

ALEGRÍA MENSUAL

Albertia
MORATALAZ

**Bienvenidos
a Vuestro
Hogar**

JULIO 2016

Semana del Verano



Lunes 11:

Dibujos del Verano



Martes 12:

Cine de Verano

Miércoles 13:

Mural del Verano

Jueves 14:

Bingo especial

En horarios de actividades de la tarde

Albertia
MORA LAZ

- INDICE -

SEMANA DEL VERANO - Página 2

POESÍA A UNOS PADRES - Página 4 y 5

CUMPLEAÑOS DE JULIO - Página 6

A MI AMIGA ANGELITA - Página 7

EL FUTBOL EN ESPAÑA - Página 8

RINCÓN DEL DIBUJO - Página 9

UN VIAJE EN LA LUNA - Página 10

BIOGRAFÍAS: AUDREY HEPBURN- Página 11

LA VIRGEN DEL CARMEN - Páginas 12

MI PUEBLO EN FOTOS: CHINCHÓN - Página 13

EL PERRITO - Páginas 14 y 15

FLORES: EL CLAVEL - Página 16

COMENTAMOS UN CUADRO: LAS MENINAS - Página 17

EL SUEÑO QUE NUNCA EXISTIÓ - Páginas 18, 19 y 20

DIA DEL ABUELO - Página 21

HOROSCOPO - Página 22

COCINA TRADICIONAL - Página 23

PASATIEMPOS - Página 24 Y 25

FÁBULA DE LA PROFESORA - Página 26

ACTIVIDADES CULTURALES - Página 27

DOMINGOS DE PIANO - Página 28

POESÍA A

¡Padres míos queridos! Cuando contemplo
la sublime bondad de vuestro rostro,
mi alma a los trances de la vida templo
y ante esa imagen para orar me postro,
como me postraría en un templo.

Blancos cabellos cuya amada hebra
es como corona de laurel de plata,
superior a la medalla Laureada
que imponen por ganar una batalla.

Las arrugas que surcan esos semblantes
son del trabajo profundas huellas
o un dolor de vuestro pecho amante.

La historia fiel de una época distante
ahora puedo yo leer entre ellas.
La historia de los tiempos sin ventura
en que luchasteis con la adversa suerte,
y en que tras negras horas de amargura,
tú, madre, te sentiste noble y pura
y tú, padre, más fuerte.

Cuando toda la noche en la cansada
labor, tuvisteis
vuestros ojos fijos
y al venceros el sueño en la alborada
fuerzas os dio el posar la mirada
en vuestro dormido hijo.

UNOS PADRES

Por Mary Blanco

Las lágrimas correr una tras una
con noble orgullo por mi faz yo siento,
pensando que han sido, por fortuna,
esas honradas manos mi sustento
y esos brazos mi cuna.

Si el vigor juvenil volver de nuevo
pudiese as vuestra edad ¿Por qué éstas penas?
Yo o daría mi sangre de mancebo,
devolviendo así con ella a vuestras venas
esta vida que os debo.

Vosotros sentisteis un gran gozo
al ver al hijo convertido en mozo,
mientras que al verme yo en vuestra presencia
siento mi dicha ahogada en el sollozo
por una temida ausencia...

Ese plazo fatal, sordo, inflexible,
miro acercarse con profundo espanto
y en dudas grita el corazón sensible:
si cambiar el destino es imposible
¿Por qué os amaré tanto?

Pero mientras, Dios mío, mi mejor palma
será que prolonguéis la dulce calma
que hoy la Residencia en su recinto encierra;
si he de quedar yo solo en esta tierra
no hay fuerzas en mi alma...

CUMPLES JULIO 2016

Isabel Herranz cumple el 2 de julio 88 años

Alfonso Ruiz de Castañeda cumple el 3 de julio 74 años

M^a Carmen Iglesias cumple el 5 de julio 77 años

M^a Josefa Balanza cumple el 8 de julio 83 años

Luis Alejandro López cumple el 9 de julio 81 años

M^a del Rosario González cumple el 9 de julio 81 años

Luis Miguel Sánchez cumple el 10 de julio 62 años

Ana de la Cruz cumple el 11 de julio 85 años

Buenaventura Villar cumple el 14 de julio 85 años

Concepción Sánchez cumple el 14 de julio 91 años

Marina González cumple el 17 de julio 82 años

Carmen Calderón cumple el 19 de julio 87 años

M^a Dolores Calvo cumple el 24 de julio 90 años

Santiago García cumple el 24 de julio 85 años

Francisco Martín cumple el 24 de junio 82 años

Montserrat Ochando cumple el 24 de julio 84 años

Eduardo Valenzuela cumple el 24 de julio 61 años

Ángeles Del Amo cumple el 30 de julio 70 años



A MI AMIGA ANGELITITA

Por Juana Asensio

Querida amiga:

Hemos estado en tu despedida, preciosa por cierto, Tus amigas las chicas de oro, acompañando a tus hijas y demás familia.

