

Construyendo la identidad a través de la memoria cultural

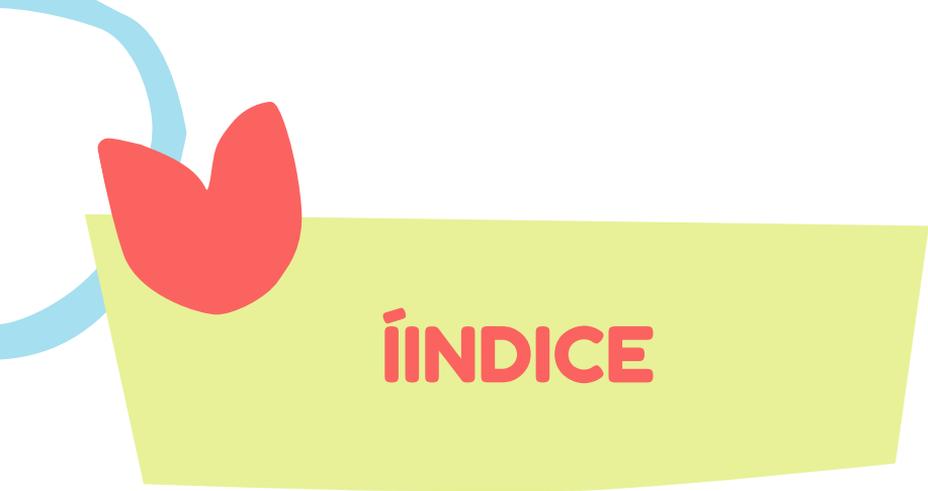


Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



El apoyo de la Comisión Europea a la producción de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores. La Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.





ÍNDICE

Introducción	3
Croacia	4
Letonia	10
Portugal	17
España	26
Alemania	37





Introducción

Este libro digital se ha creado utilizando la metodología COMPASS y grupos piloto de cada país socio del proyecto.

Por lo tanto, los elementos culturales no están necesariamente relacionados entre sí como lo estarían si todos pertenecieran al mismo país o región. El objetivo de este documento es reunir todos los materiales en un solo documento para mostrar a la población destinataria los materiales creados y disponibles, así como los resultados obtenidos de algunas de las sesiones desarrolladas durante el proyecto.



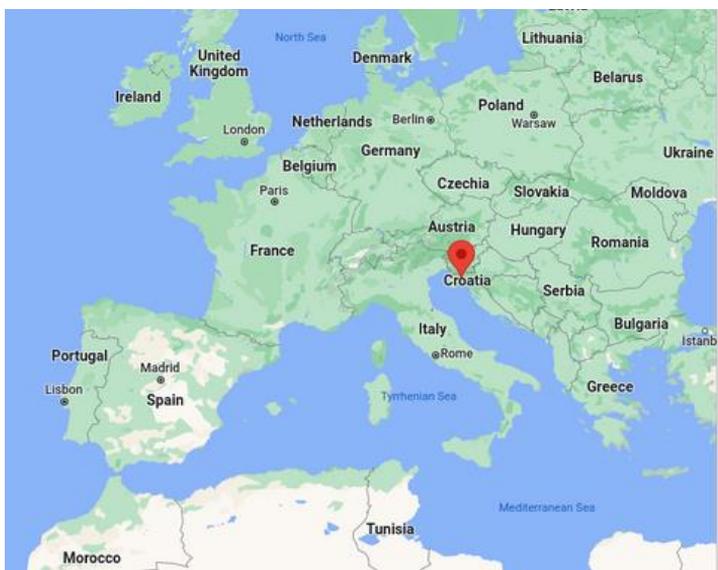
Croacia

Socio del proyecto: Dante

Ciudad: Rijeka

Temas:

- Buñuelos croatas
- Krostule croata
- Torre del Reloj de Rijeka
- Playa pública de Rijeka



Croacia: Buñuelos croatas

¿Qué son?

Los buñuelos croatas son un postre tradicional de la costa dalmata. Son uno de los manjares favoritos de los croatas durante el Carnaval.

Ingredientes principales:

- 2 vasos de harina
- 1 yogur
- 1 huevo
- 1 azúcar de vainilla
- 1 polvo de hornear
- 3 cucharaditas de rakia
- media ralladura de limón
- aceite para freír



Croacia: Kroštule



¿Qué son?

Entre Navidad y Semana Santa, y sobre todo en Carnaval, en la costa de Croacia muchas madres hacen kroštule. El kroštule debe ser crujiente, desmenuzable y ligero como el aire.

Ingrédients principales:

- 30g de harina
- 3 yemas de huevo
- 1 cucharada de azúcar de vainilla
- 1 cucharada de ron
- 2 ml de nata agria
- pizca de sal
- cáscara de limón
- aceite para freír
- azúcar en polvo para espolvorear



Croacia: Torre del Reloj de Rijeka

Contexto

El Reloj de la Torre de la Ciudad se construyó en la Edad Media. Es un punto de encuentro para ciudadanos y turistas y a menudo se dice "nos vemos bajo el reloj".



Localización

La Torre del Reloj de la Ciudad está situada en el centro del paseo marítimo llamado "Korzo".



La Torre del Reloj de la ciudad también es un motivo fotográfico popular de las tarjetas postales.



Croacia: Playa pública de Rijeka



Contexto

En el pasado, la gente nadaba dondequiera que hubiera acceso al mar, especialmente los niños.

En el lado izquierdo de Rijeka, la gente nadaba en los restos del paseo marítimo y el pórtico, que se llamaba Moletto.

La gente nadaba más al sur, hasta Martinscica, y hasta Urinje. Ahora estamos hablando de la ciudad de natación, lugar que se llama Cracko, y fue en la desembocadura del Rijecina en el lado derecho.



Croacia: Playa pública de Rijeka

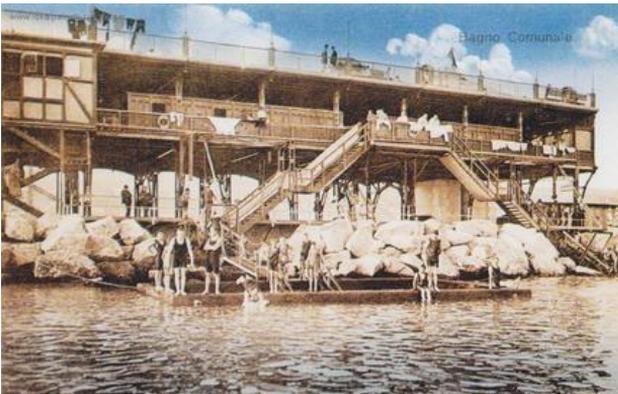
Contexto



La gente también nadaba en el rompeolas (hoy el rompeolas del antiguo puerto Susak que es el Baros). En el rompeolas de Rijeka antes de la segunda guerra mundial había una zona de baño de madera, frente al mar abierto.

