

ALEGRÍA MENSUAL

Albertia Moratalaz

Bienvenidos
a Vuestro
Hogar

AGOSTO 2013

IV CONCURSO DE DIBUJO

Albertia MORATALAZ
Servicios Sociosanitarios

tema: EL VERANO

**El próximo VIERNES 30 a las 17'30 h
sabremos los ganadores**

¡¡ SUERTE a TODOS!!

- INDICE -

GANADORES CONCURSO DE DIBUJO - Página 2

CON LA ESCOBA - Página 4

CUMPLEAÑOS DE SEPTIEMBRE - Página 5

DESTINOS: ALMERÍA - Página 6

MUJERES: JUANA DE ARCO - Página 7

PEREJIL- Páginas 8 y 9

CUENTO DE LAS 3 INFANTAS (cont.)- Página 10

HISTORIA DE AMOR - Página 11

DOÑA CURRITA- Página 12

EL SUEÑO DE CARPANTA - Página 13

RINCÓN POÉTICO - Página 14

RINCON DEL DIBUJO: TRANSPORTES - Página 15

CONOCE A LOS REDACTORES III - Página 16

COCINA DE VERANO - Página 17

PASATIEMPOS - Páginas 18 y 19

PREMIOS NICO 2013 - Páginas 20 y 21

ZONA SIN NIÑOS - Página 22

ACTIVIDADES CULTURALES - Página 23

EL ARTE COMO TERAPIA - Página 24

Con la escoba

Por SOLEDAD BERMEJO

Estaban encendiéndose las luces de la calle cuando el aprendiz, con su escoba al hombro, salió por las calles del pueblo. Iba silbando y se dirigió hacia una lucecilla. Se abrió una ventana sobre su cabeza. Era la casa del señor José y un niño de cabello dorado preguntó:

-¿Quién eres tū?

-Soy el aprendiz del tendero Ezequiel. Dile a tu padre si quiere que barra su tienda por muy poca cosa a cambio.

-¿Qué cosa a cambio?

-Solamente un trocito de carne.

El niño entró y volvió a salir, muy alegre, pues aquel aprendiz silbaba una canción muy bonita y le gustaba escucharla.

-Pasa -dijo- mi padre está conforme. Dice que siente compasión al saber quién es tu amo.

El aprendiz entró en la tienda oscura y fría, y empezó a barrer. El hijo del señor José se sentó en los peldaños de la escalera a observarlo. Al rato, se dio cuenta de que lo que barría el aprendiz tenía un brillo extraño.

-Llama a tu padre y dile que he encontrado algo -dijo el aprendiz cuando formó un montoncito en el suelo.

-¿Qué diablos quieres? -gritó el señor José al entrar por la puerta.

- ¡Oh, señor, no se enfade conmigo! -dijo el aprendiz, haciéndole una reverencia-. Sólo quería avisarle de que he encontrado esto en su tienda.

El señor José se agachó a mirarlo, y empezó a dar gritos de alegría:

-¡Oro, oro! ¡Venid todos, que hemos encontrado oro!

Acudieron la mujer y los niños. A todos les corrían lágrimas por las mejillas.

-Toma tū la mitad. Por haberlo encontrado -dijo el señor José.

-No, -respondió el aprendiz- sólo quiero un trocito de carne.

ANA MARIA MATUTE - El aprendiz (adaptación)

Cumpleaños

Septiembre 2013

Pedro Serna cumple el 2 de Septiembre 87 años

María Silván cumple el 2 de Septiembre 93 años

Luisa Tarriño cumple el 3 de Septiembre 77 años

Rosario Dorado cumple el 4 de Septiembre 87 años

Augusto de Paz cumple el 6 de Septiembre 93 años

Esther Jiménez cumple el 7 de Septiembre 92 años

Ángela Gallego cumple el 11 de Septiembre 94 años

Pilar Sáinz-Pardo cumple el 16 de Septiembre 92 años

M^a Carmen Brihuega cumple el 19 de Septiembre 88 años

Rufino García cumple el 20 de Septiembre 92 años

M^a Teresa Uguet cumple el 21 de Septiembre 86 años

Concepción Bernat cumple el 27 de Septiembre 98 años

Pilar Pérez cumple el 27 de Septiembre 91 años

Consuelo Sanmiguel cumple el 28 de Septiembre 87 años

Rafael Trancho cumple el 28 de Septiembre 88 años

Pilar de Estéfani cumple el 30 de Septiembre 89 años

Destino: ALMERÍA

Por Félix Benavente

Como la comunidad autónoma de Andalucía es tan extensa, vamos a ver cada mes una de sus provincias. Este mes es el turno de Almería.

La **provincia de Almería** es una de las ocho provincias españolas que componen la comunidad autónoma de Andalucía. Está situada al sureste de la Península Ibérica. Limita con las provincias de Granada al oeste y Murcia al norte, así como con el Mar Mediterráneo al sur (parte conocida como mar de Alborán) y oeste. La capital de la provincia es la ciudad de Almería, situada al sur de la provincia y en el centro de la bahía homónima.



