

ALEGRÍA MENSUAL

Albertia Moratalaz

Bienvenidos
a Vuestro
Hogar



MAYO 2014

FERIA DE SAN JUAN

Albertia

Servicios Sociosanitarios

Limonada

Mercadillo

Juegos

AMENIZADO CON MÚSICA PARA BAILAR

Martes 24 Junio 2014

17,30 h - Patio Central

- INDICE -

FERIA DE SAN JUAN	-	Página 2
ADIVINANZAS SOBRE EL TIEMPO	-	Página 4
CUMPLEAÑOS DE JUNIO	-	Página 5
HISTORIAS BREVES	-	Página 6
EL PEDIGÜEÑO	-	Página 7
SIGNIFICADOS	-	Páginas 8 y 9
MI HERMANO	-	Página 10
LOS RICOS	-	Página 11
TAREAS DE JARDINERIA EN JUNIO	-	Páginas 12
EL MÉDICO	-	Página 13
EL RINCÓN DE LA POESÍA	-	Página 14
RINCON DEL DIBUJO: FLORES	-	Página 15
¿QUIEN ES QUIEN?	-	Página 16
VISITA AL CASTILLO	-	Página 17
PASATIEMPOS	-	Páginas 18 y 19
ESTUDIANTE DE SALAMANCA	-	Páginas 20 y 21
COCINA DEL MUNDO: GRECIA	-	Página 22
ACTIVIDADES CULTURALES	-	Página 23
OLA DE CALOR	-	Página 24

ADIVINANZAS SOBRE EL TIEMPO

Por JESÚS MARÍN

Tengo agujas y no sé coser,
tengo números y no sé leer.



Dos hermanas en la plaza,
ambas marchan a la par,
si una da doce vueltas,
la otra una, nada más.

Doce caballeros,
nacidos del sol,
todos mueren antes
de los treinta y dos.

Un árbol con doce ramas,
cada rama, cuatro nidos;
cada nido, siete pájaros:
cada cual con su apellido.



Doce señoritas
en un mirador,
todas tienen medias
y zapatos no.

Con una manguera,
casco y escalera
apago los fuegos
y las hogueras.

CumpleAños Junio 2014

Rosa Marinas cumple el 2 de Junio 89 años

Carmen García de Castro cumple el 3 de Junio 92 años

Faustino San Juan cumple el 5 de Junio 95 años

Pedro Ruíz cumple el 6 de Junio 88 años

Francisca López cumple el 7 de Junio 85 años

Maximina Hernando cumple el 8 de Junio 83 años

Laurena Martín cumple el 8 de Junio 93 años

Antonia Ciria cumple el 10 de Junio 83 años

Oliva Rodríguez cumple el 10 de Junio 86 años

Jesús Marín cumple el 10 de Junio 86 años

Margarita Padilla cumple el 11 de Junio 82 años

Joaquina Sánchez cumple el 12 de Junio 86 años

Julián Garrido cumple el 12 de Junio 88 años

Victoria Villar cumple el 14 de Junio 79 años

Bonifacia Merino cumple el 15 de Junio 89 años

Aureliana Galindo cumple el 16 de Junio 92 años

Dolores López cumple el 16 de Junio 89 años

Adela Santolaya cumple el 18 de Junio 92 años

Francisca Prado cumple el 21 de Junio 89 años

Jesús Juste cumple el 27 de Junio 95 años

Fermina Humanes cumple el 30 de Junio 98 años

Julia Salvador cumple el 30 de Junio 72 años

Historias breves

Por JUANA ASENSIO

El abuelo se fue a vivir con su hijo, su nuera y su nieto de cuatro años. Ya las manos le temblaban, su vista se nublaba y sus pasos flaqueaban. La familia completa comía junta en la mesa, pero las manos temblorosas y la vista enferma del anciano hacían el alimentarse un asunto difícil. Los guisantes caían de su cuchara al suelo y cuando intentaba coger el vaso, derramaba la leche sobre el mantel.

El hijo y su esposa se cansaron de la situación.

- Tenemos que hacer algo con el abuelo - dijo el hijo. - Ya he tenido suficiente. Derrama la leche hace ruido al comer y tira la comida al suelo.

Así fue como el matrimonio decidió poner una pequeña mesa en una esquina del comedor. Ahí, el abuelo comía solo mientras el resto de la familia disfrutaba la hora de comer. Como el abuelo había roto uno o dos platos, su comida se la servían en un plato de madera. De vez en cuando miraban hacia donde estaba el abuelo y podían ver una lágrima en sus ojos mientras estaba ahí sentado solo. Sin embargo, las únicas palabras que la pareja le dirigía, eran frías llamadas de atención cada vez que dejaba caer el tenedor o la comida.

