto Montepio, como entidad diversificada de economía social.

En las jornadas participaron responsables técnicos y profesionales, como directores de departamentos y residenciales, y sociales, de gestión global en la Mutualidad, y asesores en gestión, marketing, turismo y responsabilidad social.

Las jornadas permitieron poner en valor las experiencias comunes de las diferentes áreas, superando

su distintas ubicaciones geográficas y sectores, para avanzar en las sinergias y en la coordinación, siempre dirigidas a alcanzar nuevos retos, fortaleciendo las dinámicas de trabajo en equipo, los conocimientos mutuos y la pertenencia y reforzamiento a la marca y marcas Montepio.

El presidente, Juan José González Pulgar, dio la bienvenida justificando la convocatoria. Lo hizo valorando la necesidad de este foro en este momento y por "la importancia de que todas las áreas de dirección conozcan todas las perspectivas en el estado actual del proyecto social del Montepio, como por ejemplo el

**La celebración de este foro permite consolidar el trabajo en red de la corporación, vertebrando las distintas actividades, para hacerlas más eficientes.**

engranaje de la nueva Fundación, propiciando un trabajo en red, para el siglo XXI, que nos exige coordinación y la conjugación de visiones dentro un proyecto complejo, que opera en distintas regiones, con servicios y públicos, distintos, conjugando mutualismo, colectivos sociales, grupos especiales, IM-SERSO o privados”.

González Pulgar considera clave que el equipo conecte con el papel del Montepío de hoy, propiciando “un canal de experiencias que ponga en valor nuestro patrimonio, capacidad y esfuerzos”. Tras una retrospectiva de la evolución de la entidad desde los años 70, y sus primeras contingencias solidarias en colaboración con la Seguridad Social, repasó el crecimiento de los servicios “para saber en qué momento nos encontramos, un camino transitado que comenzó con la primera implicación en gestión de Residenciales, con el Balneario de Ledesma, en 1990, los fondos de pensiones, el desarrollo de los destinos de sol, primero en Los Alcázares (1991) y después en Roquetas (2003), y el desarrollo del proyecto de la Residencia de Felechosa (2012), con esa etapa oscura, de crisis y cierto descrédito, de la que afortunadamente estamos saliendo, como elemento dinamizador”.

El presidente del Montepío insistió en la importancia de “fortalecer” el nuevo Montepío “ampliando su red social: somos una empresa de economía social, sin ánimo de lucro, no somos un grupo empresarial ni hotelero ni geriátrico al uso, aunque nos dediquemos a ello. No competimos en ese rango: trabajamos la



cercanía de servicios a distintos colectivos desde una perspectiva moderna”. Finalmente, agradeció a los departamentos el esfuerzo de haber afrontado “desde una casi práctica quiebra financiera en 2014” a “un proyecto para salir adelante venciendo dificultades, con implicación y compromiso”. “En 2018 volvemos a estar fuertes: hay proyecto y hemos entendido la crisis como una oportunidad para conectar con la gente. Nuestros planes de choque están dando resultados con proyectos sostenidos sobre planificación, metodología y el uso de tecnologías”.

Los contenidos abordados fueron Principios de Planificación Estratégica, por el asesor Ramón Braña (Director de OCA Hotels), Organización y optimización de Relaciones en el Grupo, empresas y Obra Social, a cargo de la Directora Financiera, Natalia Cabal, del Director de Proyectos Amador Martínez y de la Técnica de la Fundación, Elisa Alonso; La Comunicación interna y externa como herramienta para el logro de los objetivos, por el Director de Comunicación Alberto Argüelles; y el Turismo que viene: ac-

**“Conectar con la gente, ese es el reto, poniendo en valor el potencial de nuestros recursos para ampliar la red social”**

cesible, sostenible y responsable, a cargo del asesor Víctor Cabal (Cuatro Pi Tourism). Finalmente también se desarrolló una mesa de directores, en la que participaron Aurelia Balos (Residencial DdS-Montepío Roquetas), José Manuel López (Residencial DdS-Montepío Los Alcázares), Leonardo Díaz (Residencia SPA de Felechosa) y Ángel Lois (Balneario de Ledesma). En ella, además de los responsables de áreas de todo el Grupo, participó la dirección política de la Mutualidad, representada por el Presidente del Montepío y Víctor Montes (Secretario), Armando Fernández Natal (Interventor), Ángel Orviz (Contador) y Arsenio Díaz Marentes (Asesor Comisión Regional y presidente Junta Local de Santa Cruz).

## Mesa de directores

Los directores de nuestros Residenciales pusieron en común sus experiencias, marcadas por el factor social de las actividades, que combinan sectores y clientes distintos, vertebrados por la marca Montepío.

Es cierto que las nuevas tecnologías allanan el trabajo en red. Pero en un proyecto social el factor humano y el equipo es clave. Por eso conocerse en persona y compartir experiencias es fundamental para una puesta en común sólida y coherente. La introducción del Presidente a la Mesa de directores enfatizaba sobre uno de los grandes objetivos del foro: salvar las distancias entre centros, algunos distantes a casi mil kilómetros, e ir más allá de la comunicación diaria a través de teléfono, mail o guasap.



José Manuel López, responsable del Residencial Destinos de sol de Los Alcázares del Mar Menor (Murcia)

De la mesa salieron dos líneas de trabajo: una, las relaciones con los mutualistas/clientes/grupos especiales y potenciar canales y ofertas. Otra, las inversiones, imprescindibles para la mejora de la confortabilidad de las instalaciones.

El gallego José Manuel López fue el último en incorporarse al organigrama Montepío, en la pasada primavera, a pocas semanas de comenzar la temporada alta de vacaciones. Su experiencia en el sector hotelero es amplia, con cuatro años como responsable de F&B

(Food and Beverage) en un hotel de Madrid, dos años en la misma responsabilidad en Santiago de Compostela, su ciudad de residencia, tres años como director de hotel en Hotel&Spa Oca Katiuska y tres años



Aurelia Balos, responsable del Residencial Destinos de Sol Roquetas de Mar (Costa de Almería)

como director general en Hotel&Spa Torre do Deza, antes de incorporarse a su actual destino. Su reto, modernizar la instalación y conectar con nuevos públicos, rompiendo la estacionalidad, marcada por el verano.

Aurelia Balos, natural de Bistrita y afincada en Almería, comenzó a trabajar en el Residencial de apartamentos de Roquetas de Mar en abril de 2007, desde labores de coordinación del servicio de limpieza. Con los distintos cambios habidos en los últimos años, su capacidad organizativa, seriedad y conexión con trabajadores y clientes le han ido distinguiendo hasta alcanzar la máxima responsabilidad este año. Roquetas cerró los últimos años con beneficios tras haber estado históricamente en pérdidas desde su adquisición en 2003, conectando con el turismo nacional e internacional de Costa de Almería.



Ángel Lois, director del Balneario de Ledesma (Salamanca)

Ángel Lois, natural de Turón (Mieres), llegó al Grupo a finales del año pasado, a las puertas de la temporada 2018 con el reto de impulsar el plan de futuro del Balneario, modernizar la instalación y convertirla en un referente turístico, conectado con el turismo internacional de la ciudad de Salamanca y con un emergente turismo de salud y termal en España, con gran competencia. Diplomado por la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid, Lois cuenta con una dilatada actividad profesional hotelera y turística. Su último destino fue "Oca Aldeaduero", en las Arribes salmantinas, cargo que compaginó con el de director comercial de la cadena para Castilla y León. A la ribera del Duero puso en marcha un proyecto de modernización que incluía un hotel de 4 estrellas y diez habitaciones, un hotel rural de 3 estrellas con veintiuna habitaciones; y seis chalets rurales de 3 llaves y ciento treinta plazas, además de restaurante, espacios para eventos, varias piscinas y otros equipamientos deportivos; una referencia dentro del Parque Natural de las Arribes. Antes pasó por NH Hoteles, Trébol Hoteles, Hoasa o Temple Ho-



Leonardo Díaz, responsable de la Residencia SPA de Felechosa

teles, y actuó también como consultor turístico para Meliá o instituciones como el Ayuntamiento de Gijón.

Finalmente, Leonardo Díaz, fue nombrado director de la Residencia de Felechosa a comienzos de 2015 con el encargo de poner en marcha el Plan de Choque del último de los centros impulsados por el Montepío, por tamaño e inversión, una de las actuaciones estrella de reactivación de las comarcas mineras. El Montepío precisaba con urgencia un proyecto integral destinado a la sostenibilidad y viabilidad de una instalación condicionada en aquel momento por la crisis general y por tres factores muy determinantes: los ecos de su obra, que aún se investiga, y sometida a descrédito por el Caso Hulla; las notables pérdidas de los primeros tres ejercicios, que lastraban las cuentas generales de todo el Grupo hasta generar desequilibrio, y la necesidad de avanzar y divulgar un proyecto social y de gestión distinto, abierto a todos, conectado al mundo y desde Felechosa, a la vanguardia de la atención a las personas mayores. La Residencia se ha colocado en beneficios y ampliado su ocupación media anual hasta los 170 residentes. Su experiencia profesional previa ha estado ligada a Transinsa y a la coordinación de servicios de transporte sociosanitario en Asturias.

## Conclusiones y contenidos

El proyecto social es el factor estratégico fundamental, más si tenemos en cuenta que actuamos en un marco social y territorial distinto, por los efectos del envejecimiento y del ajuste minero que ha sufrido nuestro "socio/cliente tradicional", el mutualista y por los cambios en la propia sociedad, que inciden en una renovación que ya está generando nuevas necesidades en distintos campos (la salud, la familia, la atención a mayores) y que precisará respuestas. Es en ese espacio donde debemos orientar nuestra actividad para ser una herramienta útil.

- Descriptiva, caracterización del Grupo Montepío.
- Evolución orígenes/actualidad.
- Evolución de la Estructura Jurídica. Cambio del Rol de la Fundación.
- Evolución de los indicadores económicos del Grupo sobre Cuentas Consolidadas.
- Descriptiva de las líneas comunes de trabajo: Política de inversiones, transformación digital, empresas de economía social, redes y comunicaciones.
- Descriptiva de la Fundación Obra Social Montepío. Conceptualización de Empresa de Economía Social.
- Descriptiva de líneas de actuación. Servicio de Orientación, Escuela de Salud, Vacaciones Sociales, Ayudas familias, Becas e investigación, Programa Intergeneracional, Plan Social acceso residencia, Programa Salud y Deporte, Termalismo, Emergencia Social.
- Caracterización del Director de Hotel como líder.
- Los niveles de planificación estratégica: corporativa, negocio y funcional.
- El sistema USALI, como plan contable. Caracterización. GOP, EBITDAR, EBITDA. EBIT, NET Income.
- Las herramientas de control: proyección, business review, control resultado mensual.
- La Gestión de Ingresos, estructuración. El Revenue Management.
- Tarifas: dinámicas, estáticas. Elementos. Upselling.
- El Control de gastos. KPIs.
- Comunicación interna y comunicación externa.
- La importancia del componente tecnológico hoy.
- Crisis. Menos mutualistas, alarma roja. Evolución a partir de la auto-crítica. Operación: recuperar la confianza, comunicar proyecto.
- Plan estratégico, plan solidario. Las 6 eses: Social, Salud, Servicios, Sol, Seguridad, Previsión.
- Campaña Legado. Reorganización y Cambio de imagen corporativa: una nueva estructura para ser más fuertes.
- Reconexión generacional y social, intergeneracionalidad: bienvenido a la familia
- Trabajo en red: grupos digitales conectados en el día a día.
- Plan de Medios: Tips de comunicación. Mirando al futuro: Retos.
- Responsabilidad Social Empresarial y Desarrollo Sostenible. Conceptos y relaciones.
- RSE para Hoteles.
- Lo Social, lo Ambiental, lo económico.
- Fundamentos RSE. Global Compact de las Naciones Unidas.
- Elaboración estrategia RSE.
- Identificación de grupos de interés.
- Beneficio, personas, planeta.
- Comunicar RSE: saber hacer, hacer saber. Segmentación de canales.

# La gestión, al día

Recogemos en esta sección las decisiones adoptadas por la Comisión de Contratación en relación a los proyectos y asuntos más necesarios en la gestión diaria de las actividades del Grupo. Algunas de las inversiones ya están en marcha; otras ya han finalizado o están en desarrollo. Destaca el fondo de 1,1 millones para reformar apartamentos y habitaciones.

## Montepío y Mutualidad

Dentro del desarrollo del Proyecto de Transformación digital de la Corporación, que desarrollamos en colaboración con la Fundación CTIC, se han impartido diferentes cursos de formación al personal de los centros y departamentos centrales con el fin de adaptarnos a las nuevas aplicaciones de gestión que se han ido implementando entorno al nuevo ecosistema ERP, que incluyen programas desde gestores documentales a gestión hotelera y residencial, pasando por comunicación. En este proceso, también se ha avanzado en renovación de equipos informáticos, actualizando software y middleware y consolidando los niveles de protección y ciberseguridad.

Por otro lado, la dirección ha decidido cambiar la titularidad de la prestación de la mutua de accidentes con la que tienen convenio las plantillas de los distintos residenciales del Grupo (aproximadamente, 260 trabajadores) con el fin de que queden cubiertas todas las contingencias para los trabajadores. El nuevo servicio de Mutua lo prestará Asepeyo y supone un beneficio directo para los trabajadores y trabajadoras del Grupo Montepío que mejoran sus coberturas.



Modelo de habitación que se está implementando en el Balneario de Ledesma

## Balneario de Ledesma

El Plan Estratégico y de Modernización del Balneario de Ledesma afronta una nueva fase con una inversión de 800.000 euros, destinada a avanzar en su plan director, denominado "El ciclo de la vida", que establece para la acción una hoja de ruta con la que se reorganizan espacios y fijan objetivos comunes en diseño, confortabilidad y tematización, con el agua, la salud intergeneracional y la dehesa del Tormes.

La inversión más importante a desarrollar es en el capítulo de Habitaciones-Hotel. El año pasado ya se intervino en unas 100 habitaciones y para este año se pretende acometer otra actuación similar (112) para conseguir un estándar en todo

el Balneario. Con esta actuación se avanza hacia la renovación de casi la totalidad de las 240 habitaciones de Hotel.

Las intervenciones consisten en la mejora de las instalaciones de electricidad y fontanería, cambio de bañera por plato de ducha, pintura de paramentos y renovación de mobiliario, pasando las actuales camas de 90 cm a 105 cm en el caso de las individuales y de 150 cm las matrimoniales.

En los apartamentos seguirán introduciéndose mejoras, en esta ocasión la instalación de nuevas pantallas de tv, modernas, de 32 pulgadas.

Por otro lado, seguimos con mejoras en la zona noble y fundacional de los Baños Termales y en su Circuito



Apartamentos Amsterdam Fase VI de Destinos de Sol en el Residencial de Los Alcázares

termal, para mantenerlo al día y que siga funcionando en condiciones óptimas, tanto en redes de distribución de agua termal como en equipos hidroterápicos. Se contemplan actuaciones en zona de inhalaciones, piscina central...

Y además:

- Modernización de ascensores dúplex centrales, para una mejora considerable de la movilidad y tráficos internos de nuestros clientes entre áreas: Recepción y hall, plantas de habitaciones, Restaurante buffet y Baños termales, fundamentalmente.

- Intervención en Cafetería: tras la reforma del Salón Café en la anterior temporada, toca rematar la modernización de parte de mobiliario de cafetería, con mejoras en iluminación e insonorización de la misma. Un Bingo electrónico dará respuesta a una petición de los grupos más veteranos.

- Instalación de aire acondicionado en la Sala de información y eventos del A.

- Renovación de parte de los equipos informáticos.

- En la depuradora se construirá un nuevo depósito para el almacenamiento de grasas.

- Además, se llevarán a cabo otras muchas intervenciones de mantenimiento y conservación para que todos los servicios y departamen-

tos funcionen de una manera adecuada, como por ejemplo la red de abastecimiento.

### Residencial Roquetas

Se pone en marcha un Plan de renovación integral de los Apartamentos que, como en otros residenciales, se llevará a cabo en fases con el fin de hacer sostenible su ejecución. En esta primera fase se intervendrá en plantas séptima y octava, con una reforma que contempla mobiliario, pintura y cambio de bañera por plato de ducha, una petición muy demandada sobre todo para personas con movilidad reducida o afectada. En otras cuatro plantas se interviene en los baños, con el cambio de bañeras por plato de ducha y el cambio de los sofás cama. La inversión superará los 200.000 euros, con una apuesta por tendencias actuales, con un estilo más refrescante y funcional.

Por otra parte, ya se está llevando a cabo la segunda fase de renovación de las barandillas de los balcones de la fachada pendiente. Recordamos que en la revista anterior (junio 2018) informábamos sobre la primera de estas actuaciones, es decir, sobre los apartamentos que miran a la piscina exterior, que eran 63 de un total de 126, una actuación

que se complementó con la mejora de la accesibilidad en la piscina exterior y su cierre perimetral.

### Residencial Los Alcázares

Como en Roquetas, el plan de la dirección del Montepío es acometerlo por fases. En esta primera intervención el proyecto se centrará en la denominada en origen Fase VI, denominados ahora Destinos de Sol-Ámsterdam. La previsión es renovar el mobiliario, la cocina y los baños, cambiando bañeras por platos de ducha, así como pintura. El mobiliario retirado se usará como reposición en aquellos apartamentos de otras fases que lo precisen hasta que el resto de fases logre la renovación integral de todo el complejo vacacional en el Mar Menor, con 240 apartamentos de distinta tipología.

### Residencia de Felechosa

Las intervenciones aprobadas y desarrolladas fueron la revisión del contrato de mantenimiento del sistema de climatización, la implementación de un nuevo grupo de presión para el abastecimiento del agua, así como la adquisición de un nuevo autoclave para la esterilización del instrumental. Se aprobaron otras en desarrollo como la ejecución de una puerta automática en la cafetería que facilitará el acceso a personas de movilidad reducida.

Finalmente y dentro de la apuesta por un modelo de Centro libre de sujeciones se incorporaron ocho camas bajas con carro elevador, para usarlas en aquellos casos que así lo precisen.

## Colaboración con PREDIF Asturias

El convenio permitirá a los más de 2.500 socios de las entidades federadas (ASPAYM, Cosa Nueva y Transporte Adaptado) el uso de nuestros centros vacacionales a precios reducidos con actividades sociales y de salud.



En la firma estuvo presente el presidente de PREDIF Eduardo Llano Martínez (que también lo es de Aspaym), Elvira Pérez, directora técnica de esta entidad, y por el Montepío, nuestro presidente Juanjo Pulgar, el contador Angel Orviz y la responsable técnica de la Fundación Obra Social, Elisa Alonso

El convenio, entre otras ventajas, permitirá a los socios de las entidades federadas (más de 2.500 en Asturias) el uso y disfrute de las instalaciones residenciales de salud, ocio y

descanso que el Montepío tiene en distintos lugares de España, en unas condiciones más beneficiosas.

El acuerdo de colaboración, firmado el pasado mes de noviembre

en la sede de PREDIF, también un importante apartado social: el trabajo conjunto en favor de la inclusión y el apoyo en soluciones de accesibilidad.

PREDIF Asturias es una entidad sin ánimo de lucro de ámbito autonómico que representa más de 2.500 personas con discapacidad física. Realiza programas a favor del colectivo de personas con discapacidad gravemente afectadas, de forma directa e indirecta, promoviendo acciones en beneficio de todo el colectivo.

El Montepío, a través de sus centros residenciales sociosanitarios, especializados en hidroterapia y con plazas adaptadas, acerca de esta forma su oferta y servicios a este colectivo.

## “Los más grandes” de Ribadesella y nuestros programas de salud a la carta

La Asociación “Los más grandes” de Ribadesella ha sido uno de los primeros colectivos en participar en las nuevas Jornadas Saludables del Montepío, inscribiéndose en uno de los talleres, con más de medio centenar de participantes. Las Jornadas Saludables del Montepío, organizadas en la Residencia, consisten en charlas sobre salud, con rutas cardiosaludables y sesiones hidroterapia, música, convivencia e intercambio de experiencias. En las mismas también colabora el Centro de alevinaje de Molin Peón, de



Jornadas saludables con Los más grandes de Ribadesella en Molin Peón

la Asociación Allerana de Pescadores El Maravayu, que nos abre sus puertas, con José Luis Augusto López al frente, y una charla didáctica sobre el río, las truchas y el ciclo de la vida.

Los más grandes, también protagonizaron este año la inauguración de la temporada termal 2018 en el Balneario de Ledesma.

Recordamos a todas las entidades y asociaciones colaboradoras que desde el Montepío ofrecemos planes de termalismo a medida, en cooperación con distintas entidades que buscan facilitar a sus asociados el acceso a estos programas de salud, mediante estancias a precios accesibles. Todos los programas cuentan con un control previo y un seguimiento por parte de profesionales especializados.



## La Residencia bate su récord de ocupación y atrae actividades de ALPE y ASPACE en España

En verano pasado, la Residencia de Felechosa alcanzó de ocupación, 280 personas. Esta efeméride, registrada por la prensa regional el 15 de julio, se produjo, entre otras aportaciones, gracias a las actividades sociales temporales, promovidas desde la Unidad de Discapacidad. Una de ellas, el campamento internacional de la Fundación ALPE Acondroplasia, que eligió nuestro centro en Alto Aller para esta actividad, y en la que participaron algo más de 70 personas. En palabras de los responsables de ALPE en España, "ha sido un campamento intenso y lleno de grandes y pequeñas aventuras. Hemos montado a caballo, hecho surf, cantado en un karaoke, caminado, jugado a baloncesto en silla de ruedas, descubierto cuánto saben y cuánto entienden los perros lazarillo, tirado con arco y volado cometas. Cuando lleguemos a casa, antes de dormir, recordaremos algunos de estos días y sonreiremos". ALPE trajo también un buen número de familias acompañantes, que se alojaron en distintos establecimientos de Felechosa. También nos visitó uno de los grupos nacionales de ASPACE, que elige nuestra Residencia SPA para unas vacaciones terapéuticas con hidroterapia. Y la asociación "AMAS" del País Vasco, dedicada al apoyo social, en la que participan unas 30 personas.



Los mutualistas obtienen gracias a este acuerdo un descuento de 10% en los servicios que ofrecen las Escuelas de Esquí y Snowboard, incluido material y alquileres de equipos

## Acuerdo con las escuelas españolas de esquí de San Isidro, Arropaje y Fuentes de Invierno

La Residencia SPA de Felechosa acogió el pasado mes de noviembre una reunión de trabajo del Grupo Montepío con las Escuelas Españolas de Esquí y Snow de "San Isidro" y "Arropaje". La misma alumbró un convenio de colaboración muy positivo para ambas actividades, el Alto Aller y nuestros mutualistas. Estuvo presente por el Montepío su presidente, Juan José Glez. Pulgar y el director de la Residencia, Leonardo Díaz, y por la Escuela de Esquí, José Antonio Andrés (director), Raúl Blanco (director de Arropaje) y César.

Gracias a este convenio nuestros mutualistas podrán beneficiarse de un 10% de descuento en los servicios y productos de estos

centros, incluidos cursillos y material técnico. Estas escuelas, por su parte, harán promoción de la Residencia SPA en sus espacios y redes digitales.

Todos los monitores, trabajadores y profesionales vinculados a estas escuelas de esquí podrán utilizar el resto de establecimientos residenciales el Grupo Montepío con las tarifas estipuladas para convenios y colectivos colaboradores.

Cabe recordar que el Montepío ya mantiene desde hace unos años un convenio con la Escuela Española de Esquí de Fuentes de Invierno, cuyos representantes no pudieron estar presentes en esta cita, pero con quienes esperamos reunirnos y evaluar estos acuerdos.

Si perteneces a una asociación o colectivo social en Asturias o en cualquier punto de España y quieres disfrutar de unas vacaciones inolvidables en condiciones especiales, adaptadas a vuestras necesidades como grupo, ven a nuestros residenciales de Apartamentos de Roquetas de Mar, los Alcázares del Mar Menor o nuestro Balneario de Ledesma. No lo dudes: ponte en contacto con nosotros.

Os recordamos que en la web, en la sección tarifas, existe un apartado exclusivo para conocer todas las asociaciones y colectivos con los que tenemos acuerdos de colaboración

**Más información en : [fundacion@montepio.es](mailto:fundacion@montepio.es)**

**y 985 96 54 85** (laborables de 9 a 15 h)

# Baños termales, milenaria fuente de salud



A orillas del Tormes, nuestro balneario ofrece una carta de tratamientos y técnicas curativas elaboradas en base a su experiencia secular e investigación científica. Todas ellas son aplicadas bajo control y seguimiento médico para sacar el mayor provecho a un manantial con propiedades únicas, siempre orientadas a que su estancia sea, además de unas vacaciones, una inversión segura en bienestar.

En nuestra sección dedicada al Balneario de Ledesma, hemos hablado muchas veces de las aguas termales y de sus propiedades y de los efectos positivos que los baños tienen sobre la piel, las articulaciones o el aparato respiratorio principalmente. Esto es así especialmente si son controlados por nuestro personal médico e hidroterapéutico, y se realizan de forma continuada, siguiendo la famosa "novena", es decir, los mínimos nueve días para la efectividad en la cura y prevención. Menos conocidos son los tratamientos y técnicas, que responden no solo al rigor científico sino al conocimiento y a la tradición que el Balneario de Ledesma acumula, fruto de esa experiencia secular en la aplicación de las curas. Aunque son muchas las personas que continúan viendo los Balnearios como lugares de descanso y turismo, y suelen conformarse con el llamado Circuito Termal Básico, cada vez son más las que quieren personalizar los tratamientos, buscando aquellos que necesitan para prevenir o aliviar sus dolencias, incluso recurriendo en algunos casos a técnicas y tratamientos de refuerzo. Todo ello en aras a sacarle el máximo partido a su estancia de salud. Excluimos de este análisis las técnicas del área de belleza y estética, aunque algunas de ellas, sobre todos las referidas a la piel y a la circulación, bien podrían incluirse, porque como dice uno de nuestros lemas: no hay nada más hermoso que la salud.

# Técnicas de aplicación vía respiratoria

**Pulverización faríngea** Proyección del agua minero-medicinal finamente fragmentada, mediante un sistema de pistola que lanza el chorro sobre la región faríngea. Durante la aplicación el usuario debe inclinar la cabeza ligeramente hacia adelante. La proyección del agua se realiza a poca presión. El tratamiento está indicado en la prevención de laringitis, amigdalitis, etc.

**Aerosol ultrasónico** Aerolizador que, mediante ultrasonidos, fragmenta la partícula de agua hasta conseguir un tamaño inferior a 5 micras. Para la aplicación del agua micronizada, mediante este sistema, se utiliza una mascarilla conectada mediante un tubo corrugado al aerolizador. El usuario coloca la mascarilla cubriendo boca y nariz e inhala el agua sulfurada respirando, alternativamente, una vez por la nariz y otra por la boca. Este tratamiento es muy eficaz para la prevención de enfermedades que afectan a las vías respiratorias bajas: asma, bronquitis, etc.

**Inhalación nasal** La misma técnica del aerosol ultrasónico, variando sólo el modo de administración. Se aplica con una boquilla que se coloca en los orificios nasales. El paciente debe inspirar por la nariz y espirar por la boca para conseguir el aporte de agua nebulizada a las vías respiratorias. Indicado en prevención de bronquitis, rinitis, sinusitis...

**Inhalación bucal** Aporte de agua nebulizada a las vías respiratorias mediante boquilla bucal. El paciente debe inspirar por la boca y espirar por la nariz. El mecanismo físico de fragmentación de agua en este dispositivo es el efecto Venturi: disminución de la presión y aumento de la velocidad, que se produce en el estrechamiento de un tubo horizontal por el que circula una corriente fluida. Fue descubierto por el físico italiano Giovanni Battista Venturi (1746-1822). Entre las muchas aplicaciones de este efecto se encuentra la pulverización de líquidos, un ejemplo del mismo es este dispositivo (foto)



Inhalación nasal

**Ducha nasal** Se practica con un irrigador al que se acopla una cánula metálica que se introduce, alternativamente, en cada uno de los dos orificios nasales. La proyección del agua se realiza a baja presión y el usuario debe respirar siempre por la boca. Es un tratamiento muy eficaz en procesos con secreciones abundantes como sinusitis y rinitis por su efecto de limpieza y arrastre, así como en mucosas atroficas por su efecto de estimulación.



Aerosol ultrasónico



Inhalación bucal



Ducha nasal



Baño de burbujas



Ducha circular



Jacuzzi

## Nuestras técnicas de aplicación tópica

**Baño de burbujas** Bañera con compresor de aire incorporado y distribuidores de salida, de forma que cuando el baño está lleno de agua y el sujeto cómodamente sumergido en ella, la bomba impulsa el aire que emerge en cientos de burbujas hasta la superficie del baño. Las burbujas producen un efecto de suave masaje sobre la piel, que añadido al efecto vasodilatador del baño caliente, ejerce un estímulo circulatorio al tiempo que actúan sobre las terminaciones nerviosas de la piel produciendo acción calmante. Tiene acción trófica, analgésica y sedante.

**Ducha circular de hidromasaje** Varios aros superpuestos, perforados en su cara interna, para proyectar el agua en sentido horizontal sobre la superficie corporal del usuario. La temperatura y la presión se regulan automáticamente. Este tratamiento está indicado para prevenir y tratar enfermedades reumáticas y arteriopatías periféricas y para conseguir una relajación muscular intensa.

**Ducha de columna** Proyección del agua desde surtidores colocados verticalmente en columna que produce un agradable masaje de la musculatura de espalda, hombros y caderas. La temperatura y la presión pueden regularse.

**Chorro local y total** Proyección de una columna de agua que emerge por un único orificio proyectándose sobre la superficie corporal del sujeto, de manera local o total, a presión y temperatura regulable. Tiene función estimulante mejorando el tono muscular y las funciones metabólicas.

**Pediluvio** Baño de pies, con hidromasaje, en el que sumergen los pies y los dos tercios inferiores de las extremidades inferiores.

**Jacuzzi** Pequeña piscina con asientos de hidromasaje y jets suaves de pies. Ideal para, cómodamente sentados, conseguir la relajación y tonificación de espalda y pies.

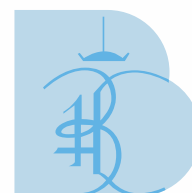
**Pedimaniduche** Aplicación de duchas de contraste calor/fría en manos y en extremidades inferiores. Mejora la circulación de retorno y la pesadez en piernas.

**Pediluvio de marchas** Pasillo de marcha con instalación de un sistema de chorros laterales por los que se proyecta agua fría nebulizada. El suelo está cubierto de cantos rodados. Sencillamente paseando sobre los guijarros se recibe un masaje en los pies que activa la circulación a la vez que, el agua fría, mejora y alivia trastornos circulatorios.

**Estufa** Baño de vapor de agua mineral-medical, a una temperatura de 42° en un espacio con alto grado de humedad relativa. Con efecto diaforético, estimulantes del sistema nervioso, de la circulación sanguínea y del tejido muscular. Tienen acción analgésica, relajante y descontracturante. Producen vasodilatación incrementando la circulación y oxigenación de los tejidos cutáneos. Limpian la piel de impurezas y mejoran su hidratación, por lo que están muy indicadas en el cuidado de la misma.

**Maniluvio** Baño de manos. Se practica sumergiendo las manos en un recipiente a tal efecto lleno de agua sulfurada.

**Piscina termal dinámica** Dispone de un circuito interior que incluye cañón concentrado descontracturante de la musculatura cervical y de la parte superior y media de la espalda, tumbonas de hidromasaje ideales para la relajación corporal y la mejora de los dolores articulares, chorros de espalda con efecto de percusión o masaje y con acción de estímulo general, Hot Tub indicados para la tonificación y relajación del tronco y de los miembros inferiores, bancos de hidromasaje para relajar y fortalecer la musculatura y bicicletas que facilitan el movimiento en descarga.



