Alegría mensual

Bienvenidos a vuestro HOGAR

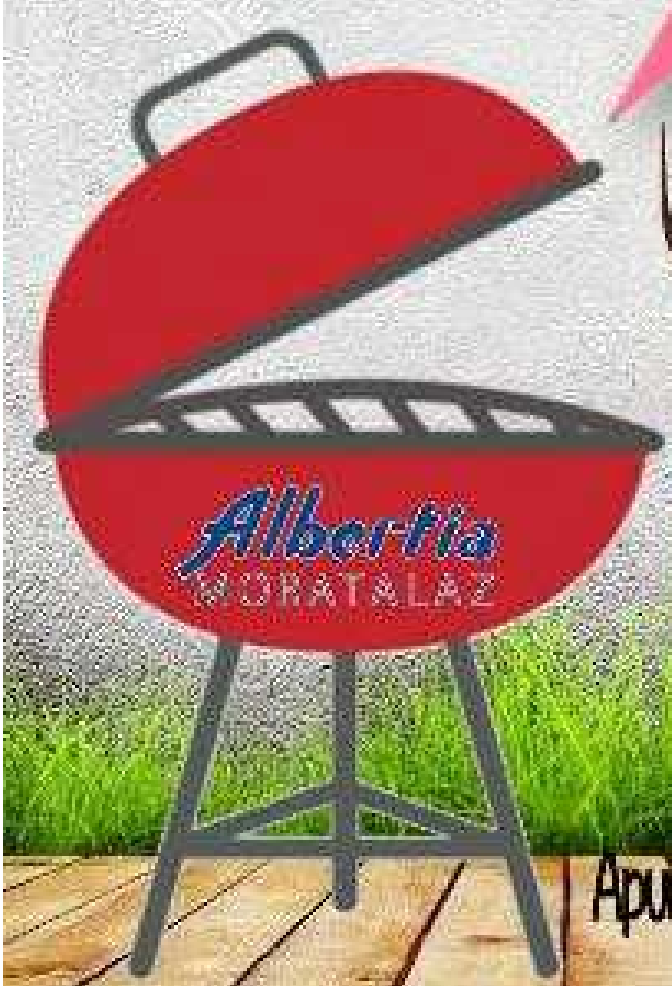
Nueva portada

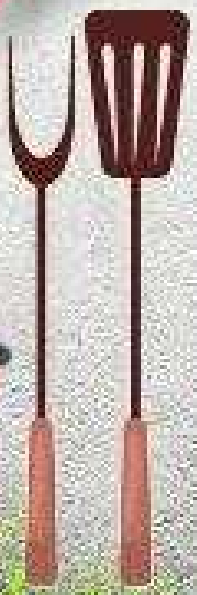
Más contenidos

SEPTIEMBRE 2016

Albertia
MORATALAZ

Fiesta de la BARBACOA





Comparte con nosotros una deliciosa barbacoa

*FAMILIAS!

Apuntarse en recepción hasta el 15 Sept.

