

# ORÍGENES

REVISTA INTERCULTURAL

GLOBALIZACIÓN

NÚMERO 2  
ENERO 2006

# Sumario

## sumario



Memorias

Alava



Perspectivas



Modelos de integración



Gente



Empleo y empleabilidad

Sugerencias



### Editorial

¿A.G.L.E.?

### Cartas del lector

Nuestros lectores opinan

### Memorias

He sentido vergüenza por pertenecer a un País "Supuestamente Desarrollado"

### Gente

España-Nigeria Nigeria-España

### Alava

Evolución de la población Alavesa

### Perspectivas

¿Globalización?

### Modelos de Integración

Todas las mujeres somos iguales

### Empleo y Empleabilidad

Permisos de trabajo

### Temas de Interés

Todas las personas podemos ser inmigrantes

### Sugerencias

Cursos, Charlas, Programas, Cine, Teatro

### Editada por:

AGLE; Arabako Gizarte Laneko Elkartea- Asociación Alavesa de Trabajo Social Casa de las Asociaciones Rogelia de Álvaro C/ Panamá S/n. 01012 Vitoria-Gasteiz Teléfono: 945- 27.27.53 E- Mail; asoagle@euskalnet.net

### Dirección:

Maite Diaz de Lezana - Lorena Salazar Bilbao

### Columnistas en este numero:

Lorena Salazar, Alain López de Uralde, Maite Diaz de Lezana, Patricia González de Uriarte, Marixa Tonsalme, Emilia García, Raquel Ruiz



¿ A.G.L.E. ?

Es la Asociación; Arabako Gizarte Laneko Elkartea-Asociación Alavesa de trabajo social: es una Asociación sin ánimo de lucro que se constituyó en Vitoria-Gasteiz en el año 2002, desde la perspectiva que viene defendiendo el Trabajo Social: " *El tratamiento de las necesidades sociales abordado desde el reconocimiento de los derechos sociales básicos y universales, con la garantía de la intervención técnica profesional, exigiendo el libre ejercicio y desarrollo de los principios y metodología del Trabajo Social*".

Desde la asociación se trata de impulsar la reconceptualización de la profesión abriéndonos camino en el compromiso profesional, social, e institucional, que las personas técnicas en Trabajo Social asumimos en defensa del Bienestar Social y de la creación de un Sistema Público integrado de Servicios Sociales, que permita un tratamiento holístico de las necesidades sociales, en un proceso de intervención profesional que pueda contar con la propia participación y determinación del individuo, familia, grupo o comunidad, y con el apoyo de los recursos necesarios.

Esta Asociación, está dirigida a todos aquellos colectivos y grupos minoritarios en riesgo de exclusión social y a Asociaciones que por diferentes causas tengan problemas o dificultades que les suponga no poder llevar a cabo sus actividades o programas.

Se trabaja fomentando la planificación local integrada desde los propios recursos humanos y socioeconómicos de la comunidad en pro de la integración y cohesión social. Se trata de promover la solidaridad por un lado, entre instituciones y ciudadanos, y por otro, entre los propios ciudadanos, a través de la promoción de la responsabilidad social ante las necesidades humanas, mediante el reconocimiento y apoyo social a las familias y organizaciones sociales, con la participación ciudadana y el voluntariado social.

Se trata de promover la calidad de vida, y la participación de las personas usuarias, garantizando el control de calidad de los servicios públicos y privados y la correcta aplicación de los derechos humanos.

Lo que se pretende desde esta asociación es hacer el trabajo social más fluido, rentabilizar los recursos existentes y en los casos en los que fuera necesario, crear nuevos recursos que ayuden tanto a los profesionales y técnicos en trabajo social y Servicios Sociales, como a las asociaciones, grupos minoritarios y sociedad en general.

Se trabaja potenciando los programas de desarrollo humano y social, de lucha contra la pobreza y contra la exclusión social con capacidad de abordar los fenómenos de pobreza y marginalidad, en el ámbito de los grupos sociales con discriminaciones específicas en "razón" de sexo, raza, religión, cultura, o cualquier otro estereotipo social y potenciando siempre la corresponsabilidad pública y social ante las necesidades sociales

C/ Panamá S/n 01012 Vitoria-Gasteiz  
Casa de las Asociaciones Rogelia de Álvaro  
Telef. 945.27.27.53

# Nuestros Lectores Opinan

## “Centro Social M<sup>a</sup> Inmaculada”

Desde este centro agradeceremos el envío de la revista Intercultural, y daros la !Enhorabuena!, de verdad que nos ha gustado muchísimo la revista, trataré de hacerla llegar a las personas que vienen por aquí.

**Muchas gracias a vosotras por tener la deferencia de leerla y hacerla llegar a más personas. Trataremos de seguir trabajando en la revista con más temas de interés.**

## ”Insas Zierko”

De forma personal, deciros que he leído la revista y quiero felicitaros por la iniciativa. Es bastante completa y muy fácil de leer, seguir así.

En el momento que pueda os prometo que colaboraré con la misma, ya tengo vuestros datos para poder hacerlo y algunas ideas.

**Gracias a tí, esperamos tus noticias anunciándonos tu incorporación en la elaboración de la revista.**

## Joel García

Me ha gustado la revista, pero pienso que no abordáis cosas de verdadera actualidad, me refiero al colectivo inmigrante. Pienso que podría ser más específica en algunos temas. Si escribo un artículo ¿Dónde os lo puedo enviar?

**Gracias por tu opinión. Decirte que es una revista que se edita de forma trimestral, por lo que bastante difícil que los temas, desde que se preparan hasta que se editan, tengan la misma actualidad De todas formas lo intentaremos.**

**Cuando quieras puedes unirte al equipo de redacción de la revista. Puedes ponerte en contacto con la asociación a través del teléfono o bien mandando otro correo electrónico.**

## “Augustin Chavin”

He leído por casualidad la revista y me ha gustado, me gustaría que si podéis me la envíes a la dirección que os adjunto.

Yo me encargaría de hacerla pasar entre mis compañeros.

**Darte las gracias al igual que al resto de las personas que han mandado un correo de apoyo o una carta.**

**Desde la Coordinación de la revista nos gustaría que siguieses colaborando, mandando vuestras opiniones y en algunos casos vuestros artículos.**

**GRACIAS A TODOS Y TODAS**

email:asoagle@euskalnet.net



# Memorias

## He sentido vergüenza: Por pertenecer a un País “Supuestamente Desarrollado”

Iker López de Ocariz

En Mayo del 2004 tres amigos emprendimos un viaje al continente africano en un destartalado Land Rover Santana de 23 años de antigüedad.

