

Número 7



# La Garroja



Diciembre, 2009



GACETA  
ANUAL

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

# Índice

Carta de la Directora.....	1
Adíos a nuestro Señor Obispo.....	2,3
Navidad 2008.....	4,5
Entrevista a Piedrasantas Rubio.....	6
Carnaval en la Residencia.....	7
Día de la Paz.....	8,9
Entrevista a Diego Romero e Isabel Díaz.....	10,11
Día de San Valentín.....	12
Día de Andalucía.....	13
Homenaje a Juan Medina.....	14
Nuestras Tradiciones.....	15
Teatro en la Residencia.....	16
Importancia de los pies en las personas mayores.....	17
Campeonato de Dominó y Parchís.....	18
Día del Libro.....	19
Experiencia de un Residente.....	20
Unidad de Residencias, un trabajo compartido.....	21,22,23
Cruz de Mayo.....	24
Muñeca de San Isidro.....	25
Excursiones.....	26,27,28,29
Feria de Pedroche.....	30,31
Día Mundial del Alzheimer.....	32
Mi día a día en la Residencia.....	33,34
Un recuerdo para los que no están.....	35,36
Una tarde limpiando pimientos.....	37,38
Gimnasio al Aire Libre.....	39
Desde el Agradecimiento.....	40,41
Refranes y Adivinanzas.....	42
Canciones de Corro.....	43
Poesías.....	44,45,46,47,48
Curiosidades.....	49
Pasatiempos.....	50
Cuento de Nochebuena.....	51
Soluciones.....	52
Una Pequeña Reflexión.....	53
Tiempos Difíciles.....	54,55
Momentos Inolvidables.....	56,57,58,59,60,61,62
Cartas de Agradecimiento.....	63,64



*Antonia Remero  
Nevado*

## Carta de la Directora

*Una mañana a primeros de diciembre tomando un café con un residente le dije: Juan "el tiempo pasa volando", y él me contestó, "No Antoñita, que llevamos un año más en nuestras espaldas y uno menos en nuestro futuro", el tiempo no hay quien lo pare y ya tenemos finalizado el año 2009.*

*En un año un tanto complicado por una grave crisis económica que estamos viviendo, ya sea mundial o nacional, todos estamos un poquito agobiados por ello, aunque nosotros tenemos que felicitarnos porque un pueblo con 1.689 habitantes y con una empresa como la Asociación (Residencia) ha tenido una media al mes de 86 trabajadores y 5 en Ayuda a Domicilio, creo que es importante para la economía de Pedroche.*

*Y con respecto a nuestro sector, con la implantación de la Ley de la Dependencia, muchos de nuestros mayores han visto cumplidas sus necesidades, bien por el ingreso en centros, bien por las prestaciones vinculadas al servicio.*

*Pero ello da lugar a que muchas familias saquen a los mayores de las residencias y soliciten para ellos prestaciones por cuidados en el entorno familiar que de esa manera se hacen con una paga extra, más la pensión que perciben, y la mayoría de la veces va en detrimento del dependiente por los cuidados profesionales que necesita y que en muchas ocasiones no lo tienen y ello conlleva a que las plazas residenciales se están resintiendo en cuanto a lo privado al paralizarse mucho la demanda.*

*El Gobierno ha tomado la decisión de destinar un 20% del nuevo Fondo Estatal de Inversión Local para acciones sociales (entre ellas, las relacionadas con la Dependencia), a nuestro pueblo le corresponde 36.592 €, en total para las acciones sociales, desde esta humilde revista le pedimos a nuestros gobernantes, colaboración para con los muchos dependientes que este centro tiene que aunque muchos no son de aquí cuando llegan a nuestro centro se empadronan y para todos los efectos son habitantes de Pedroche.*

*Y un año más seguimos con nuestras renovaciones en materia de maquinaria, mobiliario y construcciones debido al deterioro del paso de los años.*

*Y por último desearles a todos que el año 2010 sigamos la misma familia con el mismo cariño y todos aquellos que se quieran incorporar a nosotros, Un abrazo.*

# Adiós a nuestro Señor Obispo

*Este año escribo en nuestra Garrota, con dolor y alegría, pues nuestro Obispo Don Juan José Asenjo, ha sido nombrado, como sabéis, nuevo Arzobispo de Sevilla.*

*Merece mucho la pena que tengáis unas palabras de su permanencia en nuestra Diócesis y también en nuestra Residencia de Ancianos "El Salvador" de Pedroche; os voy a dar unos datos de su vida.*

*Don Juan José Asenjo Peregrina, nació en Sigüenza (Guadalajara) en 1945. Ordenado Sacerdote 23 años más tarde. Licenciado en Teología por la Facultad Teológica de Burgos y Doctorado en la Pontificia Universidad Gregoriana de Roma. En su ministerio pastoral de la Diócesis de Sigüenza, desempeña cargos de Vicerrector del Seminario, Canónigo encargado del patrimonio artístico y luego Secretario General de la Conferencia Episcopal Española. Nombrado Obispo auxiliar de Toledo el 27 de febrero de 1997. Seis años después, el 27 de septiembre de 2003, tomó posesión como Obispo de Córdoba. El Rey le concede la Gran Cruz de la Orden de Isabel la Católica por su trabajo como preparador de la V Visita Apostólica del Papa Juan Pablo II a España. Y el 17 de enero de 2008, toma posesión como Arzobispo Coadjutor de Sevilla y como Administrador Apostólico en Córdoba. Finalmente, el 5 de noviembre de este año 2009, el Papa Benedicto XVI, acepta la renuncia del Cardenal Arzobispo de Sevilla, donde a partir de ahora, inicia su ministerio Arzobispal en Sevilla, alternando su gobierno pastoral con la Diócesis de Córdoba.*

*Quisiera deciros que con motivo de su marcha le escribí una carta en nombre de nuestra Directora de la Residencia, Antoñita, y la Directiva de la Asociación de "El Salvador", en ella, entre otras cosas, le decía: "Nuestros ancianos lo recuerdan con cariño, sobre todo por la visita que nos hizo y la Bendición de nuestra Capilla el día 30 de Junio de 2004 y luego la autorización que nos concedió para que los restos mortales de Don Eduardo, q.e.p.d., esperaran su Resurrección final que creemos se mereció por su sacrificio y favor de tantos necesitados en la Parroquia que rigió durante 22 años y en la que sacerdotalmente tanto bien hizo en Pedroche. Le quedamos muy agradecidos esperando que pueda alguna vez darnos la alegría de su presencia cuando tenga un tiempo disponible".*

*El día 1 de diciembre, me contesta muy cariñoso y dice: "Lamentablemente no podré visitaros en estos días. Estoy muy agobiado con mi doble servicio a Córdoba y a Sevilla, con muchas ocupaciones y un traslado pendiente de mi madre enferma, y de todas mis cosas a esta ciudad. Rezo por ti y por tu Residencia de Ancianos. Un abrazo cordial de tu afectísimo en el Señor".*

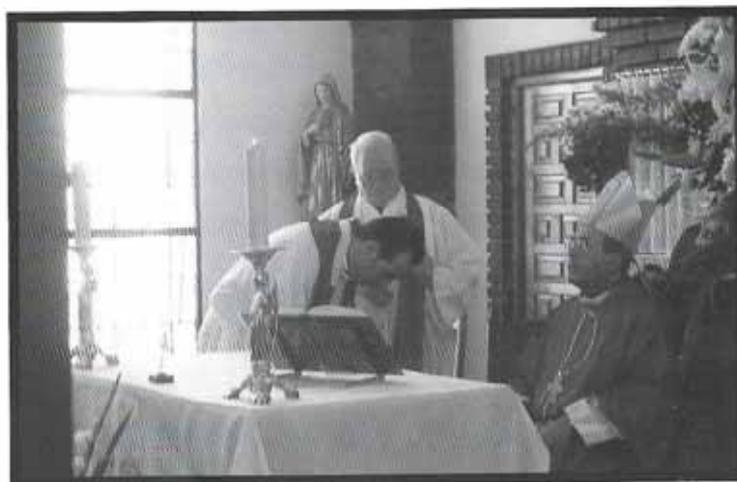
*Precisamente ayer me enviaba una felicitación de Navidad en la que agradecía nuestra felicitación y oraciones con ocasión de su inicio ministerial en Sevilla y deseándonos que la Navidad sea un manantial de Paz y Alegría para nuestra comunidad y nuestras familias; deseándonos también Feliz 2010.*

*De su estancia en Córdoba, podemos tener una imagen de su presencia como Obispo y como persona que tanto bien hizo por toda la Diócesis. Como dato curioso, en el Diario Córdoba, tiene una entrevista el 6 de noviembre donde dice hablando del Clero de Sevilla que va conociendo y que refiriéndose a Córdoba, dice: "y en cuanto a Córdoba que decir. La verdad es que me llevo un recuerdo imborrable, tengo muchísimos motivos de gratitud hacia los cordobeses. Estoy orgulloso de haber sido Obispo de Córdoba y valoro especialmente el haber dedicado mucho tiempo y muchas energías a acompañar y apoyar a los Sacerdotes. También me satisface íntimamente el buen entendimiento con las Cofradías, que tanto significan en la religiosidad de Córdoba y la atención prestada al Seminario, que es modélico. Hay algo además en lo que puse mucha carne en el asador y fue mi empeño en moldear la Diócesis como una gran familia, más allá de las distintas sensibilidades espirituales y sociales".*

*A todo el Personal, Responsables, Laboral y Colaborador de Nuestra Residencia de Ancianos que con tanto cariño como todos sabemos, fundó nuestro inolvidable Don Eduardo, os deseo una Feliz Navidad y Próspero Año Nuevo; y desde la perspectiva de nuestro Obispo que se marcha a la Diócesis Sevillana, deciros que encontremos el calor de la fe en Jesús y en los hermanos que conviven con nosotros.*

Afectuosamente, Vuestro Capellán.

**Rafael Olmo Fernández.**



# Navidad 2008

*Llegó diciembre y varias sorpresas nos esperan en este mes. Primeramente días previos a la Navidad se adorna la casa con motivos navideños para sentir de forma especial la Navidad.*

*La primera visita sorpresa fue el día 21 de diciembre por el grupo "Nostalgia" de Dos Torres que nos amenizó la mañana con canciones navideñas y piezas típicas de la zona. Nos cantaron pasodobles, boleros, sevillanas que despertaron el interés y animo de nuestros residentes que no dudaron en bailar y cantar con ellos.*

*El día 24 por la mañana hicimos el gran Karaoke Navideño con los villancicos más típicos. Este Karaoke fue acompañado por instrumentos, aplausos y bailes espontáneos entre nuestros residentes. Al terminar dicha actividad fuimos por todas las habitaciones repartiendo el regalo de Reyes, este año se regaló un set de higiene corporal con un pañuelo para las mujeres y una bufanda para los hombre. Por la tarde se celebró nuestra particular Misa del Gallo a la que asistieron muchos residentes y vecinos del pueblo.*

*El día 28 vino la Agrupación músico-cultural gachera que nos alegraron con sus canciones y villancicos. Pasamos un día alegre y emotivo.*

*El día 29 fue la entrega de premios de los jugadores que mas bingos ganaron a lo largo de todo el año. También se entregó un premio al mayor ganador del juego de las botellas.*

*No podía faltar en estas fechas la tan esperada Tómbola con regalos variados y muy prácticos para nuestros mayores. Aunque aquí juega un papel importante la suerte, fue un reparto muy equitativo, todos tuvieron premios.*

*El día de Nochevieja, por la mañana, contamos con la actuación de magia y humor de "Simplemente Pepe" dejando impresionados a trabajadores, residentes y familiares que no podíamos dar crédito a lo que estábamos viendo. Pudimos ver como desaparecían conejos, como aparecía un gallo de un pañuelo que no tenia nada, incluso apareció un perro tras desaparecer una paloma. El mago hizo muy divertida la actuación ya que dotaba de grandes habilidades humorísticas. Por la tarde frente al Belén de la entrada muchos de nuestros mayores dieron un recital de villancicos, algunos utilizaron instrumentos para acompañar los cánticos para hacer mas agradable este día.*

*Por último y para dar la bienvenida al nuevo año 2009 nos visita Eusebio Castilla que con su guitarra nos canta temas clásicos y canciones de su disco. Así hemos celebrado esta Navidad destacando las visitas de familiares y seres queridos para enriquecer estos días de buenos momentos y recuerdos.*



# Entrevista a Piedrasantas Rubio

## 1.- ¿Cuántos años llevas trabajando en la Residencia?

*Empecé a trabajar aquí en el 82, para sustituir unas vacaciones.*

## 2.- ¿Siempre has desempeñado el puesto actual?

*Al principio, todos hacíamos de todo, pues había pocos residentes; pero a partir del 84, y salvo los meses de embarazo, que estábamos en la plancha y lavandería, sí he desempeñado el mismo puesto.*

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

*Los primeros años, éramos como una familia numerosa, y la hora de la comida era la mejor del día.*

## 4.- ¿Se cumplen tus expectativas de cómo funciona una Residencia como esta?

*Creo que se podrían mejorar muchas cosas.*

## 5.- Recuerdo de Don Eduardo

*No es solo un recuerdo, son muchos, pues tantos años dan para mucho; pero un recuerdo entrañable, era verlo por el pasillo siempre acompañado de su perro "Triunfo".*

## 6.- Describenos en qué consiste tu trabajo.

*Mi trabajo como el del resto de mis compañeras, es atender todas las necesidades que tengan los residentes (aseo, baño, vestido, etc...) de 7 a 3 en turno de mañana o de 3 a 11 en turno de tarde.*

