

REVISTA RESIDENCIA  
MAYORES ALAGÓN



**RAI****Z****ES**

EJEMPLAR Nº 7  
SEPTIEMBRE 2015  
REVISTA TRIMESTRAL

No te pierdas nuestro sumario de la A a la **Z**:

- Entrevista **Z**ercana
- Pien**Z**a en ti...
- Coctel de Notici**Z**ias
  - ¡¡¡Feli**Z**idades!!!
  - Arte con **Z**
  - Hasta la Co**Z**ina
  - ¿Qué Ocurrió...?
- Nuestras A**Z**tividades
- Mis Rai**Z**es
- Cartas a la Rai**Z**
- Rompecabe**Z**as

## Entrevista **Z**ercana

---

Hola a todos, soy Cristina, auxiliar de este centro desde hace 15 años.



Nací en Figueruelas y crecí allí junto a mis 4 hermanos y mis padres. Antes que a mí, mis padres tuvieron una niña llamada María de los Ángeles que falleció de bebé, así que cuando yo nací, era el centro de toda mi familia puesto que todos eran varones.

Cuando era pequeña, mis padres tenían un bar del que tengo muy buenos recuerdos. Por la época en la que nací, a toda mi familia nos tocó trabajar desde pequeños, yo repartía leche a los 8 años por las casas del pueblo.

En la adolescencia estudié peluquería y luego monté mi propio negocio en el baño de casa de mis padres, por aquella época se estilaba mucho, estuve muchos años ahí cortando pelos y haciendo permanentes que era lo que se llevaba entonces.

Al cabo de los años conocí a mi marido con el que llevo casada 36 años y con el que tengo dos preciosas hijas de 35 y 25 años y un nieto que son lo mejor de mi vida.

Marché a Alagón a vivir y trabajé en una tienda de moda, desempeñando una de las cosas que más me gusta hacer, coser.

Pasaron los años y por circunstancias de la vida, me formé y empecé a trabajar aquí, descubriendo cosas maravillosas junto a los mayores.

Ellos forman parte de mi vida, me enseñan muchas cosas a diario y me hacen sentir válida día a día.

He conocido personas y compañeras increíbles con las que guardo gran amistad.

Gracias por estar en esta familia, que me hace venir con ganas y vivir día a día con una gran sonrisa.

Para terminar decir que soy una persona muy abierta, me gusta hacer labores y amante de mi familia. Me gusta la playa y salir a cenar con mi marido.

## PienZa en ti...

---

Una vez más, pensamos en nosotros mismos y os damos 3 útiles consejos para afrontar situaciones que producen extrañeza en muchos casos...

5

**Desconfianza:** Cuando nuestro familiar se muestra enfadado, no debemos discutir con ella ni confrontar la realidad. Nos será mucho más útil respetar que está enfadado, asegurarle que está en un lugar seguro y que nadie quiere hacerle daño.



**No reconocimiento de las personas:** Es una de las situaciones que más sufrimiento provoca. Cuando esto ocurra, intentaremos buscar la conexión con la otra persona a través de otros estímulos (el tacto, el olfato, el oído...) que estén ligados a experiencias emocionales entre nuestro familiar y nosotros mismos.



**Ideas delirantes:** Cuando éstas aparezcan, será importante mantener una actitud comprensiva, mantener la calma, no discutir ni seguirle la corriente. Será muy importante averiguar el origen de estos delirios, tratar de darles sentido y con ello conseguiremos tratar de prevenir su aparición.

# Coctel de NotiZias

¡¡¡FeliZidades!!!

## CUMPLEAÑOS JULIO



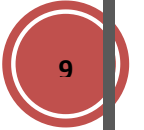
¡¡¡FeliZidades!!!

CUMPLEAÑOS AGOSTO



¡¡¡FeliZidades!!!

CUMPLEAÑOS SEPTIEMBRE



## Arte con **Z**

---

Sección dedicada a todas aquellas actividades que requieren destreza “artística” de nuestros residentes, familiares y trabajadores.

Porque el arte es algo más que dibujar o pintar, porque el arte es algo más profundo, algo que nos une y nos da a conocer...

