

ALEGRÍA MENSUAL

Albertia Moratalaz

Bienvenidos
a Vuestro
Hogar



OCTUBRE 2013

Obra de teatro:

"Navidad"

**Representación:
Viernes 20
Diciembre
2013**

- INDICE -

TEATRO DE NAVIDAD- Página 2

EL OTOÑO - Página 4

CUMPLEAÑOS DE NOVIEMBRE - Página 5

DESTINOS: ZAMORA - Página 6

MUJERES: ROSALIA DE CASTRO - Página 7

UNA SESION DE ESPIRITISMO - Páginas 8 y 9

DIA DE LA HISPANIDAD - Página 10

EL MARQUES VENDE EL PALACIO - Página 11

JACK O'LANTERN- Página 12

HALLOWEEN - Página 13

RINCÓN POÉTICO - Página 14

RINCON DEL DIBUJO: PROFESIONES - Página 15

¿QUIEN ES QUIEN?- Página 16

CAMBIO DE HORA- Página 17

PASATIEMPOS - Páginas 18 y 19

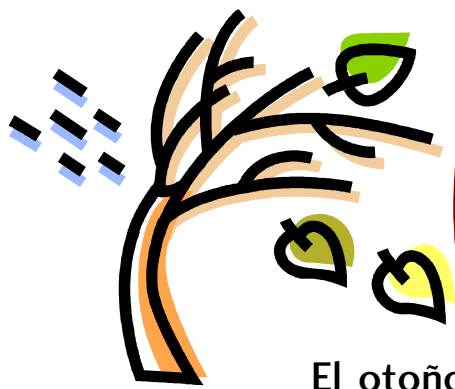
SANCHO PANZA GOBERNADOR - Página 20

COCINA DE OTOÑO - Página 21

NUESTRAS SALIDAS- Página 22

ACTIVIDADES CULTURALES - Página 23

CONSEJOS DE JARDINERIA- Página 24



El Otoño

El otoño ha venido un poco tarde, porque ha estado haciendo más bien calor y, de repente, llegó el otoño con lluvias y aire fresco.

Es una estación muy bonita con diversos colores. Se van poniendo los árboles amarillentos o rojizos, y, visto de lejos, es un panorama precioso.

Es el tiempo de la lluvia, de la caída de la hoja, lo que hace que sea un poco peligroso pasear, porque está todo muy húmedo y con las hojas caídas es muy fácil escurrirse.

A mí, es una estación de las que más me gustan porque no hace calor y tampoco frío excesivo. Es bastante agradable y, como cambian la hora, dormimos más.

En el otoño hay que salir siempre a la calle con un paraguas, aunque no esté lloviendo, porque cuando menos te lo esperas, se pone a descargar la lluvia. Hay que llevar también botas o buenos zapatos para no calarse.

CONCHA ARCONES

El otoño no tiene muy buena fama, aunque tiene las mismas alegrías y tristezas que el resto de estaciones del año. Todo depende del ánimo con el que se desarrolle y la ilusión que se ponga. Si, por ejemplo, estás enamorado y te crees correspondido, todo irá bien, pero si te entusiasmas y después no te corresponden, echarás la culpa al otoño.

RAFAEL CERRATO



Cumpleaños Noviembre 2013

Concepción Mallén cumple el 1 de Noviembre 89 años

Bonifacio Benito cumple el 2 de Noviembre 82 años

Pilar Martínez cumple el 2 de Noviembre 86 años

Anatolia García cumple el 3 de Noviembre 85 años

Simón López cumple el 5 de Noviembre 81 años

Soledad Calleja cumple el 6 de Noviembre 104 años

Palmira Garrudo cumple el 10 de Noviembre 85 años

Visitación de Pablo cumple el 11 de Noviembre 82 años

Martín Hernández cumple el 11 de Noviembre 89 años

Carmen Montejo cumple el 12 de Noviembre 86 años

Eugenia Martín cumple el 13 de Noviembre 91 años

Presentación Calle cumple el 18 de Noviembre 85 años

Luís Lázaró el 19 de Noviembre 82 años

Luís Llases cumple el 20 de Noviembre 84 años

Fernanda Repollet cumple el 22 de Noviembre 87 años

Ángela Alcocer cumple el 24 de Noviembre 64 años

Antonio Lozano cumple el 25 de Noviembre 81 años

Juana González cumple el 26 de Noviembre 84 años

M^a Cruz García cumple el 26 de Noviembre 87 años

Santiago Martínez cumple el 29 de Noviembre 82 años

Teodora Cervel cumple el 29 de Noviembre 103 años

Destino: ZAMORA

Por Félix Benavente



Zamora es una provincia española situada en el noroeste de la comunidad de Castilla y León, cuya capital es la ciudad de Zamora.

Tiene una extensión de 10.561 km², lo que representa el 2,1% de la superficie de España. En 2012 contaba con una población total de 191.612 habitantes. Limita al norte con la provincia de León, por el este con la provincia de Valladolid, por el sur con la de Salamanca, y por el oeste con Portugal y con Galicia.

La provincia tiene más de 700 núcleos de población, agrupados en 248 municipios, de los cuales cerca de la mitad son pueblos de menos de 400 pobladores, veinte de ellos tienen más de 1.000 habitantes y sólo Benavente, Toro y Zamora capital superan los 5.000 habitantes. Como tal, quedó constituida en la división territorial de España en 1833, tras las reformas llevadas a cabo por Javier de Burgos, formando parte, aunque sin operatividad administrativa, de la región de León. Está dividida en 248 municipios, agrupados en cinco partidos judiciales: Toro, Zamora, Benavente, Sanabria y Villalpando.

La provincia de Zamora, toma su nombre de la ciudad de Zamora, su capital provincial. Respecto a su origen, aún hoy en día no hay unanimidad entre los filólogos sobre el origen del topónimo que da nombre a la ciudad de Zamora y, actualmente, a su provincia. Para unos, su primera denominación sería romana, siendo citada en el "Itinerario de Antonino". En el 569, en plena época visigoda, aparece citado el enclave con el nombre de "Semure", pasando a denominarse "Azemur" (olivar Silvestre) سمورة "Samura" durante la dominación musulmana. Después de la Reconquista por parte del rey Alfonso I de Asturias y tras ser reconstruida y repoblada por el rey Fernando I de León (1010-1065) en el siglo XI, pasa a denominarse Zamora.

