

Número 4



La Garroja



Diciembre, 2006



GACETA
ANUAL

**RESIDENCIA DE ANCIANOS
"EL SALVADOR"
PEDROCHE (Córdoba)**

Carta de la Directora



Parece que fue ayer cuando entraba enero y ya estamos finalizando diciembre, con todo un año pasado, que nos parece con una rapidez tremenda. Yo tengo la costumbre de decir "*como se pasa el tiempo*" y muchos de vosotros me contestáis "*Antoñita, el tiempo no, somos nosotros*".

Y ya nos estamos preparando para el año que vamos a empezar que tiene doble acontecimiento para todos. En primer lugar, celebramos el 25 aniversario de la inauguración de la Residencia y lo que esto supuso para Pedroche, ya que el mismo día de su inauguración se firmó un Convenio con INSERSO, (INSTITUTO DE SERVICIOS SOCIALES); fue por el año 1982, uno de los primeros que se firmó en toda España, con 100 plazas (60 de válidos y 40 de asistidos) actualmente tenemos 100 concertadas con la Consejería de la Junta de Andalucía. Todo ello gracias a la locura que un día tuvo un gran sacerdote llamado Eduardo Ruiz Doblas, y al apoyo y confianza que en él tuvieron algunas personas. Hoy tenemos cubiertas las necesidades de nuestros mayores, y a su vez la difícil lucha de la integración de la mujer al mundo laboral que en nuestro pueblo se ha ido solventando, (en la residencia tenemos una media de 80 puestos de trabajo al mes y de ellos 64 son mujeres).

Que siempre han sido las que se han dedicado a cuidar de su casa, marido, hijos y luego padres y otros familiares, toda su vida se han dedicado a cuidar personas, pero sin compensaciones ni económicas ni sociales, y gracias a los 24 años que la residencia lleva abierta, muchas mujeres de nuestro pueblo hoy tienen trabajo.

También en este año entra en vigor la Ley de Promoción de Autonomía Personal y Atención a las Personas con Dependencia, un derecho reconocido por parte de la Administración de atender y cubrir todas las necesidades de las personas mayores y discapacitadas.

Como todos sabemos uno de los ejes principales de este pueblo es NUESTRA RESIDENCIA, porque directa o indirectamente, todos nos beneficiamos.

Finalmente me gustaría pedirles a todos que de **forma conjunta** sigamos apoyando este proyecto que enriquece a nuestro pueblo en todos los sentidos.

Un abrazo de vuestra Directora.

Antonia Romero Nevado
Directora de la Residencia de Ancianos "El Salvador"

Carta del Presidente de la Asociación

LAS OTRAS "GARROTAS"

Una antigua adivinanza preguntaba: "¿Cuál es el animal que al nacer camina a cuatro pies, en la plenitud a dos y en la vejez a tres pies?, siendo la respuesta "el hombre" (y la mujer, claro, no vayan a enfadarse las feministas si sólo hablamos de HOMBRE, englobando en el masculino a ambos géneros, sin hacer referencia al femenino). Y efectivamente, raro es el ejemplar humano que al llegar a su ancianidad no necesita la ayuda de un tercer pie para desenvolverse en la vida, un tercer pié constituido por esos elementos mas o menos elegantes, pero siempre útiles, conocidos como bastones, báculos y mas comúnmente "garrotas".

Pero cuando llegamos a esa ancianidad, no sólo necesitamos la garrota física en que apoyarnos para caminar, para sostenernos erguidos e incluso para manifestar nuestra elegancia (para "fardar" que dicen ahora los jóvenes". Estamos necesitados de otras "GARROTAS", que nos sirvan de apoyo y ayuda a lo largo de esa vida cada vez mas cerca del límite que Dios nos tiene señalado y en la que nos es imprescindible para vivir dentro de la felicidad posible y que además del bienestar físico, de una salud aceptable, es sobre todo "EL CARIÑO", de nuestra familia, de nuestros amigos de nuestros compañeros, de aquellos que os rodean y conviven con nosotros.

Eso es lo que pretendemos en nuestra Residencia. Que todos, desde la Junta de Gobierno de la Asociación al último residente, pasando por la Dirección, y personal de servicio en la Residencia, seamos en todo momento la "GARROTA" que sostiene la alegría de vivir a todos y cada uno de los que convivimos o colaboramos con esta gran obra que en su día fundó nuestro siempre recordado D. Eduardo. Este es el deseo que, en nombre propio y en el de la Junta de Gobierno que me honro en presidir, con mis mejores deseos, os manifiesta.

RAFAEL ÁNGEL ALCALDE LEAL
Presidente de la Asociación "El Salvador"

Carta de la Secretaria General de Asuntos Sociales



Quiero, en primer lugar, expresar mi agradecimiento a la Directora de la Residencia de Ancianos "El Salvador" por ofrecerme la oportunidad de dirigirles un saludo, desde las páginas de la revista "La Garrota", en la que se reflejan muchas de sus vivencias en ese Centro.

Me siento muy orgullosa de que la Secretaría de Estado de Servicios Sociales, Familias y Discapacidad, que tengo el honor de dirigir, colabore económicamente en el desarrollo de los programas que, tan acertadamente, nos proponen desde la Asociación Benéfico Social "El Salvador". Programas con los que día a día se mejora la calidad de vida de todo el grupo de personas que forman parte del Centro, tanto de los residentes como de los trabajadores que tienen bajo su responsabilidad el funcionamiento de la Residencia.

Quiero transmitirles que el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales apoya con entusiasmo todas las iniciativas que nos conducen a cumplir el compromiso que el Presidente

del Gobierno, José Luís Rodríguez Zapatero, adquirió con las personas mayores de nuestro país: que las condiciones de vida de los ocho millones de pensionistas sean, cada vez, más dignas y con todas las garantías de una jubilación y un envejecimiento satisfactorios.

Con estos propósitos estamos abordando medidas que favorecen directamente a las personas mayores, como garantizar su seguridad económica a través de la subida de las pensiones o la Ley de la Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia, recientemente aprobada en el Congreso de los Diputados, por la que se configura un nuevo derecho de ciudadanía, universal y subjetivo, para todas aquellas personas que necesitan ayuda para realizar las actividades básicas de la vida diaria.

Las personas acreditadas como dependientes tendrán derecho a recibir cuidados y atención mediante servicios adecuados a su grado y nivel de dependencia. El catálogo de servicios incluye: teleasistencia, ayuda a domicilio, centros de día, centros de noche y residencias.

Las personas en situación de dependencia también tendrán derecho a recibir prestaciones económicas. Puede ser una prestación económica vinculada a un servicio cuando no sea posible ofrecerlo desde la red pública, para que pueda adquirirlo en el mercado privado. O bien, una ayuda económica para cuidadores familiares siempre que se den condiciones adecuadas de convivencia y de habitabilidad de la vivienda. O una prestación económica para la contratación de un asistente personal.

Sin duda son grandes avances y todos tenemos que felicitarnos por ellos porque con actuaciones nos van acercando más a la meta que nos hemos marcado desde el Gobierno: el disfrute pleno de los derechos, en condiciones de igualdad a lo largo de todo el territorio nacional y que todas las personas mayores, tanto válidas como dependientes, gocen del bienestar que se merecen después de una larga vida dedicada al trabajo y al cuidado de sus familias.

Les deseo a todos ustedes un año 2007 lleno de felicidad y crecimiento en la igualdad y los derechos sociales.

Amparo Valcarce García
Secretaria de Estado de Servicios Sociales, Familias y Discapacidad

Carta de la Diputada

LA DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CÓRDOBA Y LOS CENTROS RESIDENCIALES DE MAYORES



Queridos amigos y amigas del municipio de Pedroche, y especialmente a todas las personas que habitan y trabajan en la residencia "El Salvador".

Gracias por permitirme dirigirme a un colectivo tan importante y estimado por nuestra Diputación Provincial. En el origen de las Diputaciones a principios del siglo XIX, se puso de manifiesto que nacían para promover la prosperidad de las provincias, su riqueza y el bienestar de sus habitantes, especialmente para "aliviar la suerte de los pueblos y proveer cuanto concierne a su felicidad". La Diputación es pues ya una venerable institución, que como los residentes de "El Salvador" tiene ya una cierta edad, y que con el devenir de los tiempos ha debido ir adaptándose para contribuir a esa felicidad, que hoy llamamos bienestar, de los municipios de la Provincia y sus habitantes.

Desde 1992 la Diputación delegó en el Instituto Provincial de Bienestar Social (IPBS) la gestión de los Servicios Sociales Comunitarios de todos aquellos municipios menores de 20.000 habitantes, como es el caso de Pedroche. Constituyen la puerta de entrada a los diferentes sistemas de protección social y son garantía del efectivo ejercicio de derechos por parte de los ciudadanos y ciudadanas de nuestros municipios. Los estatutos del IPBS recogen entre sus objetivos principales promover el bienestar social de los habitantes de la Provincia de Córdoba y señala al colectivo de los mayores como uno de los grupos de actuación preferente. De hecho los mayores constituyeron más del 50 % de los usuarios el año pasado, en concreto 21.587 personas mayores, de las cuales 581 fueron del municipio de Pedroche. A través del Instituto de Bienestar Social se les facilita acceder a variadas prestaciones y recursos tanto de otras administraciones (Seguridad Social, Teleasistencia, Tarjeta 65...) como desarrollados directamente por nuestros profesionales (ayuda a domicilio, apoyo a familiares cuidadores de personas de dependientes, actuaciones en clubes de mayores...).

En nuestra tarea de fomentar el bienestar social y la cohesión social es fundamental la contribución de los propios ciudadanos de nuestros municipios, desde el apoyo vecinal hasta iniciativas como la de D. Eduardo Ruiz Doblás, fundador de la Residencia "El Salvador". El valor de la solidaridad ha de cambiar sus manifestaciones a lo largo del tiempo pero buscando siempre asegurar el bienestar de nuestros mayores. En nuestros días los españoles nos hemos dotado de un estado social de derecho garante en la tercera edad de promover 'su bienestar mediante un sistema de servicios sociales que atenderán sus problemas específicos de salud, vivienda, cultura y ocio.' (art.50 de la Constitución Española). Es en este marco donde la aprobación de la nueva Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia, que se desarrollará progresivamente a lo largo de los próximos años, se constituye como un hito garantizador de la protección social, promoviendo los derechos sociales como verdaderos derechos a que deben tener acceso todos los ciudadanos como forma de garantizar la dignidad y calidad de vida de todos en cada etapa de nuestras vidas.

Desde aquí nuestro reconocimiento a una generación, la de los actuales residentes de "El Salvador", que con su esfuerzo hizo posible la modernización de nuestro país y los niveles de bienestar que hoy en día disfrutamos. Una generación que ha visto cambios sociales que podríamos calificar de vertiginosos: la emigración del campo a la ciudad, la industrialización, cambios en las familias y en los roles familiares, introducción de nuevas tecnologías... Es pues de justicia poder devolver con cariño una pequeña parte de lo que han hecho por nosotros, y recordarles que con su presencia nos motivan a seguir luchando desde la Diputación por la consecución de unos auténticos derechos sociales como garantía del Estado del Bienestar.