Ahí va nuestra pequeña muestra:

*Somos creativos...*

### Taller Medallas GerOlimpicas





*Taller Brochetas Chuches*



Taller Corazón Alzheimer



Taller "GeneriArte"



*Taller Acércate a Mí*

“Acércate a ... Carmen Ruíz”

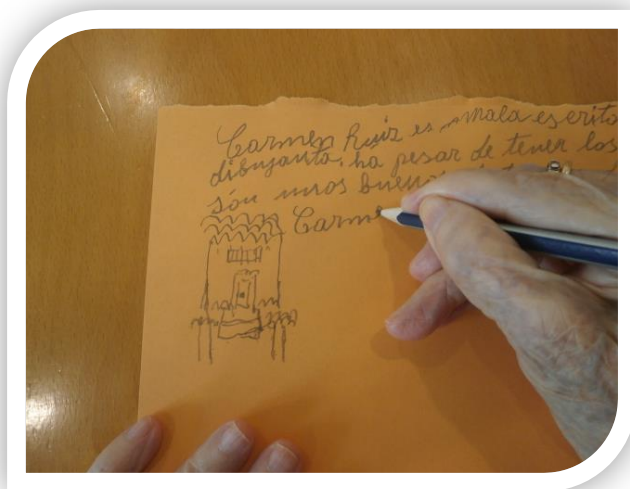


El dibujo expresa de una persona más allá de lo que expresan  
las palabras.

En los dibujos las personas proyectan sus percepciones y sentimientos de una manera inconsciente, y éstos nos ayudan a acercarnos al mundo interior de los demás, de una manera diferente a lo que lo hacen las palabras.

En esta ocasión es Carmen Ruiz quien nos abre sus puertas a través del dibujo:

“¿qué te transmito?, ¿qué te llega de mí?”.





Respecto a los aspectos formales del dibujo, Carmen suele utilizar como emplazamiento del dibujo la zona de arriba de la hoja, lo que podría indicar que se trata de una persona con tendencia a la fantasía e ideación, o también con afán por conseguir niveles altos de éxito.

La presión del trazo es fuerte, mostrando ser una persona asertiva, con tendencia a descargarse en el ambiente.

Con respecto a los contenidos de su dibujo, Carmen siempre repite la misma temática cuando se le pide realizar un dibujo

libre: una casa. Ello representa la importancia que le da a la vida hogareña y a las relaciones interfamiliares.

### Características de sus casas:

16

- Casas a dos niveles: podría estar asociada a un buen nivel cognitivo y a personas sensibles observadoras, detallistas y con buena relación familiar y exterior.
- Casas de campo: relacionada con deseos de búsqueda de tranquilidad, vida apacible y huida del mundo urbano lleno de ruidos y prisas, y huida de lo material.
- Casas con jardín: simboliza el gusto por los espacios abiertos, la naturaleza y los animales.
- Puertas y ventanas cerradas: puede asociarse a evasión del mundo exterior y necesidad de proteger su ámbito más íntimo.

- Techo con tejas y muy elaborado: persona creadora, racional, con gusto por el mundo de los ideales y el pensamiento.
- Animales: relacionados con personas con buen soporte afectivo, preocupados por los sentimientos y cuidados hacia los otros.

## Mis secretos de anfitriona... por Herminia Tejada

Te voy a contar lo que solía  
cocinar en mi casa cuando tenía  
huéspedes...

De primero me gustaba  
sorprenderles con un buen  
consomé porque, como se ha  
dicho siempre, no hay nada que no cure un buen caldo de  
carne y verduras.



A la par que el consomé me gustaba sacar un poco de picoteo, como por ejemplo unas buenas croquetas de pescado, langostinos y espárragos. Todo ello para hacer boca y poder disfrutar del gran plato final: un fenomenal asado de ternasco.



Para terminar, y si les quedaba hueco en el estómago, les sacaba frutica y solía preparar unos flanes caseros. Mmm..., se me hace la boca agua solo de pensarlo...



## Qué Ocurrió

---

*“Si no existieran las residencias, habría que inventarlas”*

(Por Hortensia García)

Si no existieran las residencias habría que inventarlas. El mundo ha evolucionado de tal manera, que la familia hoy en día está diseñada de una manera muy diferente a las de nuestros padres.