Era una zona de baño muy de moda, que todavía hoy sigue siendo muy atractiva. Había una playa en Kantrida y varias playas pequeñas hasta los límites de la ciudad de Rijeka hacia Preluka. Esto es sólo un pequeño repaso de algunos tiempos antiguos.

Porque, hoy en día, la ciudad sobre el mar en realidad no tiene acceso al mar para bañarse, por lo que tampoco se puede nadar.

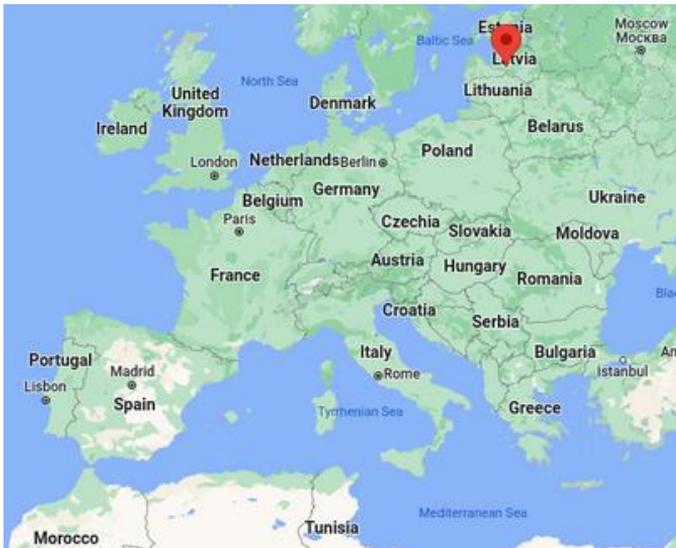


Letonia

Socio del proyecto: Fundación Zini

Temas:

- Puzzles y su manejo;
- Tejer las manoplas etnográficas letonas.



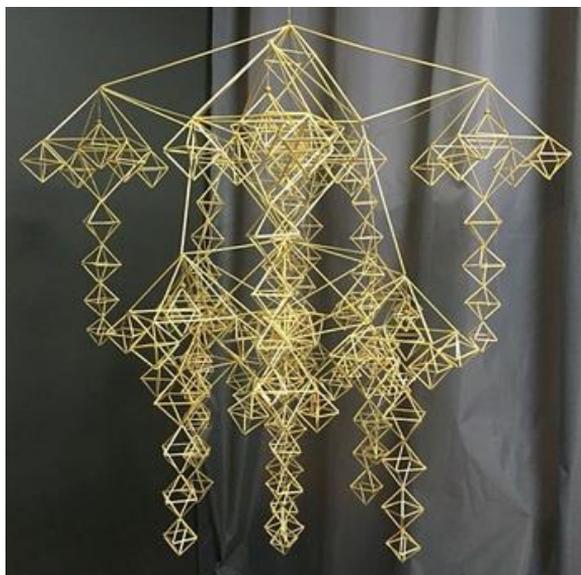
Letonia: Puzzles y su manejo

Contexto

Los puzzles (Puzuri) se pueden encontrar en toda Letonia, pero son más populares en Jelgava. Un puzzle está formado por muchas formas que encajan entre sí.

Suelen tener forma de cuatro, seis u ocho cuadrados. Para hacer la forma hay que abrir una pajita y pasarle un hilo.

De esta forma se unen entre sí. También puedes añadir cosas ligeras como flores, plumas y cáscaras de huevo.



Letonia: Puzzles y su manejo.

Cómo apreciar

No se sabe por qué ni cuándo empezaron los letones a hacer puzzles. Sólo que lo hacían en torno al solsticio de invierno, antes de que el cristianismo llegara a Letonia. Y después de eso, la gente siguió manteniendo la tradición.

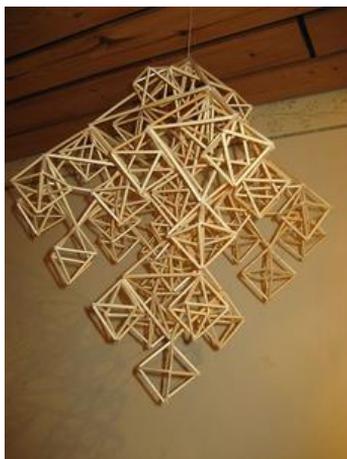
La gente solía hacer puzzles para momentos especiales, como Navidad, bodas, bautizos y funerales. Los hacían en otoño y también en la primavera. Así la casa quedaba más bonita en invierno.



Letonia: Puzzles y su manejo

Patrimonio

Cuando alguien hace un puzzle, piensa detenidamente en cada forma y en lo que podría significar. Cada puzzle tiene su propia idea y propósito. Cada generación añade sus propias experiencias e ideas, haciendo que cada puzzle sea especial con cosas que pueden encontrar por su casa.



Hacer puzzles es algo que la gente suele hacer conjuntamente en familia. Es una forma de transmitir la información a sus hijos y nietos y mantener vivo el patrimonio cultural. Pero en el mundo moderno, la gente ya no tiene tanto tiempo. Y la gente va olvidando poco a poco esta tradición. Hoy en día, sólo unas pocas instituciones y estudios de arte popular intentan hacer todo lo posible para mantener vivas las técnicas de fabricación de los puzzles.

Letonia: Tejiendo los mitones etnográficos letones



Contexto

En Letonia, los guantes tienen una rica tradición tejedora que se remonta a los siglos XIV-XV. Al principio se utilizaban agujas, pero más tarde se impuso el uso de cinco agujas. Los primeros guantes se hacían con hilo de lana blanca con rayas de colores. En el siglo XIX, se usaban elegantes mitones para ocasiones especiales, mientras que el hilo sin teñir se utilizaba para los guantes de trabajo de abrigo y el hilo de colores para los guantes de honor. En 1856 se introdujeron los tintes químicos, que dieron más vitalidad a los guantes. Con el tiempo, los patrones de los guantes se hicieron más amplios y diversos, influidos por la tradición y la moda. Hoy en día, la tradición de tejer guantes ha decaído y se han popularizado los modelos más sencillos y los guantes sin dedos, y algunas tradiciones antiguas han evolucionado hacia la fabricación de pulseras decorativas.