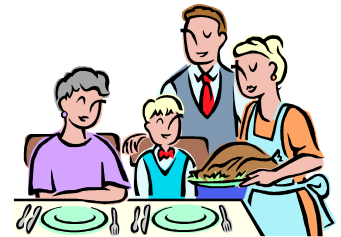
El niño de cuatro años observaba todo en silencio. Una tarde antes de la cena, el padre observó que su hijo estaba jugando con trozos de madera en el suelo. Le preguntó dulcemente:

- ¿Qué estás haciendo?

Con la misma dulzura el niño le contestó:

- Ah, estoy haciendo un tazón para ti y otro para mamá para que cuando yo crezca, podáis comer en ellos.

Sonrió y siguió con su tarea. Las palabras del pequeño golpearon a sus padres de tal forma que quedaron sin habla.



Seríamos unos seis o siete. Cada uno haciendo lo que se le ocurría la profesora Raquel, que nos observaba en silencio. A mí no se me ocurría nada sobre lo que escribir en ese momento. De pronto pensé comencé a recordar la sesión de la mañana con Nieves:

“De pronto me fijo en una gran ventana azul, pienso que era la entrada al cielo, la cruzo y me encuentro en una gran sala, llena de una energía tan positiva que me siento feliz dentro de ella, dentro de esta sala hay 10 o 12 sillas formando círculo, cada silla ocupada por una persona y en el centro una maestra. Me siento en una silla que estaba vacía y empiezo a meditar, viene la maestra y me pone las manos en la cabeza sintiéndome tan feliz que no quería despertar. ¡¡Sí!! Despertar, porque estoy segura que era un sueño, sí, un sueño mágico. Me sentía feliz viendo una cantidad de colores que para mí eran especiales: Blancos, azules, malva, negros, etc... y en particular un puntito blanco que parecía una estrella, que se iba haciendo un remolino cada vez más grande, que casi me llegó a cubrir mi cara. Me asusté un poquito, la maestra lo notó y me dijo que no me asustara, que era muy positivo para mi mente.”

El pedigüeño

Por ANTONIO LOZANO

- Es el caso, señor alcalde de este pueblo, que yo por la misericordia de Dios, soy casado y con la paz da la Santa Madre Iglesia, tengo dos hijos estudiantes. El mayor estudia arquitectura y el menor quiere ser licenciado en no sé qué cosa. Soy viudo, porque mi mujer murió, o mejor dicho, la mató el médico, que la dio una purga estando preñada, y si Dios lo hubiera permitido, habría sido un niño, que cuando fuera mayor, yo le pondría a estudiar para doctor en medicina, para que no tuviera que envidiar a sus hermano el arquitecto y el licenciado.

- De modo que, si vuestra mujer no hubiera muerto, ¿no serías ahora viudo? - Le dijo el alcalde.

- ¡No señor! ¡De ninguna manera! Sigo pues... resulta que este hijo mío que ha de ser arquitecto, se ha enamorado de una hija de un señor riquísimo de alta alcurnia, pero que a mi hijo no le traga, por ser más bien alocado. Cuando era niño se cayó en el umbral de la casa y tiene el rostro arrugado como un pergamino y los ojos algo llorosos, pero tiene una condición que se aporrea la cabeza contra las paredes cuando se pone nervioso. Aunque la muchacha es como una perla oriental, mirada del lado derecho parece una flor del campo, por el lado de la izquierda no tanto porque le falta ese ojo que le saltó cuando saltó de un potro. Es tan limpia que por no ensuciarse la cara tiene la nariz arremangada, la boca grande y puede que le falten diez o doce dientes y muelas. De los labios no tengo nada que decir, porque son tan sutiles y delicados, que el color que usa comúnmente es el verde jaspeado, el azul y el aberenjenado. Perdóneme el señor, pero, como al fin y al cabo ha de ser mi hija, la pinté con cortesía. La altura de su cuerpo es cosa de gran admiración pues está un poco agobiada y encogida, que tiene las rodillas cerca de la boca, pero que si pudiera levantarse daría con la cabeza en el techo, y ella hubiera dado la mano a mi arquitecto si pudiera extenderla pues tiene un nudo en ella, y las uñas largas y acanaladas que demuestran su bondad y buena hechura. Una de las noches que se quedaron solos en mi casa, mi hijo el arquitecto, que es un poco simple, se pasó la noche de rodillas y rezando porque la novia le dijo que era “virgen”. Le suplico al señor alcalde que me dé una carta de recomendación para mi consuegro, suplicándole que autorice este casamiento, pues aunque somos desiguales en fortuna los muchachos son más bien iguales.

- ¿Queréis alguna otra cosa?

- Digo señor, que si a vuestra merced le viene a bien el darme una cantidad de dinero no menor de doscientos mil euros para ayuda de la dote de mi arquitecto. Digo para que ponga la casa, porque al fin y al cabo han de vivir solos sin estar sujetos a las impertinencias de los dos suegros.