**BALNEARIO  
DE LEDESMA  
MONTEPÍO**

# El poder del *agua termal*

Descubre la nueva línea de cosméticos elaborada  
con agua termal del Balneario de Ledesma,  
catalogada en 1886 de interés mineromedicinal.



VISITA NUESTRA TIENDA ONLINE  
[www.cosmeticaledesma.com](http://www.cosmeticaledesma.com)

## Las otras técnicas: De la cataplasma a la radiofrecuencia

**Parafango** Es el elemento resultante de la mezcla de parafina y barro. Se preparan a partir de bloques que se funden en un horno, mezcladora-agitadora, que los esteriliza a una temperatura de 130° C. Una vez obtenido el punto de fluidificación se elaboran placas de parafango que se colocan sobre láminas plásticas y se introducen en una mesa caliente hasta alcanzar 45° C que es la temperatura de uso. Se aplican envolviendo con ellos la superficie articular a tratar. Su efecto terapéutico es termoterápico ayudando a disminuir el dolor y el espasmo muscular.

**Masaje** Conjunto de manipulaciones practicadas en una zona o en la

totalidad del cuerpo, con el objeto de provocar en el organismo reacciones con efecto estético, de prevención y de tratamiento. El masaje, es una gimnasia pasiva que ofrece un beneficio doble a quien lo recibe: proporciona un descanso general a todo el organismo, especialmente a la zona tratada, y suple el ejercicio físico.

**Electroterapia INDIBA** Se trata de un sistema de suministro de corriente a los tejidos a través de electrodos. Mediante el uso de radiofrecuencia (448 kHz), se transforma la energía fría de alta frecuencia en temperatura, consiguiendo una elevación de la temperatura de los tejidos sobre los que se trabaja (diatermia profunda), que produ-

ce una estimulación de las células deterioradas por el paso del tiempo y las enfermedades, permitiendo que éstas recuperen sus funciones fisiológicas. La corriente que aporta el sistema INDIBA combinada con la terapia manual, provoca en el organismo diversos cambios: acelera el metabolismo celular, dilata los vasos sanguíneos mejorando la oxigenación de los tejidos y aumenta de la circulación linfática el drenaje venoso. La combinación de todos estos efectos ha demostrado tener una alta eficacia en el tratamiento de patología subaguda, aguda y crónica dentro del campo de la Reumatología, la Fisioterapia, la Rehabilitación y la Medicina del deporte.



Parafango



Indiba

Todas estas técnicas han demostrado eficacia con: enfermedades reumáticas crónicas, la recuperación funcional de la neuroparálisis central y periférica, algunas enfermedades metabólicas como la diabetes, la obesidad y la gota, problemas gastrointestinales crónicos, problemas de la circulación, enfermedades crónicas de la piel, enfermedades relacionadas con el estrés y otras de tipo psicosomático, secuelas de trauma, enfermedades ginecológicas crónicas y, gracias a las inhalaciones, en enfermedades respiratorias leves. Existen enfermedades de la piel, como la psoriasis, los hongos o la dermatitis, que se pueden mejorar notablemente con la visita periódica a los centros termales.

**El Balneario de Ledesma retoma su actividad el 13 de marzo de 2019. Para más información consulte a nuestros servicios médicos, especializados en Hidrología médica o reserve su estancia termal en el teléfono 923 149 100.**



# Temporada 2019, 13.000 clientes nos esperan

El 13 de marzo arranca una nueva temporada termal en el Balneario de Ledesma. Pero no será un curso más, ya que se podrá apreciar el gran esfuerzo realizado para actualizar todas las instalaciones y potenciar la programación cultural con actividades para todos los públicos.

Tras la puesta en marcha en 2015 del Plan estratégico y de modernización, el complejo termal ya muestra a sus clientes y visitantes, de una manera más avanzada, los resultados del alcance de esta intervención integral coordinada por la Dirección de Proyectos del Montepío sobre una instalación emblemática en Salamanca que, recordemos, fue declarada en 1931 Monumento Histórico Artístico. Desde ese año -ya ha llovido-, el Balneario del Tormes ha visto diversas actuaciones, abordadas en distintas épocas y zonas, con diferentes fines y usos,

y también resultados, que han ido condicionando la estación termal en arquitectura y servicios hasta nuestro tiempo.

Con el reto de solventar esa falta de uniformidad generada por las distintas actuaciones, pero sobre todo, con el fin de actualizar la instalación a las demandas y prestaciones actuales, al proyecto de servicios y a la nueva imagen corporativa, el Grupo Montepío aborda desde el mismo cierre de la temporada termal 2018 -tras el puente de diciembre-, una nueva fase de reformas que permite dotar



Los nuevos Talleres de Astronomía han sido un éxito: la ubicación del Balneario es ideal y es una actividad apreciada por toda la familia

al Balneario de otro importantísimo paquete de habitaciones del hotel, más de un centenar, renovadas con la confortabilidad definida en el plan director. Además, se avanzará aún más en la reordenación y mejora de varios espacios comunes, como la cafetería o el acceso a la zona de expansión de la dehesa Ruta Cerro Marco Aurelio, actuaciones muy apreciadas por los fieles a estos baños, que son muchos.

Todo ello suma. También aquello que, siendo tangible, se planifica fuera de los planos: la programación sociocultural y de turismo activo, que seguirá creciendo tras una temporada 2018 en la que hemos potenciado los contenidos de una manera importante, con actividades nuevas muy valoradas, como los talleres de astronomía, temas



La dehesa nos anima el turismo activo

de salud o belleza, o los relativos a la gastronomía de la tierra, con charlas y degustaciones sobre productos como el aceite o el vino de los Arribes salmantinos. Además de las actividades de manualidades, memoria, baile, bingo, juegos de mesa, petanca...y las de LedesmaActiva, vinculadas a experiencias deportivas o de exploración del

medioambiente (fauna y flora de la dehesa del Tormes, mediante BTT, senderismo o canoa), iniciamos otras, como los talleres de marcha nórdica o de taichi o yoga.

La música, las verbenas y los shows tematizados siguen teniendo un espacio fijo en las noches del Balneario, tanto en las sesiones de baile, con María de las Mercedes, como en las Noches de talentos, donde el público y sus habilidades artísticas, propician jornadas divertidas. A las Noches de boleros, con el Dúo Nadal, o las de magia e ilusionismo, con el Mago Joyra, se han unido las Noches de coplas, los Nocturnales, con música pop-rock, con el grupo Hierbabuena y su espectáculo folk Raíces charras, una muestra etnográfica que mezcla canciones, bailes, trajes...

## La música, los conciertos y los shows tematizados siguen teniendo un espacio fijo en “Las Noches del Balneario”.

todo sobre la cultura más autóctona de nuestra tierra.

Por supuesto, seguirán vigentes las noches mágicas termales: la experiencia, puesta en marcha hace dos temporadas, es la auténtica sensación para nuestros clientes por lo que supone la apertura nocturna de la emblemática Galería de Baños y sus circuitos termales especiales, iluminados con luz de decenas de velas, atrezzo y tematización, que ayudan a vivir sensaciones únicas y sorpresas que hacen muy agradables las veladas. Los baños termales cobran así una nueva dimensión más allá del plano de la salud y tratamientos. Solo un relajante baño termal nocturno en un lugar con tanta historia como estos aljibes, a orillas del Tormes, ya es apetecible ¿no?

Y por supuesto, las excursiones a la Villa Medieval de Ledesma (nombrada en 2018 uno de los pueblos más bonitos de España), a la Salamanca Monumental (que celebra su 800 aniversario como una de las primeras ciudades universitarias del Mundo), a nuestra comarca (con puntos de interés como Vega de Tirados, San Pedro del Valle o Almenara o San Pelayo de La Guareña, con una ermita medieval, uno de las



Taller de marcha nórdica, otra de las novedades celebradas por nuestro público



El Coro Minero de Turón nos volvió a ofrecer otro concierto para el recuerdo



Espectáculo folk Raíces charras

catedrales vivas (árboles seculares) más antiguos de Europa, o las cuevas eremitas), a los Arribes, o Miranda de Douro-Portugal, son solo algunos ejemplos complementarios al simple disfrute de los Baños y de nuestra gastronomía en el restaurante Buffet del Balneario. No olviden que contamos con bicis y con una red de senderos, por la propia dehesa del Balneario (Ruta Cerro Marco Aurelio) o a través del Viejo camino de Baños, una deliciosa ruta hacia Juzbado “Libro Abierto”, con su museo (geológico) dedicado a la falla, para hacer turismo activo.

Si está usted interesado en conocer la oferta sociocultural concreta para las fechas de estancia en el Balneario de Ledesma que más le interesen o por hacerla coincidir con una actividad determina, por ejemplo los talleres de astronomía, puede consultarlo en el espacio Agenda de la web [BalnearioLedesma.com](http://BalnearioLedesma.com), que también está habilitada para reservas con precio mutualista usando el código **MUT2019**.



La palentina Cristina García Catalina, ganadora de las dos ediciones en categoría femenina, entrando en meta

## Ivan Roade y Cristina García Catalina, ganadores de “Las 2 leguas”

La II Edición de nuestra gran carrera popular “Gran Premio Liberbank” se disputó el 20 de octubre de 2018, con un exigente recorrido de 11,8 km entre la Villa Termal y el Balneario. La jornada tuvo novedades, como la marcha solidaria por nuestro Cerro Marco Aurelio, en apoyo a la Asociación Aspar La Besana, por sus 30 años de trabajo por la inclusión social de la discapacidad. Más de 300 deportistas participaron en un evento que crece.

La prueba competitiva tuvo el disparo de salida a las 17:30 horas desde la Plaza de la villa medieval de Ledesma, con un pequeño homenaje al maratoniano Honorato Hernández, uno de los mejores atletas salmantinos y españoles que mantiene el tipo y a quien la gente de Ledesma le guarda mucho cariño. Tras ese recorrido mixto, lleno de

toboganes, y donde le viento hizo que la marcha y las marcas fueran algo peores que las del primer año (en el que se vio un duelo entre Said Aitadi y Sergio Sánchez, resuelto a favor del hispanomarroquí), los ganadores de esta edición fueron dos atletas del Club Bikila, el gallego Iván Roade y la palentina Cristina García Catalina, que aventajaron a

un pelotón con 115 corredores. García Catalina logra su segundo triunfo consecutivo en esta prueba.

Recordamos que esta carrera está organizada por el Balneario (Grupo Montepío) y el Club de Atletismo Ochobre, con el apoyo de Liberbank y diversas entidades y patrocinadores, entre ellas los Ayuntamientos de Ledesma, Vega de Tirados, San

Pedro del Valle y Juzbado, la Diputación de Salamanca, la Delegación Salmantina de Atletismo y la DGT y Protección Civil. Entre las marcas cabe destacar, Pepsi, Construcciones Adra, Nubra, Gebio Biomasa y Floristerías Bedunia, entre otras.

La salida se dio puntualmente a las 17:30 desde la localidad de Ledesma, para que a lo largo de los 11.895 m de distancia que conformaba las 2 leguas del recorrido los participantes alcanzaran el Balneario de Ledesma, donde estaba situada la meta y donde se celebró la gala de entrega de premios.

Se entregaron importantes premios a los primeros clasificados en las categorías convocadas, junior, promesa, senior y veteranas A, B, C, D, E, F, G. Acompañaron en el acto de entrega de premios el director del Balneario de Ledesma, Ángel

Lois, el presidente del club Ocho-bre, Alejandro de Ancos, los alcaldes y representantes municipales de Ledesma, de Vega de Tirados, de San Pedro del Valle, el director del Balneario de Ledesma, el presidente del Grupo Montepío, el director de Liberbank Salamanca, José Manuel Calderón, entre otros.

Con posterioridad se ofreció a todos los participantes una Fiesta Runner con un "pincheo", música y sorteo de lotes de premios. Hubo que destacar la animada entrada a meta que pudieron disfrutar los corredores a cargo de un pasillo de honor elaborado por el Grupo de Gaitas Corvera de Asturias.

A su llegada a meta, destacados corredores como Ana Isabel Alonso (que aún mantiene desde los años 90 el récord de España absoluto de Maratón) y el vencedor de la prueba Iván Roade destacaron la buena organización y excelente pero exigente recorrido que la organización ha establecido para esta carrera. También hay que subrayar el merecido homenaje dado a Honorato Hernández, Maratoniano Salmantino, Olímpico en



Ana Isabel Alonso, en el tramo más duro en la dehesa, con viento en contra

Seúl 88 y entrenador de destacados atletas como Dani Sanz.

En la marcha solidaria participaron unas 200 personas, que aportaron donaciones a la Fundación Aspar La Besana, que cumplen 30 años de lucha por la inclusión social y laboral de personas con discapacidad, en zona rural. El Balneario les obsequió con una tablet para facilitar su trabajo y un lote de regalos.

**Y para la edición 2019, las 2 Leguas ya han sido incluidas en el Circuito de Castilla y León, con fecha reservada para el Puente del Pilar.**



## El podium de esta II edición

Categoría masculina:

- 1.- Iván Roade, 38:04
- 2.- Dani Sanz, 39:34
- 3.- Pablo Rodríguez, 40:35

Y en la categoría femenina:

- 1.- Cristina García, 43:45
- 2.- Susana Timón, 53:59
- 3.- Ana Isabel Alonso, 54:14

Por equipos, el ganador fue:

**Club Macotera Persianas Ruano.**



Gran participación en la marcha solidaria con Aspar. Cada dorsal aportó 3 € a esta causa

# Las vacaciones Imserso cumplen 40 años

La directora general del Instituto de Mayores se reunió en Madrid con nuestro presidente y el director del Balneario para analizar la marcha de nuestro convenio de mutualismo de Termalismo Social, del que hemos sido pioneros y celebramos su aniversario.

El Imserso cumple 40 años y sus famosos viajes, más de 30. A lo largo de este tiempo, millones de españoles han podido disfrutar estos viajes. Casi un millón este año. Y para muchas personas, sobre todo en los 80, fue su oportunidad para poder hacer turismo o disfrutar de unas vacaciones por primera vez. El Imserso también ha sido fundamental para recuperar los balnearios y la cultura termal en España. La prueba es que hoy 110 de los 115 que funcionan en España están adscritos al programa. Los mayores que llegaban al principio a hoteles o balnearios estaban más castigados física y animicamente. Hoy preguntan por el wifi y el turismo activo.

La asturiana María Luisa Carcedo, hoy ministra de Sanidad, valoró la efeméride: "El Imserso supuso un

hito en la universalización de los sistemas públicos de bienestar social e implicó un cambio sustancial en la vida de las personas mayores; el acceso a las pensiones, a la salud y a los servicios sociales y la creación de recursos fueron factores importantes en ese cambio que se produjo en la década de los ochenta".

El Presidente del Montepío, Juan José González Pulgar, y el director del Balneario de Ledesma, Ángel Lois agradecieron a la directora general del Imserso-Gobierno de España, doña María del Carmen Orte Socas, la apuesta del Instituto por el programa de Termalismo Social, una reunión de análisis en la que también estuvo presente la subdirectora de Gestión, Amelia García.

La actividad social del Balneario no se ha circunscrito nunca en ex-

clusiva ni al mutualismo del Montepío ni al Club de los 60 de Castilla y León: de hecho, más de la mitad de su actividad está ligada al Imserso, con **6.500 clientes** en el último año computado, con una subvención en 2018 de 1.082.461,45 €

El Balneario de Ledesma aspira ahora a participar en el programa de termalismo para personas con discapacidad. En los últimos años, nuestras instalaciones se han ido actualizando en materia de accesibilidad. Por ejemplo, se ha invertido en la realización de pasarelas para el fácil tránsito. Se han adaptado nueve habitaciones especiales. Se ha invertido en la adquisición de una grúa ortopédica para movilidad de discapacitados en la piscina termal. Se han dispuesto pulsadores y botones en braille en los ascensores. Y se dispone de plazas especiales de aparcamiento para discapacitados.

El Balneario de Ledesma también ha abierto un departamento especial para atender a todos los clientes que precise asesoramiento o ayuda en la gestión para su participación en el Programa de Termalismo Social del Imserso de cara al año 2019. Desde el departamento del Balneario explican todos los requisitos para acceder al programa. Los pensionistas por otros conceptos o perceptores de prestaciones o subsidios de desempleo con más de 60 años también tienen derecho a este programa.

**Las personas interesadas pueden informarse o rellenar sus solicitudes en el Balneario de Ledesma haciendo uso del número de teléfono 923 149 100 o del correo electrónico [bal@balnearioledesma.com](mailto:bal@balnearioledesma.com).**



La Diputación de Salamanca ha dado un paso más para apoyar el turismo en la Comarca de Ledesma con un proyecto educativo para este curso con visitas a nuestro manantial termal, que ponen en valor la historia de este Balneario explotado por romanos y catalogado en 1886 como Bien Mineromedicinal.



## Visitas escolares y más turismo de salud

Este programa educativo y cultural, está dirigido a escolares de Salamanca de 4º, 5º y 6º curso de Primaria. La Diputación aprobó para su desarrollo un fondo de 14.000 euros. Los grupos son de unas 50 personas por visita, recorriendo la Villa Medieval y el Balneario, destacando el valor histórico del lugar por el uso de su manantial para fines sanitarios, con fama nacional desde hace siglos.

Desde la Diputación se pretende promover un mayor conocimiento del patrimonio natural, histórico y cultural de Salamanca, del que el Balneario forma parte destacada. El

curso pasado, su destino fue el Parque natural de Los Arribes del Duero.

La primera visita estuvo protagonizada por escolares del Colegio de La Antigua de Béjar. Durante el curso habrá una veintena de excursiones. Recordamos también nuestras acciones en alianza con Nubra, con cursos y campamentos de inmersión lingüística, donde se tocan aspectos que van desde la naturaleza y la dehesa, al agua termal, además de la finalidad principal de la práctica del inglés. Tanto en un caso como en otro, nos congratula poder aportar nuestro pequeño granito de arena a la educación.



## Termalismo municipal y programas específicos para asociaciones

Cada vez son más los ayuntamientos que en sus planes sociales de salud o envejecimiento saludable confían en nuestros programas de Termalismo Municipal. Es el caso del Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz, que este otoño apostó por traernos sus primeros grupos. La experiencia fue un gran éxito, con más de 300 termalistas. Otros ayuntamientos, como el de Coslada y San Sebastián de los Reyes, ya se han apuntado. En Asturias ya hay varios interesados. También han sido muchas las asociaciones que han disfrutado de programas *ad hoc*, como AENFIPA (fibromialgia en Asturias), el Centro de Pensionistas y Jubilados de Corvera, la Peña Los Candiles-Oviedo, Parkinson Asturias, Alcer- Enfermos Renales, la Liga Reumatológica o COCEMFE, por citar algunas: ¡Gracias!

# Tras las huellas del emblemático profesor Hipólito Rodríguez Pinilla

Este otoño, recibimos una visita muy especial: el nieto de quien ha sido uno de nuestros más afamados doctores, amigo de Unamuno y Azaña, y fundador en 1913 de la primera cátedra de hidrología médica en España.



Alberto Navarro con la directora de los Servicios Médicos del Balneario, Encarna Montejo

Alberto Navarro, madrileño de 70 años, ingeniero industrial, nacido en México, vino al Balneario acompañado por su esposa, Lidia Velasco, médica radióloga. Cuando fueron a tomar baños hicieron constar su vinculación familiar con la instalación: "Mi abuelo fue el responsable médico del Balneario desde 1908".

Alberto Navarro es hijo de Julia. Su madre fue la única mujer del total de diez hijos que tuvo Hipólito Rodríguez Pinilla, que fue jefe de los Servicios Médicos del Balneario entre 1908 y 1917 (también lo fue de Las

Caldas en Oviedo), casado en Ledesma con Magdalena Mata Marcos.

El médico Hipólito Rodríguez Pinilla (1860 -1936) fue una figura clave en la hidrología médica europea moderna, padre de la primera Cátedra Universitaria sobre tema en España, implantada en 1913. Republicano convencido, fue médico y amigo de Miguel de Unamuno, con quien mantuvo una intensa relación epistolar durante 40 años, y también con Azaña... entre otros.

Su madre, María Concepción, también era de Ledesma. Estudió Me-

dicina en Madrid, donde se licenció en 1881. Curiosamente su primera especialidad fue la de pediatría, ya que desarrolló la patente de "la gota de leche" y alimentos para ayudar a los bebés prematuros. Fue profesor del Instituto Homeopático de Madrid, médico del Hospital de San José y director de la revista *El Criterio Médico*. Defendió la introducción de nuevas técnicas, como la radiología, y estuvo abierto a todos los adelantos científicos a través de sus viajes de estudio, de los que se han conservado testimonios por su correspondencia con Unamuno.

La investigación fue una de las prioridades de Pinilla, quien consideraba que solo a través de ella se conseguiría un cambio en el balnearismo español. Desde los análisis de aguas a la clínica, amplió el estudio sobre las aguas e incorporó la climatología. Su principal cometido fue dotar a la disciplina de un corpus teórico no solo para profesionales hidrólogos sino para médicos generales, a los que instruir en el uso terapéutico de las aguas mineromedicinales. Fue buen conocedor de la evolución de los balnearios en Europa. Su *Manual de Hidrología Médica*, reeditado en múltiples ocasiones, o su *Diccionario General Hidrológico* son muestras de ello.

En lo político, Hipólito siguió la senda de su padre, liberal republicano, militante del Partido Reformista de Melquiades Álvarez. Formó parte de la Junta Nacional Reformista de 1914. En mayo de 1931 fue

nombrado por el Gobierno Provisional de la República como miembro del Consejo de Sanidad de España "por sus especiales conocimientos científicos". Y en 1932, presentó una ponencia firmada junto a Marañón, Mariscal y Mayoral para la futura Ley de Sanidad de la República.

Hipólito fue médico de la familia Unamuno. La correspondencia epistolar entre ambos fue larga y duradera, y son documentos muy valiosos por la información que aportan sobre el contexto histórico. Unamuno era diputado y Rector de la Universidad de Salamanca, y autor de la célebre frase protagonizada en el primer año de la Guerra Civil: "venceréis, pero no convenceréis".

Pocos meses antes de la guerra, en marzo, su amigo Hipólito ya ha-



**Natural de Ledesma, fue un valorado médico durante la República, impulsor de la Ley de Sanidad de 1932.**

bía fallecido por un proceso cardíaco. Salvo excepciones profesionales, solo la Casa Charra o nuestro Balneario, trabajan por recuperar la figura de Rodríguez Pinilla, que supuso un punto de inflexión trascendente en la historia de la Hidrología Médica española.

Su hija Julia llegó a la URSS a bordo de uno de esos barcos de Los Niños de la Guerra, allí conoció al padre de Alberto Navarro, Ernesto Navarro Márquez. A mitad de los años 40 ambos se fueron a México, donde nacería Alberto. Su esposa, Lidia Velasco, es también hija de padres valencianos con exilio en Rusia y en México.

Retornados en los años 70, jubilados, Alberto y Lidia llegaron este otoño en busca de las huellas de sus raíces en el Balneario y en Ledesma.

## Nuestra red de biomasa, protagonista en el foro de eficiencia energética de la Universidad de Salamanca

El Balneario de Ledesma ha sido protagonista de unas jornadas organizadas por la Unidad de Cultura Científica de la Universidad de Salamanca (USAL), con la Junta de Castilla y León, la Oficina del VIII Centenario y la Oficina Verde de la USAL sobre Biomasa y eficiencia energética celebradas en el Edificio I+D+i de la Universidad de Salamanca con motivo de la conmemoración del VIII Centenario del Estudio salmantino. En las Jornadas participaron diversos expertos, como Primitivo Málaga, socio fundador de GEBIO; Jirko Bezdicek, director gerente de Levenger; Ángel Herrero, arquitecto de Estudio H y presidente de la delegación salmantina del Colegio Oficial de Arquitectos de León, y Javier Rey, catedrático de Universidad del

Área de Máquinas y Motores Térmicos de la Universidad de Valladolid. La iniciativa se completó el 17 de octubre con una visita de todos los participantes al Balneario de Ledesma para ver in situ el funcionamiento de su modelo en Biomasa.

Cabe recordar que nuestro Balneario acometió en 2016 en un proyecto de eficiencia energética en una alianza con Gebio, especialistas en biomasa, apostando por una tecnología novedosa y eficaz. La inversión ascendió a unos 352.846 euros. Los técnicos valoraron que el ahorro en dinero entre el gasto actual de propano y el de biomasa alcanzaría un mínimo del 15%, pudiendo ser en los periodos de mayor gasto del año, de hasta un 30%. Se estima que los ahorros serán muy superiores a partir de los 10 años, de hasta el 50%. Además

de la eficiencia, el Balneario logra una importante contribución al medioambiente con la reducción en emisiones de CO<sub>2</sub>. El Balneario de Ledesma también ha mejorado en estos años su sistema de energía solar (paneles en la zona del aparcamiento) para precalentar el agua de la red. Así, se logró que durante los meses de verano el Balneario contase con energía suficiente para calentar el agua caliente sanitaria ACS. El Balneario puede presumir de tener la ISO-9001, un certificado que asegura la calidad y el buen hacer en todas sus instalaciones, así como la ISO-14001, una certificación que acredita el cuidado del medio ambiente conseguida a través de exhaustivos y rigurosos controles y el cumplimiento de la normativa vigente.

# De Santibáñez de Murias a Campomanes: la historia de Asturias en 25 km

Transitamos desde Aller hacia Lena por una ruta clave para comprender el devenir de nuestra región. Un corredor hacia La Meseta donde dejaron huella romanos, visigodos y astures. Un espacio estratégico, con Las Ubiñas de fondo, donde Jovellanos dibujó en otoño de 1793 la primera ruta moderna para vencer el secular aislamiento de Asturias. Recorridos imposibles por laderas salpicadas de túneles, aún vigentes para el ferrocarril asturiano.



por José Luis Sánchez,  
montañero y mutualista

El día 7 de abril de 2018 hicimos la ruta 12 del GR-109 "Asturias Interior", de Santibáñez de Murias a Campomanes, uniendo los concejos de Aller y Lena. Desde el concejo de Aller, la ruta se adentra en zonas de raigambre minera, con la mina La Señora en el Beyu, minas Principado, La Carmina (Jovesa), Escalar (Encomisa) en el concejo allerano, o minas de Fargosa y de Linares, en la vertiente lenense. Caminamos por la Vía Romana de La Carisa. Es una vía terrena y primigenia, que se adentra en Asturias desde La Mese-



ta castellana, atravesando la Cordillera Cantábrica y que fue mejorada en el año 26 a. C. por el general romano Publio Carisio –de ahí su bautismo– y tenía como misión enlazar los centros vitales del Imperio Romano. Pasaremos junto a un campamento romano, una fortificación astur y por El Rasón, que se perfila como la zona donde tuvo lugar la batalla entre las legiones romanas y los astures en su conquista del Norte de la Península. Es evidente el papel estratégico de este espacio en distintas épocas de la historia, 25 kilómetros con un paisaje que conjuga la pradería con los carrascos o acebos, ablanares o avellanos, nogales o nogales, xabúes o abedules, fresnos o cafresnos, fayas o hayas, castaños o castaños, carbayos o

### DATOS DE LA RUTA

**Ruta:** Santibáñez de Murias (700) – puente El Beyo, sobre el arroyo Fresnosa (700) – Guarda (850) – Vega Valende (900) – Las Porqueras (1.050) – el Chamargu (1.180) – Mayéu Carnusu (1.250) – zona del Sobatin (1.450) – Chiosu (1.490) – Alto de El Tunelón (1.604) – El Castiechu Portillín de la Boya (1.580) – Cantu Busián o Buxan (1.587) – La Cava (1.453) – izquierda (1.450) – Tablao (1.050) – Linares de Abajo (770) – Casorvía (630) – Malveo (550) – Campomanes (380)

**Duración:** 7 h

**Distancia:** 24,97 km

**Altitud Máxima:** 1.604 m

**Desnivel Acumulado:** ascenso: 945 m y descenso: 1.285 m

**Dificultad:** Moderada (por la acumulación de nieve por encima de los 1.300 m).



Inicio de esta ruta por la Montaña Central asturiana, con Santibañez al fondo

robles, y una rica fauna de mamíferos, desde el corzo, pasando por el jabalí, el zorro, el lobo y una multitud de animales de pequeño porte.

### El camino por Aller

Para esta jornada, utilizamos dos coches para acercarnos a la salida y llegada: uno lo dejamos en Campomanes, puerta principal de entrada y salida a Asturias; y el otro en Santibañez de Murias. Hay que considerar que esta ruta se hizo con mucha nieve a partir de los 1.300 metros, por encima del Mayéu Carnusu, por lo que los tiempos no son referentes cuando se realice la ruta en otras condiciones.

Comenzamos la ruta a las 8:05 horas en Santibañez de Murias, en el valle del Río Negro. Seguimos la carretera AE-3 durante 1,5km, donde giramos a la derecha hacia el Camín del Rasón. Un pequeño descenso hasta pasar el puente L'Beyu, sobre el arroyo Fresnosa (1,6km en 17min) (río Negro) para comenzar a ascender por una pista de zahorra, entre prados y arboleda, pasando por Guarda (2,4km en 34min), Vega Va-

### Viejas minas de montaña como La Carmina, Escalar o Linares saludan al caminante.

lende (2,7km en 40min), Las Porqueiras (1.050) (3,6km en 54min), el Chalmargu (4,4km en 1h 10min) y Mayéu Carnusu (1.250) (4,9km en 1h 20min), donde hay paneles indicadores del anillo ciclista de la Montaña Central.

Estamos en los Puertos de El Rasón. Una zona de brañas con cabañas de piedra muy bien conservadas, prados de siega y de diente, unidos a bosques de acebos, hayas y abedules, situados a una altitud entre los 1.200 y los 1.500 metros.

Proseguimos con rumbo suroeste en la falda allerana del cordal de



La ruta de La Carisa con el Picu Boya al fondo, vertiente de Lena

Carroceo, que separa Aller y Lena, subiendo la pista por la zona de Balbona (1.300) (5,7km) donde la nieve hizo aparición.

Seguimos la ruta por el Sobatín (1.450) (7,6km en 2h 13min), cruzamos el arroyo y llegamos a Chiosu o Mayau Fuentes (1.490) (8,2km en 2h 37min) con su magnífica cabaña cubierta por la nieve. Un zigzag y pasamos por la Chaguneta, con un bosque autóctono de Texos, entre los que ascendemos hasta la Collá o el Alto del Tunelón (1.604) (8,9km en 3h 19min), donde podemos disfrutar de magníficas vistas con las Ubiñas de fondo. El Tunelón que referencia el nombre del túnel que unía las minas de carbón del alto de Lena y Aller pertenecientes al Escalar.

En el Alto de El Tunelón cortamos el GR AS 100.1 "Vía romana de La Carisa". A la izquierda (sur) va con rumbo a Pendilla y a la derecha (norte) hacia Carabanzo. Nosotros la seguiremos a lo largo de unos 4,8 kilómetros con rumbo a Carabanzo.

Si tomásemos con rumbo Norte por el cordal ascenderíamos al Pico Boya o Curriechos, donde se encuentran los restos del campamento romano del monte Curriechos, y en pocos minutos llegaríamos al pico Homón de Faro.

En octubre de 2017, el Principado de Asturias declaró Bien de Interés Cultural, con la categoría de Vía Histórica, la Vía de La Carisa y ramal transmontano de la Ruta de la Plata, así como los yacimientos arqueológicos de Picu Llagüezos, Monte Curriellos y L'Homón de Faro.

