



Alegria



ALAGÓN



ÍNDICE

FELIZIDADES – Páginas 3, 4, 5, 6 y 7

GERIARTE – Páginas 8, 9 y 10

CÓCTEL DE NOTIZIAS: ABRIL – Páginas 11, 12, 13 y 14

CÓCTEL DE NOTIZIAS: MAYO – Páginas 15, 16, 17 y 18

CÓCTEL DE NOTIZIAS: JUNIO – Páginas 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25 y 26

HASTA LA COZINA – Páginas 27 y 28

CARTAS A LA RAÍZ – Páginas 29, 30, 31, 32, 33, 34 y 35

MIS RAIZES – Página 36

PIENSA EN TI – Página 37

¿QUÉ OCURRIÓ? – Páginas 38

ENTREVISTA ZERCANA – Página 39

CONVENIO ADOPTA UN ABUELO – Página 40

PASATIEMPOS – Página 41

SOLUCIONES PASATIEMPOS – Página 42

ACTIVIDADES CULTURALES – Página 43

Equipo de redacción de la Residencia y Centro de Día
Mayores de Alagón.



Felicitaciones

Celebramos el cumpleaños de nuestros mayores correspondiente al mes.

ABRIL

Celia Alvarez ha cumplido 95 años.
Pide un deseo:



Enrique Anadon ha cumplido 76 años ¡¡Enhorabuena Enrique!!



Amalia Sanz ha cumplido 90 años.
Felicidades:

Carmen Pelaez ha cumplido 76 años.
Sopla fuerte:





FeliZidades

Ana María ha cumplido 95 años.
Sopla con fuerza las velas:



MAYO

Cruz Almau ha cumplido 69 años.
Que nunca se borre tu sonrisa



Pilar Luesma ha cumplido 78 años.
Que cumplas muchos más



Cruz Pastor ha cumplido 87 años.
Que cumplas muchos más:





FeliZidades

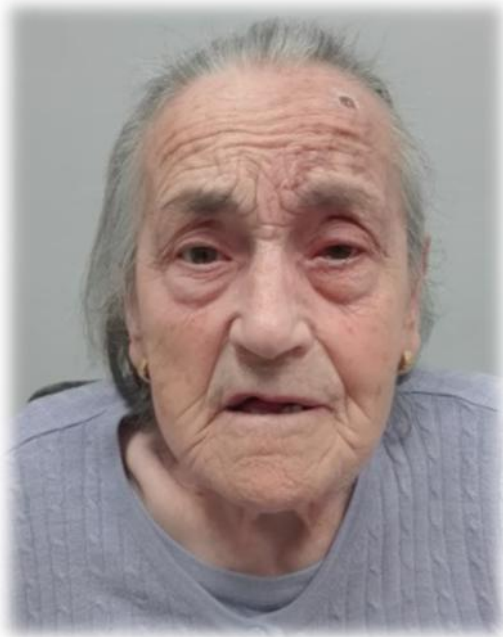
Juana Urbano ha cumplido 73 años.
¡Felicidades!



Joaquin Tomas ha cumplido 91 años.
¡Felicidades!



Manuela Clavero ha cumplido 83 años. Sopla con fuerza las velas



Ester Izcara ha cumplido 79 años.
Que los disfrutes:





Felizidades

José Cuartero ha cumplido 81 años.
Que cumplas muchos mas:



Carmen Junza ha cumplido 90 años.
Sopla fuerte:



JUNIO

Gloria Jimenez ha cumplido 96 años.
Que nunca se borre tu sonrisa



Matilde Martín ha cumplido 91 años.
Que los disfrutes:



Aurora Murillo ha cumplido 92 años.
Que cumplas muchos mas:





FeliZidades

Rafael Curz ha cumplido 85 años.
Que se cumplan todos tus deseos:



Maria Luisa ha cumplido 77 años.
¡Felicidades!



Antonio Soria ha cumplido 59 años.
Que seas muy feliz:



Francisco Lumbreras ha cumplido 85 años.
Que cumplas muchos mas

Conchita Rios ha cumplido 87 años.
Sopla con fuerzas las velas:





Sección dedicada al arte, las manualidades, lo artesanal y todo aquello denominado en lenguaje moderno: "han made".

Hecho a mano y sobre todo hecho con cariño e ilusión. Como mayores que somos nos encanta realizar cositas con nuestras manos, así como aprender técnicas y nuevas formas de entender el arte.