- ¡Voto al demonio! Patán, rústico, malmirado, bellaco, pintor de desgracias, hediondo, socarrón, mentecato, desalmado, carroñero, desarrapado, borracho, troglodita, mástil sarnoso... ¿de dónde quieres que saque doscientos mil euros?

- ¡De los fondos del ayuntamiento!

SIGNIFI

AMISTAD

Para mí, la amistad es que si una persona que tratas necesita alguna cosa en que puedes ayudarlas, no dudar en ofrecerte para lo que necesite.



TELEFONO

Elemento que usamos según nuestras necesidades que nos facilita la comunicación en cualquier sitio que estemos.

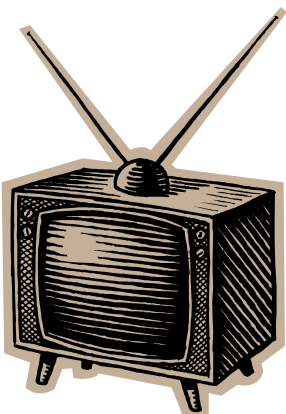
LAPICERO

Es un trozo de madera con una mina de carbón en el interior, que nos ayuda a plasmar nuestras ideas en un papel.



CONFIANZA

La confianza es no dudar de alguna persona o cosa.



TELEVISOR

Un invento nacido de la investigación, que nos permite ver escenas más o menos importantes de lo que ocurre en diferentes partes del mundo.

CADOS

Por AGUSTIN CASTRO y
MERCEDES LÁZARO

VASO

Es un recipiente de vidrio, plástico u otros materiales que nos sirve para beber.



AMOR

Amar es querer a una persona que antes no conocías o tratabas poco.

FUERZA

Voluntad de hacer alguna cosa que no te gusta hacer.

COCHE

Vehículo a motor que nació sustituyendo al carro, la calesa y la carroza, y que el hombre ha ido perfeccionando.



BOTELLA

Objeto que sirve para envasar el agua y otros líquidos, o transportarlos en grandes aljibes o depósitos.



MI HERMANO

Por SOLEDAD BERMEJO

Os contaré una parte que he vivido cuando era jovencita.

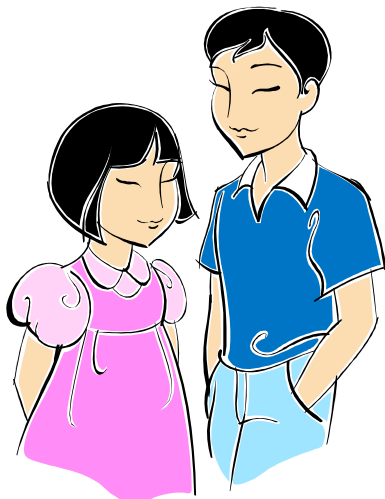
Mi hermano mayor tartamudeaba cuando se ponía nervioso. Un día se enfadó conmigo y empezó a tartamudear “que, que, que”, y yo empecé a cantar “tralará tralará”. Se enfadó tanto que creí que iba a pegarme, pero no llegó la cosa a tanto. Después, me enfadé conmigo misma por haberle hecho rabiar.

El domingo siguiente le regalé una cajetilla de tabaco y unas cerillas. No me las quería coger y para que aceptara mi obsequio tuve que prometerle que no volvería a reírme de su tartamudeo.

Un día me regaló unos zapatos. Os podeis figurar la alegría que me dio. Me emocioné mucho. Siempre le estuve agradecida pues tener unos zapatos nuevos en aquellos tiempos era un tesoro.

Él era mayor, tendría unos 30 años, y yo no había cumplido aún los 14. Era serio, muy atractivo y estirado.

Cuando se casó cambió mucho. A mí no me gustaba su mujer, pues yo esperaba algo mejor para él, pero así fueron las cosas.



Os diré que el día que murió, estábamos con él Agustín y yo solos. Me llevé un gran susto cuando dejó de respirar. Nunca había visto morir a nadie y tuvo que ser él precisamente.

LOS RICOS

Por ANTONIO LOZANO

Soy un observador y he comprobado que el mundo de los ricos es un mundo de ganadores. Entonces, ¿por qué tienen esa expresión tan ceñuda? ¿Por qué están cansados, acosados y nerviosos? ¿No debía ser divertido el ser rico?

He comprobado que los ricos son diferentes a nosotros, los pobres. Se visten, se calzan, comen y beben de otra manera. Pero parece que se comen las uñas al estar tensos, frenéticos y atemorizados, tal vez se divirtieron mucho cuando tenían veinte años. Ahora el ser rico parece un trabajo forzoso. Una de las mujeres ricas, flaca como un palo, con la piel curtida por el sol, de nariz larga, caderas, mandíbulas, rodillas y codos prominentes, viste un modelo "Valentino". Su acompañante, un bravo mozo, es el monitor del tenis, de los ejercicios y de los masajes. Es la señora de un banquero, naturalmente rico, que nunca sale de su despacho y que tiene cuatro secretarias muy bonitas y muy decentes. El tal señor tiene como amante oficial una de las mujeres más guapas de Madrid: Josefa la de los collares; alta, esbelta, con glúteos firmes, siempre insinuantes bajo la seda del vestido color rojo (su color preferido), la cabellera de un rubio oro nuevo, cuello quizás un punto escandalosamente largo como el de algunas madonas, ojos grandes de color de la miel, sonrisa siempre insinuada, y risa abierta provocativa y desvergonzada, mensajera de toda clase de placeres.

