



# Alegría

S A N S E B A S T I Á N D E L O S  
R E Y E S

*Bienvenidos a Vuestro Hogar*

**OCTUBRE 2021**

JUEGO DE OTOÑO

RECETA DEL MES

PROGRAMACIÓN  
DEL TRIMESTRE

# Editorial



**Estimado familiar,**

Tras la apertura progresiva de los Centros siguiendo los protocolos de vigentes, ya hemos podido tener la relación directa y cercana a la que estamos acostumbrados residentes y trabajadores con todos vosotros.

A pesar de los momentos tan difíciles que hemos vivido ya estamos volviendo poco a poco a tener más visitas, aunque todavía no las que quisiéramos todos, y por eso mismo debemos seguir con unas medida de precaución generales (mascarilla, distancia social,..) para preservar la salud de nuestros queridos Residentes.

Muchas gracias ¡Os esperamos!

**ANTONIO ZAMBRANA**

---

DIRECTOR



# Contenido



**CUMPLEAÑOS PÁGINA 4**

**TEXTO DE LOS RESIDENTES PÁGINA 5**

**TALLER DE COCINA PÁGINA 6**

**CONOCE A... PÁGINA 7**

**ASÍ SOY YO PÁGINA 8**

**SOPA DE LETRAS PÁGINA 9**

**PROGRAMA CULTURAL PÁGINA 10**



# Cumpleaños octubre 2021

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
				1	2	3
4	5	6	7	8	9 Brígida G.	10
11 -Gladys A. -M <sup>a</sup> Teresa F.	12 -Lorenza H. -Pilar A.	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22 -Andrés S. -María R.	23 Pedro F-L.	24
25	26	27 Antonio M.	28	29	30	31



# Responsorio a San Antonio para encontrar lo perdido

// María R.

“San Antonio bendito de Padua,  
que en Padua naciste,  
en Portugal te criaste,  
en el púlpito donde Dios predicó,  
predicaste y de tanto predicarte tuve una revelación:  
que a tu padre le iban a ahorcar,  
Por un falso temor que iban a levantar  
al punto bajaste, enseguida fuiste.  
En el camino tu librito y un crucifijo perdiste,  
La Santa María se lo encontró, tres veces te dio:  
Juan Antonio, Juan Antonio, Juan Antonio, vuélvete atrás,  
que tres favores se te concederán:  
lo perdido sea hallado,  
lo olvidado acordado,  
lo extraviado acercado.  
San Antonio bendito, flor del desierto,  
concédeme lo que te pido presto”.

# RECETA: Muffins de calabaza

## Pasos:

1. Precalentar el horno a 190°.
2. Asar la calabaza 30 minutos a 180° con la carne hacia arriba.
3. Una vez ligeramente fría, quitar las pepitas y pelar.
4. Machacar con un tenedor.
5. Batir los huevos hasta que espumen.
6. Añadir la calabaza, el azúcar y el aceite de oliva y batir bien.
7. Añadir, mezclados en otro bol, la canela, harina, el jengibre, la sal, levadura y bicarbonato.
8. Una vez todo bien mezclado sin que queden grumos, rellenamos los moldes de papel, insertándolos dentro de otro molde más rígido para evitar que se abran.
9. Hornear, con el horno precalentado por 20'.
10. Pinchar con un cuchillo y si sale limpio, ¡están listos!
11. Dejar enfriar sobre una rejilla y servir.

## ¿QUÉ NECESITAS?

### Ingredientes:

- ½ calabaza (340grs aprox.)
- 4 huevos
- 280grs de azúcar
- 330grs de harina
- Una pizca de jengibre en polvo
- Una pizca de sal
- Una pizca de canela
- 2 cucharaditas de levadura de repostería
- 1 cucharadita de bicarbonato



# CONOCIENDO A...



**Nombre:** Estela J.

**Lugar de nacimiento:** Madrid.

**Puesto:** administradora.

**Edad:** “Prefiero no decirla” (risas).

**En la Residencia desde:** julio de 2020.

**Aficiones:** escuchar música (sobre todo Rock), pasear a los perros, cocinar, quedar a tomar algo con mis amig@s...

**Libro preferido:** “Los pilares de la tierra” de Ken Follett.

**Película que te guste:** “Orgullo y prejuicio”.

**Lugar de vacaciones ideal:** Cádiz.

**Canción que te alegre los días grises:** “Welcome to the jungle” de *Guns & Roses*.

**Comida sin la que no puedes vivir:** el queso.

Verónica L.

---

ADMINISTRADORA

# ASÍ SOY YO

**Nombre:** Angelita D.

**Lugar de nacimiento:** Puertollano (La Mancha).

**Edad:** 82 años.

**En la Residencia desde:** 8 de marzo de 2017.

**Virtud:** "Se me da muy bien el punto y coser".

**Defecto:** "A veces el ser muy perfeccionista".

**Aficiones:** pintar, coser, escuchar música, oír la radio, ver la TV.

**Película que te guste:** todas las españolas me gustan, en concreto las de Manolo Escobar.

**Lugar de vacaciones ideal:** Lourdes (Francia).

**Canción de sus preferidas:** las canciones de Manolo Escobar, Antonio Molina, Juanito



# Sopa de letras: 6 animales

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

GATO – PERRO – PÁJARO – MARIPOSA – PEZ - SERPIENTE

# Programa cultural trimestre

- **Octubre:**

- Día Internacional del Mayor y Día de la Sonrisa
- Celebración del Día del Pilar
- Taller de belleza, bienestar y autocuidado
- Celebramos *Halloween*

- **Noviembre:**

- Taller por el Día de Todos los Santos
- Celebramos la entrada del mes con un buen *Magosto*
- Comenzamos a preparar talleres para la Navidad

- **Diciembre:**

- Talleres de manualidades relacionados con la Navidad
- Presentación del Calendario de Adviento
- Decoración navideña del Centro con la ayuda de nuestros residentes y usuarios de Centro de Día



*Albertia*  
*Servicios Sociosanitarios*

EL COMPROMISO CON LAS PERSONAS