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

*Pues muchos; ahora la Residencia es mucho más grande que al principio, estamos más gente trabajando, quizá se ha perdido el espíritu que teníamos al principio como de familia muy numerosa.*

## 8.- ¿Qué le pides al 2010?

*Salud para todos y seguir trabajando en armonía.*

## 9.- Un deseo que te gustaría cumplir en esta Casa

*Terminar mi vida laboral en esta casa, aunque para eso, quedan muchos años.*

# CARNAVAL 2009

*Un año más, hemos celebrado el Carnaval en nuestro Centro. En el mes de Enero, comenzamos a confeccionar nuestro propio disfraz: "Unas coloridas Flores".*

*Empezamos dibujando y recortando pétalos de cartulinas de diferentes colores. A continuación, pegamos los pétalos a unos aros hechos con cartón, los cuales pintamos con temperas de colores, estos simulaban la parte central de la flor. Una vez terminada la flor añadimos una goma elástica para poder sujetarlas a la cabeza. Con bolsas verdes de basura, y a especie de camisa con lazos a los lados, se hizo el tallo. Y... ¡ya teníamos nuestro disfraz para celebrar el día de Carnaval!*

*Fue un gran número de residentes el que disfrazo este año, pero no solo residentes. Varios trabajadores se vistieron de carnaval, podíamos encontrar en sus disfraces a caperucita roja, dos niños pequeños, una bruja... Estos provocaron la risa de nuestros residentes y a más de uno les resulto difícil reconocerlos.*

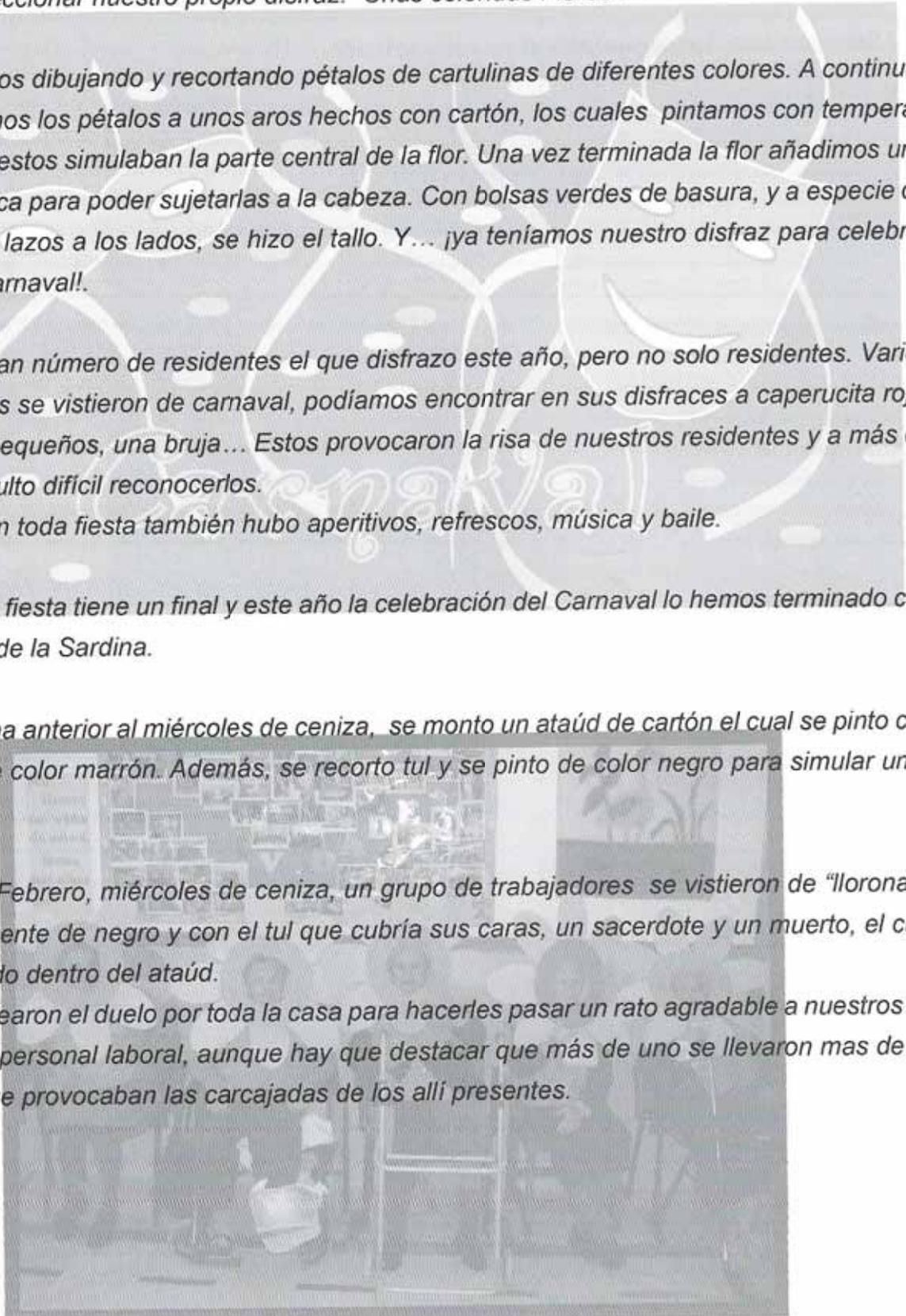
*Y como en toda fiesta también hubo aperitivos, refrescos, música y baile.*

*Pero toda fiesta tiene un final y este año la celebración del Carnaval lo hemos terminado con el Entierro de la Sardina.*

*La semana anterior al miércoles de ceniza, se monto un ataúd de cartón el cual se pinto con tempera de color marrón. Además, se recorto tul y se pinto de color negro para simular unos velos.*

*El 25 de Febrero, miércoles de ceniza, un grupo de trabajadores se vistieron de "lloronas", completamente de negro y con el tul que cubría sus caras, un sacerdote y un muerto, el cual iba colocado dentro del ataúd.*

*Ellos pasearon el duelo por toda la casa para hacerles pasar un rato agradable a nuestros residentes y personal laboral, aunque hay que destacar que más de uno se llevaron mas de un susto lo que provocaban las carcajadas de los allí presentes.*



# MANIFIESTO DÍA POR LA PAZ Y LA NO VIOLENCIA

*"Por la paz... todos los días del año. No debería ser un sueño, sino una realidad".*

30 de enero de 2009

*Los miembros, tanto residentes como trabajadores, de la Residencia de Ancianos "El Salvador" de Pedroche*

*QUEREMOS MANIFESTAR EN EL DÍA POR LA PAZ Y LA NO VIOLENCIA:*

*Que en los tiempos que corren y en una sociedad movida por el egoísmo, el dinero y los intereses personales, la paz es un cubo de hielo guardado en el infierno, una llama tenue en una habitación oscura, es un puñado de arena que se desvanece en nuestras manos, es un camino deseado por todos, y en continua construcción. Parece que sólo escribimos PAZ en mayúsculas el día 30 de cada enero, pero nos olvidamos que todos los días del año, PAZ se sigue escribiendo en mayúsculas, lo ponga o no cualquier diccionario de cualquier Real Academia de cualquier idioma o país.*

*Lo repetimos alto y fuerte cada enero, cada año, un día. Lo repetimos cada vez que una bomba estalla en un tren, cada vez que periodistas españoles, italianos, franceses, ingleses, ... son secuestrados y asesinados. Cada vez que un suicida se inmola llevándose por delante inocentes, cada vez que un gobierno o unos señores de la guerra deciden iniciar la suya propia por no se sabe qué oscuros intereses, cada vez que en nuestro país, o en otro, suenan las voces de las pistolas y las bombas.*

*Silencio. No gritamos. No luchamos. Silencio. Callamos cada 11 de abril, cada 25 de junio, cada uno de los restantes 362 días del año. Qué más da que en Palestina se cometan asesinatos de Estado permanentemente, que en Israel mueran inocentes a manos de bombas suicidas, que en el Estrecho y en las costas canarias una patera vaya a la deriva con 20 personas desesperadas por encontrar un futuro mejor y el único futuro que encuentran sea su muerte. Apagamos los oídos, entornamos los ojos y el silencio hace eco entre las montañas de la intolerancia, el racismo, la hipocresía...*

*El mundo se desploma día a día ante nuestros ciegos ojos. Porque la paz no es una manifestación por cualquier ciudad o pueblo de España haciendo sonar tambores, consignas y canciones protesta. La paz es mirar a un niño que vive como un niño, sin fusiles y sin aprender a matar. Sin que nadie le cambie el juguete por un arma.*

*Mirar a una niña que no esté forzada a trabajar por la mafia de la pobreza y el abandono. La paz es una mujer que besa a su marido al llegar a casa sin miedo a recibir insultos, amenazas, palizas y muerte. La paz es un hombre que no se cree superior a la mujer, que no la humilla, la desprecia ni la maltrata. La paz es ver un abrazo de un palestino con un israelí, de un ruso con un chechenio, de un croata con un serbio, de un sudanés del norte con un sudanés del sur, ver a una mujer afgana mostrar su rostro sin el burka y sin miedo. Es, en definitiva, encontrar un arma en la basura y querer que siga ahí. La paz no es un día. La paz es esto y mucho más. Creemos que existiría un futuro en que no encontremos ninguna mujer maltratada, porque ninguna miseria o injusticia humana es mejor o peor que otra; todas son iguales. Que llegara el día en que nuestra lucha con la violencia de género se convertirá en una cuestión de conciencia.*

*También es una cuestión de conciencia no agredir al medio ambiente, que con nuestra permanente ansia de consumo maltratamos y provocamos que las injusticias se eternicen. La paz pasa por el respeto a la naturaleza como bien común del que nadie se puede constituir en propietario desafiando al resto del mundo y contaminando lo que le parece con la excusa de la "sociedad del bienestar". Justicia y paz es trabajar por dejar un mundo habitable a los que detrás vienen ya que no somos sus propietarios, sólo se nos ha prestado.*

*La paz no es un día de enero. Es derribar los muros de los muros de la incomunicación, el aislamiento, el desprecio y el abandono en que se ven sometidas muchas personas cercanas a nosotros, en nuestro entorno, en el trabajo, en la calle... al lado de nuestra casa.*

*A veces perdemos la esperanza porque no vemos progresos. Tenemos mucha prisa en ver que se acaben las guerras, el hambre, la tortura, el terrorismo, la miseria, la indigencia y el abandono. Vemos cómo se pierde el referente de los derechos humanos, cómo aparecen nuevos gritos de dolor, más conflictos y más guerras. Es como una trágica e inevitable epidemia. Que los caminos del diálogo y el respeto son más lentos que los de la ira y la violencia. Pero aún a pesar de ello creemos en un mundo justo, donde se escuche el silencio de las armas, donde ningún hombre se crea propietario de ninguna mujer, donde la violencia sea una oscura pesadilla que ya ni se recuerde en los libros de historia. Donde las palabras hambre, miseria, guerra, maltrato, violencia de género, atentado ecológico, pateras, muerte, prostitución, comercio de personas, esclavitud infantil... no aparezcan en el diccionario porque ya nadie sepa lo que es y no sea necesario usarlo. Sólo un deseo más; que la pancarta que hoy mostramos y las manos que en ella plasmamos erradiquen la injusticia. Hagamos de la paz una forma de vivir, una energía renovable. Una energía que brote de un alma y un corazón benigno y pacífico.*

# ENTREVISTA A ISABEL DÍAZ Y DIEGO ROMERO (REALIZADA EN 2008)

## 1. ¿Cuánto tiempo lleváis aquí?

*ISABEL: Yo, tres meses, a finales de septiembre, exactamente el día 11*

*DIEGO: El día 11 vino ella, yo vine una semana después aproximadamente, porque me tuve que quedar para finalizar un tratamiento.*

## 2. ¿Por qué motivo ingresasteis en la Residencia?

*D: Porque no teníamos quién nos cuidara, tampoco queríamos que nuestro hijo se hiciera cargo de nosotros. No teníamos tampoco para contratar a una cuidadora.*

*I: Decidimos venirnos por eso, porque estábamos solos, incluso teníamos teleasistencia, pero no es lo mismo que estar aquí.*

## 3. ¿Por qué decidisteis ingresar en esta Residencia y no en otra?

*D: Porque nos tienen que traer aquí a Pedroche cuando nos muramos y así le ahorramos a los de "Santa Lucía" el viaje (risas).*

*I: Mi marido gasta muchas bromas, pero en realidad nos vinimos aquí porque estaba la familia y porque nos gustaba la Residencia. Y sobre todo porque es nuestro pueblo.*

## 4. ¿Cómo ha cambiado vuestra vida desde que ingresasteis en la Residencia?

*D: Lo primero es que estamos atendidos y ahí entra todo, y al estar atendidos y encontrarnos en unas condiciones, gracias a Dios, bastante bien de salud, dentro de todos los problemas que tenemos, tenemos libertad para ir y venir donde nos dé la gana, estamos bien, estamos a gusto, ¿por qué vamos a decir lo contrario?*

## 5. ¿Cómo es vuestro día a día aquí?

*I: Lo primero es el aseo personal e ir a desayunar, tras el desayuno acudo a misa y cuando termina, me voy a casa de mi hermana Emilia.*

*D: Nos vamos a casa de mi cuñada porque siempre hay cosas que hacer y te entretienes, sino me voy para otro sitio. A la casa de mi hermana no vamos tanto porque está más lejos y nos cuesta más llegar. En la habitación pasamos poco tiempo.*

## 6. ¿Teníais amigos aquí antes de entrar o habéis hecho nuevas amistades?

*D: Aquí en la Residencia se conoce a gente, pero también hay gente aquí que nos conocemos desde pequeños y que hemos sido muy amigos, como Agustín Cano, o algunos vecinos de mi calle. También he encontrado a algunos de mis compañeros de la banda de música.*

*I: Hay muchos que nos son amigos, pero yo intento hablar con todo el mundo.*

**7. ¿Qué tal el trato con los trabajadores?**

*D: Nosotros no tenemos queja ninguna. No se hacen mal las cosas, lo hace con voluntad, ¿qué vamos a decir de ellas?, bastante tienen con trabajar.*

*I: No, no tenemos queja, la verdad es que no nos tienen que hacer prácticamente nada.*

**8. ¿Estáis contentos con la Residencia?**

*I: Yo sí, yo estoy muy contenta desde que entré aquí. Estamos acompañados, está mi familia aquí cerca. Además, Madrid me parece una ciudad muy triste.*

**9. ¿Qué cosas cambiaríais?**

*I: Ahora mismo la luz, se va todos los días varias veces.*

*D: Es que las personas que estamos más torpes no podemos estar sin luz porque nos podemos caer.*

*I: El médico también, porque tengo muchos problemas y lo necesito.*

*D: Estar sin médico es... yo no lo digo por mí, es que hay muchas personas que lo necesitan. Pero la comida está muy bien y en abundancia, cada uno tiene lo que necesita o lo que le da la gana de comer. Cuando pase un año, ya hablaremos....*

*"Cuanto más incultos somos, más por culo damos"*



# DÍA DE SAN VALENTÍN

Llevamos algunos años celebrando este día aunque es cierto que en todos los días del año hay motivos para demostrar el cariño y aprecio a nuestras personas más queridas. Días previos se hizo un buzón en el cual todo aquel que quisiera escribiría una tarjeta con forma de corazón a la persona que aprecie. No solo pueden participar residentes si no trabajadores y familiares. Llegó el día y todos estaban impacientes por saber si tenían corazón. El amor fue bastante repartido este año, unas gotas de cariño que a todo el mundo le hace falta; en originales tarjetas y con frases y dedicatorias muy graciosas.