Desde el punto de vista fisiográfico la provincia se caracteriza por unas extensas llanuras o campiñas que son cruzadas por amplias y fértiles vegas. Esta morfología mesetaria se ve rota en su borde norte por la sierra de la Cabrera, que marca el límite con la provincia de León y la de Segundera que limita con Galicia. La Cabrera, estructurada en tres macizos: las sierras de los Corzos, de la Cabrera Baja y de Peñas Negras, se prolonga hacia el este a través de las sierras de San Ciprián, de Escudero, de Carpurias y de Peña Hermosa hasta desaparecer bajo los sedimentos de la Cuenca del Duero. En el borde sur de la comarca de Sanabria, las sierras de Marabón, Tejera, Gamoneda y Atalaya configuran los principales resaltes marcando el límite con Portugal. Estos resaltes dan paso hacia el sureste a la sierra de la Culebra cuyas cuarcitas armoricanas definen claramente la deformación hercínica. El bloque principal de la sierra de la Culebra se descompone hacia el sureste en las sierras de las Cavernas, de Sesnández, de las Carbas, Roldana y de Cantadores. El límite oeste de Aliste viene definido por la sierra Baja, mientras que por el sur las sierras de Rompe, de Casica, de Navallas y de Baozas sirven de límite entre Aliste y Portugal. Estas modestas sierras cuarcíticas se prologan hacia el este en la sierra de los Carbajales, en la margen derecha del río Aliste, en la comarca de Alba.

El centro, sureste y noreste de la provincia cuenta con un clima mediterráneo continentalizado, es un clima seco y con temperaturas bajas en invierno, cálidas en verano y suaves en las estaciones intermedias. Al noroeste de la provincia, en la comarca de Sanabria, el clima es notablemente más templado y húmedo, al contar con una notable influencia atlántica, aunque en las zonas más elevadas se dan las características del clima de montaña. Por lo general las temperaturas medias anuales de la provincia de Zamora son relativamente bajas, oscilando entre los 8 °C de Sanabria y los 12 °C del entorno de Zamora, la capital provincial. Las precipitaciones son en general escasas en toda la provincia con valores normalmente inferiores a 600 mm/año, sólo Sanabria se escapa a esta tendencia seca, llegando a valores de hasta 1400 mm/año, buena parte de ellos en forma de nieve.

MUJERES: ROSALÍA DE CASTRO

Por Rosario Alcántara



Rosalía de Castro (Santiago de Compostela 1837 - Padrón 1885) fue una poetisa y novelista española que escribió tanto en gallego como en castellano. Considerada en la actualidad como un ente indispensable en el panorama literario del s. XIX, representa el Resurgimiento Gallego, no sólo por su aportación literaria en general y por el hecho de que sus *Cantares Gallegos* sean

entendidos como la primera gran obra de la literatura gallega contemporánea, sino por el proceso de sacralización al que fue sometida y que acabó por convertirla en encarnación y símbolo del pueblo gallego. Además, es considerada junto con Gustavo Adolfo Bécquer, como la precursora de la poesía española moderna. Escribir en gallego en el siglo XIX, es decir, en la época en la que vivió Rosalía, no resultaba nada fácil por un gran número de razones, la mayor parte de ellas ligadas al pensamiento y estructuración de la sociedad del momento. La lengua gallega había quedado reducida a un mero dialecto, tan despreciado como desprestigiado, mostrándose cada vez más distante aquella época en la que había sido el idioma vehicular de la creación de lírica galaicoportuguesa. Toda la tradición escrita había sido perdida, por lo que se hacía necesario comenzar desde cero rompiendo con el sentimiento de desprecio e indiferencia hacia la lengua gallega, pero pocos eran los que se planteaban la tarea, pues esta constituiría un motivo de desprestigio social. En un ambiente en el castellano era la lengua de la cultura al ser la lengua que la clase minoritaria dominante protegía, Rosalía de Castro rompió a cantar, concediéndole el prestigio merecido al gallego al usarlo como vehículo de su obra denominada *Cantares Gallegos* y afianzando el renacer cultural de la lengua. Aunque fue una asidua cultivadora de la prosa, donde Rosalía sobresalió fue en el campo de la poesía, a través de la creación de las que pueden ser consideradas sus tres obras clave: *Cantares Gallegos*, *Follas Novas* y *En las orillas del Sar*. En la actualidad, la figura de Rosalía de Castro y sus creaciones literarias continúan siendo objeto de una abundante bibliografía y recibiendo una constante atención crítica, tanto en el territorio español como en el extranjero. Es tal la aceptación y el interés que las obras de esta escritora despiertan en el mundo, que en las últimas décadas sus poemas han sido traducidos a idiomas como el francés, alemán, ruso y japonés.

UNA SESION DE

Francamente, de sus doctrinas lo ignoro todo, pero creo que nació hace doscientos años en América, pero eso no viene a cuento.

Cuando yo tenía diez u once años, estando en casa de mi amigo “Paco Pacasa” (le llamábamos así porque cuando estaba en la calle jugando con nosotros, su madre para llamarle desde el balcón, le decía a gritos “Pacooo – pa – casa”) con otros más de la panda, (el Andrés, el Sebas, el Luisín, que era el hermano pequeño del Pacasa y otro que no me recuerdo de su nombre pero le llamábamos el Cheli), ocurrió que unas señoras amigas de la madre del Pacasa, intentaron hacer una sesión de espiritismo. Para eso, a nosotros nos mandaron a la habitación del Pacasa y ellas se quedaron en el gabinete de la casa.

Eran cuatro sentadas en una mesa camilla, la Juana, la Augusta, la Francisca y la madre del Pacasa que se llamaba María, y la médium. La puerta del gabinete estaba entornada, por lo cual la tropa de amigos nos pudimos enterar de las conversaciones de las mujeres.