Otras mujeres ricas entran en los bailes de alta sociedad, acompañadas por hombres de más o menos edad, vestidos de etiqueta sujetándolas por los hombros, por la cintura o por otras partes de sus esqueléticos cuerpos. Una de ellas, enormemente alta y majestuosa, viste un modelo de Christian Dior, (2500 euros), que parece una funda de seda amarilla, con enormes flores de color fucsia, muy acorde con su delgadez. Lleva joyas entrelazadas en el cabello dorado, el cuello flacucho que ha pasado por la cirugía estética, centellea con diamantes color canario, los brazos esclavizados por brazaletes, los dedos atenazados por anillos con grandes perlas, diamantes y esmeraldas. Su acompañante la toma por el codo huesudo y la empuja hacia el bar, dónde les sirven unos licores para entonarse. El baile comienza, se entrelazan las parejas, en principio bailan alegremente, después sudan, los pies acariciados por zapatos hechos a medida de 800 euros el par para que no duelan los juanetes, pisotean y rompen los vestidos largos de grandes firmas, (12000 euros) de esa forma pasan el tiempo los ricos.

Se forman grandes colas en los servicios de señoras y como el servicio de caballeros está vacante, alguna que otra se atreve a entrar en él. A continuación el caballero que la ha acompañado durante la noche, entra en el servicio y tranca la puerta.

Pienso que esto sonará mejor en las revistas de sociedad: Hola, Diez minutos, Que me dices, etc., que lo que es en realidad. En las revistas no se ve el sudor, ni las charlas, ni los chismes superficiales, sólo fotografías y nombres brillantes que provocan la envidia de los pobres perdedores. Un mundo de ganadores con muchos más vicios de los necesarios por su cochino "dinero".

TAREAS DE JARDINERIA EN JUNIO

Por FELIX BENAVENTE

PLANTAS DE INTERIOR Y EXTERIOR

En junio podemos llenar nuestra casa y jardín con una gran variedad de plantas de temporada: begonias, cóleos, petunias, geranios, plantas suculentas... Las rosas se encontrarán hermosas y para que éstas duren, habrá que cortar a menudo las flores secas. Tendremos especial cuidado con las plagas y las enfermedades que durante el verano se intensifican como el pulgón o la araña roja, unas manchas blancas que aparecen en las hojas.

CÉSPED

Para evitar que el césped adquiriera un tono marrón necesita agua cada día, bien sea de la lluvia o regándolo cada mañana. Durante la primavera y el verano el césped crece con fuerza por lo que necesitarás cortarlo cada semana, aunque nunca más de un tercio de las hojas. El fertilizante lo añadiremos los días menos calurosos y deberá ser específico para césped. Empléalo según las instrucciones del fabricante.

RIEGO

Por norma general, a partir de este mes será necesario regar cada mañana las plantas de exterior, la huerta y el jardín. Sin embargo, las plantas de interior se conformarán con un riego cada dos o tres días. Esto es la norma para un mes de junio estándar, con temperaturas cada vez más elevadas y menos cantidad de lluvia, aunque tendremos que tener precaución de no regar en exceso.

ABONO

Este mes tendremos que abonar tanto las plantas de interior como las de exterior, la huerta o el jardín al encontrarnos ante una época de crecimiento. Por ejemplo, tendremos que abonar todos los rosales una vez al mes e incorporar fertilizante líquido a nuestras plantas de interior. Para potenciar las flores optaremos por un abono rico en fósforo y potasio y para plantas verdes, uno rico en nitrógeno.

PODA

Vuelven los meses de poda tras el descanso primaveral. Así, este mes de junio podemos realizar los pinzamientos a los árboles ornamentales y la poda de formación y eliminación de chupones de los arbustos. Por otro lado, podemos aprovechar para reducir el volumen de las plantas trepadoras y dar forma a los setos con una poda de formación y mantenimiento. También podemos aprovechar para quitar las hojas secas de las palmeras.