Viernes 23 Septiembre 2016

13'30 horas - Patio Central

- INDICE -

FIESTA DE LA BARBACOA - Página 2

FIESTA EN EL PUEBLO – Página 4 y 5

CUMPLEAÑOS DE SEPTIEMBRE - Página 6

UN PUEBLO PEQUEÑO DE ESPAÑA - Página 7

EL VIEJO PERRO CAZADOR - Página 8

RINCÓN DEL DIBUJO – Página 9

DEL TRES AL ONCE - Página 10

BIOGRAFÍAS: SISSI EMPERATRIZ - Página 11

MISTERIOS DE MADRID - Páginas 12

MI PUEBLO EN FOTOS: SANTILLANA DE MAR – Página 13

FISIOTERAPIA EN LA 3ª EDAD– Páginas 14 y 15

FLORES: LA MARGARITA - Página 16

CUADRO: PASEO POR LA PLAYA - Página 17

ROSITA LA DE LAS FLORES - Páginas 18, 19 y 20

FESTIVAL MUSICAL: "EL TIEMPO" - Página 21

PREMIOS NICO 2016 – Páginas 22 y 23

ULISES EN LA ISLA DE LOS CICONES - Página 24

HOROSCOPO - Página 25

COCINA TRADICIONAL - Página 26

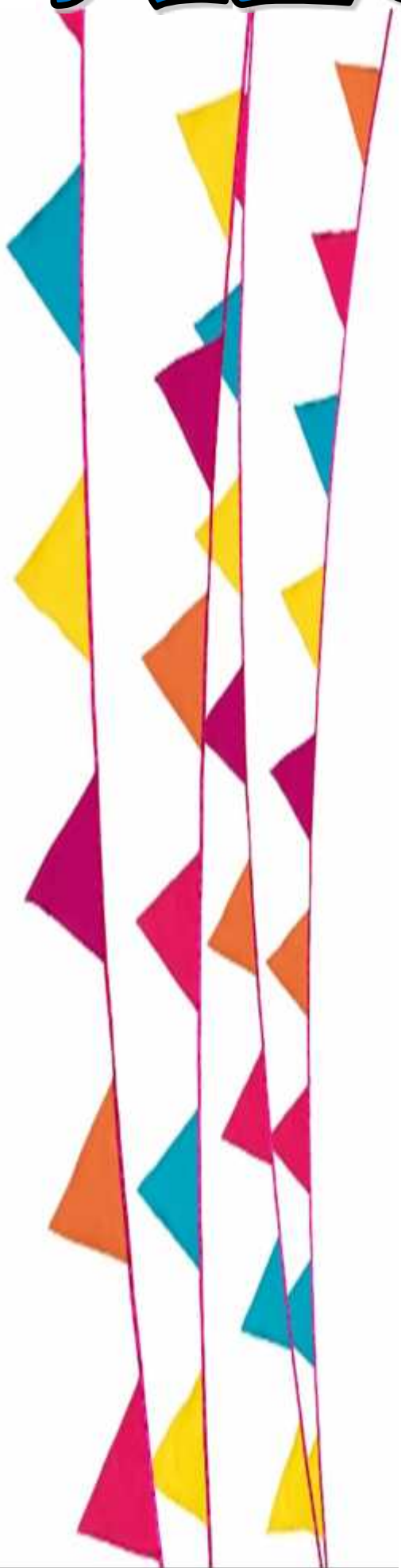
PASATIEMPOS - Páginas 27 Y 28

SOLUCIONES PASATIEMPOS - Página 29

ACTIVIDADES CULTURALES – Páginas 30 y 31

DOMINGOS DE PIANO - Página 32

FIESTA EN



Cuánta alegría en la gente
y qué buen humor, oh cielos
día 8 de septiembre,
día bueno entre los buenos
¡Es la virgen del Collado
patrona de nuestro pueblo!
al alba, el encierro, anís, tortas
de harina, azúcar y huevos,
desayuno muy frugal,
pero que apaña bien el cuerpo;
después, rosario y coplillas
muy bien cantadas por cierto.
Tras el rosario, la misa
con plática, enalteciendo
a la Virgen del Collado
y sus bondades sin cuento.
Acto seguido, la Junta,
en la cual el tesorero
presenta el Libro Mayor
o, mejor dicho, el cuaderno
de pasa-cuentos, exponiendo
los gastos y los ingresos
figurando entre estos últimos
las multas en que incurrieron
los hermanos que al doblar
las campanas por un muerto
no asistieron puntuales
a la misa o al entierro

EL PUEBLO

Por Mary Blanco

Aprobadas ya las cuentas,
gran banquete en el salón
de la Casa Ayuntamiento,
consistente en tres platos
todos ellos suculentos;
de postre, almendras, nueces,
pastas, bollos e higos secos,
en tanto la bota de vino
la van pasando entre ellos,
dejando en todos los labios
un amoratado cerco.
A la tarde, procesión,
cantando a voz en cuello,
y café en el Bar del Carolo
ya que no hay otro en el pueblo.
De noche, son como peonzas
sin que les importe un bledo
la oscuridad nocturna
ni el airecillo fresco,
que si por fuera hace frío
ya van calientes y extenuados
con paso inseguro y lento,
algunos trazando curvas

CUMPLES SEPTIEMBRE 2016

Luisa Tarriño el 3 de septiembre 80 años

Regino García cumple el 8 de septiembre 91 años

Eulogia Ramírez cumple el 13 de septiembre 94 años

Pilar Sainz-Pardo cumple el 16 de septiembre 95 años

Carmen Brihuega cumple el 19 de septiembre 91 años

Jose Luis López cumple el 20 de septiembre 86 años

Cayo Muñoz cumple el 21 de septiembre 79 años

Emilia García cumple el 22 de septiembre 73 años

Francisco de la Osa cumple el 22 de septiembre 94 años

Luisa Díaz cumple el 24 de septiembre 90 años

Gerardo Yepes cumple el 24 de septiembre 90 años

Francisco Álvarez cumple el 25 de septiembre 72 años

Concepción Bernat cumple el 27 de septiembre 101 años

Carmen Juez cumple el 27 de septiembre 72 años

Rafael Trancho cumple el 28 de septiembre 88 años

UN PUEBLO PEQUEÑO DE ESPAÑA

Por Rafael López

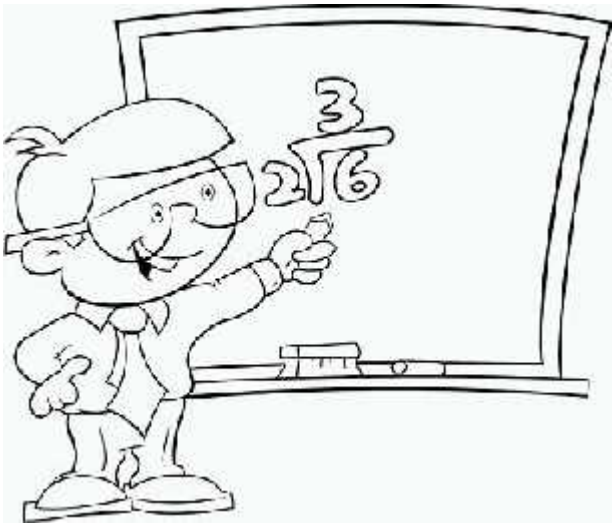
Érase una vez un alcalde que vivía en un pueblo muy pequeño de España, el típico pueblo donde en otoño huele a chimenea, en primavera a hierba recién cortada y en verano escuchas a las chicharras por el día y los grillos por la noche. Un pueblo donde todo el mundo se conoce. Un día el alcalde mandó un telegrama a la ciudad, ya que no tenían maestro para los niños. Hay un colegio pero las clases están desiertas y los niños se aburren mucho. Los padres desesperados ya no saben a que más jugar con ellos.

Desde la ciudad contestaron al alcalde y enviaron un maestro en seguida.

El maestro quedó encantado con el pueblo y en seguida comenzó con las clases para los niños.

Todos los habitantes de este pequeño pueblo agradecieron la labor del alcalde y están encantados con el nuevo maestro.

Los niños ya nunca más se quedarán en casa, y tendrán que estudiar para poder ir a la universidad.



EL VIEJO PERRO CAZADOR

Por Rosario Alcántara

Hace muchos años, vivía un viejo perro de caza, cuya avanzada edad le había hecho perder gran parte de las facultades que lo adornaban en su juventud. Un día, mientras se encontraba en una jornada de caza junto a su amo, se topó con un hermoso jabalí, al que quiso atrapar para su dueño. Poniendo en ello todo su empeño, consiguió morderle una oreja, pero como su boca ya no era la de siempre, el animal consiguió escaparse.
Al escuchar el escándalo, su amo corrió hacia el lugar, encontrando únicamente al viejo perro. Enfadado porque hubiera dejado escapar a la pieza, comenzó a regañarle muy duramente.