Rafaela Crespín Rubio.

Vicepresidenta 1ª de la Diputación de Córdoba.

Carta del Coordinador de Donantes de Sangre

PEDROCHE: "UNA LECCIÓN DE SOLIDARIDAD"

En los últimos años vienen siendo habituales las visitas periódicas de las Unidades Móviles del Centro Regional de Transfusión Sanguínea de Córdoba al pueblo cordobés de PEDROCHE. Queremos aprovechar la oportunidad que nos brinda esta colaboración en el periódico de la Residencia El Salvador para dar cuenta de las donaciones de sangre efectuadas este año, ánimo al que nunca donó y tesón para seguir donando o ayudando a promocionar la donación si por enfermedad o edad ya no se puede.

De la donación de sangre se han destacado siempre su NECESIDAD cada vez más acuciante, consecuencia del desarrollo general de la sociedad y a los avances científicos en particular, y su INSUSTITUIBILIDAD, dada la imposibilidad de fabricarla en laboratorio, siendo el hombre la única fuente posible de sangre. Por esto, la donación es un acto capital de suma importancia social y sanitaria: "el motor que la impulsa es pura y simplemente la solidaridad y su única barrera la libertad del individuo".

La donación es un acto sencillo y rápido que no dura más de 10 minutos, vigilado por personal sanitario, sin riesgo alguno, donde se realiza una exploración al donante antes de la extracción y los posteriores análisis a los que se somete su sangre. Muchos problemas se han podido detectar a tiempo gracias a la donación.

Para donar sólo es necesario tener entre 18 y 65 años, pesar más de 50 Kgr. Y gozar en general de buena salud, consultando al médico todas las dudas que se planteen.

La evolución en los últimos años de la donación en PEDROCHE nos demuestra un nivel consolidado de la donación de sangre, encontrándonos en estos momentos en un índice de 59 donaciones por mil habitantes y año, convirtiéndose en uno de los municipios de nuestra provincia con el índice de donaciones mas alto. Durante este año 2006 se consiguieron 114 donaciones en PEDROCHE y se atendieron a más de 140 personas en las tres visitas realizadas a vuestro pueblo. También quiero destacar el gran porcentaje de jóvenes que acuden a estas campañas de donación y el que siempre aparecen donantes nuevos que se incorporan al mundo de la donación de sangre.

Tan solo nos queda felicitar al pueblo de PEDROCHE por esta solidaridad y altruismo, así como a toda la comunidad de la Residencia El Salvador que desde hace algún tiempo nos viene cediendo sus magnificas instalaciones para que esta hermosa tarea se pueda desarrollar con las mejores condiciones para los donantes y para el Equipo Médico cada vez que se visita la localidad. Y también a todas las Instituciones y personas que colaboran en esta hermosa tarea, pero en particular a todos los donantes de sangre anónimos y altruistas pues gracias a ellos son muchos los enfermos que de una u otra manera conservan su salud o salvan la vida. Ellos son la base del milagro cotidiano de la transfusión sanguínea.

PEDRO MUÑOZ ROMERO

Coordinador Promoción C.R.T.S. de Córdoba.

Navidad 2005

Un año más hemos celebrado, como siempre de una forma muy particular y especial la Navidad en nuestra Residencia.

A finales del mes de noviembre, concretamente el día 29 y en el horario de actividades manuales de Terapia Ocupacional, los abuelos comenzaron a decorar un belén de escayola en estilo rústico, que mas tarde sería colocado en uno de los salones del Centro.

El día 14 de diciembre se empezó a decorar la Residencia con los inconfundibles adornos navideños, se montaron varios belenes ubicados en sitios estratégicos, en la capilla, en el salón de Terapia Ocupacional, en la salita verde y como no el de la entrada de nuestra casa, el más emblemático, ya que durante todas estas fiestas nos sirvió como sitio de reunión para entonar en numerosas ocasiones los típicos villancicos. También se colocaron carteles de felicitación de estas fiestas en las puertas de las habitaciones de todos los residentes.

Hay tres momentos claves que recordar:

La entrega de regalos: el día antes de Noche Buena, mientras los abuelos comían, los Reyes Magos, Papá Noel y una pastorcilla hicieron su aparición en el comedor, se formó un gran revuelo y alboroto, y empezaron a entregarle uno a uno el regalo que semanas antes habían escrito en sus cartas, las caras de sorpresa fueron muy bonitas y difíciles de plasmar en este papel, hubo llantos y risas, pero sobre todo un ambiente muy especial.

La tómbola: el día 30 se celebró nuestra tradicional "tómbola". Unas semanas antes se había ido a Córdoba a comprar todos los regalos que este día se

entregarían y el regalo sorpresa(muñeco de peluche gigante) que al terminar la tómbola se sortearía. Por la mañana temprano se expusieron todos en el salón de Terapia Ocupacional y las 11 de la mañana dio comienzo el gran juego, se repartió entre cada abuelo unas papeletas de las cuales algunas contenían premios y otras números para el sorteo del peluche. Todo transcurrió según lo previsto, dentro de un ambiente muy intrigante y agradable.



El Belén Viviente: el día 5 de enero varios abuelos representaron la Natividad del Señor. Se decoró el salón adyacente al comedor de la planta baja con varias telas que simulaban el portal de belén, donde se ubicó a San José, la Virgen María y el Niño Jesús

y más tarde hicieron aparición sus Majestades los Reyes Magos de Oriente y los pastorcillos con sus presentes. Todo estuvo amenizado con música típica de estas fechas. Para terminar se sirvió un aperitivo y se entonaron villancicos. Fue una mañana muy simpática y entrañable.

Para finalizar, solo quiero comentar que nada de esto hubiera sido posible sin la colaboración y el trabajo del personal laboral de la Residencia y por supuesto decir que nos sentimos muy satisfechos ya que la gran mayoría de los objetivos planteados se consiguieron, pero sobre todo hacer felices a nuestros abuelos.

**Departamento de Fisioterapia, Terapia
Ocupacional y Psicología**

Entrevista a Consolación Campos

subdirectora y jefa de personal



1.- ¿Cuántos años llevas trabajando en esta Residencia?

Con contrato indefinido desde el 15 de marzo de 1989, pero empecé a trabajar en el 84 haciendo suplencias de vacaciones.

2.- ¿Siempre has desempeñado el puesto actual?

Como he dicho anteriormente, empecé haciendo suplencias de vacaciones y pasé por casi todos los puestos de trabajo. En el 88, D. Eduardo me llamó para hacer la suplencia de vacaciones de Antoñita que ya ocupaba el cargo de Coordinadora. A partir de ahí D. Eduardo me asignó el puesto de supervisora, que por entonces no existía, y pasé a trabajar directamente con él. Entonces no tenía un trabajo específico, sino que realizaba todas las tareas que él me encomendaba y pasé a ocupar el puesto que tengo en la actualidad cuando D. Eduardo falleció.

3.- ¿Cómo describirías tu mejor momento en esta casa?

He pasado muy buenos momentos en esta casa pero sin lugar a dudas el mejor fue el día del Homenaje a D. Eduardo, no sólo por los actos que se realizaron ese día, que todos ellos estuvieron cargados de mucha emoción, sino los días previos, todos los preparativos los organizamos sin tener ni idea y sin que él supiera nada, desde la casa, con escasos medios, pero con nuestro personal, que ese día se volcó para que todo saliera como él se merecía. Y la verdad es que nuestras previsiones se vieron desbordadas en todos los aspectos. Ese día fue inolvidable para la mayoría de la gente que lo vivimos, sobre todo porque es difícil olvidar la cara de felicidad del "curilla" al verse rodeado de tantos amigos en un día tan especial.

4.- ¿Se cumplen tus expectativas de cómo debe funcionar una residencia como esta?

En general sí. He visto otras residencias y en realidad, no les tenemos nada que envidiar. Pero todo se puede mejorar.

5.- Recuerdo de Don Eduardo.

Trabajador, incansable, mente prodigiosa, amigo,

consejero,... es muy difícil describirlo en pocas palabras, como es muy difícil plasmar en un papel los recuerdos que tengo de él, sólo puedo desde estas líneas darle las gracias porque este trabajo se lo debo a él, y lo que se del mismo él me lo enseñó. Y acabo con una frase, de las muchas que tenía, pero que es mi favorita: "Si pones a Dios en todo lo que haces, lo encontrarás en todo lo que acontece".

6.- Descríbenos en qué consiste tu trabajo.

Como subdirectora realizo todos los trabajos que pueda encomendarme la directora, ya sean a nivel individual o directamente con ella, y como jefa de personal como su propio nombre indica, todos los relacionados con el personal, como son la elaboración de los turnos de trabajo, calendario de vacaciones, nóminas, etc... y por tanto intentar resolver todos los problemas que puedan surgir relacionados con estos temas, que teniendo en cuenta que somos 80 personas son muchos y variados.

7.- Cambios en la Residencia desde que tú entraste.

Muchos; teniendo en cuenta que cuando yo empecé a trabajar no existía una legislación específica para residencias los cambios ha sido muchos y variados. Para conseguir la Acreditación en muy pocos años hemos tenido que adecuarnos a la normativa vigente en temas de residencias tanto en infraestructuras (habitaciones con determinados metros, baños geriátricos, salas de estar, más espacios comunes, habitación de aislamiento, etc...), como en organización (determinado número de personal cualificado por residente), hemos pasado de cincuenta trabajadores en el año 99, a ochenta trabajadores en el presente año 2006. Por lo tanto los cambios han sido grandes en todos los aspectos y creo que la Residencia en su conjunto ha mejorado enormemente.

8.- ¿Qué le pides al año 2007?

Para el año 2007, pido sobre todo salud, paz y amor, tanto para los residentes como para el personal. Y que todos los sentimientos que van a inundarnos en estos días de Navidad que ya se aproximan, perduren en nosotros durante todo el año.

9.- Deseo que te gustaría cumplir en esta casa.

No tengo ningún deseo en especial, que todo siga como hasta ahora, que todo funcione como hasta ahora y que Dios nos ayude para poder resolver, de la mejor manera posible los problemas que en un futuro nos puedan surgir.

HABLA VUESTRO CAPELLÁN

Retazos de Don Eduardo y su Residencia...

Este año nuevo 2007, que os desco feliz, celebraremos las bodas de plata de la Residencia "El Salvador", por ello, creo que viene bien hablar un poquito en estas páginas de su fundador y de los motivos que le llevaron a crearla.

Primero, una breve presentación.

Como sabéis, yo soy de Pozoblanco, y siendo un niño de 11 años, ingresé en el Seminario de Córdoba, un 15 de octubre de 1947. Nos juntamos 48 niños de nuestra Diócesis para crear el primer curso, entre ellos, Eduardo Ruiz Doblas, de la capital, también con 11 años.