Letonia: Tejiendo los mitones etnográficos letones



Cómo apreciar

Hace mucho tiempo, nuestras abuelas aprendieron a tejer guantes en sus familias. Les enseñaban tejedoras expertas. Hoy en día, muchas familias ya no tienen estos antiguos conocimientos. Por eso son tan importantes los libros sobre cómo tejer. Estos libros responden preguntas, muestran el proceso de tejer en detalle y tienen patrones que podemos seguir. Es crucial preservar y mejorar las habilidades para tejer guantes etnográficos. Por eso todos los años se organizan clases especiales, talleres y eventos de tricotado. En ellos se enseña la forma tradicional de tejer guantes letones. Estas clases brindan a los tejedores y a los amantes del punto la oportunidad de compartir sus experiencias y aprender unos de otros. Los guantes son una parte única de nuestro arte popular, y es nuestro deber mantener vivos los bellos dibujos y colores de cada región.



Letonia: Tejiendo los mitones etnográficos letones



Patrimonio

Los guantes cambian como el mundo que nos rodea. Debemos mantener vivas las tradiciones de tejer guantes etnográficos en Letonia. Estas tradiciones son importantes porque muestran nuestra identidad letona con bellos dibujos y colores.

En el pasado, a finales del siglo XIX se tejían muchos guantes para mantener a las familias calientes en casa. Pero en el siglo XX, menos gente tejía y llevaba guantes porque los compraban en las tiendas. Ahora, en el siglo XXI, más gente está empezando a tejer de nuevo guantes etnográficos letones. Es como el retorno del tejido de guantes. Estos guantes estampados nos ayudan a recordar nuestra identidad letona y los visitantes de nuestro país admiran la habilidad de nuestros tejedores. Han aprendido y continuado la tradición de tejer guantes de sus antepasados.



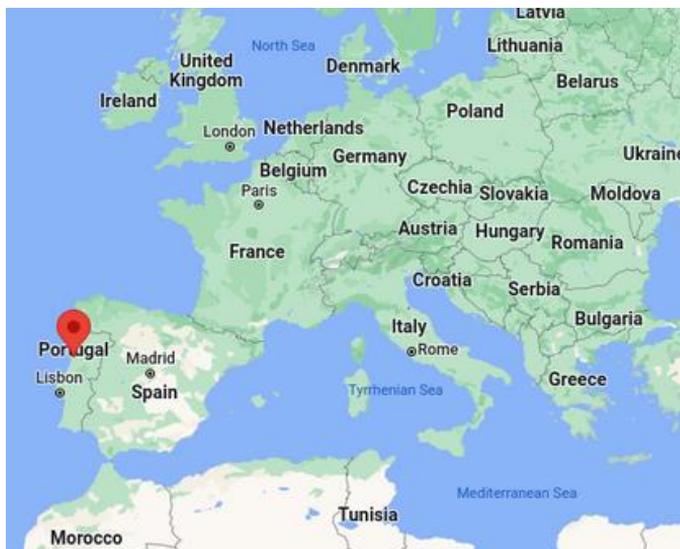
Portugal

Socio del proyecto: Universidad de Aveiro y UNAVE

Ciudad: Aveiro

Temas:

- Faina Maior;
- Huevos Blandos;
- Universidad de Aveiro;
- Art Nouveau;
- Azulejos;
- Sal;
- Salicornia;
- São Gonçálio.



Portugal: Faina Maior



Patrimonio

Portugal tiene una larga historia de pesca, sobre todo de bacalao, una pasión desde hace más de 500 años. Curiosamente, el bacalao que representa la cultura portuguesa no es originario de sus aguas. Los exploradores portugueses encontraron bacalao en Terranova en el siglo XV y empezaron a pescarlo y curarlo para sus viajes de vuelta. Esta práctica, conocida como Faina Maior, implicó a numerosos barcos y carabelas de Aveiro en la década de 1570. El bacalao se secaba y se comercializaba en diversos lugares. Aunque la pesca del bacalao continúa en Portugal, se ha producido un importante declive debido a diversas limitaciones.



Navio Santo André (Foto 1: UNAVE by Sandra Fuentes, CC BY-SA 4.0)



Portugal: Ovos Moles

Patrimonio

Portugal es famoso por sus dulces conventuales, entre los que destacan los Ovos Moles. Los Ovos Moles nacieron en el siglo XVI en el Convento de Jesús de Aveiro. Las monjas, buscando un uso para las yemas de huevo mientras utilizaban las claras para las tareas domésticas, añadieron azúcar para crear este delicioso dulce. Tras el cierre del convento en el siglo XIX, la receta fue conservada por la última criada de las monjas. Los Ovos Moles tienen tradicionalmente forma de pez, concha o caracola, reflejo de la tradición pesquera de Aveiro y de su proximidad al mar, y suelen presentarse en pequeños barriles pintados a mano.



Ovos moles— Aveiro (Foto 2: Helena Soares. UNAVE)

Portugal: Universidad de Aveiro



Historia

La Universidad de Aveiro (UA) es "una visita obligada" para todos los que visitan la ciudad de Aveiro. Está clasificada en los rankings internacionales como una de las mejores universidades jóvenes del mundo.

Integra los campus de Santiago y Crasto en Aveiro, las escuelas de Águeda (Escola Superior de Tecnologia e Gestão) y Oliveira de Azeméis (Escola Superior de Design, Management e Tecnologias de Produção), formando el trío de ciudades de la UA. El campus de Santiago es el mayor de todos y se conoce como "una ciudad dentro de la ciudad", con una panoplia de infraestructuras para el estudio, la investigación y el ocio.



Print screen – Google Earth



Patrimonio

El Art Nouveau fue un estilo artístico que prevaleció en Europa y Estados Unidos entre 1890 y 1910, que hacía hincapié en las líneas sinuosas y orgánicas y pretendía liberarse de las influencias históricas. Se manifestó en diversas formas artísticas, como la arquitectura, el diseño de interiores y la joyería, entre otras. Influenciado por artistas como Beardsley y Gauguin, presentaba diseños asimétricos y naturalistas. En Aveiro, Portugal, los elementos Art Nouveau se integraron en los edificios de la ciudad a principios del siglo XX, mezclando elementos tradicionales portugueses con decoraciones inspiradas en el Art Nouveau. En la zona del Rossio de Aveiro se pueden encontrar ejemplos notables, con hierro forjado, piedra labrada, ventanas de arco y detalles intrincados, y el patrimonio Art Nouveau de la ciudad se puede explorar en el Museo Art Nouveau y en la Laguna de Aveiro.