El pobre perro, que no se merecía semejante regañina, le dijo:
-Querido amo mío, no creas que he dejado escapar a ese hermoso animal por gusto. He intentado retenerlo, al igual que hacía cuando era joven, pero por mucho que lo deseemos ambos, mis facultades no volverán a ser las mismas. Así que, en lugar de enfadarte conmigo porque me he hecho viejo, alégrate por todos esos años en los que te ayudaba sin descanso. Además no me gusta cazar, es una hermosa criatura del señor, al igual que todos nosotros.

Moraleja: respeta siempre a las personas mayores, que aunque ya no puedan realizar grandes proezas, dieron sus mejores años para darte a ti y a tu familia, una vida mejor.

RINCÓN DEL DIBUJO

Por Pilar Lorente

Por Ana María Herrera

Por Emilia Santamaría

Por Rafael López

DEL TRES AL ONCE

Por Juana Asensio

Digo del tres al once, porque fueron unos días muy especiales para mí.

Mi hija quería que me fuera con ellos a pasar unos días de descanso, si, aunque parezca mentira, necesitaba cambiar, lo que se suele decir tengo que cambiar el chip y, a pesar que puse bastantes impedimentos, me convencieron, pero cuál no sería mi sorpresa que cuando fueron a pagar el viaje, hubo un pequeño impedimento.

Una noche hablando con mi amiga Cari la dije;

- Fíjate, mi hija quería que me fuera con ellos a pasar unos días de descanso y no he podido, me dio mucha pena porque me hacía ilusión.

Ella me preguntó porque;

- Pues por la cosa más tonta, simplemente porque yo quería habitación independiente, tu sabes mis problemas.

A lo que mi amiga me contestó;

- Bueno, y... ¿porque no nos vamos juntas?

-No estaría mal. La contesté.

Pasados unos días, suena el teléfono y es mi amiga para decirme ya está todo arreglado, Silvia se encarga de arreglarlo todo. (Silvia es una niña que es un encanto, la quiero mucho. Aunque niña, lo que se dice niña... tiene aproximadamente unos 35 añitos).

Me llama Silvia por la noche y me dice que ya puedo ir preparando la maleta, que no ha reservado dos habitaciones que se comunican por dentro, y con unas vistas preciosas mirando al mar mayor, y con el faro de Cabo de Palos de frente. Que al asomarse a la terraza, era todo un espectáculo, sintiendo una sensación de paz, con ese mar en calma, y ese azul inigualable, únicamente se puede igualar con el del cielo, me sentía muy feliz.

Lo pasamos muy bien, tan bien, que pensamos repetir,

Era el primer viajé, que hacía, sola, si, sola sin mi marido, me sentía extraña, y con una sensación un poco vacía, porque para más, era su mar menor, que el adoraba, por algo era cartagenero.

BIOGRAFIAS: SISSI EMPERATRIZ

Por Pilar Lorenzo

Isabel Amalia Eugenia Duquesa de Múnich, más conocida como Sissi, fue emperatriz de Austria (1854-1898) y reina consorte de Hungría (1867-1898). Nació en Múnich el 24 de diciembre de 1837 y falleció en Ginebra el 10 de septiembre de 1898.

A los 16 años fue a una fiesta con su madre y su hermana mayor, Hélène, y allí se enamoró locamente de ella su pariente Francisco José de Habsburgo. El plan era que él se enamorase de Hélène, pero fue Sissi quien le robó el corazón, y la amó locamente hasta el último día de su vida. Aunque hubo infidelidades mutuas, que sin duda ensombrecen la romántica historia, la pareja contrajo matrimonio en Viena a los pocos meses de conocerse y, cuando Sissi no tenía siquiera 17 años, era emperatriz consorte de Austria y reina consorte de Hungría, donde fue adorada desde el primer día.

Dotada de una gran belleza física, se caracterizó por ser una persona rebelde, culta y demasiado avanzada para su tiempo. Sentía un gran amor por los animales; quería tanto a sus perros, que paseaba con ellos por los salones de palacio.

Encontró que la estricta etiqueta de la corte de Viena nada tenía que ver con su crianza alegre en Baviera. Tuvo a sus hijos: las archiduquesas Sophie y Gisela.

Sophie murió a los 2 años de edad, poco antes de la llegada al mundo en 1858 de quien fuera su adoración: el príncipe heredero Rodolfo, y 10 años más tarde nacía la archiduquesa Marie Valerie.

Como era tan joven, y su suegra tan dominante, a Sissi le quitaron a sus hijos al nacer y no influyó en su crianza. Pronto comenzaron rumores de que su matrimonio con Francisco José se deterioraba cada día más y el comportamiento rebelde de Sissi no ayudó.

En 1867, los Habsburgo establecieron la doble monarquía austrohúngara, a lo que los húngaros se oponían, y como Sissi simpatizaba con su causa, esto provocó más líos en Viena. Aun así, la joven fue coronada reina de Hungría en la iglesia de San Matías en Budapest, ciudad llena de monumentos en su honor.

MISTERIOS DE MADRID

Por Jesús Hernández

La ciudad de Madrid esconde tras sus edificios y calles decenas de leyendas de viviendas encantadas y oscuros secretos silenciados.

El Palacio de Linares, hoy en día Casa de América es uno de los lugares más míticos y misteriosos de la ciudad:

Frente a la Plaza de Cibeles se levanta este Palacio, uno de los edificios de Madrid que más han atraído a historiadores, cronistas y curiosos. Sicofonías, misteriosas imágenes y decenas de historias hablan sobre una niña que se pasea por pasillos, escaleras y salones en busca de su madre.

En «Las rutas del misterio en el Madrid Oculto», se narra la aterradora historia tal y como debió de suceder en abril de 1990 cuando se llevaban a cabo las obras de remodelación para convertirlo en la sede de la Casa de América. El autor entrelaza la historia de lo vivido durante las obras de 1990 con la narración de la leyenda de los primeros habitantes del palacio construido a finales del siglo XIX por el marqués de Linares y habitado por un próspero empresario, Mateo de Murga y su hijo José.