Conocíamos el día de salida, pero no el de vuelta, no teníamos meta alguna, simplemente ganas de disfrutar, conocer gente y lugares diferentes.

Recorrimos 8.000 Km. por carreteras asfaltadas, pistas de montaña, pistas de polvo, desiertos condujimos por la playa aprovechando la baja mar y cruzamos salares, conocimos a mucha gente y aunque solo fuese de una manera superficial también su forma de vida y sus costumbres, vimos como en muchos lugares ganarse la vida, para muchos, era difícil y como



unos pocos vivían a cuerpo de Rey.

Tengo muy gratos recuerdos de los amigos hechos en el viaje sobre todo por la hospitalidad, generosidad y su peculiar forma de ver la vida, sin embargo también tengo un amargo sentimiento hacia otras cosas como la corrupción de la policía, la perversa burocracia y la impunidad con

la que los dirigentes del gobierno mangonean a sus anchas.

También he sentido vergüenza por pertenecer a un país supuestamente desarrollado del continente Europeo que entre otras cosas no perdona la deuda externa y que asfixia toda posibilidad de progreso a los países

más pobres.

Definitivamente he aprendido a valorar las cosas importantes del día a día y a quitar importancia a esas otras, que si te paras a pensar detenidamente te das cuenta, que no la tienen y que la sociedad en la que vivimos nos hace creer que son imprescindibles para sobrevivir.

En las siguientes líneas quiero contar a grandes pinceladas los lugares visitados, como son sus gentes, su forma de vida, sus carencias y sus virtudes. Quizás pueda dar pie a discrepancias ya que no hemos profundizado demasiado en temas políticos o sociales y quizás la realidad de una parte no se corresponda con otra del mismo país. Simplemente pretendo plasmar lo que mi retina ha visto, lo que mis oídos han escuchado y lo que mi alma ha sentido.



MARRUECOS

Sin duda Marruecos es un País increíble lleno de multitud de colores, aromas, sabores, gentes, costumbres y sobre todo de fuertes contrastes, que a menudo te hacen creer que estas en diferentes países y en diferente época con solo recorrer una corta distancia. Puedes pasar de la ruidosa y ajetreada marrakela a la tranquilidad y al silencio que proporciona el desierto en Errachidia; del verdor de los frondosos bosques de centenarios cedros de Azrou, a las aparentemente inertes llanuras, montañas y dunas de color ocre y amarillo del Sahara, del mas lujoso hotel de casa Blanca a la mas humilde Haima del desierto o a la mas modesta casa de la montaña. Aunque las casas de los pueblos del Norte de Marruecos son parecidas a las del Sur de España, sin duda el olor a especias de los tallines y kuskuas de las cocinas, las tradicionales chilabas y el hablar de las gentes hacen que uno sepa inmediatamente que se encuentra en Marruecos. A pocos Km. de la frontera, se encuentra Chefchaoven, un pueblo situado en la ladera de una rocosa montaña. El pueblo esta pro-

visto de mercado, posadas, Kasba, correos, bancos, hoteles, pequeños comercios, cibercafé y una multitud de restaurantes en los que los cocineros se encargan de engatusar al viajero para que pruebe su riquísimo Tajin. Ahora bien la cosa cambia muchísimo a medida que ganas altura en la Montaña. Nosotros tuvimos la suerte de conocer a una familia que durante muchas generaciones vivía en el severo rigor de la Montaña. A pocos Km. de iniciar el camino de montaña nos sorprendió la presencia de un muchacho sentado en una roca mirando inexpresivamente al vacío, al pasas por su lado le saludamos con un sonoro "Aselah Aleikum", el nos devolvió el saludo y mantuvimos una pequeña conversación con nuestro maltrecho francés que no resulto ser mucho peor que el de Mohamed. Fuimos invitados a su casa para conocer a su familia y tomar un sabrosísimo té. Vivía en una humilde casita hecha de piedra y argamasa con un tejado de madera y chapa, en el interior apenas existían muebles, salvo algunas improvisadas baldas de madera una mesa y unos mullidos asientos de lana que hacían también de cama. Fuera había un pequeño corral en el que ramoneaban unas cabras y correteaban de un lado para otro media docena de gallinas. Mohamed nos conto que vivía del cultivo de cereal, de lo que los animales les proporcionaban y también del cultivo de Maria y de su posterior elaboración a Hachis. Nos explico que la vida en la Montaña, era dura, sobre todo en invierno cuando las temperaturas bajaban asombrosamente y la nieve hacia su aparición y a todo ello hay que añadirle la ausencia de corriente eléctrica y de agua corriente de asistencia medica... Finalmente nos despedimos de la familia no sin antes , agradecer su hospitalidad. A lo largo de todo Marruecos conocimos la Hospitalidad de su gente, sobre todo en los núcleos rurales en los que todavía el turismo no a contaminado el fantástico carácter de sus moradores.

## ORÍGENES

Nuestra entrada a Mauritania fue un tanto desagradable nosotros no estábamos dispuestos a pagar un plus de nocturnidad por pasar la frontera de noche, que el aduanero de turno se había inventado, así que después de discutir durante bastante rato, no nos quedo mas remedio que pasar la noche en la vaca del Land Rover hasta que el sol nos librara de la abusiva tasa de nocturnidad.



Mauritania es un país del desierto ya que la mayor parte de su geografía esta ocupado por él aunque en la zona Sur los árboles y arbustos sean frecuentes.

Por la Frontera de Nouakchott hay que cruzar imprescindiblemente el desierto, en el que no hay ni carretera ni pista alguna, así que en la frontera nos unimos a un convoy francés que disponían de un despliegue de medios y a él se unió nuestro destartalado Land Rover.

El guía de los franceses era un mauritano muy delgado y de tez morena curtida por el sol y el viento. Resulto ser un conocedor indiscutible del desierto.

Pasamos un par de noches con los Franceses compartiendo la pesca y la magia del desierto al caer el sol. El tercer día nos despedimos de ellos y continuamos el viaje con Adama (ahora nuestro Guía)

A lo largo de la costa del atlántico hay esparcidos pueblecitos de pescadores que soportan las inclemencias del clima y que subsisten con la pesca y con el secado de pescado.

Novakcaott es una ciudad caótica en la que vehículos, personas y animales compiten por hacerse un hueco en la vía. No existe orden aparente, los taxi bruss son furgonetas destar

taladas que se llenan de gente hasta los toques y circulan por calles que a menudo están sin asfaltar.