Ampliando la sección, el arte nos lleva a todas aquellas tareas que nuestras manos transforman. La vuelta a otros tiempos en los que el todo lo que se hacía en el hogar se realizaba con el arte heredado de nuestros mayores...

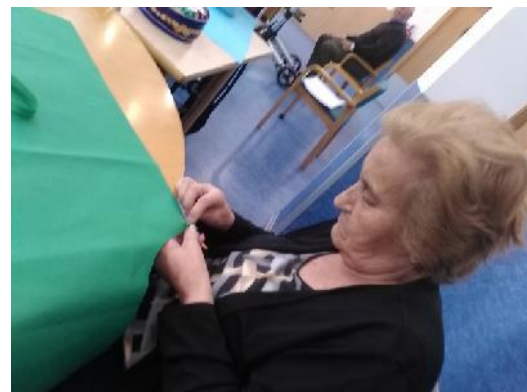
PLACA "PLACICA DE ABASTOS"

Nuestro centro se convirtió en la típica plaza del pueblo, dónde el trasiego de gente, comerciantes y vecinos...llena de ilusión, comparte su día a día.



DELANTALES PARA LOS TENDEROS

También realizamos los delantales típicos de los tenderos de puestos de mercado: fruter@, marroquiner@, florister@...





TARJETAS IDENTIFICACIÓN FAMILIAS



REMACHES EN POLIPIEL





MANZANAS COLGANTES



**DECORACIÓN
VERANO**

MURAL





Cóctel de NotiZias

Lo llaman segundo trimestre, abril, mayo y junio. Pasados estos meses con éxito y fortuna.

NUESTRAS ACTIVIDADES, EN ABRIL

**CONCIERTO MULTITUDINARIO
ESCOLAR: MUSIQUEANDO**



COFRADÍA VIRGEN DE LOS DOLORES



Cóctel de NotiZias



DOMINGO DE RAMOS



COFRADÍA CRISTO YACENTE





Cóctel de NotiZias

FERIA DE ABRIL: ACTUACIÓN ECOS DEL ROCÍO



FERIA DE ABRIL...PERO AQUÍ





Cóctel de NotiZias

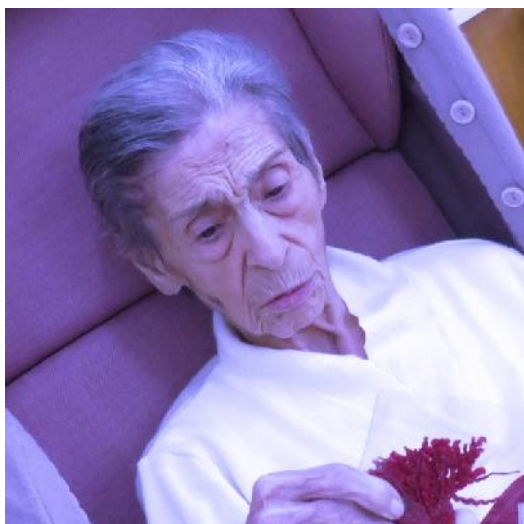




Cóctel de NotiZias

NUESTRAS ACTIVIDADES, EN MAYO

DÍA DE LA MADRE





Cóctel de NotiZias



FIESTA DE CUMPLEAÑOS





Cóctel de NotiZias



CONOCETE-ME ¿CUÁL ES TU SUPERPODER?





Cóctel de NotiZias



NUESTRAS ACTIVIDADES, EN JUNIO

VI ENCUENTRO INTERGENERACIONAL

PREPARATIVOS:





Cóctel de NotiZias



“LA PLACICA DE ABASTOS”





Cóctel de NotiZias





Cóctel de NotiZias





Cóctel de NotiZias





Cóctel de NotiZias





Cóctel de NotiZias



GIGANTES Y CABEZUDOS SAN ANTONIO DE PADUA



Cóctel de NotiZias

BARBACOA DE SAN JUAN





Cóctel de NotiZias



TARDES DE PETANCA





Hasta la CoZina

Dicen que la cocina es el corazón de una casa... ¡para nosotros lo es! , es uno de los momentos más importantes del día. Siempre cualquier momento, historia, suceso y celebración ha girado en torno a la comida.

TALLER CULINARIO

La llegada del buen tiempo, anima a celebrar y pasar rato con la gente que quieres...así que mejor forma de pasar rato con la gente que con unos deliciosos talleres de cocina...Durante estos meses nuestros usuarios de Unidad de Convivencia han sido los encargados de elaborar las tartas para la celebración de los cumpleaños...