Cuenta la historia que José enamorado de la hija de una vendedora de tabaco quiso casarse con ella. Tras la negativa del padre esperó a que este muriera para llevar a acabo el enlace. Tiempo después descubrió, a través de una carta que había dejado escrita su padre Mateo de Murga, que esta joven era su hija ilegítima. El joven, enloquecido repudió a su mujer y asesinó a su hija pequeña ocultándola en un cofre tras una pared. Dicen que el espíritu de la pequeña Raimunda deambula por la casa buscando a su madre.

MI PUEBLO EN FOTOS: SANTILLANA DE MAR

Por Ana María Herrera

Santillana de Mar es un municipio español que se encuentra en la comunidad autónoma de Cantabria. Se la conoce popularmente con el sobrenombre de villa de las tres mentiras, puesto que ni es santa, ni llana, ni tiene mar. Aun así, hay turistas que se confunden y esperan ver el mar a la llegada del pueblo. No obstante la decepción no es tan grande al ver la belleza de este pueblo. Aquí tenemos unos turistas degustando una merienda en un hotel rural del pueblo.

Hablar de Santillana del Mar es hacerlo también de las Cuevas de Altamira. Calificada como la "capilla sixtina" del arte rupestre, esta cueva contiene probablemente las pinturas prehistóricas más famosas del mundo. El descubrimiento de las cuevas, a finales del siglo pasado, provocó una honda polémica y posterior conmoción entre la comunidad científica de la época, reacia en un principio a admitir la antigüedad real de sus pinturas (14.000 años). La cueva fue hallada por casualidad en 1.868 por Modesto Cubillas. La parte más famosa de la cueva, conocida como la "sala de los polícromos", no fue descubierta sin embargo hasta 1.879, en el transcurso de una visita en la que Sanz de Sautuola. Debido a la fragilidad del arte rupestre de Altamira, se crea una réplica de la cueva para deleite de los visitantes en 2001. En este año se inaugura también la actual sede del museo, la cual alberga la Neocueva, una reproducción que permite la difusión del arte de Altamira a todos los públicos.

En sus empedradas calles medievales podemos encontrar también múltiples talleres artesanos y degustar sabrosa leche con bizcochos, la merienda más popular.

Santillana de Mar es en definitiva, por su historia y riqueza natural, uno de los puntos más atractivos de Cantabria y uno de sus principales focos de atención turística.

CALLE TÍPICA DE SANTILLANA

CUEVA DE ALTAMIRA

BENEFICIOS DE LA FISIOTERAPIA

La actividad física en ancianos resulta altamente beneficiosa para su calidad de vida y para su mejora y rehabilitación después de muchas enfermedades y dolencias. El papel de los fisioterapeutas en estas actividades terapéuticas resulta fundamental para permitir que el paciente se adapte a cada una de ellas según su capacidad y salud.

En nuestra residencia realizamos actividades grupales, pero también individuales, en función de la necesidad del paciente.

La fisioterapia puede aplicarse como parte de un tratamiento determinado para enfermedades durante su transcurso o como parte de una rehabilitación, o simplemente para reforzar el estado físico de los ancianos, mejorar su salud para prevenir dolencias y fortalecer su capacidad de sanación en muchos casos de enfermedades y trastornos propios de la edad.

Los efectos positivos de la fisioterapia en ancianos incluyen tanto beneficios físicos como psíquicos. Muchas veces las personas de la tercera edad encuentran en ella una actividad diferente, que las ayuda a salir de su monótona rutina e interactuar socialmente fuera de su círculo habitual. Esto establece una motivación importante, lo que aumenta su autoestima y les otorga la vitalidad que muchas veces necesitan.

Gracias a los fisioterapeutas, se observa como los mayores combaten la inmovilidad y falta de actividad fortaleciendo así sus huesos, músculos y cada sistema orgánico, mejorando enormemente su calidad de vida.

EN LA 3ª EDAD

Por Patricia y Macarena (fisioterapeutas del centro)

Entre los beneficios que el ejercicio físico practicado regularmente en la tercera edad se encuentran los siguientes:

- Mejorar la capacidad para el autocuidado.
- Propiciar bienestar general
- Conservar más ágiles y atentos los sentidos
- Facilitar las relaciones intergeneracionales
- Aumentar los contactos sociales y la participación social.
- Inducir cambios positivos en el estilo de vida de los adultos mayores
- Incrementar la calidad del sueño
- Disminuir la ansiedad, el insomnio y la depresión
- Reforzar la actividad intelectual, gracias a la buena oxigenación cerebral
- Contribuir en gran manera al equilibrio psicoafectivo
- Prevenir caídas
- Incrementar la capacidad aeróbica, la fuerza muscular y la flexibilidad
- Disminuir el riesgo de enfermedad cardiovascular
- Frenar la atrofia muscular
- Favorecer la movilidad articular
- Evitar la descalcificación ósea
- Aumentar la eliminación de colesterol, disminuyendo el riesgo de arterioesclerosis e hipertensión
- Reducir el riesgo de formación de coágulos en los vasos y por tanto de trombosis y embolias.
- Aumentar la capacidad respiratoria y la oxigenación de la sangre
- Evitar la obesidad
- Mejorar la capacidad funcional de aquellos individuos que presentan problemas en la realización de las actividades de vida diaria (AVD).
- Incrementar la longevidad.

LA MARGARITA

Por Ana María Herrera

Los cristianos creían que las margaritas eran las lágrimas de María Magdalena, que tantas derramó en arrepentimiento por su vida de pecado.

Los ingleses le atribuían el poder de detener el crecimiento. La leyenda se basaba en el hada Milkah. Encargada de la crianza del hijo adoptivo de un rey, lo alimentaba con margaritas para que el niño nunca creciera y se mantuviera siempre en la infancia, conservando su inocencia pueril.

Tampoco falta quien cree que la margarita es la flor que desvela a los enamorados cuáles son los sentimientos de la persona amada, mientras la deshojan y con cada pétalo preguntan: "¿Me quiere, no me quiere, me quiere?".