Hay bulliciosos mercados en los que se encuentra de todo, los hombres visten con el típico traje mauritano de color azul y con turbante, aunque también los hay que visten como los europeos, las mujeres se tapan con vestidos de diversos colores llamativos y a menudo usan velos que les cubre la cabeza y parte de la cara.

Adama compró en un puesto de carretera un trozo de carne de camello reseca por el sol en el que una treintena de moscas pululaban a su anchas. La carnicería estaba provista de 4 estacas de madera que sujetaban una chapa metálica que protegía del sol al tendero, otra chapa era el mostrador donde se exponía parte del genero, el resto colgaba de un cordel atado de estaca a estaca.

Adama dio la carne a las mujeres que de inmediato se fueron a cocinarla, los varones nos quedamos en el suelo de una de las habitaciones de la casa de nuestro anfitrión. La carne de camello estaba realmente buena, felicitamos a Adama y a las cocineras, que guardaban cierta distancia, mientras nosotros comíamos con la mano y de un mismo plato sentados en el suelo.

Debíamos continuar el viaje y después de agradecer la hospitalidad a la familia, continuamos por la ruta de la Esperanza dirección Mali. Esta ruta se dirige al Este por una carretera que no siempre esta asfaltada.

A un lado y a otro de la carretera hay pozos salteados en los que se agrupan rebaños de Meharis ( dromedarios) cabras, burros y vacas con sus respectivos pastores y haimas, también existen pueblos relativamente grandes en los que se pueden comprar alimentos y tomar un poco de té al abrigo de la sombra.

Siento no poder contar en este número mas, pero si quiero para despedirnos de África y de su gente con un hasta pronto, insh aláh!!!

# GENTE

**GENTE** ha entrevistado en esta ocasión a dos trabajadores del mismo sector. Uno de procedencia española y el otro de procedencia nigeriana.

Los dos han colaborado gustosamente con la revista, pero nos han pedido que por favor, no publicásemos sus nombres. Desde aquí darles las gracias y decirles que les mandaremos la revista como quedamos.

A la hora de identificarlos, lo haremos como en otras ocasiones, simplemente con el dato identificativo de España y el de Nigeria.

Con la entrevista se pretende conocer dos puntos de vista sobre la obtención de un trabajo de parecidas características, en igualdad de condiciones, la única diferencia se encuentra por así decirlo en la procedencia de las dos personas.

**Orígenes:** Hola buenas tardes a los dos, como ya os hemos comentado la finalidad de esta entrevista es que la gente de Álava que lea la revista tenga una visión clara de la forma que los dos habéis empleado para acceder al que en estos momentos es vuestro puesto de de trabajo

**Entrevistados:** Hola buenas tardes, haremos lo que podamos tampoco tenemos mucho que decirte.

**Orígenes:** ¿Me decís de donde procedéis los dos?

**España:** de un pueblo pequeño de Zamora

**Nigeria:** de Nigeria, bueno también de un pueblo de Nigeria

**Orígenes:** ¿Con quién vivís en Álava?

**España:** Con mi mujer y mi hijo

**Nigeria:** Con tres compañeros compartimos piso, tengo mujer y tres hijos en Nigeria.

**Orígenes:** ¿Cuánto tiempo lleváis en Álava?

**España:** yo llevo desde el año 1999, algo más de seis años

**Nigeria:** yo llevo hace más o menos un año en Álava, pero antes estuve cuatro meses en Alicante



**Orígenes:** ¿Porqué Álava?

**España:** Tengo familia aquí, y no tenía trabajo en mi pueblo, así que me anime y me vine con la familia, para trabajar.

**Nigeria:** No tenía trabajo ni dinero en mi pueblo así que decidí que había que hacer algo, para poder comer, por lo tanto vine a España. Primero estuve en Alicante, regularicé mi situación y luego como no encontraba trabajo y me comentaron compañeros de allí, que en Álava si había, me vine para buscarlo.

**Orígenes:** Bueno contarme como accedisteis a este puesto de trabajo y desde cuando estáis en él

**España:** Yo llevo en Vitoria como ya te he comentado más de seis años. Antes he trabajado en otros sitios, pero en este trabajo llevo más o menos, unos dos años y medio. Entré sin más, me comentaron unos compañeros que esta empresa ofrecía más dinero que en la que yo trabajaba, me acerqué a preguntar y a interesarme por el trabajo y me preguntaron si estaba interesado, me hicieron una entrevista y



# GENTE

los quince días había cambiado de puesto de trabajo. Bueno primero me hicieron un contrato de tres meses y ahora soy fijo.

**Nigeria:** Bueno a mí me costó algo más, antes de trabajar aquí, estuve solicitando trabajo durante más de 5 meses, pero en todas las empresas me decían que ya estaban los puestos cubiertos.

Todos los días era empezar de nuevo, fue muy duro día tras día. Por fin un día coincidí con un compañero que estaba trabajando en este sector y me dijo que viniese con él el lunes, para que hablase con su jefe y haber que pasaba. Habló y después de explicarme las características del puesto de trabajo que podría estar disponible, quedó en llamarme. Al mes más o menos me llamó por si seguía interesado en trabajar, le dije que si y pase para hacer una entrevista, la pasé y me hicieron un contrato de quince días, lo superé y desde entonces estoy trabajando, de esto hace un año más o menos

**Orígenes;** Como es la relación con vuestros/as compañeros/as de trabajo

**España:** Normal, como en otros trabajos, mientras trabajamos bien, luego cuando se acaba la jornada cada uno a su casa o hacer lo que quiera y hasta el día siguiente.

Un noche salimos a cenar los compañeros, casi todos, para celebrar la despedida de uno que se jubilaba, pero en el tiempo que llevo trabajando sólo hemos salido juntos esa vez

**Nigeria;** Bueno..., no tengo mucha relación, te habrás dado cuenta, que tengo dificultades con el idioma y por lo tanto no suelo hablar mucho, lo que hace que los compañeros no hablen tampoco mucho conmigo, me da vergüenza.

Estoy aprendiendo el castellano y espero que cuando lo hable mejor las relaciones igual cambian, de momento no me entienden muy

bien y yo tampoco les entiendo todo lo que dicen.

**Orígenes:** ¿Qué podría mejora en vuestro trabajo?

**España:** bueno como en todos los trabajos el sueldo podría ser más alto.

Este trabajo es muy duro, bueno eso lo habrás oído más veces, yo creo que todo el mundo dirá que su trabajo es duro.

**Nigeria;** Yo lo que cambiaría es la temperatura, hace mucho frío para trabajar al aire libre



casi todos los días. El sueldo, no tengo mucha experiencia en este sector, creo que no está mal del todo.