- ¿No hace un poco de frío? – decía la Juana.

- Lo que tú tienes es miedo. Puedes salir fuera si quieres. Los espíritus son muy sensibles a los testigos hostiles.

- ¿Cuándo empezamos? – preguntó la Francisca.

- Ya estamos empezando, agarraros las manos.

- Yo no llego - dijo la Juana- Olvidaban que la Juana era una enana y que tenía los brazos más cortos.

- Bueno te pondremos un cojín en la silla.

- ¿Quiénes son los espíritus más solicitados?

- Pues,,, Napoleón, Alejandro Magno, Luis XIX, Rafael...

- Yo quiero que venga Don Juan.

- Don Juan no ha existido, es una ficción literaria. Don Juan fue el primer espiritista. “Muertos filtraos por las paredes”...

- Augusta cállate.

- De ninguna manera, no faltaba más. Quiero ver a Don Juan de Austria... ¡Qué guapo era! Le amaron mucho...

- ¿Quiénes?

- ¿Quién va a ser? ¡Las mujeres de su tiempo! Le regalaban sortijas, bueno no le cabían en los dedos. Yo lo he visto.

- ¿Has tomado parte en otras sesiones de espiritismo?

- No, es que tiene una estatua en El Escorial.

- Bueno, ¡callad de una vez! - Extendieron las manos tocándose unas a otras.

- ¡Las ventanas...! – dijo una voz.

Era la médium, una señorita con los ojos amarillos y el pelo muy repeinado. Les dio un susto de muerte a todas.

ESPIRITISMO

Por ANTONIO LOZANO

- Vamos al corro – dijo la médium – no lo rompáis, es nuestra fuerza. Tenemos la fuerza, tenemos la fuerza, tenemos una fuerza, tenemos una fuerza... pensad fuertemente.

- ¿Podemos hablar?

- Mientras no sea para decir una tontería... ayúdanos médium.

- Noto una influencia hostil... alguien hay en la sala.

- No hay nadie. Estamos nosotras... y nosotras somos fieles a los cuerpos astrales.

- Tengo sueño.

- Sueña, si tu sueño es la electricidad mansa que será polarizada.

- ¡Callad! Ya empiezo a sentirlos... ¡están lejos y quieren escapar!

- Te ayudaremos, te ayudaremos... ¡OH espíritus! ¡OH espíritus!... - Y nosotros los niños, en la puerta pasamos un miedo atroz.

- ¡Se acercan! Siento una fuerza invisible, su aliento. ¡Ahhh...! Están airados. ¡Se acercan! ¡Me están sacudiendo!

La médium estaba sudando. Parecía que la estaba sacudiendo el cuerpo. No abría los ojos y cerraba la boca. Le cayó la cabeza hacia adelante. Un segundo después la alzaba violentamente.

- Somos amigos, somos amigos - repetía la Juana

La médium terminó por abrir los ojos y dijo: “Se marchó”. Juana se disgustó mucho cuando Francisca le dijo: Has metido la pata, le teníamos preso. Que se aguantara.

- ¡Otro! – Gritó Augusta.

- ¿Dónde está?

- Una mano me ha tocado los muslos... ¡Ay!

Hubo un movimiento general de asombro. Hasta que Augusta con mala uva dijo:

- Esos muslos tuyos, son tocados por todos los hombres que conoces. Los toca tu imaginación.

La otra se echo a llorar, y entonces el Luisito que estaba viéndolo desde la puerta le dijo: “Mamá no llores...No llores ma...”. Le tapamos la boca a toda prisa, para que no se dieran cuenta de que las observábamos. En el gabinete la reunión estaba revuelta, la Juana estaba desmallada encima de la mesa camilla, la Francisca diciendo: ¡Hijo mío, mi Carlitos, ha sido mi Carlitos! Carlitos era el hijo muerto a los siete meses de nacer.

- ¡Me ha llamado!

- Valla, valla. Consuélate Francisca. Traed las sales...

- Mejor será que la acostemos. Ha sido una emoción tremenda. No debiste llamarla marrana.

- Ay que disgusto tengo. Perdóname Francisca. Ay que disgusto.

- ¡Ha sido un triunfo! ¡Un triunfo! Nunca había escuchado una voz.

- No escuché ninguna voz – dijo otra.

- Estaba usted traspuesta.

- Cierto, nunca tuve una unción semejante con ellos.

- ¡Ha sido magnifico!

- ¡Angelito!

Y no escuchamos más porque iban a salir de un momento a otro del gabinete y podían sorprendernos.

Día de la Hispanidad

La Fiesta Nacional de España o Día de la Hispanidad (Festa Nacional d'Espanya, en catalán; Festa Nacional de España, en gallego; Espainiako Jai Nazionala, en vasco) conmemora la efeméride histórica del **Descubrimiento de América por parte de España**. La celebración tiene lugar cada **12 de Octubre**, donde se celebra un desfile militar en la Plaza de Colón de Madrid en el que asisten Su Majestad el Rey junto a la Familia Real y los representantes más importantes de todos los poderes del Estado Español, además de la mayoría de los presidentes de las autonomías españolas.

El **Descubrimiento de América** fue de trascendental importancia para España, iniciando un periodo de proyección lingüística, cultural y económica en América. Todo ello ocurrió en una época donde estaba finalizando el proceso de construcción del Estado actual, con la integración de los diferentes reinos peninsulares en un sólo y único reino.

Cristóbal Colón, en representación de los Reyes Católicos de España, realizó cuatro famosos viajes o expediciones desde Europa a América en 1492, 1493, 1498 y 1502. En el primero de ellos llegó a América el **12 de Octubre de 1492**, a una isla de las Bahamas llamada Guanahani, cuya exacta localización aún hoy se discute. En el tercer viaje llegó a territorio continental en la actual Venezuela.

A partir del tercer viaje de Colón, descubrimientos y conquista progresaron conjuntamente. Durante los veinte años que separan 1499 de 1519, cuando empieza la empresa magallánica, tuvieron lugar los llamados «los viajes menores o andaluces», capitulados por la corona con otros nautas quebrando el discutido monopolio colombino. En el primero de estos participó Américo Vespucio a quien se ha atribuido ser el primer europeo en proponer que las tierras a las que Colón había llegado no eran en realidad parte de Asia, sino de un continente desconocido para los europeos.