Abarca 8.774 km², con una población de 704.219 habitantes. Cuenta con una diócesis, 8 partidos judiciales y 102 municipios, entre los cuales figura Níjar, uno de los términos municipales más extensos de España con 601 km². El Real Decreto de 30 de Noviembre de 1833 creó la Provincia de Almería, que se formó agrupando localidades del Reino de Granada.

Almería es una de las provincias más montañosas de España. No en vano, el 46 % de las poblaciones están ubicadas en montañas, el 34 % en colinas y el 19 % en llanuras. Está atravesada de oeste a este por diversos macizos montañosos de origen alpino, integrados en la cordillera Penibética. Esta singular disposición orográfica es en gran parte responsable del histórico aislamiento tanto de la provincia en relación con el resto de España como de las distintas comarcas almerienses entre sí.

La provincia alcanza su máxima altura en el Chullo, de 2.609 m, que se enclava en la Sierra Nevada almeriense y vigila el Puerto de la Ragua, límite con la provincia de Granada. Otros picos de importancia son el Almirez (2.518 m), el Morrón de la Launilla (2.249 m), en la Sierra de Gádor, el Calar Alto (2.168 m), en la Sierra de los Filabres, la Tetica de Batares (2.080 m), en esta misma sierra y el Pico de María (2.045 m), en la sierra homónima, por lo tanto, Almería consta de cuatro sierras que superan los dos mil metros de cumbre.

Sus 219 kilómetros de costa incluyen diversos accidentes geográficos, siendo los más prominentes el Golfo de Almería, el cabo de Gata, Punta Entinas y Punta Sabinar. No se deben olvidar los islotes de Terreros y San Andrés y la isla de Alborán, importante enclave natural, pesquero y estratégico cuyo nombre se debe al pirata berberisco Al Borán, quien la utilizaba como base, y está incluida en el término municipal de Almería.

Asimismo, el Desierto de Tabernas es, técnicamente, el único desierto árido del continente europeo, lo que le confiere características naturales únicas que le valieron convertirse en escenario del rodaje de multitud de películas, especialmente Westerns durante los años 60 y 70. En la actualidad se siguen rodando algunas películas, así como spots televisivos y vídeos musicales. Muchas películas conocidas por el gran público se han filmado en otros parajes o municipios de Almería como por ejemplo en el Parque Natural Cabo de Gata - Níjar o en las calles de la capital. Éstas, concretamente, han servido para representar Messina en Patton, Alejandría en Cleopatra o Iskenderun para Indiana Jones y la Última Cruzada.

MUJERES: JUANA DE ARCO

Por Rosario Alcántara

(Domrémy, Francia, 1412 - Ruán, id., 1431) Santa y heroína francesa. Nacida en el seno de una familia campesina acomodada, la infancia de Juana de Arco transcurrió durante el sangriento conflicto enmarcado en la guerra de los Cien Años que enfrentó al delfín Carlos, primogénito de Carlos VI de Francia, con Enrique VI de Inglaterra por el trono francés, y que provocó la ocupación de buena parte del norte de Francia por las tropas inglesas y borgoñonas.

A los trece años, Juana de Arco confesó haber visto a san Miguel, a santa Catalina y a santa Margarita y declaró que sus voces la exhortaban a llevar una vida devota y piadosa. Unos años más tarde, se sintió llamada por Dios a una misión que no parecía al alcance de una campesina analfabeta: dirigir el ejército francés, coronar como rey al delfín en Reims y expulsar a los ingleses del país.

En 1428 viajó hasta Vaucouleurs con la intención de unirse a las tropas del príncipe Carlos, pero fue rechazada. A los pocos meses, el asedio de Orleans por los ingleses agravó la delicada situación francesa y obligó al delfín a refugiarse en Chinon, localidad a la que acudió Juana, con una escolta facilitada por Roberto de Baudricourt, para informar a Carlos acerca del carácter de su misión.

Éste, no sin haberla hecho examinar por varios teólogos, accedió al fin a confiarle el mando de un ejército de cinco mil hombres, con el que Juana de Arco consiguió derrotar a los ingleses y levantar el cerco de Orleans, el 8 de mayo de 1429. A continuación, realizó una serie de campañas victoriosas que franquearon al delfín el camino hacia Reims y permitieron su coronación como Carlos VII de Francia (17 de julio de 1429).

Acabado su cometido, Juana de Arco dejó de oír sus voces interiores y pidió permiso para volver a casa, pero ante la insistencia de quienes le pedían que se quedara, continuó combatiendo, primero en el infructuoso ataque contra París de septiembre de 1429, y luego en el asedio de Compiègne, donde fue capturada por los borgoñones el 24 de mayo de 1430.

Entregada a los ingleses, Juana de Arco fue trasladada a Ruán y juzgada por un tribunal eclesiástico acusada de brujería, con el argumento de que las voces que le hablaban procedían del diablo, con lo cual se pretendía presentar a Carlos VII como seguidor de una bruja para desprestigiarlo. Tras un proceso inquisitorial de tres meses, fue declarada culpable de herejía y hechicería; pese a que ella había defendido siempre su inocencia, acabó por retractarse de sus afirmaciones, y ello permitió conmutar la sentencia de muerte inicial por la de cadena perpetua.