**Orígenes:** ¿Os gustaría decir algo más?

**España:** Nada, que os vaya bien todo y acordaros que nos teneis que enviar o acercar la revista

**Nigeria:** Gracias por venir.

*Alain López de Uralde*

# Alava

## Evolución: Población Alavesa

Mayte Díaz de Lezana

Esta sección de momento la seguiremos utilizando para conocer de cerca los datos de población de las personas que residimos en Álava y nuestra evolución con respecto a la Comunidad Autónoma Vasca o con el resto del Estado.

En los últimos años la proporción de inmigración femenina esta sufriendo un ligero retroceso, tras haber alcanzado unos máximos históricos en los años 2000 y 2001, superando incluso el 50% en algunos territorios. Esta tendencia estaba situando tanto a hombres como a mujeres en paridad en cuanto a movilidad geográfica.

Por provincias de la C.A.V, Álava es el Territorio con menor porcentaje de mujeres inmigrantes latinoamericanas, esto en parte puede deberse, a que esta provincia tiene una mayor oferta laboral agrícola (de

momento, trabajo realizado en su mayoría por hombres), mientras que las otras dos provincias presentan una configuración laboral más urbana.

Bizkaia es el territorio de la Comunidad Autónoma Vasca con más proporción de mujeres extranjeras y destacar que es Álava en cuanto al resto del Estado la que menor porcentaje de mujeres extranjeras tiene.

Según los datos del I.N.E del año 2005, casi un 60% de las mujeres extranjeras que se encontraban en la C.A.V eran de nacionalidad latinoamericana. Destacar que es en Álava donde la proporción de la inmigración latinoamericana es sensiblemente inferior al resto de las otras dos provincias. Por el contrario decir que la proporción de mujeres margrebíes en Alava es superior a la de Gipuzkoa y a la de Bizkaia.

En cuanto a las personas inmigrantes que fijan su lugar de residencia en la Comunidad Autónoma Vasca y que provienen de África, decir que las dos nacionalidades africanas predominantes en la C.A.V son Marruecos y Argelia, destacando que son las personas de procedencia marroquí las que suponen casi la mitad de africanos empadronados

Si extrapolamos estos datos al Territorio Histórico de Álava, decir, que las dos princi



# Alava

## Evolución: Población Alavesa

pales nacionalidades africanas en la provincia son Marruecos y Argelia al igual que en Bizkaia y Gipuzkoa. Manteniendo Alava esta situación durante los dos últimos años, pero destacar que en tercer lugar se sitúan las personas procedentes de



Foto basílica de Estibaliz (Alava) ( [www.arteguias.com](http://www.arteguias.com) )

Nigeria, mientras en la Comunidad Autónoma Vasca este tercer lugar lo ocupan las personas procedentes de Senegal.

Atendiendo al sexo, entre las personas de procedencia africana que residen en la C.A.P.V comentar que en número son

superiores los hombres , ya que representan un 71% del total. Por provincias Alava se convierte en la segunda provincia con más residentes africanos un 33% del total.

En cuanto a la edad de las personas africanas empadronadas en la Comunidad Autónoma Vasca se puede decir que el 59% de estas personas se encuentran en una franja de edad de entre 25 y 44 años. Siendo Álava la que mayor porcentaje de menores de entre 0 y 5 años tiene.

El número de personas ocupadas el cuarto trimestre del año 2005 en la Comunidad Autónoma Vasca se situó en 4.200 personas más que en los tres meses anteriores. La tasa de paro en el último año descendió 2,1 puntos porcentuales.

La tasa de paro femenina descendió durante el 2005 en un 5,7%, por lo que se puede decir que fueron las mujeres las que más se beneficiaron durante este año de la baja en la tasa de paro.

Aunque estos datos anteriores se pueden resumir diciendo que de 24.000 mujeres paradas solamente se han colocado en un nuevo puesto de trabajo 500.

Para la realización de este artículo hemos utilizado fuentes del INE y del Observatorio Vasco de Inmigración

# Perspectivas



## ¿GLOBALIZACIÓN?

Mayte Díaz de Lezana

El siglo XX y los inicios del XXI están caracterizados por crecientes procesos globalizados. Parte importante de sus indicadores son los datos procedentes de la movilidad demográfica, el desarrollo de las comunicaciones, el incremento del comercio mundial, el intercambio de capitales y el desarrollo tecnológico de nuestras sociedades. Estos elementos que conllevan progreso para muchas naciones, también implican pobreza, desempleo y problemas de integración en otros países.

El proceso globalizador tiene efectos positivos, pero que también tiene muchas limitaciones. La globalización no es un sistema ni es un régimen. Se trata más bien de un proceso evolutivo en un momento histórico determinado del desarrollo de la civilización. En cierto modo, se trata de un conjunto de fases que se encadenan uniendo al mundo en un orden más global.

El efecto de esta evolución es la homogenización de diversos aspectos de la vida humana y social.

La globalización ha traído consigo importantes desequilibrios sociales en los países y entre países.

El empleo ha sufrido importantes cuotas de precarización. Muchas actividades productivas se han reconvertido a ritmos tales que algunos trabajadores con mucha dificultad han podido alcanzar.

Se ha producido también una creciente movilidad laboral con la consiguiente pérdida de estabilidad en el trabajo. Hay países enteros que están fuera de la globalización e incluso zonas internas en países en vías de desarrollo que no pueden acceder a ella. La brecha entre países ricos y pobres ha aumentado.

# Perspectivas

Hablamos de un mundo interdependiente y cada vez más interrelacionado. Con un crecimiento expansivo del comercio, las inversiones y las finanzas, variables que crecen en el ámbito internacional a mayor celeridad que las propias economías nacionales. El desarrollo de las tecnologías modernas están cambiando nuestra forma de vivir y de comunicarnos. En suma: se trata de un proceso dinámico con resultados ambivalentes, que tanto pueden servir para incrementar el potencial del desarrollo humano como también para imponer severas exclusiones sociales mediante el empobrecimiento de diversos segmentos sociales.

Hace 20 años el intercambio financiero representaba un 5% de la economía del mundo y un 95% lo comprendía la economía real (agricultura, industria, servicios). En la actualidad la tendencia se invierte, siendo mayoritario el intercambio financiero y menor la economía real. El 90% de los capitales que circulan en el mundo hoy, corresponden a transacciones económicas y no son transacciones de mercancías ni de servicios, sino de dinero en busca de dinero nuevo. Es comprensible entonces que, en este contexto, la economía financiera no cree empleos ni bienes perdurables.