Hasta la CoZina

RECETAS DEL MUNDO

Siempre pensamos que las recetas tradicionales son únicas, pero... cada lugar, cada persona, cada cultura tiene recetas únicas.

En esta sección vamos a tratar de acercar y sobretodo conocer otras formas de cocinar, otros alimentos, curiosidades.

La receta que en esta edición sacamos es una receta de la tierra.

ENSALADA DE GARBANZOS

Ingredientes

- 1 Bote de garbanzos
- Pimiento rojo/verde/ amarillo
- Atún
- Aceitunas negras
- tomate
- maíz
- cebolla
- Sal, Aceite y vinagre

Preparación

Picar todos los ingredientes menudos (o al gusto de cada uno).

En un bol mezclamos todo y aliñamos al gusto.

Como veis, es una receta muy sabrosa, sana y fácil de hacer...

¡A disfrutar!





CARTAS A LA *Raíz*



MOMENTOS “AQUÍ Y AHORA”

Como indica el nombre de la sección...se nos ocurrió de forma inesperada, “inventar” esta sección.

En ella se reflejan momentos llamémoslos “X” que son captados con un objetivo de la cámara y dicen mucho....

A disfrutar de esos momentos valiosísimos.



“había una rancherita”



CARTAS A LA *Raíz*



“esta es la voz”



“baile a tres bandas”



“la toilette”



“dándolo todo”



“porque tú lo vales”



CARTAS A LA *Raíz*

ESPACIO DE LA UNIDAD DE CONVIVENCIA

Os mostramos “nuestra rutina y labores”:



“Radio: la Voz de Alagón, nos da los buenos días”



“Una imagen vale tanto como las palabras”





CARTAS A LA *Raíz*



CONÓCETE-*me*"

La experiencia y la demanda individualizada, apunta, que una de las cosas que más echan de menos al vivir en una residencia, es: mantener relaciones con la comunidad, conocer a otros semejantes o aquellos con los que comparten aficiones u oficios.

De esta necesidad surge la idea de la actividad, llamada:

CONÓCETE-*me*"

Consiste, en la salida del espacio de convivencia de la residencia, para visitar diferentes comercios de Alagón. Estas visitas ayudarán a conocer al colectivo de personas mayores y, de forma recíproca, conocer a nuestros vecinos (coincidiendo con la revista trimestral de la residencia, se publicará entrevista a uno de los comerciantes). Otro de los objetivos es apoyar el Comercio de Cercanía, dar a conocer su labor, productos y ganas de hacer.





CARTAS A LA *Raíz*

COMPLEMENTOS BELMAR



Una tienda situada en plena Calle Mayor, en la que se venden muchas cosas: bisutería, plata, bolsos, pañuelos etc.

La dueña se llama Belén Marín (de ahí el nombre de su tienda). Es una chica joven y muy amable. Es una chica conocida puesto que es nacida en Alagón, al igual que toda su familia. Hace 5 años que abrió sus puertas, su producto “estrella” son los pañuelos.

Normalmente entre semana las ventas son mayores que en fin de semana. Los productos están muy muy bien colocados y la tienda es preciosa, con mucho gusto.



Belén nos cuenta que le ha gustado mucho la iniciativa y la entrevista muuuucho, tanto es así que nos ha regalado un pañuelo.

¡¡Belén, en honor a mi nombre...ha sido un GRAN PLACER!!

Placer Lilao

BOX & FITNESS (GIMNASIO)

Nos escapamos, un pequeño grupo de intrépidas con ganas de fortalecer nuestro cuerpo, hasta llegar a un gimnasio, muy moderno y diferente al que estamos acostumbradas.



CARTAS A LA *Raíz*



Héctor Guerrero, el “profesor”, nos recibe, le preguntamos sobre las diferentes modalidades de ejercicios, existen todo tipo de aparatos...se realizan tablas totalmente personalizadas al perfil de cada persona, siendo recomendable acudir 3 veces en semana. Una media de cada sesión de 45 minutos.

Sobre la edad para hacer deporte...no hay edad sino ganas y ejercicios personalizados.

Nos llamó la atención que no hay diferencia entre el nº de socias o de socios...



No pudimos resistirnos, antes de marcharnos, preguntar por qué tanto espejo por todas las paredes...hemos aprendido que es una forma de auto aprender y corregir mientras realizas ejercicios.