Juntos, estuvimos toda nuestra niñez y juventud. Los primeros años fueron difíciles por economía y estudios. La disciplina tampoco fue cómoda, pero gracias al Señor y el esmero de nuestros formadores, un 26 de junio de 1960, fiesta de San Pelagio, nuestro Obispo, nos consagraba sacerdotes de la Iglesia de Jesús en Córdoba.

Don Eduardo y un servidor, recibimos distintos nombramientos parroquiales, ahora tenemos la misión sacerdotal y apostólica en los pueblos.

Cuando él toma posesión de la parroquia de Pedroche, yo estoy en la de San Sebastián de Villanueva de Córdoba. Volvemos a vernos y charlar frecuentemente. Él me habla de su gran inquietud y dolor pastoral porque en Pedroche hay mucho paro, los hombres tienen que salir bien emigrando, haciendo campañas fuera de sus casas, y esto crea familias rotas, ancianos desamparados, hijos en edad escolar que también tienen que marchar fuera para la escolarización básica. Pensó entonces crear una Residencia para dar trabajo, recoger minusválidos, y darles un hogar a enfermos y ancianos, de esta forma, no habría separación familiar. Me habla de unos servicios que abarcan integralmente todas las necesidades de los ancianos, biológicas, sanitarias, religiosas, sentimentales, etc... porque dice "no se trata de cuidar cuerpos rotos, sino personas con el cuerpo roto" y así proporcionarles un máximo de servicios en calidad y cantidad óptimos.

Pasa un tiempo, y a mí me destinan a la parroquia de Belmez, estando en ella, me ofrecen una vivienda para que haga el bien que me parezca mejor para aquella familia belmezana. Ya Don Eduardo ha empezado a ingresar residentes en la suya, por eso vengo otra vez a pedirle su ayuda ideológica y recibir las primeras impresiones de su Residencia, su ideología fundamental me la llevo bien determinada:

Todo pueblo es un conjunto de necesidades y de posibles mejoras y servicios.

Buscar el máximo bien benéfico-social en calidad, cantidad y extensión.

Interesa la gente, pero toda la gente.

Debe abarcar a todo y debe abarcar a todos.

Sin excluir al rico, pero prefiriendo al pobre. Sin excluir al sano, pero prefiriendo al enfermo y sobre todo al inválido. Sin excluir al feliz, pero prefiriendo al sentimentalmente roto. Sin excluir al justo pero atrayendo al moralmente caído, esclavo

del vino, drogadicto, madre soltera, etc... sin importar ser manchado ante el hombre o por el hombre, aunque procurando no mancharse ante Dios su conciencia y pueblo.

Don Eduardo, tenía muy claro que el Evangelio de Jesús, no es sólo para leerlo y predicarlo, sino más bien para vivirlo. Cuando Jesús dice "estuve enfermo, tuve sed y hambre, conocí ancianos abandonados, vi enfermos sin esperanza, y tu les ayudaste, A MI, lo hicisteis". Este fue el gran amor que tuvo Don Eduardo del Evangelio, de la Iglesia y de los hombres que estaban en ella. Hizo realidad en Pedroche las Bienaventuranzas del Sermón de la Montaña.

Para todo esto, crea la Asociación Benéfico-Social, con la amplitud de todas sus posibilidades, tanto para particulares como colectivos, en los aspectos humanos de cualquier tipo y por encima de ideologías religiosas, social, política, y siempre condicionando el mejorar a cada persona en cada momento.

Como veis, en este espíritu sacerdotal que tanto bien le ha hecho a Pedroche, es a pesar de las zancadillas que de algunos recibiera, la gran satisfacción que tuvo y que tenemos todos los que conocemos esta maravillosa organización que creó para el bien de todos los que lo conocimos y quienes disfrutamos de su obra, ante las dificultades y ante las quejas que más de una vez recibió, normalmente su contestación era la que tenemos en nuestros dormitorios de residentes: "Jesús, amigo que nunca falla" y a Don Eduardo jamás le falló, sabía bien de QUIEN se fiaba.

Estas claves quise yo poner en la Residencia Virgen de los Remedios de Belmez, más pequeñita, más humilde, pero desde mi perspectiva tan agradable como la que encontré y sigo ahora gozando en El Salvador de Pedroche.

He compartido 8 años con Don Eduardo, aquí, fue muy difícil nuestra despedida, el día de Reyes del año 2000, nos juntamos para charlar por última vez, recibió los sacramentos de la Santa Madre Iglesia de mis manos y mi palabra, unas lágrimas se cayeron de nuestros ojos. Al llegar a la Capilla de nuestra Residencia, le hablé al Señor para que la vida sacerdotal y humana que vivió Don Eduardo, para mí fuera un testigo permanente de servicios y de entrega como era la suya.

Al día siguiente, 7 de enero, Jesús lo llamó a su presencia y desde el cielo, sentimos cómo nos mira y cómo nos ayuda, sentimos la palabra de Jesús "venid vosotros benditos de mi Padre porque cada vez que servisteis a mis hermanos necesitados, a mí me servisteis, entrad en el gozo de vuestro Señor por toda la eternidad".

Como amigo y Capellán de su obra, entre nosotros tan entrañable de Pedroche, os digo que creyendo en Jesús creamos también en Don Eduardo y sigamos su ejemplo.

Don Rafael Olmo Fernández
Capellán de la Residencia Ancianos "El Salvador"



CARNIVAL EN LA RESIDENCIA

Un año más hemos celebrado el carnaval en nuestra Residencia, esta vez se decidió que el disfraz estaría dedicado a las estaciones del año. Los objetivos planteados para esta actividad eran muy diversos, entre ellos destacamos: trabajar la orientación témporo-espacial, promover las relaciones sociales, estimular la actividad manipulativa y por supuesto el disfrute de los abuelos.

Comenzamos la elaboración de los disfraces dos semanas antes de la "fiesta de Carnaval", en el horario de actividades manuales de Terapia Ocupacional (lunes, miércoles y viernes por la tarde). Cada abuelo representaría una estación del año, el traje estaría compuesto por una bolsa de basura, colocada a modo de vestido, donde irían pegados distintos motivos característicos de la estación a la que simbolizase y después una cinta alrededor de la cabeza con otro dibujo pegado típico de la estación.

Cada tarde en el salón de Terapia Ocupacional, el Terapeuta proporcionaba el material a los abuelos y se ponían a trabajar. Los elementos utilizados fueron, bolsas de basura (blancas y negras), dibujos representativos de las estaciones del año (soles, hojas, flores, muñecos de nieve,...), cartulinas, lápices de colores, tijeras, pegamento y grapadora. Comenzaron por colorear los dibujos y recortarlos, para posteriormente pegarlos a las bolsas de basura, por otro lado cortaron las tiras de cartulina, las colorearon y le graparon un dibujo.

La mañana del lunes día 27 de febrero fue la fecha elegida para celebrar nuestro particular carnaval en el salón de Terapia Ocupacional. Comenzamos por disfrazarnos todos, tanto abuelos como personal laboral, para posteriormente tomar un aperitivo. Durante toda la celebración hubo cánticos típicos de estas fiestas entremezclados con risas y bailes. Fue una jornada muy divertida, donde se percibió el buen ambiente y disfrute de los abuelos.

Toda la actividad siempre estuvo dirigida y supervisada por las personas responsables de organizarla. La valoración que obtenemos de ella es muy positiva, ya que casi todos los objetivos planteados fueron alcanzados con éxito.

Departamento de Fisioterapia, Terapia Ocupacional y Psicología

VISITA DE LA DIRECTORA GENERAL DE PERSONAS MAYORES Y DE LA DELEGADA PROVINCIAL PARA LA IGUALDAD Y EL BIENESTAR SOCIAL



El día 17 de Marzo de este año, por primera vez, recibimos en nuestra Residencia la visita de la Directora General de Personas Mayores, Doña Soledad Pérez y la Delegada Provincial para la Igualdad y el Bienestar Social, Doña Victoria Fernández Domínguez; en dicha visita, aunque muy rápida debido a que tenían otros compromisos, conocieron las instalaciones de la Residencia y



desde la Dirección, se aprovechó la ocasión para invitarlas a que pasaran un día en nuestro Centro de una forma más tranquila, para que puedan conocer más a fondo, nuestro funcionamiento y filosofía de trabajo.

MI VIVENCIA DE LA GUERRA CIVIL



Nací en Pedroche en el año 1930, yo era el tercero de seis hermanos y mis padres trabajaban en un cortijo y se dedicaban a la agricultura. Cuando yo tenía seis años, estalló la Guerra Civil, entre rojos y fascistas. Venía mucha gente de las minas de Linares por

caminos y carreteras expulsando a la Guardia Civil de los pueblos. Era Julio y mi familia estaba en casa, asustados porque si te asomabas a la ventana, te apuntaban con escopetas y te escondías con mucho miedo. La Guardia Civil, tiroteaba desde la torre de Pedroche; pero eran muchos los rojos, por ello, se apoderaron del pueblo y la Guardia tuvo que huir a Pozoblanco, allí se reunieron con los demás en una fábrica a la entrada del pueblo, donde sucedió lo mismo y tuvieron que huir también.

Pasaron unos días y ya podíamos salir del cortijo, sonaban tiros en el pueblo porque mataban a

empresarios y ricos; también pasaban los aviones bombardeando, por eso te tenías que tirar a la sombra de árboles y paredes para que no te vieran, también nos íbamos a los refugios, que en Pedroche, había varios bajo tierra.

Cuando hizo falta para las tropas, llamaron a mi padre, la quinta del saco, se llamaba (porque tenían que llevar un saco con mantas y ropa); mi madre y hermanos, nos quedamos solos, no había sueldo para vivir y sólo disponíamos del huerto, gallinas y una vaca. Bebíamos leche, huevos con espinacas o vendíamos los huevos para comprar sardinas y pan. Era tanta la necesidad, que registrábamos a la gallina para saber si podríamos comer mañana; también salíamos a matar lagartos y nos los comíamos asados.

Cuando se acabó la guerra, regresó mi padre de Almagro (Ciudad Real), contándonos que al final, no fue al frente.

Joaquín Molina

"Historia de Pedroche" de un hijo suyo



Mi pueblo es pequeñito pero es muy bonito y acogedor, que todo el que lo visita lo recuerda con fervor, que tiene unos monumentos que los voy a descifrar. Empezando por la Iglesia del Salvador, que tiene unos altares que son un

primor, al lado tiene la Torre que es digna de admirar, reconocida por la UNESCO como monumento Nacional. Al lado Santa María que se puede destacar, más abajo la plaza del mercado y la casa de la Cultura. En frente tenemos la Plaza del pueblo con unos jardines preciosos, también está el ayuntamiento, la biblioteca y el consultorio médico. Cuando avanzas por la calle te encuentras las oficinas de los partidos políticos y el Hogar del Pensionista; un poquito más abajo, el Convento de las monjas; frente la Escuela

de Adultos y enfrente la Guardería. Bajando para abajo, nos encontramos el Parque con el cuartel de la Guardia Civil y los Colegios Municipales. Nos vamos ahora a la Tejera donde está el Pabellón de Deportes con pista para balompié y baloncesto; al lado la Piscina y el Campo de Fútbol, nos desplazamos un poco y vamos a San Sebastián, muy bonito y tiene su Hermandad. Nos vamos a la Virgen de Piedrasantas, con su Ermita espectacular y con unos merenderos para poder disfrutar y para terminar, tenemos una Residencia que como ésta, habrá pocas igual. Y todo lo que les cuento, si no lo creen bien lo pueden comprobar.