Descendemos durante cien metros por la pista, y giramos con rumbo noroeste por la "Vía romana de La Carisa", pasando por una mesa temática situada bajo Curriechos desde donde podemos observar



Mayáu Fuentes y Picos con el Peña Mea, Retriñón, Torres y Valverde al fondo , y Picos de la Liebre

**La vía de La Carisa, Bien de Interés Cultural, fue clave para el control de Hispania por Roma.**

Las Ubiñas, Peña Rueda, puertos de La Cubilla y Los Fontanes.

Llegamos al Castiechu Portillín de la Boya (1.580) (10,6km en 4h), el Portillín de Buxán (11,5km en 4h 25min), en la ladera sur del pico Homón de Faro (1.661), desde donde se puede acceder a la Torre del Cantu Buxán (1587), una torre cuadrada situada en una magnífica atalaya sobre el valle de Parana, que permitía vigilar la entrada de la vía Carisa en Asturias.



Cabaña en Chamargu, con vistas a la Sierra del Cuadru



Proseguimos por la Cava (12.7km en 4h 41min) y antes de llegar al picu el Aciu, cogemos a la izquierda (1.450) (13.7km en 4h 53min) y abandonamos la ruta de la Carisa camino de Campomanes. Iniciamos un ligero y rápido descenso pasando por Tablao (1.050) (16km en 5h 23min), y seguimos camino cortando la pista que va hacia las antiguas explotaciones mineras de Linares.

**Ver la línea férrea por Pajares revela la épica astur: romper su aislamiento secular, labor pendiente desde Jovellanos.**



Campomanes al fondo bajo el Brañavalera, con la Sierra del Aramo a la derecha

### El camino de hierro

Ahora por pista de zahorra pasamos el Cuñu y llegamos a la carretera que viene de Congostinas hacia Linares. Cogemos rumbo al núcleo rural de Linares de Abajo (770) (19.4km en 5h 57min) y tomamos el camino de tierra que sale junto al apeadero de Renfe, Congostinas, y que nos lleva por encima de las vías del tren hasta el túnel del Burón. Desde aquí, se puede ver el zigzageo del tren para salir hacia la meseta, ya que mirando a Congostinas vemos la vía del tren a la salida del túnel "el Capricho", situado 190 metros por debajo de nuestra ubicación. Viendo los trazados, es imposible no evocar, primero al Ilustrado Melchor Gaspar de Jovellanos (1744-1811), y su afán por romper el aislamiento secular de Asturias; y medio siglo después, el empuje de las industrias mineras asturianas por conseguir una línea de ferrocarril para transportar el carbón asturiano, el llamado Camino de hierro, que se completaría en 1884 salvando el desnivel del puerto de Pajares, una obra histórica, acometida por la Compañía de los Ferrocarriles de Asturias, Galicia y León e inaugurada por, su trascendencia, por el rey Alfonso XII. Una obra que, 135 años después, sigue vigente, esperando por la Alta Velocidad.

Continuamos por el camino y pasado el túnel de Columbiello vemos el final de la ruta del día, Campomanes. Descendemos hacia Casorvia (630) (21.7km en 6h 24min) y, ya por carretera asfaltada, pasamos por Malveo (550) (22.8km en 6h 38min) hasta cruzar el río Pajares y girar a la derecha por la N-630 hacia Campomanes (380) a donde llegamos a las 15:05 h después de hacer 24.97km en 7 horas de ruta.

# Turismo responsable



por Victor Cabal Díaz.  
Consultor turístico y asesor  
del Grupo Montepío.

Parece evidente que el viaje, en sus múltiples acepciones, ha pasado de ser un hito extraordinario en nuestra agenda a convertirse en un suceso cotidiano. Cada vez nos volvemos más viajeros y hacemos las maletas con más frecuencia. Buscamos descanso, salud, naturaleza, trabajo, visitar a nuestras familias o hacer deporte, entre otras motivaciones.

Los españoles realizamos casi 194 millones de viajes durante 2017 (un 6,5% más respecto al año anterior), acumulando 802 millones de pernoctaciones, con un gasto total de 44,2 millones de euros. El destino de esos desplazamientos fue nacional, en casi todos los casos. Solo un 8,9% de viajes fueron al extranjero,

según datos del Instituto Nacional de Estadística, (INE).

Como destino, España recibió en el mismo periodo de tiempo 81,8 millones de turistas (un 8,6% más), en su mayoría procedentes de Reino Unido, Alemania y Francia. La principal motivación de esos viajes se centró en disfrutar de actividades de ocio, vacaciones y recreación.

Todos esos viajeros y viajeras encontraron en los destinos elegidos y en las empresas que les recibieron experiencias únicas e irrepetibles, caracterizadas por atributos tales como un alto valor ambiental y paisajístico, afabilidad en el trato, buenas instalaciones, comodidad, limpieza, oferta gastronómica, ubicación y por supuesto, un estupendo precio.

Debemos tener muy en cuenta que cada vez son más los turistas que añaden a todas esas expectativas un toque de aderezo ecológico. Día a día las palabras sostenible, responsable, ecológico o medioambiental se abren paso de forma merecida, de un modo consecuente con el paso del tiempo y la preocupación tal vez un tanto repentina por amenazas como el cambio climático, la contaminación, la deforestación o la crisis energética, entre otras.

Así, los destinos, como escenarios geográficos del viaje, y sus empresas deberán plantearse una oferta de experiencias cada vez más sostenibles y producidas de una forma respetuosa con su entorno. Y ello, en primer lugar, como un ejercicio de responsabilidad hacia el medio que les rodea, al tiempo que como garantía de pervivencia en el tiempo. En segundo lugar, y vinculado a lo anterior, parece evidente que destinos y empresas responsables serán más atractivos, apreciados y por tanto visitados por estos nuevos turistas.

Cada uno de los tres equipamientos turísticos del Grupo Montepío se asienta en lugares singulares y ambientalmente diferenciados: así el Balneario de Ledesma se erige vinculado a la ribera fluvial del Río Tormes, en la proximidad de la dehesa; el Residencial Los Alcázares se extiende en la franja costera interior del Mar Menor, y el Residencial Roquetas se sitúa en un entorno urbanizado, prácticamente a pie del Mediterráneo.

Cada uno en su localización, los tres alojamientos deberán incluir entre sus objetivos no solo la minimización del impacto ambiental generado por su actividad propia, sino también la colaboración en la protección de su entorno, haciendo también partícipes de la misma a sus clientes. Esto requiere concienciación, porque es una tarea de todos.

El Tormes, el Mar Menor, el Mediterráneo y todo nuestro Planeta bien se lo merecen.

**Los destinos y las empresas deben plantearse ya una oferta de experiencias cada vez más sostenibles, que muevan al turista en una forma de relación respetuosa y sagrada con el entorno.**



## Tus vacaciones pueden tener premio

Premiamos tu fidelidad: Si en 2018 has estado de vacaciones en nuestros residenciales, puedes ganar una de las tres estancias termales que sortearemos el próximo 8 de enero. El ganador y su acompañante, disfrutarán de un fin de semana (entrada viernes tarde, salida domingo mañana) en el Balneario de Ledesma, antes de que finalice la temporada 2019, en régimen de pensión completa, con circuito termal básico incluido. Los tres ganadores (solo mutualistas, con cuota al día) se elegirán por Sorteo y se darán a conocer a través de la web [www.montepio.es](http://www.montepio.es) y nuestras redes sociales.



**MONTEPIÓ**  
Y MUTUALIDAD DE LA  
MINERÍA ASTURIANA

# Tarifario 2019

En este suplemento, ponemos a tu disposición los precios de los servicios que hoy ofrece el Grupo Montepío en sus residenciales: Balneario de Ledesma (Salamanca), los Destinos de Sol de Los Alcázares del Mar Menor y Roquetas de Mar (Costa de Almería); la Residencia de Mayores de Felechosa-Aller (Asturias), tanto para su centro de atención a mayores y su unidad sociosanitaria de discapacidad, como en el centro hidroterapéutico SPA.

Las tablas recogen los precios vigentes en 2019 para mutualistas, expresados por temporada, tipo de estancia o apartamento, periodos... También se recogen actividades complementarias como LedesmActiva o campamentos y cursos en inglés y naturaleza, servicios de buffet, parking y otros servicios vinculados a la salud, la prevención y el bienestar. Estamos seguros de que este cuadernillo os ayudará a poder planificar vuestras vacaciones.

Recordamos que para acceder a estos precios sociales es imprescindible ser socio del Montepío y Mutualidad de la Minería Asturiana en alguna de sus dos posibilidades: mutualista de número (adscrito al régimen de la minería en cualquiera de sus opciones: activo, jubilado, viudedad, orfandad...) o socio familiar mutualista (hijo/a, nieto/a o con consanguinidad de hasta segundo grado con minero/a o viuda/o del régimen especial de la minería); y estar al corriente de pago de la cuota solidaria, cuya tabla también se incluye en este suplemento, junto con las nuevas bases normalizadas de minería en Asturias 2019.

Siempre podrá encontrar información actualizada sobre los residenciales y sus actividades diarias en los perfiles de nuestras redes sociales en Facebook, Twitter o Instagram, y en nuestras webs:

[www.montepio.es](http://www.montepio.es) [www.residenciaSPAfelechosa.com](http://www.residenciaSPAfelechosa.com) [www.destinosdeSOL.es](http://www.destinosdeSOL.es) [www.balnearioledesma.com](http://www.balnearioledesma.com)



# Vacaciones Montepío

Reservas  
on-line en  
las webs  
con código  
MUT2019

## Reserve con tiempo y asegure su estancia

Las familias mutualistas pueden utilizar durante todo el año para sus vacaciones los residenciales del Grupo Montepío. Para reservar sus vacaciones de verano en los Destinos de SOL de Los Alcázares del Mar Menor y Roquetas de Mar-Costa de Almería en los meses de julio, agosto y septiembre (Temporada Alta), las solicitudes de los titulares con las fechas, tipo de apartamento y acompañantes pueden ser entregadas en las sedes o Juntas Locales de la Mutualidad o, como novedad, a través del apartado Residenciales de la web [montepio.es](http://montepio.es), siempre antes del viernes 12 de abril de 2019.

En el caso del Balneario de Ledesma, antes del viernes, 22 de febrero de 2019. La temporada termal en los Baños de Ledesma se extiende este año del miércoles 13 de marzo al lunes 9 de diciembre de 2019 (Puente de la Constitución).

Es importante reseñar que, si a usted se le pasa esta fecha, pero aun así, desearía ir con nosotros de vacaciones, puede entregar igualmente su solicitud y se atenderá según disponibilidad.

En el caso del Residencial Los Alcázares, una vez recogidas las solicitudes, la entidad realiza en los días posteriores al 13 de abril una valoración, concediendo prioridad a mutualistas según los criterios objetivos de orden de petición, tiempo de estancia (mes o quincena sobre días sueltos), condición laboral (activos sobre pasivos, teniendo en cuenta en este aspecto la condición laboral del cónyuge en la pareja) y familiar (con hijos en edad escolar), rotación (no haber estado antes) y disponibilidad final.

Las fechas y plazas vacantes, se ofertarán directamente en los centros y a través de las propias webs de los residenciales.

Para estancias en fechas diferentes a las anteriores, los mutualistas ya pueden reservar sus vacaciones o estancias cortas (fines de semana) a través de la Centrales de Reserva *on-line* dispuestas en las webs de los Residenciales del Grupo Montepío de [www.destinosdeSOL.es](http://www.destinosdeSOL.es) y [www.balnearioledesma.com](http://www.balnearioledesma.com), utilizando el código **MUT2019**, que le da acceso a los precios especiales para mutualistas.

Se recomienda siempre realizar la reserva con antelación, para asegurar la disponibilidad.

A continuación se detallan las tarifas para la Temporada 2018. La mayoría de estos precios han sido fijados en función de la sostenibilidad del servicio, las actividades y las condiciones sociales.

Recuerde que en la Reserva de vacaciones tienen prioridad las solicitudes entregadas antes de estas fechas:  
Destinos de Sol (para los meses de verano): **antes del 12 de abril de 2019**

Balneario de Ledesma: **antes del 22 de febrero de 2019**

Más información en el 985.965.485 o en [reservas@montepio.es](mailto:reservas@montepio.es)



### DESTINO DE SOL DE ROQUETAS MONTEPIO

Urb. Roquetas. Avda. Las Gaviotas s/n  
04740 Roquetas de Mar. Almería  
Tel: 950 33 41 12 / Fax: 950 33 38 87  
[reservasroquetas@destinosdesol.es](mailto:reservasroquetas@destinosdesol.es)

## El mar que sueñas, en la Costa de Almería

Todos los apartamentos disponen de aire acondicionado y calefacción, televisión plana, teléfono y wifi. Son exteriores y con vistas al mar, en función de la orientación. Cuentan con cocina perfectamente equipada con electrodomésticos, vajilla y menaje, una mesa y cuatro sillas; un salón, cuarto de baño, dormitorio con dos camas de 1,05 y un armario ropero empotrado. Además, espacios comunes, piscina exterior, piscina interior climatizada con solárium, zona de relax y sport, sala de lectura, cafetería, buffet, y un luminoso hall.

En verano  
abrimos  
nuestro  
buffet

|             | Enero a mayo |          | Junio    |          | Julio    |          | Agosto   |          | Septiembre |          | Octubre a diciembre |          |
|-------------|--------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|---------------------|----------|
|             | Estándar     | Superior | Estándar | Superior | Estándar | Superior | Estándar | Superior | Estándar   | Superior | Estándar            | Superior |
| Mes         | 412 €        | 446 €    | 540 €    | 585 €    | 1.006 €  | 1.089 €  | 1.258 €  | 1.362 €  | 626 €      | 678 €    | 412 €               | 446 €    |
| 1ª quincena | 265 €        | 287 €    | 313 €    | 339 €    | 584 €    | 632 €    | 822 €    | 890 €    | 477 €      | 517 €    | 265 €               | 287 €    |
| 2ª quincena | 265 €        | 287 €    | 385 €    | 416 €    | 716 €    | 775 €    | 796 €    | 862 €    | 324 €      | 350 €    | 265 €               | 287 €    |

Mes, estancias de 29 noches. Quincena, estancias de 14 noches. Los precios contemplan limpieza y cambio de toallas cada 3 días, con cambio de sábanas cada 6 días. \*En temporada baja disponemos de una oferta de 312 euros por apartamento/mes. Servicio de restaurante buffet, piscina exterior y cafetería, abiertos en temporada alta. Resto del año, según ocupación. Servicio de bus para mutualistas desde Asturias, según fechas y volumen de reservas. Consultar disponibilidad



## DESTINO DE SOL DE LOS ALCÁZARES MONTEPIÓ

Avenida de Europa 2. Los Narejos  
30710 Los Alcázares. Murcia  
Tel: 968 33 45 02 Fax: 968 33 45 47  
reservaslosalczares@destinosdesol.es

**Dúplex:** Con dos habitaciones, aseo, cocina, salita, solarium y un pequeño patio exterior. Son 30 y se sitúan, casi en su totalidad, en la zona próxima a recepción.

**Berlín (Fase V):** Un total de 46 apartamentos, en la zona de la piscina grande, de planta baja o piso, con la misma capacidad de los duplex.

# Todo lo que necesitas en el Mar Menor para unas vacaciones de verdad

El Complejo Residencial en el Mar Menor (Los Alcázares- Murcia) cuenta con 234 apartamentos completamente equipados, distribuidos en distintas calles de la Urbanización de Los Narejos, con salida directa a la autovía Cartagena-Murcia.

**Amsterdam (Fase VI):** Estos 40 apartamentos constan de una habitación para dos personas; pueden albergar a tres habilitando el sofá cama de la salita de estar.

**Europa 3 pax (APQ):** 14 apartamentos pequeños, con una habitación para dos personas y sofá cama de la salita de estar.

**Europa 4 pax (APM):** 24 apartamentos en la Calle Amsterdam, con capacidad para cuatro personas.

**Europa 5 pax (APG-APB):** Son 40 apartamentos con capacidad para cinco personas, situados en la calle Joan Miró. Más 30 apartamentos de planta baja con dos habitaciones y capacidad para cinco personas.

Menús en  
nuestro  
restaurante  
buffet  
desde **10€**  
(opción de medio  
menú y llevar)

| Tipo de apartamentos         | Destinos de Sol Europa |       |       | Destinos de Sol<br>Amsterdam | Destinos de Sol'<br>Berlín y Duplex |
|------------------------------|------------------------|-------|-------|------------------------------|-------------------------------------|
| Capacidad                    | 3 pax                  | 4 pax | 5 pax | 3 pax                        | 5 pax                               |
| Enero a marzo mes            | 323 €                  | 339 € | 356 € | 376 €                        | 403 €                               |
| Enero a marzo quincena       | 208 €                  | 218 € | 229 € | 242 €                        | 260 €                               |
| Abril y mayo mes             | 342 €                  | 360 € | 377 € | 398 €                        | 428 €                               |
| Abril y mayo quincena        | 220 €                  | 232 € | 243 € | 256 €                        | 275 €                               |
| Junio mes                    | 506 €                  | 531 € | 557 € | 590 €                        | 633 €                               |
| Junio 1ª quincena            | 280 €                  | 295 € | 309 € | 327 €                        | 351 €                               |
| Junio 2ª quincena            | 374 €                  | 393 € | 411 € | 436 €                        | 467 €                               |
| Julio y agosto mes           | 855 €                  | 865 € | 941 € | 996 €                        | 1.070 €                             |
| Julio 1ª/agosto 2ª quincena  | 541 €                  | 546 € | 594 € | 629 €                        | 676 €                               |
| Julio 2º/ agosto 1ª quincena | 561 €                  | 568 € | 618 € | 653 €                        | 702 €                               |
| Septiembre mes               | 535 €                  | 563 € | 589 € | 624 €                        | 670 €                               |
| Septiembre 1ª quincena       | 395 €                  | 415 € | 435 € | 460 €                        | 494 €                               |
| Septiembre 2ª quincena       | 291 €                  | 306 € | 320 € | 339 €                        | 364 €                               |
| Octubre a diciembre mes      | 323 €                  | 339 € | 356 € | 376 €                        | 403 €                               |
| Octubre a diciembre quincena | 208 €                  | 218 € | 229 € | 242 €                        | 260 €                               |

Mes, estancias de 29 noches. Quincena, estancias de 14 noches.

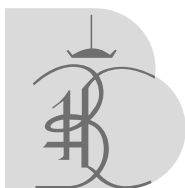
**\*Suplemento Duplex:** En el periodo comprendido entre los meses de noviembre a marzo estos apartamentos se incrementará en un 15 %

**\*Suplemento Berlín:** Durante los meses de julio y agosto la planta baja de estos apartamentos se incrementará en un 5 %.

Apartamentos adaptados a personas con movilidad reducida.

Apartamentos para familias con mascota: consultar disponibilidad. Las mascotas no podrán acceder a ciertas zonas, como piscinas o buffet.

| Precios Garajes  | Enero a junio y octubre a diciembre |          | Temporada alta: Julio - Agosto -Septiembre |          |
|------------------|-------------------------------------|----------|--------------------------------------------|----------|
|                  | Mes                                 | Quincena | Mes                                        | Quincena |
| Parking          | 34 €                                | 25 €     | 60 €                                       | 38 €     |
| Garaje Berlín    | 22 €                                | 15 €     | 38 €                                       | 24 €     |
| Garaje Amsterdam | 13 €                                | 10 €     | 23 €                                       | 16 €     |



## BALNEARIO DE LEDESMA MONTEPIÓ

37115 Baños de Ledesma  
Vega de Tirados. Salamanca  
Tel: 923 14 91 00 Fax: 923 57 03 93  
reservas@balnearioledesma.com

# Donde el agua hace historia

Consulte  
estancias  
días sueltos  
en cualquier  
época del  
año

Histórica estación termal española de origen remoto cuyas aguas están protegidas desde 1886 por su Interés mineromedicinal. Brotan a 46° C y sus tratamientos hidroterápicos son indicados para diversas dolencias, especialmente tratamientos articulares, respiratorios y de la piel. Además de su oferta hotelera y termal cuenta con un esmerado buffet, un centro de turismo activo y programación sociocultural y de visitas al entorno. Contacto y reservas: 923 149 100

### Temporada alta del 1 de julio al 31 de agosto de 2019 y Semana Santa.

| Tipo de alojamiento   | 1 noche | 7 noches | 14 noches |
|-----------------------|---------|----------|-----------|
| Habitación individual | 72.11 € | 448.63 € | 729.12 €  |
| Habitación doble      | 60.08 € | 373.80 € | 607.46 €  |
| Suite                 | 78.64 € | 489.30 € | 795.06 €  |
| Habitación triple     | 57.53 € | 357.91 € | 581.70 €  |
| Habitación cuádruple  | 58.24 € | 362.32 € | 588.84 €  |
| Apartamento 2 plazas  | 61.15 € | 380.45 € | 618.24 €  |
| Apartamento 4 plazas  | 58.96 € | 366.80 € | 596.12 €  |
| Niños de 4 a 7 años   | 20.94 € | 130.27 € | 211.68 €  |
| Niños de 8 a 12 años  | 30.04 € | 186.90 € | 303.66 €  |

### Temporada media del 1 de mayo al 30 de junio de 2019 y del 1 al 30 de septiembre de 2019.

| Tipo de alojamiento   | 1 noche | 7 noches | 14 noches |
|-----------------------|---------|----------|-----------|
| Habitación individual | 60.43 € | 375.97 € | 611.10 €  |
| Habitación doble      | 51.71 € | 321.72 € | 522.90 €  |
| Suite                 | 65.53 € | 407.75 € | 662.62 €  |
| Habitación triple     | 49.52 € | 308.07 € | 500.64 €  |
| Habitación cuádruple  | 50.23 € | 312.55 € | 507.92 €  |
| Apartamento 2 plazas  | 52.43 € | 326.20 € | 530.04 €  |
| Apartamento 4 plazas  | 50.95 € | 316.96 € | 515.06 €  |
| Niños de 4 a 7 años   | 16.75 € | 104.23 € | 169.40 €  |
| Niños de 8 a 12 años  | 25.86 € | 160.86 € | 261.38 €  |

### Temporada baja del 13 de marzo al 30 de abril de 2019, y del 1 de octubre al 9 de diciembre de 2019.

| Tipo de alojamiento   | 1 noche | 7 noches | 14 noches |
|-----------------------|---------|----------|-----------|
| Habitación individual | 54.62 € | 339.85 € | 552.30 €  |
| Habitación doble      | 46.61 € | 290.01 € | 471.24 €  |
| Suite                 | 59.72 € | 371.56 € | 603.82 €  |
| Habitación triple     | 44.42 € | 276.36 € | 449.12 €  |
| Habitación cuádruple  | 45.13 € | 280.84 € | 456.40 €  |
| Apartamento 2 plazas  | 47.33 € | 294.42 € | 478.52 €  |
| Apartamento 4 plazas  | 45.85 € | 285.25 € | 463.54 €  |
| Niños de 4 a 7 años   | 14.20 € | 88.34 €  | 143.64 €  |
| Niños de 8 a 12 años  | 23.31 € | 144.97 € | 235.62 €  |

<sup>1</sup>Estas tablas expresan **PRECIO POR PERSONA Y DÍA**, que incluye, además del alojamiento, la pensión completa con desayuno, comida y cena en nuestro Restaurante buffet, con bebidas incluidas. Se incluyen actividades de animación básicas, en verano animación especial infantil. La estancia balneario incluye examen médico previo para estancias superiores a 4 noches, inhalaciones y recomendación personalizada de los tratamientos asociados al Circuito Hidrotermal Baños de Ledesma. Consultar ofertas de temporada en la zona termal y de belleza y cosméticos. En el área de salud contamos con parafangos, masajes personalizados, tratamientos INDIBA, presoterapia. Flexibilidad a la hora de confeccionar paquetes vacacionales. Soluciones de alojamiento a medida para familias o grupos.

<sup>2</sup>Los apartamentos turísticos para 2 pax o 4 pax, situados sobre la piscina y las tiendas, pueden reservarse por días. Consultar posibilidades y disponibilidad. Los apartamentos turísticos restantes tienen un incremento de 0,50 euros por persona y día.

<sup>3</sup>Niños de 0 a 3 años (inclusive) gratis.

# Centro de Turismo Activo LEDESMACTIVA

## Trekking con Rappel y Escalada

*Duración 4 horas. Para adultos y niños.*

Peñón del Museo de la Falla de Juzbado

Adultos. Mutualistas 18 € (no mutualistas 20 €)

Niños. Mutualistas 8 € (no mutualistas 10 €)

A partir de 8-10 años

## Rutas en BTT

*Duración 2 horas. Para adultos y niños.*

Adultos. Mutualistas 18 € (no mutualistas 20 €)

Niños. Mutualistas 8 € (no mutualistas 10 €)

A partir de 8-10 años

## Rutas en Canoa por el río Tormes

*Duración 2 horas. Para adultos y niños con acompañante.*

Adultos. Mutualistas 18 € (no mutualistas 20 €)

Niños. Mutualistas 8 € (no mutualistas 10 €)

Menores de 8 años, gratis.

## Trekking por la Ruta de Marco Aurelio y la Ruta del Viejo Camino de Baños

*Duración 2 horas aproximadamente.*

Asesoramiento en recepción. Gratis.

## Alquiler de bicis BTT

*Reserve su bici para conocer a pie una comarca muy rica en recursos históricos, culturales y paisajísticos.*

Precios muy asequibles:

1 hora: 1 euro; 3 horas: 2 euros; 6 horas: 4 euros.

*Si participa como externo en estas actividades en Temporada de verano disponemos de paquetes que incluyen acceso a las Piscinas exteriores (toboganes, zona ajardinada y cafetería) y comida en Restaurante buffet. Consulte promociones en el Puesto de Información del Hotel.*



LEDESMACTIVA

Disfruta del deporte y la aventura  
en la Dehesa del Tormes, descubre otra Salamanca



BALNEARIO  
DE LEDESMA  
MONTEPIO



Kubra  
Educación y Aventura



BAÑOS DE LEDESMA



salamanca



# Inglés, Aventura & Salud

Actividades diseñadas por  
la firma especialista:



Programa de inmersión lingüística desarrollado por el Montepío de la Minería Asturiana y Nubra, Educación y Aventura que se realiza en las instalaciones del Balneario de Ledesma, en Salamanca y en Los Alcázares del Mar Menor (Murcia), para el aprendizaje y refuerzo del inglés.

## Actividades:

Rutas medioambientales, bicicleta de montaña, orientación, senderismo, tiro con arco, piscina, baloncesto, balonmano, fútbol, escalada, rappel, piragua, etc. Se impartirá una clase didáctica y totalmente práctica (con el uso de las instalaciones balneoterápicas) sobre los beneficios tanto de prevención como de cura de enfermedades con la utilización de las aguas termales para la salud. Todas las actividades, en inglés.

## Inscripción:

La inscripción de los escolares se realizará por estricto orden de prioridad atendiendo a los siguientes criterios:

- Mutualistas
- Municipios mineros (Grupo 1)
- Municipios RECHAR\* (Grupo 2)
- Municipios de otras autonomías.

## Las instalaciones ofrecen:

Balneario con circuito termal y saludable, servicio de buffet (con cocina propia y cuidados menús), cómodas habitaciones en apartamentos residenciales con baño, aseo y calefacción, pistas polideportivas, cafetería y tiendas, consultorio médico, gimnasio, lavandería, iglesia, ciber, wifi gratuito, biblioteca, discoteca móvil, salas multiusos y amplias zonas verdes en una finca acotada.

*Importante: Posibilidad de visita para las familias con disfrute del balneario (consultar tarifas especiales).*

## Fechas:

El programa se realizará en periodos de 3, 4 o 5 días durante los meses de Marzo, Abril, Mayo, Junio, Septiembre, Octubre y Noviembre.

*\*Los colegios o centros educativos interesados en acogerse a éste programa de inmersión lingüística (inglés) en grupos rogamos comuniquen al 987106365 o por MAIL en [info@nubra.es](mailto:info@nubra.es).*

*\*RECHAR, término francés delimitador en la Unión Europea de las comarcas mineras sometidas a Reconversión Carbonera).*



Alojamiento y manutención, actividades de aventura (rapel, escalada, BTT), deportivas, ambientales, orientación, trekking, tiro con arco; de educación; monitores bilingües y material específico; seguros de responsabilidad civil y de accidentes. Pueden realizarse actividades extra, como visitas a Salamanca.

## Precios:

5 días (4 noches) 230 €/210 €  
4 días (3 noches) 200 €/180 €  
3 días (2 noches) 165 €/145 €  
2 días (1 noche) 100 €/90 €  
Capacidad: 150



Alojamiento y manutención, actividades de aventura (surf, padel, surf, vela), deportivas, tiro con arco, actividades de educación ambiental, orientación, trekking... El programa de 5 días incluye excursión a Cartagena con rapel y visitas culturales; monitores bilingües y material específico; seguros de responsabilidad civil y de accidentes.

## Precios:

5 días (4 noches) 260 €  
4 días (3 noches) 230 €  
3 días (2 noches) 175 €  
2 días (1 noche) 115 €  
Capacidad: 100



Disfruta de nuestro Programa de Convivencia en la Comunidad de Mayores de Felechosa, con aventura en la naturaleza, rappel, escalada, dinámicas, juegos, actividades intergeneracionales, tiro con arco y spa.

## Precios:

5 días (4 noches) 230 €/210 €  
4 días (3 noches) 200 €/180 €  
3 días (2 noches) 165 €/145 €  
2 días (1 noche) 105 €/95 €  
Capacidad: 35



**BASE CAMP**  
LEDESMA

Actividades diseñadas por  
la firma especialista:



# Un campamento de verano distinto

Una de las opciones del verano es el Base Camp Balneario de Ledesma, que es además uno de los proyectos educativos más avanzados para reforzar el aprendizaje del inglés entre los más jóvenes.

Se organiza en bloques de 7 días, desde la última semana de junio hasta la segunda de agosto, y ofrece una alternativa educativa enfocada de manera multidisciplinar. Una vez terminado el curso escolar, y respondiendo a la necesidad de conciliación de la mayoría de las familias, es una herramienta estupenda para combinar vacaciones, aprendizaje, convivencia, juegos y enriquecimiento personal. Y todo ello inmersos en la naturaleza y en la historia, puesto que el Base Camp Ledesma se desarrolla en una de las estaciones termales más antiguas de España, a orillas del río Tormes y a un paso de la ciudad monumental de Salamanca.

Todo eso, más las actividades programadas por profesionales de la educación y la aventura, hacen que el Base Camp sea un campamento con contenidos de calidad y actividades diversas, con tres líneas de atención específica para todos los participantes:

- Salud y Termalismo
- Aventura, deporte y contacto con la naturaleza
- Historia de Salamanca, España, mundo rural y urbano

Los campamentos y cursos en inglés forman parte del Plan Social y Solidario del Montepío y Mutualidad de la Minería Asturiana.

## Destinatarios/as

Niñ@s y jóvenes, de 8 a 17 años (Educación Primaria y Secundaria).

El mínimo requerido es de 20 inscritos y el máximo 80.

Los subgrupos se organizarán por edades afines.

## Objetivos:

Conocer la Naturaleza como medio de diversión (la dehesa castellana y el río Tormes); entender la importancia de la Aventura para el desarrollo personal; comunicarse en inglés dentro de la actividad; desarrollar destrezas comunicativas, destrezas de aprendizaje y comunicarse en una lengua distinta a la materna, etc

## Qué incluye:

- En régimen interno, alojamiento y manutención, actividades deportivas, de educación ambiental, aventura (tiro con arco, rappel y escalada, BTT), circuito por el balneario de Ledesma (emplazamiento termal histórico de Baños de Ledesma), piragua, taller de conversación.
- Monitores bilingües y material específico.
- Seguro de responsabilidad.
- No incluye transporte hasta la instalación.