La mañana fue de lo más divertida,



Gracias Héctor...volveremos

YO SOY
Alagón
ASOCIACION DE
COMERCIANTE
INDUSTRIALES Y
SERVICIOS

Comercio de cercanía
¡¡Siempre contigo!!
www.comercioalagon.com
Síguenos 'Asociación de Comerciantes de Alagón'



CARTAS A LA *Raíz*

RUTA DE LA ALAMEDA

Seguimos “en ruta”, disfrutando de las salidas acompañados de las personas que tanto nos quieren y ayudan a cuidarnos.



MI RAIZES:

Carmen Montaner

Aunque estemos bastante lejos de parecernos a un árbol, tenemos algunas similitudes. En ambos casos las "raíces" permanecen ocultas y debemos retirar un poco de tierra para comprobar hasta dónde llegan, cuanto desarrolladas están y en qué estado se encuentran. Las "raíces" son la causa u origen de algo... de alguien...



Hola me llamo Carmen.

Nací en Monzón (donde he vivido toda mi vida) el 5 de Febrero de 1936 (si, ya empiezo a tener mis años...). Mis padres Francisca y Antonio tuvieron dos hijos, yo soy la pequeña de los dos, me llevaba 16 años con él.

Todos mis recuerdos de la infancia están asociados al campo, he pasado en él casi toda mi vida; recuerdo cuando era pequeña y yo ayudaba a mi padre a recoger la siembra en verano, cuando hacía buena noche, en lugar de volver a casa, nos quedábamos los dos a dormir en la caseta al raso. También recuerdo a mis dos amigas, con las que jugaba al escondite, a la comba...

Con 16 años, conocí al único hombre que ha estado en mi vida, mi marido Guillermo. Nos conocimos mientras los dos trabajábamos en el campo, recuerdo como la primera vez que nos vimos, él no me quitaba los ojos de encima. La siguiente vez que coincidimos fue en el baile, dónde estuvimos toda la tarde juntos, y así poco a poco empezó nuestra relación. A los 3 años de conocernos nos casamos y tuvimos 5 hijos; por desgracia sólo me quedan vivos 3.

Siempre hemos estado juntos viviendo en Monzón, pero unos problemas en mi cadera, hicieron que yo tuviese que venirme a esta residencia. Estoy contenta aquí, aunque echo de menos a mi marido y me gustaría poder ver más a mis hijos, estoy tranquila y feliz.



PIENSA EN *ti*

ESTA SECCIÓN SE DEDICA AL AUTOCAUIDADO, SOMOS MAYORES Y ESTAMOS MÁS QUE PREPARADOS.

Sentir es algo propio de las personas, nos emocionamos y hacemos saber a los que nos rodean lo mucho que les queremos, pero, ¿nos preocupamos por nosotros mismos? No debemos olvidarnos de uno mismo. Muchas veces oímos eso de “si no nos cuidamos...”

¿Cómo comunicarnos con nuestro familiar?

. Cuando nos comuniquemos con todas aquellas personas que están en situación de dependencia, debemos tener en cuenta varios puntos, para que esta sea lo más cómoda posible para ambas partes.

- ✓ Hablarle de una forma respetuosa y adecuada a su situación.
- ✓ No infantilizar el trato, hablarle como la persona adulta que es.
- ✓ Darle tiempo para responder. En muchas ocasiones las personas con limitaciones funcionales y cognitivas, requiere de mayor tiempo para entender lo que les preguntamos y pensar la

respuesta adecuada que dar; debemos ser pacientes y darle el tiempo que requiera.

- ✓ Buscar temas de conversación que sea interesantes para ambas partes.
- ✓ Intentar estimular la memoria y la reminiscencia (los recuerdos de las personas).
- ✓ Siempre hay que estar atentos a los sentimientos y emociones que despertamos en las personas.





¿QUÉ OCURRIÓ?:

La Voz de Alagón

“YO SOY MAYOR”

(Por Hortensia García)

Ya me cansa la política, así que esta vez voy a escribir de otra cosa... de eso que se llama la “tercera edad”, “mayores”... todo para intentar y conseguir quitarnos nuestro verdadero nombre “viejos”.

El demostrado nombre de una mayoría, que después de trabajar toda su vida, sigue produciendo incluso puestos de trabajo.

Yo personalmente, acudo a mi derecho a ser vieja y a que me devuelvan al menos en parte el cariño que como tantos otros di a manos llenas.