Al igual que la globalización afecta al intercambio financiero, afecta también a la cohesión social, ya que en cierto modo, debilita la estabilidad política de ciertas regiones del mundo, los países que no han alcanzado o no tienen probabilidades de alcanzar niveles económicos, de salud y educación básicos tienen como destino la exclusión social.

Desde mi punto de vista, entre las principales instituciones que han obtenido grandes beneficios con la expansión globalizadora están las instituciones financieras, las empresas multinacionales, el turismo mundial, organismos no gubernamentales y la mano de obra muy calificada.

Otro fenómeno importante a considerar es que la globalización no contempla mecanismos de redistribución de la renta. En algunos casos se ha procedido a condonar ciertos porcentajes de deudas externas de países muy empobrecidos.

***En la actualidad, más de 80 naciones en el mundo tienen una renta per. cápita menor a la que tenían hace diez años.***

Aún así, y a pesar de los datos anteriormente



descritos, que pueden ser negativos, la globalización también representa una oportunidad para generar iniciativas innovadoras que permitan terminar con la pobreza y profundizar más en la democracia.

Todos debemos aportar ideas que sirvan para mejorar la situación en la que nos encontramos, luchando por que las ideas lleguen a concretarse sobre todo, en materia de derechos sociales y económicos

## “Modelos de Integración”



Lorena Salazar Bilbao

Desde este rincón se trata de conocer más de cerca las diferentes experiencias de las personas que viven en Álava, pero que su lugar de procedencia es otro país, esta vez nos hemos puesto en contacto con una ciudadana de Vitoria-Gasteiz, cuyo lugar de procedencia es China (ZHEJIANG). Ella nos acerca un poco sus impresiones y vivencias en Vitoria-Gasteiz.

**L: ¿Cuánto tiempo llevas en Vitoria?**

Z: Más o menos llevo viviendo en esta ciudad dos años y medio.

**L: ¿Por qué te decidiste por esta ciudad?**

Z: Por qué mi novio (que es también de China), estaba trabajando aquí)

**L: ¿Con quién estas viviendo aquí?**

Z: En estos momentos con mi familia es decir mi marido y mi hijo e hija ¿Sabes? Los dos han nacido en Vitoria.

**L: Cuéntame que te parece la ciudad**

Z: Me parece una ciudad grande, estoy acostumbrada a vivir en ZHEJIANG, que es un pueblecito de unos 20.000 habitantes y donde nos conocemos todos/as.

**L: ¿Tiene algún parecido Vitoria con tu lugar de origen?**

Z: Bueno en lo que más se parece es en el tiempo, allí también hace mucho frío en invierno y en verano hace un calor parecido a este. El resto es bastante diferente.

**L: ¿Qué hechas más de menos?**

Z: Sobre todo el idioma, me resulta muy difícil aprenderlo y entender todos los matices del mismo. Las costumbres culturales también son diferentes, aunque no creas tampoco hay tanta diferencia, bueno en el tipo de fiestas, pero el resto... es parecido

# “Modelos de Integración”

**L: ¿Estás trabajando?**

Z: Si, me dedico a la hostelería, trabajo unas 9 horas diarias y también atiendo a mi familia, mis hijos son muy pequeños.

**L: ¿Qué te parece la gente de Vitoria?**

Z: Bueno como en todos los sitios hay de todo y también depende un poco de la zona de la ciudad, coincido con gente cálida y con gente más fría. Como trabajo en la hostelería también estoy aprendiendo cosas de la gente que acude al bar, por ejemplo el idioma, algunas costumbres vuestras, etc., eso me está viniendo muy bien. Hay una cosa curiosa, hay bastante gente que se interesa por mi idioma y quiere que le enseñe a decir cosas en el mismo, hola, adiós, etc.

**L; Cuéntame ¿asistes a actividades que se programan en la ciudad?**

Z: Si, acudo a clases de castellano, me gusta hablarlo y también necesito aprenderlo, pero como ya te he comentado trabajo en dos bares y no siempre tengo tiempo de acudir, bueno falto lo menos posible. También estoy aprendiendo en un Centro Cívico a manejar el ordenador. Bueno poco a poco y dependiendo del tiempo intentaré acercarme a diferentes cosas, que me sirvan para complementar mi cultura.

**L: ¿Cómo celebras las fiestas en Vitoria?, y que haces los fines de semana o cuando tienes fiesta.**

Z: Bueno como vosotros/as, quedar con los amigos/as y salir a dar una vuelta y tomar algo. Pero esto era antes de tener los hijos/as, ahora las celebramos mi marido y yo más en casa con amigos/as, son muy pequeños/as y hay que estar muy

pendiente de los horarios. También celebramos comidas especiales de nuestra tierra, como hacéis vosotros/as, nos reunimos en un restaurante chino, pero sólo para chinos/as.

**L: ¿No es la misma comida la de los restaurantes de Vitoria, que la que comías tú en ZHEJIANG?**

¡No que va! Es bastante diferente, pero de todas formas nos gusta reunirnos sólo con nuestra gente para este tipo de celebracio-



El País Digital

nes, igual que a vosotros cuando celebráis alguna cosa especial.

**L: ¿Te gustaría decir algo para las personas que leen la revista?**

Z: Me gustaría vivir más la integración en la ciudad o quizá de otra manera, ya que me está costando bastante, en parte por el idioma y en parte por la gente, nos miran de forma diferente. Yo quiero ser una ciudadana más. De verdad que no existen diferencias en realidad todas las mujeres de cualquier país somos iguales, lo que creo es que las diferencias las hacemos nosotros...

# Empleo y empleabilidad

Fuente; Guía para la Orientación de Personas Inmigrantes. Pág. 12 y 17. Año 2003 (Gobierno Vasco)

Las autoridades laborales españolas conceden diferentes tipos de permisos de trabajo en función del tipo de trabajo y su duración.

Asimismo, las personas extranjeras que han obtenido permiso de residencia por **circunstancias excepcionales** pueden ejercer una actividad lucrativa, laboral o profesional, por cuenta propia o ajena, y mientras dure la vigencia del mismo.

Las solicitudes para obtener o renovar el permiso de trabajo tramitado al amparo del régimen general, así como la autorización para trabajar, deberán ser presentadas ante la Dependencia Provincial de Trabajo y Asuntos Sociales - Subdelegación del Gobierno de cada Territorio Histórico.