Días más tarde, sin embargo, recusó la abjuración y reafirmó el origen divino de las voces que oía, por lo que, condenada a la hoguera, fue ejecutada el 30 de mayo de 1431 en la plaza del mercado viejo de Ruán. Durante unos años, corrió el rumor de que no había muerto quemada en la hoguera, ya que habría sido sustituida por otra muchacha, para casarse posteriormente con Roberto des Armoises. En 1456, Juana de Arco fue rehabilitada solemnemente por el papa Calixto III, a instancias de Carlos VII, quien promovió la revisión del proceso. Considerada una mártir y convertida en el símbolo de la unidad francesa, fue beatificada en 1909 y canonizada en 1920, año en que Francia la proclamó su patrona.

PEREJIL

Por ANTONIO LOZANO

Pedro Gil era gallego y aguador en Granada y para abreviar la gente le llamaba "Perejil". Este "Perejil" comenzó su negocio con un solo cántaro que llevaba a sus espaldas, luego prosperó y pudo comprar un borrico de orejas peludas y puntiagudas. Tenía una esposa que era todo menos una ayuda para él. En su juventud había sido la bella del lugar, la gustaba la juerga y el ganduleo, tenía tres hijos a los cuáles poco caso les hacía. No había en Granada aguador más trabajador que él. Por eso una noche ya en el último viaje que realizaba para coger agua de la fuente del Avellano, encontró sentado en el banco de piedra un extranjero, vestido con ropas de moros.

El moro le hizo señas para que se acercara y le dijo:

- ¡Estoy débil y enfermo, ayúdame a volver a Granada y te pagaré el doble de lo que puedas ganar con el agua!

- ¡Dios me libre, no aceptaría dinero por hacer una obra de caridad!

Así, ayudo al moro a montar en su borrico y se dirigieron a Granada. Al llegar a la ciudad le preguntó dónde le tenía que dejar:

- Ay amigo, no tengo casa ni posada, soy extranjero, permíteme que me quede en tu casa esta noche.

Así lo hizo Perejil, pero cuando llegó, la mujer que le estaba esperando, le recriminó:

- ¿Cómo traes a este infiel a casa a estas horas de la noche? ¿Quieres que caiga sobre nosotros la Santa Inquisición?

- ¡Tranquilízate mujer es un pobre que está enfermo, sin casa ni amigos! No podía dejarle morir en mitad de la calle.

La esposa hubiera seguido refunfuñando pero Perejil se mostró inflexible. Entre los dos bajaron al moro del burro y le acostaron en un catre.

- ¡Tengo el fin muy próximo, si muero te dejo esta caja en premio de tu caridad!

- ¡Dios hará que vivas muchos años!

Pero no fue así, a las dos horas el moro había muerto. La esposa de Perejil se puso como loca.

- ¡Esto nos pasa por tu bondad! ¿Qué va a ser de nosotros? ¡Nos meterán en la cárcel por asesinos y nos arruinarán!

- ¡Todavía no es de día, veré la forma de enterrarle junto al río, que la tierra es más blanda!

Según lo pensó así lo hizo, cargó al moro en el burro y se dirigió al río a enterrarle. Pero quiso la mala suerte que frente a la casa de Perejil vivía un barbero llamado Perrillo, que era el más chismoso, entrometido y curioso de todos los murmuradores de Granada. Este barbero, vio toda la maniobra del pobre Perejil, tomó nota de todo y al ser de día agarró la bacía bajo el brazo y se encaminó a casa de su mejor cliente: el alcalde.

Mientras afeitaba al alcalde le dijo al oído:

- ¡Cosas extrañas pasan por la noche, robo, asesinato, entierro!
- ¡Qué me dices, explícate ahora mismo!
- Pues que mi vecino Perejil ha metido un moro en su casa, le ha matado y luego le ha enterrado en el río.

- ¡Ahora mismo llamo al alguacil y le metemos en la cárcel!

Así lo hizo, llamó al alguacil y se encaminaron los tres a casa de Perejil.

- ¡Ahora mismo vas a confesar tu crimen!
- Yo no he hecho nada más que auxiliar a un pobre hombre que se encontraba muy enfermo y que murió en mi casa.

- Y los dineros que poseía, ¿dónde están?

- No tenía dinero, solamente me dejó esta caja de madera que tiene un pergamino escrito en árabe.

- Bueno, haremos justicia. Como la caja no vale nada, te confiscaremos el burro y da gracias a Dios y al alcalde que no vas a la cárcel, porque tienes muchos hijos - dijo el alguacil.

El pobre Perejil lloró mucho por la pérdida de su burro, porque ahora tendría que cargar con los cantaros. A los cuatro días se encontró con un amigo moro convertido al cristianismo y le contó su desgracia. Éste, que sabía de las escrituras árabes, descifró el pergamino.

- Este pergamino contiene una fórmula mágica para recuperar tesoros escondidos por los antepasados árabes.