Pasamos un buen rato recordando tu alegría y tus movimientos de hombros.

Y para más, tu nieta, hizo una lectura haciendo un recorrido por tu vida y la de Bruno que nos dejó pensando un buen rato lo contenta que estarás.

Ve buscando algún rinconcito, para que cuando vayamos llegando podamos seguir con nuestras sevillanas.

No te olvides de mojar en la copa ese trocito de pan y brindar por todas nosotras.

Siento mucho tu marcha, no paro de pensar que pudimos estar juntas una temporadita más, sólo un poco más. Pasárnoslo bien, y, reírnos un poquito, tú sabes que nos queríamos

Que aprendimos, a pesar de ser dos polos opuestos, a entendernos, y comprendernos.

Pero son las cosas de la vida y... no dio tiempo.

Nos volveremos a ver, y a nuestra manera bailaremos esas sevillanas que tan buenos ratos nos hicieron pasar.

De momento aprovecha y báilalas tú, con tu perpetuo y con el grupito que ya tenemos formado, en ese rinconcito.

Te pido un favor, algo que para mí significa mucho, dale un besito a Julio.

TE QUIERO AMIGA



EL FUTBOL EN ESPAÑA

Por Jesús Hernández

El fútbol está considerado el deporte más popular en España. El fútbol es el deporte con más jugadores federados (un total de 874.093 de los cuales 829.220 son hombres y 44.873 mujeres) y más clubes inscritos entre todas las federaciones deportivas españolas.

En la encuesta del CIS en 2014, la práctica recreativa del fútbol disminuyó (14% de la población), siendo ya superada por otros deportes, como correr, el ciclismo, y la natación recreacional. Sin embargo, los resultados de la encuesta indicaron que el fútbol seguía siendo el deporte que más interesaba a la mayoría de españoles (48%). Un 67% de la población dijo que eran aficionados o tenían simpatía por un club en particular. Además, el 75% dijo que observaban, siempre que podían, los partidos de sus equipos favoritos transmitidos en la televisión; y el 42,4% tenían, banderas, insignias u objetos de sus equipos favoritos.

Los datos de esta encuesta confirmaron la impresión generalizada de que la mayoría de la población española era simpatizante del Real Madrid o del FC Barcelona, y los aficionados y simpatizantes de otros clubes, como el Atlético de Madrid, el Valencia CF el Athletic de Bilbao o el Real Betis, eran minoritarios a nivel nacional.

Además, los datos de la encuesta también indicaban que existía una cierta relación entre la ideología de una persona y las probabilidades que tiene de simpatizar por uno u otro equipo.



RINCÓN DEL DIBUJO



Por Pilar Lorente



Por Jesús Hernández



Por Ana María Herrera



Por Rafael López

UN VIAJE EN LA LUNA

Por Rosario Alcántara

Paco desde que fue un pequeñajo decía que iba a ser astronauta. Pero por mucho que estudió y trabajó, y por muchas pruebas a las que se presentó, nunca fue elegido. Y así cumplió la edad máxima para presentarse a las pruebas de selección sin haber llegado a cumplir su sueño.

Muchos se apenaron por él, pensando en todo el tiempo y el esfuerzo que había desperdiciado, e incluso sentían lástima por él. Y a pesar de todo lo que le decían para que dejara su deseo abandonado, Paco siguió preparándose como si fuera a presentarse de nuevo a las pruebas al mes siguiente.

Así se fue haciendo mayor, y ya era todo un anciano, cuando recibió la noticia de que para unos experimentos médicos importantísimos hacía falta un astronauta muy mayor. En todo el mundo, sólo Paco, que ya caminaba apoyándose en un bastón, tenía la preparación suficiente para ir en cohete. Así que cuando ya nadie lo esperaba, se encontró dando paseos espaciales para ayudar a la ciencia. Sus conocimientos y sabiduría durante aquellas misiones sirvieron para eliminar una de las peores enfermedades de las personas mayores, y Paco fue considerado un héroe.

Las fotos de aquel astronauta con garrota y pocos dientes dieron la vuelta al mundo, convertido en el mejor ejemplo de que el saber y la preparación nunca sobran, y de que el esfuerzo y la tenacidad siempre tienen recompensa, aunque no sea como pensábamos en un principio.