En Álava se encuentra en la Calle: General Álava, 10- 2º C.P: 01005 Tel. 945. 15 40 93

Para acceder al mercado laboral, la persona inmigrante extranjera puede inscribirse en el Instituto Nacional de Empleo (INEM) o en el Servicio Vasco de Colocación (Langai)

## **Ayudas a la Inserción Laboral**

El Servicio Vasco de Orientación para el Empleo está dirigido a aquellas personas desempleadas que tienen dificultades a la hora de encontrar un puesto de trabajo, y que está relacionado con otros recursos públicos (LANGAI Servicio Vasco de Colocación, Formación Ocupacional, Prácticas en empresas, Programas de Empleo y Formación, Programa Auzolan...).

Este servicio aglutina una diversidad de entidades y agentes sociales que pueden ayudar a las personas con problemas

laborales, con especial prioridad a aquellas que presentan condicionantes particulares como personas extranjeras inmigrantes, colectivos de especial complejidad en la inserción laboral en función de factores como la edad, sexo, formación, etc. u otros colectivos que requieran una intervención coordinada en orientación para el empleo por participar en programas públicos de bienestar social.

La ayuda que se ofrece abarca varias fases de la consecución y mantenimiento del empleo. Se trata de una ayuda personalizada y se ofrecen una serie de herramientas formativas, acompañamiento y seguimiento, de forma que, con todo ello, se aumenten las posibilidades de acceder a un empleo y, en la medida de lo posible, de permanecer en él en el futuro.

Las personas que voluntariamente deseen acceder al Servicio de Orientación para el Empleo, o bien solicitar información del mismo, podrán dirigirse a cualquiera de las entidades colaboradoras o llamar al teléfono de atención a la persona usuaria **Formación e Inserción Profesional**

La oferta de cursos en la formación profesional es amplia y abarca tanto la llamada Formación Profesional como la Formación Profesional Ocupacional, para colectivos de difícil inserción, como es el de las personas inmigrantes desempleadas.

Para más información: Acudir a la oficina del INEM correspondiente a la zona del domicilio de cada persona.

Al Servicio Vasco de Orientación para el empleo-Langai; 901. 222. 901

Al Servicio Público de Información y Acceso al mercado de Trabajo (Lanbide); 901. 223. 901



# Temas de Interés

## TODOS/AS PODEMOS SER INMIGRANTES.... REFLEXIONA

En este espacio tratamos de dar cabida a todas aquellas personas, Asociaciones o grupos que quieran colaborar y exponer los temas que consideran de interés. En esta revista el espacio esta dedicado a la Asociación de residentes Afro-Americanos AFRO.

La Asociación de residentes Afro-Americanos nace en Vitoria- Gasteiz en 1994 con el objetivo de favorecer la integración social de las personas inmigrantes en la ciudad. Se caracteriza por haber sido



Foto; Sebastiao Salgado

fundada por personas inmigrantes extranjeros asentados en Vitoria- Gasteiz. Con el paso de los años la asociación ha generado diferentes proyectos para los cuales cuenta con el apoyo de personas que colaboran, de perso-

nas voluntarias y de trabajadores y trabajadoras profesionales, inmigrantes y nativos que llevan a cabo los distintos programas y convenios institucionales.

La asociación lleva a cabo:

Una semana Intercultural Anual.

Campañas de sensibilización ciudadana hacia el fenómeno migratorio. Gestiona pisos tutelados dirigidos a familias extranjeras sin recursos y un servicio de mediación para la integración socio- laboral de inmigrantes asentados en Vitoria- Gasteiz en el marco del servicio de atención municipal "Norabide"

En su local realiza atenciones a inmigrantes prestando: orientación legal, trámites administrativos, información acerca de los recursos existentes, mediación en la vivienda, bolsa de trabajo, traducciones, distribución de artículos de primera necesidad, etc.

Participante del programa europeo Denda y Adapta. Cuenta También con un programa de apoyo escolar y de tiempo libre

### ***Dificultad en la Obtención de "papeles"***

La ley de extranjería 14/2003 constituye en si misma el principal problema al que se enfrentan los / as inmigrantes. Contempla a los / as mismos / as no como ciudadanos / as con plenos derechos sino como un fenómeno negativo al que hay que controlar policialmente

Algunos aspectos de la ley y de su reglamento de aplicación chocan frontalmente con él respecto a los Derechos Humanos Fundamentales, la Ley niega derechos como los de sindicación, asociación y reunión y dificulta otros.

Consideramos que con la aplicación de la ley no ha disminuido el número de inmigrantes que llegan, más bien han aumentado los abusos y la explotación laboral dada la imposibilidad de acceder al mercado laboral regular.

# Temas de Interés

## ***Alquiler de viviendas***

Desde la Asociación se ha podido percibir: Exigencias de condiciones desproporcionadas a la hora de alquilar (avales bancarios, varios meses de fianza, alquileres más caros de lo habitual...) tanto por parte de las personas propietarias como de las inmobiliarias; dando lugar al hacimiento. Negativas a dar permisos de empadronamiento y contratos de alquiler

Algunos colectivos encuentran especiales dificultades a la hora de alquilar fuera de la zona del Casco Viejo de la ciudad, dado el rechazo social de que son objeto. Muchos de estos pisos no reúnen las condiciones mínimas de habitabilidad

## ***Buscando un trabajo***

Emigran buscando mejores condiciones de vida para ellos y sus familias y mejores oportunidades de empleo y salarios. Sin embargo cuando llegan, acceden solamente a determinadas ramas de la actividad económica (servicio domestico, hostelería, agricultura, construcción y comercio al por menor mayoritariamente) que, además se caracterizan por su precariedad y opacidad en muchos casos, siendo en algunos casos víctimas de abusos por parte de los empresarios

Es importante no confundir los trabajos de las personas inmigrantes con sus capacidades profesionales. A menudo nada tienen que ver sus titulaciones y formación profesionales con los puestos que desempeñan

Es hora de romper con el trinomio mental: inmigrante = pobre = inculto.

Los inmigrantes suponen no solo un factor

de enriquecimiento cultural sino también una importante aportación de capital humano.

## ***Una escuela intercultural***

La integración plena de las personas extranjeras residentes en nuestro entorno cercano pasa indefectiblemente por una integración educativa exitosa de sus niños y niñas.

Pese a ello, todavía queda mucho por hacer para desarrollar una política educativa seria que integre a todos / as, posibilite una adaptación fácil de nuestros niños / as a nuestro sistema educativo y proporcione una formación multicultural para el profesorado

Nada peor que la creciente concentración de niños y niñas extranjeros de la Red Pública para evitar la discriminación y educar en la tolerancia a los ciudadanos del futuro.

Si el objetivo es que no haya ciudadanos y ciudadanas de primera y segunda clase ha de acometerse sin más dilaciones una Política Educativa Intercultural en los colegios.