El médico

Por JUANA ASENSIO

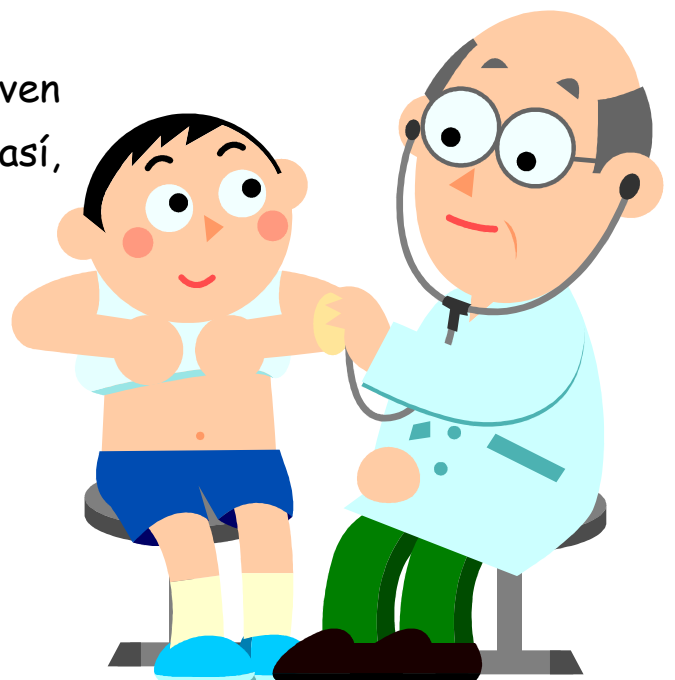
Había, hace muchos años, en un reino muy lejano, un muchacho que quería ser médico. Su familia era muy humilde y él tenía que trabajar en el campo. Un día de labranza, se encontró una caja enterrada que tenía muchas monedas de oro y pensó que con esas monedas y siguiendo trabajando, podría ayudar a su familia e informarse de lo que tenía que hacer para poder irse a la ciudad dónde pudiera estudiar su carrera preferida: la medicina.

Pensaba que cuando hubiera aprendido lo suficiente, podría curar primero a todas las personas que más lo necesitaran y después, situarse cómodamente en la ciudad, poder traer a sus padres para que disfrutaran del bienestar conseguido por él.

Poco a poco, fue consiguiendo lo que quería, con mucho esfuerzo, hasta el punto de hacerse un médico muy famoso.

Un buen día, se cruzó con una bella joven de la que se enamoró perdidamente y así, consiguió la felicidad completa.

A pesar de todo, siguió siendo tan buen hombre como cuando era un humilde trabajador del campo.



RINCÓN LITERARIO

"Al pasar por un período difícil, recuerda: aunque hayas perdido grandes batallas, has sobrevivido y estás aquí. Eso es una victoria. Demuestra tu alegría y celebra tu capacidad para seguir adelante."

El manuscrito encontrado en Accra
Paulo Coelho

DE VEZ EN CUANDO HAY QUE HACER
UNA PAUSA

CONTEMPLARSE A SÍ MISMO
SIN LA FRUICIÓN COTIDIANA

EXAMINAR EL PASADO
RUBRO POR RUBRO
ETAPA POR ETAPA
BALDOSA POR BALDOSA

Y NO LLORARSE LAS MENTIRAS
SINO CANTARSE LAS VERDADES.

Mario Benedetti



"Todos tus sueños
pueden hacerse
realidad si tienes
el coraje de
perseguirlos."

(Walt Disney)

Da siempre lo
mejor de ti, y lo
mejor vendrá...

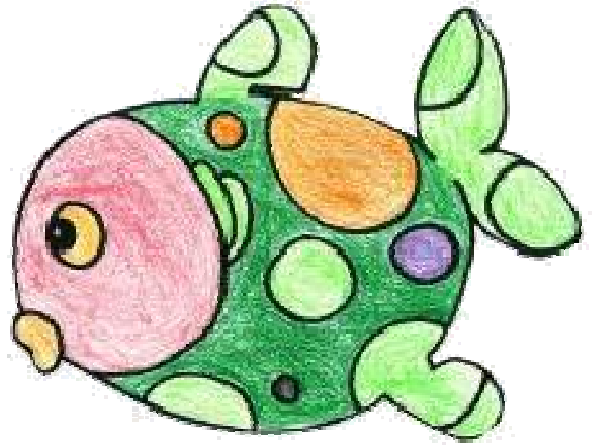
Madre Teresa de Calcuta.



Rincón del dibujo,



Por FRANCISCA FAURA



Por LUISA CEINOS

VARIADO



Por CONCEPCION ALVAREZ



Por JUANA BUENO

¿QUIÉN ES QUIÉN?

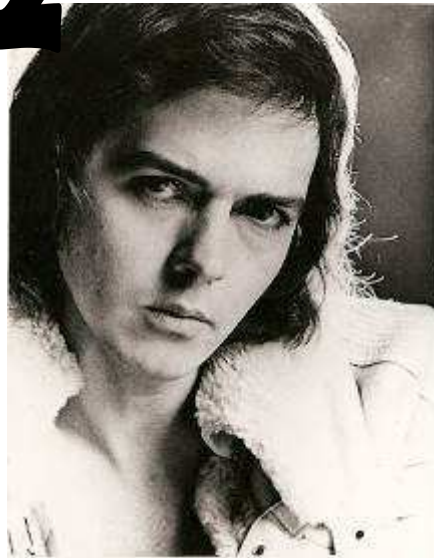
Este mes buscamos cantantes muy famosos. Os damos la primera letra del nombre y el apellido. ¡¡A jugar!!