Viaje a La Rábida



En un viaje cultural que hice a la Rábida vi las carabelas de Colón. Colón estuvo viviendo en este monasterio hasta reunir dinero para emprender su viaje al Nuevo Mundo. Estuvo dos o tres años viviendo con los frailes.

Visité los tres barcos: la Pinta, la Niña y la Santa María. Fue muy emocionante ver las carabelas y el ambiente que las rodea.

Petra Martín

El Marqués vende el Palacio

Por ANTONIO LOZANO

El señor marques de la Sierra Baja, estaba sentado frente al órgano, intentando tocar la novena sinfonía, y tratando de convencerse a sí mismo de que era un día cualquiera en su vida, cuando en la puerta sonaron unos discretos golpecitos.

- Pasa Basilio pasa.

- Gracias señor marques. ¿El señor marques quiere tomar el té de las cinco?

- Calla por Dios, que estamos en España, y en Madrid, lo más castizo del Universo. Basilio, me traes un chocolate caliente con picatostes. Porque después de todo, si me sale una cosa que tengo entre manos, podré dejar este palacio que es una ruina y vivir en un hotel de cinco estrellas.

- ¿Piensa el señor prescindir de mis servicios?

- ¡No! Eso que te he dicho va para largo.

- No se preocupe el señor marqués yo tengo donde ir.

- Ah, ¿sí? ¿Tienes familia, no te importa irte con ella?

- ¡No! Dios me libre, nada de familia, además por mi oficio me ocurre que estoy acostumbrado a aguantar a las familias de los demás pero no a la mía. Tengo una plaza reservada en una residencia de ancianos.

- Ah, ya entiendo, quieres decir un asilo.

- Bueno, antes lo llamaban así, pero no tienen ni punto de comparación. No diré que es de cinco estrellas, pero sí me atrevo a decir que un hotel de cuatro. Tiene capilla, teatro, salones de televisión (sin el canal Plus), cafetería, dos jardines a poniente y levante, gimnasio, etcétera...

- Tal como lo cuentas parece un paraíso.

- Señor marqués, en los años que llevo a su servicio no me he quejado de nada. Pero allí no seré criado de nadie.

- Te comprendo Basilio y no te lo tomo a mal. ¿Tendrás criados en el asilo? Perdón, en la residencia.

- Medio

- ¿Cómo medio? ¿Medio criado?

- Sí señor marqués, hay doscientos residentes y cien empleados, tocamos como ve a medio criado por barba.

- Se te ve muy contento ante la posibilidad de ir allí.

- No me resulta desagradable.

- ¿Y cómo se llama esta residencia?

- Un nombre muy raro antiguamente a los asilos se los nombraba con nombres de santos. Como asilo de San Rafael, asilo de Santa Teresa, o de las Hermanitas de los Pobres.

- ¿Aquí en el palacio te disgusta la soledad?

- Bueno, la soporto, pero en la residencia podré hablar con los amigos, jugar al dómino, a las cartas y hacer alguna actividad.

- ¿Y os dejan jugar de dinero?

- No señor marqués, está prohibido porque las personas mayores son muy quisquillosas y son capaces de entablar una batalla a bastonazos.

- Basilio, seguramente a mí no me admitirían por mi alta alcurnia y aristocracia.

- Señor marqués, permítame que le diga que en la residencia nos igualamos los ricos y los pobres, los aristócratas y los plebeyos, los sabios y los tontos.

- Bueno Basilio, pensaré en vender el palacio e ir a ese paraíso que tan bien me pintas.

Jack O Lantern

Por Jesús Marín

El origen de las famosas calabazas talladas proviene de una leyenda de origen celta sobre Jack "El Tacaño", un granjero que engañaba y mentía a vecinos y amigos. Esta conducta le consiguió toda clase de enemistades pero también una reputación de persona tan malvada que rivalizaría con el mismísimo Satanás.

El Diablo, a quien llegó el rumor de tan negra alma, acudió a comprobar si efectivamente era un rival de semejante calibre. Disfrazado como un hombre normal acudió al pueblo de éste y se puso a beber con él durante largas horas, revelando su identidad tras ver que en efecto era un auténtico malvado. Cuando Lucifer le dijo que venía a llevárselo para pagar por sus pecados, Jack le pidió una ronda más juntos como última voluntad. El Diablo se lo concedió pero al ir a pagar ninguno de los dos tenía dinero, así que Jack retó a Lucifer a convertirse en una moneda para pagar la ronda y demostrar sus poderes. Satanás lo hizo, pero en lugar de pagar con la moneda Jack la metió en su bolsillo, donde llevaba un crucifijo de plata. Incapaz de salir de allí el Diablo ordenó al granjero que le dejara libre, pero Jack no lo haría a menos que prometiera volver al infierno para no molestarle durante un año.

Transcurrido ese tiempo, el Diablo apareció de nuevo en casa de Jack para llevárselo al inframundo pero de nuevo Jack pidió un último deseo, en este caso que el Diablo cogiera una manzana situada en lo alto de un árbol para así tener su última comida antes de su tormento.

Lucifer accedió, pero cuando estaba en el árbol Jack talló una cruz en su tronco para que no pudiera escapar. En esta ocasión Jack le pidió no ser molestado en diez años, además de otra condición: que nunca pudiera reclamar su alma para el inframundo. Satanás accedió y Jack se vio libre de su amenaza.

Su destino no fue mejor: tras morir, mucho antes de esos diez años pactados, Jack se preparaba para ir al Cielo pero fue detenido en las puertas por San Pedro, impidiéndole el paso pues no podían aceptarle por su mala vida pasada, siendo enviado al infierno. Para su desgracia allí tampoco podían aceptarlo debido al trato que había realizado con el Diablo, y éste le expulsó de su reino y le condenó a deambular por los caminos con un nabo hueco con un carbón ardiendo dentro como única luz que guiara su eterno vagar entre los reinos del bien y del mal.