Agustín Cano

● ● ● ● **DÍA DEL LIBRO** ● ● ● ●



Este año hemos querido seguir celebrando el "Día del libro" para fomentar la lectura en nuestros mayores. Para ello escogimos la obra de Juan Bosco Castilla llamado "Cuentos de los pedroches".

Para llevar a cabo dicho maratón de lectura se elaboraron unas listas en las cuales residentes y

trabajadores se apuntaban voluntariamente.

El siguiente paso fue organizar y distribuir en el horario establecido a todos aquellos que se habían apuntado. El horario previsto fue de 10:30 a 13:00 y de 17:00 a 19:30.

La directora del centro inauguró el acto comenzando la lectura de estos cuentos. A ella le continuó el sacerdote de nuestra residencia y así todos los demás. Muchos fueron los mayores que pese a sus dificultades quisieron participar. Fue una actividad bastante positiva pues eran cuentos muy divertidos que despertaban el interés de todos los allí presentes.

Departamento de Fisioterapia, Terapia Ocupacional y Psicología

Cruz de Mayo

Para no perder la tradición y celebrar las fiestas típicas de la zona, ya a principios de abril comenzamos a elaborar la Cruz de Mayo de la residencia. El diseño para este año ha sido muy original y sobretodo "dulce", además de realizado con mucho cariño por los abuelos de esta casa.

Hemos querido adaptarnos a los nuevos tiempos y diseñar una atrevida Cruz donde hemos sustituido las flores por caramelos y golosinas. Para ello, durante las manualidades (dentro del programa de Terapia Ocupacional), los abuelos han estado realizando caramelos de fresa y menta. Con la estructura de la Cruz en el salón, ésta se ha ido forrando de dulces golosinas, para tenerla terminada a tiempo para su exposición.

En principio fue una sorpresa para todos, el hecho

de no hacer la Cruz con las flores típicas de papel, (lo cual se llevaba haciendo durante años), suponía cierto recelo por parte de los abuelos. Todo esto pasó a admiración cuando vieron la Cruz tan alegre y original que estaba resultando.

La participación de los residentes ha sido muy buena y generalizada, ellos disfrutaban trabajando, cuando es para celebrar una fiesta tradicional.

El 28 de Abril sacamos la Cruz al patio de la Residencia, por la tarde disfrutaron de un delicioso chocolate con dulces en el patio exterior, donde celebramos la fiesta con música y baile. Con ganas de salir alguna tarde más a

cantarle a la Cruz nos hemos quedado, ya que un día llovió y los caramelos perdieron algo de sabor.



Viaje a Añora

El día 8 de Mayo pudimos disfrutar de las HERMOSAS cruces de Añora, gracias a la amable invitación de la Residencia de Mayores de este pueblo vecino. Gran número de abuelos se animaron a esta excursión, todos referían que era "digno de ver" y no dudaron en apuntarse para ir. Con los vehículos de la casa nos desplazamos a Añora, nos recibieron en la residencia y desde ahí comenzamos el recorrido por algunas de las Cruces del pueblo. El paseo a pie por las calles del pueblo, disfrutando de una imagen tan agradable a los sentidos como eran las Cruces, decoradas con preciosas flores de colores tan cálidos como el blanco, rosa, azul cielo, era admirable.

Intentamos plasmar estas imágenes para el



recuerdo y fotografiamos a los abuelos con todas las cruces que había en nuestro camino, estaban emocionados, recordando visitas con la familia a este pueblo en épocas pasadas.

Ya a media mañana fuimos a la Residencia, donde conocimos sus instalaciones y degustamos un apetitoso aperitivo junto con sus residentes en el patio. En él había una cruz con mimosas flores que habían realizado ellos.

Posteriormente, nos despedimos de todos y agradeciendo esta invitación, regresamos a Pedroche con el buen sabor de boca que nos dejó este viaje tan especial.

La Semana Cultural de la Tercera Edad



La Semana Cultural de la Tercera Edad, ha llegado a su fin, y estamos satisfechos de poderlo celebrar y juntarnos de todas las organizaciones que somos todos igual porque así nos conocemos todos un poco más, porque hemos

pasado una vida sin podernos divertir y los días que nos quedan lo podemos conseguir. Que todos tenemos achaques; a llevarlos con paciencia y cuando ya no

podamos, tenemos la Residencia, que nos miman con cariño, nos limpian y nos asean, y nos dan bien de comer, aunque algunos no lo crean, tenemos nuestros médicos, nuestra gimnasia y terapia, pero nos cuesta salirnos, de nuestras casas, que como tu casa nada, porque comes lo que quieres y no te privas de nada.

Agustín Cano



Quería ver su casa desde fuera

Junto a un río había un molino, ya no había molinero, ni hijos del molinero, solo quedaba una anciana, que se resistía a dejar su molino, sus gallinas, patos y gatos.

Una noche no pudo dormir, repasó su vida una y otra vez.

Cuando los pájaros empezaron a despertar, se levantó, cogió su bastón, cruzó el río y tomó el camino de la montaña.

Cuando llegó estaba amaneciendo, se sentó al pie de la piedra gorda, donde sus hijos jugaban cuando cuidaban las cabras. Miró al horizonte, le pareció verlos correr por la ciudad, al trabajo. No se escuchaba el canto del agua del río, ni apenas pájaros.

Había visto su casa desde fuera... allí había transcurrido su vida.

Había salido el sol, se levantó, sacudió sus enaguas, tomó su bastón y empezó a bajar despacio muy despacio. No la esperaba nadie, no salía humo de la chimenea, el huerto no se veía, habían transcurrido muchos años.

Pero tenía muchas cosas buenas que recordar no estaba tan sola. Dio gracias a Dios, había visto su casa desde fuera.

Antonia Redondo

(Madre de la Auxiliar M^a Elena García)

Recuerdo para los que no están

Otro año más que va pasando y son muchos los que se quedan en el camino. La vejez y la enfermedad les ha podido, ahora descansan en paz. Los que seguimos en esta vida, tenemos un recuerdo para ellos, porque vivieron con nosotros y nos mostraron sus virtudes y defectos.

Primero un recuerdo para los que murieron dentro del 2005 pero a los que no se les pudo rendir su merecido homenaje. Es el caso de nuestra **Anuncia Obejo**, porque cómo se hacía querer, inigualable su forma de ser. Muy particular era **María Manosalbas**, con su carácter fuerte y siempre muy educada. No se nos puede olvidar **María Mena** y sus frases repetitivas "En Pedroche, en Pedroche...", tan graciosa.

Juan Álamo llegó muy enfermo y estuvo poco entre nosotros pero se le quiso por su nobleza.

Ya en el 2006 recordamos a **Elena Alcaide**, ¡cómo no! Por sus continuas llamadas de atención. A veces parece que aun se oye su voz. Muy diferente era **Ladislao Barra**, siempre discreto en un aparente segundo plano, al igual que **Nemesia Carrasco** tan callada y con esa sencillez que la hacía encantadora.

Catalina Bejarano le daba un toque de humor a las comidas, con sus frases tan peculiares y esa manía tan graciosa de atarse la servilleta a la cabeza.

Mucha gente sufrió con la muerte de **Manuel Campos**, era nuestro niño, llevaba tantos años aquí... y esta era su única FAMILIA. También llevaba mucho con nosotros, **José Ramírez**, y se marchó sin apenas hacer ruido, lejos de su casa donde seguramente le hubiera gustado estar. Y **José Conde**, tan alto y buen hombre se fue apagando poco a poco. **Apolonia García** descansó después de una larga enfermedad que le hacía permanecer en cama noche y día, siempre a expensas de los cuidados de los demás.

Isabel R. Moreno se encontraba muy bien, y sin embargo empeoró en el hospital donde murió lejos de todos nosotros.

Este año llegaron gente nueva, que por diferentes circunstancias estuvieron muy poco entre nosotros.

Es el caso de **Rafael Jurado**, un hombre muy bondadoso y como se suele decir "con la lágrima muy somera" sobre todo cada vez que se le hablaba de su familia; A **Mercedes Ariza** casi no nos dio tiempo a conocerla, era tan callada y se marchó tan pronto... Así sucedió con **Pedro Gómez** y **Francisco Luque** que llegaron enfermos y nada se pudo hacer por ellos. **Adoración Cano** también nos sorprendió con una muerte repentina e inesperada cuando definitivamente iba a estar entre nosotros, después de tantos viajes para volver a su casa de noche.

Matilde Morilla era de la familia, conocía a todos los trabajadores y residentes, y también se sintió su pérdida. Así como **Concepción Aguilera**, con ese "Ay, Ay!" tan lastimero y característico.

¿Quién no se acuerda de **Victoriano Sánchez** motorizado? Cuánto trabajo le costó manejarla y aun así le faltó tiempo para seguir perfeccionando. **Mariano Mena** nos dejó muy rápido, nadie se lo esperaba, parecía que estaba tan bien...

Catalina López era muy mayor y poco a poco se fue apagando y no tuvo fuerzas para seguir, al igual que le sucedió a **Francisca Melero** quien dejó a su hijo con nosotros para que siguiéramos queriéndolo tanto como lo hizo ella.

Se nos viene una sonrisa cuando nos acordamos de **Alejandra Pérez** y su descaro, siempre podía sorprenderte con algún comentario más. **Encarna López** fue siempre una señora, modista de profesión, pero cuando llegó aquí pocas habilidades le quedaban. **Pedro Miranda** fue un hombre con muchas dificultades en la vida, vivió de forma ejemplar con su enfermedad, a pesar de lo difícil que eso puede llegar a ser. Era graciosa la forma de andar de **Antonio García "el coca"**, saltando cual gorrión!

Mª Cruz Pérez desde su silla lo controlaba todo. Nunca estaba callada, siempre se oía una voz de fondo que era ella, aunque no se le entendiera muy bien.

Isabel Regalón con sus gafas oscuras y sus vestidos llamativos, seguía siendo muy presumida.

María Medrán nos dejó cuando ya había disfrutado de una larga vida. Todos recordaremos la celebración de sus cien años.

Mª Dolores Castro y **Concepción Rodríguez** tan coquetas y presumidas las dos, nos sorprendieron con una muerte repentina cuando mejor estaban.

Pepe Castro murió al poco tiempo de estar aquí. Tuvo una vida repleta de buenas obras, pues mucha gente del pueblo le reconoció su labor.

José Díaz dejó sola a su esposa Carmen, a pesar de que parecía que estaba muy bien, Dios se lo llevó.