Art Nouveau-Aveiro (Foto 4: UNAVE by Helena Soares, CC BY-SA 4.0)





Patrimonio

Aveiro tiene una fuerte tradición en la industria cerámica portuguesa, con sus calles adornadas por numerosos paneles de azulejos en los edificios. Aunque ya existían hornos de cerámica en Aveiro desde el siglo XVIII, fue a finales del XIX y principios del XX cuando surgieron fábricas dedicadas a la fabricación de azulejos. Una de ellas, la Fábrica dos Santos Mártires (hoy Aleluia Cerâmicas), es famosa por sus característicos azulejos azul oscuro. La estación de tren de Aveiro es un excelente ejemplo de esta transformación de la fabricación de azulejos en arte, con 28 paneles de azulejos azul cobalto y amarillo de la Fábrica Fonte Nova. Estos paneles representan temas regionales, mostrando la vida, la historia, los monumentos y los paisajes de Aveiro.



Azulejos da Estação de Comboio de Aveiro
(Foto 5 UNAVE by Helena Soares, CC BY-SA 4.0)





Patrimonio

La sal de Aveiro, en su día una industria crucial, está hoy prácticamente extinguida, pero sigue siendo un símbolo emblemático de la ciudad. Sus características únicas se atribuyen a los métodos artesanales de producción y a la influencia del entorno que la rodea. La sal de Aveiro se extrae manualmente del océano Atlántico mediante un proceso natural de precipitación de agua. Sin embargo, problemas como el estancamiento de las aguas del estuario provocaron un declive de la producción de sal. Hoy en día, sólo quedan unas pocas salinas activas. A pesar de ello, nuevas empresas de turismo, ocio, salud y gastronomía han revitalizado Aveiro en los últimos años.

Ecomuseu da Marinha da Troncalhada –Aveiro (Fotos 6 e 7:
UNAVE by Helena Soares, CC BY-SA 4.0)





Patrimonio

La salicornia, o "espárrago de mar", es una planta frondosa que se encuentra en ambientes ricos en sal. Tiene tallos suculentos con un sabor naturalmente salado debido a su absorción de sal. La salicornia ofrece beneficios para la salud, como antioxidantes y propiedades diuréticas, con menor contenido en sodio que la sal tradicional. Se utiliza en la cocina gourmet para condimentar pescados, mariscos y otros productos, y puede consumirse fresca, seca o en polvo. Se considera un ingrediente de lujo y puede ayudar a combatir la hipertensión y los problemas cardiovasculares.



Salicornia europaea (Foto 8: Marco Schmidt, <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/2.5/>)



Portugal: Sao Gonçálinho

Património

São Gonçálinho es un santo muy querido en Aveiro (Portugal), conocido por su humor y su capacidad curativa. La celebración anual, en enero, consiste en lanzar "cavacas", pasteles duros hechos de clara de huevo, harina y azúcar glas, desde una capilla del siglo XVI dedicada al santo. La gente utiliza paraguas, redes o herramientas para atrapar las "cavacas" que caen. Se dice que esta tradición se originó durante un brote de peste, lo que permitió a los ricos proporcionar comida a los pobres sin arriesgarse a contagiarse lanzándola desde lo alto de la capilla. Cuando suena la campana de la capilla, alguien cumple su promesa y lanza las "cavacas", atrayendo a multitudes que piden deseos o compiten por ellos.



Capela de São Gonçálinho –Aveiro (Foto 9: UNAVE by Helena Soares, CC BY-SA 4.0)



Guardachuva com Cavacas –Aveiro (Foto 10: UNAVE by Helena Soares, CC BY-SA 4.0)



España

Socio del proyecto: DomSpain

Temas:

- Paella;
- Picasso;
- San Jorge;
- Sagrada Familia;
- Rosconde Reyes
- Carnaval





Historia

Los orígenes de la paella: hace 200 años en Valencia. La gente era pobre. Había mucho arroz y verduras, así que crearon la paella. Los ingredientes eran arroz, cebolla, ajo, pimiento, pollo, caracoles y conejos.

Tipos de paella

- Paella vegetariana;
- Paella de arroz negro;
- Paella de marisco;
- Paella mixta;
- Paella de conejo;
- Paella de bogavante;
- Tu paella.





Cómo preparar una paella

1. Calentar el aceite,
2. Añadir el pollo y el conejo y saltear,
3. Añadir las verduras: tomate rallado, pimiento y ajo,
4. Añadir el agua y el azafrán,
5. Poner romero, esperar unos minutos y retirarlo,
6. Añadir el arroz
7. Cocer más o menos 17 minutos,
8. Dejar reposar con papel de periódico





Historia

Pablo Picasso empezó a pintar a los 13 años. Sus obras más famosas son "Guernica" y "Las señoritas de Avignon". Trabajó con el divisionismo y el expresionismo. Las etapas artísticas por las que pasó son: divisionismo, expresionismo, surrealismo, cubismo (etapa principal).



Interpretación del Guernica:

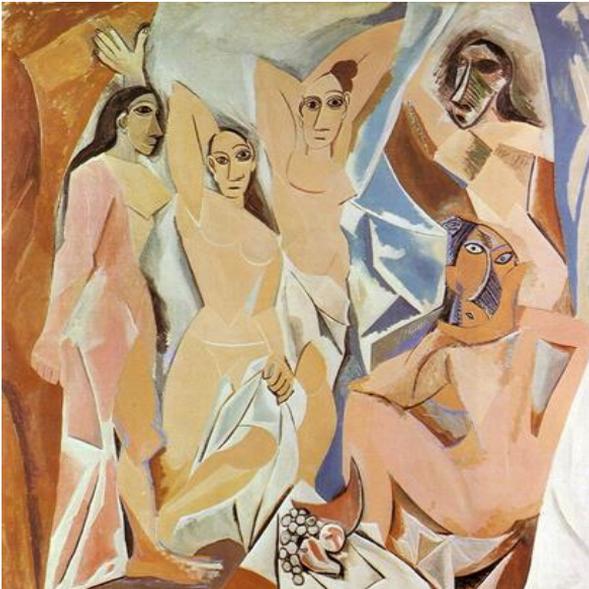
- La paloma es un símbolo universal de paz;
- La gente está muy asustada;
- El caballo representa a los inocentes de la guerra;
- El toro significa la guerra brutal sufrida por el pueblo en la guerra civil española.