- ¡Bah! ¿De qué me sirve a mí? No soy encantador ni sé nada de tesoros ocultos.

- Espera, esta escritura no vale, para que surta efecto tiene que leerse a media noche a la luz de una vela.

- La vela la tengo yo en casa, te la traeré en un momento.

Perejil fue a casa a por la vela y cuando volvió le dijo:

- Imagina que vamos juntos a la Torre de la Vela y probamos el efecto del conjuro, si falla no seremos más pobres de lo que somos, si es verdad repartimos las ganancias.

Se pusieron de acuerdo para ir aquella misma noche (cuando todos duermen menos los murciélagos y los búhos) a la Torre de la Vela. A la luz de un farol, llegaron a la bóveda de la torre y temblando de miedo bajaron unas escaleras a una cámara lóbrega humada y vacía. Desde allí escucharon las campanadas del reloj de la torre que anunciaba la media noche. Encendieron la vela, que esparció un olor a mirra e incienso. El moro comenzó a leer el conjuro. Acabado éste, se produjo un ruido subterráneo y el suelo, al abrirse, dejó al descubierto un tramo de escalera. Llenos de terror, descendieron con la luz del farol a una cámara donde había un arcón y varios jarrones grandes llenos de monedas de oro, plata, coronas y collares de perlas y brillantes. Metieron las manos en los jarrones y con los bolsillos y las manos llenas y con gran pavor subieron a escape las escaleras, apagaron la vela y el suelo se cerró con gran estruendo. Salieron de la torre y al fin vieron las estrellas del cielo, se sentaron en la hierba y repartieron el botín...

CONTINUARÁ...

CUENTO DE LAS 3 INFANTAS

Por Antonio Lozano

CONTINUACIÓN...

Pero la tragedia se cernía sobre ellos y una mañana los caballeros no fueron a trabajar al barranco. Kadiga se apresuró a salir en busca de una explicación.

- Hijas mías yo sabía que esto tenía que pasar, las familias de los cristianos han pagado el rescate y están en Granada, preparando el viaje para volver a su país.

- ¡Ay, pobres de nosotras que quedamos solas prisioneras en esta torre!

- No desmayéis queridas, que los caballeros han sobornado a Husein para que haga la vista gorda y puedan rescataros de vuestro cautiverio. Me han dado una escala para que bajéis durante la noche, ellos esperan abajo vuestra decisión.

- Y tú, Kadiga, ¿qué harás?

- Husein ha prometido cuidar de mí y huir con los cristianos, porque no quiere enfrentarse a la ira de vuestro padre.

Así concertado el rescate de las princesas, llegó la noche, soltaron la escala y la primera que bajó, fue Zaida, después Zoraida, pero a Zorahaida le entró el pánico de la incertidumbre y les gritó a sus hermanas:

- ¡Huid hermanas, yo me quedo aquí, que Alá os bendiga!

Las dos hermanas con Kadiga montaron a la grupa de los caballos de sus amantes y se dirigieron hacia el reino de Castilla donde contrajeron sendos matrimonios y vivieron muchos años felices.

La pobre Zorahaida quedó en la torre dónde entonaba bellas canciones con su laúd de plata, muy feliz por haber conocido el amor.

FIN

Historia de amor

Por RAFAEL CERRATO

Acababa de terminar la Guerra Civil Española. Los que teníamos catorce años cuando empezó, habíamos cumplido ya los diecisiete y estábamos como locos por que nos dejaran salir a disfrutar de nuestra juventud, reprimida durante tres largos años, en que las madres no nos dejaban salir a la Calle.

Así que, cuando terminó, salimos como locos a deleitarnos con nuestra independencia y además al término de la guerra se celebró la fiesta campera más importante del pueblo. En este día de fiesta, las chicas traían los aperitivos, cada Casa aportaba lo mejor de sus viandas, que las madres habían cocinado con ilusión.

En esta fiesta vi a una chica muy guapa, acompañada por un chico, que me percaté que no le hacía ni caso, así que me acerqué y espanté al moscardón. Ya no me separé de ella en todo el día. Y así empezó mi historia con la mujer de mi vida.



Doña Currita

Por ANTONIO LOZANO

El alcalde de un pueblo de La Mancha, de cuyo nombre sí me acuerdo, pero no lo digo para que no me confundan con un tal Cervantes, había dispuesto la instalación de un urinario en un callejón del centro de la urbe, pues las vecinas, y entre ellas Doña Currita, se quejaban de que los hombres hacían sus necesidades en cualquier esquina de las casas.

Hombres que habían meado de padres a hijos, donde les viniera la gana, de acuerdo con sus necesidades, con la generosidad que prodiga el vino de La Mancha y que aseguran ser saludable para el riñón, no se mostraban dispuestos a expansionarse en un lugar como es un urinario o minglatorio, desprovisto de las fantasías que tenemos los hombres, como escribir el nombre en un muro pintado con cal, ir a la caza de un pulgón bombeando la hierba, ahogar hormigas, acorralar una araña en la tela que tejó, sacar grillos de su grillera, etcétera. En el campo, donde las distracciones escasean, hay que tener en cuenta estos pequeños placeres, y sobre todo, el viril privilegio de mear de pie, de una manera ostensible y desenvuelta, lo que contribuye al prestigio del hombre cerca de las mujeres y darles a entender que deben refrenar su lengua y moderar su tono de voz.