Terminando el año nos dejó **José Prados** tras una penosa agonía. Seguro que a nadie se le puede olvidar, era muy distinto a los demás.

Otros residentes nos dejaron, porque pidieron el traslado a otras residencias por diferentes motivos. **Dolores Saldaña** y **Antonio Páez** buscaban una felicidad que no llegaban a encontrar aquí ni en su casa, su situación era difícil pero les costaba entenderlo. Nuestra pequeña **Irene Reche**, se fue para estar más cerca de su familia al igual que **Manuel Toledano**, quien no se nos olvidará por la cantidad de enchufes que rompió. **José Rodríguez** cambió su residencia para trasladarse a Alcaracejos, un lugar más especializado para su enfermedad. **Francisco Tirado**, siempre tan independiente, nos dejó sin apenas avisar, tenía que seguir con sus salidas. Y **Carmen Regalado** nos dejó al morir su marido porque ella solo vino por acompañarle. Y como no recordar la dulzura de **Rosa Misas**, siempre tan educada.

Todos ellos quedan en nuestro corazón, por los momentos compartidos, de lágrimas y sonrisas. Seguirá pasando gente por nuestra casa y seguiremos aquí intentando darle todo lo que esté en nuestras manos.

Que Dios tenga a todos ellos en PAZ

Departamento de Fisioterapia, Terapia Ocupacional y Psicología



CONVIVENCIA *con residencias de* VILLANUEVA DE CÓRDOBA Y TORRECAMPO

El día 24 de mayo, tuvimos la oportunidad de disfrutar de un día de convivencia junto con las Residencias de Torrecampo y Villanueva de Córdoba en la Ermita de Ntra. Sra. de Piedrasantas. Dichas Residencias, vienen realizando este tipo de encuentros desde hace varios años; este año y con motivo de llevarse a cabo en la Ermita de nuestra localidad, nos invitaron a participar, a lo que accedimos gustosos.

La organización de este día, comenzó semanas antes; coordinándonos las tres Residencias en temas como horarios, programación de actividades previstas, comida, etc...

Aunque la hora estipulada para la llegada fue sobre las 10 de la mañana, los preparativos comenzaron desde bien temprano, montando mesas y adecuando el lugar. Sobre la hora prevista, comenzaron a llegar los verdaderos protagonistas, los residentes de Villanueva de Córdoba, Torrecampo y Pedroche; que iban perfectamente identificados, con una pequeña tarjeta en la solapa, que indicaba a qué residencia pertenecían cada uno. En total, unas 100 personas más los trabajadores, que acompañaban a cada grupo.

Una vez en la Ermita, lo primero que hicimos fue disfrutar y compartir una Misa en común, que fue oficiada por nuestro Capellán, Don Rafael y presidida por la Virgen, Ntra. Sra. de Piedrasantas. Al finalizar la emotiva misa, todos

acudimos a la zona habilitada para pasar un buen rato jugando un bingo especial, con importantes regalos para los premiados, que fueron uno de cada Residencia.



Mientras nuestros mayores jugaban su bingo, los cocineros de cada Residencia, ya tenían los fogones a todo gas. Así, pronto estuvimos saboreando deliciosas paellas, ricos entremeses y típicos gazpachos. Hubo refrescos, vino y cervezas para todos.

Después de tan copiosa comida, nos tomamos un café y un dulce; para después seguir la fiesta echando un baile. La timidez inicial de los residentes, se fue poco a poco limando y en este rato más distendido, podíamos ver como interactuaban los de unas Residencias con los de otras ¡hubo quienes bailaron alguna pieza juntos!

Para concluir el Día de Convivencia, un grupo rociero de Torrecampo, nos deleitó con varias de sus canciones, lo que supuso el broche para estas jornadas de convivencia.

Como resultado, la satisfacción de trabajadores y residentes y el deseo de repetirlo en sucesivos años, subsanando los errores cometidos y favoreciendo la interrelación entre Centros y concretamente entre residentes.

**Departamento de Fisioterapia, Terapia
Ocupacional y Psicología**

MUÑECA DE SAN ISIDRO



Hemos querido seguir festejando el día de San Isidro. El año pasado fue nuestro primer año por lo que eramos algo novatos en el tema.

Días previos a este evento nos pusimos manos a la obra para elaborar nuestra muñeca. En primer lugar las terapeutas ocupacionales preguntaron a nuestros mayores que tipo de muñeca les gustaba hacer este año. Ellos aportaron muchas ideas que quisimos plasmarlas en una sola muñeca.

El cuerpo era de madera en forma de cruz y la cabeza se hizo con serrín y sal gorda forrada de tela. El siguiente paso era diseñar vestido y los complementos. Nuestros mayores le confeccionaron una blusa y una falda bastante original, la falda era larga y con unos trozos añadidos de papel en forma de rombos. Para esta ocasión y para ir acorde con la moda de esta temporada elegimos los tonos dorados, plateados y rojos. También la muñeca lucía un bonito pañuelo en la cabeza. Lo último fue los complementos, pulsera, collar, pendientes, anillo de bolitas y el maquillaje que destacó mucho sus

ojos y boca.

Dos días antes de que quemaran la muñeca a las terapeutas ocupacionales y a algunos de nuestros residentes se le ocurrieron la idea tan original de realizar un muñeco. Le vistieron con un elegante traje chaqueta azul marino, corbata del mismo tono y sombrero muy elegante. No le faltaba ni un solo detalle, sus zapatos brillantes, su pañuelo en el bolsillo de la chaqueta incluso su bastón. Lo sentaron en el recibidor de nuestra residencia. Tan bien hecho estaba que varios que nos visitaron pensaron que era un residente más. Este señor fue conocido por todos como "Juanito Valderrana" por su parecido. Nos dio pena quemarlo por lo que no lo hicimos y estuvo varios días en la entrada.

Llegado el día sacamos a nuestra muñeca a la calle. Sus manos eran atadas a una cuerda que iba desde un balcón a una valla del parque. Empezaron a quemar los rastrojos que estaban bajo la muñeca. Mientras desde el balcon la bailaban para retardar un poco el evento y hacerlo mas bonito hasta que ya empezó a quemarse. Nuestros mayores observaban desde ventanas de habitaciones, desde el parque o proximidades de la residencia. Cuando se quemó dimos un gran aplauso y se dió por finalizada la actividad.

**Departamento de Fisioterapia, Terapia
Ocupacional y Psicología**

Pedroche ante Jesús Crucificado



Al paso de tu Cruz, Pedroche implora
Con la palabra muda y prisionera
Por el dolor, que clama a su manera
Con ese grito que en silencio llora.

En la dulce tristeza de esta aurora
Renace tenuemente, en la madera
Como un clavel de amor que floreciera
En tu cruz sacrosanta y redentora.

Con el ardor y el ansia de quererte,
El pueblo de Pedroche, está asido
Al drama inmenso de tu cuerpo inerte...

Meditando se siente redimida
Del Divino misterio de la muerte...
Tu muerte, que a la muerte le da vida...

Manuel Pablo Muñoz

Aquí no pasa nada

Pedroche, muy cerca del Guadalmez,
También de Sierra Morena
Y también tiene Pedroche
Pues esas personas buenas.

Es limpio y pulcro a la vez
Sin nada de moraleja
Con su torre que es muy vieja
Y su plaza de las siete villas, un placer.

Pueblo que lo quiero mucho
Con personas de bondad
Y se puede estar en él
Incluso de madrugada,
Pues podéis estar tranquilos
Que aquí nunca pasa nada.

Manuel Pablo Muñoz



VIAJE A LA PLAYA

Como todos recordaréis, este año, tuvimos la enorme fortuna de irnos de vacaciones con nuestros residentes. Tras muchos días de preparación, determinamos que nos íbamos del 12 al 15 de junio a Marbella. La organización de dicho viaje, requirió de un trabajo previo, que no sólo se limitaba a la documentación necesaria a preparar de todos los residentes, ni a los contactos mantenidos con la agencia de viajes; sino que también hubo que revisar (y en algunos casos hacer) las maletas de los que venían, para comprobar que todo estaba en orden;

tampoco podíamos dejar ningún fleco suelto, había que llevar de todo lo que nos pudiera hacer falta por parte del equipo de auxiliares (pañales, entremetidas, toallitas, guantes, etc...), así como por el equipo de enfermeras (medicación, material de curas, maletín de emergencias, etc...).

Sólo pudo ir un grupo de 22 residentes al viaje, teniendo siempre en cuenta su autonomía y sus ganas de participar en el viaje. Iban acompañados por un nutrido grupo de trabajadores (11 en total) que, encabezados por la Directora de la Residencia, les

facilitarían su estancia en la Costa del Sol; en este sentido, cada trabajador tenía asignados a varios residentes, de los cuales era el responsable durante los días del viaje (comía con ellos, se preocupaba de cómo estaban en cada momento y controlaba cuales eran sus necesidades).

Salimos de la Residencia el día 12 de junio, sobre las 7.00 de la mañana; en las caras tanto de trabajadores como de residentes, encontrábamos una mezcla de sueño, cansancio y alegría, inquietud e ilusión por la experiencia que íbamos a compartir. La primera parada fue en Montemayor para desayunar en el conocido restaurante "Castillo de Montemayor"; repusimos fuerzas con un copioso desayuno mediterráneo y

reemprendimos el viaje hacia nuestro destino; que sería la próxima parada, el "Hotel Las Chapas-Palacio Del Sol", a tan solo unos kilómetros de Marbella y muy cerquita de la playa. Cuando llegamos, no pudimos repartir

las habitaciones porque acababa de salir un grupo, así que decidimos acudir lo primero al comedor; cada trabajador se sentaba con sus residentes asignados, y se encargaba de ir al buffet libre del comedor para servirle la comida a cada uno de ellos y así facilitar este trámite; algunos de nuestros residentes no paraban de preguntarse por qué esos camareros que allí había no te llevaban la comida a la mesa, ¡que para eso les pagaban!. Después de la comida, reposamos en uno de los salones del hotel y más tarde se repartieron las habitaciones en la

terrazza del bar de la piscina; llevamos las maletas a las habitaciones y las deshicimos; algunos decidieron quedarse para descansar un rato y otros no quisieron perder ni un minuto y aprovecharon para ponerse el bañador y bajarse a la piscina con los trabajadores. Tras disfrutar de este rato y asearnos y vestirnos de forma adecuada, acudimos de nuevo al comedor para cenar; nos informaron entonces que después de la cena, había espectáculos de animación en la terraza del bar de la piscina y allí que nos presentamos; encontramos a mucha gente, había grupos que se iban y otros que llegaban entonces (como nosotros) a unos se les despedía y a otros nos daban la bienvenida. Participamos en los juegos, bailes, etc... pero pronto nos fuimos a dormir porque el día había

sido largo y cansado.

El día 13, ya salimos de las habitaciones con la indumentaria de baño puesta y tras el desayuno, nos fuimos a la playa, que estaba cerca del hotel, pero a la que acudimos en nuestro autobús.