Interpretación de "Las señoritas de Avignon"

- Es el ejemplo más famoso de pintura cubista;
- La pintura es de 1907;
- Picasso tardó nueve meses en terminarlo;
- Representa a cinco mujeres desnudas en la calle Avignon de Barcelona;
- Picasso utilizó colores suaves, por ejemplo, parduscos, azulados;
- Con esta pintura comenzó el movimiento del cubismo.





How we imagine Sant George from the legend (group 1):

He is tall, strong and has blue eyes.

He has a short curly blond hair and a beard.

He has only one earring.

He wears boots, a long white dress, and a red clock.

He wears a helmet and armor.

Saint George has a shield, spear and leather gloves.

He rides a white horse.

How we imagine Sant George from the legend (group 2):

He is tall, strong and has blue eyes.

He has a short curly blond hair and a beard.

He has only one earring.

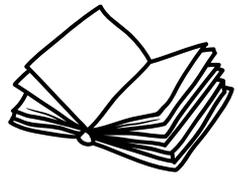
He wears boots, a long white dress, and a red clock.

He wears a helmet and armor.

Saint George has a shield, spear and leather gloves.

He rides a white horse.





Final alternativo de la historia (grupo 1):

El dragón se come a la princesa. Jorge llora porque se queda sin su amor. Jorge abre al dragón su espada.

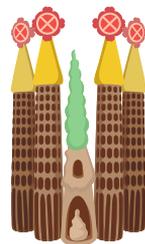
La princesa sale del cuerpo del dragón y de su sangre aparece una rosa. Es una historia romántica y el resto es historia.

Final alternativo de la historia (grupo 2):

El caballo de San Jorge se cae y se rompe una pierna entonces la princesa coge la lanza y se la clava en el pecho al dragón. Y la sangre del dragón cae sobre el vestido de la princesa.

La princesa rescata a San Jorge y lo lleva al hospital.





España: Sagrada Familia

Nuestra fachada favorita de la Sagrada Familia es la que representa el nacimiento. Cada año visitan la Sagrada Familia unos 3 millones de personas. Los arquitectos siguen los planos de Gaudí. Todas las personas que visitan la Sagrada Familia, pueden ver muchas figuras relacionadas con la vida de Jesús, por ejemplo, la Sagrada Familia, la Crucifixión, los Apóstoles.





Ingredientes de el Roscón de Reyes:

- Sal,
- Harina,
- Huevos,
- Leche,
- Mantequilla,
- Azúcar,
- Cáscara de naranja,



- Cáscara de limón,
- Canela en polvo,
- Fruta confitada,
- Esencia de vainilla,
- Almendras,
- Ron,
- Azahar,
- Figurita,
- Grano,
- Yema fresca.



Cómo cocinarlo

- Tamizar la harina y la sal y hacer un hueco en el centro. Disuelva la levadura en agua templada y viértala en el centro. Tápelolo y déjelo reposar durante 15 minutos.
- Añadir la corteza de naranja, el brandy, los huevos y un chorrito de agua.
- Batir la mantequilla y el azúcar hasta que quede ligera y esponjosa. Amasar la mezcla de mantequilla con la masa y dejar subir hasta que doble su tamaño, unas 1-2 horas.



Spain: Roscón de Reyes



- Aplastar la masa y amasarla durante un par de minutos. Extender la masa hasta formar un rectángulo grande y enrollar desde uno de los lados largos para crear un tronco alargado y darle forma de rosquilla.
- Apretar bien la costura. Cubrir con papel film y dejar que el roscón suba hasta que casi duplique su tamaño, aproximadamente 1 hora. Batir una clara de huevo y pincelar el roscón con ella.
- Decorar el pan con frutas confitadas y cáscaras al gusto, empujándolas suavemente en la masa para que no se caigan mientras se hornea.



- Hornear el roscón a 180°C (350°F) hasta que el pan esté dorado, unos 30 minutos.
- Dejar enfriar el roscón sobre una rejilla completamente antes de servirlo, luego cortar en rebanadas y servir.



España: Carnaval



En Reus hay muchos desfiles de carrozas. Cada desfile tiene trajes diferentes. La máscara es muy importante en el Carnaval de Venecia. Las plumas son típicas del Carnaval de Brasil. El desfile de Sitges es bonito y variado. El Carnaval de Tarragona tiene concurso y el de Reus no. Cada carroza de Carnaval tiene su propio baile y una elaborada coreografía. El Carnaval suele ser en febrero o marzo. La gente en Carnaval se divierte, bebe, come comida sabrosa y se disfraza. Los grupos de baile se llaman Comparsa. El Carnaval marca el comienzo de la Cuaresma.



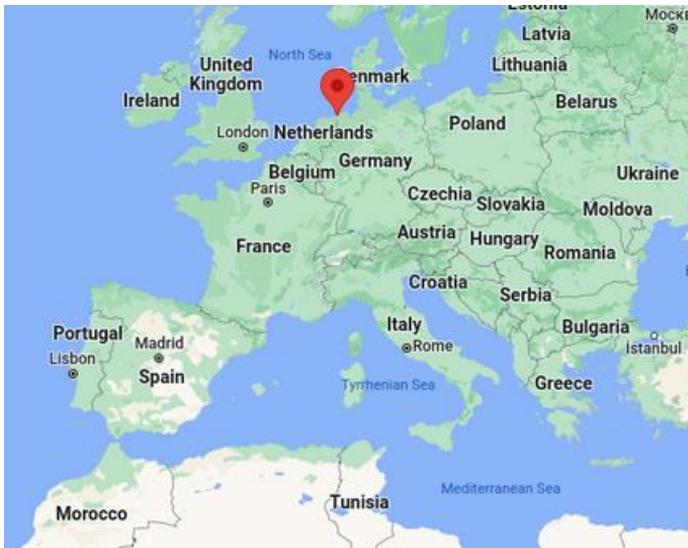
Alemania

Socio del proyecto: KVHS Norden

Ciudad: Norden

Temas:

- Norden (Ciudad);
- Norddeich, el puerto del Mar del Norte;
- Patrimonio Mundial del Mar de Wadden;
- Animales del Mar de Wadden;
- Plantas del Mar de Wadden



Alemania: Europa, Alemania y la Baja Sajonia



Bild 1: TUBS, CC BY-SA 3.0, <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0> via Wikimedia Commons, https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Europe_administrative_divisions_-_de_-_colored.svg



Bild 2: Mapcanyon, via [Pixabay](https://pixabay.com/)

<https://pixabay.com/de/illustrations/deutschland-karte-bundesl%C3%A4nder-1423360/>