# DÍA DE ANDALUCÍA

Como cada año, el día de Andalucía es un día muy especial para todos, por lo que se estuvo pensando en una actividad que nos hiciera saber algo más de cada provincia andaluza y de sus particularidades; por lo que se decidió realizar un juego de preguntas denominado "TRIVIAL ANDALUZ".

El juego consistió en repartir a cada residente una tarjeta con su nombre y 8 cuadrados correspondientes a cada una de las provincias andaluzas, donde se anotaban las respuestas correctas.

Por cada provincia se realizaban 5 preguntas (en total se hicieron 40 a cada residente). Las preguntas correspondían a varias temáticas: geografía, historia, gastronomía, festividades, monumentos,...

Se hicieron varios grupos de residentes y gracias a la colaboración de las chicas de prácticas (realizaban en ese momento un curso de auxiliar de geriatría), llevamos a cabo la dinámica. Para que los residentes no tuvieran que desplazarse, se fue rotando en los grupos.

Para decorar el salón se dibujó cada provincia a escala en papel continuo de colores, en las que se plasmó las ciudades y pueblos más importantes, así como fotos de monumentos, fiestas típicas y personajes famosos de las diferentes localidades andaluzas.

La participación y la satisfacción por parte de residentes y trabajadores fue muy alta. Al finalizar el juego se contabilizó el número de aciertos en las respuestas, el ganador fue finalmente Ángel Ortiz al que se le hizo entrega de un diploma por su participación en el "TRIVIAL ANDALUZ".

# HOMENAJE A JUAN MEDINA

*Ahora que después de casi media vida en esta casa te jubilas.*

*Solo quería decirte que has sido un buen compañero. Recuerdo cuando entré por primera vez al comedor para trabajar y tú me ayudaste a servir; sé que aunque no te he tratado tanto como otros compañeros, conmigo siempre te has portado bien; y si he necesitado algún favor, siempre me lo has hecho.*

*Espero que en tu nueva vida te vaya todo bien; que disfrutes y te cuides. Ahora tendrá tiempo para tu partida de dominó; se acabaron los cambios de los viernes. Además como eres un manitas, seguro que siempre tendrás cosas que arreglar.*

*Bueno, nada más; te deseo lo mejor y que todo te vaya muy bien. Aquí tienes una amiga para lo que quieras. Te echaremos de menos.*

*Un abrazo de tu compañera.*

**Mari Campos**

# NUESTRAS TRADICIONES

*El pasado 26 de Abril tuvo lugar en Pedroche la II Muestra sobre nuestras tradiciones. Este evento se organizo en los alrededores de la Ermita de PiedraSanta, en el paraje conocido como el "cercado del Cristo". La organización de dicha actividad se lleva a cabo por la Asociación "Pedroche a Caballo".*

*Para acomodar mejor a nuestros residentes, montamos una carpa unos días antes, además llevamos sillas y comida para pasar un día de campo. Asistieron 53 residentes.*

*La programación se iniciará sobre las diez y media con actividades propias de las labores agrícolas más tradicionales. Había varios stands con productos artesanales de la zona tales como bordados, artesanía en cuero, tejas y cantaros pintadas, queso, pan, dulces...*

*También había una choza de paja como la que usaban los pastores para vestirse dentro. Para dar un toque más típico de la época todos los participantes iban vestidos con trajes tradicionales.*

*Se mostró como se elaboraba el picón, se levantaba una pared de piedra, como se esquilaban los animales además del transporte de leña o herrajes de los caballos. Se explicaron las labores de alzado y rastreado de tierra, además de enseñar a arar con animales y la práctica de la siembra de trigo. Al mediodía pudimos disfrutar de los cantes de la Asociación Músico-Cultural Gachera, que nos animaron a cantar y a bailar para así rebajar la comida. Fue un encuentro muy positivo para todos y nos anima a continuar muchos años más.*



# TEATRO EN LA RESIDENCIA

*Este año y una vez más, hemos podido disfrutar de la representación de una obra de teatro en nuestra Residencia; gracias a la participación de un grupo de amigos y aficionados al teatro provenientes de Fuencaliente (Ciudad Real); que no dudaron en acercarse a esta tierra como ya hicieron el año anterior, para que todos disfrutáramos con su arte.*

*Gracias a la representación del año pasado, este año contábamos con bastante trabajo realizado en lo referente al decorado; si bien, hubo que adecuarlo y adaptarlo a la nueva obra que se iba a representar. Tras unos cuantos días de trabajo con algunos miembros del grupo, todo quedó preparado; escenario, iluminación y sonido, para que el día 8 de mayo, se pusiera en escena la comedia "Que viene mi marido".*

*Al igual que al año pasado, la obra, iba dirigida a nuestros residentes (de forma gratuita) y también a todos los que estuvieran interesados (a 5€ la entrada); beneficios que serían destinados a la Asociación Española Contra el Cáncer. La asistencia de residentes fue bastante alta (acudieron unos 75 residentes); si bien, a la gente del pueblo le costó más animarse y fue muy poca la gente que acudió.*

*La representación de la obra transcurrió con normalidad; todos los presentes disfrutamos con la comedia que nos ofrecieron; que despertó numerosas risas, carcajadas y comentarios. En general podemos decir que fue todo un éxito; lo que cobra aún más importancia si conocemos el público al que va dirigido, nuestros mayores, que en ocasiones pueden encontrar mer-madas sus capacidades sensoriales para disfrutar de estos eventos.*

*Al término de la representación, los actores y sus acólitos, nos acompañaron a la dirección y algunos trabajadores, a tomar una copa y un aperitivo en la cafetería de la Residencia; momento que todos aprovechamos para intercambiar impresiones sobre la obra y los efectos que había producido en los asistentes.*

*Una vez más, la Residencia de Ancianos "El Salvador" quiere agradecer la participación y el esfuerzo de este grupo de amigos y aficionados al teatro de Fuencaliente (Ciudad Real), que con su buen hacer, consiguieron de nuevo sacar una sonrisa, una carcajada de nuestros residentes y convertir un día cualquiera en un día especial para ellos. Quedáis nuevamente invitados a esta Casa, siempre que queráis.*

# IMPORTANCIA DE LOS PIES EN LAS PERSONAS MAYORES

*Nadie puede negar la importancia de las funciones que cumplen los pies en nuestro cuerpo, pero a menudo solo nos acordamos de ellos cuando nos duelen, o no nos permiten andar con normalidad. Por ello cuidarlos debidamente es prioritario, para así evitar la aparición de dolencias como juanetes, durezas, callos y otros trastornos comunes.*

*El cuidado de los pies tanto en personas mayores, como en personas con diabetes es fundamental, para evitar patologías serias como son las úlceras,... Debemos saber que hay menos sensibilidad al frío, al calor y a la presión, y además puede disminuir el riego sanguíneo que llega a los pies.*

*Tener unos cuidados básicos es fundamental para tener nuestros pies en buenas condiciones: lavarlos con jabón neutro, secar los espacios interdigitales muy bien, hidratarlos, acudir al podólogo con regularidad,...*

*En definitiva, cuídese, cuide sus pies y en la medida de sus posibilidades, siga caminando.*

**Juan Castro Fernández**  
**PODÓLOGO**



# CAMPEONATO DE DOMINÓ Y PARCHÍS

*El pasado mes de Marzo, organizamos en nuestro Centro un campeonato de dominó y parchís.*

*En el campeonato de dominó participaron ocho parejas entre las cuales sólo tuvimos la presencia de una mujer. No sólo el juego se redujo a nuestra casa sino que, también participaron vecinos del pueblo.*

*Días antes a la actividad, tanto residentes como vecinos de Pedroche se fueron apuntando al campeonato. Una vez finalizada la lista, se realizó el sorteo de parejas y el de duelos.*

*La actividad daba comienzo a las 5 de la tarde y se desarrollo en el bar. Cada día se enfrentaban dos parejas, la perdedora era eliminada y la ganadora se clasificaba para la siguiente ronda. La actividad era supervisada por un trabajador del Centro. **La pareja ganadora fue la formada por Ildefonso Molina y Manuel Pablo Muñoz.***

*Al igual que en el campeonato de dominó; para el campeonato de parchís los residentes que querían participar en la actividad se fueron apuntando unos días antes. Posteriormente, se procedió al sorteo de duelos. En esta ocasión participaron 12 residentes. En cada partida participaban cuatro personas; dos de ellas se clasificaban para la siguiente fase y dos quedaban eliminadas del juego. El campeonato de parchís se desarrollo en el salón de terapia ocupacional bajo la supervisión de la Terapeuta Ocupacional o la Educadora Social. **La ganadora fue Antonia Canoira.***

*Aunque el desarrollo de la actividad nos resulto un poco difícil por los "problemillas" que iban surgiendo en el día a día (residentes que se encontraban mal el día de la partida, que se iban de paseo y se les olvidaba que les tocaba jugar, normas distintas para el mismo juego...), este tipo de eventos saca a nuestros mayores de las actividades ordinarias de la Residencia y resultan bastante positivas.*

# DÍA DEL LIBRO

*Cada 23 de Abril, celebramos en nuestra Residencia el "Día del Libro". Para ello, los días anteriores se elaboró un listado con todos los residentes y trabajadores que querían participar.*

*A las 11 de la mañana, en el salón de terapia la Directora dio comienzo al "maratón" de lectura, a la que siguieron trabajadores, residentes y alumnas procedentes del Viso que se encontraban en nuestra casa de prácticas.*

*Este año el libro elegido ha sido "Regálame la Salud de un Cuento" de José Carlos Bermejo. Cada participante leía a los allí presentes uno de los cuentos. A la 1 del mediodía, se hizo una parada para comer y descansar. A las 5 de la tarde, Ildelfonso Molina, uno de los representantes de los residentes, retomó la jornada de lectura que se extendería hasta las 8 de la tarde. Pero no solo se leyeron cuentos, también algún residente se atrevió a contarnos alguno que tenía "guardado en su repertorio".*

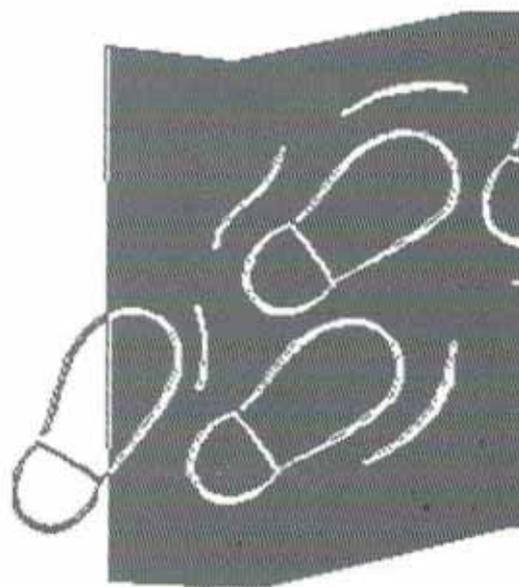
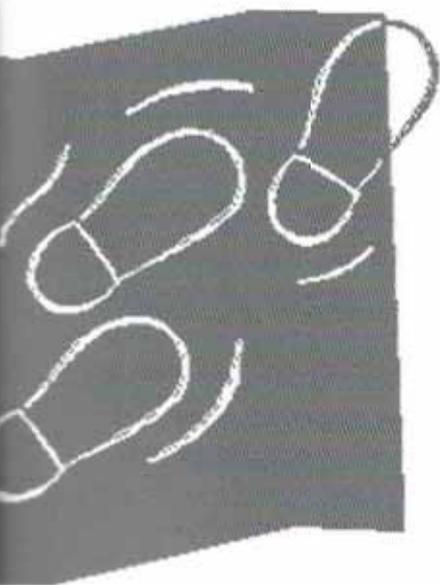
*La participación fue elevada tanto por el personal del Centro como por los residentes y todos quedaron contentos con la actividad.*