BIOGRAFÍAS: AUDREY HEPBURN

Por Pilar Lorenzo

Audrey Hepburn nació un 4 de mayo de 1929 en la ciudad Belga de Bruselas, descendiente de una familia de la aristocracia.

Al finalizar la guerra se traslada a Londres para convertirse en bailarina y aparecer en algunas películas británicas interpretando pequeños papeles.



Comenzó su carrera mal, sin pena ni gloria, en una película británica, *Risas del paraíso*, en 1951. En el mismo año, Audrey Hepburn conoce en la Costa Azul a Colette, quien le sugiere que encarne a Gigi en la versión teatral de la novela prevista en Broadway. Aceptó y consiguió un gran éxito que le abrió las puertas de Hollywood convirtiéndose en una de las actrices más elegantes de todos los tiempos.

En 1953, le conceden el Oscar por su aparición en *Vacaciones en Roma*, película con la que se convirtió en una de las más cotizadas actrices del cine de entonces.

Después trabajó en *La calumnia*, dirigida otra vez por William Wyler; *Sabrina*, dirigida por Billy Wilder; *Los que no perdonan*, dirigida por John Huston; *Charada* y *Dos en la carretera*, dirigidas por Stanley Donen; *Desayuno con diamantes*, dirigida por Blake Edwards; y *My Fair Lady* dirigida por George Cukor. Su trabajo jugó con el sentido de la distancia y la sofisticación apareciendo sencilla y extraordinariamente atractiva en la pantalla.

En 1954 Hepburn se casó con Mel Ferrer, quien en ocasiones fue su productor. Se divorciaron en 1968 y un año después se casa con el médico Andrea Dotti (se divorciarían en 1982). Se retiró del cine para ocuparse de sus dos hijos pero regresa en 1976 para actuar en *"Robin y Marian"*.

Cabe destacar que fue embajadora especial de UNICEF.

Audrey Hepburn falleció víctima de un cáncer de colon el 20 de enero de 1993 en Suiza.

LA VIRGEN DEL CARMEN

Por Rafael López

Cada 16 de julio, celebramos en España la festividad de la Virgen del Carmen. Es tradición hacer una procesión en su honor en casi todas las localidades del país, pero destacan sobre todo las que tienen lugar en el mar.

Por ejemplo; la gente del mar de Camariñas (Galicia) festeja con pasión y devoción a su patrona. La actividad y los nervios comienzan ya el día anterior, engalanando los barcos con banderas y cintas de colores.

El día de la fiesta, el programa comienza a primera hora de la mañana con los preparativos de la ancestral y colorida “Danza de Arcos”. Los bailarines se concentran en la plaza del Ayuntamiento para llevar su música y sus rítmicos pasos y movimientos por el paseo marítimo hacia la plaza del Carmen, justo enfrente del puerto. La siguiente parada es la iglesia de San Xurxo donde recogen la talla guardada en este templo para acompañarla a la pequeña capilla del Carmen, más próxima al mar, y en la que se encuentra la segunda imagen del Carmen (más pequeña) que saldrá en procesión con los barcos.

Tras la misa de campaña en el puerto, da comienzo la tradicional procesión marítima. Cada año, uno de los barcos de la flota local es elegido para llevar a la santa escoltado por el resto de las embarcaciones que suman a su tripulación cientos de vecinos que viven con auténtica pasión este momento.

Ofrenda floral

A varias millas del puerto, en la entrada de la ría, la flota forma un círculo para realizar la ofrenda floral en memoria de los fallecidos en el mar envueltos por el incesante son de las bocinas. Una vez que las embarcaciones completan las vueltas de rigor en torno al ramo echado al agua, la flota se encamina hacia el puerto de Muxía.



Allí, donde centenares de personas los aguardan, los bailarines de la Danza de Arcos repiten sus pasos.

El desembarco de la patrona en el puerto bajo la bóveda de arcos de colores es otro de los momentos de más emoción de esta fiesta marinera.

MI PUEBLO EN FOTOS! CHINCHÓN

Por Ana María Herrera

Chinchón es un municipio español que se encuentra en el sureste de la Comunidad de Madrid, en la comarca de Las Vegas, a cuarenta y cuatro Kilómetros de la capital.

Chinchón se encuentra en plena cuenca del Tajo-Jarama y parte de su territorio pertenece al Parque Regional del Sureste. Su naturaleza está muy condicionada por la acción del hombre, que a lo largo de los siglos ha modificado el paisaje en su provecho. Los paisajes de Chinchón pueden diferenciarse en cuatro unidades básicas, en las que abunda la fauna y la flora: sotos y riberas en los fondos de valle, escarpes en yesos, secanos y barbechos, y zonas palustres.