## Fechas:

Turnos de los campamentos de verano en Ledesma (7 días/6 noches):

23 de junio al 29 de junio

30 de junio al 6 de julio

7 de julio al 13 de julio

14 de julio al 20 de julio

21 de julio al 27 de julio

28 de julio al 3 de agosto

## Precios:

395 € público general

295 €\* hijos y nietos de mutualistas

150 €\*\* público general, sin alojamiento en el Balneario (con comida y actividades)

Hijos y nietos de mutualistas que estén alojados con sus familiares en el Balneario y quieran participar en el Base Camp podrán disfrutar de un descuento de 50 €.

*\*Actividad educativa y familiar con precio promocionado por el Plan Social y Solidario del Montepío. Información e inscripciones en: [info@nubra.es](mailto:info@nubra.es) o llamando al 987 106 365 a partir del 20 de enero o en las oficinas centrales del Montepío: Plaza General Primo de Rivera 2, 1ª planta. 33001 Oviedo.*

*\*\*Los niños y niñas en esta modalidad se incorporan al campamento desde las 10 hasta las 20 horas. Participan en las actividades de la mañana, la comida y merienda y las actividades de la tarde. No incluye desayuno, cena, actividades nocturnas y alojamiento.*



## RESIDENCIA SPA DE FELECHOSA MONTEPÍO

Barrio Parte Alta Las Pedrosas, 2  
33688 Felechosa-Aller, Asturias  
Tel: 985 48 75 11 Fax: 984 49 91 63  
reservas@residenciaspafelechosa.com

# Centro de alojamiento para personas mayores

Consulte su caso sin compromiso en  
[trabajosocial@residencialamineria.com](mailto:trabajosocial@residencialamineria.com)

## ESTANCIAS PERMANENTES (superiores a 3 meses)

| 10%             | Habitación doble | Habitación individual | Conjunto      |
|-----------------|------------------|-----------------------|---------------|
| No dependientes | 1422,90 €/mes    | 1683,00 €/mes         | 1162,80 €/mes |
| Dependientes    | 1530,00 €/mes    | 1790,10 €/mes         | 1244,40 €/mes |
| 4%              | Habitación doble | Habitación individual | Conjunto      |
| No dependientes | 1345,29 €/mes    | 1591,20 €/mes         | 1099,37 €/mes |
| Dependientes    | 1446,55 €/mes    | 1692,46 €/mes         | 1176,52 €/mes |

Las tarifas con el IVA al 4% son aplicables a los residentes con prestación económica aprobada por el Gobierno del Principado de Asturias.  
Nota: Gastos de formalización: 80€

## ESTANCIAS TEMPORALES

### Respiro familiar (superiores o iguales a 15 días y hasta los 3 meses)

Para este tipo de estancias se toma como referencia los precios de las estancias permanentes incrementándolas un 10 %. Gastos de formalización: 80 € a partir del mes de estancia.

## ESTANCIAS TEMPORALES

### Fines de semana o estancia corta (inferiores a 15 días)

|                 | Habitación doble | Habitación individual | Conjunto    |
|-----------------|------------------|-----------------------|-------------|
| No dependientes | 56,30 €/día      | 66,50 €/día           | 45,00 €/día |
| Dependientes    | 60,79 €/día      | 70,00 €/día           | 48,55 €/día |

## ESTANCIAS NOCTURNAS

### De 19 a 10 horas (incluye cena y desayuno)

|                 | Mensual | Diario |
|-----------------|---------|--------|
| No dependientes | 714€    | 36€    |

Nota: Tanto las estancias temporales como las nocturnas no tienen gastos de formalización.

Consultar precios especiales para parejas y personas con grado de parentesco hasta el segundo grado de consanguinidad.

# Centro de alojamiento para personas con discapacidad y/o dependencia

## ESTANCIAS PERMANENTES (superiores a 3 meses)

| 10%             | Habitación doble | Habitación individual | Conjunto      |
|-----------------|------------------|-----------------------|---------------|
| No dependientes | 1422,90 €/mes    | 1683,00 €/mes         | 1162,80 €/mes |
| Dependientes    | 1530,00 €/mes    | 1790,10 €/mes         | 1244,40 €/mes |
| 4%              | Habitación doble | Habitación individual | Conjunto      |
| No dependientes | 1345,29 €/mes    | 1591,20 €/mes         | 1099,37 €/mes |
| Dependientes    | 1446,55 €/mes    | 1692,46 €/mes         | 1176,52 €/mes |

Las tarifas con el IVA al 4% son aplicables a los residentes con prestación económica aprobada por el Gobierno del Principado de Asturias.  
Nota: Gastos de formalización: 80€

## ESTANCIAS TEMPORALES

### Respiro familiar (superiores o iguales a 15 días y hasta los 3 meses)

Para este tipo de estancias se toma como referencia los precios de las estancias permanentes incrementándolas un 10 %. Gastos de formalización: 80 € a partir del mes de estancia.

## ESTANCIAS NOCTURNAS

### De 19 a 10 horas (incluye cena y desayuno)

| Mensual | Diario |
|---------|--------|
| 857€    | 43€    |

Nota: Las estancias nocturnas no tienen gastos de formalización.

### Servicios incluidos en la plaza estándar de la Residencia SPA de Felechosa

Alojamiento y pensión alimenticia completa  
Atención y asistencia en todas las actividades básicas de la vida diaria  
Atención individualizada  
Servicio de nutrición y dieta  
Servicio de Terapia Ocupacional  
Servicio de Psicología  
Unidad de Logopedia  
Servicio de oxigenoterapia en habitación  
Servicio de Farmacia

Servicios sociosanitarios  
Animación sociocultural  
Servicio de Lavandería  
Terapias acuáticas ( SPA, fisioterapia y gym)  
Atención a discapacidad y convalecencias  
Parque gerontológico  
Zona de huertos, jardinería e invernadero  
Biblioteca (lectura y prensa diaria), telecentro, cafetería y salón Multiusos  
Atención Social: residentes y familias



**RESIDENCIA SPA  
DE FELECHOSA  
MONTEPIÓ**

# Centro sociosanitario: Servicios complementarios

## SERVICIOS COMPLEMENTARIOS

|                        | Residentes | Mutualistas |
|------------------------|------------|-------------|
| Servicio de PODOLOGÍA  |            |             |
| Media Quiropodia       | 15,00 €    | 16,00 €     |
| Quiropodia             | 20,00 €    | 21,00 €     |
| Diagnóstico Podológico | 13,00 €    | 14,00 €     |
| Separador de Silicona  | 8,00 €     | 9,00 €      |
| Servicio de LOGOPEDIA  |            |             |
| Sesión de 30-45 min    | 20,00 €    | 25,00 €     |
| Bono 5 Sesiones        | 80,00 €    | 100,00 €    |
| Servicio de PELUQUERÍA |            |             |
| Cortar                 | 6,50 €     | 7,20 €      |
| Lavar y Peinar         | 6,50 €     | 7,80 €      |
| Teñir                  | 13,10 €    | 14,35 €     |

*Nota: En la Peluquería del Residencial cuentan con más servicios, como depilación, maquillaje, mechas, manicura y pedicura.*

Tanto estos servicios, como el Centro Hidroterapéutico y sus servicios sociosanitarios, están abiertos a la comunidad Mutualista, sin necesidad de ser residente, y con precios sociales.  
Es importante consultar horarios en el teléfono 985 48 75 11.



**RESIDENCIA SPA  
DE FELECHOSA  
MONTEPIÓ**

# Tarifas Spa Centro hidroterapéutico

## Precios para mutualistas

|                                          | Ticket entrada al Spa<br>(Circuito) + Gimnasio |
|------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Circuito SPA adultos                     | 14 €                                           |
| Circuito SPA Relax<br>(bañera)           | 19 €                                           |
| Circuito SPA menores<br>(de 3 a 12 años) | 11 €                                           |
| Bono de 5 sesiones SPA                   | 56 €                                           |
| Bono de 5 sesiones SPA<br>Relax total    | 76 €                                           |
| Bono de 5 sesiones niño<br>(3 a 12 años) | 44 €                                           |

## Tarifas mutualistas asociados al Spa

|                          | Mensual* |
|--------------------------|----------|
| Titular                  | 35 €     |
| Cónyuge o pareja         | 25 €     |
| Hijos de 12 a 20 años    | 15 €     |
| Hijos menores de 12 años | 10 €     |

*\*La cuota como asociado al Montepío ya incluye el pago en concepto de inscripción.*

## Servicios extras mutualistas

|                                          |            |
|------------------------------------------|------------|
| Masaje Relax                             | 17 €       |
| Masaje Terapéutico                       | 22 €       |
| Masaje Sport                             | 22 €       |
| Masaje Circulatorio                      | 22 €       |
| Tratamiento Indiba Activ (Sesión)        | 27 €       |
| Electroterapia (Lampara-Tens)            | 13 €       |
| Terapia doble (fisisio + electroterapia) | 30 €       |
| Terapia Acuática Halliwick               | 25 €*<br>* |
| Bañeras de Hidromasaje                   | consultar  |
| Parafangos (bonos de 4)                  | 32 €       |

*\*Bono de 5 sesiones por 100 €.*

## Productos a disposición clientes

|                  |     |
|------------------|-----|
| Gorro            | 2 € |
| Chanclas         | 2 € |
| Alquiler Alborno | 2 € |

La entrada al SPA incluye acceso al gimnasio. Es importante reservar sesión en el teléfono 985 98 75 11.  
Abierto a todos los públicos. Horario: lunes a viernes, de 16 a 21 horas. Sábados: de 10,30 a 14,30 y de 16 a 21 horas.  
Domingos: de 10,30 a 14,30 y de 16 a 20 horas



**FUNDACIÓN  
OBRA SOCIAL  
MONTEPIO**

Plaza Primo de Rivera, 2 - 1ª Planta  
33001 Oviedo. Tel. 985 96 54 85  
fundacion@montepio.es  
www.montepio.es

# Cuotas Solidarias 2019

Ahora, hijos,  
nietos o  
familiares de  
mineros directos  
pueden ser  
mutualistas

Para este nuevo año, las cuotas aprobadas por la Comisión Regional del Montepío de la Minería Asturiana a modo de derramas solidarias mantienen el criterio desarrollado en el ejercicio anterior derivado de las nuevas normativas referentes a la apertura de la afiliación a la familia minera, es decir, a personas vinculadas hasta en segunda generación con personas cotizantes del Régimen Especial de la Minería de la Seguridad Social (activos, pensionistas o viudas) en el Principado de Asturias. Además de con los criterios tradicionales de aportación a la Mutualidad, como entidad de Previsión Social, sin ánimo de lucro. Recordamos que estas cuotas mantienen, como es tradicional en la historia del Montepío, el concepto de "solidario", en la totalidad de la cantidad, para la aportación básica; y mixto, en el caso de los planes de pensiones o de previsión u ahorro, de la que se deriva el 75 % a ese producto y un 25 % a la actividad social del Montepío.

## Los cuatro tipos de cuotas de participación mutualista para el presente ejercicio son las siguientes:

### 1-Mutualistas en activo, con salarios normalizados:

Si el 2 % del salario normalizado del mutualista en este ejercicio tiene una subida de entre 0 y 3 €, la subida a aplicar es la que corresponde a la fórmula establecida en los Estatutos de la Mutualidad.

Si el salario normalizado supera esos 3 € de subida, la cuota de 2018 se incrementará en 3 €.

Y si el 2 % del salario normalizado es inferior a lo que venía pagando en concepto de cuota, se mantendrá, sin ninguna subida.

### 2-Mutualistas en activo de categorías desaparecidas y trabajadores de minería no energética:

Se les aplicará la subida del 1,6 % (actualización referenciada a la aplicada por el Estado para la subida de las pensiones en 2018).

Para las cuotas de los trabajadores de la minería no energética se aplica la cuota establecida para el ayudante minero.

### 3- Pasivos y pensionistas de minería energética y no energética:

La fórmula establecida en los estatutos, el 1 % (cuota solidaria) si no suscriben ninguno de los planes de previsión del Montepío; y el 2 % para los que si cuentan con plan de pensión.

### 4-Familiares y vinculados:

Cuota básica o /y cuota solidaria de 18,07€; con plan de pensiones o plan seguro de ahorro mínimo 54,40 € y máximo de 73,55€. Los afiliados con plan de pensiones y cuota calculada por nómina la subida será del 1,6% (actualización de las pensiones en base al IPC).

| Categoría | Descripción          | Sin Plan | Con Plan |
|-----------|----------------------|----------|----------|
| 2415      | A.T.S. AUXILIAR      | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2515      | A.T.S. INICIACION    | 32,30 €  | 64,60 €  |
| 2215      | A.T.S. JEFE          | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2315      | A.T.S. SUB-JEFE      | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 8102      | ADMINISTRADOR        | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 1215      | AGREGADO TECNICO     | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 3317      | AGREGADO TEC 3ª      | 28,70 €  | 57,30 €  |
| 3111      | AGREGADO TEC. DE 1   | 36,40 €  | 72,70 €  |
| 3211      | AGREGADO TEC. DE 2   | 28,70 €  | 57,30 €  |
| 5513      | ALMACENERO           | 27,40 €  | 54,70 €  |
| 5415      | ALMACENERO PRINCIPAL | 25,50 €  | 51,00 €  |

| Categoría | Descripción               | Sin Plan | Con Plan |
|-----------|---------------------------|----------|----------|
| 4112      | ANALISTA DE INFORMATICA   | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 7611      | APRENDIZ (PINCHE)         | 21,60 €  | 43,20 €  |
| 6601      | APRENDIZ MINERO           | 23,60 €  | 47,10 €  |
| 5515      | APUNTADOR DE MADERA       | 26,80 €  | 53,60 €  |
| 6103      | ARTILLERO                 | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 7315      | ASERRADOR                 | 31,50 €  | 62,90 €  |
| 7411      | ASERRADOR                 | 26,80 €  | 53,60 €  |
| 2519      | ASISTENTE SOCIAL          | 32,70 €  | 65,40 €  |
| 2419      | ASISTENTE SOCIAL AUXILIAR | 32,70 €  | 65,40 €  |
| 2219      | ASISTENTE SOCIAL JEFE     | 32,70 €  | 65,40 €  |

| Categoría | Descripción                | Sin Plan | Con Plan |
|-----------|----------------------------|----------|----------|
| 2119      | ASISTENTE SOCIAL PRINCIPAL | 32,70 €  | 65,40 €  |
| 2319      | ASISTENTE SOCIAL SUB-JEFE  | 32,70 €  | 65,40 €  |
| 4511      | AUXILIAR ADMINISTRATIVO    | 23,90 €  | 47,80 €  |
| 3602      | AUXILIAR ORGANIZACION      | 31,90 €  | 63,80 €  |
| 3612      | AUXILIAR ORGANIZACION      | 31,90 €  | 63,80 €  |
| 3603      | AUXILIAR TOPOGRAFIA        | 34,50 €  | 68,90 €  |
| 3613      | AUXILIAR TOPOGRAFIA        | 25,20 €  | 50,40 €  |
| 6306      | AYUDANTE ARTILLERO         | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 6305      | AYUDANTE BARRENISTA        | 37,40 €  | 74,80 €  |

| Categoría | Descripción                              | Sin Plan | Con Plan |
|-----------|------------------------------------------|----------|----------|
| 7418      | AYUDANTE DE OFICIO                       | 24,30 €  | 48,60 €  |
| 6408      | AYUDANTE ELECTROMECANICO                 | 29,90 €  | 59,80 €  |
| 6506      | AYUDANTE MECANICO                        | 31,30 €  | 62,50 €  |
| 6406      | AYUDANTE MINERO (+ 3)                    | 29,80 €  | 59,50 €  |
| 6505      | AYUDANTE MINERO (- 3)                    | 29,80 €  | 59,50 €  |
| 2115      | AYUDANTE TECNICO SANITARIO PRINCIPAL     | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 6202      | BARRENISTA                               | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 6501      | BOMBERO                                  | 31,50 €  | 63,00 €  |
| 7517      | BOMBERO                                  | 24,40 €  | 48,80 €  |
| 6407      | CABALLISTA                               | 30,10 €  | 60,20 €  |
| 6417      | CABALLISTA                               | 27,60 €  | 55,20 €  |
| 3614      | CALCADOR                                 | 22,60 €  | 45,20 €  |
| 6300      | CAMINERO                                 | 29,50 €  | 59,00 €  |
| 7319      | CAMINERO                                 | 25,90 €  | 51,80 €  |
| 4315      | CODIFICADOR DE DATOS                     | 30,60 €  | 61,20 €  |
| 7413      | COMPORTERO SENALISTA                     | 26,80 €  | 53,60 €  |
| 7312      | COMPORTERO SENALISTA                     | 27,30 €  | 54,50 €  |
| 5414      | CONDUCTOR DE 1                           | 31,60 €  | 63,20 €  |
| 5511      | CONDUCTOR DE 2                           | 25,20 €  | 50,40 €  |
| 7417      | CONDUCTOR DE TREN                        | 22,80 €  | 45,50 €  |
| 5512      | CONSERJE                                 | 24,10 €  | 48,20 €  |
| 7414      | CUADRERO HERRADOR                        | 26,00 €  | 52,00 €  |
| 3416      | DELINEANTE PRINCIPAL                     | 25,20 €  | 50,40 €  |
| 3315      | DELINEANTE PROYECTISTA                   | 25,20 €  | 50,40 €  |
| 5413      | DEPENDIENTE ECONOMATOS                   | 25,50 €  | 51,00 €  |
| 5311      | DEPENDIENTE PRINCIPAL ECONOMATOS         | 23,30 €  | 46,60 €  |
| 2420      | DIPLOMADO CIENCIAS EMPRESARIALES         | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 2220      | DIPLOMADO CIENCIAS EMPRESARIALES JEFE    | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 2120      | DIPLOMADO CIENCIAS EMPRESARIALES PPAL    | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 2320      | DIPLOMADO CIENCIAS EMPRESARIALES SUBJEFE | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 6203      | ELECTROMECANICO DE 1                     | 33,70 €  | 67,30 €  |
| 6304      | ELECTROMECANICO DE 2                     | 36,10 €  | 72,10 €  |
| 6502      | EMBARCADOR                               | 29,20 €  | 58,40 €  |
| 630D      | EMBARCADOR SENALISTA                     | 29,70 €  | 59,40 €  |
| 6404      | EMBARCADOR SENALISTA                     | 28,90 €  | 57,70 €  |
| 3405      | ENCARGADO DE SERVICIO                    | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 3415      | ENCARGADO DE SERVICIO                    | 32,30 €  | 64,60 €  |
| 3418      | ENCARGADO SERVICIO LAMPISTERIA           | 32,30 €  | 64,60 €  |
| 5614      | ENFERMERO                                | 24,80 €  | 49,50 €  |
| 6302      | ENTIBADOR                                | 33,50 €  | 67,00 €  |
| 8000      | ESPECIALISTA TAJO MECANIZADO             | 33,10 €  | 66,10 €  |

| Categoría | Descripción                              | Sin Plan | Con Plan |
|-----------|------------------------------------------|----------|----------|
| 6207      | ESPECIALISTA TAJO MECANIZADO -desde 2006 | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 630E      | ESPECIALISTA TAJO MECANIZADO -hasta 2005 | 30,90 €  | 61,80 €  |
| 2402      | FACULTATIVO MINAS AUXILIAR               | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2412      | FACULTATIVO MINAS AUXILIAR               | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 1212      | FACULTATIVO MINAS EXTERIOR               | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2502      | FACULTATIVO MINAS INICIACION             | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2512      | FACULTATIVO MINAS INICIACION             | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 1202      | FACULTATIVO MINAS INTERIOR               | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2202      | FACULTATIVO MINAS JEFE                   | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2102      | FACULTATIVO MINAS PRINCIPAL - GERENTE    | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2112      | FACULTATIVO MINAS PRINCIPAL - GERENTE    | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2302      | FACULTATIVO MINAS SUB-JEFE               | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2312      | FACULTATIVO MINAS SUB-JEFE               | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2212      | FACULTIVO MINAS JEFE                     | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 7514      | FOGONERO DE CALDERA FIJA                 | 23,90 €  | 47,70 €  |
| 7416      | FOGONERO DE FERROCARRIL                  | 26,50 €  | 52,90 €  |
| 6503      | FRENERO ENGANCHADOR                      | 22,50 €  | 45,00 €  |
| 1312      | GEOLOGO EXTERIOR                         | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1102      | GEOLOGO INTERIOR                         | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 1302      | GEOLOGO INTERIOR                         | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1216      | GRADUADO SOCIAL                          | 34,60 €  | 69,10 €  |
| 2416      | GRADUADO SOCIAL AUXILIAR                 | 35,80 €  | 71,50 €  |
| 2516      | GRADUADO SOCIAL INICIACION               | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2216      | GRADUADO SOCIAL JEFE                     | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2116      | GRADUADO SOCIAL PRINCIPAL                | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 2316      | GRADUADO SOCIAL SUB-JEFE                 | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 5514      | GUARDA JURADO                            | 29,50 €  | 59,00 €  |
| 5616      | GUARDABARRERA                            | 26,50 €  | 52,90 €  |
| 2J02      | ING. TECN.-FAC. MINAS Y PERITO IND. JEFE | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2A01      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. AUXILIAR      | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2A02      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. AUXILIAR      | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2A11      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. AUXILIAR      | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2A12      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. AUXILIAR      | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2P11      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. PRINCIPAL     | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2P12      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. PRINCIPAL     | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2P13      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. PRINCIPAL     | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2P14      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. PRINCIPAL     | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2P15      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. PRINCIPAL     | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2P16      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. PRINCIPAL     | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2P17      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. PRINCIPAL     | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2P18      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. PRINCIPAL     | 33,10 €  | 66,10 €  |

| Categoría | Descripción                             | Sin Plan | Con Plan |
|-----------|-----------------------------------------|----------|----------|
| 2S01      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. SUB-JEFE     | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2S02      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. SUB-JEFE     | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2S11      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. SUB-JEFE     | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2S12      | ING.TEC.FAC.MINAS PER.IND. SUB-JEFE     | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2P01      | ING.TEC.FAC.MINAS Y PER.IND.PPAL        | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2P02      | ING.TEC.FAC.MINAS Y PER.IND.PPAL        | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2P03      | ING.TEC.FAC.MINAS Y PER.IND.PPAL        | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2P04      | ING.TEC.FAC.MINAS Y PER.IND.PPAL        | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2P05      | ING.TEC.FAC.MINAS Y PER.IND.PPAL        | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2P06      | ING.TEC.FAC.MINAS Y PER.IND.PPAL        | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2P07      | ING.TEC.FAC.MINAS Y PER.IND.PPAL        | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2J01      | ING.TECN.-FAC. MINAS Y PERITO IND. JEFE | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2J11      | ING.TECN.-FAC. MINAS Y PERITO IND. JEFE | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2J12      | ING.TECN.-FAC.MINAS Y PERITO IND.JEFE   | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 1313      | INGENIERO DE TELECOMUNICACIONES         | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 1112      | INGENIERO INDUSTRIAL                    | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1111      | INGENIERO MINAS EXTERIOR                | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1101      | INGENIERO MINAS INTERIOR                | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2401      | INGENIERO TECNICO AUXILIAR              | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2411      | INGENIERO TECNICO AUXILIAR              | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 1211      | INGENIERO TECNICO EXTERIOR              | 34,60 €  | 69,10 €  |
| 2110      | INGENIERO TECNICO INFORMATICA PRINCIPAL | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2310      | INGENIERO TECNICO INFORMATICA SUBJEFE   | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2501      | INGENIERO TECNICO INICIACION            | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2511      | INGENIERO TECNICO INICIACION            | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 1201      | INGENIERO TECNICO INTERIOR              | 34,60 €  | 69,10 €  |
| 2201      | INGENIERO TECNICO JEFE                  | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2211      | INGENIERO TECNICO JEFE                  | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2101      | INGENIERO TECNICO PRINCIPAL             | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2111      | INGENIERO TECNICO PRINCIPAL             | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2301      | INGENIERO TECNICO SUB-JEFE              | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2311      | INGENIERO TECNICO SUB-JEFE              | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 1119      | INTENDENTE MERCANTIL                    | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 1213      | JEFE ADMINISTRATIVO                     | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 4111      | JEFE ADMINISTRATIVO DE 1                | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 4211      | JEFE ADMINISTRATIVO DE 2                | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 7111      | JEFE DE EQUIPO                          | 29,90 €  | 59,80 €  |
| 8103      | JEFE DE SEGURIDAD Y PREVENCION          | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 5111      | JEFE DESPACHO ECONOMATO DE 1            | 31,30 €  | 62,50 €  |
| 5211      | JEFE DESPACHO ECONOMATO DE 2            | 28,00 €  | 55,90 €  |

| Categoría | Descripción                             | Sin Plan | Con Plan |
|-----------|-----------------------------------------|----------|----------|
| 6104      | JEFE EQUIPO MANTENIMIENTO               | 35,90 €  | 71,80 €  |
| 5411      | JEFE GUARDAS JURADOS                    | 30,60 €  | 61,20 €  |
| 7216      | LAMPISTERO                              | 27,60 €  | 55,20 €  |
| 7313      | LAVADOR                                 | 31,40 €  | 62,80 €  |
| 1311      | LICENCIADO CIENCIAS DE LA INFORMACIÓN   | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1316      | LICENCIADO CIENCIAS DEL TRABAJO         | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1315      | LICENCIADO EN CIENCIAS BIOLÓGICAS       | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1117      | LICENCIADO EN CIENCIAS ECONÓMICAS       | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1116      | LICENCIADO EN CIENCIAS FÍSICAS          | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1115      | LICENCIADO EN CIENCIAS QUÍMICAS         | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1113      | LICENCIADO EN DERECHO                   | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1118      | LICENCIADO EN FILOSOFÍA Y LETRAS        | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2418      | MAESTRO 1 ENSEÑANZA AUXILIAR            | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 2518      | MAESTRO 1 ENSEÑANZA INICIACIÓN          | 23,90 €  | 47,70 €  |
| 2218      | MAESTRO 1 ENSEÑANZA JEFE                | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 2118      | MAESTRO 1 ENSEÑANZA PRINCIPAL           | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 2318      | MAESTRO 1 ENSEÑANZA SUB-JEFE            | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 3302      | MAESTRO DE SERVICIO                     | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 3314      | MAESTRO DE SERVICIO                     | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 3313      | MAESTRO DE TALLER                       | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 3316      | MAESTRO INDUSTRIAL                      | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 3312      | MAESTRO INDUSTRIAL TITULADO             | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 6504      | MAQUINISTA COMPRESOR                    | 27,60 €  | 55,20 €  |
| 6301      | MAQUINISTA DE ARRANQUE                  | 35,20 €  | 70,40 €  |
| 6403      | MAQUINISTA DE BALANZA O PLANO           | 28,90 €  | 57,70 €  |
| 7516      | MAQUINISTA DE COMPRESOR                 | 26,50 €  | 52,90 €  |
| 5112      | MAQUINISTA DE EXTRACCIÓN(desde el 2002) | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 5212      | MAQUINISTA DE EXTRACCIÓN(hasta el 2002) | 32,70 €  | 65,40 €  |
| 7217      | MAQUINISTA DE FERROCARRIL               | 25,20 €  | 50,40 €  |
| 7415      | MAQUINISTA DE PLANO O BALANZA           | 23,40 €  | 46,70 €  |
| 6303      | MAQUINISTA DE TRACCIÓN                  | 27,90 €  | 55,70 €  |
| 7314      | MAQUINISTA DE TRACTOR O GRUA            | 31,60 €  | 63,10 €  |
| 4512      | MECANOGRAFO                             | 27,20 €  | 54,40 €  |
| 1114      | MEDICO                                  | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 6101      | MINERO DE 1                             | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 3501      | MONITOR                                 | 30,80 €  | 61,60 €  |
| 3511      | MONITOR                                 | 28,90 €  | 57,70 €  |
| 3402      | MONITOR PRINCIPAL                       | 33,30 €  | 66,60 €  |
| 3412      | MONITOR PRINCIPAL                       | 24,20 €  | 48,30 €  |
| 7518      | MOZO DE ALMACEN O ECONOMATO             | 24,30 €  | 48,60 €  |

| Categoría | Descripción                              | Sin Plan | Con Plan |
|-----------|------------------------------------------|----------|----------|
| 7215      | OFICIAL 1 CONSTRUCCION                   | 31,90 €  | 63,70 €  |
| 7214      | OFICIAL 1 ELECTRICISTA (EXTERIOR)        | 30,40 €  | 60,70 €  |
| 7218      | OFICIAL 1 ELECTRONICO                    | 31,50 €  | 62,90 €  |
| 7211      | OFICIAL 1 MECANICO                       | 31,50 €  | 62,90 €  |
| 7219      | OFICIAL 1 OFICIO EXTERIOR                | 28,00 €  | 56,00 €  |
| 7229      | OFICIAL 1 OFICIO EXTERIOR                | 32,40 €  | 64,70 €  |
| 6209      | OFICIAL 1 OFICIO INTERIOR                | 30,60 €  | 61,20 €  |
| 7318      | OFICIAL 2 CONSTRUCCION                   | 24,40 €  | 48,80 €  |
| 7317      | OFICIAL 2 ELECTRICISTA (EXTERIOR)        | 26,60 €  | 53,10 €  |
| 7311      | OFICIAL 2 MECANICO                       | 27,00 €  | 53,90 €  |
| 7329      | OFICIAL 2 OFICIO EXTERIOR                | 30,70 €  | 61,40 €  |
| 7412      | OFICIAL 2 OFICIO EXTERIOR                | 26,00 €  | 52,00 €  |
| 6402      | OFICIAL 2 OFICIO INTERIOR                | 27,20 €  | 54,40 €  |
| 4311      | OFICIAL ADMINISTRATIVO DE 1              | 31,70 €  | 63,40 €  |
| 4411      | OFICIAL ADMINISTRATIVO DE 2              | 32,90 €  | 65,70 €  |
| 6204      | OFICIAL DE MANTENIMIENTO                 | 34,80 €  | 69,50 €  |
| 7212      | OFICIAL DE MANTENIMIENTO                 | 32,70 €  | 65,40 €  |
| 3514      | OFICIAL DELINEANTE                       | 25,20 €  | 50,40 €  |
| 630A      | OFICIAL ELECTRICISTA DE 1 (INTERIOR)     | 32,60 €  | 65,20 €  |
| 6409      | OFICIAL ELECTRICISTA DE 2 (INTERIOR)     | 27,70 €  | 55,30 €  |
| 630C      | OFICIAL ELECTRICO DE EXPLOTACION         | 31,60 €  | 63,10 €  |
| 6206      | OFICIAL ELECTRICO PRINCIPAL EXPLOTACION  | 35,00 €  | 70,00 €  |
| 7213      | OFICIAL ELECTROMECANICO DE 1             | 30,50 €  | 61,00 €  |
| 7316      | OFICIAL ELECTROMECANICO DE 2             | 27,40 €  | 54,70 €  |
| 3515      | OFICIAL LABORATORIO                      | 29,40 €  | 58,80 €  |
| 6308      | OFICIAL MECANICO DE 1-ELECTROMECHANICO 1 | 30,40 €  | 60,80 €  |
| 6405      | OFICIAL MECANICO DE 2-ELECTROMECHANICO 2 | 27,40 €  | 54,70 €  |
| 630B      | OFICIAL MECANICO DE EXPLOTACION          | 33,80 €  | 67,60 €  |
| 6205      | OFICIAL MECANICO PRINCIPAL EXPLOTACION   | 34,70 €  | 69,40 €  |
| 3502      | OFICIAL ORGANIZACION                     | 36,70 €  | 73,40 €  |
| 3512      | OFICIAL ORGANIZACION                     | 36,70 €  | 73,40 €  |
| 3417      | OFICIAL PRINCIPAL LABORATORIO            | 29,20 €  | 58,40 €  |
| 3403      | OFICIAL PRINCIPAL ORGANIZACION           | 35,60 €  | 71,10 €  |
| 3413      | OFICIAL PRINCIPAL ORGANIZACION           | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 3404      | OFICIAL PRINCIPAL TOPOGRAFIA             | 30,60 €  | 61,20 €  |
| 3414      | OFICIAL PRINCIPAL TOPOGRAFIA             | 26,00 €  | 52,00 €  |
| 6307      | OFICIAL SONDISTA                         | 33,00 €  | 65,90 €  |
| 3503      | OFICIAL TOPOGRAFIA                       | 28,20 €  | 56,30 €  |
| 3513      | OFICIAL TOPOGRAFIA                       | 26,00 €  | 52,00 €  |
| 7112      | OPERADOR DE CUADRO                       | 30,00 €  | 60,00 €  |

| Categoría | Descripción                            | Sin Plan | Con Plan |
|-----------|----------------------------------------|----------|----------|
| 4314      | OPERADOR DE INFORMATICA                | 30,00 €  | 60,00 €  |
| 5613      | ORDENANZA                              | 21,30 €  | 42,50 €  |
| 7512      | PEON                                   | 32,00 €  | 63,90 €  |
| 7511      | PEON ESPECIALISTA                      | 28,60 €  | 57,20 €  |
| 4412      | PERFORISTA                             | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 1218      | PERIODISTA                             | 34,60 €  | 69,10 €  |
| 2403      | PERITO INDUSTRIAL AUXILIAR             | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2413      | PERITO INDUSTRIAL AUXILIAR             | 35,90 €  | 71,80 €  |
| 2503      | PERITO INDUSTRIAL INICIACION           | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2513      | PERITO INDUSTRIAL INICIACION           | 35,90 €  | 71,80 €  |
| 2203      | PERITO INDUSTRIAL JEFE                 | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2213      | PERITO INDUSTRIAL JEFE                 | 35,90 €  | 71,80 €  |
| 2103      | PERITO INDUSTRIAL PRINCIPAL            | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2113      | PERITO INDUSTRIAL PRINCIPAL            | 35,90 €  | 71,80 €  |
| 2303      | PERITO INDUSTRIAL SUB-JEFE             | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2313      | PERITO INDUSTRIAL SUB-JEFE             | 35,90 €  | 71,80 €  |
| 2414      | PERITO MERCANTIL AUXILIAR              | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2514      | PERITO MERCANTIL INICIACION            | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2214      | PERITO MERCANTIL JEFE                  | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2114      | PERITO MERCANTIL PRINCIPAL             | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2314      | PERITO MERCANTIL SUB-JEFE              | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 7513      | PERSONAL DE LIMPIEZA                   | 28,70 €  | 57,40 €  |
| 7613      | PERSONAL LIMPIEZA SALARIOS ZONA CENTRO | 18,20 €  | 36,40 €  |
| 5611      | PESADOR DE BASCULA (MADERA)            | 28,70 €  | 57,30 €  |
| 6201      | PICADOR                                | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 5612      | PORTERO                                | 24,30 €  | 48,60 €  |
| 6102      | POSTEADOR                              | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 1217      | PROFESOR MERCANTIL                     | 34,60 €  | 69,10 €  |
| 2417      | PROFESOR MERCANTIL AUXILIAR            | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2517      | PROFESOR MERCANTIL INICIACION          | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2217      | PROFESOR MERCANTIL JEFE                | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 2117      | PROFESOR MERCANTIL PRINCIPAL           | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 2317      | PROFESOR MERCANTIL SUB-JEFE            | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 4212      | PROGRAMADOR DE INFORMATICA             | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 7515      | SENALISTA DE FERROCARRIL               | 26,50 €  | 52,90 €  |
| 4312      | TAKIMECANOGRAFO                        | 30,60 €  | 61,20 €  |
| 5615      | TELEFONISTA                            | 23,60 €  | 47,10 €  |
| 3601      | TOMADOR DE MUESTRAS                    | 24,80 €  | 49,60 €  |
| 3611      | TOMADOR MUESTRAS                       | 22,60 €  | 45,20 €  |
| 4313      | TRADUCTOR                              | 30,60 €  | 61,20 €  |
| 6309      | TUBERO                                 | 36,90 €  | 73,80 €  |
| 1110      | VETERINARIO                            | 33,10 €  | 66,10 €  |
| 3301      | VIGILANTE 1                            | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 3311      | VIGILANTE 1                            | 37,40 €  | 74,80 €  |
| 3401      | VIGILANTE 2                            | 37,50 €  | 75,00 €  |
| 3411      | VIGILANTE 2                            | 37,40 €  | 74,80 €  |