Con el paso del tiempo Jack el Tacaño fue conocido como Jack el de la Linterna o "Jack of the Lantern", nombre que se abrevió al definitivo "Jack O'Lantern". Esta es la razón de usar nabos, y más tarde calabazas, al ser más grandes y fáciles de tallar, para alumbrar el camino a los difuntos en Halloween, y también el motivo de decorar las casas con estas figuras horrendas (para evitar que Jack llamara a la puerta de las casas y proponer Truco o trato).

HALLOWEEN

Halloween es una fiesta de la cultura anglosajona que se celebra en la noche del día 31 de octubre.

Sus orígenes se remontan a los celtas, hace más de 2.500 años, cuando el año celta terminaba al final del verano, el día 31 de octubre de nuestro calendario. El ganado era llevado de los prados a los establos para el invierno. Ese último día, se suponía que los espíritus podían salir de los cementerios y apoderarse de los cuerpos de los vivos para resucitar, pedirles alimentos y maldecirles. Les hacían víctimas de conjuros si no accedían a sus peticiones: me das algo o te hago una travesura, que es la traducción de "Trick or Treat" (Truco o Trato).

Para evitarlo, los poblados celtas ensuciaban las casas y las "decoraban" con huesos, calaveras y demás cosas desagradables, de forma que los muertos pasaran de largo asustados. De ahí viene la tradición de decorar con motivos siniestros las casas en la actual víspera de todos los santos y también los disfraces. Es así pues una fiesta asociada a la venida de los dioses paganos a la vida.

La iglesia de Roma decidió convertir la festividad al catolicismo. Se instituyó el 1 de noviembre como el Día de Todos los Santos, que en Inglaterra se denominó "All Hallows' Day", y la noche anterior "All Hallows' Eve" que posteriormente derivó en "Halloween".

La fiesta fue exportada a los Estados Unidos por emigrantes europeos en el siglo XIX, hacia 1846. Sin embargo no comenzó a celebrarse masivamente hasta 1921. Ese año se celebró el primer desfile de Halloween en Minnesota y luego le siguieron otros estados. La internacionalización de Halloween se produjo a finales de los años 70 y principios de los 80 gracias al cine y a las series de televisión.

En la actualidad los niños se disfrazan para la ocasión y pasean por las calles pidiendo dulces de puerta en puerta. Después de llamar a la puerta los niños pronuncian la frase "Truco o trato". Si los adultos les dan caramelos, dinero o cualquier otro tipo de recompensa, se interpreta que han aceptado el trato. Si por el contrario se niegan, los chicos les gastarán una pequeña broma.

Halloween es una fiesta basada en el miedo, la muerte, los muertos vivientes, la magia negra y los monstruos místicos. Los "personajes" que se suelen asociar a Halloween incluyen a los fantasmas, las brujas, los gatos negros, los zombis y los demonios, así como ciertas figuras literarias como Drácula y el monstruo de Frankenstein. Los celtas solían disfrazarse con pieles de animales el 31 de octubre y así no ser descubiertos por los espíritus que, según ellos, esa noche recobraban vida. De ahí la costumbre actual de disfrazarse ese día.

Los colores tradicionales de Halloween son el negro de la noche y el naranja de las primeras luces del día. Los símbolos de Halloween también incluyen elementos otoñales como las calabazas y los espantapájaros.

RINCON DE LA POESIA

CANCIÓN DE JINETE

En la luna negra
de los bandoleros,
cantan las espuelas.

Caballito negro.
¿Dónde llevas tu jinete muerto?

...Las duras espuelas
del bandido inmóvil
que perdió las riendas.

Caballito frío.
¡Qué perfume de flor de cuchillo!

En la luna negra,
sangraba el costado
de Sierra Morena.

Caballito negro.
¿Dónde llevas tu jinete muerto?

La noche espolea
sus negros ijares
clavándose estrellas.

Caballito frío.
¡Qué perfume de flor de cuchillo!

En la luna negra,
¡un grito! y el cuerno
largo de la hoguera.

Caballito negro.
¿Dónde llevas tu jinete muerto?

Federico García Lorca

EL LAGARTO ESTÁ LLORANDO

El lagarto está llorando.
La lagarta está llorando.

El lagarto y la lagarta
con delantalitos blancos.

Han perdido sin querer
su anillo de desposados.

¡Ay, su anillito de plomo,
ay, su anillito plomado!

Un cielo grande y sin gente
monta en su globo a los pájaros.

El sol, capitán redondo,
lleva un chaleco de raso.

¡Miradlos qué viejos son!
¡Qué viejos son los lagartos!

¡Ay, cómo lloran y lloran,
¡ay! ¡ay! cómo están llorando!

Federico García Lorca

Rincón del dibujo.



BOMBERO

Por GUILLERMA GARCIA



PERIODISTA

Por GUILLERMA GARCIA



FOTÓGRAFO

Por GUILLERMA GARCIA

PROFESIONES



PIRATA

Por SOLEDAD BERMEJO



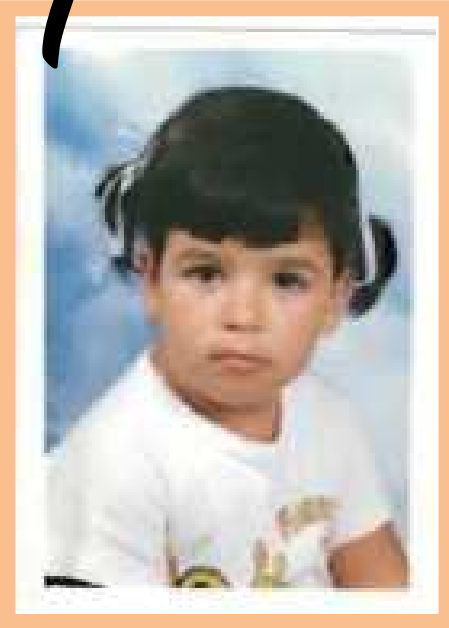
ESTUDIANTE

Por ROSARIO ALCANTARA

¿QUIÉN ES QUIÉN?