Antes, cuando los abuelos llegaban a la senectud, a depender de otras personas para vivir, se les hacía un hueco en la casa, pero hoy en día las casas están vacías, sólo se llenan por las noches, cuando termina el trabajo y el colegio. Solo aquellas personas mayores que no tenían familia ni medios para vivir, eran cuidadas por las monjas de la caridad. Ellas eran las que se hacían cargo de estas personas y las acogían en asilos que mantenían con limosna que pedían en la calle o en las casas.

Ahora, por mucho que nos quieran nuestros hijos, no nos pueden cuidar, tienen que trabajar, quedando, como digo, las casas vacías. Por todo ello, opino que si no existieran las residencias, habría que inventarlas...

## Nuestras **AZ**tividades

A continuación os recordamos los buenos momentos que hemos tenido estos últimos meses en nuestro centro, todos ellos a través de **AZ**tividades, fiestas, actuaciones etc.

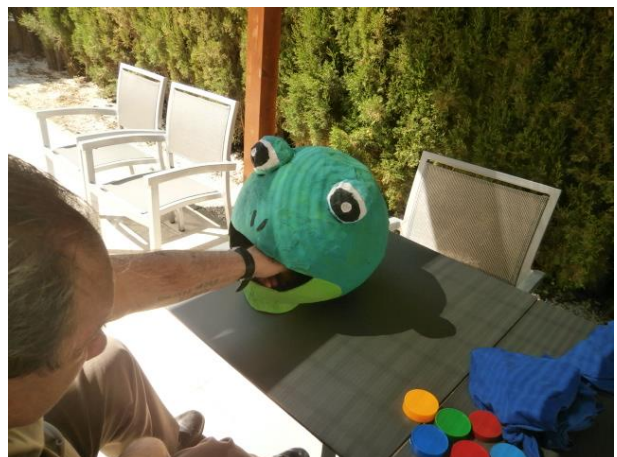
22

### JULIO

#### ○ San Fermín...Pero aquí



## ○ GerOlimpiadas





● *Cumpleaños Julio:*



○ *Mi Abuelo es el mejor: Concurso Selfies, Día Internacional del Abuelo*





## AGOSTO

### ○ Pepito Piscinas



○ Año Solidario: Tren Sweet



○ Fiesta Cumpleaños Agosto



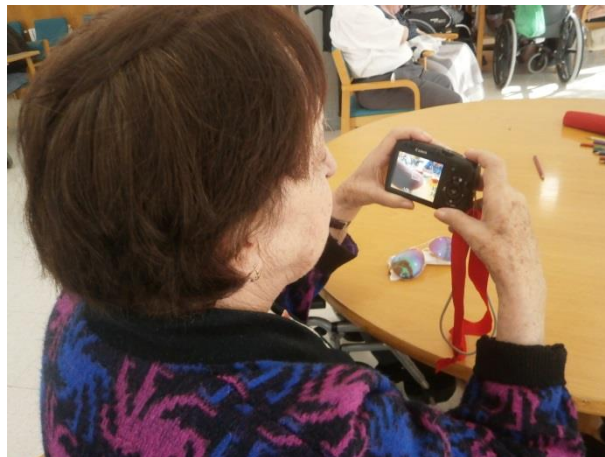


## SEPTIEMBRE

### ○ *Visita de los Gigantes y Cabezudos*



○ *La vida a través de un objetivo*



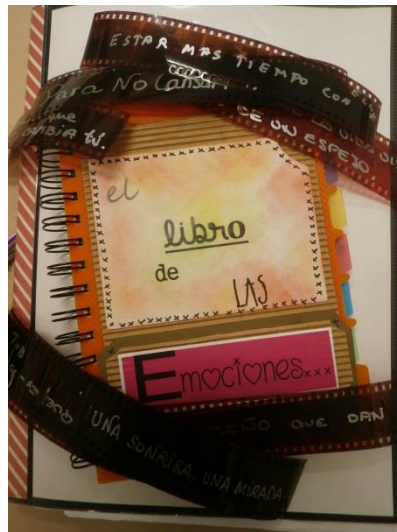
○ *Día del Alzheimer*





o Charla-Coloquio: Alzheimer, tu y yo





○ Cumpleaños septiembre



Y Próximamente...