# Bases normalizadas

El Montepío es entidad colaboradora del INSS



de cotización a la seguridad social, por contingencias comunes, en el régimen especial de la minería del carbón de la zona primera - asturias, para su aplicación durante los dos periodos del año regulados por la Orden: de enero a julio y de agosto a diciembre de 2018.

Las bases normalizadas para el ejercicio 2018 han sido fijadas por la Orden TMS/1289/2018, de 29 de noviembre, en vigor desde el 4 de diciembre de 2018, día de su publicación en el Boletín Oficial del Estado, sin perjuicio de los efectos retroactivos que serán del primero de enero del mismo año. Por la Secretaría de Estado de la Seguridad Social se establecerá el plazo especial para el ingreso de las diferencias de cotización que resulten de la aplicación de las nuevas bases, respecto de aquellas por las que se cotizó durante el año 2018. El Instituto Nacional de la Seguridad Social (Secretaría General de la Mutualidad de la Minería del Carbón), procederá a la revisión de oficio de las prestaciones que hayan sido calculadas en función de las bases normalizadas del año anterior. Destacamos que para este ejercicio, a diferencia de los anteriores, contamos con dos tablas para un mismo ejercicio, de enero a julio y de agosto a diciembre, tal y como estipula la Orden reguladora.

## Categorías mineros de interior

| I.- Personal técnico titulado         | Enero a julio | Agosto a diciembre |
|---------------------------------------|---------------|--------------------|
| Geólogo                               | 123,33        | 124,71             |
| Ing. superior                         | 123,33        | 125,05             |
| Ing. tco., facultat., perito auxiliar | 123,33        | 125,05             |
| Ing. tco., facultat., perito jefe     | 123,33        | 125,05             |
| Ing. tco., facultat., perito ppal     | 123,33        | 125,05             |
| Ing. tco., facultat., perito subjefe  | 123,33        | 125,05             |
| Vigilante de segunda                  | 122,99        | 124,71             |
| II.- Personal técnico no titulado     |               |                    |
| Auxiliar de topografía                | 113,17        | 114,75             |
| Encargado de servicio                 | 123,33        | 125,05             |
| Jefe de equipo de mantenimiento       | 118,05        | 119,70             |
| Monitor de primera                    | 109,40        | 110,93             |
| Oficial de topografía                 | 92,49         | 93,78              |
| Oficial ppal organ. de servicios      | 116,81        | 118,44             |
| Oficial ppal. de topografía           | 100,52        | 101,92             |
| Oficial tco. organ. de servicios      | 120,69        | 122,37             |
| Vigilante de primera                  | 122,99        | 124,71             |
| Vigilante de segunda                  | 123,33        | 125,05             |
| III.- Personal obrero                 |               |                    |
| Artillero                             | 123,33        | 125,05             |
| Ayudante artillero                    | 123,33        | 125,05             |
| Ayudante barrenista                   | 122,99        | 124,71             |
| Ayudante minero                       | 97,87         | 99,24              |
| Ayudante de oficio electromecánico    | 98,29         | 99,66              |

|                                     |        |        |
|-------------------------------------|--------|--------|
| Ayudante de picador                 | 122,99 | 124,71 |
| Barrenista                          | 123,33 | 125,05 |
| Caminero de primera                 | 96,98  | 98,33  |
| Electromecánico de primera          | 110,56 | 112,10 |
| Electromecánico de segunda          | 118,56 | 120,21 |
| Embarcador                          | 95,93  | 97,27  |
| Embarcador señalista                | 97,59  | 98,95  |
| Entibador                           | 117,43 | 117,43 |
| Especialista de tajo mecanizado     | 123,33 | 125,05 |
| Maquinista de arranque              | 115,67 | 117,28 |
| Maquinista tracción y extracción    | 91,61  | 92,89  |
| Minero de primera                   | 123,33 | 125,05 |
| Oficial electricista de primera     | 107,15 | 108,65 |
| Oficial electricista de segunda     | 90,92  | 92,19  |
| Oficial eléctrico explotación       | 103,68 | 105,13 |
| Oficial eléctrico ppal. explotación | 114,99 | 116,59 |
| Oficial mantenimiento               | 114,26 | 115,85 |
| Oficial mecánico explotación        | 111,16 | 112,71 |
| Oficial mecánico primera            | 99,99  | 101,38 |
| Oficial mecánico ppal. explotación  | 114,07 | 115,66 |
| Oficial mecánico segunda            | 89,97  | 91,22  |
| Oficial oficio de primera           | 117,31 | 118,95 |
| Oficial oficio de segunda           | 103,41 | 104,85 |
| Oficial sondista                    | 108,34 | 109,85 |
| Picador                             | 122,99 | 124,71 |
| Posteador                           | 123,33 | 125,05 |

## Categorías mineros de exterior

| IV.- Personal técnico titulado       | Enero a julio | Agosto a diciembre |
|--------------------------------------|---------------|--------------------|
| Ayudante tco. Sanitario              | 123,33        | 125,05             |
| Ayudante tco. Sanitario ppal.        | 123,33        | 125,05             |
| Ayudante tco. Sanitario jefe         | 123,33        | 125,05             |
| Diplomado ciencias empresariales     | 122,99        | 124,71             |
| Graduado social ppal.                | 122,99        | 124,71             |
| Graduado social jefe                 | 123,33        | 125,05             |
| Graduado social subjefe              | 123,33        | 125,05             |
| Ing. Industrial                      | 123,33        | 125,05             |
| Ing. Superior                        | 123,33        | 125,05             |
| Ing. Tco., facultat., minas ppal.    | 122,99        | 124,71             |
| Ing. Tco., facultat., perito jefe    | 123,33        | 125,05             |
| Ing. Tco., facultat., perito subjefe | 123,33        | 125,05             |
| Ing. Tco., facultat., perito aux.    | 123,33        | 125,05             |
| Ingeniero tco. Informática Jefe      | 123,33        | 125,05             |
| Ingeniero tco. Informática ppal.     | 123,33        | 125,05             |
| Ing. Tco. Informática Subjefe        | 123,33        | 125,05             |
| Licenciado                           | 123,33        | 125,05             |
| Maestro industrial                   | 123,33        | 125,05             |
| Maestro primera enseñanza            | 122,99        | 124,71             |
| Médico                               | 123,33        | 125,05             |
| Profesor mercantil ppal.             | 123,33        | 125,05             |
| V.- Personal técnico no titulado     |               |                    |
| Agregado tco. de primera             | 119,42        | 121,09             |
| Agregado tco. de tercera             | 94,18         | 95,49              |
| Encargado de servicio                | 106,23        | 107,71             |
| Jefe de servicio o taller            | 122,99        | 124,71             |
| Maestro de servicio o taller         | 123,33        | 125,05             |
| Oficial de laboratorio               | 96,67         | 98,02              |
| Oficial tco. Organ. de servicios     | 120,63        | 122,31             |
| Vigilante de primera                 | 123,00        | 124,71             |
| Vigilante de segunda                 | 123,33        | 125,05             |

|                                                            |        |        |
|------------------------------------------------------------|--------|--------|
| VI.- Personal obrero                                       |        |        |
| Electromecánico de primera                                 | 100,30 | 101,70 |
| Jefe de equipo                                             | 98,25  | 99,62  |
| Lampistero de primera                                      | 90,65  | 91,91  |
| Lavador de segunda                                         | 122,99 | 124,71 |
| Maquin. tracción/grúa/pala                                 | 103,68 | 105,13 |
| Oficial mecánico de primera                                | 103,45 | 104,89 |
| Oficial mecánico de segunda                                | 88,57  | 89,80  |
| Oficial oficio de primera                                  | 106,41 | 107,89 |
| Oficial oficio de segunda                                  | 100,90 | 102,31 |
| Oficial primera construcción                               | 104,63 | 106,09 |
| Oficial primera electricista                               | 99,79  | 101,18 |
| Oficial primera oficios varios                             | 123,10 | 124,82 |
| Oficial segunda electricista                               | 87,35  | 88,57  |
| Oficial segunda oficios varios                             | 65,45  | 66,36  |
| Operador de Cuadro                                         | 98,63  | 100,01 |
| Peón especialista                                          | 94,08  | 95,39  |
| Pesador de báscula                                         | 94,02  | 95,33  |
| VII.- Peones                                               |        |        |
| Peón                                                       | 105,03 | 106,50 |
| VIII.- Personal admntvo., de economato y de servicios aux. |        |        |
| Almacenero ppal.                                           | 83,86  | 85,03  |
| Analista de informática                                    | 123,33 | 125,05 |
| Auxiliar administrativo                                    | 78,60  | 79,70  |
| Cond. ómnibus y camión 1ª                                  | 103,91 | 105,36 |
| Director, Gerente, Apoderado, Adm.                         | 41,94  | 42,52  |
| Jefe administrativo de primera                             | 122,99 | 124,71 |
| Jefe administrativo de segunda                             | 122,99 | 124,71 |
| Jefe despacho economato de 1ª                              | 102,86 | 104,30 |
| Jefe despacho economato de 2ª                              | 91,96  | 93,24  |
| Maquinista de extracción                                   | 122,99 | 124,71 |
| Oficial administrativo de primera                          | 104,18 | 105,63 |
| Programador de informática                                 | 122,99 | 124,71 |

# El valor de las cosas

Vivimos inmersos en la cultura de la inmediatez, podemos conseguir casi cualquier cosa a golpe de clic gracias a internet sin siquiera pararnos a pensar en las posibles consecuencias. Esto, cuya utilidad no cuestiono, puede tener para nosotros consecuencias muy diversas: económicas, sociales, emocionales, de salud y un largo etcétera. Corremos el riesgo de acumular deudas económicas y objetos sin fin y sin sentido. Y esto quizá sería el mal menor, porque lo peor puede llegar cuando trasladamos ese deseo de inmediatez a las relaciones en las redes sociales:

"He escrito, no me contestan, quiero que lo hagan YA". "¿Qué se ha creído este o esta, que me puede tener esperando?". "Mira, no me dicen nada... serán..."

"Mira, está en línea, seguro que es por mí", o "mira, no se conecta, me está evitando".

Olvidamos que no somos el centro del universo y que los otros pueden tener otras ocupaciones o preocupaciones antes que la satisfacción inmediata de nuestra necesidad.

La cultura del clic inmediato ha hecho que se digan cosas sin pensar y se suban fotos que la persona jamás habría subido si lo hubiese pensado dos veces. Ha traído también obsesiones, noches en vela, espionajes infructuosos.

Nuestros niños antes de que pidan ya lo tienen. Incluso les creamos necesidades en las que ni siquiera habían pensado. Así, cada año salen juguetes para crearnos nuevas necesidades: una peonza, un juego para la videoconsola, esa muñeca. Y no eres nadie si no lo tienes.

¿Qué pasa cuando piden algo? Quizá primero decimos "no". Ellos no quieren esperar, se enfurruñan, lloran o insisten. Estamos tan ocupados, no queremos que el niño sufra. Y entonces "alguien" aparece con el objeto deseado. Pueden ser muchas cosas: ropa, un juguete, una chuche. Se consiguen de forma inmediata y así de rápido se olvidan también.

¿Qué les estamos robando a nuestros niños así? ¿Qué nos estamos robando a nosotros? Pues nos robamos la capacidad para esperar, nos robamos aprender a valorar, nos robamos el darnos valor a nosotros mismos.

Nos olvidamos de que una vez tuvimos un momento inolvidable en el que no hicimos nada, NADA. Simplemente esperar por un chocolate caliente con churros o por unas castañas que se estaban asando en la chapa de la cocina de carbón. Y que tardarían en hacerse el tiempo que hiciese falta.

**Si nuestros niños no aprenden el valor de las cosas, no conseguirán sus metas porque no sabrán esperar y perseverar después de haber fallado; no sabrán tener vidas con sentido.**



por Ana Menéndez.  
Psicóloga sanitaria,  
especialista en  
emergencias, crisis y  
cuidados al final  
de la vida

¿Para qué esperar si ya tenemos aceleradores hasta para el tinte del pelo?

Si nuestros niños no aprenden el valor de las cosas, no serán capaces de perseverar lo suficiente; no conseguirán sus metas porque no sabrán esperar y perseverar después de haber fallado; no sabrán tener vidas con sentido, bien dirigidas, de esas que te hacen feliz a pesar de las dificultades, de esas que te hacen pensar bien de ti y quererte. De esas que te hacen sentirte orgulloso de ti mismo.

Y a nosotros, como no reaprendamos, la muerte nos pillarán tan ocupados que ni nos enteraremos de que hemos estado vivos.

Ahora estamos a tiempo... que tanto clic y tanta búsqueda de satisfacción y placer inmediato no nos deje sin capacidad de recordar que estamos VIVOS y que eso significa mucho más que una nueva tostadora, una videoconsola o un encuentro fortuito, apresurado y vacío.

# Practicando “age friendly”

La Fundación Pilares incluye nuestro programa “Conectando edades, conectando conocimientos” en su Catálogo de Buenas Prácticas, una referencia internacional sobre metodología a desarrollar en centros y comunidades de personas mayores. Es vital devolverles protagonismo.



La Residencia de Felechosa continúa desplegando sus iniciativas encaminadas a ofrecer una atención moderna e innovadora a las personas mayores, con el reto de construir un espacio en la vanguardia social en consonancia con esa tendencia a nivel mundial conocida como “age friendly”, es decir, propiciar que la

sociedad desarrolle un enfoque integral para la etapa más madura de la vida, que va mucho más del desfase plano asistencial y de los tópicos que aún pesan sobre la vejez.

Y más que un reto, es una necesidad ante la realidad que ya se viene encima el mundo occidentalizado: En menos de 10 años habrá unos 20

millones de pensionistas en España. El Comité de Regiones de la Unión Europea prevé que en 2050, el 36% de la población tendrá más de 65 años. Los expertos ya han advertido que los gobiernos deben ser conscientes que cualquier dinero invertido en el crecimiento de los sistemas de cuidado de los mayores a largo



plazo también podría usarse para satisfacer otras necesidades sociales apremiantes, como por ejemplo el lanzamiento de nuevos programas de salud pública o ambientales, dirigidos especialmente al envejecimiento activo y a la prevención, como por ejemplo los nuevos talleres de salud "paciente activo", recientemente puestos en marcha por el Montepío con el soporte de la Consejería de Sanidad del Principado.

En ese camino, la Fundación Pilares ha distinguido a nuestra Residencia de Mayores por el alcance del Programa Intergeneracional que desarrolla tanto con el Colegio Público de Felechosa (Vivencias) como con Nubra Educación y Aventura y varios centros educativos (Conectando edades), y ya lo ha incluido dentro de su Red Nacional de Buenas Prácticas "Modelo y Ambiente". Cabe destacar que este catálogo es una referencia a nivel nacional como guía a seguir para generar un modelo de atención integral y centrado en la persona ACP.

La Fundación Pilares para la autonomía personal es una organización de naturaleza fundacional, sin ánimo de lucro, que desarrolla su actividad en toda España incluso en Iberoamérica. Su misión, apoyada por organismos como las Fundaciones ONCE, CASER, la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología o el CERMI (Comité Estatal de Representación de personas con discapacidad), es la defensa de la igualdad de todas las personas y de la dignidad de la vida humana mediante la promoción de la autonomía personal, la participación social, el ejercicio de derechos, la calidad de la

**Apostamos por un enfoque integral en el cuidado de las personas mayores, que va más allá de lo asistencial: del uso de tecnología al diálogo o la cultura.**

atención cuando esta se requiere y el incremento de la calidad de vida de personas y grupos que se encuentren en riesgo o en situaciones de discriminación, carencia, fragilidad, discapacidad, dependencia, marginalidad, o conflictos personales.

Nuestro Programa de convivencia intergeneracional tiene dos vertientes:

- **Proyecto de Intercambio Cultural:**

este proyecto brinda la posibilidad de intercambiar experiencias, anécdotas, y conocimientos entre personas mayores y niñas/os de diferentes edades a través de actividades y jornadas en colaboración con el Colegio Público de la localidad.

- **Proyecto de Convivencia:**

en este proyecto las personas mayores que viven en la Residencia ofrecen su casa para compartir alojamiento con los niños y cuidadores (generalmente, monitores) con el objeto de fomentar la solidaridad entre las diferentes generaciones, mejorando su autoestima, su desarrollo personal, social y afectivo y, en definitiva, su calidad de vida, preservando lo



Una delegación de residentes visitó el Muséu Pueblu d'Asturies



Concierto de acordeón en la Residencia

máximo posible las estructuras sociales que mantenían antes de su estancia en el centro.

La Residencia del Montepío inició este programa en 2016 tras detectarse la necesidad de avanzar y superar los modelos residenciales para las personas mayores, herederos precisamente del antiguo concepto de "asilo", en el que las personas pasaban sus últimos años "recluidos en un edificio" con poco contacto con el exterior, perdiendo inevitablemente sus referencias sociales. La solución pensada parte de cambiar el concepto de Residencia e introducir nuevas denominaciones, de forma que se empezó a hablar de "Comunidad abierta" y "Centro intergeneracional", como verdadero modelo de trabajo. Para ello, se ha buscado incrementar la participación social y el desarrollo comunitario a través de la puesta en marcha del Programa intergeneracional.

Los objetivos son: Fomentar el desarrollo personal, socio-familiar y cultural de las personas participantes con el fin de promover su autonomía y un mayor bienestar social, consolidando su papel como miembros activos de la sociedad. Mantener los referentes sociales de

**Con los distintos proyectos que se han iniciado conseguimos varios objetivos, entre ellos recuperar un espacio para la comunicación entre generaciones y devolver la voz a los mayores.**

las personas mayores sintiéndose útiles e integradas en la sociedad y desmitificar la imagen que los niños puedan tener de los mayores que están en Residencias. Estos objetivos se pueden lograr mejorando la interacción y cooperación entre niños y mayores a través del intercambio de experiencias, conocimientos y la propia convivencia.

Impulsar el envejecimiento activo de las personas mayores y motivar su participación social: Contribuir a incrementar el sentimiento de utilidad social de las personas usuarias de la residencia. Motivar para el desarrollo personal mediante la adquisición de habilidades sociales que permitan conseguir un mayor nivel de autonomía. Potenciar el respeto por las personas mayores mediante el aprendizaje de normas y valores de socialización a través de una aproximación a la realidad de las personas residentes. Promover un espacio de convivencia que posibi-

lite el intercambio de experiencias y la reflexión sobre las necesidades comunes y las alternativas idóneas para darles respuesta. Incrementar las iniciativas intergeneracionales que permiten las relaciones entre personas de diferentes edades, con la voluntad de incrementar sus vínculos y su conocimiento mutuo. Compartir conocimientos, experiencias, afectos y vivencias reforzando capacidades como la memoria o la concentración. Fomentar el ejercicio intelectual, creativo y recreativo. Establecer una relación afectiva y de escucha activa entre las personas mayores y las niñas/os. Potenciar la apertura del centro a la comunidad, para estar en contacto permanente con su entorno.

**El Proyecto de convivencia** se pone en marcha a través de la colaboración entre la empresa Nubra especialista en campamentos de carácter educativo y nuestro centro. Varios colegios de nues-

tra comunidad y de fuera de ella pasan estancias cortas, dos o tres días, en el centro conviviendo con nuestros mayores en las actividades cotidianas.

**El Proyecto de intercambio cultural** se realiza en coordinación con el Colegio Público de Felechosa dentro de su Programación Anual de Actividades (PGA) formando por tanto parte de su horario lectivo. Cuenta además con el apoyo y asesoramiento de la Dirección General de Ordenación e Innovación de la Consejería de Educación del Principado de Asturias convirtiéndose por tanto en un proyecto innovador.

Con este proyecto, la Residencia de Felechosa ha buscado la unión de dos aspectos: el aprendizaje y el servicio a la comunidad. No pretendíamos solo que nuestros residentes y mayores adquirieran conocimientos o que únicamente realizasen tareas relacionadas con el voluntariado. Por esta razón fuimos enfocando nuestro trabajo intergeneracional dentro del área de los Proyectos Aprendizaje Servicio, una metodología que al unir el aprendizaje con el servicio añade valor a ambos y crea efectos



Visita del Centro Social de Ciaño, dentro del programa Comunidad Abierta



Representación teatral a cargo del grupo de teatro las "Chicas de Oro"

positivos. Los alumnos mejoran en competencia social y ciudadana desarrollando valores como la empatía, la cooperación, el respeto... aprenden tradiciones de nuestra cultura asturiana mediante los conocimientos que les transmiten los residentes. Las personas mayores, por su parte, se sienten útiles y satisfacen su necesidad de compañía.

Con esta "Buena Práctica" la Residencia y el Colegio de Felechosa optan ya a un premio e prestigio internacional. Este proyecto lo autofinancia el Montepío de la Minería, encuadrado dentro de sus planes sociales con los presupuestos ordinarios, ahora de su Fundación Obra Social.

El pasado 14 de noviembre tuvimos en nuestra Residencia otro interesante taller de nuestro Programa Intergeneracional Vivencias, en el que participaron nuestros mayores, junto con los peques y profes del Colegio de Felechosa y Las Hilanderas de Trebeyos.

Otra actividad vanguardista son las jornadas de convivencia y puertas abiertas, como la que mantuvimos con el Centro Social de Ciaño. O las actividades culturales e intergeneracionales, como la obra de teatro "Qué me pasa, doctor" de la mano de las "Chicas de Oro", dirigida por José Moret, que registró el pasado 22 de noviembre un lleno total.

El taller con el Colegio de Felechosa y las Hilanderas de Trebeyos despertó interés



## Canoterapia, talleres de estimulación emocional con el mejor amigo del hombre

Desde hace unos meses venimos trabajando en la Residencia de Felechosa con la Asociación Entrecanes la actividad de canoterapia a través de juegos y dinámicas individuales y grupales con perros entrenados. Con estos talleres los residentes adquieren destrezas motoras y estimulación del lenguaje comprensivo, desarrollando habilidades de comunicación y cognitivas básicas por medio de los estímulos que ofrece el contacto con los perros. La actividad tiene una gran acogida entre los residentes participantes.

La canoterapia o canino-terapia es una rama de la zooterapia que se define como una metodología clínica alternativa que involucra el uso de perros especialmente seleccionados (entrenados para dar terapia) como auxiliares en el tratamiento de patologías físicas, psicológicas y conductuales del ser humano, que pueden ser orientadas en diferentes áreas de intervención clínica, como la geriatría. Por medio de la aplicación de diversas dinámicas individuales y grupales fomentamos la adquisición de destrezas motoras gruesas y finas, desarrollamos el área socioafectiva, estimulamos del lenguaje comprensivo desarrollan-



do habilidades de comunicación y habilidades cognitivas básicas por medio de los estímulos que ofrece el contacto con los caninoterapeutas, los siempre fieles perritos.

Los beneficios que aporta para la salud son diversos:

- Estimulación para el desarrollo psicomotor.
- Mejor comunicación verbal y no verbal.
- Mayor autoestima, menos ansiedad y estrés.
- Disminución de la presión arterial.
- Mejoras en el estado de ánimo.

-Se estimula a las personas para realizar caminatas que favorecen el estado de la salud.

Se observa la disminución de conductas agresivas e introvertidas. La convivencia con animales, ayuda al desarrollo de comprensión en torno al ciclo de la vida, reproducción, nacimiento, enfermedad, accidentes, muerte, etc. Engendran empatía para todas las cosas vivientes, y deseos de preservar la vida y entender que todos somos compañeros.

**Gracias a la Asociación Entrecanes, por hacerlo posible.**



### Jornadas de Salud especializadas en mayores

El pasado mes de septiembre, la Residencia de Felechosa acogió las Jornadas de Salud y atención a Personas Mayores, organizadas por Cruz Roja Juventud Asturias y la Consejería de Derechos y Servicios Sociales del Gobierno del Principado de Asturias.

Un evento en el que pudieron participar los profesionales de nuestro centro y donde se abordaron numerosos e interesantes temas como la formación sobre los derechos de las personas mayores, primeros auxilios o el ocio saludable.

# Comidas texturizadas: una respuesta saludable para los que no pueden morder

Esta nueva técnica supone un notable avance en bienestar para las personas que ven peligrar su dieta por dificultades en el proceso de deglución.

Existe un gran número de personas mayores con problemas para masticar, tragar e ingerir alimentos con su consistencia habitual. Los médicos advierten que estos problemas pueden provocar un riesgo de broncoaspiración, es decir, la aspiración accidental de líquidos o alimentos por las vías respiratorias. Son abundantes además en muchas personas, no solo mayores, las dificultades en la deglución, la acción por la cual el alimento pasa desde la boca hasta el estómago, atravesando la faringe y el esófago.

Las personas que lo sufren se ven obligadas a ingerir alimentos de consistencia blanda o triturada, convirtiendo sus comidas en momentos poco apetecibles, que les generan poco entusiasmo. A la larga, esta situación puede provocar pérdida de apetito: se sienten saciados con poco que coman o, incluso, llegan a renunciar a platos con nutrientes y vitaminas necesarios.

La texturización de los alimentos se convierte así en un gran aliado, una alternativa terapéutica y culinaria. Pero ojo, no se puede confundir texturización con triturado. Uno, porque cuando comes triturado se pierde uno de los elementos de la calidad de la comida, las tex-



turas. Y dos, porque muchas personas o cuidadores caen en el error de alimentar a estas personas con dificultades de deglución con una dieta constante de purés y yogures que no es la solución, pues hay alimentos con nutrientes básicos que

no pueden ser triturados, o que, presentados siempre de la misma forma acaban por hartar a quien sufre estos problemas. Por no decir de aquellos que ya echan el plato para atrás porque "no les entra por los ojos".

Los alimentos texturizados ¿son atractivos a la vista? Mucho, ya que la texturización nos ayuda a crear diferentes formas y colores, incluso grados de textura, atendiendo a las necesidades de cada persona. Pero lo más importante: consigue preservar o incluso mejorar los colores, olores y sabores originales de los alimentos, cuidar su sabor y su apariencia, favoreciendo que la comida sea más apetecible y se disfrute más. En la Residencia de Felechosa hemos hecho una apuesta decidida por la texturización. Se ha podido comprobar que el aporte energético-proteico es de mayor calidad que en la típica dieta triturada. En definitiva, se produce una mejora importante.



Mediante la texturización se consigue preservar o incluso mejorar los colores, olores y sabores originales de los alimentos. Las fotos corresponden a platos elaborados en Felechosa

# La historia de Román cautiva en las redes

El pasado mes de noviembre dimos a conocer a través del perfil de Facebook de la Residencia la historia de Román. Lo hicimos, como no podría ser de otra manera, con el consentimiento de los padres, entendiendo la importancia de divulgar estas pequeñas historias de la vida que muchas veces pasan desapercibidas. Es una historia de superación e hidroterapia de las que habitualmente no salen en los medios y que reproducimos con las fotos: "Este es Román. Román tiene 2 años y nació con síndrome de Down, pero como veis eso no ha sido obstáculo para que disfrute de algo que le gusta tanto como el agua. A su corta edad y a pesar de su afección, Román ya es capaz de nadar por sí solo con la única ayuda de sus pequeños manguitos hinchables. También comprende y ejecuta indicaciones como la que se ve en la imagen (girar sobre sí mismo) o cruzar toda la piscina a nado. Pero Román, con la



Román con su monitor, Cristian

ayuda de su familia, con cuyo permiso os contamos esta historia, no se quedará ahí, seguirá evolucionando y mejorando. Román aprenderá a nadar y mejorará en muchos ámbitos. Cuenta con algo fundamental, el apoyo de su familia. Y mientras ellos quieran, con el aporte y ayuda de nuestros profesionales del SPA de Felechosa".