Comenzamos una nueva sección, en la que tendréis que emparejar las fotografías de infancia de algunos de los trabajadores de Albertia Moratalaz con la imagen actual. ¡¡Os vais a sorprender!!

1



2



3



a



NURIA, psicóloga

b



RAQUEL, trabajadora social

c



JESUS, médico

SOLUCIONES: 1 - b; 2 - c; 3 - a

CAMBIO DE HORA

Por Matilde Rodríguez

Cada año, cuando se acerca el final de octubre, el cambio de hora supone un trastorno para la población. El cambio de hora se produce la noche del último sábado de octubre - madrugada del sábado al domingo -, el único día del año que puede presumir de tener 25 horas. A las tres de la mañana volverán a ser las dos. Dormiremos (o en su defecto, saldremos de fiesta o pasaremos en vela) una hora más de lo habitual. Y, a medida que avance el día, nos iremos dando cuenta de cómo nos afecta este desorden, sobre todo al comprobar cómo a las seis de la tarde ya es de noche.

La explicación oficial reza que se cambia la hora cuando llega el invierno para adaptar las horas de luz al tiempo que estamos trabajando. Al reducirse notablemente las horas de sol, los días seguirán menguando hasta la Navidad y entonces empezarán a crecer hasta la noche de San Juan. Resulta más cómodo y, sobre todo, más eficiente energéticamente hablando, comenzar la jornada laboral ya de día y acabarla cuando todavía no se ha hecho de noche.

La idea del cambio de hora nació después de la Primera Guerra Mundial, motivada por la complicada situación económica que dejó el conflicto y la concienciación general de contener el gasto, pero no fue hasta el año 1974, después de que la Crisis del Petróleo reavivase la idea del ahorro, cuando se hizo efectiva en España. Así, todos los inviernos, España «pierde» una hora para situarse en GMT+2, y durante el verano, salta de nuevo al GMT+1. Después de 40 años de esta rutina, la costumbre, sin embargo, podría cambiar próximamente.

El Ejecutivo lleva planteándose unos meses, y de hecho ya hay una propuesta firme en el Congreso, cambiar definitivamente el horario español y retrasarlo una hora, igualándolo con el establecido en Portugal y Canarias. Si finalmente este planteamiento sale adelante, es bastante probable que se revisen los cambios de hora de octubre y marzo. Si no es así, en algunos puntos del mapa el ajuste podría llegar a ser considerablemente agresivo. Por ejemplo, en Barcelona anochecería en diciembre a las 16:30 horas.

Los expertos aseguran que, habitualmente, se necesitan entre uno y cinco días para que el cerebro se ajuste al nuevo horario. A pesar de que el cambio de hora de marzo suele ser más agresivo porque el cuerpo acusa la hora perdida, el ajuste de octubre también provoca leves trastornos físicos como cansancio, malestar físico, cambios de humor, alteraciones del sueño o del estado de ánimo. Los mayores y las personas con alguna enfermedad, que necesitan mantener sus rutinas y descansar adecuadamente, suelen ser los más afectados por esta modificación horaria.

Para que el cambio de hora pase desapercibido en nuestro fin de semana, es aconsejable intentar mantener la regularidad en los horarios de alimentación y sueño; intentar adaptar nuestra actividad diaria a las horas de luz solar; no utilizar fármacos; limitar el consumo de productos estimulantes como el alcohol, el tabaco o la cafeína o evitar dormir siestas de más de 20 minutos durante el día que alteren nuestra rutina del sueño.

Pasatiempos

Encuentra en la sopa de letras
15 objetos de oficina:

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

de Otoño

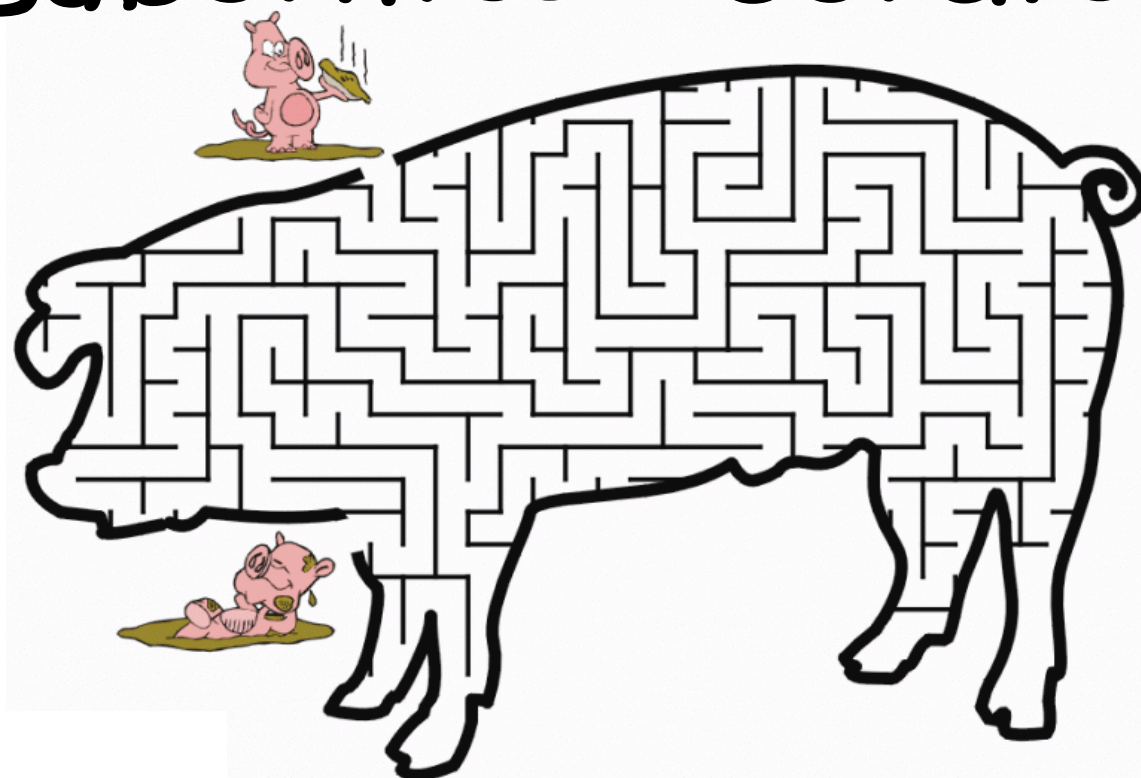


SUDOKU

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



Laberinto - Cerdito



Sancho Panza gobernador

Copia de "Don Quijote de la Mancha" de don Miguel de Cervantes Saavedra, Por ANTONIO LOZANO