- *Día del mayor*
- *Ofrenda Flores a la Virgen del Pilar*
- *Excursión Plaza del Pilar*
  - *Sevillanas*
  - *Navidades*
  - *...*

## Mis RaiZes

---

### Elvira Arpal

Yo nací el 6 de marzo de 1942 en Valjunquera, un pueblo de la provincia de Teruel. Mi padre se llamaba Blas y trabajaba de ferroviario en RENFE, siendo el Guarda-agujas, aguantando los banderines para que parasen los trenes que llegaban a la estación allí. Era muy bueno y echaba de menos que estuviese más en casa conmigo, pero le mandaban a trabajar a muchos otros pueblos. Mi madre se llamaba Guadalupe, trabajaba en casa haciendo todas las faenas y a mí me encantaba ayudarle en todo, porque me gustaba estar con ella y porque también estaba malica. Tengo



tres hermanos mayores, Carmen, Isabel y Paco, con todos me llevo muy bien, y una de las cosas que más me han gustado de mi vida ha sido poder cuidar de mis sobrinos, jugar con ellos, llevarlos al parque, pasear,... les quería y les quiero mucho. He vivido en muchos sitios, Valjunquera, Hospitalet, Barcelona,... pero mi lugar favorito siempre ha sido Alcañíz. Allí conocí a mi marido, Fidel, y me casé con él a los 30 años en la ermita de Pueyos. En la actualidad mi comida favorita son los macarrones con tomate y mi bebida favorita la Coca-cola. También me gustan mucho los animales, sobre todo los gatos siameses, como el que tenía mi hermana.

## Cartas a la RaíZ

---

En esta sección trataremos temas de interés general que afecten a cambios organizativos del centro, así como todas aquellas noticias, comentarios, opiniones que nos hagáis llegar a través de:

- Buzón de sugerencias
- email ([vmartinez@albertia.es](mailto:vmartinez@albertia.es))
- en persona

Durante los meses de Julio, Agosto y Septiembre de este año, destacamos:

- Primeras Usuarías de Centro de Día: el primer día del mes de julio, podemos dar por inaugurado el Centro de Día, puesto que llega la primera usuaria...



- Nueva incorporación de TASOC (técnico animador sociocultural), el equipo cuenta con una nueva compañera que anima y dinamiza el día a día del centro.
- En el mes de septiembre el centro ha cambiado de “suministro farmacéutico” (Farmacia Marquina). El cual

se define como: “Sistema Personalizado de Dosificación” que consiste



en preparar la medicación separada

por tomas (mañana, tarde y noche) en sobres

individuales, perfectamente identificados, en los que se

describe:

- Nombre del paciente y médico
- Fecha y hora de la toma
- Nº de medicamentos incluidos

- Descripción de cada uno de ellos (Forma, color, lote y fecha de caducidad)
- Nuevo Proyecto: *“La Vida a Través de un objetivo”*, en el mes de septiembre se ha realizado un taller de fotografía en que algunos residentes han elaborado fotografías basadas en: la luz en la naturaleza. Cada uno de los integrantes presentan a concurso (Departamento de Agricultura, Ganadería y Medio Ambiente del Gobierno de Aragón, que convocaba el **1 Concurso de fotografía para la tercera edad**) una fotografía y además a lo largo de los próximos meses se realizará una exposición fotográfica en el centro con todo el material realizado por nuestros residentes.