PASEO POR LA PLAYA

El cuadro del mes

Paseo por la playa, también llamado en ocasiones **Paseo a orillas del mar**, pintado en 1909, es uno de los cuadros más famosos realizados por el pintor valenciano **Joaquín Sorolla**. En él aparecen representadas su mujer, Clotilde García, la cual sostiene una sombrilla, junto a su hija mayor, María Clotilde, caminando al atardecer por la playa de Valencia mientras la brisa marina hace ondear sus ropas. **Paseo por la playa** ha permanecido en el estudio del pintor en Madrid desde el año 1911, convertido en Museo Sorolla desde 1932.

Rosita la de

Este relato, inspirado en los residentes y profesionales de la Residencia Albertia, forma parte de los denominados "Cuentos de Pavones".

Madrid, mayo de 2015

José María Álvarez Español, familiar de la residente Fermina Humanes

Rosita es cordobesa y en la ciudad de los califas vivió hasta que llegó a Madrid con su familia hace más de doce años, con los setenta recién cumplidos. A su yerno le había surgido un interesante trabajo en la capital de España y allí se fue con su mujer, sus hijas y su suegra Rosita, conocida en su barrio de Córdoba como "Rosita la de las flores".

Desde niña vivió en una típica casa cordobesa, cerca de las murallas y del Alcázar de los Reyes Cristianos que desde sus jardines dejaba filtrar los aromas de las flores. Los azahares, los jazmines y otras delicadas esencias se entrelazaban llegando a embriagar el aire de todo el barrio en los suaves atardeceres de primavera y en las noches serenas del estío. A la casa se accedía por la reja de una cancela que servía de atrio a un amplio e irregular patio comunitario, al que daban todas las viviendas de la casa. A la suya se subía por la escalera que, al fondo del patio, destacaba por los blancos muretes enjalbegados que la flanqueaban.

Aquel patio, fue para ella el principal escenario de sus travesuras infantiles y de los primeros coqueteos y diversiones en las fiestas que los vecinos organizaban o que, en ocasiones, surgían espontáneamente por celebraciones familiares, verbenas populares y en festejos tan cordobeses como las Cruces de mayo, la Feria y especialmente en el Festival de los Patios y el Concurso de Rejas y Balcones.

Todos los meses de mayo, después de la Fiesta de las Cruces, se celebra en Córdoba el Festival de los Patios. En el Festival participan, dentro o fuera de concurso, gran número de típicos patios cordobeses públicos y privados que muestran su belleza adornados con esmero, ensalzando el esplendor de la primavera. Se llenan de macetas, jardineras, tiestos de cerámica o terracota, maceteros y adornos florales dispuestos armónicamente, de manera más o menos intensa o exuberante, transformándolos en auténtica sinfonía de olores y colores. Forma cada patio una composición, un espectáculo que deslumbra a los cinco sentidos de los miles de visitantes que los recorren deslumbrados. Decimos cinco sentidos ya que, en muchos de los patios, al color, al olor y a la textura de plantas y flores, se suma el rumor del agua de una fuente o el rasgueo de una guitarra y se degustan los mejores "caldos" de Moriles y Montilla.

las flores

Desde muy joven , nuestra Rosita , participaba en los intensos trabajos que precisaba el patio para su cuidado , desde la elaboración , cultivo , diseño y montaje , hasta el mantenimiento y conservación durante todo el proceso de creación del espectacular y extraordinario escenario , que es un patio cordobés . El proceso se desarrolla a lo largo de todo el año empezando en la selección en viveros o el cultivo con mimo de los semilleros y culminando en los esplendores compositivos, plenos de armonía y plasticidad botánica, cromática y escenográfica.

Rosita llegó a ser el principal artífice y creadora de su patio. Organizaba las tareas, encomendándolas a sus vecinos como una directora de orquesta. Llegó a tener extraordinarios conocimientos de flores y plantas, así como del cultivo y desarrollo del arte floral, llevándole a ser conocida en todo Córdoba y a ser el orgullo de su barrio, donde le otorgaron el merecido título de "Rosita la de las flores". Su patio logró, en varios años, premios y recompensas que consolidaron su prestigio y a ella se le concedieron reconocimientos personales y distinciones municipales y de otros organismos cordobeses.

El desplazamiento a Madrid con su familia hace más de doce años, recién cumplidos los setenta, supuso el alejamiento de su patio, de sus vecinos, de su querido barrio y de "Córdoba la llana", como la cantara Machado. El espíritu alegre y positivo de Rosita y la simpatía andaluza que siempre la caracterizó, fueron fundamentales para que el desarraigo no fuera excesivamente traumático. Le gustaba decir que era: <una rosita, de un rosal cordobés trasplantada a un macetero madrileño>, que era como llamaba a la vivienda familiar de Moratalaz.

El AVE, que llega a Córdoba en menos de dos horas, le permitió desplazarse con cierta frecuencia durante años, para seguir disfrutando de sus flores, su patio y su gente, en los momentos y fechas más importantes. De esa manera, comprobaba como había dejado la tarea en las manos de buenos vecinos, sus aplicados alumnos, que continuaban con la satisfactoria labor de embellecer un patio califal.

CONTINUA

En Madrid, entre los dos portales del edificio en el que vivían, quedaba un espacio pobremente ajardinado, que Rosita intentó convertirlo en un espacio cordobés. Comenzó a colocar macetas y jardineras con hermosas flores, pero tuvo que dejarlo ante la protesta de algunos vecinos que, aduciendo criterios de modernidad y de diseño contemporáneo, deseaban un jardín minimalista, con un aire "zen", frente a lo que ellos denominaban "jardín folclórico retro". Eran, "tan modernitos, tan modernitos", que se perdían la simpatía de un rincón alegre y florido, dándoles la bienvenida todos los días, cuando llegaban a sus casas.