Alemania: Baja Sajonia

La Baja Sajonia tiene una frontera natural al norte en el Mar del Norte y el curso bajo y medio del río Elba. Al sureste, la frontera estatal discurre por el Harz. El noreste y el oeste del Estado federado, que constituyen aproximadamente las tres cuartas partes de su superficie, pertenecen a la Llanura del Norte de Alemania, mientras que el sur se encuentra en las Colinas de Baja Sajonia, que incluyen las tierras altas del Weser, las tierras altas del Leine, el Estado federado de Schaumburg, el Estado federado de Brunswick, Untereichsfeld, Elm y Lappwald. En el noreste de Baja Sajonia se encuentra el Brezal de Luneburgo. Al oeste se encuentran el condado de Bentheim, el land de Osnabrück, Emsland, el land de Oldenburgo, Ammerland, Oldenburgo Münsterland y, en la costa, Frisia Oriental. La montaña más alta de Baja Sajonia es el Wurmberg (971 metros), en el Harz. El punto más bajo del estado, a unos 2,5 metros por debajo del nivel del mar, es una depresión cerca de Freepsum, en Frisia Oriental.



Bild 3: Lower Saxony: [Globe-trotter](#), [CC BY-SA 3.0](#), <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0>, via Wikimedia Commons via [Wikimedia](#), <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Lower-Saxony-map.svg>

Alemania: Frisia oriental

Frisia Oriental o Frisia Oriental (en alemán: Ostfriesland; en bajo frisio oriental: Oostfreesland) es una región histórica del noroeste de Baja Sajonia, Alemania. Administrativamente, Frisia Oriental está formada por los distritos de Aurich, Leer y Wittmund y la ciudad de Emden. Tiene una población aproximada de 469.000 habitantes y una superficie de 3.142 kilómetros cuadrados. Hay una cadena de islas frente a la costa, llamadas Islas Frisias Orientales (Ostfriesische Inseln). De oeste a este, estas islas son: Borkum, Juist, Norderney, Baltrum, Langeoog y Spiekeroog. Wangeoog, al este, pertenece a Frisia.



Bild 4: Onno, CC BY-SA 3.0 <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0>, via Wikimedia Commons via [Wikimedia Commons](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ost-Friesland.svg), <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ost-Friesland.svg>



Alemania: Frisia Oriental

La bandera de Frisia Oriental



Bild 5: Stefan Schroeder, Public domain, via Wikimedia Commons.
https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ostfriesland_Flagge_mit_Wappen.0.2.svg

Frisia Oriental desempeñó un papel importante en el periodo de la Reforma. En 1654, los condes de Frisia Oriental, con sede en Aurich, fueron elevados al rango de príncipes. Sin embargo, su poder siguió siendo limitado debido a una serie de factores. Externamente, Frisia Oriental se convirtió en un satélite de los Países Bajos. Ciudades importantes como Emden fueron administradas autónomamente por sus ciudadanos. Un Parlamento frisio, el Ostfreesk Landschaft, era una asamblea de diferentes grupos sociales de Frisia Oriental, que protegía celosamente los derechos y libertades tradicionales de los frisonos frente al Príncipe. La independencia de Frisia Oriental terminó en 1744, cuando la región pasó a manos de Prusia tras la muerte sin descendencia del último príncipe de Cirksena. No hubo resistencia a esta toma, ya que se había acordado por contrato de antemano. Prusia respetó la autonomía tradicional de los frisonos.



Alemania: Upstalsboom

Durante el periodo de libertad frisona, en los siglos XIII y XIV, el Upstalsboom era el lugar de reunión de los delegados de las comunidades estatales frisias. Regularan la convivencia dentro de las comunidades regionales y representaban políticamente a la federación ante el mundo exterior. Una pirámide de piedra conmemora estas reuniones desde 1833. El significado del nombre es incierto. Las interpretaciones posteriores partían de la segunda parte de la palabra "boom", es decir, árbol. Sin embargo, no tiene por qué ser necesariamente una planta. En este contexto, es más probable que Boom signifique un árbol transformado, es decir, un árbol fronterizo, una barrera o un poste que puede haberse situado en la colina para atar al ganado. La palabra "Upstall" es de origen flamenco-brabanzón y se traduce como terreno cercado que la comunidad del pueblo utilizaba como zona común de pastoreo, como Allmende.



Bild 6: Mare Frisicum: Onno Gabriel (own work: based on several sources and historic maps), [CC BY 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by/3.0), <https://creativecommons.org/licenses/by/3.0>, via [Wikimedia Commons](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ostfriesland_um_1300.png); https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ostfriesland_um_1300.png



Bild 7: Uptalsboom: [Matthias Süßen \(matthias-suessen.de\)](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0), [license CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0), <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0>, via [Wikimedia Commons](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ostfriesland_msu-0550.jpg); https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ostfriesland_msu-0550.jpg



Alemania: Distrito de Aurich

El distrito está situado en la parte más occidental de Frisia Oriental (Ostfriesland). Al oeste se encuentra la desembocadura del río Ems y la península de Krummhörn que sobresale en el estuario. Con una población de aproximadamente 190 000 habitantes (a 31 de diciembre de 2016), es el mayor distrito de Frisia Oriental. El distrito incluye las tres islas pobladas de Juist, Norderney y Baltrum, que pertenecen a las Islas Frisias Orientales. La pequeña isla de Memmert, al sur de Juist, es una reserva natural que alberga aves poco comunes. Parte del distrito pertenece al Parque Nacional del Mar de Wadden de Baja Sajonia.



Bild 8: [Lage_Orte_Kreis_Aurich_Niedersachsen](https://wiki.genealogy.net/Datei:Lage_Orte_Kreis_Aurich_Niedersachsen.png#filelink), K.-P. Wessels, [Lizenz: Public Domain](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Lage_Orte_Kreis_Aurich_Niedersachsen.png#filelink), via Wikipedia, https://wiki.genealogy.net/Datei:Lage_Orte_Kreis_Aurich_Niedersachsen.png#filelink



Alemania: La ciudad de Norden

Norden (bajo sajón de Frisia Oriental: Nörden) es una ciudad del distrito de Aurich, en Baja Sajonia, Alemania. Está situada a orillas del Mar del Norte, en Frisia Oriental.