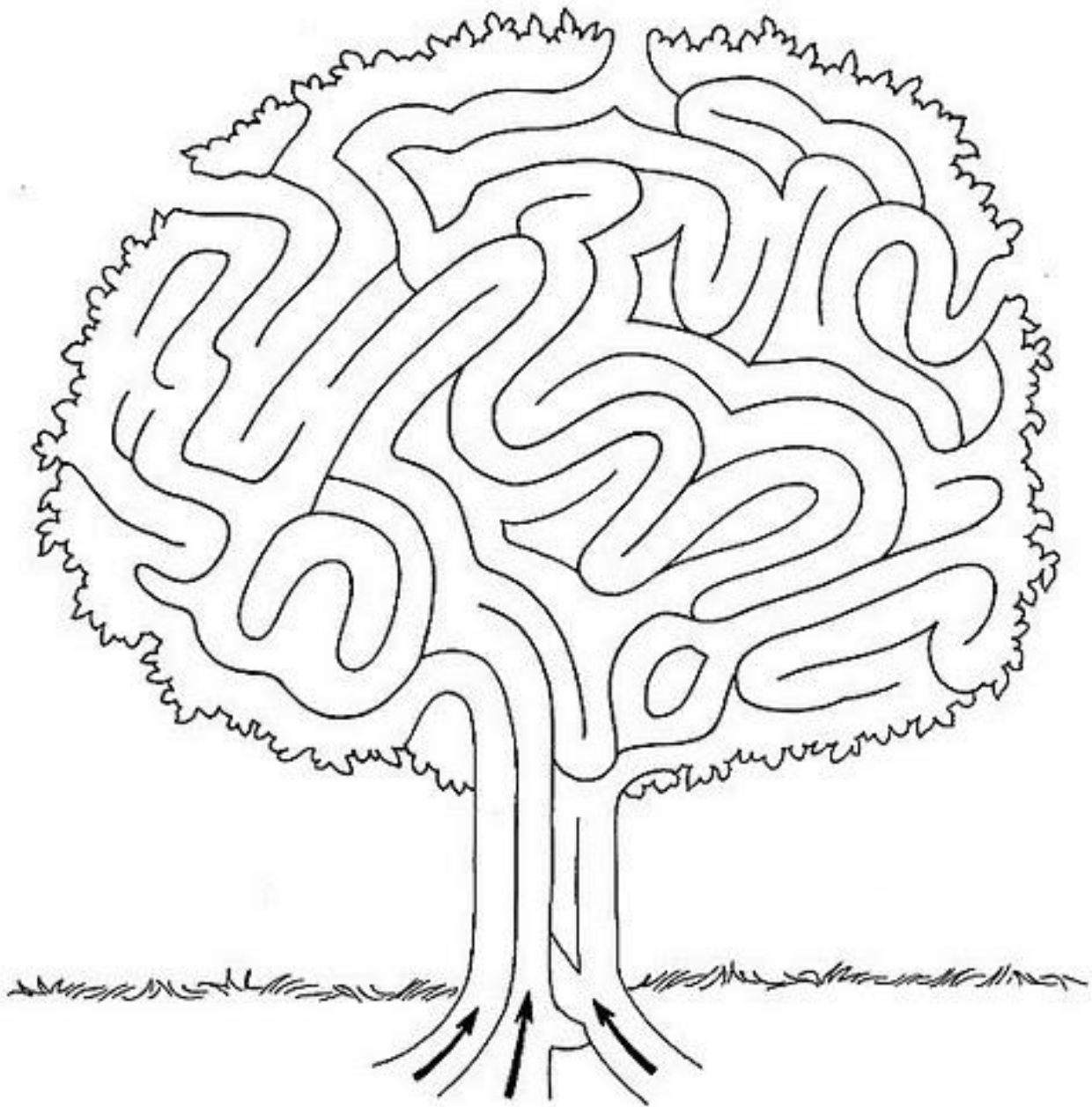
# Rompecabezas

## BUSCA 10 PROFESIONES

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

FLORISTERO -PROFESORA-BOMBERO- TORERO- CARNICERA- ARQUITECTO-  
ELECTRICISTA- CAMIONERO- ABOGADO- POLICIA

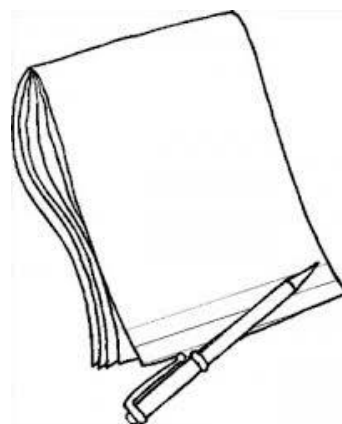
# Rompecabezas



# Rompecabezas

## SUDOKU

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



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

*Bienvenido  
Otoño...*