Recientemente, mermadas sus facultades por los años y después de un achuchón del que se recupera, Rosita se ha trasladado a la Residencia Albertia, en los Altos de Pavones. No ha tardado en incorporarse, con buen ánimo, alegría y simpatía cordobeses, colaborando en las actividades socio-culturales y en las de terapia ocupacional. También ha puesto sus ojos en el patio jardín, abierto a la calle, del edificio de apartamentos. Ha elegido un precioso espacio, cerca del estanque, para poder crear allí un ambiente andaluz lleno de aromas y colorido. Su idea ha cuajado, recibiendo el apoyo de los responsables de cada departamento, para obtener los permisos de la dirección, prometiéndole que en la próxima primavera, con sus ideas, sus conocimientos y la ayuda de otros residentes podrán crear un rincón florido, que tomando el título de la revista mensual sea la ALEGRÍA de la Residencia.

Rosita sabe que para llegar con éxito a la primavera, tiene que empezar lo antes posible a planificar las labores y tareas y para ello ha comenzado a organizarse. Lo primero que ha acometido es la búsqueda de colaboradores voluntarios y para ello ha desarrollado una labor de propaganda enseñando fotos de su patio de Córdoba y con ayuda de Raquel, Marta, Mario y Cristina, han logrado implicar especialmente a algunos de los residentes de los apartamentos. Ya le han asegurado su colaboración los dos Félix, Juana, Regino, Pasio y Jesús, que le ha prometido enseñarle su parque favorito "La Dehesa de la Villa". Al equipo, ya le ha bautizado como "mis califas de Pavones".

Asegura Rosita que, en la próxima temporada, se podrán desarrollar en su rincón cordobés alguno de las actividades, como el rodaje de alguna escena de un nuevo corto, el casting previo, charlas, meriendas, concursos y actuaciones. Lola, por ejemplo, ya está ilusionada con ese escenario, en el que lucirán más sus bulerías y sus rumbas.

Sin lugar a dudas, Rosita ha vuelto a ser en la Residencia Albertia de los Altos de Pavones, la auténtica, la verdadera, la inigualable: "ROSITA LA DE LAS FLORES".

12'00 h: taller en sala de T.O.

13'30 h: barbacoa

17'30 h: rifa + Festival Musical "El tiempo"

Viernes 23 Septiembre 2016

Participamos en

HACE YA 4 AÑOS QUE EL EQUIPO DE ALBERTIA MORATALAZ DECIDIÓ ENROLARSE EN LA AVENTURA DE PARTICIPAR EN EL CERTAMEN NACIONAL DE CORTOS PARA MAYORES "PREMIOS NICO", ORGANIZADO POR MUNDOMAYOR.

Desde un inicio, la esencia del concurso nos cautivó. Es una manera diferente de trabajar múltiples habilidades de los residentes (funcionales, cognitivas, emocionales, relacionales...) a través del mundo del cine, al que muchos de los participantes no habían tenido acceso a lo largo de sus vidas.

No sólo se trata de "grabar una película", sino que, entre todos, debíamos pensar un tema, escribir el guión, repartir los papeles, elegir los lugares de grabación, elegir el vestuario, grabar las escenas, realizar las labores de producción, enviar la cinta... ¡¡y el trabajo no acaba ahí!!

Como todo concurso que se precie, existe un periodo de votaciones, que en este caso, dura todo el verano. Este año, como novedad, las votaciones acabarán un día indeterminado entre el 25 y el 30 de septiembre. Los votos válidos se registran a través de **SMS al 27979** y este año, también como novedad, se recogen votos gratuitos a través de Twitter. Para votarnos, podéis enviar un SMS al 27979 con uno de los siguientes textos: "Nico R1O1 video", "Nico R1O1 guion", "Nico R1O1 produccion", "Nico R1O1 idea" o "Nico R1O1 actriz pasioeiriz". En Twitter, debéis **retuitear** este tuit: https://twitter.com/MundoMayor/status/749888485616676864?s=09

Y os decíamos que nuestro trabajo con los Premios Nico no acaba en el momento en que enviamos la cinta porque, creemos que el vídeo que enviamos a los Premios Nico no sirve de "excusa" durante todo el verano para programar actividades terapéuticas temáticas, que nos ayudan a dar a conocer nuestra participación en el concurso, además de los muchos objetivos terapéuticos que nos planteamos en cada una de ellas.

MundoMayor concede el premio al "Voto Alboroto" al Centro que más actividades en torno a su vídeo realiza, para darlo a conocer no solo en redes sociales sino también dentro del centro, en el barrio, entre las familias y trabajadores, etc. Aunque no existiera el Premio al Voto Alboroto, creednos, que mantendríamos la misma dinámica de actividades, porque el simple hecho de ver la satisfacción de todos los actores y actrices, este año más de 20, no tiene precio. Si bien es cierto que en Madrid capital nos cuesta un poco más salir en los medios de comunicación para darnos a conocer, nosotros lo hacemos a nuestra manera, en nuestro barrio y con nuestra gente.

los Premios NICO

A continuación os contamos varias de las actividades que tenemos programadas:

- En el mes de junio tuvimos una tarde de estreno de "Rain", así se titula nuestro corto presentado este 2016. Como si estuviéramos en el cine, tuvimos refresco y palomitas para todos los asistentes. Muchos fueron los que se animaron a venir y dieron la enhorabuena a nuestros actores, también presentes.

- Nuestros actores y el equipo de Rehabilitación y Terapia ya lucen sus camisetas de "Rain", con un logotipo que hemos diseñado para la ocasión por delante y el método de voto por detrás. Además, este año también hemos incorporado gorras a nuestro "merchandising", con el logo de la nube. Las estamos vendiendo, y el importe se destina íntegramente al envío de SMS.

- El viernes 12 de agosto tuvimos una "convención de hechiceros", en honor a nuestra protagonista la bruja Clara. Disfrutamos de actividades brujeriles, merienda y baile, y vimos una vez más nuestro corto todos juntos.

- Este mes de agosto se ha puesto en marcha la ya tradicional rifa, cuya recaudación íntegra se destina al envío de SMS para votar por "Rain". La rifa será el próximo 23 de septiembre y los premios son un jamón serrano, una botella de vino y una gorra promocional.

- Estamos saliendo por nuestro barrio ataviados con nuestras camisetas promocionales, repartiendo información a los vecinos sobre nuestro corto.