Los hombres accedieron a la propuesta de su alcalde y comprobaron que en el urinario también podían hacer lo mismo que en las paredes y además como tenía agua corriente, llevarse las manos.

Frente al urinario, vivía en una casa de dos pisos con terraza, Doña Francisca, Currita, que cuando nació, la comadrona le dijo a su padre: ¡Ha tenido usted una hija soltera! Así sería de fea... Currita a los diez y ocho años, tuvo ocasión de curarse de esa grave enfermedad que padecen las jóvenes, que es la virginidad, pues con una sola vacuna que le ofreció el Daniel se hubiera curado, pero no quiso, y así continuo hasta la edad de cincuenta años. Larguísima enfermedad, que si no se ataja a tiempo puede durar toda la vida. Las jovencitas vacunadas, ya están dispuestas a vacunarse tantas veces como sea preciso.

Currita era muy curiosa y todo el día se pasaba asomada a la terraza observando y criticando el ir y venir de los vecinos del pueblo. Delgada, ó más bien sin carne, hombros estrechos, pechos pequeños y escurridos, sin barriga ni culo, patizamba, cara cetrina, ojos bolos, nariz aguileña, barbilla hundida, en fin una calamidad. Currita cuando vio el urinario frente a su casa no le gustó nada, le dijo al alcalde que era una vergüenza, que los muchachos continuaban con sus juegos.

- ¿Cómo sabe usted lo que hacen los muchachos?
- ¡Porque los veo desde mi terraza!
- ¡Pues vamos a verlo!

El alcalde, subió a la terraza de Currita a comprobar la denuncia.

- Desde aquí no se ve nada...
- ¡Pero señor alcalde, súbase en este taburete y vera las indecencias que yo le digo!

El sueño de Carpanta

Por ANTONIO LOZANO

En una olla podrida, se cuece con agua, sal, laurel, cebolla, etcétera...lo más elemental y sabroso, que al hombre le brindan los dos reinos vivos de la naturaleza: “el vegetal” y “el animal”.

En esta olla se introducen la judía pedorra, el descarado repollo, el peleón garbanzo, el arroz obediente, la artesana patata y, a parte, las costillas en adobo, el hueso de jamón, el tocino del benéfico cerdo (con perdón), los menudillos del pollo presumido, la pechuga de gallina y la falda del manso buey.

Todo esto junto y en cantidad hacen un buen plato eclesiástico, “Bendito sea San Cristobalón”. En un puchero de barro, se encuentran escondidos y náufragos en aceite de oliva, el lomo de cerdo, las costillas adobadas, las salchichas, el chorizo, la morcilla de cebolla, y la butifarra.

En otro puchero a juego con el anterior, duermen también en aceite de oliva el morro, las orejas, las patas, los lomos de cerdo y las orejas del mismo.

De estos dos pucheros, se sirven las viandas calientes y en proporciones y cantidades a discreción del comensal con patatas recién fritas y salsa de tomate.

Quizás se pudiera añadir una docena de truchas rojas con la piel brillante, fritas con mucho acierto, peces que tienen la carne recia, gustosa y amativa.

Para bajar lo que hubiera acabado por bajar por su peso, un estofado de paletilla de cordero con setas.

De postre, un queso de oveja duro y gustoso, unas frambuesas de aroma tan delicado con su poético color de azucena, son el dulce colofón de tanta felicidad.

Después qué menos que un café negro, un buen puro habano para fumarlo con calma y parsimonia, tres ó cuatro copas de aguardiente con olor a menta y marialuisa (estas bebidas son dulces a propósito para templar gaitas digestivas).



Rincón poético

ESTE MES NUESTRO REPORTERO **AGUSTÍN CASTRO** NOS TRAE LA "CANCIÓN DEL PIRATA" DE JOSÉ DE ESPRONCEDA (Almendralejo 1808 – Madrid 1842), CÉLEBRE ESCRITOR DEL ROMANTICISMO.

Con diez cañones por banda,
viento en popa, a toda vela,
no corta el mar, sino vuela,
un velero bergantín.
Bajel pirata que llaman,
por su bravura, El Temido,
en todo mar conocido,
del uno al otro confín.

La luna en el mar riela,
en la lona gime el viento,
y alza en blando movimiento
olas de plata y azul;
y ve el capitán pirata,
cantando alegre en la popa,
Asia a un lado, al otro Europa,
y allá a su frente Estambul:

«Navega, velero mío,
sin temor,
que ni enemigo navío
ni tormenta, ni bonanza
tu rumbo a torcer alcanza,
ni a sujetar tu valor.

Veinte presas
hemos hecho
a despecho
del inglés,
y han rendido
sus pendones
cien naciones
a mis pies.»

Que es mi barco mi tesoro,
que es mi dios la libertad,
mi ley, la fuerza y el viento,
mi única patria, la mar.