La ciudad de Chinchón, además de los atractivos histórico-artísticos, mantiene vivas sus tradiciones y ofrece al visitante un buen número de fiestas populares: En Semana Santa más de 240 vecinos intervienen en La Pasión el Sábado Santo; esta representación, que comenzó siendo sencilla, se ha convertido en una de las manifestaciones más seguidas de cuantas se celebran en la ciudad. El 25 de Julio, Santiago Apóstol, se celebra con gran entusiasmo. Las Fiestas Patronales, en honor a Nuestra Señora de Gracia y San Roque, tienen lugar del 12 al 18 de agosto. Son una cita obligada para conocer todas las caras de Chinchón.

Cabe destacar la elaboración del famoso Anís, que se fabrica en dicha localidad desde los siglos XI y XII.



PLAZA DE CHINCHÓN



VISTA AÉREA DE CHINCHÓN



CASTILLO DE CHINCHÓN

EL PERRITO

Por Félix Benavente

El dueño de una tienda estaba colocando un anuncio en la puerta que decía: "Cachorritos en venta". Esa clase de anuncios siempre atraen a los niños, y pronto un niño apareció en la tienda, preguntando:

- ¿Cuál es el precio de los perritos?
- Entre treinta y cincuenta euros - contestó el dueño.

El niño metió la mano en su bolsillo y sacó unas monedas.

- Sólo tengo dos euros y treinta y siete céntimos. ¿Puedo verlos?

El hombre sonrió, y silbó. De la trastienda salió su perra corriendo seguida por cinco cachorros. Uno de los perritos estaba quedándose considerablemente atrás. El niño, inmediatamente, señaló al perrito rezagado, que cojeaba.

- ¿Qué le pasa a ese perrito? - preguntó.

El hombre le explicó que cuando el perrito nació, el veterinario le dijo que tenía una cadera defectuosa y que cojearía el resto de su vida.

El niño se emocionó mucho y dijo:

- ¡Ése es el perrito que yo quiero comprar!
- No, tú no vas a comprar ese cachorro; si tú realmente lo quieres, yo te lo regalo - replicó el dueño.

El niño se disgustó y mirando directamente a los ojos del hombre, le dijo:

- Yo no quiero que usted me lo regale. Él vale tanto como los otros perritos y yo le pagaré el precio completo. De hecho, le voy a dar mis dos euros y treinta y siete céntimos ahora y cincuenta céntimos cada mes hasta que lo haya pagado completo.

El hombre contestó:

- Hijo, ¿en verdad quieres comprar ese perrito? Él nunca será capaz de correr, saltar y jugar como los otros perritos - contestó el dueño.

El niño se agachó y levantó la pernera de su pantalón para mostrar su pierna izquierda, cruelmente retorcida e inutilizada, con un soporte de metal. Miró de nuevo al hombre y le dijo:

- Bueno, yo no puedo correr muy bien tampoco, y el perrito necesitará a alguien que lo entienda.

El hombre estaba ahora mordiéndose el labio y sus ojos se llenaron de lágrimas... Sonrió y dijo:

- Hijo, solo espero que cada uno de estos cachorritos tengan un dueño como tú.



EL CLAVEL

Por Rosario Alcántara

Esta españolísima flor está ligada a muchas leyendas cristianas. Se dice que las lágrimas de la Virgen al contemplar a su Hijo en la cruz, se convertían en claveles rojos al tocar el suelo. Otra leyenda dice que los claveles comenzaron a florecer cuando nació Jesús y tal vez por ello, simbolizan el amor puro y entregado.

El clavel, con sus pétalos juntos y apretados, se presta a servir como mensajero de importantes secretos, pues entre ellos se pueden camuflar papelillos que transmitan recados sin despertar sospechas. Durante la Revolución Francesa, el caballero de Rougeville consiguió permiso para visitar a la reina María Antonieta que estaba en la cárcel. Durante la visita dejó caer con disimulo un clavel entre cuyos pétalos llevaba escondido un plan de fuga. La reina lo recogió con descuido y disimulo y, con un alfiler, garabateó sobre un papel unos signos para dar a entender que había comprendido el mensaje. Pero no hubo suerte. El complot fue descubierto y ella murió guillotizada, aunque aquel trozo de papel todavía se conserva en los Archivos Nacionales de París.



EL CUADRO DEL MES: LAS MENINAS

Taller de Cultura General



Las meninas se considera la obra maestra del pintor del siglo de oro español Diego Velázquez. El tema central es el retrato de la infanta Margarita de Austria, colocada en primer plano, rodeada por sus sirvientes, «las meninas», aunque la pintura representa también otros personajes. En el lado izquierdo se observa parte de un gran lienzo, y detrás de este el propio Velázquez se autorretrata trabajando en él. Un espejo colocado al fondo refleja las imágenes del rey Felipe IV y su esposa Mariana de Austria. Es una de las obras pictóricas más analizadas y comentadas en el mundo del arte.