1



S _____ M _____

2



J _____

3



J _____ P _____

4



S _____

5



M _____

6



J _____ I _____

Visita al CASTILLO

El martes 6 de Mayo acudimos con un grupo de residentes a visitar el **Castillo de Villaviciosa de Odón**, un pueblo del oeste de Madrid.

El Castillo de Odón se construyó a principios del siglo XV por iniciativa de los primeros Condes de Chinchón. Durante el levantamiento comunero, los Capitanes Diego de Heredia y Antonio de Mesa, arrasaron el Castillo en 1521. En 1583 don Diego Fernández de Cabrera encargó su reconstrucción a Juan de Herrera, el arquitecto real. Dos siglos más tarde, en 1738, Felipe V compró el condado de Chinchón, incluido su Castillo. El título de conde de Chinchón le fue concedido unos años después al hermanastro de Fernando VI, que se aficionó a visitar el Castillo. Tanto le gustó el entorno, que encargó a Ventura Rodríguez su rehabilitación y restauración. Incluso le dio su actual nombre a la localidad, Villaviciosa de Odón. El 17 de agosto de 1758, muerta su esposa Bárbara de Barganza, Fernando VI se instaló en la fortaleza, hasta su muerte. La célebre condesa de Chinchón inmortalizada por Goya, también tuvo relación con el Castillo de Odón al casarse con Manuel Godoy, favorito de Carlos IV. En 1808, el mismo año en que se separaba de la condesa, Godoy cayó en desgracia por el motín de Aranjuez y el destino le condujo preso a la capilla del Castillo de Odón, antigua posesión de su suegro. Liberado por Murat, fue llevado a Francia con la familia real, a la que acompañó en su exilio, hasta su muerte. En 1846, se creaba la Escuela Especial de Ingenieros de Montes, que ocuparía y adaptaría el Castillo y la finca anexa dos años después. La fortaleza recuperó el uso militar en 1886, con la instalación del Colegio de Educandos del Cuerpo de Carabineros, aunque por poco tiempo. Igual que otros castillos, fue usado como granero y casa de labor durante muchos años. La Guerra Civil española lo convirtió en cuartel de tropas.

En la actualidad el edificio alberga el archivo de documentación del Ejército del Aire, pero es visitable en varias de las salas y la torre del homenaje. Nuestra guía Cristina nos explicó toda la historia del castillo, y estuvimos en el salón dónde Godoy estuvo encarcelado sus últimos años de vida. Tras la Guerra Civil Española, tuvo que ser restaurado, pues estaba en un enclave de batalla y fue saqueado y muy poco cuidado.

Lo pasamos muy bien aprendiendo un poco más de la historia de nuestra comunidad.



PASATIEMPOS

Encuentra en la sopa de letras
12 palabras que empiezan por Z:

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

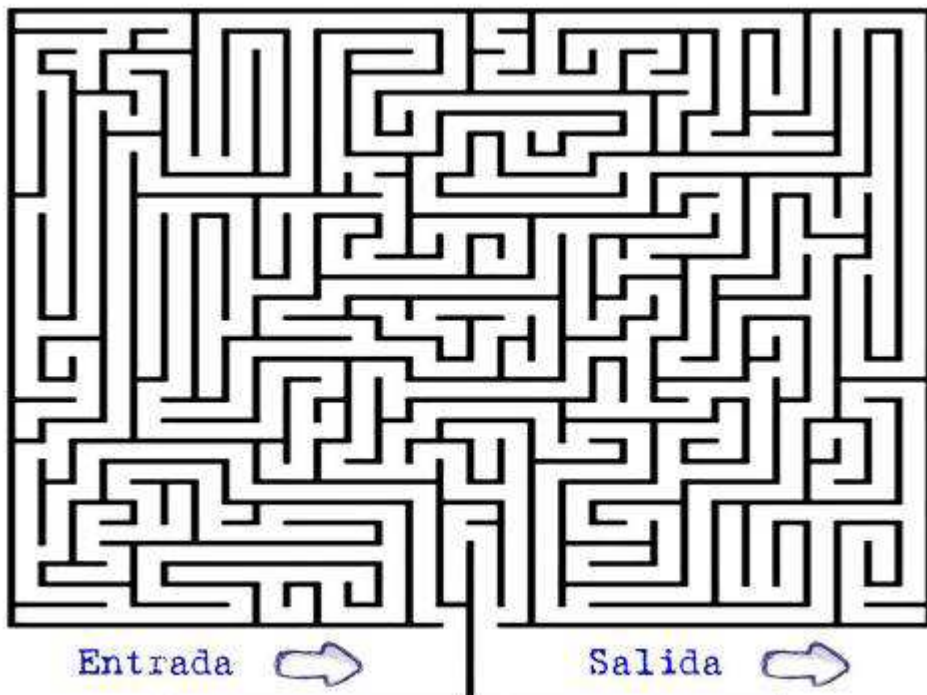
de primavera

SUDOKU

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



Laberinto



El estudiante de

Había una vez un estudiante de Salamanca, que en época del estío, como no tuviera nada que hacer, se marchó a mendigar por las tierras de Castilla y Andalucía, con una guitarra y unas cuantas coplas que sabía y las que no sabía se las inventaba.