El Centro de Hidroterapia tiene hoy en día un papel fundamental en el campo de las terapias, la rehabilita-

ción y el apoyo a las convalecencias, la inclusión y el trabajo con la discapacidad, el envejecimiento activo...

**Animamos a las familias que lo precisan a que descubran en el agua, siempre esencia de vida, las infinitas posibilidades que nos brinda para avanzar en movilidad y bienestar.**

La Residencia es un proyecto que funciona: 90 empleos, 170 residentes y sus familias, grupos de personas con discapacidad o enfermedades crónicas, escolares... Esta actividad cobra más valor si cabe en una zona rural, como apoyo a las familias. **Y queríamos contarle, con permiso de Román y su historia. Porque mirando a los ojos de un niño las cosas se entienden mejor. Al cierre más de 12.200 personas habían dado me gusta, 705 de las cuales mandaron mensajes de apoyo.**



En el agua encuentra estímulos diarios

# La importancia de regalarse bienestar

Un curso más, desarrollamos el programa de salud y deporte de la Fundación Montepío; y lo hacemos con una oferta de actividades para todos que pone en valor nuestras instalaciones, con gimnasio, spa, talleres y profesionales expertos que guían las clases con una visión sana y motivadora. GAP y body training, se suman a Pilates, aquagym, natación y gerogym.

Para el curso 2018/19 presentamos novedades importantes de la mano de dos nuevas actividades: GAP-Fitness y Body-Training, que se suman a Gerontogym, Pilates, Natación y Aquagym, y se desarrollarán como hasta ahora, los lunes, martes, miércoles, jueves y viernes, en las franjas horarias de las 16.15 a 20.45 h (se explorará la posibilidad de ofrecer grupos de mañana bajo demanda).

Las actividades con agua de nuestro Centro de Hidroterapia SPA serán protagonistas de lunes a viernes, con los cursos de natación y las clases de Aquagym, adaptadas a todas las edades y niveles. Su precio es de 45 euros/mes, 40 euros para grupos. La matrícula para el curso ya está abierta.

Las actividades de suelo serán las tardes de los martes y los jueves, a partir de las 16.15 h, aunque se podría adaptar los días según demanda con Gerontogym, Pilates, Gap-Fitness y



Body-Training. Todas ellas las combinaremos con 30 minutos de Salud por Agua, en el Centro Hidroterapéutico. La inscripción a las actividades sueltas tiene un precio de 26 euros/mes, con la posibilidad de acceder por solo 8 euros más al mes (cuota de 34 euros/mes) a una tarifa plana para el entrenamiento+SPA que se desee. Estas clases guiadas por monitores expertos cuentan con el apoyo de la Asociación de Mujeres Foces del Pino.

Los mutualistas del Montepío cuentan con un descuento de 3 euros/mes sobre estas tarifas. Esta iniciativa está respaldada por la Fundación y su compromiso con los programas de Salud y prevención y con el Alto Aller y las Cuencas mineras, a través del proyecto social de la Residencia de Felechosa, de reactivación y generación de nueva actividad y servicio al territorio.

Todas las actividades se realizan desde una perspectiva intergeneracional, puesto que estamos en una residencia de mayores con mayores, y todas las actividades son

adaptadas a la forma física de los participantes; se realizan además en Comunidad Abierta, lo que permite compartir e intercambiar experiencias en torno al deporte como vehículo para la mejora de la salud y el bienestar de las personas.

Además, participando en estas actividades recibes los beneficios de la hidroterapia como recurso disponible en nuestro Centro, con agua de calidad de las fuentes de Alto Aller y una serie de tratamientos. El agua cura, y no solo nos aporta la hidratación y la eliminación de toxinas para el organismo sino para la mente. La hidroterapia se basa en utilizar el agua con fines terapéuticos. Ofrece bienestar y relax y reactiva nuestra mente.

**A lo largo del curso, nuestro SPA ofrece promociones especiales. El precio de la entrada para mutualistas es de 14€ (17€ pvp). Los no residentes pueden acceder a la hidroterapia las tardes de los días laborables y los fines de semana, también de mañanas. Es importante reservar en el Teléfono 985 48 75 11.**

## Los Niños de la Guerra, protagonistas de nuestro ciclo de memoria y cultura

La puesta en marcha de un proyecto de colaboración cultural con el Muséu Pueblo d'Asturies abre la puerta a una serie de actividades relacionadas con la memoria y las raíces y que, tras las exposiciones dedicadas a la colección de fotos de los años 40-50 en las Cuencas y al rito de "Les Mazcaráes" recupera un capítulo destacado de nuestra historia: los niños evacuados en 1937 a la URSS huyendo de la Guerra.

Desde el pasado verano, el Grupo Montepío, de manera directa y a través de la Residencia, ha puesto en marcha una experiencia de colaboración con el Muséu Pueblo d'Asturies de Gijón, una entidad cultural de primer orden en el Principado fundada en 1968 con el objetivo de conservar y difundir la memoria del pueblo asturiano. Sus fondos están integrados por amplias colecciones de etnografía, fotografía, documentación e instrumentos musicales, así como también por testimonios de la tradición oral: cantares, leyendas, cuentos... En torno a ellos se viene realizando una importante labor de difusión y educación, además de coordinar la Red de Museos Etnográficos de Asturias, y participar en la Red de Archivos e Investigadores de la Escritura Popular. Gracias a este acuerdo, la Residencia ya ha organizado tres exposiciones: la colección fotográfica de Valentín Ruiz (1941-51 una mirada social a las Cuencas mineras en este tiempo), Mazcaráes (tradiciones del mundo celta) y la dedicada a Los niños de la Guerra "Dos patrias llevo conmigo"

(1937-2017), muy cercana por contexto histórico a nuestros residentes mayores, que se podrá disfrutar hasta principios de enero.

La exposición de Los Niños de la Guerra (aquellos que fueron exiliados para escapar del hambre, la infamia y la tragedia en la contienda civil española) se compone de 34 paneles que documentan aquella

dramática aventura hacia un mundo desconocido, diferente, dejando atrás la madre, y la patria, la familia y las raíces. Se trata de 400 fotografías inéditas procedentes de archivos familiares que se han recopilado en los dos últimos años en Asturias, Ucrania, Georgia y Rusia. Son en su gran mayoría retratos individuales, familiares o de grupo, y



Visitaron la exposición algunos de aquellos Niños de la Guerra, que vivieron en persona esa etapa histórica



El fondo documental de la exposición está compuesto por 400 fotografías recopiladas entre Asturias, Ucrania, Georgia y Rusia

**La exposición, de gran valor documental conecta a muchos de nuestros residentes con hechos de los que fueron testigos o protagonistas, y les permite compartir recuerdos y emociones con sus familias.**



Muchos hicieron toda su vida en Rusia

en ellas se muestra la vida de estos niños antes de partir y, sobre todo, en la Unión Soviética: en las Casas de Niños, en actividades deportivas y educativas, en retratos de las familias que formaron en la Unión Soviética y en las reuniones que organizaban para mantener sus vínculos. "Dos patrias llevo conmigo" ha sido posible gracias al empeño

de un grupo de supervivientes o descendientes de aquellos "niños de la guerra", que vivieron gran parte de sus vidas en la Unión Soviética. Y es posible, gracias a sus generosas aportaciones. Cabe destacar que en el marco de esta exposición tuvimos la visita de algunos de los protagonistas, como Luis Fernández y Tatiana Velázquez, que vivieron en primera persona esa travesía histórica para los niños de la Guerra española en Rusia.

Esta actividad cultural, ofrecida en abierto a toda la comunidad de familias, alto Aller y visitantes, hace posible que nuestros mayores permanezcan conectados al mundo y trabajando su memoria y emociones.

# AENA confirma la línea aérea Asturias-Murcia, operada por Volotea

Esta primavera se pone en marcha una nueva conexión que unirá el Aeropuerto de Santiago del Monte (Ranón) con el nuevo de Murcia, en Corvera. El primer vuelo despegará el 30 de mayo. Nuestros mutualistas recibieron la noticia con júbilo, ya que abre más posibilidades de uso de nuestro Residencial.



Plantilla de Volotea en Asturias, donde la compañía tiene su sede social desde 2017

La importancia de esta ruta aérea para los mutualistas y el desarrollo de nuestro Residencial en el Mar Menor es enorme. Casi 5.000 personas, la mayoría clientes del Montepío, pasan al año estancias vacacionales en Los Alcázares. La mejora de las comunicaciones era una antigua demanda y, con un vuelo de poco más de una hora y veinte minutos, abre el abanico para que los mutualistas, y por extensión nuestro público en el norte de España, puedan usar estas instalaciones con más asiduidad. El ahorro en horas de viaje por carretera ronda las 8 horas y por tren la estación más cercana es Balsicas, con traslado en Madrid.

AeroAsturias, el portal independiente que informa de todos los movimientos oficiales del aeropuerto asturiano, y Volotea, conocedores de esta situación, hicieron guiños en redes al interés de esta línea para el Grupo Montepío y su marca Destinos de Sol en el Mar Menor. E incluso anunciaron que ya pueden reservarse los viajes en Volotea para después del 30 de mayo con promociones con precios ganga, desde 9 euros. El precio medio de los billetes estará entre los 50 y los 80 euros, según indicaron.

Las salidas desde Asturias hacia el Aeropuerto de Corvera serán los jueves a las 14.55, con llegada a las 16.30 horas, y los lunes con salida a las 15.50 y llegada a las 17.25 horas. Las conexiones de regreso a Asturias serán esos mismos días: los lunes, con salida de Murcia a las 17.50 y llegada a Asturias a las 19.25, y los jueves los aviones saldrán a las 16.55 para llegar al aeródromo asturiano a las 18.30.

Las primeras reacciones de los mutualistas fueron de satisfacción. El diario La Nueva España llegó incluso a

bautizar la línea Asturias-Murcia en su titular como "la Conexión-Montepío".

El director del Aeropuerto de Asturias (AENA), Carlos Domingo San Martín Castaño, comunicó personalmente la noticia al presidente del Montepío, Juan José G. Pulgar: "Me es grato comunicarle que Volotea ha anunciado una nueva ruta aérea desde Asturias a Murcia. Les agradecemos los datos que nos han ido aportando (desde el Montepío) para reforzar las propuestas realizadas desde el Aeropuerto, y confiamos en que dicha línea sea útil de cara a los desplazamientos a sus recursos en Los Alcázares". También hubo una comunicación similar por parte de Pierfrancesco Carino, directivo de Volotea.

"Es una iniciativa que tendrá éxito, porque existe una tradición minera que elige este destino," aseguró el consejero delegado de Volotea, Carlos Muñoz. La compañía suprimirá un enlace de los cuatro que mantiene en verano con Alicante, porque buena parte de los usuarios precisamente tenían como destino final Murcia.

Volotea es una compañía que acumula experiencia: en junio pasado



**La mejora de las comunicaciones era una antigua demanda. Ahora, en poco más de hora y veinte, nuestros mutualistas pueden disfrutar de nuestras instalaciones y del sol del Mar Menor.**



Aeropuerto de Corvera en Murcia.

alcanzó los 600.000 pasajeros transportados en Asturias (una tasa media de ocupación el 94%) y lo celebró coincidiendo con el 50 aniversario del aeropuerto asturiano.

Esta noticia coincidió con otra que llegaba desde el aeropuerto murciano de Corvera: la base aérea contará con conexiones de bus con Cartagena y las localidades del Mar Menor (entre ellas Los Alcázares) y Murcia capital. El nuevo aeropuerto de Murcia, que sustituirá al militar de San Javier en la estrategia comercial y turística de vuelos de esta comunidad, está a unos 40 km de Los Alcázares.

El diario La Opinión de Murcia, lo contó así: "Cuatro líneas de bus unirán el aeropuerto con Murcia, Cartagena y el Mar Menor: contaremos con un sistema de transporte fácil y sencillo, que aumenta la conectividad del aeropuerto". Según afirmó el consejero de Fomento e Infraestructuras, Patricio Valverde, quien ha adelantado que "el último vuelo a San Javier será el 14 de enero y automáticamente, el 15 de enero, empieza el primer vuelo en Corvera".

Los nuevos itinerarios son Murcia-Aeropuerto, Cartagena-Aeropuerto, Aeropuerto-San Pedro-San Javier y Aeropuerto-campos de golf-Los Alcázares y sus tarifas se ajustarán a la longitud del recorrido. Las cuatro líneas realizarán un total de 48 expediciones semanales, 24 de ida y otras tantas de vuelta. Asimismo, la terminal dispone de una parada de taxis y se han habilitado zonas de parada para dejar y recoger pasajeros. También contará con una zona de espera de viajeros, un aparcamiento de corta estancia y otro de larga estancia y un punto de recogida de usuarios del aeropuerto para su traslado a aparcamientos externos.



Residencial del Montepío en Los Alcázares.



## Santa Bárbara minera, reina en Los Alcázares



Fieles a la patrona del carbón, el pasado 4 de diciembre celebramos en Murcia una fiesta con los ingredientes que recoge la tradición; con presencia del alcalde y la corporación local, el Centro Astur de Torrevieja y muchos asturianos.

Con un gran día de sol, los mutualistas madrugaron para engalanar la icónica Santa Bárbara. A muchos les sigue extrañando que a 800 kilómetros de las Cuencas, mineros jubilados, sigan marcando en rojo esta fecha. El evento no pasa desapercibido para la prensa astur, ni tampoco para la murciana, que recuerda con sentimiento su actividad en la Sierra Minera y La Unión, mientras que otra, en Los Alcázares, guardan un cariño espe-



Queremos agradecer el esfuerzo de la organización para crear, un año más, un evento entrañable en honor a la patrona, con la participación del coro y el Centro Asturiano de Torrevieja y el grupo de gaiteros Estruendu.



cial a todo lo asturiano, ante la decidida apuesta que el Montepío hizo por su turismo en los 90, cuando su municipio daba sus primeros pasos como ayuntamiento independiente, tras recuperar la soberanía y el terreno que tras la Guerra Civil se habían repartido San Javier y Torrepacheco. Aquella apuesta del Montepío por Los Alcázares es valorada por su Corporación año tras año, y su alcalde, Anastasio Bastida, acompañado por concejales, de su

partido (PP), PSOE y Ciudadanos, acudieron a Santa Bárbara.

El Montepío, representado por su Secretario, Víctor Montes, el Interventor, Armando Fdez. Natal y el Contador, Ángel Orviz, agradecieron el gesto municipal con la fiesta minera. Sus ingredientes: procesión con gaiteros y banderas de Asturias, y misa oficiada por el párroco de la Iglesia local, don Gabriel Liébana, y animada por un coro de voces mutualistas. Después, la comida es-

pecial, con 150 personas. En la sobremesa, entrega de premios a los mejores en parchís, tute y petanca. Y los sorteos, con cuatro premios: estuche de vino, lote de embutidos, jamón y el especial, un fin de semana para una pareja en el Balneario de Ledesma. La espectacular voz de Anaria puso broche de oro a Santa Bárbara, con una verbena genial. La fiesta de Nochevieja antecede a una gran temporada 2019 en el Mar Menor, con novedades.

Un año más, nuestro Destino de Sol crece en ocupación y resultados. Gracias a la campaña “El mar que sueñas”, logra ser líder nacional en banderas ecoplayas y a su proyección internacional, se sitúa como favorito en la Costa de Almería.



Puerto de Aguadulce.

# Roquetas, top 7 del turismo andaluz

El Turismo en Roquetas de Mar sigue creciendo y se consolida en los 10 primeros meses de 2018 como el séptimo destino más visitado de Andalucía.

Todo este movimiento beneficia a la promoción de nuestro Residencial en Roquetas, que opera bajo la marca Destinos de Sol-Montepío, y que ha mejorado sus cifras un año más. Esta tendencia permite al Grupo asumir una renovación por fases, que ya será visible en esta próxima primavera.

Esta recuperación de Roquetas como destino turístico se está produciendo por varias razones: la calidad de sus playas y del agua del mediterráneo, sumado a las campañas de promoción internacional del propio sello turístico de Roquetas y de Costa Almería con presencia, por ejemplo, en la feria turística World Travel Market de Londres. Otra razón es la potenciación de su oferta cultural y el aumento de las conexiones aéreas, que han pasado de tener siete vuelos, a más de 100 a la semana.

Recientemente, el Ayuntamiento de Roquetas de Mar ha firmado la

adhesión con el Ministerio a la Red de Destinos Turísticos Inteligentes, una iniciativa que supone la puesta en marcha de una estrategia de revalorización del destino a través de la innovación y la tecnología.

Roquetas es líder en España en número de galardones Ecoplaya, con 9 de estas banderas en: Aguadulce, Los Bajos, Las Salinas, La Romanilla, La Bajadilla, Urbanización de Roquetas de Mar y Playa Serena (las dos más próximas a nuestro apartahotel), Cerrillos y la Ventila. Estas se suman a los reconocimientos ya recibidos, los sellos de calidad ISO 9001 y las Q de Calidad. Con todos ellos, Roquetas suma 30 distintivos de calidad.

**En primavera estrenamos la renovación de dos plantas completas de apartamentos en nuestro Residencial, con una ubicación ideal, mirando al mar.**



Playa La Bajadilla.

Finalmente, Roquetas jalea la campaña 'The Sea of Dreams' ('El mar que sueñas' en español), con el objetivo de consolidar Roquetas de Mar como destino en el mercado anglosajón, uno de los más numerosos en cuanto a los turistas que nos visitan cada año. Internet es el principal aliado, con la estrategia 'Roquetas de Mar 360IN', que incluye videos promocionales en la red Facebook. Os animamos a seguir nuestro propio perfil del Residencial DS Roquetas, así como acceder a nuestra web [www.destinosdesol.es](http://www.destinosdesol.es), donde tenéis la posibilidad (a excepción de verano) de reservar de manera directa a precio especial mutualista con el código **MUT2019**.

A black and white portrait of an elderly woman with short, white hair. She has a weathered face with deep wrinkles and is looking slightly upwards and to the left. She is wearing a dark jacket and a patterned scarf. The background is a solid, light gray.

**VIDAS MUTUALISTAS** por Alberto Argüelles / Fotos: A. Argüelles y archivo

# Presentina Glez. Ordóñez la dura historia de la mujer minera

Uno de los compromisos de la nueva obra social del Montepío es poner en valor nuestra memoria como colectivo. Un capítulo que merece mayor sensibilidad es el de la mujer minera. Lo abordamos dedicando nuestro emblemático Calendario 2019 a este reto documental, pero también queremos hacerlo contando historias individuales de las mujeres del carbón, historias “en femenino singular”, con los rostros de sus protagonistas, antes de que el tiempo apague su voz.

Desde la senda emprendida por “Vidas mutualistas”, tomamos testimonio en esta ocasión a Presentina González Ordóñez (Cabanielles, 1925), probablemente una de las mineras más longevas de nuestro país, con una historia intensa, cargada de emoción, penurias, sufrimiento y lucha por salir adelante. Una trayectoria que condensa buena parte de lo vivido por cientos y cientos de mujeres que, como esta allerana, tuvieron una vida dura, marcada por un trabajo tantas veces penoso, mal pagado, en un contexto ya de por sí condicionado por la necesidad, las injusticias como mujer minera y su invisibilidad laboral, en un mundo industrial masculinizado, con escaso reconocimiento. De hecho, Presentina y las mujeres que como ella pasaron su vida trabajando alrededor de las minas, reconocen abiertamente que “no estaba bien visto que fuéramos al pozu, ni siquiera nuestra propia familia quería que fuéramos a trabajar... por el qué dirán, porque lo normal era que la mujer, casada o viuda, estuviera en casa atendiendo a todos”.



**La vida de Presentina es ejemplo de lo vivido por cientos de mujeres que trabajaron en la mina en condiciones durísimas: “Qué iba a hacer, cómo íbamos a salir adelante si no...”**

Presentina tiene 93 años. No los aparenta. Su salud es de hierro, su vitalidad extraordinaria y su memoria prodigiosa. Aunque vive con su hija Rosa en Moreda, prefiere recibirnos en su casa, donde están sus raíces, en Cabanielles, a unos 5 km del pozu San Antonio, en una de las soleadas laderas del valle del Cervigao. Allí, antaño las minas de montaña dieron sustento a cientos de familias en entramados industriales hoy mudos, definitivamente plegados a un paisaje generoso, que se impone incluso en otoño.

Aunque el sol de San Martín ilumina su conversación, ágil y plagada de detalles, su historia nos sumerge en un tiempo en blanco y negro, donde la mina hace buena aquella leyenda negra que atemorizaba a las familias de las Cuencas, en referencia al tributo humano que nos exige la tierra: a cambio de carbón, tantas vidas.

Hoy, resulta imposible asumir dentro de la fatalidad una sola muerte en la familia minera. Pero en el caso de Presentina, los accidentes se repitieron de manera reiterada du-

rante generaciones. También para quien fue su esposo, Manuel Morán Álvarez, con quien convivió nueve años y tuvo tres hijos: Manuel Ángel, Rosa (que nos acompaña junto con su marido, Constantino Nieto Montes, "que también vio lo suyo desde el servicio de ambulancias minero") y Faustino.

"Era un hombre muy bueno -explica Manuel-, trabajador y muy buen padre, siempre pendiente de sus hijos", nos dice. Un día Manuel, natural de Felguerúa, no volvió del Grupo Minero Pontones. Era un 13 de noviembre, hace 63 años. Presentina tenía 29 años. La noticia de un derrabe en el tajo llegó al pueblo rápido. "Se mató de martes y el sábado íbamos a inaugurar la nueva casa familiar de Cabanielles", recuerda emocionada Presentina. "No hubo ni indemnización. Y la pensión, misera, tardaron once meses en tramitarla, un año sin cobrar. Por eso acabé trabajando donde pude, no podía hacerle ascos a la mina aunque la familia no quería... el qué dirán, pero había que comer". La vida giró súbitamente entonces.

No era la primera vez que un suceso luctuoso ponía la vida de Presentina patas arriba. De hecho su historia viene marcada en la infancia: A los 10 años, un año después de la Revolución de Octubre, y víspera de la Guerra Civil (contexto cruel), su madre Rosa Ordóñez fallece de repente, con solo 30 años. No supo la razón (muerte repentina, reflejaron), aunque con el tiempo sospecha de una diabetes sin diagnóstico. "Me quedé sin madre, con cinco hermanos, uno de ellos, Germán, con solo 6 meses, al que tuve que criar como si fuera mi propio hijo; y de rebote sin padre (Lisardo González) que



**Nos recibe en la casa donde están sus raíces, en Cabanielles, a 5 km del pozu San Antonio. Su historia nos sumerge en un tiempo en el que la mina se cobraba muchas vidas como tributo.**

decidió rehacer la vida al poco tiempo, con una mujer, Josefa, "Pepona", de armas tomar, que hizo "el papel de madrastra", mala de cuento, con todas las de la ley". Grabado a fuego: "No nos quería, nos pegaba y nos mataba de hambre; e hizo todo para que no tuviéramos relación con nuestro padre, por lo que tuvimos que hacernos a la vida", cuenta Presentina, esclarecedora del dramático momento. "Desde entonces, siempre padecí de los nervios; una vez, siendo ya adolescente, me dio tal paliza que se me cortó la regla. Un médico de Moreda al que me había llevado mi tío Francisco quiso

incluso denunciarla, pero eran otros tiempos. Le tenían miedo. Y por eso me fui muy joven a servir a Oviedo. Lo supere a tilas, pero es muy duro que un padre no te defienda".

## Las desgracias

Presentina era la segunda de los hermanos: "Juan, el mayor, salió adelante trabajando, Germán, el pequeño a mi cargo, y Delfino y Senén, que pasaban mucha hambre en la nueva casa, decidieron irse, en busca de ayuda familiar, de comida... Un día en Trubia, Senén estaba jugando en las vías del tren del Vasco. Se despistó, no vio un mercancías marcha atrás y lo arrolló, lo partió por la mitad".

La mala suerte continuó. Delfino, que volvió al pueblo y ayudaba a Presentina "con las vacas, el campo o llevando incluso a los guajes a vacunar", salió adelante. "Fue un buen minero en varias explotaciones de la zona. Era apreciado por su valentía como tuberu, trabajando en labores que nadie quería. Por ejemplo, dio un pozu completo desde un transversal de La Campueta a Pontones, que sirvió para comunicar las minas por jaula". Meses más tarde, un derrabe de carbón sepultaría a seis mineros en ese yacimiento. Uno de ellos, Delfino.

Cuatro años después de perder a su marido en la mina, Presentina volvía a ver la muerte en su casa. Esta vez, la empresa asumió errores y pagó 10.000 pesetas de indemnización a la familia, ya sin dos hermanos ni madre. Y no sería el último zarpazo de la vida. De nuevo la desgracia vendría para Presentina, esta vez desde el cielo, de una forma desgarradora: "Puedes superar la muerte de una madre, de un hermano o un marido, pero nun-



ca la de un hijo". Manuel Ángel era su primogénito. Buen minero, tractorista y mecánico en Marianes. Como a ella, le encantaba la huerta y el trabajo del campo, tan necesario en aquel tiempo, donde la economía mixta ayudaba a hacer despensa para la subsistencia. Tenían una cabaña en el monte, en La Faidiella. Vino una tormenta y Manuel Ángel, que estaba segando, se resguardó dentro. "Lo atravesó un rayo. Me quedé trastornada. Muchas veces he pensado en

**Presentina comenzó trabajando en la mina Pontones, donde era conocida como viuda minera. Allí, en el pozo del Valle del río Negro, hizo labores de limpieza, remandado y planchado de la ropa de trabajo.**

ese día. Antes de que me avisasen un sexto sentido me alarmó... me quedé bloqueada. Después llegaron con la noticia. Fue muy duro. Mi hijo acababa de casarse".

Cuando murió Manuel Ángel, Presentina ya estaba en la mina. La situación era complicada: dos hijos a su cargo, dos tíos (hermanos del padre) mayores "sin paga" pero con los que si tenía buena relación "cómo iba a dejar que se murieran de hambre!", y otra tía, que era monja

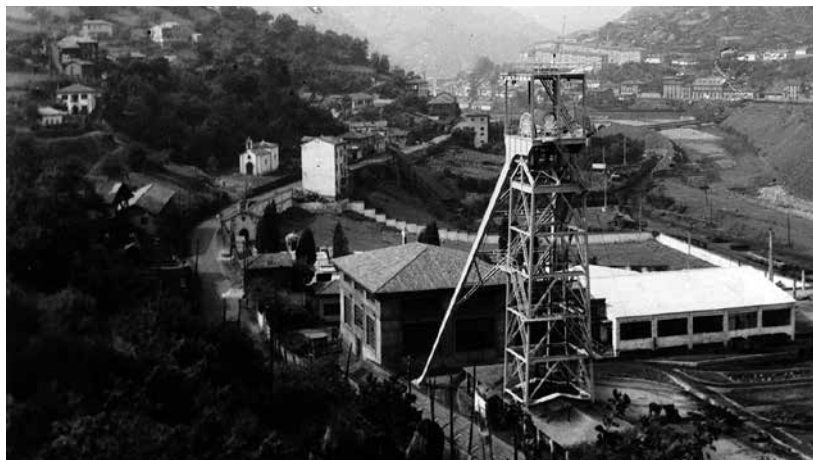
en un convento de clausura en Toledo, pero que un día enfermó "y la echaron para su casa, con lo que solo me tenía a mí y a mi hermano Germán, también minero en Pontones y San José". "No querían que trabajase en la mina, pero qué iba a hacer... cómo íbamos a salir adelante si no", nos reitera Presentina, que ella misma "y mis nietas, que me han escuchado muchas veces mi historia", es consciente de la superación: "Tengo 93 años, pero trabajé mucho, pasé por mucho".

### Su vida laboral

Siendo muy joven, huyendo de la mala vida que le daba su madrastra, años antes de casarse, encontró trabajo en una casa-bien de Oviedo. Los señores eran los dueños, entre otras propiedades, del Comercio Rojo Cortes. "Era una casa de clase alta de la calle González Besada. La familia tenía once hijos y para atender la casa éramos cinco muchachas, yo la más joven. Eran muy estrictos, algunas normas no tenían lógica. Una de ellas era que estaba prohibido que nosotras tomáramos café; podía ser cual-

**Eran otros tiempos, difíciles para las mujeres: "No estaba bien visto que fuéramos al pozo, por el qué dirán. Lo normal era que la mujer, casada o viuda, estuviera en casa atendiendo a todos".**

Pozo San Antonio, Aller.



quier cosa, pero no café. Así que un día que hacía frío y la señora estaba en misa, hicimos café. Con tan mala suerte que volvió antes de lo previsto y nos vio. Ella nos recriminó y las veteranas le hicieron frente. Ese mismo día se fueron todas de la casa. Yo aguante y me quedé. Seguí allí y fui apreciada, tanto que durante un tiempo que tuve que volver a Cabanielles para atender a mis hermanos, al volver, la señora me recomendó para otra casa en la que también estuve sirviendo. Salí adelante así hasta que me casé”.

Ya había cumplido 35 años cuando Presentina fue a pedir trabajo en la mina. Fue en la mina Pontones, donde era conocida como viuda minera Allí, en el pozu del Valle del Río Negro, comenzó en la limpieza, y como remendadora y planchado de la ropa de trabajo, hasta que pasados cinco años la Sociedad Industrial Asturiana cerró esa mina y fue trasladada al pozu San Antonio, donde se jubilaría después de 35 años de trabajo. “Éramos muy pocas, pero me sentía apreciada por la dirección”, nos cuenta.

“Recuerdo mucho a Ángeles Mes-tra, mi compañera, como una hermana para mí, ella era aguadora”. También recuerda del San Antonio “a Pepín de la Rumia, que era un minero carismático, una estrella de la canción asturiana del momento, querido y apreciado. Fue duro entrar al Botiquín de pozu el día en el que murió. Era cuñado de mi hermano Germán; fue muy triste”.

Presentina trabajó en el San Antonio hasta una Nochebuena en la que le comunicaron que había cumplido la edad para jubilarse. Además, el servicio de limpieza del pozu iba a ser externalizado. “Fue curioso, lo que venía haciendo en solitario, que fregaba hasta de ro-



Presentina, con su hija Rosa y su yerno  
A la derecha, con el secretario del Montepío, Víctor Montes



**“En la lucha por la igualdad hemos avanzado mucho, aunque aún quede camino por recorrer. Pero es imposible comparar: hombre o mujer, los de hoy, son privilegiados frente a nosotros. En mis nietas, veo que mi lucha mereció la pena”.**

dilles, pasó a hacerlo una empresa que envió a cinco personas. Y hasta una lavadora industrial... pero prefiero quedarme con las palabras de muchos compañeros... me decían por Moreda ¡cuánto nos acordamos de usted!, y ese reconocimiento es lo que más me ha gratificado”.

Al valorar su historia dentro del contexto de lucha de la mujer por la igualdad, señala que “es imposible comparar... cualquier persona de hoy en día, hombre o mujer, solo por lo que hoy tiene en coberturas legales, avances médicos, tecnológicos, etc., es una privilegiada frente a nosotros; y la mujer sobremedida, aunque soy madre y abuela y he visto lo que han tenido que pelear. Me siento muy orgullosa de ver a mis nietas desempeñando una profesión. Eso justifica mi lucha y todo lo que sufrimos”.