El diario que

Este relato que forma parte de los denominados Cuentos de Pavones, quiere servir de reconocimiento a la labor y responsabilidad de Nuria Muñoz (psicología) y Raquel Alguacil (terapia ocupacional), en la Residencia Albertia de Hacienda de Pavones, en Madrid.

Madrid, abril de 2016

José María Álvarez Español, familiar de la residente Fermina Humanes

El diario.

Me enfrento a estas páginas, todavía en blanco, en la intimidad de la soleada habitación del apartamento en el que pretendo tener mi nuevo hogar, en esta residencia Albertia de los Altos de Pavones de Madrid. Aquí resido, refugiada de las inquietudes con las que el mundo amenaza a los que conservamos la capacidad de recordar una buena decena de años. Ese mundo que no logramos digerir con facilidad y que, en efecto, amenaza a nuestra frágil inseguridad con sus efímeras vanidades, los volátiles caprichos de cada día, y sobre todo nos amenaza con el olvido, que no es otra cosa que la pérdida de la reminiscencia de las vivencias recordadas. Platón nos decía, en los diálogos de Menón, que conocer es esencialmente recordar.

El olvido, si, si, el olvido. El olvido es la principal amenaza para los que llevamos en el recuerdo nuestro principal equipaje vital e incluso nuestra razón de ser. Una amenaza para los que tenemos fundamentalmente pasado y apenas soñamos con el futuro, conformándonos con vivir el presente sin alteraciones que lo perturben, hasta alcanzar el anhelado “status comprehensoris”. Es el olvido nuestro gran enemigo, tanto el olvido propio como el olvido de los demás.

Es por ello que he resuelto escribir mi diario retrospectivo. **El diario** que nunca escribí. El diario que pudo ser y que nunca existió. Pero, ¿qué diario debo escribir? Puedo escribir un diario que suprima y no refleje lo que no quiero recordar. Puedo escribir el diario sobre lo que pude vivir, sobre lo que soñé y no se hizo realidad. Puedo escribir un diario de la buena fortuna, por haber disfrutado de muchos momentos de efímera e incluso prolongada felicidad. Podría ser también el diario de la mala suerte, recogiendo las adversidades y enfermedades propias y de mis seres queridos o las tristezas de mis muchos años de viudedad. También es posible un diario íntimo, con los secretos de las profundidades del alma, ese diario que nunca se revela ni a los seres más queridos. Desde luego el diario debe describir, con emoción, los acontecimientos de mi vida familiar, que por algo la familia es lo más importante y valioso que Dios me ha dado.

nunca existió

No debería olvidar la historia de mi gratificante trabajo como profesora y los estudios de magisterio en Avilés, que unido a los lazos con mi pueblín y con Asturias, “mi patria querida”, han llenado mi peregrinar por este mundo. Igualmente los dichosos recuerdos de acontecimientos extraordinarios, las bodas, los bautizos o los viajes y las diversiones, así como tantos y tantos buenos momentos disfrutados y aunque pretenda marginarlos, también los malos tragos, los dolorosos hechos que, como una lanzada, te traspasan para siempre el corazón.

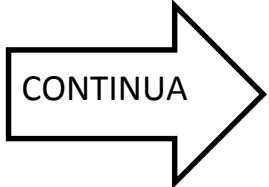
Son muchos los diarios que me sugieren los acontecimientos recordados y las vivencias añoradas, que han pasado por mi mente en los pocos días que llevo viviendo en este recoleto apartamento. Ha sido como un repaso o examen de toda mi vida. Las imágenes se han sucedido de manera vertiginosa, como si las reviviera a cámara rápida. Por eso, el deseo de escribir un diario no es otra cosa que retener esas imágenes, complementándolas con las emociones vividas y los sentimientos que provocan su recuerdo. La reminiscencia de los lugares, los acontecimientos y los seres queridos que han dado sentido a mi vida.

Primero tuve el impulso de escribir mis memorias, pero me parece pretencioso hacer lo mismo que tantas personas importantes, o que se creen importantes. En la mayoría de esas memorias, se cuenta principalmente la vida de los que les han rodeado para criticarles o acusarles, con un relato ególatra y subjetivo. Pocas memorias he leído en las que el autor, asumiendo su verdadero autorretrato y contando la verdad, haya desnudado el alma para confesar sus defectos y debilidades.