# LA EXPERIENCIA DE UN RESIDENTE: DIEGO CARRILLO

*Me llamo Diego Carrillo, tengo 72 años y vivo en la Residencia de Ancianos "El Salvador". El motivo por el cual vine fue porque en el mes de octubre del pasado año sufrí un accidente cerebrovascular. Me afectó a mi hemicuerpo derecho que apenas lo movía ni sentía nada. Mis primeros días fueron muy duros porque no me podía mover y se me hacía cuesta arriba el estar parado con lo activo que yo era.*

*Empecé a hacer rehabilitación en cama y poco a poco fui mejorando hasta que pude asistir al gimnasio del centro. Allí conseguí ponerme de pie y dar mis primeros pasos. Acudía diariamente mañana y tarde porque mis mayores deseos eran volver a caminar. Además a media mañana también asistía al salón de terapia para hacer rehabilitación de la mano. Ahora me encuentro mejor aunque estoy en silla de ruedas aun. Puedo caminar solo en las barras paralelas del gimnasio. Estos días atrás he caminado con una muleta especial. Seguiré trabajando porque quiero caminar y ponerme bien del todo. Desde aquí agradezco la atención de mi mujer y mis hijas que han estado siempre ahí.*



# UNIDAD DE RESIDENCIAS: UN TRABAJO COMPARTIDO

## JUSTIFICACIÓN

*La pirámide poblacional de nuestra zona rural se caracteriza por una baja tasa de natalidad y un tremendo índice de envejecimiento con un 24.5% de mayores de 65 años, de una población de unos 83.000 habitantes, siendo la media en Andalucía de un 14.3%. Pero quienes están experimentando un mayor crecimiento son los mayores de 85 años con un 11% de nuestra población frente a la media andaluza de un 4,6%. Todo este cambio es el resultado de unas mejores condiciones de vida y de salud que han hecho que la esperanza de vida sea más larga que hace tan solo unas décadas.*

*Inevitablemente, esta población por sus características precisa de suplencias o ayudas en diversos ámbitos pero sobre todo en lo concerniente a "cuidados" (problemas de nutrición, alteración de los órganos de los sentidos, caídas, estreñimiento, demencias, problemas familiares, falta de afectividad, inactividad, depresión, inmovilismo, úlceras por presión, incontinencia urinaria, dependencia para el auto cuidado y deterioro de las actividades de la vida diaria, polifarmacia, exceso de conductas, insomnio).*

*A esto tenemos que añadirle la importante crisis del apoyo informal que prestan las cuidadoras, ante la movilidad geográfica de los miembros en la edad activa para trabajar que alejan a familiares directos y la incorporación de la mujer a la vida laboral, cuidadora por excelencia, hace que las dificultades para mantener a los ancianos en el entorno familiar sean cada vez más patentes.*

*El resultado de esta situación ha sido la proliferación de Residencias de Ancianos en nuestra zona rural, que intenta cubrir esta demanda social, con veintiséis residencias geriátricas y unas 1800 plazas para residentes, lo que supone que alrededor del 9% de las personas mayores de 65 años están en una residencia.*

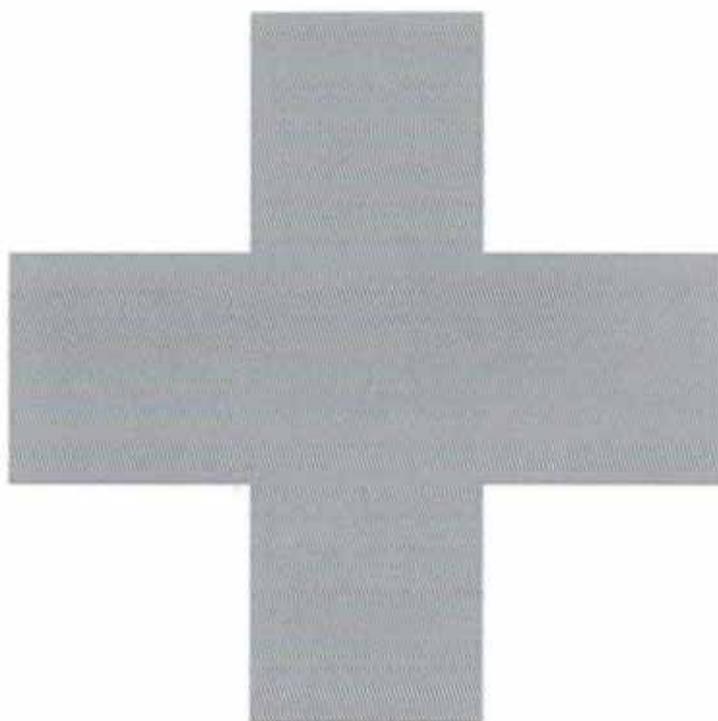
*Desde el Servicio Andaluz de Salud hace un año y medio se comenzó a trabajar en un proyecto (Unidad de Residencias) para coordinar la Atención de Ancianos Residentes en Instituciones, constituyendo este apartado un servicio de nuestra empresa que hasta ahora se prestaba en la mayoría de ocasiones a demanda de las instituciones, de forma poco coordinada y en la mayoría de los casos ausentes de protocolos.*

*Con la Unidad de Residencias se consigue llevar a cabo un proceso de colaboración, escucha y relación de confianza, mediante el cual los profesionales de la Unidad y de las residencias velan para que el paciente institucionalizado alcance los objetivos marcados en su plan asistencial, coordinándose con diferentes profesionales y movilizándolo los recursos necesarios, garantizando así una Atención Integral y Continuada que resuelva las necesidades de cuidados del Paciente, optimizando recursos.*

*Actualmente la Unidad de Residencias está compuesta por un enfermero gestor de casos que se coordina con todos sus compañeros tanto de centros de salud como hospitales. Este enfermero es el encargado de realizar una visita semanal a cuatro de las veintiséis residencias existentes en nuestra zona rural, como son: Residencia de mayores de Pedroche "El Salvador", de Pozoblanco "Hnos. Muñoz Cabrera", de Peñarroya "Virgen del Rosario" y de Espiel "Vitalia". En esa visita semanal se mantiene un contacto directo tanto con los residentes como con el personal que allí trabajan para velar y mejorar la calidad de los cuidados de los ancianos.*

*Los Objetivos de este enfermero gestor de casos dentro de la Unidad de Residencias son:  
Como Objetivo General: actuar como garante de la igualdad de la prestación de Atención Sanitaria a todas las residencias.*

*Como Objetivos Específicos: garantizar la atención a los residentes y que, a su vez, revierta en calidad de cuidados en el anciano y arroje beneficios secundarios a la propia institución residencial, así como al Sistema Sanitario Andaluz, mediante:*



- 1.- Conocer y definir las necesidades de salud de la población residencial a través de una valoración geriátrica integral y haciendo un seguimiento del cumplimiento de las guías, protocolos y planes de cuidados específicos. En pacientes incontinentes, se realiza de una valoración de incontinencia como paso previo al informe de prescripción de pañales y potenciando vías alternativas a los absorbentes. Tener identificados a los ancianos de riesgo.
  - 2.- Facilitar la accesibilidad de las residencias al Sistema Sanitario Andaluz: interconsultas con los servicios médicos, administrativos para seguimiento de residentes. Cita previa, circuitos de información,...La Unidad sirve de eslabón entre la Residencia, el Centro de Salud y el Hospital.
  - 3.- Provisión y administración de vacunas de neumococo, tétanos, gripe.
  - 4.- Suministro mensual del material de curas según un protocolo establecido con el personal de enfermería de la propia residencia. Sirviendo como consultor de aquellas heridas complicadas necesarias de una segunda opinión.
  - 5.- Suministro de material ortoprotésico (silla de ruedas, andadores, etc.).
  - 6.- Ofrecer formación al personal de las residencias, desarrollando contenidos formativos adecuados a los objetivos que deseamos cumplir en respuesta a los problemas de cuidados más frecuentes en estas instituciones (riesgo de caídas, prevención y tratamiento de úlceras por presión, nutrición, incontinencia Urinaria, etc.
- En definitiva de trata de mejorar la comunicación entre las residencias y el Servicio Andaluz de Salud.

**Juan Antonio Rodríguez Salamanca**  
(Coordinador de la Unidad de Residencias)

# CRUZ DE MAYO

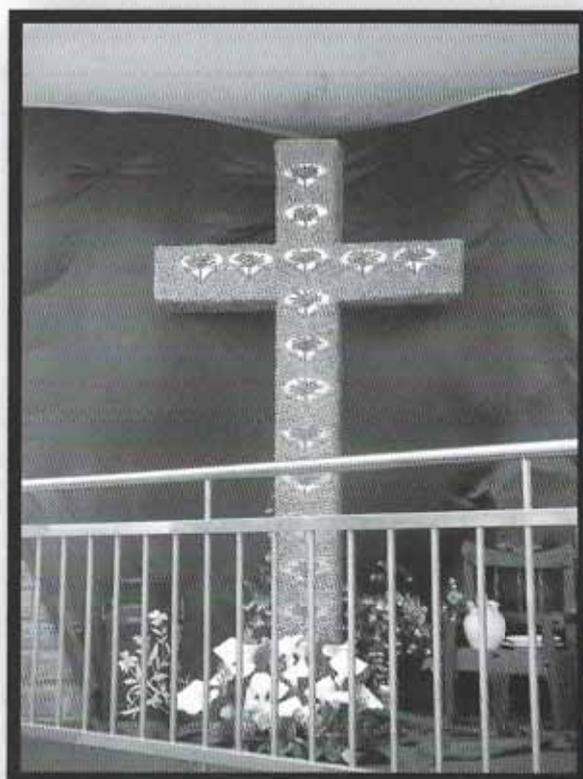
Como es bien sabido por todos, cuando se va acercando el mes de mayo nos ponemos manos a la obra con nuestra "particular" cruz de mayo. Pero este año queríamos volver a sorprender a todos con una cruz muy especial y diferente; estáis al corriente de que en los últimos años hemos hecho cruces tan dispares como la del año pasado, que fue realizada a base de palomitas de maíz; y la del anterior que se elaboró con cucharas y tenedores de plástico.

Por lo que un año antes, en la primavera de 2008, fuimos por los bares recolectando los caracoles que la gente se iba comiendo en sus tapitas.

Desde principios de abril empezamos a trabajar con los caracoles que habíamos guardado el año anterior y empezamos a pintarlos en color oro y plata.

Se pintaron unas grecas en la cruz que previamente se había forrado con papel plateado. Todo el fondo se puso con los caracoles plateados y las grecas con los caracoles dorados. Los últimos detalles que se añadieron fueron "tiburones" de pasta pintados en color dorado.

Días antes de comenzar el mes de mayo, se colocó la cruz en la entrada de la Residencia adornada con cortinas y macetas para que se resaltara, aún más si cabe, la belleza de la cruz.



# MUÑECA DE SAN ISIDRO

*El 15 de Mayo es un día señalado en nuestra "agenda de actividades", pues celebramos el Día de San Isidro con la quema de la Muñeca.*

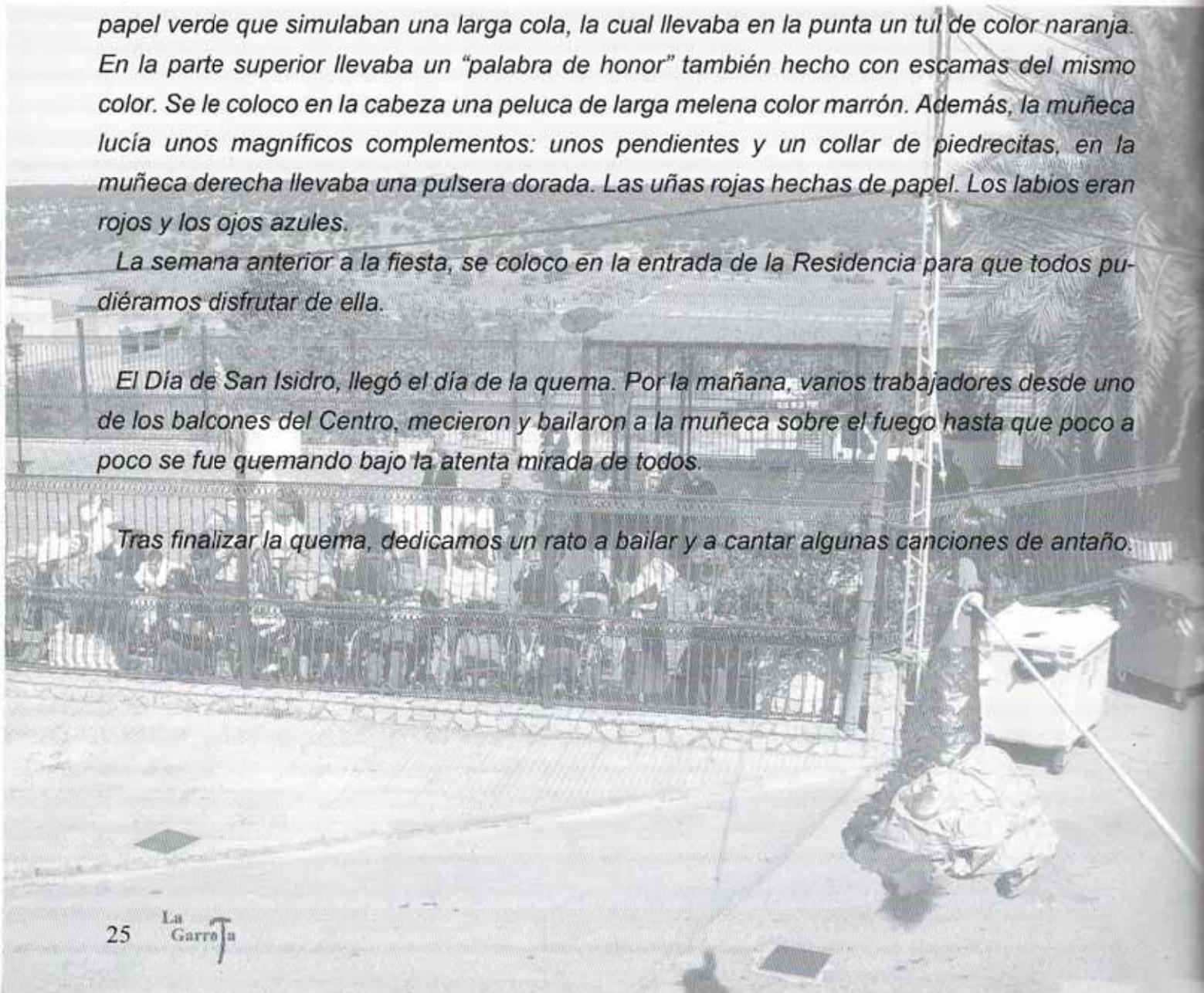
*Tras realizar una "lluvia de ideas" con nuestros mayores y una votación a mano alzada, nuestra muñeca llevaría este año un disfraz se Sirena... pero una Sirena bien morenita.*