- ¡Justicia, señor gobernador, justicia, y si no la hallo en la tierra, la iré a buscar al cielo! – Señor gobernador de mi alma, este mal hombre me ha cogido en la mitad del campo y se ha aprovechado de mi cuerpo como si fuera un trapo mal lavado, ¡Desdichada de mí! Me ha llevado lo que tenía guardado más de veintitrés años, defendiéndolo de moros y cristianos, de naturales y extranjeros y yo siempre dura como un alcornoque, conservándome entera como la salamanquesa en el fuego o como la lana en las zarzas, para que este hombre llegase ahora con sus manos limpias a manosearme.

- Aún está por averiguar, si tiene las manos limpias o no - dijo Sancho Panza.

Y volviéndose al hombre le dijo si respondía a la querella de aquella mujer. El cual respondió: Señor, soy un pobre ganadero de ganado de cerdos y esta mañana, salía de este lugar de vender, con perdón sea dicho, cuatro puercos, que me dieron poco menos de lo que ellos valían. Volvíeme a mi aldea, topé en el camino con esta buena dueña y el diablo que todo lo añasca y todo lo cuece hizo que yogásemos juntos: páguele lo suficiente y ella mal contenta asíó de mí y no me ha dejado hasta traerme a este puesto. Dice que la forcé y miente, para el juramento que pienso hacer esta es toda la verdad sin faltar una miaja.

Entonces el gobernador le dijo si traía consigo algún dinero en plata; él dijo que hasta veinte ducados en una bolsa de cuero. Mandó que se la entregase como estaba a la querellante, él lo hizo temblando, tómala la mujer y haciendo mil zalemas a todos y rogando a Dios por la vida y salud del gobernador, salió del juzgado llevando la bolsa asida con ambas manos, aunque primero miró si eran de plata las monedas de la bolsa. Apenas salió, cuando Sancho dijo al ganadero:

- Buen hombre, id tras aquella mujer y quítale la bolsa aunque no quiera y volved aquí con ella.

Y no lo dijo ni a tonto ni a sordo, porque luego partió como un rayo y fue a lo que se le mandaba. A poco volvieron el hombre y la mujer, más asidos y aferrados que la primera vez, ella la saya levantada y en el regazo puesta la bolsa y el hombre pugnando por quitársela; más no era posible, según la mujer la defendía, la cual daba voces diciendo:

- ¡Justicia de Dios y del mundo! Mire vuestra merced, señor gobernador, la poca vergüenza y el poco temor deste desalmado, que en mitad de poblado y en mitad de la calle me ha querido quitar la bolsa que vuestra merced mando darme.

- ¿Y os la ha quitado? – preguntó Sancho.

- ¿Cómo quitar? Antes me dejara yo quitar la vida que me quiten la bolsa ¡Bonita es la niña! ¡Otros gatos me han de fechar a las barbas que no este desventurado y asqueroso! ¡Tenazas y martillos, mazos y escoplos, no serán bastantes a sacármela de las uñas, ni garras de leones! ¡Antes el ánima de en mitad de mis carnes!

- Ella tiene razón – dijo el hombre - y yo me doy por rendido y sin fuerzas y confieso que las mías no son bastantes para quitársela, y déjola.

Entonces Sancho dijo a la mujer: ¡Mostrad honrada y valiente esa bolsa!

Ella se la dio luego y el gobernador se la volvió al hombre y le dijo a la esforzada y no forzada: Hermana mía, si el mismo aliento y valor que habéis mostrado para defender la bolsa le mostráredes y aun la mitad para defender vuestro cuerpo, las fuerzas de Hércules no os hubieran forzado. Andad con Dios y mucho de enhoramala y no paréis en toda esta "ínsula" so pena de doscientos azotes.

Espantose la mujer y fuese cabizbaja y mal contenta y Sancho le dijo al hombre: Buen hombre, andad con Dios a vuestro lugar con vuestro dinero y de aquí en adelante si no lo queréis perder, procurad que no os venga en voluntad de yogar con nadie.

COCINA DE OTOÑO

DORADA AL HORNO

Ingredientes para 4 personas:

4 doradas de tamaño individual; romero; 4 limones; 2 cebollas; aceite; sal; pimienta.

Preparación:

Precalienta el horno a 200°C. Corta los limones en rodajas finas. Corta las cebollas en gajos y lava las doradas.

Salpimenta las doradas por dentro y por fuera. Pon las ramas de romero y un gajo de cebolla dentro de cada una.

Pon una cama de limones en una fuente para horno. Coloca las doradas encima y la cebolla restante alrededor. Riégalas con aceite y hornea durante 15-20 minutos. Para darle un toque especial, riega el pescado con vino blanco a los 10 minutos de estar en el horno.

Sirve las doradas al horno sobre la cama de limones.

BIZCOCHO DE CHOCOLATE

Ingredientes para 4 personas:

3 huevos; 300 gr. de harina; 150 gr. de azúcar; 100 gr. de mantequilla; 1 vaso de leche; 100 gr. de cacao; 1 sobre de levadura; sal.

Preparación:

Lo primero que tendremos que hacer precalentar el horno.

En un cuenco grande mezclamos todos los ingredientes, empezando por la harina, los huevos y la mantequilla.

Engrasamos un molde de bizcocho apto para horno con un poquito de mantequilla. Vertemos en él la mezcla anterior.

Cocemos a horno medio durante 30 minutos. Sacamos del horno y lo dejamos enfriar antes de desmoldarlo.

Una vez frío y desmoldado, se puede cortar horizontalmente y untar con chocolate derretido.