Un diario, a diferencia de las memorias, es el relato fiel aunque también subjetivo del día a día. Es más íntimo. No se escribe para ser leído por otras personas, aunque en ocasiones, cuando termina por desvelarse es como el descubrimiento de un tesoro, la ruptura de un secreto. Eso es lo que quiero escribir, el tesoro de mi vida, el secreto que nunca debiera ser revelado.

Una vez decidido que quiero componer un **diario**, no sé cómo abordarlo. Me da un auténtico y terrorífico vértigo. Veo ante mí un profundo desfiladero y mi diario es un estrecho puente cimbreado, que sin apenas barandilla en la que apoyarse, debo traspasar para recorrer la distancia que me separa de aquella niña, que no escribió nunca un diario y que ahora a destiempo, intenta concentrar toda una vida en tan estrecho y peligroso sendero. ¡Una auténtica aventura!

Por eso he decidido dejarlo por hoy y de manera cobarde, apartarme del peligro retirándome a descansar. Pienso que mañana, con la mente más despejada, pueda abordar este desafío.



CONTINUA

El sueño.

Han pasado más de veinte horas desde que ayer abandonara estas páginas, para reposar y meditar con calma sobre ese diario que nunca existió, al que me acercaba llena de dudas y de temores. Intranquilizada por el reto de enfrentarme a mis recuerdos, esta noche no he logrado dormir con facilidad, hasta que rendida por el cansancio he caído en un profundo sueño que me ha llevado a una idílica escena surrealista. Asombrosamente, esta visión onírica, ha servido de detonante para llegar a resolver mis inseguridades.

En **el sueño**, me veía de niña paseando por los arenales de una playa, que bien podría ser la de Salinas, en la que tantos veranos he disfrutado con mi hijo o con mis nietos. En un ilusorio paseo por la orilla, me encontré con otra niña que, como el pequeño que se le apareció a San Agustín en las playas de Hipona, pretendía guardar todas las aguas del mar en un hoyo de la arena. En un principio quise ayudarla en tan quimérica empresa, pero no tardé en rendirme intentando convencer a la niña, de lo absurda que era aquella inútil tarea. Ella, sin abandonar sus caminatas hasta la orilla para recoger agua con unas conchas, me respondió con dulzura que, aquel empeño, era semejante a mi obsesión de *“volver a vivir una vida ya vivida, intentando concentrarla a destiempo en un diario”*. Me dijo que, ese diario que nunca existió, ya estaba impreso y guardado en mi memoria, en mis recuerdos y que sería más bonito continuar disfrutando de los siguientes capítulos, para sumarlos e incluirlos en ese diario de mi memoria que, aunque nunca se escribió, custodia mis vivencias pasadas y futuras. Decidimos entre las dos, dejar la inútil pretensión de esconder en un hoyo las aguas de los océanos, para que juntas pudiéramos disfrutar del mar que, como la vida, nos sorprende día a día con las idas y venidas de sus olas y con la belleza de los amaneceres y la no menos hermosa emoción de los crepúsculos. De manera inexplicable me percaté que, aquella compañera de juegos, era mi nieta María cuando, siendo niña, jugaba con ella embadurnándonos las dos con las arenas de la playa. En ese momento, desconcertada me desperté.

La ilusión.

En un principio, las imágenes y revelaciones soñadas provocaron que mi inquietud se incrementara de manera extraordinaria. Pero, una vez serena, la idílica y clarificadora visión de la playa me ha hecho retornar a **la ilusión**, apoyada en la reminiscencia de mi espíritu, que vive en el mundo del sentimiento asociado a las ideas y al conocimiento y por lo tanto a los recuerdos. Después, he disfrutado esta mañana de la visita de mi familia, que me ha sorprendido desplazándose hasta Madrid para rodearme con su cariño. Han traído la alegría, revelándome, durante el almuerzo en un restaurante cercano, los planes de vacaciones para el próximo verano, incluyéndome como fundamental eje aglutinador, en la necesaria armonía de una familia unida.

Sé que mi delicada salud y las limitaciones propias de los muchos años, me invitan a aceptar la sosegada vida y los cuidados que me brinda esta residencia de los Altos de Pavones, sabiéndome querida por los míos y aceptando las sugerencias de la misteriosa niña de la playa, para que siga escribiendo esta nueva faceta de mi vida en mi memoria, en la que se atesoran las vivencias y recuerdos, aunque no estén plasmados en **el diario que nunca existió**.