*Durante varias semanas anteriores a la fiesta, comenzamos a vestir a nuestra muñeca. La cabeza estaba llena de lana y en ella metimos sal para que en el momento de la quema saltaran chispas. El cuerpo estaba formado de guata y papel de periódico. Una vez bien compacto, lo pintamos de color marrón al igual que la cara. A continuación, le pegamos escamas de papel verde que simulaban una larga cola, la cual llevaba en la punta un tul de color naranja. En la parte superior llevaba un "palabra de honor" también hecho con escamas del mismo color. Se le colocó en la cabeza una peluca de larga melena color marrón. Además, la muñeca lucía unos magníficos complementos: unos pendientes y un collar de piedrecitas, en la muñeca derecha llevaba una pulsera dorada. Las uñas rojas hechas de papel. Los labios eran rojos y los ojos azules.*

*La semana anterior a la fiesta, se colocó en la entrada de la Residencia para que todos pudiéramos disfrutar de ella.*

*El Día de San Isidro, llegó el día de la quema. Por la mañana, varios trabajadores desde uno de los balcones del Centro, mecieron y bailaron a la muñeca sobre el fuego hasta que poco a poco se fue quemando bajo la atenta mirada de todos.*

*Tras finalizar la quema, dedicamos un rato a bailar y a cantar algunas canciones de antaño.*



# EXCURSIÓN A EL CABRIL

*Tras varias conversaciones telefónicas para concertar la visita al almacenamiento de residuos radiactivos del El Cabril; el día 25 de junio de este 2009, vino un autobús a recoger nos a la Residencia, que nos trasladó (a un pequeño grupo de unos 20 residentes acompañados de varios trabajadores) a las instalaciones que Enresa posee en la Sierra de Hornachuelos, destinadas al almacenamiento de residuos radiactivos de baja y media actividad.*

*El viaje transcurrió con normalidad, a pesar de la distancia; una vez allí, acudimos lo primero al comedor para desayunar; después y tras sentarnos un rato en los jardines, accedimos a una sala de conferencias, habilitada para grupos pequeños como el nuestro, donde la guía que nos recibió, nos explicó todo acerca de las instalaciones, con proyecciones y aclaraciones.*

*Nos contó desde los inicios, cuando aquella zona, era una zona minera y donde por las características del terreno, se empezaban a almacenar residuos; convirtiéndose así, de alguna manera en el primer cementerio. También nos explicó de dónde proceden los residuos radiactivos y la importancia de la energía nuclear en nuestro país. Posteriormente pasó a exponer detalladamente el tratamiento que recibían los residuos que, a este almacenamiento, llegaban procedentes de toda España; haciendo especial hincapié en la seguridad de las instalaciones y de los procedimientos que en todo momento se utilizaban. Por último, permitió un tiempo para preguntas, que tanto alguno de nuestros residentes como trabajadores, aprovecharon para resolver dudas. Al final, todos fuimos obsequiados con una lata de aceite de la zona; para que pudiésemos comprobar que aunque haya un almacenamiento de este tipo de residuos, la seguridad es tan buena, que es posible una muy buena calidad en los productos.*

*Después de esta pequeña charla, todos subimos de nuevo al autobús para recorrer las instalaciones, algo que hicimos desde el mismo autobús, ya que debido a las características de nuestros residentes y de las distancias que había que recorrer, no pudimos hacerlo a pie. Si bien, la guía, iba explicando cada una de las zonas por las que íbamos pasando. En general, todos los que acudimos a esta visita, salimos con otra visión más certera de lo que es, para lo que sirve y la importancia que tiene un almacenamiento de residuos de este tipo; por lo que podemos decir que fue un viaje muy enriquecedor.*

*Una vez terminado el recorrido por las instalaciones, volvimos de nuevo al comedor para almorzar; desde donde partimos de nuevo a nuestro destino.*

# EXCURSIÓN A PEÑARROYA

*El día 22 de mayo de este pasado año, un grupo reducido de residentes (unos 15 en total), acompañados por unos cuantos trabajadores; visitamos el Museo Minero de Peñarroya.*

*La visita fue agradable ya desde el viaje, en el que nuestros residentes disfrutaron volviendo a ver paisajes y tierras en las que algunos habían trabajado; surgían historias relacionadas con otras épocas en aquellos parajes, que les hacían recordar su época de juventud.*

*Al llegar, nos dirigimos hacia la Exposición de la Minería, que se encontraba ubicada en una antigua nave (rehabilitada) que en otros tiempos había sido utilizada para el tratamiento del mineral.*

*Allí encontramos exposiciones de todo tipo de minerales, mostrando las curiosas formas que puede adoptar el mineral en la naturaleza, útiles para la extracción del mineral desde los más antiguos a los más modernos, maquetas en las que se mostraba el proceso de tratamiento del mineral desde su extracción hasta su uso final, también encontramos una zona con pequeñas tiendas en las que se vendían artículos hechos con mineral (pulseras, anillos, pendientes, artículos de decoración, etc...), así como una zona donde sentarse a descansar y a tomar un refresco y otra habilitada para los más pequeños, donde se proyectaban pequeñas historias relacionadas con la minería y en definitiva con el medio ambiente.*

*Un guía nos acompañó en todo momento y nos iba explicando cada una de las secciones por las que íbamos pasando; pero sin duda, la que más aceptación tuvo fue la que simulaba una galería subterránea de una mina y en la que para entrar era necesario ataviarse con las medidas de seguridad necesarias; esto es todos con casco puesto; hecho que despertó numerosos comentarios y carcajadas entre los miembros del grupo, al vernos todos con el casco, parecíamos una cuadrilla que iba a entrar a trabajar a la mina. Una vez dentro, de la galería, pudimos comprobar el realismo con el que estaba construida; no faltaba un detalle, la forma de apuntalar las partes que se iban excavando, la luz que entonces había en una galería, el ruido de martillos y barrenas, vagonetas, herramientas y hasta un derrumbe para que pudiésemos imaginar qué ocurría cuando algo se desplomaba. La experiencia dentro de esta galería fue muy gratificante y gustó mucho a todos nuestros residentes.*

# EXCURSIÓN A PEÑARROYA

*Una vez terminada la visita, todos estábamos un poco cansados y decidimos reponer fuerzas y sentarnos un rato a tomar un refresco en la zona habilitada para ello. Tras unos minutos de descanso, nos dirigimos hacia la salida, donde antes de despedirse de nosotros, nos obsequiaron con gorras y algunos folletos publicitarios y pegatinas.*

*En general, la experiencia fue muy agradable y positiva para nuestros residentes, desde el viaje hasta la visita a la exposición, ya que muchos recordaron la época de su juventud.*



# EXCURSIÓN A VILLANUEVA DEL DUQUE

*A principios del mes de junio se celebró "La Quinta Semana de Turismo Rural de Villanueva del Duque", por lo que el día 5 varios residentes y algunos trabajadores nos acercamos a esta localidad para visitar la decoración de Fachadas Tradicionales, Rincones Típicos y Calles.*

*De los rincones del pueblo que más nos llamaron la atención y más nos gustaron fue la calle donde se escenificaba la típica matanza del cerdo, donde todas las figuras que aparecían estaban hechas a mano por los villanueveses.*

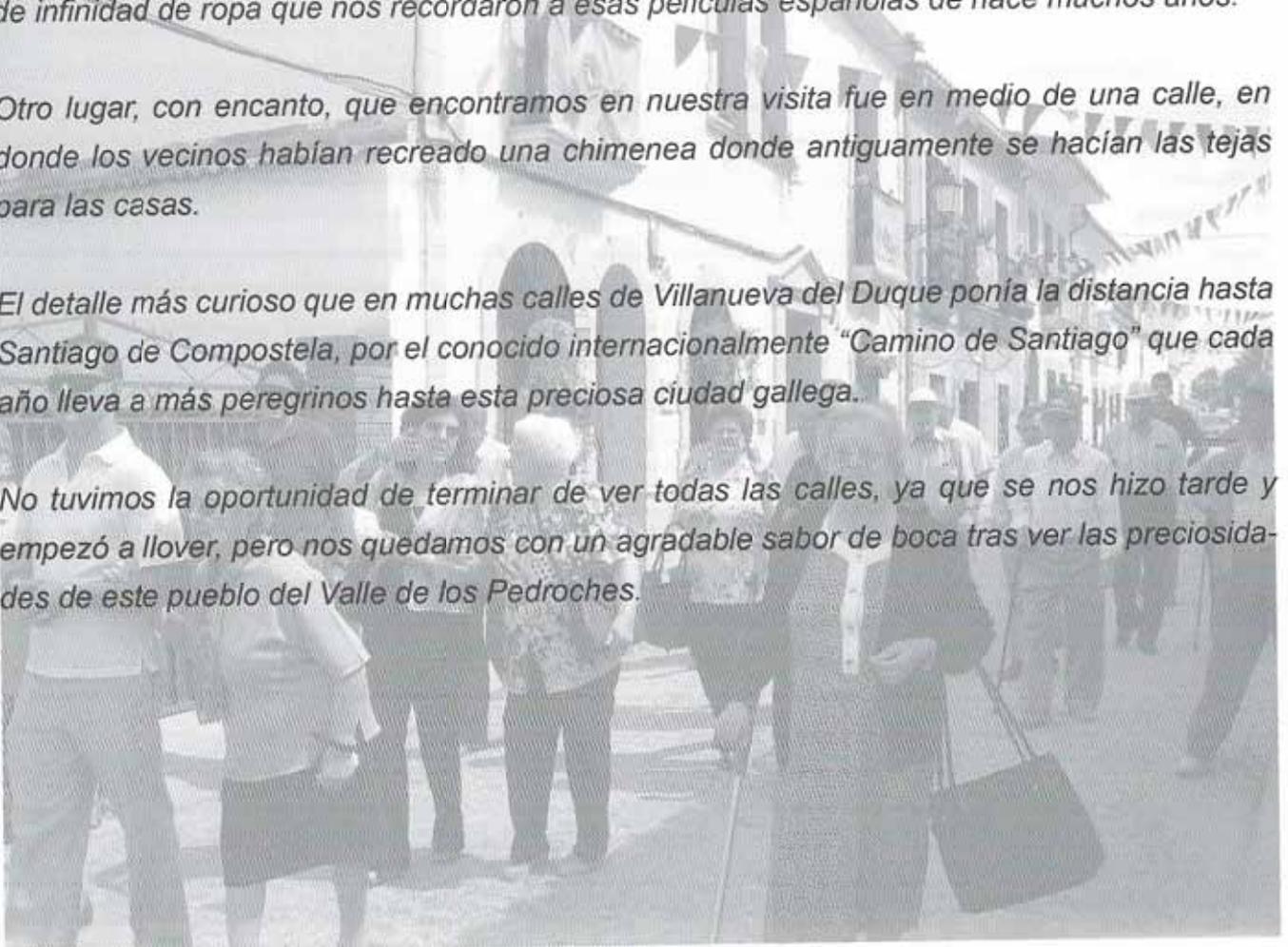
*Otro de los sitios donde nos invitaron a pasar los vecinos fue una tasca como las de antaño, donde se iba a beber vino y echar unas risas tras un duro día de trabajo.*

*En mitad de nuestro paseo por el pueblo encontramos una sastrería - mercería, como las de tiempos pasados, en la que disponía de maniqués vestidos de novia, de comunión, así como de infinidad de ropa que nos recordaron a esas películas españolas de hace muchos años.*

*Otro lugar, con encanto, que encontramos en nuestra visita fue en medio de una calle, en donde los vecinos habían recreado una chimenea donde antiguamente se hacían las tejas para las casas.*

*El detalle más curioso que en muchas calles de Villanueva del Duque ponía la distancia hasta Santiago de Compostela, por el conocido internacionalmente "Camino de Santiago" que cada año lleva a más peregrinos hasta esta preciosa ciudad gallega.*

*No tuvimos la oportunidad de terminar de ver todas las calles, ya que se nos hizo tarde y empezó a llover, pero nos quedamos con un agradable sabor de boca tras ver las preciosidades de este pueblo del Valle de los Pedroches.*



# FERIA DE PEDROCHE 2009

*Como cada año celebramos la feria de pedroche en nuestra residencia organizando eventos y actividades para disfrutar al máximo de estos días.*