La experiencia

fue inolvidable ya que algunos de nuestros residentes no habían visto nunca la playa y sólo ver sus caras lo decía todo, entonces, entendimos que valió la pena organizar ese viaje. Los más atrevidos se dieron un baño y los demás se conformaron con dar paseos por la arena y remojar los pies. Volvimos al hotel para comer y después de descansar un rato, dimos un paseo en el autobús por la Costa del Sol, pasando por Puerto Banús (aunque no pudimos parar porque no se lo permitían al autobús) y llegando hasta Selwo Aventura en Estepona, donde pretendíamos parar



para tomar algo, pero nos indicaron que ya estaba cerrado al público, así que volvimos otra vez al hotel y la mayoría de nuestros residentes, se fueron a sus habitaciones a descansar un rato; los trabajadores aprovechamos para darnos un tranquilo y relajante baño en la piscina del hotel. Por la noche y después de la cena, acudimos de nuevo a la animación que el hotel organizaba en la terraza de la piscina; pasamos un rato muy agradable de risas y entretenimiento.

Al día siguiente, nos levantamos, como de costumbre a primera hora y después de desayunar, recogimos la merienda (picnic) que desde el hotel nos habían preparado porque nos íbamos de "excursión" a Fuengirola; allí visitamos el famoso Zoo, dicen que es uno de los mejores del mundo, pudimos disfrutar de la flora y fauna de los bosques Tropicales de Madagascar, África Ecuatorial y el Sudeste Asiático; todo estaba perfectamente organizado; también allí acudimos a una exhibición de animales de todas esas zonas del mundo, que aparecían por cualquier lado e incluso podían llegar a rozarte; fue una experiencia inolvidable y nuestros residentes quedaron gratamente sorprendidos. Después de la visita al Zoo, ya era la hora de comer, así que nos fuimos a un parque de la ciudad, muy cerca del paseo marítimo; y como el picnic, nos parecía algo escaso para que eso fuera el almuerzo, decidimos acercarnos a una chiringuito de la playa y pedir varias raciones de pescaito, alguna botella de vino y refrescos; entonces sí que se convirtió en un almuerzo en condiciones. Después de la comida, acudimos de nuevo al hotel, donde residentes y trabajadores, nos tomamos un tiempo de relax y descanso, aunque algunos aprovecharon para dar un paseo hasta la playa y darse un remojón. Mas tarde, nos arreglamos para la cena y después acudimos a la animación como todas las noches; aquella era especial, ya que era nuestra última noche en el hotel y nos despidieron dedicándonos muchos juegos y canciones; también hicimos muchos amigos en los otros grupos que había en el hotel. Los trabajadores,

también quisimos sorprender tanto a nuestros residentes como a los demás grupos, ya que preparamos una sangría, que repartimos entre todos.

El último día, fue el más triste porque suponía el regreso tras pasar unos días en ambientes totalmente diferentes a los que estamos acostumbrados; hicimos las maletas y después del desayuno, partimos rumbo a casa. Hicimos una primera parada en Benalmádena para ver su puerto deportivo, Puerto Marina; que visitamos a fondo ya que, nos subimos en un trenecito, que nos enseñó todos los rincones del puerto y nos iba explicando por dónde pasábamos; creo que el puerto nos sorprendió a todos, sus peculiares edificaciones, los barcos amarrados, las tiendas, la gente tan pintoresca, etc... después del paseo en el tren, tuvimos un rato para tomar un tentempié y para hacer compras. Tras esta parada, continuamos nuestro viaje, haciendo una parada más para comer en el Restaurante La Dehesa de Las Pedrizas, donde almorzamos estupendamente, tras esta comida, de nuevo al autobús y vuelta a casa, algunos durmieron casi hasta la llegada. Cuando llegamos, todos nos estaban esperando ansiosos por saber que tal se nos dio todo.

Podemos decir que la experiencia ha sido muy positiva y muy enriquecedora, tanto para trabajadores como para residentes; sería positivo promover más acciones de este tipo.

**Departamento de Fisioterapia, Terapia
Ocupacional y Psicología**

Viaje a la Playa

Caplas



Veis aquel vapor
Que cruzando los mares está.
Dentro va mi amor
Que derecho a la América va.
Quién pudiera ser golondrina
Y en el bosque entrar
Para darle la felicidad
Golondrina, golondrina
Tu que vas cruzando el mar
Anda ve y dile a mi madre
Que me encuentre en alta mar.

Isabel Cañadas



Te acuerdas cuando me decías
Que me querías más que a Dios
Que dolor de palabritas
Que el aire se las llevó.

Crispina Bautista

Tu te tienes porque eres
Una personita grande
Y eres la piedra más chica
Que yo me encuentro en la calle.

Crispina Bautista



¡Un Chapuzón en la Piscina de Pedroche!

Para sobrellevar el calor del verano en el Valle de los Pedroches, hemos querido aprovechar la oportunidad que nos brindan los recursos del pueblo. Entre ellos la piscina municipal, con ambiente muy agradable y acondicionado para poder acceder de forma cómoda con los abuelos de esta residencia. Durante tres tardes en el mes de julio y primero de agosto hemos ido con bastante número de abuelos a la piscina. Los residentes que iban, después de la comida se equipaban con su traje de baño, camisola, toalla y bronceadores para con los coches de la residencia desplazarnos hasta la piscina. Una vez allí, algunos de los abuelos se dieron un buen chapuzón, los más atrevidos en la piscina grande y el resto sentados en la pequeña con las piernas relajadas en el agua. Los mayores se divertieron mucho, los de Pedroche se encontraron con nietos y familiares, y el resto disfrutó viendo jugar a niños y mayores en el agua, ciertamente resultó una actividad muy gratificante para todos. Después del baño estuvimos un rato en el césped y a media tarde nos tomamos un refresco y helado en la terraza de la piscina. Destacar que han participado muchos residentes, tanto mujeres como hombres, se han divertido, han disfrutado del sol y aire veraniego.



Departamento de Fisioterapia, Terapia Ocupacional y Psicología

¡Un Chapuzón en la Piscina de Pedroche!

Poesía

En la cepa de un álamo blanco
una madroña nació,
pasaron algunos meses
y la hierba la tapó,
una nube de tormenta
que por el lugar pasó
la fuerte lluvia y el viento
a la hierba al suelo echó.
Pudo ver la luz del sol,
escuchó el cantar del agua
de un arroyo estrecho y hondo
que la alameda cruzaba.
Había un pájaro amarillo
que su nido terminaba,
era una obra de arte
que de una rama cargaba.
En la zarza había una alondra,
en la encina una paloma,
volaba un abejaruco
y en el álamo más alto
estaba cantando un cuco.
Empezó a cantar un grillo
buscando a su alrededor
se encontró con un durillo,
que maravilla de planta
vestida con hojas verdes,
cubierta de flores blanca.
La hierba se fue secando,
los álamos se doraron,
sus hojas fueron cayendo
por el aire planeando,
la madroña y el durillo
verdes solos esperaron
a que pasará el otoño
y llegara el nuevo año.

Antonia Redondo.

Oración del Anciano

Padre Nuestro
Te presentamos
A los ancianos enfermos
Y te damos gracias
Porque has sostenido su caminar
Y los has acompañado
A lo largo de su vida.
Ahora, Señor,
Ayúdales a vivir
El tiempo de la enfermedad
Con paciencia y esperanza.
Ayúdanos también a nosotros
A atenderles con cariño,
A aliviar sus sufrimientos
Y a reconocer en ellos
Tus dones.
Ahora, padre,
En el atardecer de su vida,
Aviva en ellos
La fuerza de tu luz
Porque solo tú
Eres la vida sin ocaso.
Amén.

Maribel Ruiz.



EL AMOR DE UNA AMAPOLA

Perdida entre los trigales
Una amapola lloraba
Porque su amor se había ido
Con una Camila blanca
¡pobre amapola! Decía
Una joven congojada
Que tenía el nido cerca
A la sombra de una jara
¡siento mucho lo ocurrido!
Le decía la calandria
Y un mirlo se presentó
Con un ramo de albahaca
Llegaron diversas flores
Que querían consolarla
Alelúes, campanillas,
Jacintos y mejorana,
Margaritas, azucenas,
El mirto, el trébol, la malva,
El narciso independiente
Y la petunia morada
También llegaron amigos
Que en la campiña anidaban:
El jilguero tan alegre,
La perdiz y la avutarda,
La terrera silenciosa
Que se escondía en la alfalfa,
codornices totovías
y la alondra de las cañas
celebraron un fiesta
a la orilla de una charca
todas estaban alegres
y la amapola lloraba.
Después de la fiesta todas
Se marcharon a su casa
Quedo sola la amapola
Con su pena en las entrañas,
Le desgarraba el dolor,
El tormento y la nostalgia,
La acariciaba la luna
Y sus pétalos de grana
Fueron juguetes del viento
Una tibia madrugada
De amor murió la amapola,
Ruisseños la enterraban
Y estará entre las estrellas
Con pétalos escarlata.



Cuidados Geriátricos en la Residencia de Ancianos "El Salvador" de Pedroche

Desde nuestro más humilde departamento que lleva trabajando y prestando ayuda y cuidados a nuestros mayores desde hace años queremos hacer una pequeña reflexión.

Como todos sabemos es difícil para las familias tomar la decisión de ingresar a su familiar en un centro geriátrico. Hoy desde aquí y con especial atención a nuestro Departamento, junto con el Equipo Multidisciplinar (médicos, enfermeras, psicólogo, terapeutas ocupacionales, fisioterapeutas,.....), quiero en nombre de todas mis compañeras hacer una especial mención a los cuidados del anciano.

La llegada del paciente a nuestra casa es difícil; tanto para los familiares, que se separan de él, como para nosotras que tenemos que adaptarnos también a él, a su carácter y a su personalidad. Tanto nosotras, las auxiliares, como el resto del equipo que trabajamos en esta casa para atender al mayor, debemos tener la capacidad de comprensión, paciencia y saber escuchar.

Nuestro objeto principal debe ser proporcionar al

anciano los cuidados básicos (movilización, aseo, etc...) y facilitar su integración en la vida del centro, utilizando adecuadamente todos los recursos necesarios para una mejora en su calidad de vida ya sean dependientes o independientes. El trabajo en equipo es importante, y todos sabemos que gracias al mismo, tanto el proceso de valoración como los tratamientos empleados se enriquecen enormemente.

Hace unos años, las Residencias eran poco más que casas de acogida para mayores o asilos, dependían de organizaciones religiosas, y eran éstos los que exclusivamente realizaban las labores del auxiliar, pero la demanda social de mayores y mejores cuidados ha llevado a una profesionalización del personal que cuida al anciano en estos lugares de residencia, para lograr unos objetivos que esperamos poder cumplir entre todos. Desde el Departamento de Auxiliares y en colaboración con todo el personal que aquí trabaja así lo haremos.

Departamento de Auxiliares de Enfermería

HOMENAJE a Manuela Ruiz Jurado



El 14 de Agosto fue un día muy especial para una de nuestras residentes, **Manuela Ruiz Jurado**. Sin ella saberlo, esa mañana iba a recibir una sorpresa de lo más agradable y que seguro recordaría durante el resto de su vida.