**No os lo
perdáis**

**Festejemos con los
abuelos en familia!!**

Albertia
MORATALAZ

MERIENDA

FAMILIAR

DEL



DÍA DEL ABUELO

Martes 26 Julio 2016

17'30 h - Salón de Actos

HOROSCOPO

ARIES 	TAURO 	GÉMINIS 	CÁNCER 
Esta semana debes pedir cita en la peluquería. ¡El amor te acecha y debes estar guapa!	Estás en un momento increíble con el dinero. Date un capricho, pero no despilfarres.	¡Es tú momento! Tu corazón latirá con más fuerza que nunca por esa persona que tanto te gusta. ¡Y te corresponde!	Este mes estás radiante, tu sonrisa ilumina la residencia. Aprovechalo y ¡sácate partido!
LIBRA 	ESCORPIO 	SAGITARIO 	CAPRICORNIO 
Te conviene salir al patio todas las mañanas. La tabla de gimnasia de Patri y Macarena te vendrá bien.	Ve al podólogo y arréglate las uñas. ¡El verano ha llegado! Debes estar divina para disfrutar de los meses de calor.	Te conviene beber mucho líquido y comer abundante fruta. ¡Cuidado! ¡Se aproxima una ola de calor!	Evita las discusiones con tus compañeros. No te llevarán a ninguna parte.
LEO 	VIRGO 	ACUARIO 	PISCIS 
Si el jueves por la tarde acudes al bingo, es muy probable que al menos te toque una línea. ¡Mucha suerte!	Prepárate para recibir noticias buenas e inesperadas. ¡Déjate que la vida te sorprenda!	Una persona cercana podría querer algo más que una amistad contigo. Piénsatelo... ¡nunca se sabe!	Escucha sin cuestionar a tus compañeros. A veces entras en discusiones excesivamente improductivas.

JULIO 2016

Cocina tradicional:

TARTA DE QUESO

Por Antonia Martín

Ingredientes:

- 1 tarrina 300 gramos de queso para untar
- 1 sobre de cuajada
- 1 vaso de leche
- 1 vaso pequeño de azúcar
- Bizcochos de soletilla
- Azúcar tostada



Preparación

- Ponemos en un cazo a fuego lento un vaso de leche hasta que se temple.
- Incorporamos el queso y movemos
- Echamos el sobre de cuajada y el azúcar
- Removemos
- Batimos todo y retiramos del fuego antes que empiece a cocer.
- Ponemos en un molde que se pueda volcar
- Untamos con el azúcar tostado
- Forramos con los bizcochos de soletilla
- Dejamos enfriar
- Damos la vuelta como si fuera un flan y se deja un rato para que suelte el jugo del caramelo.
- Una receta fácil y RÍQUÍSIMA