*Primeramente nuestros mayores empezaron a elaborar flores de tela de colores variados para engalanar la entrada de la residencia. Además se retocaron aquellas flores que se habían deteriorado de la carpa de tul que años anteriores se había colgado en la puerta de la casa. Los patios también fueron adornados con farolillos, banderitas y cadenetas hechas con cartones de huevos para sentir la feria de una manera más cercana. Días antes se puso en la fachada de la casa un pergamino en el cual figura nuestra Virgen de Piedrasantas. Muchos fueron los residentes que día a día trabajaron para que estuviera todo a punto.*

*El principal evento para nosotros es la estancia de la Patrona en la Residencia, por lo que pensamos en elaborar algo bonito y a la vez original. Nuestra idea fue la de pintar todo el suelo de la calle con pinturas de agua con motivos religiosos. Nos levantamos más temprano que otros días para que nos diera tiempo a pintar todo el suelo de la calle y así recibir a la virgen como se merece. La calle empezaba con una preciosa paloma y terminaba con un cáliz a la altura de la entrada de la Residencia, en los laterales se reflejaban figuras de estrellas y muchas más figuras. Para ello teníamos plantillas ampliadas que tras ser dibujadas en el suelo las pintábamos de colores. El trabajo estaba dividido entre todos, mientras unos dibujaban, otros pintaban y otros perfilaban. Dicha actividad fue un trabajo conjunto de los miembros que componen el Departamento de Terapia Ocupacional, Fisioterapia, Psicología, Administración, Dirección y todos aquellos que voluntariamente quisieron participar. La calle quedó muy bonita ya que se consiguieron reflejar colores muy alegres. A las nueve y media de la noche se prepararon los últimos retoques, como colgar unas antorchas en las ventanas de la Residencia y casas próximas para iluminar el paso de la Virgen. Sobre las diez de la noche llegaba la Virgen de Piedrasantas portada a hombros por algunos vecinos del pueblo. Todos nuestros residentes la recibieron cantando el himno en su honor.*

En la entrada la recibe nuestro Capellán Don Rafael el cual le dedica a la Virgen unas palabras de cariño y agradecimiento por protegernos día a día, acto seguido interviene la Directora del centro haciendo un breve homenaje a aquellas personas que dedicaron muchos años de su vida a la Residencia y que hoy no están con nosotros, también volvió la vista atrás para recordar a todos aquellos residentes que nos han dejado y por último agradeció la dedicación de los trabajadores que han hecho posible todas las actividades para que los mayores puedan disfrutar y vivir estas fiestas mas intensamente. La Virgen fue trasladada a la Capilla del centro para ser velada por todo aquel que quisiera ya fuera residente, trabajador o personas del pueblo. Se vivieron momentos muy emotivos y entrañables. Pudimos disfrutar del cantautor Eusebio Castilla que estuvo cantándole a la Virgen. Al día siguiente se ofició una misa en la Residencia y cuando finalizó la Patrona fue trasladada a la Iglesia de la localidad.

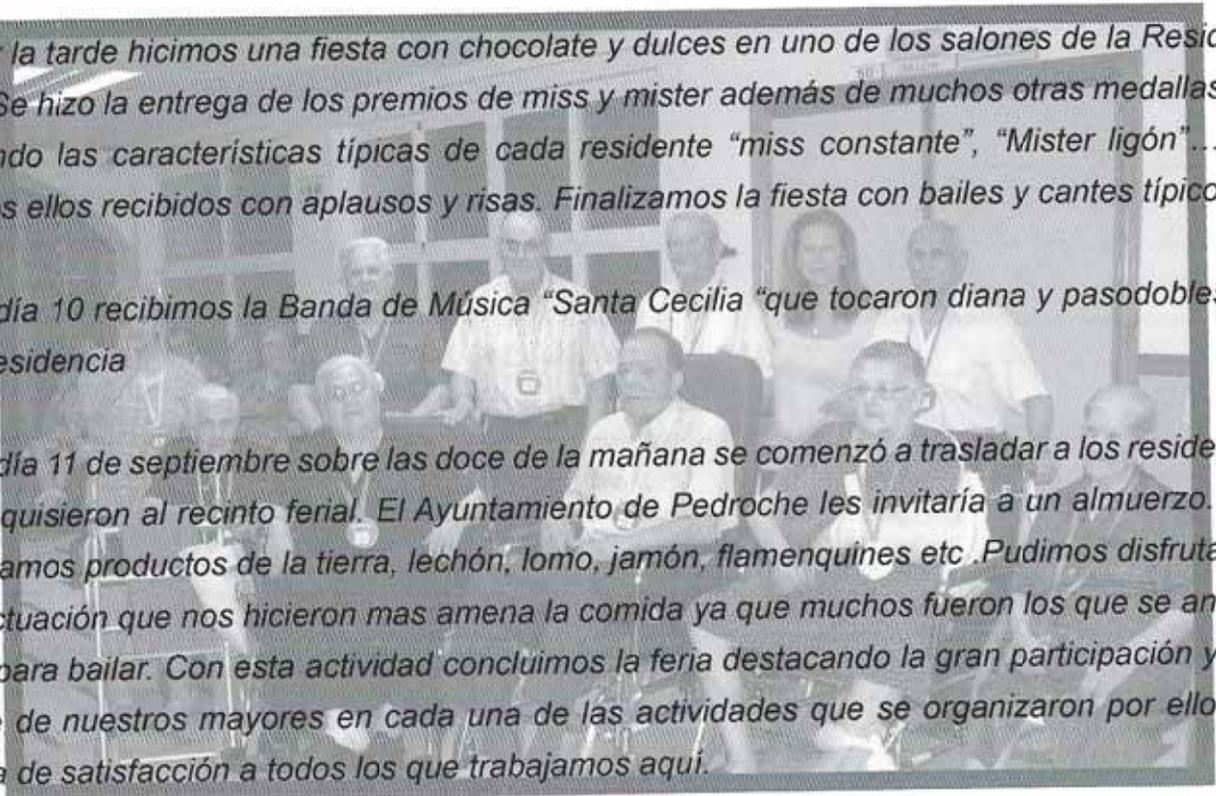
La tarde del 7 de septiembre y la mañana del 8 salieron a la puerta de la Residencia y al parque de enfrente nuestros mayores para ver pasar "los Piostrós", la Virgen y Mayordomos y así disfrutar de este bonito evento.

El día 9 por la mañana nos sorprendieron el grupo de majorettes de Dos Torres con una exhibición de pirámides ,piruetas, saltos...

Por la tarde hicimos una fiesta con chocolate y dulces en uno de los salones de la Residencia. Se hizo la entrega de los premios de miss y mister además de muchas otras medallas reflejando las características típicas de cada residente "miss constante", "Mister ligón"...etc. Todos ellos recibidos con aplausos y risas. Finalizamos la fiesta con bailes y cantes típicos.

El día 10 recibimos la Banda de Música "Santa Cecilia" que tocaron diana y pasodobles en la Residencia

El día 11 de septiembre sobre las doce de la mañana se comenzó a trasladar a los residentes que quisieron al recinto ferial. El Ayuntamiento de Pedroche les invitaría a un almuerzo. Degustamos productos de la tierra, lechón, lomo, jamón, flamenquines etc .Pudimos disfrutar de la actuación que nos hicieron mas amena la comida ya que muchos fueron los que se animaron para bailar. Con esta actividad concluimos la feria destacando la gran participación y disfrute de nuestros mayores en cada una de las actividades que se organizaron por ello nos llena de satisfacción a todos los que trabajamos aquí.



# DÍA MUNDIAL DEL ALZHEIMER

*El día 21 de septiembre es el día señalado para celebrar el Día Mundial del Alzheimer. Por esta razón se llevaron acabo una serie de actividades con el fin de conocer mejor esta enfermedad que afecta ya a más de 600.000 españoles.*

*El día comenzó con una breve introducción dirigida a los residentes, con el fin de que conociesen los aspectos más característicos del Alzheimer (Concepto y sintomatología más comunes).*

*Tras esto se procedió a la realización de una actividad encaminada a la memoria y esterognosia (identificar objetos con el tacto). Para ello se colocaron a cada uno de los participantes una serie de tarjetas con un objeto en concreto que debían de encontrar entre las diversas cajas que estaban repartidas por la sala. Cada una de las cajas llevaba consigo una serie de objetos que se correspondían con las tarjetas anteriormente repartidas; estos estaban cubiertos por bolas de corcho, con el fin de que los participantes los encontraran solamente utilizando su tacto.*

*Una vez cada uno había encontrado su objeto, se les pidió que nombrasen todos los objetos de la misma categoría que conociesen (ej. Ropa: pantalón, camisa...), y para que servían cada uno de ellos.*

*La actividad resultó muy dinámica, los residentes tuvieron la oportunidad de conocer un poquito más esta enfermedad tan cercana a muchos, a la vez pasaban un día diferente y divertido.*



# MI DÍA A DÍA EN LA RESIDENCIA

*Hola a todos, yo soy Ana Grande aunque soy muy bajita. Tengo 83 años y el 24 de Diciembre cumpla los 84. Soy de Villanueva de Córdoba aunque he vivido en Torrecampo. Soy viuda y tengo 3 hijos Justo, María y Francisco. También, tengo dos nietas una que tiene 26 años y que se llama Laura y otra con solo 2 años y se llama Azahara. Mi compañera de habitación es María Carrillo y "no me da ruido ninguno".*

*Llevo viviendo en la Residencia 5 meses y medio y quiero contaros como es mi día a día aquí.*

*Me levanto a las 7.30 las auxiliares me ayudan a lavarme, luego yo me visto y me peino sola. A las 8.30 me bajo al comedor y doy los buenos días a mis compañeros y a las 9.00 me dan el desayuno. A las 10.00 subo al salón de terapia para escuchar la lectura de prensa y enterarme así de lo que pasa en el mundo. A las 11.00 comenzamos con los trabajos: pintamos, hacemos puzzles, juegos de parejas... cada día una cosa diferente. A las 12.30 me bajo a la planta baja para realizar la gimnasia grupal.*

*A las 13.30 entramos de nuevo al comedor, la comida es buena aunque yo todo lo que como es triturado porque no tengo dientes. Y cuando acabo de comer me voy a la habitación a la siesta, eso es algo que no perdono.*

*A las 16.00 me dirijo al salón de terapia para que me den el cafelillo con la fruta o la torta o... hay veces que no puedo comerlos pero yo siempre llevo algún pastelillo en el bolsillo por si la merienda no puedo comerla.*

*Cuando llegan las 17.00 llega la hora de volver a trabajar. Hacemos manualidades, recortamos, pegamos los papeles, jugamos al baloncesto... Si el día esta bueno nos vamos al parque o al gimnasio al aire libre nos subimos en los cacharos y vemos los cochinos. Sobre las 18.30 llegan a buscarme para ir al gimnasio y me dan masajes en el cuello para que se me quiten los dolores. Cuando termino pues me paro a hablar con unas y con otras A las 8.30 cenamos digo cenamos porque en mi mesa hay otros tres compañeros: Francisca y Victoriano que son matrimonio y Antonio. Y a las 9.30 me acuesto porque no me gusta la tele y para estar sin hacer nada pues me acuesto.*

*Me vine a la Residencia porque en mi casa estaba sola y temía caerme al igual que mis hijos. Pedí plaza para entrar en la de Torrecampo pero no había así que me toco venirme a Pedroche. Ahora no me quiero ir de aquí, ya tengo mis amigos y conozco a todos los trabajadores. Estoy contenta y me lo paso bien.*

*Todos os portáis bien conmigo, sois simpáticos y el trato es muy bueno. También quiero decir que si alguno tiene queja de mi que me lo diga que yo se que soy un poco revoltosa.*

*Les mando un saludo a todos mis compañeros, a los trabajadores y a mi familia. A todos ellos un abrazo fuerte.*



## UN RECUERDO PARA LOS QUE NO ESTÁN

*Como ya viene siendo costumbre en esta revista, al finalizar el año, miramos atrás y caemos en la cuenta de que algunos de los que nos acompañaban, ya no están; unos porque les llegó su hora y fallecieron y otros porque se trasladaron. Como es el caso de Cristóbal Rubio, Faustino Serrano, Máximo Rubio, Juan Agatón y Priscila, M<sup>a</sup> Carmen Ripoll y Josefa Fernández; que decidieron volver a sus casas; bien porque ya se habían recuperado de la dolencia que les trajo aquí o bien porque no terminaron de encontrarse a gusto en la Residencia; si bien, los recordamos a todos y cada uno por sus particularidades. Otros, sin embargo, decidieron trasladarse de Centro, para estar más cerca de sus familias; hecho que a todas luces, es lógico; tal es el caso de Rafael Valverde, que se fue a Madrid, donde residen sus hijos, así como Antonio Conde. Josefa Hens, Corpus, Corona Mínguez, Manuel Mínguez y Aurora Correas, se trasladaron a Córdoba; Juani Garrido, Ana Torres y Pilar García, a Pozoblanco; Manuela Ruíz Márquez; a Espiel; María Cañas, a Baena; y Lázara Haro, Juan Sánchez y Faustina Sánchez, a su pueblo natal, Torrecampo.*

*Recordaremos, la bondad y parsimonia que transmitía Andrea Muñoz; que a pesar de sus dimensiones, era conocida por todos por "Andreita". La muerte de José Bustos, cayó como un jarro de agua fría, cuando iba a operarse como tantos de una fractura de cadera; amigo de sus amigos, alguno de los cuales, y con los que en tiempos mejores tomaba algún que otro vino, también nos ha dejado este año, como es el caso de su amigo Juan Márquez, quien seguro que más de una vez pensó "que me quiten lo bailao", quien tenía historias de todo tipo; pero casi siempre con algo de fiesta de por medio; uno de los que iba a veces con él cuando eran jóvenes, era Ramón Ramírez, ya que se dedicaban a lo mismo, que también nos dejó en este año; tras un largo tiempo de sufrimiento y con grandes dificultades para comunicarnos con él.*