# Sugerencias

Como una de las sugerencias para este trimestre se ha decidido desde la redacción dar cabida a la red de talleres de aprendizaje permanente de;

### **SARTU-ÁLAVA** **ENERO-JULIO 2006**

Asociación de reinserción social cara a promover los cambios necesarios, tanto en las personas que lo demanden, como en la sociedad, para reducir o eliminar las situaciones de exclusión social. Dispone de recursos de motivación, orientación, capacitación personal y técnica y de acceso al mercado de trabajo en un proceso continuo de acompañamiento individualizado.

#### **RED DE TALLERES DE APRENDIZAJE PERMANENTE**

(Dirigida fundamentalmente a personas en situación o riesgo de GRAVE exclusión social) Abiertos todo el año. Sin periodo concreto de preinscripción.

#### **TALLER DE MANTENIMIENTO DE EDIFICIOS. 9,30 -13,30**

SOLDADURA.....144 horas. Enero-Febrero.  
PINTURA Y ACABADOS DECORATIVOS..152 horas. Marzo-Abril.  
TABIQUERÍA.....124 horas. Mayo-Junio.  
ALICATADO.....112 horas. Junio-Julio.

#### **AULA INFORMÁTICA De 8,30 a 10,30.**

9 CURSOS BÁSICOS de 24 horas de duración: PROCESADOR DE TEXTOS, HOJA DE CÁLCULO, BASES DE DATOS, PRESENTACIÓN CON DIAPOSITIVAS, INFORMÁTICA BÁSICA, INTERNET Y CORREO -e.  
AULA AUTÓNOMA PARA LA COMUNICACIÓN Y BÚSQUEDA DE EMPLEO (libre utilización del ordenador para comunicarte con tu país, buscar trabajo, establecer contactos con empresas...).

#### **AULA DE EXTENSIÓN CULTURAL**

CURSO: ESTÉTICA Y AUTOESTIMA. (Peluquería, Estética, Relajación, Recursos Personales). *Dirigido a MUJERES* (Mayo-Junio, de 9,30 a 12,30).

"Grupos Permanentes de ALFABETIZACIÓN"

TÉCNICA EN OFICIOS (De 8 a 9,30) y de LECTOESCRITURA. (De 13,30 a 14,30).

Jornadas, Sesiones y Acciones de Sensibilización en: 1-GÉNERO 2-INTERCULTURALIDAD. 3-AUTOESTIMA. -4 HABILIDADES SOCIALES. 5-ORIENTACIÓN SOCIOLABORAL.. 6- PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES. Información en el centro de formación.

INFORMÁTICA BÁSICA E INTERNET (acciones para conciliar la vida formativa y la familiar, los Viernes de 9,30 a 12 horas).

SENSIBILIZACIÓN MEDIOAMBIENTAL: charlas, visitas y jornadas sobre energía solar, energías renovables, video microcosmos, huertas ecológicas, plantas de reclasificación para reciclaje...

ACCIONES FORMATIVAS EN PERFILES OCUPACIONALES (dirigido a desempleados/as o con trabajo en precario).

Formación teórico-práctica. Inscripción hasta una semana antes de la fecha de inicio de los cursos. Sin contratación, se reservan 3 plazas mínimo para personas inmigrantes sin regularizar). Inscripción e información: Marian-Verónica (945 158178).

**NOTAS:** -En todas las actividades se valorará especialmente la entrada de mujeres y de inmigrantes con su situación sin regularizar.

Todas las personas que participen en alguna actividad, deberán iniciar un proceso de Orientación Laboral.

Información e Inscripciones: CITA PREVIA:  
Yolanda 945-158178

(Oreitiasolo Pab. 10-Vitoria-Gasteiz)

# Sugerencias

## CENTROS CÍVICOS

Patricia González de Uriarte Los Centros Cívicos

son equipamientos

municipales ubicados en los distintos barrios de la ciudad de Vitoria- Gasteiz, los cuales están destinados a cubrir la iniciativa social, cultural, educativa y deportiva en el sentido más amplio del término, son lugares donde el ciudadano plantea sus primeras demandas.

Históricamente, en la legislatura 1979 - 1983, ya se empezó a gestionar el proyecto de Centros Cívicos en nuestra ciudad, iniciándose su materialización durante el gobierno municipal de 1983-1987.

En el año 1985 se abre el primer centro cívico en el barrio de Sansomendi, al que le siguieron Abetxuko y el Campillo. Se trataba de equipamientos socioculturales, separados físicamente de las instalaciones deportivas.

En 1989 se inaugura el Centro Cívico Iparralde, con la zona deportiva integrada en el mismo edificio. Adoptándose de este modo el modelo de centro integrado.

Los centros están dotados de ludotecas, bibliotecas, fonotecas, videotecas, hemerotecas, casinos para mayores, talleres, aulas, oficinas administrativas, salones de actos y grandes pistas deportivas con piscinas cubiertas en algunos de ellos.

En la actualidad la red cuenta con once Centros Cívicos, de los cuales seis son integrados.

Los objetivos que se persiguen en estos centros son: impulsar programas y servicios de carácter cultural, educativo, social y deportivo que respondan a las demandas y necesidades del ciudadano y que tengan como fin el desarrollo integral del mismo, ofreciendo de este modo toda clase de servicios para ocupar el tiempo libre y a su vez, acceder a una administración local descentralizada más cercana a los ciudadanos. De este modo se pretende que los Centros Cívicos sirvan como un instrumento válido para las iniciativas y actividades de personas y colectivos en los procesos sociales, culturales y deportivos de la ciudadanía.

En resumen, diremos que, los Centros Cívicos

tratan de contribuir al desarrollo integral de la persona y se complementan a su vez con otra red de instalaciones de análogo carácter en los diferentes barrios de Vitoria- Gasteiz.