Iglesia de Ludgeri



Bild 9: Image: [Matthias Süßen \(matthias-suessen.de\)](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ludgerkirche_Norden_(Ostfriesland)-2019-msu-wlm-0317.jpg), Licence: [license CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) , https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0 , via [Wikimedia Commons](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ludgerkirche_Norden_(Ostfriesland)-2019-msu-wlm-0317.jpg): [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ludgerkirche_Norden_\(Ostfriesland\)-2019-msu-wlm-0317.jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ludgerkirche_Norden_(Ostfriesland)-2019-msu-wlm-0317.jpg)

Molino Westgaster



Bild 11: WHVer, Uwe Karwath, Wilhelmshaven, [CC BY 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/), https://creativecommons.org/licenses/by/3.0 via [Wikimedia Commons](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:2009_07_Norden_Westgaster_Muehle.JPG), https://commons.wikimedia.org/wiki/File:2009_07_Norden_Westgaster_Muehle.JPG

Tres hermanas



Bild 10: Jochen Teufel, [CC BY-SA 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/), https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0 via [Wikimedia Commons](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Drei_Schwestern_Norden_(2007).jpg), [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Drei_Schwestern_Norden_\(2007\).jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Drei_Schwestern_Norden_(2007).jpg)

Alemania: Norddeich, el puerto del Mar del Norte



Bild 12: Elvaube This file was uploaded with Commonist, [CC BY-SA 3.0 DE](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/de/deed.en),
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/de/deed.en>,
via Wikimedia Commons, https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Frisia_VI_2.jpg

El puerto de transbordadores a las islas de Norderney y Juist. Puede llevar su coche a Norderney, pero no a Juist. Los vehículos de motor están prohibidos en Juist. El transporte en Juist se realiza con coches de caballos.



Patrimonio Mundial Mar de Wadden



Mar de Wadden

El Mar de Wadden se extiende desde Den Helder, en el noroeste de los Países Bajos, pasando por los grandes estuarios fluviales de Alemania hasta su límite septentrional en Skallingen (Dinamarca), a lo largo de un litoral de unos 500 km y una superficie total de unos 10.000 km².

En los Países Bajos, limita con el IJsselmeer por el Afsluitdijk.

Históricamente, las regiones costeras sufrieron a menudo grandes inundaciones que causaron miles de muertos, como las inundaciones de San Marcelo de 1219 y 1362, la inundación de Burchardi de 1634 y la inundación de Navidad de 1717.

Algunas de ellas también modificaron significativamente el litoral.

Se han construido numerosos diques y varias calzadas, por lo que las inundaciones recientes han provocado pocas o ninguna víctima mortal (aunque algunos diques se han desbordado rara vez y localmente en la historia reciente). Esto la convierte en uno de los hábitats más alterados por el hombre del planeta.

El término Mar de Wadden no está claramente definido. Debido a la zona designada por el Parque Nacional del Mar de Wadden de Baja Sajonia, se incluyen las siguientes zonas: las marismas con el sistema de cunetas Priele, Baljen, Seegats, las marismas las islas con las dunas, la playa y la orilla hasta 10 m de profundidad.



Animales del Mar de Wadden



Bild: [Eurasian Oystercatcher](#):

Photo by Phil Mitchell from Pexels:
<https://www.pexels.com/photo/an-oystercatcher-near-a-body-of-water-10846363/>



Bild: European Plaice

Common Shelduck: Photo by Odd Falch from Pexels:
<https://www.pexels.com/photo/a-white-and-brown-duck-flying-11725394/>



Bild: Georges Jansoone (JoJan)

, [CC BY 3.0](#),
<https://creativecommons.org/licenses/by/3.0>, via
[Wikimedia Commons](#),
https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pleuronectes_platessa_001.JPGG



Bild: Harbor (common) seal

[Pixabay](#): Cairomoon; [Inhaltslizenz](#):
<https://pixabay.com/de/photos/seehund-seerobbenjunges-nordsee-1560237/>



Bild : Common sole

Appaloosa, [CC BY-SA 3.0](#),
<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>, via [Wikimedia Commons](#),
<https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Seezunge2007.jpg>



Bild: Grey Seal

[Pixabay](#): A_diffrent_perspective; [Inhaltslizenz](#):
<https://pixabay.com/de/photos/kegelrobbe-robbe-halichoerus-grypus-1969508/>



Bild: Turbot

Dan Kollmann, [CC BY-SA 4.0](#), <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>, via
[Wikimedia Commons](#), <https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Scophthalmus.jpg>,



Plantas del Mar de Wadden y de las marismas saladas



Plantas en la playa



Bild 22: Magnus Manske, [CC BY 1.0](https://creativecommons.org/licenses/by/1.0), <https://creativecommons.org/licenses/by/1.0>, via Wikimedia Commons [via Wikimedia Commons](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:2003-05_Sylt_-_Strandgras_(1).jpg), [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:2003-05_Sylt_-_Strandgras_\(1\).jpg](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:2003-05_Sylt_-_Strandgras_(1).jpg)





Historia

Meyer-Werft se fundó en 1795. En esa época se construían veleros de madera. El fundador del astillero se llamaba Willm Rolf Meyer. Cuando su hijo se hizo cargo, muchas empresas de construcción naval de Papenburg abandonaron. Esas empresas se perdieron la transición de la madera al metal. En esa época se construían barcos capaces de pasar por canales estrechos. En 1922 se botó el primer carguero. Este buque tenía una eslora superior a 70 m. El primer gasero se construyó en 1960 y un buque con una eslora superior a 100 metros salió del astillero en 1963. Más tarde se construyeron transbordadores de carga rodada. En 1986 se construyó el primer crucero. Esto convirtió finalmente al astillero en un especialista en la construcción de transatlánticos de lujo.

Hoy en día construyen alrededor de 50 cruceros de lujo.

Traslado

La transferencia se realiza con dos remolcadores, uno delante y otro detrás. La tripulación de transferencia recibe formación por ordenador. Para que la transferencia se realice correctamente, los cruceros deben ser dirigidos hacia atrás por los remolcadores. Normalmente, una transferencia de este tipo dura aproximadamente un día. El trasbordo es todo un acontecimiento en la zona y no sólo lo ven los lugareños, sino también los turistas.





La distancia entre Papenburg y esta parte del Mar del Norte que se llama Dollart es de unos 25 Km, hasta Emden son unos 30 Km. El río Ems es muy pequeño y para el trasbordo de barcos es necesario pasar también algunos puentes. Estos puentes son puentes levadizos. Para tener suficiente profundidad en el río es necesario hacer una presa. La presa se encuentra en Gandersum. Se necesita una planificación precisa para represar el río, ya que la represa solo podría abrirse cuando la marea este al máximo.