Manteniendo el secreto, y mediante leves engaños, fuimos trasladando a nuestros abuelos hacia el Salón de la Residencia donde iba a tener lugar el evento. Entre ellos, por supuesto, también iba Manuela Ruiz.

Tal y como estaba previsto, las nietas y bisnietas de Manuela, subieron al escenario para interpretarnos unos bailes de diferentes modalidades del flamenco. Mientras, la protagonista se emocionaba, sobre todo al ver a sus bisnietas, tan pequeñas, moverse con tanta gracia.

Para terminar, le dedicaron unas palabras a su abuela y le obsequiaron con un ramo de flores precioso.

Fue una mañana muy emocionante, sobre todo para Manuela por la felicidad y emoción que sintió por esta gran sorpresa.

Departamento de Fisioterapia, Terapia Ocupacional y Psicología

FERIA DE PEDROCHE 2006

Como cada año preparamos la fiesta grande de Pedroche desde nuestra Residencia. Para nosotros el día más especial es cuando traen a la Virgen de Piedrasantas a nuestra casa y pasa con nosotros toda una noche. Es el principal evento, y para ellos nos preparamos durante mucho tiempo antes.

Este año nos marcábamos un buen reto: hacer una carpa de flores de tela que cubriera toda la entrada de la residencia y así dar nuestra mejor bienvenida a la Madre de Dios. Esto requería mucho más tiempo y trabajo, y claro no es tan fácil como las de papel. Ya el año pasado tuvimos una mala experiencia porque llovió y se nos estropeó todo el trabajo, por ello debíamos ser más precavidos.

Casi tres meses antes compramos tul de los colores blanco, azul y rosa para comenzar a hacer las flores que irían cosidas a una gran malla de las dimensiones de la calle.

Durante todo este tiempo, nos dedicamos a cortar tela, hacer flores y coserlas a la malla. Un trabajo duro y lento, que si no hubiera sido por la ayuda de unas señoras del pueblo, hubiera sido casi imposible terminar.

Nuestros residentes hacían las flores, y nosotros íbamos cosiéndolas a ratos, ya que no podíamos descuidar el resto de los trabajos.

Parecía que no iba a estar terminado, pero por fin el **6 de septiembre** estaba nuestra carpa terminada, lista para colocarla en la calle.

Tuvieron que venir personal del Ayuntamiento para ponerla, dadas las dimensiones y peso de la misma.

El efecto fue el esperado, porque se quedó preciosa y fue muy admirada por todos nuestros residentes y demás visitantes del pueblo.

A las 10 de la noche aproximadamente, llegó la Virgen a nuestra Residencia acompañada de multitud de pedrocheños. En la puerta, nuestro capellán, Don Rafael, dijo unas palabras, rezamos

y juntos cantamos el himno de Ntra. Señora de Piedrasantas. No faltaron las lágrimas de nuestros abuelos, que emocionados, agradecían un año más la visita de su patrona.

Esa noche velaron a la Virgen en nuestra capilla,

junto a algunos trabajadores, una noche larga pero también muy emocionante.

Por la mañana del día 7 y tras una misa en la capilla, trasladaron a la Madre de Dios a la parroquia de Pedroche para continuar con las fiestas en su honor.

El día 7 por la tarde, fue la tradicional "**Fiesta de los Piostrs**". A las 17 horas aproximadamente pasaron cerca de la residencia los caballistas y mujeres con la típica "amuga" que se dirigían con la Virgen hacia la ermita. La lluvia empañó un poco la tarde pero la fiesta se pudo celebrar para gozo de todos. En este recorrido hicieron una parada para poder acercar la Virgen a la puerta de nuestra Residencia donde bastantes



abuelos la esperaban ansiosos por ofrecerle sus plegarias.

El día 8 por la mañana, volvían a desfilar los Piostreros, pero no pasaron exactamente por la puerta, por lo que sólo pudieron verlos los abuelos que podían andar y acercarse a la esquina.

El lunes, día 11 (último día de feria), nos fuimos con nuestros residentes a vivir la feria de cerca. Es decir nos trasladamos, al recinto ferial a disfrutar de una buena comida en compañía de los paisanos de Pedroche.

Fueron bastantes abuelos los que se apuntaron. Llegamos a la Caseta Municipal donde el Ayuntamiento nos ofreció unos aperitivos muy gustosos que nos dejaron bien repletos. Ese día también se servía la tradicional "Vaquilla" que algunos de nuestros residentes también quisieron probar. Con la barriga bien llena, nos fuimos a la caseta "La Central" para bajar la comida a

base de bailes, cosa que nos encanta. Pasamos un rato de lo más agradable, ya que no paró la buena música para bailar y bailar hasta acabar exhaustos.

Finalmente, a las 19 horas de la tarde, decidimos irnos ya para casa, porque también necesitábamos descansar. No se nos podrá olvidar aquella tarde, porque de verdad, fue fantástica y muy, muy divertida.

Y de esta manera, terminó para todos y un año más, la Feria de Pedroche, esperando que para la siguiente tengamos suficientes fuerzas para celebrarla de la mejor forma posible y con mucha alegría, como nosotros sabemos hacer.

**Departamento de Fisioterapia, Terapia
Ocupacional y Psicología**



Historias de Agustina Conde



*C*uentan de un sabio, que un día
tan pobre y mísero estaba,
que sólo se sustentaba,
de unas hierbas que cogía,
¿habrá otro?, entre sí decía,
¿más pobre y triste que yo?,
Y cuando el rostro volvió,
halló la respuesta,
viendo que otro sabio iba cogiendo
las hierbas que él arrojó.

Agustina Conde

*¿D*ónde vas zagal cruel?,
¿Donde vas con ese nido,
riendo tú, mientras pían esos pajaritos?
Estos pobres que su madre los dejó
solos en aquel momento mismo,
para buscarles sustento
y dárselo con su pico,
Y el zagal avergonzado,
dejó en el árbol el nido.

Agustina Conde



La Primavera

*Dedicado a la Juventud de la Residencia "El Salvador"
de Pedroche por su buen comportamiento.*

Bienvenida primavera "juventud"
Que con tus rayos de sol
Cubres los campos de flores,
Con tus variados colores
Que causan admiración.

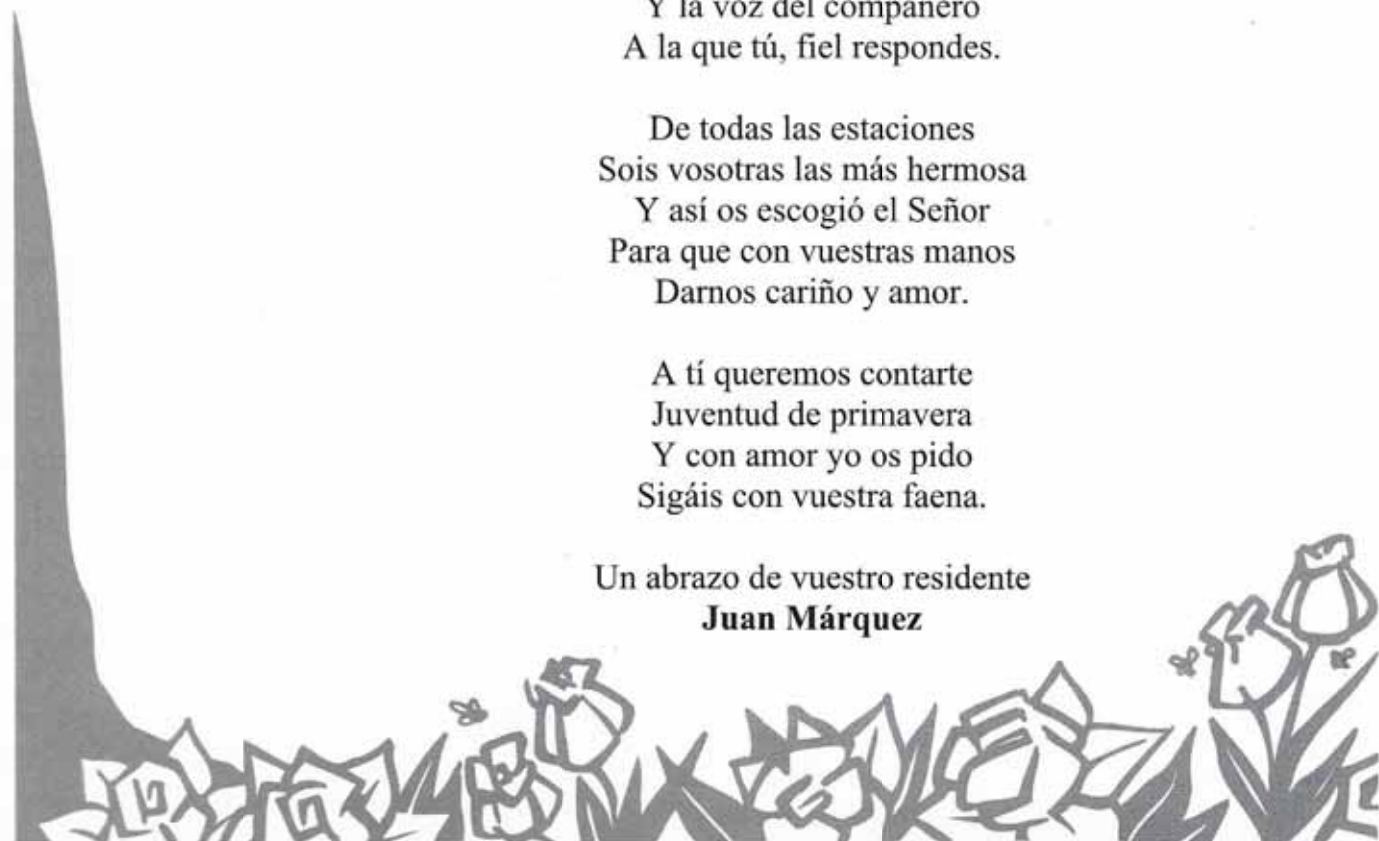
Sois las que despertais
Y nos sacáis del letargo
A estos, vuestros agüelitos
Que os quieren que es un rato.

Sois el soplo de Dios
Que en vuestro corazón se esconde;
Sois el fuego de la mar
Y la voz del compañero
A la que tú, fiel respondes.

De todas las estaciones
Sois vosotras las más hermosa
Y así os escogió el Señor
Para que con vuestras manos
Darnos cariño y amor.

A tí queremos contarte
Juventud de primavera
Y con amor yo os pido
Sigáis con vuestra faena.