Estos son todos los centros cívicos de Vitoria Gasteiz y sus direcciones:

**CENTRO CÍVICO EUROPA:**

Avenida Gasteiz nº 5 C.P. 01009 Teléfono: 945161233

**CENTRO CÍVICO LAKUA:**

Senda de los Echanobe nº 5 C.P. 01010 Teléfono: 945162630

**CENTRO CÍVICO HEGOALDE:**

Alberto Schommer nº 10 C.P. 01006 Teléfono: 945161880

**CENTRO CÍVICO JUDIZMENDI:**

Avenida Judizmendi nº 26 C.P. 01003 Teléfono: 945161740

**CENTRO CÍVICO ALDAVE:**

Portal de Arriaga nº 1 C.P. 01012 Teléfono: 945161930

**CENTRO CÍVICO IPARRALDE:**

Plaza Zuberoa nº 1 C.P. 01002 Teléfono: 945161750

**CENTRO CÍVICO ARRIAGA:**

Francisco Javier de Landaburu nº 9 C.P. 01010 Teléfono: 945161772

**CENTRO CÍVICO ARIZNABARRA:**

Ariznavarra nº 19 C.P. 01007 Teléfono: 945162651

**CENTRO CÍVICO ARANA:**

Aragón nº 7 C.P. 01003 Teléfono: 945161735

**CENTRO CÍVICO EL CAMPILLO:**

Santa María nº 4 C.P. 01001 Teléfono: 945161680

**CENTRO CÍVICO ABETXUKO:**

Plaza de la Cooperativa nº 8 C.P. 01013 Teléfono: 945162656



# Intercocinando

**ADOBO:** Líquido en el que se maceran verduras, carnes o pescados durante un tiempo determinado para que hacerlos más sabrosos.

**AMALGAMAR:** Mezclar perfectamente diferentes sustancias

**ASPIC:** Platos cuyos ingredientes se mezclan con gelatina líquida, no necesitan cocción, quedando sólidos al ponerlos en el frigorífico y una vez desmoldados se sirven fríos

**ATEMPERAR:** Lograr la temperatura adecuada del chocolate fundido trabajándolo encima del mármol con la espátula, hasta lograr que alcance la consistencia necesaria para poder trabajarlo.

**AZÚCAR LUSTRE.** También llamada "glasé", se utiliza para cubrir pasteles y dulces. Es un azúcar molido y mezclado con fécula de arroz.

**BAÑO MARIA:** Cocción mediante la cual el recipiente con los ingredientes o salsa, se introduce dentro de otro mayor con agua, que es que el va directo al fuego, lo que permite una cocción lenta y evita que los ingredientes delicados se peguen o pierdan su aroma. Si el baño María se realiza en el horno, el agua no debe llegar nunca a hervir.

**BLANQUEAR:** Poner verduras o carnes en agua hirviendo unos minutos sin llegar a cocer, sinónimo de escaldar. En pastelería batir enérgicamente huevos y azúcar hasta que la mezcla se vuelve espumosa, clara y espesa.

**BOUQUET GARNI:** Ramillete de hierbas aromáticas que se utiliza para aromatizar caldos y braseados. Normalmente se trata de tomillo, laurel y apio envueltos en una hoja de puerros.

**BROQUETAS:** Varillas de acero inoxidable o madera que sirven para ensartar pequeñas piezas de alimento para cocinarse a la plancha o asadas.

**BRIDAR:** Sujetar las patas y alas de un ave al cuerpo normalmente con hilo de algodón y aguja.

**COCER EN BLANCO:** Hornear fondos de tartas y tartaletas poniendo en el fondo garbanzos secos para que no se deformen, retirándolos luego para poder rellenar los fondos.

**CUATRO ESPECIAS:** Mezcla a partes iguales

de nuez moscada, pimienta negra, clavillo y canela. Indispensable en la cocina para aromatizar multitud de platos.

**DECANTAR:** Traspasar un líquido de un recipiente a otro muy lentamente para así poder separar la parte clara de la espesa.

**EDULCORANTE:** Sustancia química o natural que sirve para endulzar pasteles y diferentes preparaciones.

**ENFONDAR:** En pastelería tapizar el interior del molde con una capa de masa o pasta. En cocina cubrir el fondo de la cazuela con tocino para brasear carnes y legumbres.

**ESCALFAR:** Cocer un elemento sin que el fuego llegue a hervir, manteniéndose solo con el ligero temblor que precede a la ebullición.

**ESTAMEÑA:** Lienzo blanco que se utiliza para pasar presionando salsas fondos y purés

Sofríe en aceite la cebolla y el ajo picados. Agrega las especias y deja unos cinco minutos a fuego lento, sin que llegue a dorarse.



**FARSA:** Relleno compuesto de diferentes elementos pasados por la máquina de embutir o el tamiz

**FERMENTACIÓN:** Proceso que sufren las masas trabajadas con levadura biológica.

**FLAMEAR:** Añadir vino o licor al asado y prenderle fuego removiendo con una cuchara hasta que las llamas se apagan

# Intercocinando

para que toda la pieza se impregne de los aromas.

**FUMET:** Caldo concentrado de pescado que se utiliza como base para salsas y guisos de pescado.

**GELATINA:** Sustancia incolora procedente de las partes blandas de huesos de algunos animales. Se utiliza en cocina y pastelería para amalgamar, abrillantar y cuajar determinados alimentos.

**HOJALDRE:** Masa base que tiene como ingredientes harina, agua, sal y mantequilla en cantidad variable y con un trabajo que permite que se formen cientos de capas que al hornear se esponjan y hacen de esta masa una delicia para el paladar.

**HORNEAR:** Cocer en el horno un alimento. Hay que tener el horno siempre a la temperatura que marca la receta antes de introducir el alimento en el.

**INSTILAR:** Echar gota a gota un licor en una cosa.



**JARABE:** Líquido obtenido de la cocción de agua, azúcar y zumos o sustancias medicinales.

**JULIANA:** Formar de cortar las diferentes verduras dándoles forma de cerillas finas.

**LACTOSA:** Azúcar contenido en la leche.

**LEVADURA:** Masa constituida principalmente por organismos como son los hongos capaces de actuar como fermentos en una masa. En panadería y pastelería se usa para

tal fin la levadura de cerveza.

**LIOFILIZAR:** Deshidratar mediante temperaturas muy bajas productos o elementos orgánicos para conservarlos por más tiempo.

**MACERAR:** Ablandar y aromatizar un alimento cubriéndolo con algún tipo de alcohol, verduras, y hierbas aromáticas o en el caso de frutas alcohol y azúcar.

**MAJAR:** Machacar algún alimento aplastándolo y desmenuzándolo.

**MARINAR:** Sinónimo de macerar, se utiliza sobretodo cuando se habla de pescados y carnes.

**MONDAR:** Quitar la piel, cáscara o vaina a frutos y tubérculos.

**MORTIFICAR:** Término utilizado para la caza, se refiere a el tiempo que debe dejarse en reposo la pieza sin pelarla o desplumarla, para que su carne sea más tierna.

**NAPAR:** Cubrir un pastel o alimento con una capa espesa de crema o salsa, de forma que además de cubrirlo se adhiera al mismo.

**ONZA:** División de una tableta de chocolate. Unidad de peso que equivale a 28,70 grs.

**OREJONES:** melocotones y albaricoques secados al aire y al sol.