- El jueves 15 de septiembre tendremos por la tarde en recepción un mercadillo en el que venderemos manualidades realizadas por nuestros residentes, igualmente con recaudación íntegra para el envío de SMS.

- El viernes 23 de septiembre tendrá lugar una fiesta temática, basada en los Fenómenos Meteorológicos, con barbacoa a mediodía y espectáculo musical por la tarde.

- En la pasarela que une los dos edificios de la residencia tendremos durante el mes de Septiembre una exposición sobre el Corto.

Y como no todo es mirarnos el ombligo, por segundo año consecutivo estamos realizando la actividad "Ciclo de cortos", en los que vemos los cortos de las demás residencias y entidades que participan en los Premios NICO.

Para llegar a la final necesitamos vuestro apoyo.
¡¡Gracias por adelantado!!

Ulises en la isla de los Cicones

Por Luisa Martín

(Relato que forma parte de las narraciones cortas que nuestras terapeutas ocupaciones utilizan en la actividad de "Lectura y Escritura", a modo de copia o dictado).

Las naves de Ulises, como todas las de la época, eran pequeñas. No tenían más que una vela y un puñado de remeros para impulsarlas. Trataban en lo posible, de no perder de vista la costa, para poder buscar refugio en caso de tormenta.

Muchas veces el clima les jugaba una mala pasada. En este caso, al tiempo de partir, un fuerte viento empujó las naves hacia una isla ocupada por los Cicones.

Ulises, encontró que en esa isla había un gran tesoro y envió a sus hombres a recoger el botín. Los Cicones, rápidamente se armaron para defender sus posesiones emprendiendo una feroz lucha cuerpo a cuerpo contra los navegantes.

Como los Cicones eran muy numerosos ganaron la batalla. Ulises perdió el botín y muchos hombres en la lucha. Pero con los que habían logrado salvarse, logró huir velozmente aunque con mucha tristeza por el resultado adverso de la expedición.

Como si el cielo quisiera castigarlos por su atrevimiento, se desató una fuerte tempestad El agua entraba a raudales y las velas se hincharon por el viento hasta reventar. Varios días lucharon contra las adversidades del tiempo sin descansar.

Cuando por fin, volvió la calma al mar, aprovecharon para reparar las naves y reemplazar las velas destrozadas. Pero nuevamente comenzó a soplar el viento norte alejándolos de su ruta, mar adentro y empujándolos luego hacia otra isla extraña.

HOROSCOPO

ARIES Vamos a divertirnos, reserva tu plaza en la excursión el próximo 20 de septiembre	TAURO ¡Enhorabuena! Con el frío la gimnasia vuelve al interior. Ya no tendrás que buscar más sillas.	GÉMINIS Ten cuidado con los excesos en la barbacoa, no pases con el chorizo. Come con moderación.	CÁNCER Disfruta de un bonito paseo para estirar las piernas, te vendrá muy bien después de una buena siesta.
LIBRA Ponte guapa, te mereces una sesión de belleza. Coge cita en la peluquería.	ESCORPIO Vuelve el otoño y con él, aquella ropa que tanto te gusta. Aprovecha y date un capricho.	SAGITARIO No descuides tus pies, visita al podólogo para estar perfecto este otoño.	CAPRICORNIO Este mes la suerte está de tu lado, seguro que te toca algo en la rifa del 23 de septiembre.
LEO Seguro que este mes, recibes algún regalo de alguien que te quiere mucho.	VIRGO Tomar la vida en serio es una tontería. Vive, ríe y disfruta.	ACUARIO Aprovecha los días lluviosos para acudir a todas las actividades que puedas.	PISCIS Estas de suerte en el azar. Vas a arrasar en el bingo. Se avecinan premios.

SEPTIEMBRE 2016

Cocina tradicional:

FILETES DE POLLO RELLENOS

Por Antonia Martín

Ingredientes:

- 8 filetes de pechuga de pollo.
- 8 lonchas de jamón serrano.
- 16 pimientos de piquillo.
- 1 zanahoria.
- 1 cebolla.
- 2 dientes de ajo.
- 1 cucharadita de harina.
- Cuarto de aceite.
- Un vaso de vino y otro de agua.
- Sal, pimienta.

Preparación

- Salpimentamos los filetes
- Ponemos una loncha de jamón encima de cada filete y encima dos pimientos abiertos.
- Enrollamos todo y pinchamos con dos palillos.
- Rebozamos en harina.
- Doramos en la sartén con el aceite bien caliente.
- Ponemos en una cacerola grande.
- Pochamos la cebolla con los dientes de ajo y la zanahoria en trocitos.
- Echamos el vaso de vino y el vaso de agua.
- Incorporamos todo a la cacerola con los rollos de pollo y lo ponemos a fuego lento media hora
- Una receta fácil y RIQUÍSIMA

Pasatiempos

Encuentra en la sopa de letras el nombre de 10 prendas de vestir

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

de VERANO

ADIVINA, ADIVINANZA…

1

-Vivo en el agua, y no soy un pez.
-Tengo tinta y no soy un bolígrafo.

¿Quién soy?