No quiero de ninguna manera, convertirme en invisible.





ENTREVISTA ZERCANA:

Vanesa Navarro



Hola Familia:

Hoy me toca a mí ser entrevistada. Me llamo Vanesa Navarro “ La otra!, nací el 14 de Junio de XXXX.

Vivo en Alagón y toda mi familia por parte de mi madre son de aquí, aunque la de mi padre es de más al sur...mucho más al sur, son de Andalucía.

Estoy casada con Fernando, también de aquí de Alagon y tenemos dos maravillosos hijos, Fernando de 12 años y Ángela de 10.

Mis inicios en el mundo laboral, fueron muy diferentes y distantes a lo que es actualmente hoy mi trabajo; comencé trabajando en un comercio donde incluso llegue a ser jefa de tienda de Caprabo, pero con el paso de los años y circunstancias de la vida, me di cuenta de que no era mi trabajo, no me llenaba.

Decidí en ese momento que en esta vida hay que intentar ser feliz y así es como comencé a estudiar varios cursos dedicados a las personas y terminé estudiando auxiliar de enfermería. Encontré trabajo, puse en práctica todo lo aprendido durante mi periodo de estudiante y me di cuenta de que este trabajo es el que realmente me hace feliz, me encanta lo que hago.

¡Quiero gritar a los 4 vientos a todos los usuarios lo feliz que me hacéis!

MUCHISIMAS GRACIAS, pequeña gran familia de la Residencia Mayores de Alagon.

Os quiero

Vanesa



NUEVO CONVENIO:

“Adopta un abuelo”

Grupo Albertia firma un convenio con la ONG «Adopta un abuelo» en el marco de los Programas Intergeneracionales de sus residencias.

El Director General de grupo Albertia, don Pablo Rodrigo, ha firmado esta misma semana un convenio de colaboración con don Alberto Cabanes, Presidente y fundador de la ONG “Adopta un Abuelo”. De este modo, sus voluntarios realizarán labores de acompañamiento a las personas mayores que viven en las residencias del grupo a partir del mes de septiembre.

Grupo Albertia mantiene un fuerte compromiso con la mejora de la calidad de vida de las personas mayores que viven en las residencias que gestiona. Con el acuerdo con «Adopta un Abuelo», además se fomenta el compromiso social de los jóvenes. El fomento de los encuentros intergeneracionales en las residencias para mayores Albertia es una tónica predominante, ya que se han constatado los múltiples beneficios que reportan a las personas mayores, tanto a nivel cognitivo como psicológico, emocional y social.

“Adopta un Abuelo” es un programa intergeneracional de compañía para las personas mayores que viven en residencias. Su objetivo es que se sientan escuchados, acompañados y queridos. Mientras, los jóvenes voluntarios

aprenden valores y experiencias durante las visitas recurrentes.

Grupo Albertia se encuentra en el top 20 de las compañías a nivel nacional en la atención a personas mayores y dependientes. Actualmente gestiona 11 residencias, apartamentos y centros de día repartidos por Madrid, Aragón y Castilla-La Mancha, con varios nuevos proyectos a medio y largo plazo.





Pasatiempos

BUSCA 10 OBJETOS VERANIEGOS:

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

Pasatiempos *SOLUCIONES*



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





Próximas actividades

Durante el próximo trimestre (Julio, Agosto y Septiembre), el programa de actividades será el siguiente:

JULIO

Julio caliente, quema al mas valiente:

- Encierro de San Fermín...pero aquí
- GerOlimpiadas
- Día del Abuelo
- Cumpleaños del mes



Encierro de
"SAN FERMIN...
...pero aquí"



AGOSTO

En agosto sandía y melón, un buen refresco son.

- Pepito Piscinas
- Rancho Zaragocista
- Cumpleaños del mes



SEPTIEMBRE

En septiembre el trigo se siempre...:

- Comparsa Gigantes y Cabezudos
- Fiestas en Honor a la Virgen del Castillo
- Día del Alzheimer
- Cumpleaños del mes



COMPARSA DE
GIGANTES Y CABEZUDOS
EN LOS PORCHES DE LA
RESIDENCIA



pasión

POR NUESTROS MAYORES



ALBERTIA SERVICIOS SOCIO SANITARIOS, S.A.

C/ Hacienda de Pavones 261 - 28030 Madrid

Todos los derechos reservados. Copyright 2017 ©



www.albertia.es