«Allá muevan feroz guerra,
ciegos reyes
por un palmo más de tierra;
que yo aquí tengo por mío
cuanto abarca el mar bravío,
a quien nadie impuso leyes.

Y no hay playa,
sea cualquiera,
ni bandera
de esplendor,
que no sienta
mi derecho
y dé pecho
a mi valor.»

Que es mi barco mi tesoro,
que es mi dios la libertad,
mi ley, la fuerza y el viento,
mi única patria, la mar.

A la voz de «¡barco viene!»
es de ver
como vira y se previene,
a todo trapo a escapar;
que yo soy el rey del mar,
y mi furia es de temer.

En las presas
yo divido
lo cogido
por igual;
sólo quiero
por riqueza
la belleza
sin rival.

Que es mi barco mi tesoro,
que es mi dios la libertad,
mi ley, la fuerza y el viento,
mi única patria, la mar.

¡Sentenciado estoy a muerte!
Yo me río;
no me abandone la suerte,
y al mismo que me condena,
colgaré de alguna entena,
quizá en su propio navío.

Y si caigo,
¿qué es la vida?
Por perdida
ya la di,
cuando el yugo
del esclavo,
como un bravo,
sacudí.

Que es mi barco mi tesoro,
que es mi dios la libertad,
mi ley, la fuerza y el viento,
mi única patria, la mar.

Son mi música mejor
aquilones,
el estrépito y temblor
de los cables sacudidos,
del negro mar los bramidos
y el rugir de mis cañones.

Y del trueno
al son violento,
y del viento
al rebramar,
yo me duermo
sosegado,
arrullado
por el mar.

Que es mi barco mi tesoro,
que es mi dios la libertad,
mi ley, la fuerza y el viento,
mi única patria, la mar.

Rincón del dibujo.



CAPILLA LUQUE



ROSARIO ALCANTARA



SOLEDAD BERMEJO

T
R
A
N
S
P
O
R
T
E
S



CONCHA ALVAREZ

Conoce a los REDACTORES

Cada mes conoceremos algunos datos más de los redactores, que con tanto cariño, realizan este "Alegoría Mensual". Este mes conoceremos a Sergia, Capilla y Rafael.

Nombre completo y edad: Sergia Luque Arroyo, 77 años

¿Cuál es el color que más te gusta? El azul marino.

¿Cuál es tu animal favorito? El perro.

¿Cuáles son tu comida y bebida preferidas? Las patatas fritas y la cervecita fría.

¿Qué profesión hubieras tenido si hubieras podido elegir? He sido enfermera, pero me hubiera gustado ser escritora de cuentos para niños.

Di algo que te defina: Soy afable y cariñosa, me gusta ayudar y darle besos a mi marido y llevarlo bien vestido.



Nombre completo y edad: Capilla Luque Arroyo, 85 años

¿Cuál es el color que más te gusta? El rojo.

¿Cuál es tu animal favorito? Los perrillos.

¿Cuáles son tu comida y bebida preferidas? Las patatas fritas y la leche con colacao.

¿Qué profesión hubieras tenido si hubieras podido elegir? Fui bordadora a bastidor y me hubiera gustado estudiar una carrera, por ejemplo de maestra.

Di algo que te defina: Soy amable y con buen carácter.

Nombre completo y edad: Rafael Cerrato González, 91 años

¿Cuál es el color que más te gusta? El gris.

¿Cuál es tu animal favorito? Los perros.

¿Cuáles son tu comida y bebida preferidas? De comer, las alubias; de beber, la cerveza.

¿Qué profesión hubieras tenido si hubieras podido elegir? Me hubiera gustado ser informático.

Di algo que te defina: Mi afición por el fútbol.



COCINA DE VERANO

Por JESÚS MARÍN

Crema de puerros fría (Vichyssoise)

Ingredientes:

2 puerros grandes (sólo la parte blanca); $\frac{1}{2}$ cebolla grande rayada; 1 cucharada de mantequilla; 2 patatas grandes; 2 vasos de caldo de ave o verdura; 2 vasos de leche; 200 ml de nata líquida; 1 cucharadita de perejil o algunas hojas de menta; sal y pimienta.

Preparación:

En una cacerola se derrite la mantequilla 2 o 3 minutos; primero se echa la cebolla rallada y, al poco rato, los puerros cortados en trozos menudos.

Cuando está sólo ligeramente dorado, se añaden las patatas peladas y cortadas en laminas finas.

El caldo es muy fácil de preparar, especialmente si es de cubitos (se pone agua fría y cuando empieza a hervir a fuego mediano se añaden éstos, que se derriten muy fácilmente). Se deja cocer todo muy despacio durante 40 minutos más o menos.

Una vez ya hecha, se deja enfriar. Se pasa entonces por la licuadora o batidora. Se agrega la leche y se vuelve a pasar todo junto por la batidora hasta que quede cremosa y suave.

Se vierte la sopa en recipiente para servir. Sazone con sal, pimienta y una pizca de polvo de ajo (opcional) y se añade entonces la nata. Se decora con las hojas de menta. Se debe servir muy frío.