Un abrazo de vuestro residente
Juan Márquez



Sesión de música, humor y poesía

Queremos manifestar nuestro agradecimiento al Boletín Informativo y Cáritas "San Sebastián" de Villanueva de Córdoba que dentro de su plan de Actividades Sociales y Culturales rindieron Homenaje a nuestros Mayores el día 16 de diciembre, en el cual intervinieron:

D. Conrado Redondo Cabrera (Director del Boletín Informativo)

Dña. Maite Ruiz (Poeta jienense)

D. Diego Higuera Gómez (de la Real Academia de Córdoba)

D. Bartolomé Carmona Díaz (Astro del Deporte Rey)

D. Juan Higuera Gutiérrez (Músico autodidacta)

La primera parte fue protagonizada por Doña Maite Ruiz y D. Diego Higuera, esta intervención fue muy emotiva y hubo momentos en los que se vieron correr lágrimas en los ojos de todos los allí presentes, pues venían al pensamiento muchos recuerdos vividos, y la realidad de la vida.

En la segunda parte, las lágrimas también eran protagonistas, pero en este caso, producto de la risa que fue capaz de arrancar D. Bartolomé Carmona "Carmonilla" con su repertorio de chistes y vivencias.

Y para culminar la tarde festiva D. Juan Higuera Gutiérrez compuso con su piano una gran variedad de piezas musicales, surgiendo un baile espontáneo.

CARMEN Y EL MÁGICO ARTE DE CUIDAR

Queremos dedicar este cuento a todas las personas inmersas en el mágico arte de cuidar para que encuentren su camino y nunca pierdan de vista la luz.

Carmen, la protagonista de nuestro cuento, es una joven estudiante de Enfermería que para terminar su carrera y comenzar su andadura profesional le queda superar una última asignatura: "El mágico arte de cuidar". Adquirirá los conocimientos, actitudes y habilidades necesarias para cuidarse a sí misma y a los demás. Tendrá que coger una mochila con las cosas fundamentales y disponerse a entrar en un bosque. Es un camino largo y cada vez más difícil. Se irá encontrando con muchos personajes que serán maestros, y cada uno le pondrá pruebas y le enseñará una lección y no podrá pasar a la siguiente sin haber superado la anterior. Cada personaje le dará una llave brillante y al final del camino tiene que tener diez llaves, debiendo conservarlas siempre brillantes; si

alguna se descuida y se oxida, Carmen tendrá la opción de volver a entrar en el bosque y recorrer de nuevo el camino para recuperar otra vez el cuidado y la luz.

1ª Lección: Vacío y limpieza interior: Despégate de todos los pensamientos negativos, de todos tus resentimientos, tus corajes, tus penas, tus dudas, tu cansancio. Libérate y déjate llevar. Debes empezar el camino vaciando y limpiando tu interior, desprendiéndote de lo que no sirve... así tendrás más capacidad para recibir y disfrutar de todo lo que te encuentras en tu andadura...

2ª Lección: Tolerancia: Gran parte de la forma en que reaccionamos ante los desafíos externos, está determinado por la forma en que reaccionamos ante nosotros mismos. A parte de unas buenas relaciones sociales, entabla una relación sana y amorosa contigo mismo, aceptando sin juzgar tanto tu presente como

a todos los que te rodean.

3ª Lección: Autoestima y dignidad personal: Si tienes baja autoestima, no podrás actuar según tus impulsos intuitivos, porque tu miedo al fracaso será demasiado intenso. La intuición puede ser muy eficaz, pero sólo si eres consciente del poder personal que posees para seguir este tipo de orientación.

4ª Lección: Autorespeto: El respeto total al proceso individual favorece la potenciación del libre albedrío, es la propia persona quien elige el camino que desea recorrer, así como la forma y la velocidad que quiere hacerlo. Uno de los objetivos del ser humano a lo largo de la historia es encontrar su sitio. El sentirse desubicado le lleva a dar bandazos en todos los órdenes de su vida. Búscate, concóctete y respétate.

5ª Lección: Confianza y perdón: Confiar es esa seguridad, esa esperanza, esa determinación, esa certidumbre, ese saber que podemos creer en algo o en alguien. Debes analizarte a ti misma y decidir el grado de confianza que ofreces, pero recordando siempre, que si alguien defrauda dicha confianza siempre hay un lugar para el "perdón". Perdonar de corazón te libera. Olvidar ayuda a esa liberación.

6ª Lección: Fuerza de Voluntad: En la fuerza de voluntad se encuentra el poder del espíritu; ese viento impetuoso que te empuja a lograr tus metas sin miedos, venciendo tus dudas con sabiduría y fe y te ayuda a no caer en las tentaciones que se te presentan en todo momento. "Hay una fuerza motriz más poderosa que el vapor, la electricidad y la energía atómica: la VOLUNTAD".

7ª Lección: Sabiduría y conocimiento: El verdadero aprendizaje germina dentro de ti, así la información que aprendes en el exterior, va creciendo en ti como propia y el conocimiento se va convirtiendo en sabiduría. Pero tienes que tener en cuenta en ese aprendizaje, que es necesario meter en tu mochila "paciencia" para afrontar las situaciones que no tiene solución, "coraje" para las que sí la tienen y "sabiduría" para saber discernir entre ambas.

8ª Lección: Conciencia y superación: la conciencia es el "ser", es el portavoz de tu identidad, al tiempo que la matriz donde se generan los sentimientos altruista y positivos. La evolución consiste en eliminar

esas capas opacas de inconsciencia y sustituirlas por las transparentes de conciencia. No debe haber desarmonía entre la mente y el corazón, pues ambos son necesarios para que el hombre evolucione. "Las ideas deben ser estructuradas por la mente pero sabiamente mezcladas con el bálsamo del corazón"

9ª Lección: Paz interior y sonrisa: vuela cuando lo deseas, siente como tus alas se desplazan en ese cielo infinito, descubre en esa soledad tu verdadera salida. Percibe la libertad que te espera y encuéntrate a ti misma. La sonrisa es un don de amor, rejuvenece el alma de quien la da y de quien la recibe... es importante con la mirada, el tacto, la escucha activa... porque hablan en el silencio y reflejan la transparencia del alma.

10ª Lección: Amor incondicional: el amor no se encuentra si uno no lo lleva dentro, lo descubres en ti por medio de los demás. Cada uno de nosotros somos artistas en nuestro interior, pues la vida es un escenario por excelencia, en nosotros está dar el máximo, para que nuestro papel sea bien realizado, aportando nuestro arte al servicio de los demás. "Si quieres hallar en cualquier parte amistad, dulzura y poesía, llévalas contigo". ¡¡¡Eso es el arte de amar!!!

"Te hago entrega de las diez llaves maestras, las que abren tu corazón. Mantenlas bien protegidas y seguras en tu interior. Ahora sí estás preparada para comenzar tu andadura profesional. Recuerda, si algún día sientes la necesidad de volver, las puertas de este bosque y del camino siempre estarán abiertas"

Cada uno de nosotros tendríamos que revisar las llaves que tenemos descuidadas, "oxidadas" y las que no tenemos. Parar nuestra andadura... vaciar nuestra mochila de las cosas innecesarias que vamos atrapando y rehacer el camino como Carmen... que nos aportará lo que nuestro ser necesita en el mágico arte de cuidar. En cada camino hay un hombre, y en cada hombre un camino, y cada día elegimos qué camino queremos seguir, nadie puede hacerlo por nosotros.



Migas Abajás

Ingredientes: Pimiento, patata, tomate, ajo, pan, aceite y sal.

Modo de hacer: Se guisa el pimiento, la patata y el tomate. Se refrie un ajo y se machaca. Se mezcla con lo demás. Después se le añade pan en migas y se sirve directamente para comer así.

Es típico de Torrecampo

Santiago Ruiz



Santiago Ruiz



Antonia Canoira

Cachorreñas

Ingredientes: Pimiento rojo seco, ajo, aceite y sal.

Modo de hacer: Se machacan unos ajos, Se fríe el pimiento y se mezcla con los ajos machacados. Después se le añade agua templada y se deja cocer. Finalmente se le echa pan y listo para tomar.

Es típico de Torrecampo

Santiago Ruiz



Coles

Ingredientes: Garbanzos, jamón, hueso de caña (cerdo), morcilla gorda de sangre y arroz, chorizo, tocino, panceta, carne de ternera y cerdo, repollo de col, ajo, perejil, sal y comino.

Elaboración: Se cuecen los garbanzos con unas poquitas judías, panceta, jamón, tocino y el hueso y sal. Cuando esté cocido se le echa la morcilla, chorizo y el repollo más el ajo machacado con perejil, comino y sal. Se deja cociendo hasta que comience a hervir.

Antonia Canoira



- *En abril, quemó la vieja el celemín.*
- *En mayo quemó el esparto.*
- *Abril y mayo, la llave del año.*
- *La naranja por la mañana es oro, por el mediodía, plata y a la noche mata.*
- *Lo cortés no quita lo valiente.*
- *Más vale pájaro en mano que ciento volando.*
- *Dime con quién andas y te diré quien eres.*
- *No por mucho madrugar, amanece más temprano.*
- *Ave que vuela a la cazuela.*
- *San Isidro Labrador, pájaro que nunca anida, pone el huevo en el nido ajeno y otro pájaro lo cría.*

Adivinanzas

1. *Cien patos en un corral y todos mean a la par.*
2. *Dos tirando, dos colgando, la cabeza en el culo y el culo arrastrando.*

Soluciones:
1. Las tejas.
2. Ordenando a una cabra.

Pasatiempos

Pasatiempos

Busca las 8 palabras relacionadas con la navidad
que te indicamos a continuación:

**FAMILIA, CARIÑO, AMISTAD, AMOR, VIDA,
HIJOS, FELICIDAD Y RESPETO.**



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

RECUERDO EMOCIONADO A D. EDUARDO, IN MEMORIAM

Don Eduardo, hoy le escribo unas pocas palabras que a modo de resumen, expresan mis sentimientos.

El día de su funeral me fue imposible leerlas, las tenía en mi pensamiento y en mi corazón pero me lo impidieron las lágrimas.

Quiero darle las gracias:

Por haber sido elegida para trabajar a su lado y fue muy feliz, pues desde el primer día nos inculcó lo que es trabajar con libertad y con amor.

Por haber creado en este pueblo humilde la gran obra social que es la Residencia, nuestro gran orgullo.

Porque fue capaz de formar una gran familia con mayúsculas en dicha residencia y usted D. Eduardo fue su alma.

Por haberme dado ejemplo de entereza, de tesón y de buen hacer luchando por esta casa grande hasta el final de sus días y siempre en plan positivo pues ese era su lema.

Por su permanente sonrisa.

Por este legado de recuerdos imborrables que serán santuario en mi memoria y sustento en mi alma.

Porque ningún problema de los demás le era ajeno, quien le buscaba, le encontraba.

Porque fue un luchador incansable por las causas de los más desfavorecidos.

Porque siempre estuvo más pendiente de los demás que de sí mismo, nadie que le conoció puede dejar de quererle.

Porque tenía carisma y ese don natural de la bondad. Lástima que en este mundo haya un solo D. Eduardo entre un millón.

En honor a su memoria ojalá todos intentáramos parecernos a usted, estoy segura de que esté donde esté (cielo), el mejor lugar será para usted.

Por tantas y tantas cosas: Mil veces gracias.



Carmen Conde Campos