Antes de emprender el camino, se encomendó a San Cipriano, pidiéndole buena suerte. Al apartar la mirada del Santo, vio en el suelo algo que brillaba. Lo recogió y comprobó que era un anillo de oro con un sello que tenía grabado dos triángulos cruzados de manera que formaban una estrella. Y según le dijeron a mí, era un signo cabalístico inventado por el Rey Salomón, de enorme poder para toda clase de encantamientos.

Con el anillo, la guitarra y su buena disposición fue caminando de pueblo en pueblo donde los aldeanos, villanos, alcaldes, mozos y mozas le atendían en sus necesidades alimenticias con el solo hecho de que tocara su guitarra y cantara en las plazas. Cantaba boleros, fandangos, pasodobles y canciones que entusiasaban a las gentes y que bailaban en los atardeceres a la dulce y suave luz del crepúsculo. Al fin de su vagabundeo, alcanzó la ciudad de Granada, donde siguió con sus métodos de mercadeo con la guitarra.

Una tarde en la fuente del Avellano, lugar de moda donde los aguadores se divertían, vio subir por la cuesta a un padre cura, que se apoyaba suavemente en el brazo de la criada, a no dudar la “cordera” del amantísimo pastor. ¡Y que “cordera”! Andaluza de los pies a la cabeza, madura, apetecible, pero al mismo tiempo tan tímida, estaba siempre con los ojos bajos.

El buen padre tomó asiento en el banco de piedra, mientras la criada se apresuraba a traerle un vaso de agua fresca y cristalina. La sorbió con gusto adicionándola una yema escarchada y al devolver el vaso, la pellizco la mejilla con gran ternura.

- ¡Ah, que buen pastor! – Se dijo el estudiante - ¡Qué felicidad sería recogerme en su aprisco teniendo por compañera esa bonita “cordera”!

Hizo averiguaciones sobre quién era el padre, (un santo) tenía una mula lustrosa, una ama muy hábil en preparar gollerías en la mesa y su “cordera” para que le mullera la almohada por las noches y le sirviera el chocolate caliente con picatostes por la mañana.

Por más que trató de enamorar a la andaluza no lo consiguió.

Una tarde cerca de la Alhambra, encontró a un soldado, que vestía un uniforme algo anticuado y que a pesar de ello la gente no se fijaba en él.

de Salamanca

Por ANTONIO LOZANO

El estudiante le preguntó:

- ¿A qué ejercito perteneces? ¡Tienes un uniforme un poco antiguo con esa coraza y esa lanza!

- A la guardia real de Isabel y Fernando.

- ¿Cómo? ¡Hace tres siglos que existió ese cuerpo!

- ¡Y durante tres siglos he estado montando guardia en este lugar! ¿Deseas hacer fortuna?

La respuesta del estudiante fue mostrar su capa harapienta.

- ¡Alto! ¡Si es para hacer una bellaquería, no me moverás de aquí!

- No temas, que soy cristiano viejo y mi espada no ha sido nunca empuñada sino en defensa de mi patria y de mi honor.

El estudiante, le siguió asombrado. Llegaron al pie de una de las torres de la Alhambra y con la punta de la lanza, tocó el soldado en las piedras, después de un gran ruido infernal apareció una abertura por donde pudieron pasar a una habitación muy bien iluminada por una luz misteriosa.

- Este cofre está lleno de inmensos tesoros en oro, plata y piedras preciosas. Si tú rompes el hechizo que me tiene prisionero, la mitad será para ti.

- ¿Cómo podré conseguirlo?

- Se necesita la ayuda de un sacerdote cristiano viejo, que esté sin comer veinticuatro horas antes de hacer el exorcismo, y una doncella irreprochable a prueba de toda tentación.

- No temas, ya tengo el sacerdote y la doncella, pero, ¿cómo puedo entrar en el tesoro?

- ¡El anillo de Salomón, te abrirá el camino! ¡Se lo das a la doncella!

Al día siguiente, el estudiante trató con el cura, sobre la gran cantidad de limosnas que se podían dar con la enorme fortuna del cofre del soldado.

CONTINUARÁ...