Uno de los obstáculos para el paso es el Jann-Berghaus-Brücke de Leer. En 2008 se reconstruyó para convertirlo en un puente levadizo doble con un paso para barcos de unos 56 m.



Astillero: Meyer-Werft



El World Dream frente al Jann-Berghaus-Brücke de Leer. El World Dream tiene una eslora de 335,35 m y una manga de 39,70 m. En total, este crucero tiene 20 niveles y capacidad para 3.376 pasajeros. La tripulación es de 2016 personas. Como se mencionó anteriormente, es una navegación precisa para conseguir un crucero de 39,70 m a través de la apertura del puente de sólo 56 m.

El sueño del mundo se construyó para una empresa turística china, lo que finalmente dio lugar a la maravillosa pintura de la fachada.

En los años 2021 y 2022 el Meyer-Werft entro en crisis ya que las compañías navieras cancelaron sus pedidos en el astillero debido a la epidemia de covid 19. Como la epidemia se está controlando, Meyer-Werft transferirá dos cruceros en 2023. La situación actual es que esos cruceros funcionan con gas natural licuado (GNL) en lugar de petróleo pesado.



Café en el Oeste de Frisia Oriental



La historia del café en el Oeste de Frisia Oriental es fascinante y diversa. Desde sus inicios con los marineros hasta hoy, hay muchos desarrollos interesantes. La cultura del té está documentada y ampliamente investigada desde el siglo XV. En contraste, el café era inicialmente un artículo de lujo. La fundación de la primera casa de café en Bremen en 1673 marcó un hito para el norte de Alemania.

El té y el café llegaron a la costa de Frisia Oriental a través de marineros, especialmente aquellos que se enrolaban en barcos holandeses. A pesar de la popularidad del café entre los marineros, el té seguía siendo la bebida preferida en Frisia Oriental. Fue solo alrededor de 1820 que el café encontró su camino en la dieta del personal doméstico.

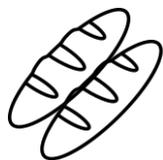
Con la industrialización en el siglo XIX, el café se convirtió en una bebida popular, pero no logró desbancar al té. Mientras el café ganaba popularidad entre los trabajadores, el té seguía siendo la bebida dominante. El Bloqueo Continental Napoleónico llevó al contrabando de café.

La conexión entre la adoración y las actividades sociales se cultivó a través del "café de la iglesia", consumido después del servicio dominical. En tiempos de guerra, existían sustitutos del café como el "Muckefuck". Después de la guerra, el café pudo estar disponible nuevamente a través del método de producción de café de Bünthing.

Hoy en día, el café está firmemente arraigado en la cultura de Frisia Oriental, y las tostaderías privadas enriquecen el panorama del café. En 2002, Bünthing cesó el comercio con su propia marca de café y se centró en el comercio de té y alimentos.



Marisma Frisona Oriental, Geest, Turbera y sus Panes Típicos



La diversidad de la Frisia Oriental se refleja en sus variaciones de pan. La historia de colonización indica que la Geest fue colonizada antes que la marisma para evitar inundaciones. Los suelos de marisma son fértiles pero requieren diques. La Geest es arenosa y pobre en nutrientes, mientras que las turberas son menos productivas.

La agricultura se beneficia de los fértiles suelos de marisma, mientras que la Geest es menos productiva. Las turberas eran difíciles de cultivar. Diferentes indicadores de rendimiento reflejan la fertilidad, con el cultivo de cereales, especialmente trigo, dominando en la marisma.

Las tradiciones de horneado de pan varían según la región. El Schwarzbrot, un pan popular de la Frisia Oriental, varía en color e ingredientes. Sal, hierbas y miel sazonaban el pan. Los restos de pan se usaban para hacer sopa de pan.



La ceremonia tradicional del té frisón oriental



La ceremonia del té frisón oriental tiene una larga tradición. En el siglo XVII, llegaron las primeras hojas de té a Frisia Oriental, y en el siglo XIX surgieron las primeras casas comerciales de té. Hoy en día, existen fábricas de té como Onno Behrends Tee en Norden, Thiele Tee en Emden y Bünthing Tee en Leer.

Con un consumo de té de 300 litros al día, Frisia Oriental incluso supera a los británicos, que solo beben 170 litros al año.



La ceremonia tradicional del té frisón oriental



La ceremonia del té consiste en 5 pasos:

Infusión: Las hojas de té se vierten en una tetera con agua caliente.

Azúcar mascabado: Un trozo de Kluntje (azúcar mascabado) se coloca en la taza vacía.

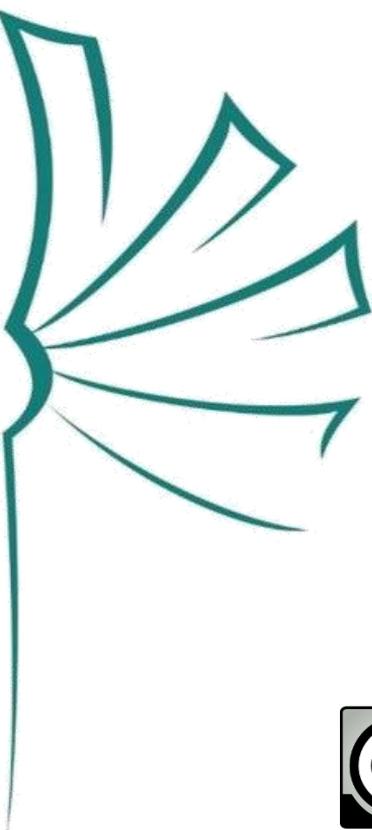
Vertido del té: El té fluye sobre el azúcar mascabado hasta que aparece una esquina.

Crema: La crema se vierte en el sentido de las agujas del reloj, simbolizando el tiempo detenido.

Nube ("Wulkje"): La crema forma un patrón similar a una nube.

El té frisón típico es una mezcla fuerte, principalmente de Assam. Hay cuatro momentos para tomar el té: en el desayuno, alrededor de las 11 de la mañana, alrededor de las 3 de la tarde y alrededor de las 8 de la noche. En las invitaciones, la taza de té se vuelve a llenar al menos tres veces sin que se lo pidan, y para señalar que ya ha bebido lo suficiente, se coloca la cuchara de té en la taza vacía. Se sirven galletas o pan de pasas con el té.





This work is licensed under Attribution-ShareAlike 4.0 International.
To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



El apoyo de la Comisión Europea a la producción de esta publicación no constituye una aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores. La Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en ella.