Pasatiempos

Encuentra en la sopa de letras
20 nombres de Flores:

C	L	A	V	E	L	E	R	T	A	E	E	R	O	L
E	M	O	R	A	R	D	J	A	E	R	A	O	O	E
S	U	A	T	E	A	M	A	P	O	L	A	S	L	S
T	O	L	L	D	O	O	Z	A	E	A	I	A	A	G
T	U	P	L	V	P	O	M	O	A	I	L	O	R	A
A	U	L	E	A	A	A	I	L	L	L	J	L	E	R
V	V	O	I	A	O	R	N	N	A	R	D	O	A	D
I	D	L	A	P	L	D	E	A	V	T	J	A	C	E
O	A	A	R	T	A	E	D	R	A	G	H	A	A	N
L	E	D	A	F	E	N	A	D	N	A	L	R	S	I
E	E	A	L	H	E	L	I	A	D	A	I	T	A	A
T	I	L	I	O	U	E	A	A	A	R	R	F	P	S
A	O	I	A	Z	A	L	E	A	I	A	I	A	E	A
S	A	A	T	G	E	R	A	N	I	O	O	C	T	D
S	R	A	A	L	C	N	M	H	E	R	T	D	U	C
A	M	A	R	G	A	R	I	T	A	D	G	E	N	E
O	R	Q	U	I	D	E	A	A	S	A	D	E	I	H
A	T	R	E	A	A	I	P	R	I	M	U	L	A	U

de Verano

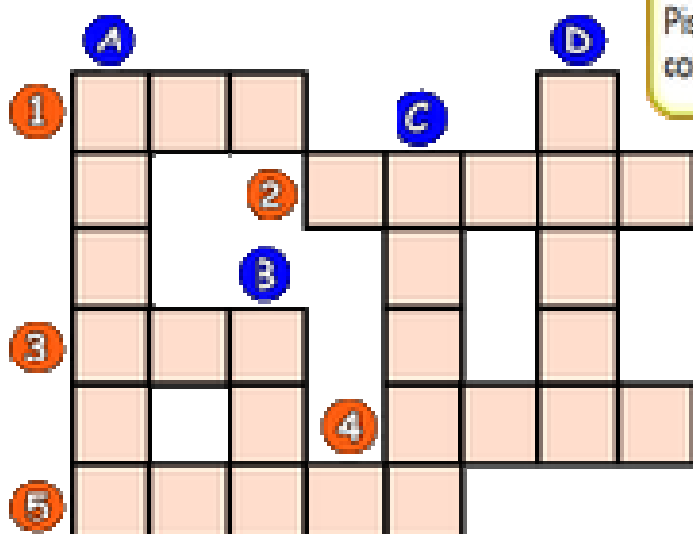


SUDOKU

5				8	6			1
		2	7		1	6		
	7	1				2	5	
9	1			2			7	
3			1	4	5			6
	6			9			2	4
	5	3				4	6	
		8	9		3	5		
2			5	1				7



Cruzada de Números



Desarrolla las operaciones según las Pistas Horizontales y Verticales y completa el CRUCINÚMERO.

HORIZONTALES

1. 16×28
2. 642×87
3. 24×24
4. 26×170
5. 656×98

VERTICALES

- A. 967×438
- B. 43×14
- C. 576×98
- D. 486×32

Los mayores de Moratalaz dan el salto a la gran pantalla

Con motivo de los premios Nico 2013, una veintena de miembros de la residencia Albertia Moratalaz han presentado un corto.

Nunca han ganado un Goya y tampoco aspiran a hacerlo, pero ilusión no les falta. Una veintena de mayores de la residencia Albertia de Moratalaz, se han atrevido a embarcarse en el mundo de la interpretación. Con motivo de los premios Nico 2013, organizados por MundoMayor, han grabado un corto que han presentado a este certamen.

En esta V Edición del Certamen Nacional de Videos de Mayores Nico 2013 se reconocen los trabajos en las categorías: Mejor Idea Original - Mejor Guion - Mejor Producción - Mejor Actor - Mejor Actriz - Mejor Video - Video Más Votado. Además de las categorías especiales: Mejor Video Particular - Mejor Video Municipal - Premio Especial a los Medios de Comunicación. Las votaciones se realizarán a través de teléfono móvil, mediante mensaje de texto (SMS) y web para cada una de las categorías a concurso.

A los premios Nico 2013 se han presentado más de 70 residencias de toda España y las votaciones finalizan el 1 de octubre. La gala de entrega de premios está prevista para el mes de noviembre, una celebración en la que los mayores del distrito, esperan estar presentes.

PREMIOS NICO 2013

Albertia
Servicios Sociosmiliares
www.albertia.es

VÓTANOS:

Envía un SMS al 25588

R106

+

IDEA

GUION

PRODUCCION

VIDEO

ACTOR Nombre

ACTRIZ Nombre



<http://www.mundomayor.com/CanalTV/VisorTV/TabId/115/Videoid/509/Forever.aspx>

Sábado 21 Septiembre
a las
21'00 HORAS *en*



Fiesta Presentación

"FOREVER"

(nuestro corto para los Premios Nico 2013)

!!!OS ESPERAMOS!!!