Cocina del Mundo:

GRECIA

Este mes traemos la Musaka, una receta originaria de la zona del medio Oriente y los Balcanes, aunque la más conocida es la Musaka griega. Es un plato con cierto parecido a la lasaña, por estar compuesta por varias capas en las que se combinan los ingredientes.

Musaka

Ingredientes

2 berenjenas grandes; 2 tomates grandes maduros; 400 gr. de carne de cordero picada; aceite de oliva; sal; pimienta negra; canela molida; 1 huevo; 1 yogur griego; 50 gr. de queso feta; queso rallado.



Preparación

Cortamos las berenjenas en rodajas no demasiado finas, le echamos y las freímos un poco en abundante aceite de oliva. Una vez fritas las dejamos escurrir sobre papel absorbente, para que pierdan todo el exceso de aceite. En ese mismo aceite añadimos la carne picada de cordero, a la que previamente le hemos añadido sal, pimienta negra y un poco de canela molida, junto al tomate triturado. Una vez comience a dorarse la mezcla, la apartamos. En una bandeja de horno previamente engrasada, montamos la primera capa con las berenjenas, recubriendo todo la bandeja. A continuación añadimos la mezcla de carne y tomate encima de la capa de berenjenas. Para la última capa, la superior, mezclamos en un cuenco el huevo, un yogur griego y el queso feta desmigado. Una vez estén bien mezclados los ingredientes, echamos por encima en la bandeja, y espolvoreamos un poco de queso rallado. Esa es la receta tradicional, pero también se puede sustituir la mezcla de huevo, queso y yogur por una bechamel tradicional. Por último metemos en el horno, previamente precalentado, durante una hora aproximadamente, a 180°C, controlando que no se queme la capa superior. Una vez lista, dejar reposar unos 30-40 minutos para que la musaka adquiera consistencia y se pueda servir sin que destrocen las distintas capas.

Albertia
Servicio Comunitario

Tarde de KARAOKE



Viernes 6 Junio 2014
17'30 h - Salón de Actos

ACTIVIDADES

Albertia

TARDE DE CINE

Viernes 13 Junio 2014
17'30 h - Salón de Actos



CURSOS

Albertia

CHARLA: La Ola de calor



IMPARTIDA POR:
Servicio Medico
del Centro

Martes 17 Junio 2014
11'30 h y 18'00 h
Salón de Actos

Albertia
Servicio Comunitario

ACTUACIÓN: Grupo RITUS SENIORS



Miércoles 18 Junio 2014
17'30 h - Salón de Actos

Albertia

CONCURSO: Miss y Mister

Edición
VERANO



Viernes 20 Junio 2014
17'30 h - Salón de Actos

FERIA DE SAN JUAN
Albertia
Servicio Comunitario

Limonada Mercadillo Juegos



AMENIZADO CON MÚSICA PARA BAILAR

Martes 24 Junio 2014
17,30 h - Patio Central

Gran tarde de BINGO



Viernes 27 Junio 2014
17'30 h - Sala de T.O.

La Ola de Calor

La ola de calor es un estado climático de varios días de duración con **temperaturas muy elevadas** y grado de humedad extremo. Los efectos negativos sobre la salud de la ola de calor se producen por:

- Exposiciones en horas de más calor
- Casas muy calurosas
- Pasear a horas extremas sin reponer líquidos
- Pérdidas excesivas de líquido corporal y sudor.

Las manifestaciones son diversas: cansancio, mareos, desvanecimiento, debilidad, sudoración fría, palidez, dolor de cabeza, fiebre por encima de 39°C, somnolencia, calambres musculares y piel caliente y seca, entre otros.

Las personas con mayor riesgo de sufrir un golpe de calor son:

- Mayores que viven solos
- Personas con problemas circulatorios y obesos
- Personas en tratamiento con diuréticos, antihistamínicos o laxantes
- Personas con cuadros febriles o/y encamados
- Mayores con poca ingesta hídrica por falta de sed

Para combatir estos golpes de calor, se pueden seguir una serie de consejos sencillos:

- No salga durante las horas más calurosas del día
- Camine despacio por lugares con sombra y protección solar
- Evite actividades físicas intensas
- Beba 2-3 litros de agua no muy fría
- No tome bebidas con cafeína o alcohólicas
- Evite alimentos que favorecen pérdida de líquidos: frutos secos, alimentos ricos en sal y grasas
- Tome mucha fruta verdura y alimentos frescos
- Comidas ligeras varias veces al día
- Baje persianas en horas más calurosas

El próximo martes 17 de Junio, a las 11'30 h y a las 18'00 h nuestros médicos impartirán sendas charlas sobre la Ola de calor, para aclarar todas las dudas que os puedan surgir.



*Juan Manuel Rodríguez
Médico turno mañana
Albertia Moratalaz*

Albertia MORATALAZ

Hacienda de Pavones 261
28030 Madrid

91 324 68 00

moratalaz@albertia.es

Facebook: Albertia Moratalaz

Albertia
Servicios Sociosanitarios