Nuestras salidas



**Martes 22 de Octubre:
Museo de la Guardia Civil
C/ Guzmán el Bueno, 10**

La salida al Museo de la Guardia Civil me ha parecido muy interesante.

La guía, que era guardia civil, nos fue explicando todo el museo. Nos explicó los tipos de banderas de España, tanto la actual como banderas pasadas (de la República, del tiempo de Franco). Me ha gustado mucho ver las fotos de todos los jefes de la Guardia Civil y todas las armas que tienen requisadas a los maquis y a ETA. También había un bar muy grande, con buena comida y aperitivos.

Me alegro mucho de haber ido, me gustó todo lo que vi.

FELIX BENAVENTE

Hemos realizado una salida en dos microbuses de la residencia, hacia la calle Guzmán el Bueno, dónde se encuentra el museo de la Guardia Civil. Una vez allí, nos presentaron a nuestra guía guardia civil, de altura considerable (1'90 m aprox.), la cual fue aleccionándonos sobre las condiciones del museo.

Lo primero que vimos fue la estatua en bronce del Duque de Ahumada, fundador de la Guardia Civil en 1864. Después vimos la sala de las banderas que ha tenido España desde el reinado de los Reyes Católicos hasta nuestros días. Nos explicaron que las astas de las banderas terminan en punta de lanza para que los soldados portadores de éstas, pudieran defenderse en caso de ataque enemigo. De estas lanzas penden unas telas llamadas corbatas, que varían de color según la batalla.

Después, vimos diferentes armas de fuego que han existido. Desde el "Arcabuz", hasta los últimos misiles caseros retirados a la banda ETA por la Guardia Civil. Había trabucos, revólveres, espindargas, fusiles, ametralladoras, pistolas, etc.

Luego vimos los uniformes que han llevado los guardias civiles a través de los tiempos. Los distintos tocados, como el gorro cuartelero y el tricornio (muy célebre en el cuerpo).

Pasamos también a la sala de distintos motivos, para mí la sala más bonita del museo, con sus soldaditos de plomo y madera artesanales. También había una silla dónde se hacían los interrogatorios y una emisora de radio (la primera que utilizó la guardia civil).

Es un museo de lo más pintoresco, que emociona a los hombres de buena fe.

ANTONIO LOZANO

Albertia

Excursión:

**MUSEO
del
TRAJE**

Precio: 15,43€

Miércoles 6 Noviembre 2013
Salida del Centro: 11'00 horas

ACTIVIDADES

Albertia
Servicio Social

Celebración:

**Día de la
Virgen de la
Almudena**

Viernes 8 Noviembre 2013
17'30 h - Salón de Actos

CONCERTOS

Actuación:

**Coro rociero
Valdebernardo**

Viernes 15 Noviembre 2013
17'30 h - Salón de Actos

Albertia
Servicio Social

Albertia

Excursión:

**CATEDRAL
DE LA
ALMUDENA**

Precio: 15,43€

Jueves 21 Noviembre 2013
Salida del Centro: 11'00 horas

Albertia
Servicio Social

Actuación

Asociación CULTURAL

Flamenca:

"LOS VERDIALES"

Viernes 22 Noviembre 2013
17,30 h - Salón de Actos

Albertia
Servicio Social

MARTES 26 NOVIEMBRE

**"FOREVER"
ALBERTIA
MORATALAZ**

**PREMIOS
NICO
2013**

TEATRO REINA VICTORIA

**GALA DE ENTREGA
DE PREMIOS**

¡¡EL DESENLACE!!

Albertia
Servicio Social

**TARDE DE
KARAOKE**

Viernes 29 Noviembre 2013
17'30 h - Salón de Actos

Vacunación contra la Gripe

La gripe es una enfermedad muy contagiosa originada por los virus de la gripe, que ocasiona en los humanos una infección aguda del aparato respiratorio.

Una vez contraída la gripe, la mayoría de las personas se curan completamente en una semana o diez días. Las personas de edades avanzadas y todas aquellas que padecen enfermedades crónicas, son más susceptibles de sufrir complicaciones graves.

El virus de la gripe es muy contagioso. La transmisión se produce de persona a persona a través de pequeñísimas gotitas de saliva que expulsamos por la nariz o por la boca al hablar, toser o estornudar.

El virus tiene gran poder para cambiar de estructura continuamente e irrumpir puntual cada año durante el otoño – invierno en el hemisferio norte, con más o menos virulencia dependiendo precisamente de los cambios. Estas mutaciones son la causa por las que las vacunas, para prevenir la enfermedad, se tienen que revisar todos los años, para poder proteger de las cepas de virus que van a circular en ese invierno.

¿Quién debe vacunarse?

- Todas las personas a partir de los 60 años de edad.
- Todas las personas menores de 60 años que pertenecen a grupos de riesgo:
 - ✿ Personas con enfermedades respiratorias o cardiovasculares
 - ✿ Personas con enfermedades crónicas que comprometen el aparato respiratorio
 - ✿ Enfermos con afecciones metabólicas crónicas (diabetes, obesidad mórbida)
 - ✿ Inmunodeprimidos
 - ✿ Personas que conviven con personas de riesgo
 - ✿ Personas que realicen servicios esenciales para la comunidad: bomberos, policías, militares, medios de comunicación, etc.
 - ✿ Personal médico, de enfermería y otros trabajadores sanitarios
 - ✿ Residentes en instituciones
 - ✿ Mujeres embarazadas
 - ✿ Trabajadores de instituciones cerradas

En nuestra residencia, la campaña de vacunación se ha realizado durante el mes de Octubre, quedando vacunados así residentes y trabajadores.

Aprovechamos para presentaros a la coordinadora de enfermería, Fuensanta, que ha gestionado el tema de la vacunación, junto al servicio médico.



Fuensanta Martínez, coordinadora de Enfermería de Albertia

Albertia MORATALAZ

Hacienda de Pavones 261

28030 Madrid

91 324 68 00

moratalaz@albertia.es

Facebook: Albertia Moratalaz

Albertia
Servicios Sociosanitarios