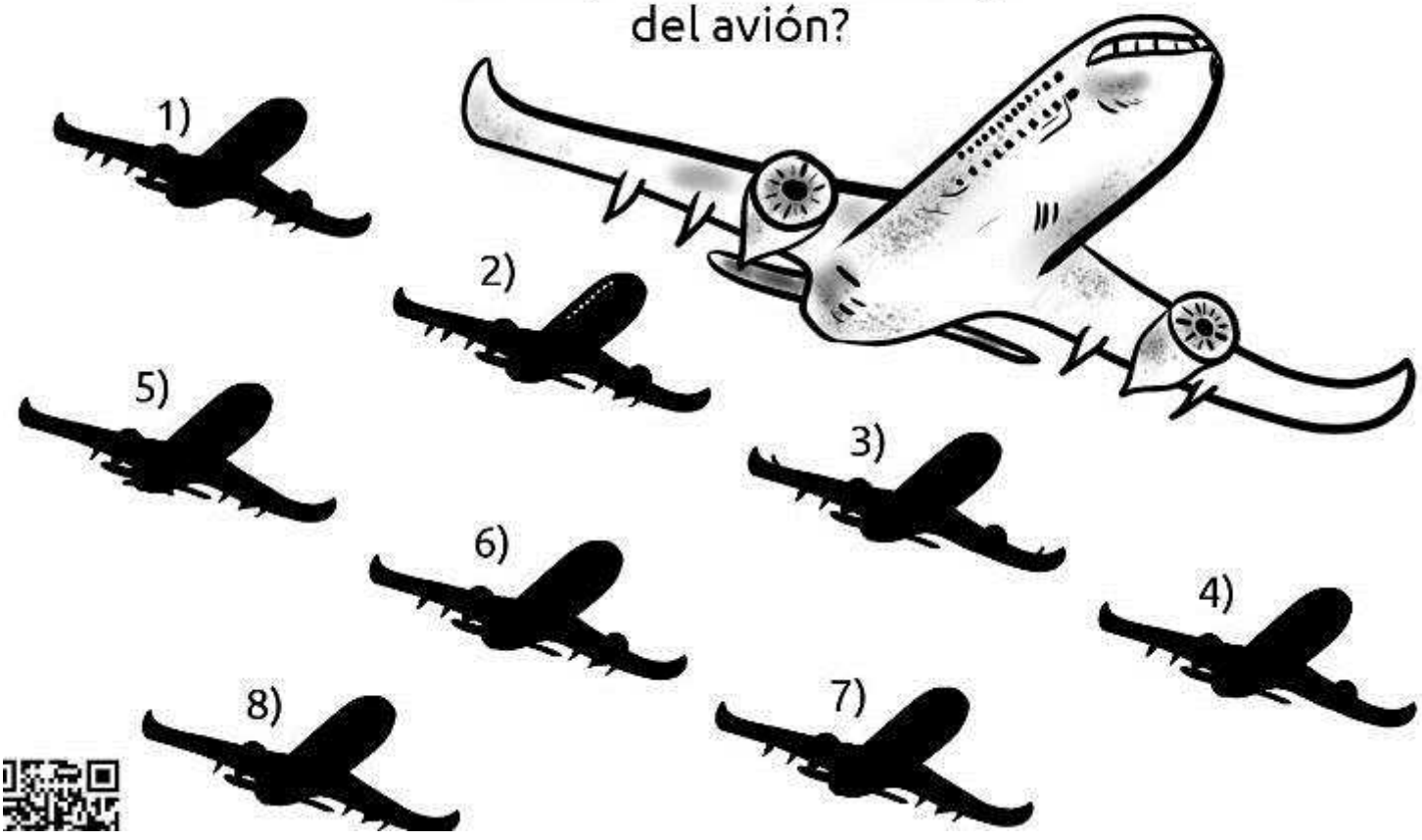
2

- Tengo hojas y no soy un árbol.
- Puedo abrirme y no soy una puerta.
- Cuento historias y no tengo boca.

¿Quien soy?

PON A PRUEBA TU VISIÓN Y TU INGENIO

¿Cuál es la silueta que se corresponde con el dibujo del avión?

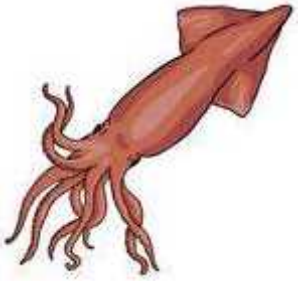


PASATIEMPOS (soluciones)

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

ADIVINA ADIVINANZA...

1. **CALAMAR**



2. **LIBRO**

SOLUCIÓN

¿Cuál es la silueta que se corresponde con el dibujo del avión?

PROGRAMACION

Albertia MORATALAZ

Taller familiar

BARCOS DE PAPEL

Viernes 2 Septiembre
17'30 h - Sala de T.O.

TARDE DE ZARZUELA:

Viernes 9 Septiembre 2016
17'30 horas - Salón de Actos

Albertia MORATALAZ

No te pierdas nuestro...

Viernes 16 Septiembre 2016
17'30 h - Salón de Actos

Albertia MORATALAZ

EXCURSIÓN:

Precio: 18€

Invernadero de Arganzuela

Martes 20 Septiembre 2016
Salida del Centro: 11'00 horas

SEPTIEMBRE

Semana temática
"EL TIEMPO"
Lunes 19:
TALLER DE PINTURA
Martes 20:
Cine: CANTANDO BAJO LA LLUVIA
Miércoles 21:
Concurso:
1, 2, 3... EL MAPA DEL TIEMPO
Jueves 22:
BINGO ESPECIAL
En horarios de actividades de la tarde
Albertia
VORATALAZ

Miércoles 21 Septiembre
DÍA MUNDIAL
DEL ALZHEIMER
Expresición: "COMPARTE TU RECUERDO"
(Toda la semana - pasillo)
Cine: "¿ Y TÚ QUIEN ERES? "
(17'00 h - Salón de Actos)
Albertia
VORATALAZ

Fiesta de
la BARBACOA
Comparte
con nosotros
una deliciosa
barbacoa
"FAMILIAS"
Apuntarse en recepción hasta el 15 Sept.
Viernes 23 Septiembre 2016
13'30 horas - Patio Central
Albertia
VORATALAZ

Albertia
VORATALAZ
FESTIVAL
MUSICAL:
"EL TIEMPO"
RAIN
Temática de nuestro corto "RAIN"
Viernes 23 Septiembre 2016
17'30 horas - Salón de Actos

Domingos de PIANO

Julio: 3, 17 y 31

Agosto: 14 y 28

Septiembre: 11 y 25

12'00 h - Sala del Piano

Albertia MORATALAZ

Albertia MORATALAZ
Hacienda de Pavones 261
28030 Madrid
91 324 68 00
moratalaz@albertia.es
Facebook:Albertia Moratalaz

Albertia
Servicios Sociosanitarios