Confiesa que las únicas vacaciones que tuvo fueron en el Balneario de Ledesma, con el Montepío: “Fui dos veces, una con mi hermano, que tenía asma y hacer los tratamientos termales nos daba la vida: fueron las únicas vacaciones de verdad, de no hacer nada, que disfruté”.

Hasta los 86 años Presentina aún trabajaba la huerta de Cabanielles. “La echo de menos, pero no quiero preocupar más de lo debido”, nos dice. Su hija Rosa asiente “es hora de descansar, mamá”. Sale a la puerta de su casa a despedirnos. Presentina mira al monte, a las minas de montaña. Intuye que ve los mineros de su tiempo. Sus ojos son una historia viva de un siglo de carbón en las Cuencas. Y emociona su serenidad y templanza.

# Pan Palanquiao, al estilo tradicional

Harina, sal, agua y levadura. La receta más sencilla de todas es en realidad una de las más complejas que existen. Hacer un buen pan no es en absoluto sencillo. La mezcla de los ingredientes y fermentación de la masa resultante es un proceso delicado y minucioso, del que depende un buen resultado: un buen pan... o no.



## Ingredientes

1 kg de harina blanca de fuerza  
Furmiento (masa madre)  
Agua tibia  
Sal y berzas.

Tras muchos años de consumo de pan de tipo "industrial", cada vez está más de moda hacer o consumir (si lo encuentras) pan artesanal. El industrial es un pan que se hace a gran escala con procesos automatizados y se vende hasta en gasolineras y kioskos. Resulta un pan sin cuerpo, sin alma; un pan del que oiríais renegar a muchas güelas: "No se pue comer fiu, ye galleta". Ellas, y nosotros, echamos de menos esa miga esponjosa, esa corteza crujiente y sobre todo ese sabor intenso. Una forma de identificar al pan de pega, al impostor, es que cuando se corta con el cuchillo o la mano se rompe en mil pedazos. Los panes artesanales o caseros no tienen nada que ver. No hay dos iguales y descubrirlos es una experiencia.

La sección Entre Fogones ha salido a buscar esos viejos hornos de leña de los pueblos. Lo encontramos en Felechosa: es el horno de Ludi Suárez, que viene de generaciones anteriores. Su madre era Floripes, conocida en el Alto Aller por su habilidad a la hora de "facér" un pan "que espatarra de rico". Me advierte: "Llámalu pan palanquiao". ¿Por qué? Pues tal vez por aquello de la procedencia latina de la palangana, y trabajar la masa con la

palanquia (en algunas zonas de Asturias, palanquiar ye arrastar montones de yerba o balagares). De hecho para palaquiar el que nos hace Ludi, tira de la ayuda de su hermana Ángeles: entre dos siempre se amasa mejor.

Otra advertencia, "masa madre no, fiu, furmientu". O dicho en castellán, fermento que se echa a la masa de pan para que se levante al "tseldar": "pa que tsielde", nos dice Ludi. Por cierto, furmientu no es una voz usada solo en Asturias: la marca del antiguo Reino Asturleonés, hasta Zamora y Miranda de Douro, la utilizan.

Marcadas estas coordenadas para no perdernos frente al horno, vamos a ello:





## Preparación

Lo primero es hacer el furmientu, la masa madre, la noche anterior o 12 horas antes. En un bol mezclamos todo: la harina, el agua, la sal, la levadura. Tapamos y dejamos reposar 12 horas mínimo. Pero esto solo lo haremos una vez. Para la próxima sacaremos de nuestra masa un puñado, que, bien conservado en un paño y en la nevera, será el furmientu del próximo pan. Cuantas más generaciones acumule este proceso, la calidad será mejor.

Tras tener el furmientu hay que amasarlo todo muy bien para que no quede la masa dura. Después se deja reposar durante dos horas. Este reposo es clave, "pa que tsielde", oímos dielde. Entretanto ya tendremos atizado el horno, con leña y buen "fuéu".

Tras las dos horas toca palanquiar de forma manual. La palanquiaera es una máquina manual hecha de madera con dos cilindros giratorios sujetos entre dos tablas y entre los que hay una ranura por la que pasa

la masa del pan. Los cilindros tienen una manivela en el extremo de cada uno de ellos, con las que se da vueltas. Hay que pasar la masa varias veces para afinar el pan. Cuanto más se "palanquia", más compacto y fino sale.

Después, se pone la masa encima de las hojas de las berzas. Añadir "berces" viene de antiguo, cuando se empleaba la harina de maíz para hacer la boroña. Hay quien pone encima chorizos, tocino, lomo de "gochu" (esto depende de los gustos de cada cual, es preñar un pan... pero no es el caso, vamos al purismo). Ahora, como el horno está ya caliente, llega la hora de retirar las brasas para hacer sitio al pan. El calor se queda arriba, en el horno emblanquecido. Dejamos cocer dos horas, o más, a cocción lenta. Y lo sacamos al gusto.

¡Cómo cambian los tiempos! Lo que antes se comía a diario porque no había otra cosa, ahora se come como una novedad o cuando hay fiestas.

## Alcanzar una estrella

por Gela León

Escucho como un sonido  
de violines  
cuando te acercas a mí,  
y mis sentidos inundas.  
Te vas acercando lo mismo  
que las olas abrazan  
suavemente  
las arenas de la playa.

Me abrazas dulcemente  
y al oído me dices:  
me haré brisa de mar,  
para besar tus labios,  
cuando esté en altamar  
y cuando yo te ofrezco mi boca  
tu cuerpo se descoloca  
y si mis caricias  
se vuelven atrevidas  
y te buscan,  
jugando con tu pelo,  
con pasión me dices:  
sigue, sigue, recorre todo  
mi cuerpo.  
Impaciente de tus dulces  
caricias,  
vida mía, me haces temblar  
cuando me dices,  
quiero alcanzar una estrella  
que con su luz ilumine  
nuestras noches de amor,  
que cuando en mis brazos  
te tengo y nos besamos los dos,  
quiero que ilumine  
nuestro goce.

Nuestras noches de amor  
y que brille una estrella  
para verte a ti tan bella,  
tan llena de amor.

# El Montepío responde

Todas las dudas, inquietudes, sugerencias y necesidades que nos hacéis llegar a través de nuestras Juntas Locales, correo electrónico, redes sociales o directamente por teléfono tienen su hueco en esta sección, El Montepío responde. Un espacio con el que pretendemos crear un canal de comunicación directo que haga que esta mutualidad sea, cada día más, una familia. Muchas gracias a todos por vuestra participación, estamos encantados de responder a todas las consultas.

En los últimos meses, hemos observado iniciativas de mejora en el Residencial de Roquetas, en la piscina, exteriores y fachada, pero seguimos echando en falta actuaciones en el interior de los apartamentos. ¿Cuándo piensan modernizar las habitaciones?

Manuela Ardura, Mieres.

De manera inmediata. En esta revista ya puede leer en la sección "Gestión al día" que la Comisión de Contratación del Montepío ha dado luz verde a las obras de renovación de los apartamentos situados en las plantas séptima y octava, con 28 unidades en total. La decisión es continuar por fases, según disponibilidad, hasta alcanzar los 126 apartamentos, sustituyendo bañeras por platos de ducha y cambios de mobiliario. Antes, ya renovamos colchones y almohadas en varias unidades. Además, a medida de continúen mejorando los resultados de este centro, que obtuvo hace tres años beneficios por primera vez desde 2003, la dirección espera lograr la apertura permanente del Residencial durante todo el año con los mismos servicios, y podría incluso el restaurante buffet más allá del verano ante una demanda de grupos.

¿Ha cambiado el servicio de limpieza en Los Alcázares?

José Lozano, Langreo.

Sí. La razón es que queremos mejorar, tras varias experiencias externas que no han respondido a nuestros objetivos. Consideramos, tal y como nos plantea la nueva dirección del Residencial, que la única manera de poder hacerlo mejor es asumirlo con medios propios, tomando referencias del modelo hotelero. Esto implica acciones de limpieza periódicas a la semana, por bloques de días, algo que repercute por una parte en la satisfacción del cliente alojado en los apartamentos, pero por otra, a medio y largo plazo, en un mejor mantenimiento de las instalaciones, por la constancia y mayor control en la limpieza. Creemos además que el sistema, más hotelero, nos ayudará a captar más público en temporada media y baja, incluso con estancias de menos días, lo que ayudará a equilibrar costes, sometidos a la fuerte estacionalidad que ahora afecta al centro (con alta ocupación mutualista en verano, pero baja en el resto), ayudando los mayores ingresos a la renovación paulatina, en próximos años, de los 240 apartamentos, comenzado por los Amsterdam-fase VI.

**Varias personas nos hablaron de que el buffet de Los Alcázares no tenía la calidad de otros años. Estuvimos de vacaciones este verano y la verdad nos pareció correcta, pero sabemos que esa mala información condiciona a otros mutualistas en su decisión ¿A qué se debe?**

**Angeles León, Oviedo.**

Ese malestar viene derivado de un cúmulo de circunstancias y que ciertamente afectaron al servicio, debido a la baja de la cocinera titular y el abandono repentino de su sustituto, y de nuevo a otro infortunio, con otra baja del nuevo cocinero, que ante una enfermedad tuvo que someterse a una operación quirúrgica imprevista. Estas bajas terminaron por condicionar el funcionamiento del restaurante buffet, que había ganado mucha fama no solo entre los mutualistas, con un estilo de cocina mediterránea, tan famosa por lo saludable, con ciertos platos de la gastronomía asturiana. Ya estabilizada la plantilla de cocina, la nueva dirección del Residencial en el Mar Menor trabaja ahora para que el servicio sea el mismo, con independencia de los movimientos laborales que puedan producirse. Y para corregir la diferencia de elaboración y adaptarse a todos los públicos, el cocinero recibirá un cursillo en el Balneario de Ledesma, cuya contrastada calidad, fruto de un modelo con años de experiencia en los fogones y en la gestión de la cocina, es muy valorada por toda nuestra comunidad mutualista.

**Hemos estado este en verano en el Balneario de Ledesma y hemos visto por primera vez los jardines mal, una imagen que contrasta con otras actuaciones en la que se ve mejora estética. Dada la importancia del entorno medioambiental ¿a qué se debe?**

**Chelo Torres, Gijón.**

Ciertamente este verano hemos tenido un problema con los jardines, lo hemos detectado y esperamos que subsanado. La razón hay que buscarla fundamentalmente en las lluvias torrenciales de la primavera, que destrozaron el verde y muchas plantas. Además se sumó un problema puntual con el número de efectivos en el personal asociado a este servicio. La situación era conocida y el propio presidente del Montepío mantuvo en verano una reunión junto al director del Balneario con todas las partes para reconducir la situación.

**Tenemos una abuela en Felechosa y nos desplazamos en bus a la Residencia. ¿Para cuándo una marquesina que nos facilite las esperas?**

**José Bernardo, Aller.**

Se ha retrasado, pero tenemos el compromiso del Consorcio de Transportes de Asturias de que para esta temporada, más bien pronto que tarde, estará levantada. Además el Ayuntamiento de Aller ya ha empezado en sus proximidades la obra de urbanización de la reguera, que ayudará a superar la barrera arquitectónica que ahora supone el arroyo, consolidando todo el paseo de aceras desde la Residencia al centro de Felechosa y mejorando la comunicación.



No dejes de llamar para plantearnos tus dudas. Puedes contactar con el Montepío a través del teléfono 985 96 54 85 (laborables, de 9 a 15 horas) y también por correo electrónico [montepio@montepio.es](mailto:montepio@montepio.es)

# El origen de la Seguridad Social en España

Leo en prensa la celebración del 40 aniversario de la Seguridad Social y sus entidades. Me llama la atención porque, como muchos ya saben, la Seguridad Social tiene una historia mucho más larga que desde 1978.

Ante esta efeméride, y dado que el Montepío es entidad colaboradora de la Seguridad Social desde hace décadas, creemos que es importante conocer su evolución por el esfuerzo que para todos supuso su creación.

Para bucear en los orígenes de la Seguridad Social es necesario remontarse a finales del siglo XIX: en 1883 se crea la Comisión para el estudio de las cuestiones que interesasen a la mejora y bienestar de la clase obrera, que posteriormente se denominó Comisión de Reformas Sociales. En 1903, al no poder crearse un pretendido Instituto de Trabajo, se constituye el Instituto de Reformas Sociales; y en 1920 el Ministerio de Trabajo.

Entre fechas, se publica en La Gaceta de Madrid (lo que hoy sería el Boletín Oficial del Estado) la primera disposición en materia de Seguridad Social: la Ley de Accidentes de Trabajo (30 de enero de 1900), al amparo de la cual se legislaron muchas normas que existen actualmente. Por ejemplo, en su artículo 1º se señala que "entiéndese por accidente toda lesión corporal que el operario sufra con

ocasión o por consecuencia del trabajo que ejecute por cuenta ajena". En las distintas Leyes sobre la Seguridad Social y sus Textos Refundidos se indica que: "Se entiende por accidente toda lesión corporal que el trabajador sufra con ocasión o por consecuencia del trabajo que ejecute por cuenta ajena". Si nos fijamos bien, la única diferencia que hay entre la definición de 1900 a la del último Texto de 2015 es la de operario en lugar de trabajador.

Se conmemora la creación del Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS), La Tesorería General de la Seguridad Social (TGSS), el Instituto Nacional de Empleo (INEM), el Instituto Nacional de la Salud (INSALUD) y el Instituto Nacional de Servicios Sociales (INSERSO).

En 1908 se crea el Instituto Nacional de Previsión y se establecen los Retiros Obreros. Consecuentemente, en 1919 se aprueba el Seguro Obligatorio del Retiro Obrero, que entra en vigor en 1921, cuya gestión se encomendó al citado Instituto de Previsión. Para ser incluido en el Seguro obligatorio de vejez había que reunir una serie de

requisitos, como ser asalariado, tener una edad entre 16 y 65 años y un haber anual que no excediese de 4.000 pesetas. De igual forma el patrono debería aportar 3 pesetas mensuales por cada uno de los asalariados. A este seguro se le conocía en Asturias como el de la "perrona", que así llamábamos a los 0,10 céntimos resultado de dividir las 3 pesetas entre los 30 días del mes. Posteriormente van aprobándose distintas normas, como el Seguro de Maternidad, Seguro de Paro Forzoso...

En 1942 se crea el Seguro Obligatorio de Enfermedad, que se implanta en septiembre de 1944 a cargo del Instituto Nacional de Previsión y dirigido a los trabajadores que tuvieran ingresos que no excedieran de unos límites, así como familiares (cónyuges, ascendientes, descendientes y hermanos menores de 18 años o incapacitados permanentes para el trabajo) que vivan con ellos y a sus expensas. Tenían derecho a asistencia médica completa, asistencia farmacéutica (26 semanas para los asegurados y 13 para sus familiares) y hospitalización (12 y 6).

Aunque celebramos su 40 aniversario como merece, por ser uno de los pilares del bienestar en España, la Seguridad Social tiene una historia anterior a 1978; un largo recorrido que se inicia a finales del XIX.

En 1941, en el seno de las Reglamentaciones de Trabajo, nacen las Mutualidades Laborales como complemento del sistema general de seguros sociales y, viendo que esta ley no servía para regular el funcionamiento de las mismas se crea el Servicio de Mutualidades y Montepíos Laborales, por una Orden del Ministerio de Trabajo de 24 de octubre de 1946: su Reglamento se publica en el año 1954. Se crean distintas Mutualidades (Banca, Agua, Gas y Electricidad, etc.). Anteriormente ya se había creado la Caja de Jubilaciones y Subsidios de la Minería Asturiana.

En 1947 se establece el Seguro Obligatorio de Vejez e Invalidez (SOVI), que se complementa con el Retiro Obrero y que fue sustituido por el Sistema de Seguridad Social en 1966.

No obstante, sigue en vigor para quienes carecen de protección del Sistema y tengan cumplidos 65 años o 60 en el caso de invalidez permanente que tengan una cotización de 1.800 días entre el 1 de enero de 1940 (fecha de extinción del Retiro Obrero) y el 31 de diciembre de 1966. También tendrán derecho a esta prestación aquellos que figuren afiliados al Retiro Obrero (cualquiera que sea el nº de días) antes de 1 de enero de 1940.

En 1962 se aprueba una Orden del Ministerio de Trabajo por la que se crean las Mutualidades de Trabajadores Autónomos (Servicios, Industria y Actividades Directas para El Consumo).

En 1963 se aprueba la Ley de Bases y en 1966 la Ley de Seguridad Social que regula el Sistema de la Seguridad Social y que entra en vigor el 1 de enero de 1967. En 1972, sin mucho éxito, se publica la Ley de Financiación y Perfeccionamiento de la Acción Protectora de la Seguridad Social. Y desde entonces, se van sucediendo diversos Textos Refundidos hasta el último de 2015.

En 1977, de acuerdo con la nueva estructura de gestión en el Mutualismo Laboral y la racionalización de la competencia de los Regímenes Especiales, se crean las Mutualidades Laborales, que sustituyen y unifican algunas de las anteriores. Podemos citar, entre otras, la Mutualidad de la Minería del Carbón, con sede en Oviedo, en la que se integran la Caja de Jubilaciones y Subsidios de la Minería Asturiana, la Mutualidad Laboral del Carbón del Noroeste, Mutualidad Laboral del Carbón de Centro-Levante y Mutualidad Laboral del carbón del Sur. De igual forma Industrias Químicas, Siderometalúrgica,

**Aunque celebremos su 40 aniversario como merece la fecha, por ser uno de los pilares de la sociedad de bienestar en España, junto al sistema de salud y educativo, la Seguridad Social se fue construyendo a lo largo del siglo XX desde las primeras coberturas básicas a obreros.**

Alimentación y Bebidas, Comercio y Hostelería, Madera, etc.

Pero, la gran reforma de la Seguridad Social y de la que ahora se celebra ese 40 aniversario se produce en 1978 (Real Decreto 36/1978, de 16 de noviembre) estableciendo un nuevo sistema de gestión, administrado por el INSS, el Insalud, el Insserso, el Instituto de la Marina) y la Tesorería General TGSS.

En ese Real Decreto se extinguen el Instituto Nacional de Previsión, el Servicio de Mutualismo Laboral, Mutualidades Laborales y demás de estructura mutualista. También, los Servicios Comunes, como la Caja de Compensación del Mutualismo Laboral, las Comisiones Técnicas Calificadoras, el Fondo de Garantía de Accidentes de Trabajo, el de Pensiones de Accidentes de Trabajo, el Compensador de Accidentes y Enfermedades Profesionales, la Asistencia a Pensionistas y

el de la Recuperación y Rehabilitación de Minusválidos. De igual forma desaparecen los Servicios Sociales de Empleo y Acción Formativa y Promoción Profesional Obrera, Universidades Laborales e Higiene y Seguridad en el Trabajo. Todos estos se integran en los nuevos Organismos creados hoy hace 40 años.

En los años ochenta se crea la Gerencia de Informática de la Seguridad Social para procesar los datos de las Entidades Gestoras y coordinar y controlar la actuación de los servicios informáticos.

A partir de 1994, y muy especialmente con la firma del Pacto de Toledo en 1995, tuvieron lugar importantes cambios. Se implantaron las prestaciones no contributivas, se creó un Fondo de Reserva y se introdujeron mecanismos de jubilación flexible y de incentivación de la vida laboral.

Actualmente el Fondo de Reserva está prácticamente agotado y las pensiones no tienen garantizada por ley la revalorización sujeta al incremento del coste de la vida, etc., temas de los que ya hemos hablado en esta sección con preocupación.

Finalmente, cabe señalar que estos datos han sido extraídos de las normas publicadas. Animo a los lectores a conocer su bibliografía (la publicaremos en nuestra web [montepio.es](http://montepio.es)) y que va desde la Ley de Accidentes de Trabajo del 30 de enero de 1900 al citado Último Texto Refundido de la Ley General de la Seguridad Social de 2015.

**El Montepío colabora con el INSS desde su creación, a través del régimen de la minería creado en 1972; hoy un convenio regula esta relación, prestando nuestra entidad una labor informativa y de apoyo en las Juntas.**

# En océanos revueltos, paciencia de pescador

2018 ha estado colmado de sorpresas financieras a nivel mundial, todas ellas negativas. Ello ha dado lugar a un escenario inédito desde los años 70, en la que ninguna clase de activo financiero logra subidas superiores al 5%. De hecho, solo un 7% de los planes de pensiones comercializados en España lucen este año una rentabilidad positiva. El nuestro arroja por primera vez pérdidas (-2,30% al cierre de noviembre), aunque sigue mostrando cifras muy buenas de rentabilidad a 10 y 15 años, por lo que, ante la inestabilidad de los mercados, en la paciencia esta la clave.

Y eso que el año comenzó positivo, con fuertes expectativas de crecimiento global, especialmente en la zona euro. Hasta la mitad de febrero, la renta variable casi alcanzaba los objetivos previstos. La renta fija corporativa también ofrecía un buen comportamiento. El dólar se depreciaba y había mayores expectativas de crecimiento. Sería Estados Unidos quien iniciase el movimiento y el resto replicaron dicha dinámica. El sector financiero presentaba entonces ascensos ante las previsiones de comienzo en las subidas de los tipos de interés. Ya en febrero se produjo un fuerte ascenso de la volatilidad, pasando en pocas sesiones a niveles no vistos desde la crisis del Brexit. El detonante fue la posibilidad de mayores subidas de tipos de interés en Estados Unidos. Posteriormente, el mercado recuperaba hasta la segunda mitad de año. Estados Unidos alcanzaba máximos, pero el resto de áreas quedaban rezagadas, especialmente Europa y los Países Emergentes.

La segunda mitad del año ha sido muy mala. La incertidumbre se adueñó de los mercados financieros

y los eventos de riesgo se fueron sucediendo. Sobre todo por la guerra arancelaria entre China y Estados Unidos. Primero dio Trump, después China. Y ahí siguen. El otro factor, la salida de Reino Unido de la zona euro; mientras, en Italia, continúan las negociaciones con la Comisión europea sobre su propuesta de superación de la barrera de déficit.

Las distintas actuaciones de los Bancos Centrales continúan mostrando un panorama cauto. La Fed sostuvo un tono más laxo en su última comparecencia, vigilante a los datos de inflación. El Banco Central Europeo continúa con su programa de normalización monetaria, pero con una visión más prudente por las posibles implicaciones en el crecimiento, especialmente de Italia.

Los mercados de renta variable han mostrado una tendencia bajista en todas las zonas, a excepción de Estados Unidos, dada su mayor visibilidad en crecimiento. Los bonos gubernamentales europeos suben en precio en la última parte del año. En las últimas semanas, las volatilidades han vuelto, y marcan la dirección de los mercados.

## Posición y estrategia de nuestro fondo

**En Renta Variable:** Hasta ahora nuestro Fondo, operado por CASER SEGUROS para las familias mutualistas participes en condiciones únicas y personalizadas, ha permanecido invertido en línea con el índice de referencia, aunque gestionando el nivel de inversión conforme los mercados ofrecían oportunidades. Se mantuvo sobreexposición táctica a Estados Unidos durante gran parte del año. Se redujo posteriormente la exposición a renta variable en julio mediante compra de opciones.

**En Renta Fija:** El Fondo ha estado en 2018 con duración corta frente al índice de referencia. Por tipo de activo, vemos mayor valor en la renta fija corporativa a corto plazo (hasta 18 meses) que en la gubernamental; mientras que optamos por gobiernos en los tramos medios, estrategia que implementado en el fondo, siempre en el contexto de baja sensibilidad a tipos de interés así como activos a tipos de interés flotante y emitidos en dólares que ofrecen un atractivo diferencial de rentabilidad.

**En Otras Inversiones:** Nuestro Fondo ha invertido el 20% de sus activos en otras inversiones, en busca de descorrelación –cierta protección– frente a los mercados tradicionales de renta fija y renta variable, con menor rango de volatilidad.

### Expectativas para 2019

Es probable que la incertidumbre se prolongue en la primera parte del año. Pero mantenemos el nivel de exposición en renta variable ante un presumible escenario de crecimiento global sostenido y de inflación moderada, porque ofrece rentabilidades esperadas y atractivas, en un entorno favorable, con mejoras de los beneficios empresariales. En renta fija, mantenemos sesgo hacia duraciones bajas, como protección ante escenarios con subidas de tipos de interés y otras inversiones que ofrezcan descorrelación (una diversificación a modo de paraguas de protección) en las caídas, aunque en menor medida a favor de renta fija a muy corto plazo, con rentabilidades positivas con certeza del retorno.

A cierre de noviembre, el Fondo Montepío presentaba una rentabilidad del -2,30% frente al -1,54% del índice de referencia. Teniendo en cuenta los eventos finan-

cieros vividos, la estrategia de la cartera ha estado alineada con nuestras convicciones macroeconómicas de crecimiento e inflación; y pese a que se han cumplido, no se han trasladado al precio de los distintos activos financieros. No obstante, tenemos convicción en esta apuesta: creemos que el tiempo despejará incertidumbres, haciendo que los aspectos fundamentales macroeconómicos primen sobre las eventualidades políticas. Nuestro Fondo está bien posicionado para este suceso, con el aval de la buena trayectoria de estos años.

**Tenemos la convicción de que el tiempo despejará incertidumbres, y la fortaleza macroeconómica volverá a primar sobre las eventualidades políticas.**

Finalmente, en un escenario general de pérdidas en los Fondos, un medio especializado (Invertia), advertía en otoño: "Los últimos meses del año son los favoritos de la ban-

ca para la comercialización de planes de pensiones. Los traspasos se multiplican al calor de jugosas bonificaciones, de hasta un 5%. Pero cuidado, porque más allá del brillo de los escaparates bancarios lo que abunda es una escasa rentabilidad".

El aviso va en línea con lo que ya adelantamos aquí: ojo con las regalías! Y sobre todo en años malos, como 2018. El 93% de los planes de las grandes gestoras acumulan pérdidas más abultadas que la bonificación que ofrecen por el traspaso desde otras entidades: 195 planes pierden más de ese 5%. Y 1.028 caen más de la bonificación mínima que está ofreciendo la banca para captar el ahorro para la jubilación de sus competidores. Por eso, nuestros expertos insisten en que la rentabilidad hay que medirla en el largo plazo, más en un producto de previsión como este, que por ley precisa años de recorrido. Y es ahí, en la regularidad, donde el Fondo Montepío es fuerte, con sus casi 20 millones de sus partícipes (un 80% de nuestros mutualistas) con grandes resultados a 10 y 15 años. Y eso exige paciencia.

Además, contamos con otras fórmulas como el Seguro de Ahorro, con una participación similar y complementaria a tu cuota mutualista. Infórmate sin compromiso.



## SEGURO DE AHORRO

 *La hucha inteligente*

**Ahorra con un Interés Técnico Garantizado del 2,5%**

Flexible, aportaciones periódicas sin prima inicial.

Liquidez, dispón de tu dinero cuando quieras.

Sin obligaciones, y sin necesidad de contratar ningún otro producto.

Garantía de vida, capital garantizado en caso de fallecimiento.

**Un servicio más para ti y los tuyos, exclusivo para mutualistas.**



**MONTEPIO**  
Y MUTUALIDAD DE LA  
MINERÍA ASTURIANA





Si ofreces un servicio y quieres colaborar con el Carnet Mutualista, ponte en contacto con el Montepío para proponer tu oferta exclusiva a nuestros asociados, con el compromiso de mantener el servicio al menos seis meses a partir de la fecha de publicación.  
Más información en [montepio@montepio.es](mailto:montepio@montepio.es)

# El Carnet del Montepío

## Las ventajas de ser mutualista

### Instituto Oftalmológico Fernández Vega

Avda de los Doctores Fernández Vega, Oviedo. Tel: 985 240141  
Plaza del Marqués del Salamanca, Madrid. Telf: 915 779 959  
[www.fernandez-vega.com](http://www.fernandez-vega.com) • [instituto@fernandez-vega.com](mailto:instituto@fernandez-vega.com)



Prestigiosa clínica oftalmológica española que ofrece diversos servicios especializados.

**Descuentos: 20% en Oftalmología general y otros servicios. Consultar condiciones.**

### Nubra. Educación y Aventura

Plaza de San Marcos 2, 1ºB León  
Tel: 987 106 365  
[www.nubra.es](http://www.nubra.es) / [info@nubra.es](mailto:info@nubra.es)



Programas de multiaventura, ocio y tiempo libre. Cursos de inglés en Hastings, al sur de Inglaterra, de entre 2 y 4 semanas de duración, a elegir estancia en familia o en residencia.

**Descuento:**  
**Precios especiales para mutualistas (consultar).**

## Amplifon

Soluciones auditivas Amplifon es una compañía italiana fundada en 1950 y presente hoy en 65 países. La encontramos en Asturias y ciudades como Salamanca, Cartagena, Murcia y Almería, próximas a nuestros residenciales. Amplifon cuenta con un excelente equipo profesional dispuesto a resolver los problemas auditivos con una atención tranquila y sin prisas, para realizar una valoración y ofrecer la mejor solución. Cuentan con un servicio gratuito de 30 días para probar el audífono sin compromiso. Es necesario pedir cita. Más información en [www.amplifon.es](http://www.amplifon.es)

### Amplifon



Sedes en Asturias:

c/ Uría 33, Tel.: 985 21 87 08 (Oviedo)

c/ Corrida 7, Tel.: 985 34 05 77 y

Humedal 1, Tel.: 984 04 53 46 (Gijón)

c/ Pérez de Ayala 30, Tel.: 985 45 40 36 (Mieres)

c/ Doctor Graño 3, Tel.: 985 56 17 85 (Avilés).

Soluciones auditivas con ventajas para mutualistas titulares y familiares directos.

**Descuento: 35% en su compra, un 20% en ayudas técnicas. Estudio auditivo y pruebas gratuitas.**

## Clínica Dental Dr. Castilla

Este centro, dirigido por el Dr. Hernán Castilla, es la primera actividad dental en la ciudad costera que establece un acuerdo de colaboración con el Montepío, un dato importante por el servicio de proximidad que supone. Son especialistas en tratamientos dentales: Odontología Conservadora, Implantología, Ortodoncia, Periodoncia, Trastornos de la Oclusión, Trastornos de la Articulación Temporomandibular (ATM), Estética Dental y Odontopediatría. Son un referente de calidad en Asturias, con profesionales con años de experiencia en la resolución de problemas bucales, de salud o estéticos.

### Clínica Dental Dr. Castilla



c/ Vicente Innerarity 4 entlo.

Tel.: 985 33 09 07 (Gijón)

c/ Charles Darwin 6 bajo izq.

Tel.: 985 23 36 16 (Oviedo)

[www.clinicadental-drcastilla.es/](http://www.clinicadental-drcastilla.es/)

[atpaciente@clinicadental-drcastilla.es](mailto:atpaciente@clinicadental-drcastilla.es)

Centro especializado en odontología, dirigido por el doctor Hernán Castilla.

**Descuento: 15% a mutualistas titulares en todos los tratamientos, 10% a familiares directos. Implantes y ortodoncias, consultar.**

### Clínica dental González Palacio

C/Martínez de Vega, nº 6-bajo.

33600 Mieres (Asturias).

Tel.: 984 199 599



Ventajas para mutualistas, extensible a la unidad familiar.

**Descuentos: 10 % en todos nuestros tratamientos dentales. Limpieza dental anual y fluoración. Revisiones gratuitas. Radiografías intraorales gratuitas.**

### Acumasa

Calle Tenderina 69, 2ºF.

33010 OVIEDO

Tel.: 985 228 230-619 777 714



Clinica especializada en fisioterapia, acupuntura tradicional y con láser, vendaje neuromuscular, quiromasaje, masaje deportivo, técnicas osteopáticas y Flores de Bach, entre otras.