*No olvidaremos a los que pasaron mucho tiempo en la Residencia, como Eufemia Sánchez, con su carácter agrio; Juan Illescas, y su dificultad, pero a la vez gracia al comunicarse; o Natividad Nevado, que en los últimos tiempos, fue muy feliz y graciosa. Asimismo, tendremos presente a los que estuvieron con nosotros muy poco tiempo, como Tomasa Gutiérrez, Magdalena Gómez Jurado, Isaac López, Manuel Carrillo, Teófilo Caballero o Francisco Dueñas; tan corta fue su estancia entre nosotros que no nos dio tiempo casi a conocerlos.*

*Recordaremos a Asunción Cárdenas; con su carácter excéntrico y las ganas de volver a pisar su casa. Antonio Madueño; siempre llamando a alguna "¡niña!" y que poco a poco se fue apagando a causa de su enfermedad. Germán Plaza; que siempre tenía alguna historia inverosímil que contar, con la gracia que le caracterizaba. José Sánchez Castro; dócil y amable con todos. Rafael Alonso, que presumió en su mejor época de ser un mujeriego y que se fue apagando poco a poco. Sebastián García, que siempre fue extremadamente bueno y educado con residentes y trabajadores. Ignacio Herrero; que a pesar del tiempo que estuvo con nosotros, pasó bastante desapercibido.*

*Tampoco olvidaremos a Manuel Caballero, cariñosamente conocido por "padre", ya que así solía referirse a él su mujer; y que, como su estatura, era un gran hombre, tierno y sensible. Juan Gutiérrez, solitario, siempre con su sopa de letras y su autodefinido, encontró entre nosotros, la familia que había perdido a lo largo de su vida y la tranquilidad que necesitaba, tras recorrer caminos equivocados. M<sup>a</sup> Jesús Medrán; cuya sutileza y sensibilidad en el habla, contrastaban fuertemente con los arañazos a la hora de la ducha. Francisco Castro; por todos conocido como "Manolito", que nos dejó en poco tiempo. Antonia Moreno, que rápidamente se quedaba sin oxígeno y necesitaba siempre cerca aquella máquina. José Cobos, de quién seguro, todos recordaremos algunas de sus batallas de la guerra.*

*Como no, recordar a nuestro peculiar José Bejarano, que no hacía caso a nuestras recomendaciones y se vio con los morros en el suelo en más de una ocasión. Diego Romero, que se fue tras pasar una larga y dolorosa enfermedad. Manoli Díaz; nuestra niña de la casa, cuya muerte fue de las más sentidas por todos los trabajadores. Ildfonso Molina, quien fuera el presidente de todos los residentes, siempre recto, justo y educado; nos dejó rápidamente tras sufrir varias recaídas.*

*Antes de terminar el año, también nos dejaron, M<sup>a</sup> Josefa Díaz, para quién nosotros éramos cariñosamente sus "zánganos y mariposas"; Manuela Ruíz Jurado, que se encontraba muy débil y poco a poco nos abandonó; o Magdalena Moreno, que la recordaremos por su vocación y sensibilidad hacia los demás y que nos dejó de forma inesperada por todos.*

*Con algunos de ellos hemos compartido mucho tiempo y con otros menos; unos nos han hecho reír y otros llorar; algunos nos han llenado de satisfacción y otros de decepción; pero lo cierto es que durante una parte de sus vidas, hemos sido su familia, sus amigos, sus compañeros; y siempre en este intercambio, queda algo de ellos en nosotros.*

**QUE DIOS LOS TENGA EN PAZ**

# UNA TARDE LIMPIANDO PIMIENTOS

*El pasado 9 de Octubre, y como cada viernes por la tarde, me dirigí a la Residencia para comenzar mi jornada laboral. Los viernes por la tarde desarrollamos en nuestro Centro la actividad de manualidades, pero este iba a ser un viernes bien diferente.*

*Esa semana había llegado a nuestra Residencia un camión lleno de pimientos, y el camión seguro que era "bien grande" a juzgar por la cantidad de cajas de pimientos que ocupaban la cámara frigorífica de la casa.*

*Como era una gran cantidad, a nuestros cocineros no les daba tiempo a limpiar y pelar tantos antes de que se "echaran a perder".*

*Cuando entre a trabajar ese viernes, se me comento la posibilidad de que nuestros residentes ayudaran en esta labor que se estaba desarrollando en la cocina. Y así fue, a las 5 de la tarde bajamos a por varias cajas de pimientos y las subimos al salón de terapia donde desarrollamos la actividad. Los residentes me preguntaban: Aurora, ¿Qué vamos a hacer esta tarde? Y yo les contesté: limpiar pimientos (pues era la verdad). ¿Pimientos? Anda ya que mentirosa, pimientos, contestaba algún residente. Y claro es que la actividad era bastante diferente a lo que hacemos en el día a día.*

*Ayudada por Toñi (Auxiliar de Ayuda a Domicilio) y utilizando las medidas higiénicas oportunas para la ocasión, comenzamos a colocarle los guantes a los residentes que querían participar. Limpiamos y repartimos los cuchillos que se iban a utilizar y distribuimos bolsas de plástico para que fueran echando las pipas. También, en cada mesa había un par de barreños para ir echando los pimientos ya limpios.*

*Y entre pipa y pipa se fue pasando la tarde y aquello cundía, pues en varias ocasiones tuvimos que bajar a recargar las cajas de pimientos.*

*Fueron muchos los familiares que se acercaban a las mesas para ver que hacían sus mayores y se quedaban admirados de la labor que estaban desarrollando y lo bien que lo estaban haciendo. También, alguna de las auxiliares que pasaban por el salón los animaban para que continuaran con el trabajo.*

*Sobre las 7 de la tarde, termino la actividad y...sorpresa, ¡como habíamos dejado el salón! estaba todo lleno de pepitas: las mesas, las sillas, el suelo... y ¡a limpiar!. Entre todos recogimos y lo ordenamos todos y "allí no había pasado nada", aunque era difícil de disimular que no había pasado nada porque el olor a pimienta que había quedado...*

*La actividad fue muy positiva para nuestros mayores pues desarrollaron destrezas manuales, trabajaron el recuerdo, la capacidad de organización, etc... A la vez que nos demostraron que son unos grandes colaboradores. Gracias a todos por aquella tarde inolvidable llena de carreras, risas y buen ambiente.*

**Aurora Ruiz Cano**  
**Educadora Social**



# GIMNASIO AL AIRE LIBRE

*La actividad física cada día tiene un papel más relevante en nuestras vidas. Con la edad las capacidades físicas se ven mermadas en mayor o en menor medida y la realización de un ejercicio moderado diario nos proporciona una serie de beneficios, los cuales nos ayudaran a desenvolvernos mejor en nuestra vida diaria.*

*Conocedores de estas ventajas este año hemos realizado diversas actividades en el gimnasio, con el fin de promover el ejercicio físico entre todos los residentes.*

*El gimnasio se encuentra en un espacio al aire libre y consta de diversos aparatos; cada uno de estos está diseñado para trabajar un grupo muscular específico. Con el objeto de hacer uso del mismo hemos realizado una serie de ejercicios, rotando por cada uno de ellos, así todos nuestros músculos habrán trabajado correctamente.*

*Otra de las actividades a la que debemos referirnos es el juego de la petanca, el cual tiene bastantes adeptos entre nuestros residentes. Al contar con suelo de arena nos ha sido fácil elaborar un terreno que se adecue a las características de este juego. La petanca ha tenido una buena respuesta entre los participantes.*

*Los ejercicios de psicomotricidad han formado una parte importante de esta actividad. Se han realizado ejercicios de coordinación oculo-manual, conocimiento de diversas partes del cuerpo, reconocimiento de colores y formas...*

*Por último no debemos olvidar que nuestra mente también debe ejercitarse y para ello se han realizado ejercicios de estimulación cognitiva. Algunos de estos consistieron en recordar refranes, adivinanzas, poemas y canciones populares.*

*El gimnasio al aire libre ha tenido gran acogida entre los residentes; además de trabajar han podido disfrutar de la tranquilidad del espacio, y como no, divertirse con todos los demás compañeros.*

# DESDE EL AGRADECIMIENTO

*Desde nuestra niñez vemos siempre a nuestros padres como una constante en nuestras vidas, una constante a la que no ponemos cambios, ni el paso del tiempo. Un tiempo inexorable que día a día y casi sin darnos cuenta, nos hace dejar atrás etapas de nuestra vida, etapas de las existencias de los que, como nosotros, comparten nuestro tiempo. Etapas también de la vida de nuestros padres, que irremediamente y con el transcurrir de los años, se adentran en esa fase de la vida que hoy llamamos "la tercera edad".*

*Pero la tercera edad también puede ser bella, ser plena, ser feliz.*

*Bella porque la perspectiva de los años, transcurridos les hace ver la vida con tranquilidad, apreciando cada cosa, cada acontecimiento, cada gesto.*

*Plena porque con la tranquilidad del trabajo realizado y disponiendo de su tiempo, pueden enzarzarse en largas conversaciones, unas sobre recuerdos, otras repasando cómo hacer aquellas cosas, la mayoría en desuso, que se hacían cuando eran jóvenes y otras para enseñar a los más jóvenes con un cúmulo de sus acontecimientos, los cuales en mí siempre provocan sorpresa, admiración y respeto.*

*Respeto e interés que siempre sentí en los años de mi niñez, mi adolescencia y en mi madurez, por las conversaciones y charlas entre los mayores de mi entorno, prestando siempre atención a los relatos de sus experiencias, de sus usos y costumbres, a la vez que intentaba empaparme de su sabiduría, un conocimiento transmitido de generación en generación, enriquecido con el aporte de cada uno y que en mí, palabra a palabra, engrosaban, como moneda de oro, el tesoro del conocimiento, que es la mayor riqueza del ser humano.*

*Feliz, porque una vez superadas las pasiones de los años jóvenes que distorsionan nuestras percepciones, pueden apreciar cada gesto de cariño, cada palabra amable, sin buscar en ellas otra cosa que el simple gozo del amor filial.*

*Pero la cruda realidad se impone, y también esta etapa de la vida que llamamos "la tercera edad" tiene su deterioro, sus dolosas, sus enfermedades, y, si la vida se prolonga lo suficiente, la dependencia de los demás para resolver los pequeños problemas de cada día.*

*Un día a día, en el que la persona mayor dependiente, necesita además de cuidados y amos, la atención de profesionales que sepan como mantener activos sus músculos y articulaciones, muy castigados por la edad, que sepan como entretenerlos en las largas horas de inactividad, que le presten la atención sanitaria para darles una calidad de vida digna. Unos profesionales que sepan cual es la alimentación adecuada a sus enfermedades, que sepan, con técnicas de psicología, mantenerlos en la realidad sin que se pierdan en el laberinto de sus mentes.*

*En estos casos, es cuando las familias, sintiendo un profundo amor por sus mayores, vuelven la vista hacia los lugares donde se encuentran esos profesionales, que pueden aportar a la vida de los mayores dependientes esos cuidados que necesitan.*

*Buscando esos cuidados que necesitaban nuestros mayores, descubrimos hace ya dos años y medio esta asociación, una organización que nos acogió con diligencia por la pronta resolución de nuestra solicitud. Una organización que tuvo la delicadeza de respetar los sentimientos que se producen en una situación como ésta. Una organización donde descubrimos a esos profesionales que nosotros buscábamos.*

*Hoy con la perspectiva que nos da el transcurso del tiempo y las experiencias vividas juntos, donde recibimos en todo momento el apoyo que los acontecimientos exigían, podemos decir que en esta organización no solo están esos profesionales, si no también un gran grupo humano. Un maravilloso grupo formado por los residentes y los trabajadores de esta casa, de los que me siento amigo y cuentan con mi más absoluta confianza.*

*Gracias por ser como sois.*

**Familiar de Manuela López**

# REFRANES Y ADIVINANZAS

1. *Fui al mar e hice una casa  
sin azar y sin azajón  
y sin ayuda de varón.*

**Ana Arévalo**

2. *De pechos en ti me echo  
te meto los achácales  
si no me meneas el culo  
acabaremos más tarde.*

**Magdalena García**

3. *Justo, Justillo. Gusto de una mujer  
por un pedazo de carne  
entra carne sin cocer.*

**Teresa Nevado**

4. *Hembra fue mi nacimiento  
varón fue mi mocedad  
y ahora que he llegado a vieja  
hembra me he vuelto a quedar.*

**Josefina Cano**

5. *Verde en el campo  
negro en la plata  
y colorado en mi casa*

**Josefina Cano**

6. *Un niño muy regordete  
a su madre se la mete*

**Josefina Cano**

7. *Lo entré zumbando  
y lo saqué chorreando*

**Teresa Nevado**

8. *Por un callejón oscuro  
llena de mil aparatos  
la muerte lleva consigo  
la muerte la lleva en brazos.*

**Luisa Osuna**

9. *Tan grande como un anillo  
y trescientos mil chiquillos.*

**Juan Lorenzo**

10. *La camisa dentro  
y el cuerpo fuera.*

**Magdalena Moreno**

# CANCIONES DE CORRO

## CANCIONES DE CORRO

*El día que tú naciste  
nacieron las flores blancas  
y por eso te pusieron  
María de Piedrasantas.*

*A la mar como es grande  
se van los ríos  
y detrás de tus ojos  
se van los míos.*