Zona sin Niños

Por FELIX RONTOMÉ

De siempre he sentido el gusanillo de ver sitios diferentes y aún mejor, si eran lejanos; por ello, con mucha frecuencia me he apuntado a excursiones y visitas a toda clase de lugares.

Unas veces resultaban experiencias interesantes, amenas y hasta instructivas, y otras había que dejaban mucho que desear.

Aún a pesar de esto, nunca me he sentido totalmente satisfecho y siempre parecía que me faltaba algo por ver, por lo que he seguido buscando nuevos lugares, con más o menos fortuna en el resultado.

Con esto, he llegado a mi tercera edad, lindando ya con la cuarta y final, por lo que creo que de poco tiempo dispondré ya para experimentar nuevos conocimientos y situaciones.

En estos últimos tiempos, debido al cansancio que, por culpa de la edad siempre suponen los desplazamientos largos y las visitas a lugares que siempre es interesante no perderse, me muevo menos, por lo que mi estancia en muchos sitios se prolonga más lo de que sería preciso, para así disponer de más tiempo para seguir conociendo nuevos parajes.

Por este motivo, llevo año y medio en un lugar, sitio o país (como queráis llamarlo), en dónde, sorprendentemente ino pueden vivir los niños! Ese lugar es ésta, nuestra residencia de Albertia Moratalaz.

Gran tarde de BINGO



Viernes 6 Septiembre 2013
17'30 h - Sala de T.O.

ACTIVIDADES

Fiesta del Oeste

12'00 h

Taller de Manualidades

13'30 h

Gran Barraboa

13'30 h

Festival Musical

Viernes 13 Septiembre 2013

Residencia Alberta Moratalaz

CULTURALES

Semana del Oeste

Lunes 9:

Taller de pintura:
"Indios y Vaqueros"

Martes 10:

Cine: "Llega el Condamer"

Miércoles 11:

Concurso: "1,2,3 Oeste"

Jueves 12:

Bingo especial "Oeste"

En horarios de actividades de la tarde

Celebración

Día Mundial
del ALZHEIMER

11'30 h: Actividad conjunta en
Patio Central

17'30 h: Cine "Arrugas" en
Salón de Actos

Viernes 20 Septiembre 2013

"No olvides. Hay esperanza"

Excursión:

PALACIO DE LA BOLSA

Precio: 15,43€

Viernes 27 Septiembre 2013

Salida del Centro: 11'00 horas

Alberta



Alberta

ACTIVACIÓN Grupo RITZ Seniors

VIERNES 27 SEPTIEMBRE 2013

17'30 h - Salón de Actos

Salida:

Parque de El Retiro

Precio: 15'43€

Jueves 12 Septiembre 2013
11'00 h - Salida del Centro

Alberta

EL ARTE COMO TERAPIA

Las actividades artísticas en geriatría son un medio de expresión libre que favorece la comunicación y que estimula las capacidades sensoriales, mentales y motrices a través del apoyo de las técnicas artísticas.

De esta forma, la terapia a través del arte pone el acento no sobre lo que ya no funciona, sino sobre lo que funciona, sobre las capacidades inmediatas, e intenta hacer emerger la motivación, la curiosidad, el placer, el deseo de revalorización. La persona aprende a considerar su propio cuerpo y el de los demás como portador de expresión y de emoción.

Es una terapia que actúa a dos niveles. El primero, un modo de expresión individual, expresión que sucede a un redescubrimiento sensorial de la propia persona. En un segundo tiempo, es un modo de comunicación y de expresión y por tanto de apertura hacia el diálogo.

La pintura ha demostrado que ralentiza los procesos de deterioro cognitivo. Además, aumenta la autoestima, fomenta las relaciones sociales, combate la soledad... ayuda a tener un envejecimiento saludable. Es un arte mayor, una de las formas más hermosas de expresión del ser humano. Y además tiene una útil y eficaz función terapéutica. Pintar con lápices, acuarelas; en papel, telas, arcilla... la pintura en general ayuda a nuestros mayores.

En personas retraídas, estresadas o con ansiedad, la pintura les relaja, se encuentran mejor consigo mismos. Los beneficios se perciben también en la movilidad. Combinar colores, coger pinceles o pinturas, pintar, todo ello es un entrenamiento que mejora, por ejemplo, la coordinación de las manos y dedos, lo que podemos proyectar en las Actividades de la Vida Diaria en gestos tan sencillos como ser capaces de coger una cuchara para comer.

En Albertia Moratalaz el Taller de Arteterapia lo realizan nuestros animadores socioculturales Mario y Cristina, los Lunes y Miércoles por la tarde, en dos turnos: 17'00 h y 17'40 h. Os invitamos a participar, tanto a residentes como a familiares y amigos.



Albertia MORATALAZ

Hacienda de Pavones 261
28030 Madrid

91 324 68 00

moratalaz@albertia.es

Facebook: Albertia Moratalaz

Albertia
Servicios Sociosanitarios