**Descuentos: 15 % en cada sesión, para mutualistas, cónyuges e hijos.**

### Taller Ecuador

Calle Ecuador, 24 bajo.

33213 La Calzada-Gijón/Asturias.

Teléfono y contacto: 985 31 35 77

[www.tallerecuador.es](http://www.tallerecuador.es) [info@tallerecuador.es](mailto:info@tallerecuador.es)



Talleres Ecuador aspira a ser vuestro taller de confianza en Gijón.

**Descuento: 20% en mano de obra y un cambio de aceite gratis al año.**

### Zen balagares



Avda. de los Balagares, 34 | 33404

Corvera de Asturias (Avilés)

Teléfono y contacto: Tel: 985 53 51 57

[jmenendez@urh-hoteliars.com](mailto:jmenendez@urh-hoteliars.com)

Hotel-Spa-Golf que combina lujo y confort.

**Descuento: 10% en todas las reservas a través de la web [www.zenbalagares.com](http://www.zenbalagares.com) (introduciendo el código de descuento MINERIA2017). Y un 20% de descuento en su tarifa de Circuito SPA.**

### The Barber Peluqueros

CC Modoo. Edificio Calatrava  
Calle Arturo Álvarez Buylla, 5 Oviedo  
Tel: 985 255 356  
thebarber10@hotmail.com



Peluquería moderna con cinco años de trayectoria. Cortes actuales. Ambiente agradable.

**Descuentos: 10% en todos los servicios de peluquería, y un 15% en los productos a la venta.**

### Quei Vitorino casa de ecoturismo

Trabáu-Tablado s/n, Degaña  
Tel: 659 555 077  
www.queivitorino.com

Casa de ecoturismo  
**Quei Vitorino**

Estancia de ecoturismo rural ideal para conocer el suroccidente de Asturias, Degaña, Ibias y Cangas del Narcea.

**Descuento: 15% en cualquier temporada del año para todo tipo de estancias. Pueden incluir desayunos y comidas, excursiones y actividades. Gratuito para mutualistas, excursiones y exhibiciones (consultar).**

### Policlínica Fátima

Calle Candás, 16-18  
Gijón  
985 34 62 76  
www.clinicafatima.es



Clinica dedicada a traumatología, medicina general, medicina de empresa, podología, enfermería, radiología y análisis clínicos.

**Descuento: 20 % en traumatología, medicina general, fisioterapia, análisis clínicos, pruebas diagnósticas (resonancias magnéticas) y enfermería.**

### Babel Decor

Calle La Lila, 10  
33002 Oviedo, Asturias.  
Tel: 985 792 373

**babel**<sup>decor</sup>

Firma asturiana de muebles y decoración con 20 años de experiencia en el sector.

**Descuentos: 10% en sus productos, incluido colchonería. Desplazamiento a domicilio para toma de datos, planos a escala y distribución, orientación del diseño y decoración, con presupuesto sin compromiso.**

### FisioGijón

Calle Pizarro, 12-14 bajo  
La Calzada, Gijón  
Información y citas: 984 49 11 95  
www.fisioijon.com



Nuestro objetivo es identificar el dolor para tratarlo, solucionarlo y evitar que reaparezca.

**Descuentos: Sesión de fisioterapia/osteopatía a 18 €/sesión. Sesión de quiromasaje a 16 €/sesión. Primera sesión de nutrición a 35 €, revisión gratuita a los 15 días, revisiones posteriores 15 €/sesión.**

### San Feliz Aptos rurales

Lugar San Feliz, nº 17  
Pola de Lena  
Tel: 985 490 297 / 696 635 611  
www.sanfeliz.es / www.nieveastur.com  
info@sanfeliz.es



Descanso rural en un entorno único, al lado del Parque Natural Las Ubiñas-La Mesa

**Descuentos: 10% en temporada alta y media y otros descuentos en temporada baja, para estancias de 3, 4 y 5 días (consultar).**

### Centro Clínico Integral PsicoFusión

Calle Isla de Cuba, 10-bajo. 33011 Oviedo  
Más información y citas en: 984 103 445  
www.psicofusion.es



Ofrecemos las soluciones más avanzadas dentro de cada especialidad.

**Descuento: 5 % a mutualistas acreditados en sus servicios de fisioterapia, podología, dietética y nutrición. Y un 10 % en psicología y logopedia**

### Camden English Centre

C/ Joaquín Costa, 6. 33011 Oviedo  
Tel: 985 113 405  
www.camdencentre.net



Clases de inglés para niños y adultos y preparación de exámenes internacionales, traducciones y cursos.

**Descuento: 10% en todos sus servicios a mutualistas.**

### Ego Legal-Simò Abogados

C/. Posada Herrera 6-7ºA. Oviedo.  
Tel: 985 213 501 / 650 681 923  
www.egolegal.com  
info@egolegal.com



Abogados especialistas en Derecho de Familia, Matrimonial y Hereditario. También cuentan con especialistas en los ámbitos Penal y Administrativo.

**Descuento: 20% de descuento en sus honorarios para los mutualistas y sus familiares directos, con facilidades de pago sin intereses.**

### Red de tiendas de Óptica Principal



**Oviedo:** Calle Uría, 44 / Avda. Doctores Fdez. Vega, 3 La Florida / C. Comercial Salesas (c/ General Elorza) / Calle Valentín Masip, 20 / Calle Campomanes, 4.  
**Gijón:** c/ Los Moros, 16 • Avilés: c/ La Cámara, 26.  
**Mieres:** c/ Manuel Llana, 10 • **Pola de Siero:** c/ Alcalde Parrondo, 2. **Lugones:** Avda. de Oviedo, 53  
www.opticaprincipal.es

**Descuento: 10 % adicional incluso a promociones vigentes en todos los productos ópticos. Y un 50 % en todas las gamas y marcas de audífonos del mercado.**

### Sánchez Rubal visión



C. C. Alcampo "Valle del Nalón"  
Local 31 y 32  
San Martín del Rey Aurelio, El Entrego  
Tel: 985 654 516  
www.sanchezrubal.com

Últimas novedades en maquinaria óptica. También cuenta con servicio de audiología.

**Descuentos: en gafas graduadas, gafas de sol, monturas y lentillas y audífonos.**

### Clínica Centro GOA



Calle Teniente Coronel Tejeiro, 9-bajo.  
Oviedo.  
Tel: 985 234 759  
www.centrogoa.es

Valoración y el tratamiento de las capacidades cognitivas de la persona (inteligencia general, atención, memoria, lenguaje, aprendizajes e general), tanto para niños como adultos. Equipo multidisciplinar.

**Descuento: 15% en cualquiera de estos servicios**

### Adela Velasco. Consulta podológica



DESTINO DE SOL  
DE LOS ALCÁZARES  
MONTEPIO

Residencial La Minería  
Avda de Europa 25, Los Narejos  
Los Alcázares. Murcia.  
Tel: 622 754 221  
adelavelascobaizan@gmail.com

Servicio de quiropodia. Todos los cuidados que los pies necesitan, corte y pulido de uñas, tratamiento para uñas encarnadas, callosidades, papilomas, micosis, hiperhidrosis, etc.

**Descuento: 15% en quiropodia**

### Fisioterapia y Peluquería



DESTINO DE SOL  
DE LOS ALCÁZARES  
MONTEPIO

Residencial La Minería  
Avda de Europa 25, Los Narejos  
Los Alcázares. Murcia.  
Tel: 968 334 502

Caridad López Pallarés (Fisioterapia)  
647 873 920 • karinalp13@gmail.com  
Mª del Carmen Penalver "Mayka" (Peluquería)  
868 700 105 • mayka\_pelu@hotmail.com

**Descuento:**  
**Precios especiales para mutualistas (consultar).**

### Ortovida XXI



Plaza Sindicatos Mineros 2  
Mieres  
Tel: 985 452 681  
www.ortovida.net

Centro especializado en audiología, ortopedia y podología.

**Descuentos: 12% en audífonos y 10% en todos los servicios.**

### Clínica OIR



Calle Ramón y Cajal, 15 bajo. Pola Siero  
Tel: 985 088 395 / 684 604 443  
www.clinicaauditivaair.com

Especializados en la adaptación de la prótesis auditiva. Marcas punteras en audífonos, tapones a medida para agua o ruido. Rehabilitación auditiva.

**Descuento: 15% en la compra de audífonos. Servicios gratuitos: revisión auditiva, rehabilitación auditiva (cinco primeras sesiones); logopedia, evaluación y diagnóstico.**

### Siero dental

C/ Ramón y Cajal, nº 35. Pola Siero  
Tel: 985 723 484  
www.sierodental.com



Especialistas en todo tipo de servicios bucodentales especializados.

**Descuentos: 5% en todos los servicios, aplicables a mutualistas y familiares directos. Servicios gratuitos: Consultas, estudios y presupuestos.**

### Centro Odontológico Integral

Ramón B. Clavería 25, bajo La Felguera  
Tel: 984 182 313



centroodontológicointegral

Implantología, cirugía avanzada, ortodoncia invisible, fija y funcional en niños, endodoncias, blanqueamientos dentales, periodoncia, prótesis fija y removable, estética dental.

**Descuento: 20%, extensible a la unidad familiar en cualquier tratamiento. Servicios gratuitos: una limpieza al año, estudio de ortodoncia e implantológico, primera consulta y radiografías de diagnóstico.**

### Clínica Médico-Dental Dra. Pilar Vara



CLÍNICA MÉDICO-DENTAL  
DRA. PILAR VARA

Avenida de Colón 16, 3º Oviedo  
Cita previa: 985 272 813  
Urgencias: 608 913 366

Especialización en odontología integral e implantología no invasiva. Técnicas de vanguardia.

**Descuentos: Primera consulta, revisiones y radiografías simples gratuitas. Resto consultar precios. Otros tratamientos, con descuento del 20% sobre tarifa.**

### Clínica Dental César Simón Díaz

C/ Jerónimo Ibrán, nº 1 - bajo. Mieres  
Tel 985 452 833  
www.clinicacesardiaz.com



Tratamiento de distintas especialidades de odontología

**Descuentos: 20% a mutualistas acreditados. 10% a los familiares directos acompañantes. Servicios gratuitos: Una limpieza al año (mutualistas y familiares), estudio implantológico, primera consulta y radiografías de diagnóstico.**

### Neuropraxis

Calle Fernández Ladreda, 18,  
33011 Oviedo, Asturias.  
Teléfono: 984 06 50 45  
danal@telecable.es

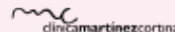


Clínica dedicada a logopedia sanitaria, fisioterapia y psicología clínica.

**Descuento: 20% en todos sus servicios sobre la tarifa oficial.**

### Clínica Dental Martínez Cortina Centro Odontológico del Nalón

Jesús F. Duro, 13 bajo La Felguera  
Tel/Fax: 985 696 305/ 984 285 995  
www.martinezcortina.com  
info@clinicamartinezcortina.com



PScanner 3D dental para mejor diagnóstico, implantes dentales sin cirugía, sin puntos de sutura, menor posoperatorio.

**Descuentos: 20% en implantes y 10% en todos los actos odontológicos, incluidas prótesis. Consultas y urgencias gratuitas, así como dos limpiezas al año, dos fluoraciones y dos radiografías intraorales.**

### Jorge Huerta Clínica dental

C/ El Parquín, 6 bajo.  
El Berrón / Siero  
Tel: 984 285 842



Clínica Dental  
JORGE HUERTA

www.clinicadentaljorgehuerta.es

Implantología con cirugía avanzada. Ortodoncia. Endodoncia. Periodoncia. Prótesis fijas y removibles. Estética dental, blanqueamiento dental.

**Descuentos: entre el 10 y el 20%, consultar. Financiación personalizada. Servicios gratuitos: Consultar**

### Clínica Dental Dr. José Álvarez

Avenida del Coto, 28, 1º A El Entrego  
Tel: 985 654 044 / 674 916 639  
www.clinicadentalelentrego.es  
info@clinicadentalelentrego.es



Centro con 25 años de trayectoria en tratamientos dentales y prevención.

**Descuentos: 10% en todos los tratamientos y 20% en tratamiento de prótesis; incluye los nuevos tratamientos antironquido.**

### Clínica Alonso

C/Pola de Siero, 2, 1ªA, Gijón.  
Tel: 688 908 605  
consultas@clinica-alonso.es

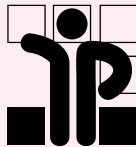


Marcos Alonso Fernández, Fisioterapeuta y Osteópata. Centro especializado en el tratamiento de patologías neuromusculoesqueléticas.

**Descuento: 20% para mutualistas en todos los servicios.**

### Clínicas Rodríguez Pardo

Calle Alvaro Flórez Estrada, 24 bajo.  
Oviedo. Tel: 984 186 695  
Calle El Charcón, 15 bajo. Grado.  
Tel: 985 751 175  
www.rpfisioterapia.es



Fisioterapia, osteopatía y podología.

**El descuento aplicar es de un 15%, exclusivo a mutualistas acreditados.**

### Clínica dental Rehberger-López Fanjul



C/ Hermanos Pidal Nº 27 bajo. Oviedo  
Tel: 985 259 036 / 646 778 026  
Plaza de la Villa, s/n. Luanco / Gozón.  
Tel.: 985 881 375

Clínica dental y estomacal pionera en Asturias, con once gabinetes dentales dotados con las últimas tecnologías. Tratamientos especializados y financiación hasta 48 meses sin interés.

**Descuentos y precios especiales para mutualistas y familiares en primer grado. Consultar tarifas.**

### Clínica Podológica Yannick Martínez

Calle Dr Aquilino Hurlé, 2 1ºC Gijón  
Tel: 984391389 - 606936 037



Quiropodia, ortopodología, biomecánica, pie diabético, podología deportiva...

**Descuento: 10% en todos los servicios.**

## ALSA

### ALSA.

#### Transporte de viajeros

www.alsa.es

**Alsa Grupo National Express, la más importante empresa asturiana dedicada al transporte de viajeros, ofrece a los mutualistas descuentos del 15% en veinticinco grandes rutas nacionales y un 5% en diez rutas regionales, en destinos estratégicos para la entidad y nuestros afiliados.**

#### Rutas nacionales con descuento:

Madrid – Burgo de Osma, con Hijueltas • Logroño – Soria – Madrid, con Hijueltas • Madrid – Toledo, con Hijueltas • Murcia – Sevilla por Granada, con Hijueltas • Murcia – Valencia • Fraga – Binefar – Lleida – Mequinenza – Huesca • Viella – Lleida, con Hijueltas • Madrid – Guadalajara, con Hijueltas  
Irún – Tuy • Madrid – Aranda de Duero • Madrid – Alicante, con Hijueltas • Burgos – Poza de la Sal – Frías – Briviesca – Padrones – Logroño • Madrid – Granada – Almuñécar • Madrid – Zaragoza – Barcelona • Badajoz – Irún, con Hijueltas • Santander – Bilbao – Barcelona, con Hijueltas • Murcia – Almería, con Hijueltas • Alicante – Murcia, con Hijueltas • Gijón – Valladolid – Sevilla • Salamanca – León – Santander – Laredo • Sevilla y Málaga a Mongat y Manresa, con Hijueltas • Santiago – Gijón – Irún • Madrid – Irún, con Hijueltas • Madrid – León – Gijón • Ferrol – Algeciras.

#### Rutas regionales con descuento:

Villaviciosa-Tazones-Gijón • Pravia-Avilés-Gijón / Salas-Pravia-Oviedo con hijuelas/ Villavaler • Oviedo-Aeropuerto y Gijón-Aeropuerto • Ribadeo-Covadonga con hijuelas • Avilés-Villablino con hijuelas • Avilés-Trubia / Avilés-Premiá • Pola de Siero-Noreña- Oviedo • Cangas de Onís- Riaño con hijuelas • Bustio- Oviedo por Llanes y Cangas de Onís • Avilés-Gijón-Pola de Lena y Puerto de San Isidro.

### Clínicas San Lázaro



Aurelio del Llano, 4. 33008 Oviedo  
Tel: 985 203 745

Avenida de Monstacro, 11. 33162 Morcín  
Tel: 985 783 674

contacto@clnicasanlazaros.es • www.clnicasanlazaros.es

**Descuentos: Ortodoncia invisible (sin entrada) desde 77 €/mes • Sobre dentadura (sobre 2 implantes) desde 92 €/mes • Prótesis híbrida fija (sobre 6 implantes) desde 198 /mes.**

# El carbón, en femenino plural

El Montepío dedica su Calendario Anual a la mujer minera, cuya historia, injustamente silenciada, debe ser revelada, no solo como su contribución hacia la igualdad plena, sino por la reivindicación del papel heroico de nuestras carboneras en un mundo hostil, relegado a trabajos penosos o a sueldos de miseria sin reconocimiento social.

Desde que en 1996 el Tribunal Constitucional abrió el camino, las mujeres pisan la mina con iguales derechos, pero sus casi dos siglos de trayectoria siguen ocultos bajo el tópico de esa “mina solo para hombres”. Con el Calendario 2019 recordamos su lucha y esfuerzo por la familia minera y asumimos el reto de visibilizar la historia del carbón asturiano contada en femenino plural.



Escombrera de Tetuán, en Sotrondio, año 1944

La mina es un mundo duro, pero contra el tópico del “fornido pica-dor/guerrero cuando le buscan”, no ni es ni ha sido nunca cosa de hombres, aunque efectivamente la iconografía de estos casi dos siglos de historia nos revele un ecosistema masculinizado. Es cierto que durante muchísimas décadas, el acceso de la mujer al interior de la mina fue vetado o totalmente limitado, una decisión corregida por el Tribunal Constitucional en 1996 y que, más allá de la flagrante desigualdad, auspiciada hasta entonces por el machismo inherente, escondía tras



Obreras proceden minuciosamente a la limpieza de las lámparas. La Bélaudière, Loira (Francia), en 1932

esa histórica injusticia una gran hipocresía: un falso proteccionismo frente a unas condiciones de dureza y penuria que no eran menores para mujeres que se dejaban la piel y la salud en labores externas de lavado o recogida de carbón. Por no hablar del dolor de tener que sacar adelante a maridos inválidos por lesiones en la mina, o tener que enviar a sus hijos a trabajar siendo guajes de 11, 12, 13 años... o de las limitaciones para subsistencia de tantas viudas en una sociedad industrial, con el tejido productivo y el discurso predominante en manos de hombres.

Sujetas a la tierra por sus raíces, el hambre y la necesidad las obligan

**Hoy en día, de las 10.000 familias mutualistas, 4.300 carnets pertenecen a mujeres, muchas de ellas socias de segunda generación, hijas o nietas de minero; es el legado.**

a encontrar grietas para escarbar y conseguir algo con lo que sacar adelante a la familia. ¿Tantas? Si, en trabajos precarios de exterior que no querían ni los propios hombres por las condiciones penosas, expuestas

a la humedad y a los rigores de los cambios contantes de temperatura, al mal abrigo, con constantes nubes de polvo. Vetando o restringiendo al máximo su acceso al interior de la mina, el poder establecido se aseguraba que la mujer no accedía a "mejores salarios", planteándose la disyuntiva de quedarse en casa.

Pero la mujer de la Cuenca minera ha sido "brava". Ahí está el eco de las gestas anónimas de muchas "güelas", en la inmensidad de aquellos días en blanco y negro, de interminables jornadas. Ya nadie puede poner en duda su papel, ni en los "tayos" ni en la casa: carboneros, vagoneras, paleadoras, atrapadoras,

Queremos agradecer su apoyo al Archivo Histórico Minero y al Muséu del Pueblo de Asturias de Gijón, colaboradores ya habituales del Montepío, cediéndonos imágenes para elaborar, bajo el diseño de Think, otra pieza de colección: el Calendario 2019. Su éxito nos anima a emprender nuevas acciones culturales con esta colección.

aguadoras, guardabarreras, telefonistas, remendadoras, enfermeras, pizarreras... y sostenedoras de núcleos familiares engullidos en interminables jornadas en minas y fábricas, carbón y humo.

Hablamos efectivamente de otras épocas, pero no tan lejanas para que no demos luz y conectemos con las generaciones que lo vivieron: la memoria y la justicia deben invadir todos los espacios. Estamos a tiempo. Bajo esa premisa, el Montepío decidió dedicar su Calendario 2019 a las mujeres mineras, contando esa historia silente del carbón "En femenino plural".

Algunos pensarán "ya está el Montepío apuntándose a esto de los movimientos por la igualdad", un lavado de imagen en toda regla... pero en la base social de nuestra Mutualidad el peso de la mujer ha sido siempre muy importante. Hoy en día, de las 10.000 familias mutualistas, 4.300 carnets pertenecen a mujeres. Y lo que más llamará la atención: muchas de ellas socias de segunda generación, es decir, hijas o nietas, profesionales en otro sector distinto del minero, pero que han decidido "por raíces, por orgu-



Carboneros en Sotrondio, en 1944

llo, por tradición", mantener su conexión con este legado social de los montepíos mineros asturianos, que se remontan a 1840, según los estudios. Y, ciertamente, serán muy pocos los que no convengan con que este almanaque dedicado a las mujeres mineras es de toda justicia.

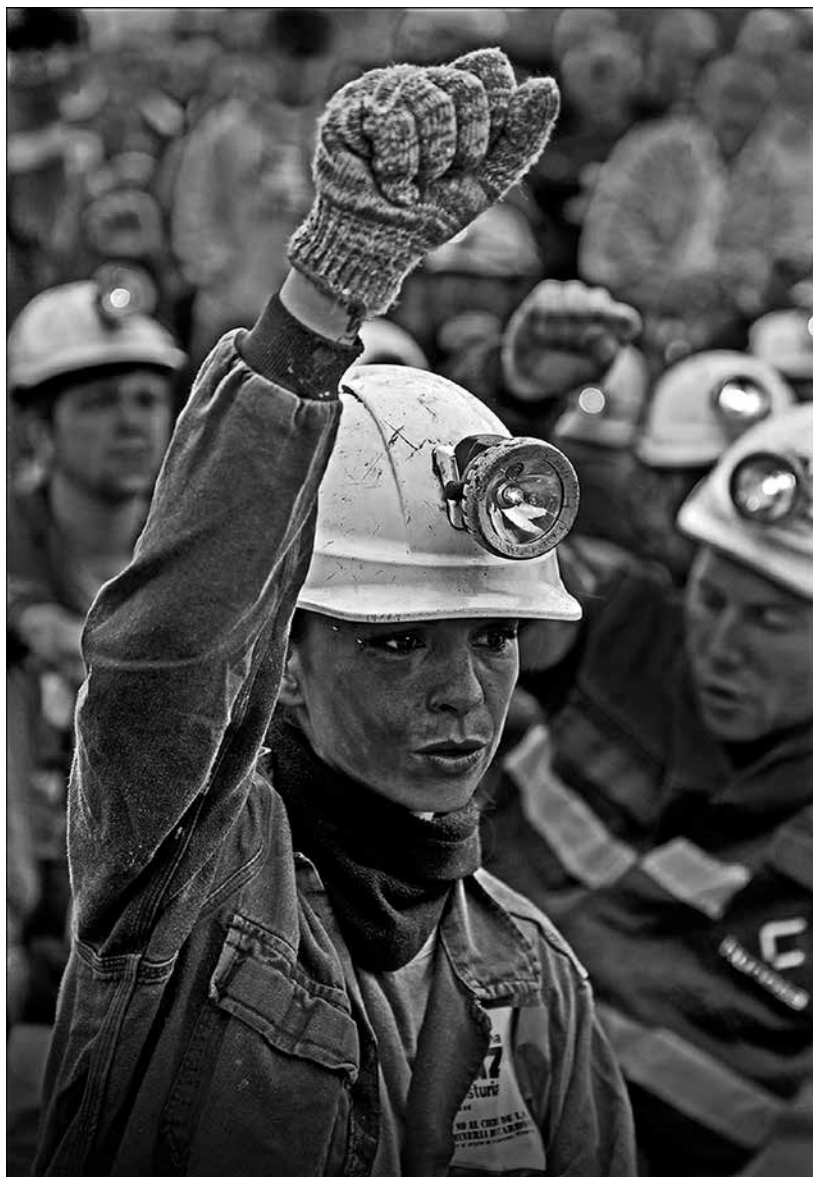
Dice Noemí García Velón, en su Máster sobre el tema dirigido por el profesor Jorge Muñiz en el ámbito de la Universidad de Oviedo: "Escasas o prácticamente nulas han sido las referencias a todas aquellas mujeres que constituyeron ya desde los inicios del sector hullero

una parte importante de la fuerza de trabajo en las explotaciones mineras: madres, esposas e hijas que consumieron sus esfuerzos y buena parte de sus vidas desempeñando duras faenas, consideradas secundarias en un sector tan hostil como la mina. Así, poco a poco y con el transcurrir de los años, las mujeres han ido quedando en el olvido hasta convertirse en un colectivo invisible para la historiografía, y todo a pesar de haber llevado a cabo tareas fundamentales, relegadas a un mero papel de buenas esposas y madres de familia".



Una Vagonera haciendo labor en una Cuenca minera francesa, hacia 1930

**Carboneras,  
paleadoras,  
vagoneras,  
guardabarreras...  
Las "mujeres" de las  
Cuencas asumían  
largas jornadas  
laborales, además del  
cuidado de la casa y el  
núcleo familiar.**



Año 2012, huelga general en las Cuencas Mineras. Manifestación en Langreo

Una de las mujeres que más ha reivindicado el papel de la mujer minera, la escritora asturiana Montserrat Garnacho, expresa en uno de sus trabajos que "la mina atañe también a las mujeres; ellas fueron quienes mantuvieron con su trabajo buena parte de la estructura económico-social que la hizo posible, en cualquier época y lugar".

Entre 1883 y 1901, épocas de eclosión en la demanda de carbón, el

número de mujeres mineras en Asturias, pasó de 616, a 1001, aunque se considera que esta cifra podría ser mayor por las irregularidades en los censos. De hecho, la Revista Minera de 1898, contabiliza dos mil mujeres mineras.

El perfil de estas primeras mujeres mineras a caballo entre el XIX y el XX se corresponde con el de muchachas jóvenes (el 80% menores de 20 años, muchas niñas), solteras

Las primeras incorporaciones de mujeres al interior de la mina se produjeron en 1996. Fue, para el feminismo, una conquista social. En 2015, de 176 mineras, 108 trabajan en el interior del pozo.

o viudas. Casi la totalidad trabajaban de noche, sin papeles, siendo muy niñas; y cobraban todas lo mismo, 1 peseta y 5 reales, la mitad que los hombres, y de 0,20 a 0,45 menos que un "guaje".

Recogemos testimonios legados por Montserrat Garnacho, como el de Rosina, la pizarrera: "Si yéramos casi too mocines en los llavaderos. Y alguna viuda también, porque cuando te casabas dejábeslo, porque a los hombres nun-yos gustaba que trabajáremos na mina". O de Lourdes, vagonera: "Caseme...y después tarde mucho n'acostumbrame a tar en casa, porque gustábame trabajar, pero ya sabía que esi trabayu yera pa mientras tanto, y que yera normal que me casara, porque ya tenía ventiún años".

Manuel Llaneza, preocupado por la situación de desamparo de la mujer en la mina, escribía en "La Aurora Social" en 1914 a una joven minera: "No llores más y seca tus lágrimas para luchar por tu libertad junto con tus hermanos que como tú sufrís el yugo de la explotación para implantar todos unidos otra sociedad más equitativa".



Muchas mineras hicieron su labor profesional en la lampistería, dando luz

Esta tendencia se mantiene, con dos periodos álgidos en las contrataciones que coinciden con momentos concretos de la historia: la Primera Guerra Mundial, donde la neutralidad de España en la contienda hace que se despierte una mayor demanda del carbón asturiano, y 1937, en plena Guerra Civil, donde la militarización de mineros obliga a las empresas a tirar de mujeres para sacar adelante la producción. En la etapa franquista, fueron muchas las mujeres que siguieron desempeñando labores mineras, sobre todo exteriores, de carga de vagones. Extenuantes jornadas "de sol a sol", trabajando incluso gratis "para levantar España".

En las citadas fuentes, Marcelina García, trabajadora de la Compañía Asturiana de Carbones de Ciaño lo deja claro: "Yeramos seis hermanos y morrió mi padre, a ver qué querríes que ficiéramos más que trabajar en el únicu sitiú donde se podía".

"Sin embargo, la ambición de buena parte de la patronal era tener a la mujer en casa garantizando la moral había altas tasas de alcoholismo



Mineros y carboneras. La Encarná, San Martín del Rey Aurelio, Asturias. Año 1916

**Las más invisibles, aquellas que dejaron su salud dentro de la mina, y en el lavado, expuestas, mal pagadas.**



Trabajadora minera en el pozo Sotón

y absentismo y la mujer encarnaba los valores tradicionales y conservadores del hogar ordenado y limpio y la recuperación de los trabajadores", apunta Noemí García Velón.

Aunque eran evidentes las trabas para que la mujer pudiera trabajar en las minas, fueron muchas las que tuvieron que sobrevivir en los años duros de la postguerra al margen de las empresas. Algunas viudas, otras con con maridos con escaso salario, o enfermos por silicosis, o detenidos como presos políticos. Apañar carbón en escombreras era una opción para sostener a la familia. La escombrera, también conocida como el "terrero", era el lugar para ver si entre los estériles de mina, machando manos y rodillas, se hacía un cesto de carbón, que, vendido, daba unas monedas para comer. Con el desarrollismo español de los 60, las mujeres pudieron ir abandonando esos trabajos insalubres. La constitución en 1967 de Hunosa, como la gran compañía pública española, puso fin a esa situación. Las pocas mujeres que quedaron opuparon puestos de auxiliares de exterior: teléfonos, limpieza, agua, oficinas...

En la España actual, las primeras incorporaciones de mujeres al interior de la mina se produjeron en 1996. Concepción Rodríguez Valencia logró que el Tribunal Constitucional reconociera el derecho de la mujer a trabajar dentro de la mina. "Cuando pides empleo en la mina es por necesidad. Nunca por gusto", declaró entonces al diario El País, que siguió la noticia a nivel nacional. La noticia fue para el feminismo una conquista social. En 2015, de las 176 mujeres mineras en activo en Asturias sobre un total de 1.536, 108 trabajan en el interior del pozo.

# Ahora tu móvil también es tu cartera.

¡Ya puedes salir de casa solo con tu móvil!

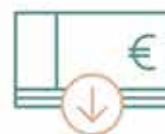
Fácil, rápido y seguro.



Paga las compras  
solo con tu móvil.  
*(Android + NFC)*



Envía y recibe dinero  
de tus amigos con  
*Bizum.*



Retira efectivo en  
cajeros sin tarjeta con  
*PagoAmigo.*

Consulta los vídeos explicativos en nuestra web.



**MONTEPÍO**

Y MUTUALIDAD DE LA  
MINERÍA ASTURIANA

# Un proyecto *social* por y para vosotros

- VACACIONES DE SOL, SALUD Y TERMALISMO
- ATENCIÓN A MAYORES Y DISCAPACIDAD
- AYUDAS, BECAS, INVESTIGACIÓN Y CULTURA
- SERVICIOS DE ASESORÍA, ORIENTACIÓN SOCIAL Y PACIENTE ACTIVO
- PLANES DE PREVISIÓN Y AHORRO
- MUTUALISMO Y SEGURIDAD SOCIAL

¡HAZTE MUTUALISTA DESDE 18,07 €/MES!



**BALNEARIO  
DE LEDESMA  
MONTEPÍO**



**DESTINOS  
DE SOL  
MONTEPÍO**



**RESIDENCIA SPA  
DE FELECHOSA  
MONTEPÍO**



**FUNDACIÓN  
OBRA SOCIAL  
MONTEPÍO**

montepio@montepio.es

[www.montepio.es](http://www.montepio.es)

Síguenos en