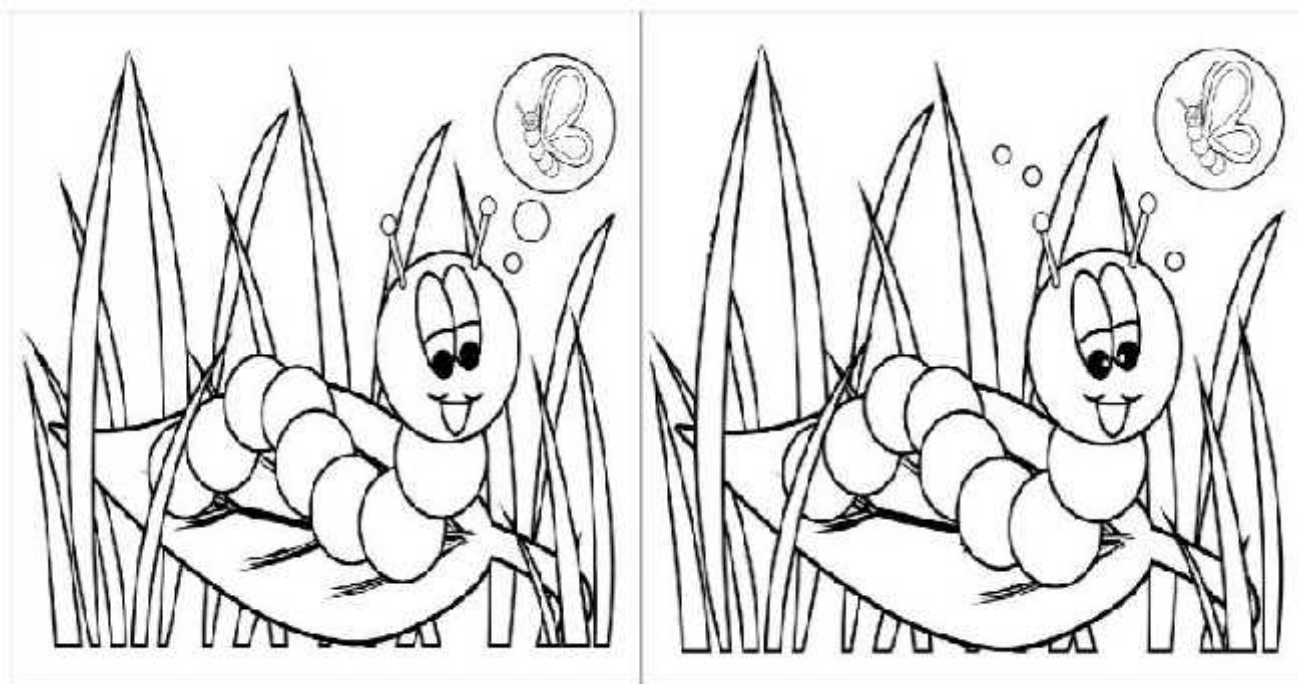
PASATIEMPOS

Encuentra en la sopa de letras
el nombre de 10 Cantantes españoles

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

de VERANO

ENCUENTRA LAS 5 DIFERENCIAS



¿HACEMOS UN 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

REGLAS PARA JUGAR AL SUDOKU

- 1: Hay que completar todas las casillas vacías con un solo número del 1 al 9.
- 2: En una misma fila no puede haber números repetidos
- 3: En una misma columna no puede haber números repetidos

FÁBULA DE LA PROFESORA

Por Soledad Bermejo

Una profesora en clase saca de su cartera un billete de 20 euros y lo enseña a sus alumnos a la vez que pregunta: “¿A quién le gustaría tener este billete?”. Todos los alumnos levantan la mano.

Entonces la profesora coge el billete y lo arruga, haciéndolo una bola. Incluso lo rasga un poquito en una esquina. “¿Quién sigue queriéndolo?”. Todos los alumnos volvieron a levantar la mano.

Finalmente, la profesora tira el billete al suelo y lo pisa repetidamente, diciendo: “¿Aún queréis este billete?”. Todos los alumnos respondieron que sí.

Entonces la profesora les dijo:

“Espero que de aquí aprendáis una lección importante hoy. Aunque he arrugado el billete, lo he pisado y tirado al suelo, todos habéis querido tener el billete porque su valor no había cambiado, seguían siendo 20 euros.

Muchas veces en la vida te ofenden, hay personas que te rechazan y los acontecimientos te sacuden, dejándote hecho una bola o tirado en el suelo.

Sientes que no vales nada, pero recuerda, tu valor no cambiará NUNCA para la gente que realmente te quiere, incluso en los días en los que sientas que estás en tu peor momento, tu valor sigue siendo el mismo, por muy arrugado que estés”.



PROGRAMACION CULTURAL

Albertia MORATALAZ

Taller familiar



ABANICOS DE PAPEL

Viernes 1 Julio
17:30 h - Sala de T.O.

Albertia MORATALAZ

CHARLA:

La Ola de calor



IMPARTIDA POR:
Servicio Médico
del Centro

Martes 5 Julio 2016
12:00 h y 18:00 h
Salón de Actos

Albertia MORATALAZ

Visita:

TEATRO REAL

Precio: 10€



Miércoles 6 de Julio de 2016
Salida del Centro: 10,30 horas

Albertia MORATALAZ

No te pierdas nuestro...

KARAOKE



Viernes 8 Julio 2016
17:30 h - Salón de Actos

Albertia MORATALAZ

Salida terapéutica:

Piscina Municipal de Moratalaz



Precio: 3€

Jueves 14 de Julio
Jueves 28 de Julio
Salida del Centro: 11:00 horas
(se saldrá con un mínimo de 5 usuarios)

Albertia MORATALAZ

ACTIVIDAD:

Recordando juntos...



La canción del Verano

Viernes 15 Julio 2016
17:30 h - Salón de Actos

Albertia MORATALAZ

Miss y Mister Verano 2016



Viernes 22 Julio 2016
17.30 horas - Salón de Actos

Albertia MORATALAZ

No os lo perdáis

Festejemos con los abuelos en familia!!



MERIENDA FAMILIAR DEL DÍA DEL ABUELO

Martes 26 Julio 2016
17:30 h - Salón de Actos

Albertia MORATALAZ

TARDE DE CINE

Viernes 29 Julio 2016
17:30 h - Salón de Actos



Domingos de PIANO

Julio: 3, 17

Agosto: 14

Septiembre:

y 31

y 28

11 y 25



12'00 h - Sala del Piano

Albertia MORATALAZ

Hacienda de Pavones 261

28030 Madrid

91 324 68 00

moratalaz@albertia.es

Facebook: Albertia Moratalaz

Albertia
Servicios Sociosanitarios

Albertia
MORATALAZ