*Tonta tu tonta tu madre  
tonta tu abuela y tu tía  
como quieres que te quiera  
si eres de la tontería.*

*A la mar como es grande  
se van los ríos  
y detrás de tus ojos  
se van los míos.*

Isabel Díaz

## CANCIONES DE CORRO

*Ver allí por donde viene  
el que a mi me despreció  
el mundo da muchas vueltas  
y ahora lo desprecio yo.*

*¡Ay! que te lo he visto, ¡ay! que te lo vi  
por un agujero que tenía el mandil  
que tenía el mandil que tenía el mandil  
¡ay! que te lo he visto, ¡ay! que te lo vi.*

*Anda diciendo tu madre  
que yo contigo no igualo  
adinerado no lo se  
pero a sinvergüenza te gano.*

*¡Ay! que te lo he visto, ¡ay! que te lo vi  
por un agujero que tenía el mandil  
que tenía el mandil que tenía el mandil  
¡ay! que te lo he visto, ¡ay! que te lo vi.*

Isabel Díaz

# POESÍAS

## ANDALUCÍA LIBRE

*Andalucía libre, decir tu nombre me llega  
hasta la boca*

*Nunca en mi vida cansada de Andalucía,*

*Digo lejos de ti siempre fue dura*

*Además creyéndome el sueño que me  
toca.*

*Luego tu nombre y un nudo como roca*

*Uncido me baja al corazón y tu medida,*

*Cuando volviéndome mi alma a tu hermo-  
sura*

*I del amor maternal que me provoca*

*Ay, tu eres mi columna y mi lumbrera.*

*Luego era tu amor lo que siempre aparecía*

*Intrigada a tus hijos siempre entera*

*Bien lejos de ti mi lama entristecía*

*Repitiéndose que cada alba volvieras*

*En todo y siempre la madre más bella, An-  
dalucía.*

**Manuel Pablo**

## A NUESTRA RESIDENCIA DE MAYORES

*En el Valle de Los Pedroches*

*una residencia se creó*

*que le llaman "El Salvador".*

*La envidia de Andalucía*

*por sus famosos residentes*

*que humildes y sonrientes*

*con buen humor van.*

*Y gracias a sus cuidadoras*

*que con esa vocación tan especial*

*trabajan todas estas señoras.*

**Victoriano Fernández**

# POESÍAS

## **DÉCADA DE LOS 30 Y LOS 40**

*Quiero felicitar a todos los pedrocheños  
por sus garbanzos blandos y sabrosos  
lo mejor del mundo entero.*

*Con sus famosos piostros a los que aman  
a su patrona la Virgen de Piedrasantas  
piden salud para que otro año vuelvan.*

*Y a sus buenos gañanes, por los rejacos derechos  
esos espejos que por los caminos ponían  
para que los transeúntes se miraran en ellos.*

*Con sus buenas hoces que a la carillana segaban  
surco arriba surco abajo  
hasta que la noche llegaba.*

*En el camino discutían  
quién era el que más segaba  
porque más espigas se dejaban.*

*Con sus diez pesetas que ganaban a la casa llegaban  
para comprar a sus mujeres la comida para el otro día  
que para el almuerzo y la comida tenían  
pero para la cena no sabemos si habría.*

*Terminada la cosecha los pedrocheños pensaban  
en las bellotas que venían  
que había un refrán que decía*

*"Que hasta el cura las cogía, las bellotas de la encina".*

*Cuando por Cañavincuema salían  
y hasta la Virgen de Luna trasponían  
todo el día lloviendo a Pedroche volvían  
con una carguita de bellotas*

*al llegar al pueblo la Guardia Civil los detenía.*

*Unos se escapaban por un lado  
y a otros los cogían  
y aquellas bellotas  
a un corralón venían.*

*Y aquí se acabó la historia:*

*"En Pedroche no hagas noche  
y si la haces debajo de un coche"  
Yo la primera que pasé la pase muy  
mal*

*porque me emborraché.*

**Victoriano Fernández.**

# POESÍAS

## QUEDÓ

*Quedó un suspiro en el aire,  
quedó una triste sonrisa,  
quedo un gemido que fue  
arrastrado por la brisa.*

*Quedó una distancia oculta  
separando nuestros mundos,  
quedó un corazón latiendo  
y deseando estar juntos.*

*Quedó una esperanza muerta  
quedó un deseo apagado  
quedó un intento de amor  
que ahora yace olvidado.*

*Quedó un alma solitaria  
tras de mi haberte alejado  
una triste despedida  
dirigida a un ser amado.*

**Josefina Cano**

## ES MI MAR DE TIERRA OSCURA.

*Donde el pino trepa esbelto  
contrasta el color del huerto  
en la cebada madura.*

*Oleaje de bravura  
de poetas andariegos.*

*Crece el amor con sus riegos  
y son sus aguas caminos  
donde navega el destino.*

*Cultural de los obreros  
obrerros sin sembradores  
hombres de luz, y progreso  
que obra al mundo otros albores  
sembradores de esperanzas  
a los que han de romper lanzas  
apareciendo paz y amores  
ese es mi mar fuente pura  
manantial de las culturas  
del pueblo y sus luchadores.*

**Manuel Pablo**

# POESÍAS

## LA LOBA

*Estando yo en mi cachoza  
pintándole a mis calladas  
las cabrillas altas iban  
y la luna rebajada,  
vi asomar a siete lobos  
por una oscura cañada.  
Venían echando a suertes,  
a ver, a cual, le tocaba.  
Le tocó a una pobre loba  
tuerta, coja y manca.  
A las tres vueltas que dio  
sacó una borrega blanca  
que tenía los colmillos  
como puntas de navajas.  
Tres vueltas le dio a la red,  
pobre borrega blanca  
hija de la oveja churra  
nieta de la colorada,  
la que tenían guardada  
para el domingo de Pascua.*

*Allá van mis siete cahorros  
y mi pena sevillana  
a correr la loba parda.  
Si me cogéis la loba  
comeréis leche sopada  
y si no me la cogéis  
cobraréis de mi callada.*

*Al llegar a un cotorrito  
la loba iba cansada,  
tomad, perros la borrega  
sana y blanca como estaba.  
No queremos tu borrega  
que puede estar reventada  
lo que queremos es tu piel  
para el pastor una zamarra,  
de tus uñas las agujas  
para coser la zamarra  
y de tus ojos, espejos  
para mirarnos a la cara.  
De tus patas dos garrotes  
para guiar a las cabras  
y de tu cabeza un cenacho  
para meter las cucharas...*

**Francisca Rísquez Benítez**

# POESÍAS

## SONETO ASÉPTICO

*Me pides que un soneto te dedique,  
sin más que tu capricho y albedrío,  
y en estas altas condiciones no me fio,  
del ente que mi ingenio me alambique.*

*Y no es que este caso signifique  
abulia, menosprecio o desvarío,  
pero es que me conozco y no me fio,  
que el asunto después no se complique.*

*¿Puede caso elevarse alguna obra,  
sin haber excavado los cimientos  
o empezando, si quieres por el techo?*

*¿No ves mujer, como razón me sobra?  
Mas, mira, sin tocar los sentimientos  
ya tienes tu soneto todo hecho.*

**Manuel Pablo**

# CURIOSIDADES

## LA PETANCA

Este deporte lleva practicándose desde hace más de 20 siglos y, hoy en día, su popularidad se ha asentado en los cinco continentes. Siempre se ha caracterizado por ser un juego bastante tranquilo y le ha acompañado la ventaja de que puede practicarse casi en cualquier terreno de arena.

### EL REGLAMENTO

#### Normas generales

Uno de los dos contrincantes, elegido mediante un sorteo, selecciona el punto de partida, un círculo de 35-50 centímetros de diámetro desde donde se arrojarán las bolas. El jugador lanza desde dentro de esta zona, y debe alcanzar una distancia de 6 a 10 metros.

#### Cómo es el juego

Se lanzan las bolas a un boliche desde una posición fija. Hay partidas individuales, de parejas y triples. Cada participante juega tres o cuatro bolas en individuales, tres en parejas y dos en triplets. Los jugadores se turnan en el lanzamiento desde el círculo, del que no podrán salir para tirar.

#### Puntuación y medición

Una vez lanzadas todas las bolas, las de un jugador o un equipo que estén más cerca del boliche que las contrarias ganan un punto. Se mide la distancia entre las bolas y el boliche con una varilla metálica (baguette), pudiendo apartar los obstáculos, y vence quien primero sume 13 puntos.

### Cómo se juegan las bolas

Las bolas se pueden enviar tanto volando como rodando por el suelo. Hay dos maneras de lanzarlas: una es tirar la bola con cuidado, tratando de acercarse lo máximo posible al boliche, y otra es lanzar la bola con cierta fuerza para golpear la contraria y apartarla.

### Aspectos de la disciplina

Ningún jugador podrá ausentarse de la partida ni abandonar el terreno de juego sin la autorización del árbitro. Los participantes deberán estar presentes tanto en el sorteo para empezar el juego como en la proclamación de los resultados del mismo.



BOLA



BOLICHE



Preparación



Muñeca girando, cuerpo flexionado.



Brazo estirado



Retorno del cuerpo giro de muñeca.



Lanzamiento de la bola.

# PASATIEMPOS

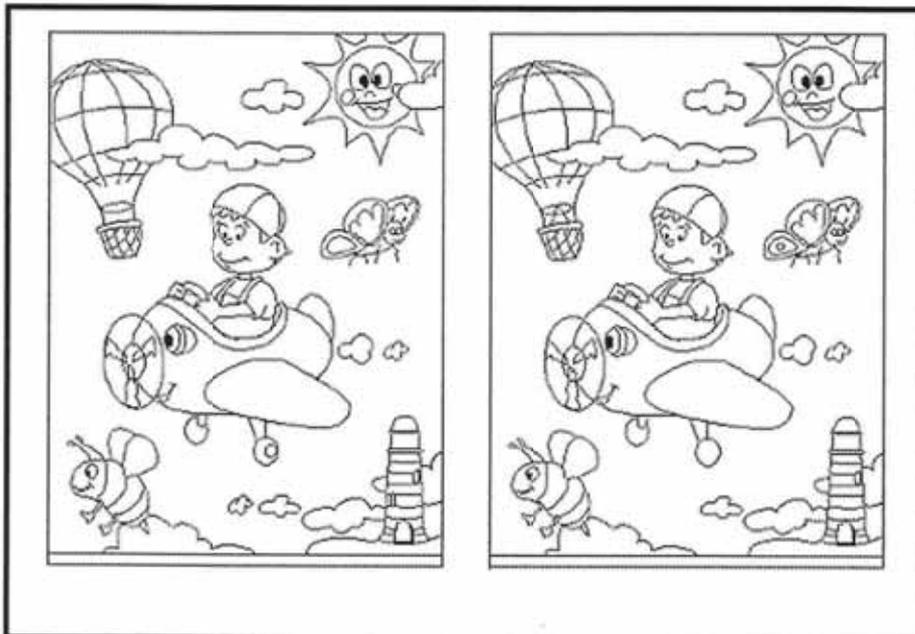
## SOPA DE LETRAS

L	I	S	X	V	P	E	M	M	E	CABALLO
Z	D	H	H	I	P	S	T	Q	R	CAVA
E	J	K	S	T	C	A	V	A	M	ENCINA
Z	L	K	W	C	X	L	V	Y	I	ERMITA
Ñ	D	H	A	A	S	V	W	Ñ	T	GARROTA
Q	V	F	X	B	M	A	T	P	A	PIOSTROS
C	N	E	L	A	W	D	D	I	O	SALVADOR
Ñ	V	N	Ñ	L	E	O	Y	O	X	TORRE
T	I	C	L	L	Q	R	E	S	F	
Y	Y	I	K	O	T	A	F	T	S	
Q	U	N	D	M	O	Y	T	R	D	
Q	P	A	O	O	R	P	W	O	F	
G	T	H	D	S	R	X	I	S	G	
F	S	L	F	X	E	Ñ	B	Q	K	
Y	A	N	G	A	R	R	O	T	A	

## COMPLETA LOS SIGUIENTES REFRANES

- |                        |                        |
|------------------------|------------------------|
| 1. Haz el bien...      | a. sale caro.          |
| 2. En Abril...         | b. teta que no mama.   |
| 3. Quien no corre...   | c. a la cazuela.       |
| 4. Lo barato...        | d. y no mires a quien. |
| 5. Gato con guantes... | e. no caza.            |
| 6. Oveja que bala...   | f. vuela.              |
| 7. Ave que no vuela    | g. encuentra           |
| 8. Quien guarda...     | h. aguas mil           |

## ENCUENTRA LAS 7 DIFERENCIAS



# CUENTO DE NOCHEBUENA

*Dos humildes pastores un día de Nochebuena, nevando y pasando frío hasta que la noche llega. Cuando cierran su rebaño hacen su buena candela y el Mayoral le al zagalillo:*

- "Niño, esta noche vamos a hacer una cena especial"

*El zagalillo, ve al Mayoral con un tornillo para hacer un gazpacho que "no se saltaba un galgo". Cuando el gazpacho esta hecho le echa un pan de sopas y cuando echa la última le dice al zagalillo:*

- "Niño, ¿a ti te gusta el pan bien esponjado?"

*Le dice el niño:*

- "Sí, señor".

*Y el Mayoral a la última sopa que echo cogió la cuchara y se puso a comer. Y cuando el niño vio que las sopas iban para abajo le dice al Mayoral:*

- "Mayoral, que a mi me gustan también sin esponjar".

**Victoriano Fernández**



# SOLUCIONES

## SOPA DE LETRAS



CABALLO  
CAVA  
ENCINA  
ERMITA  
GARROTA  
PIOSTROS  
SALVADOR  
TORRE

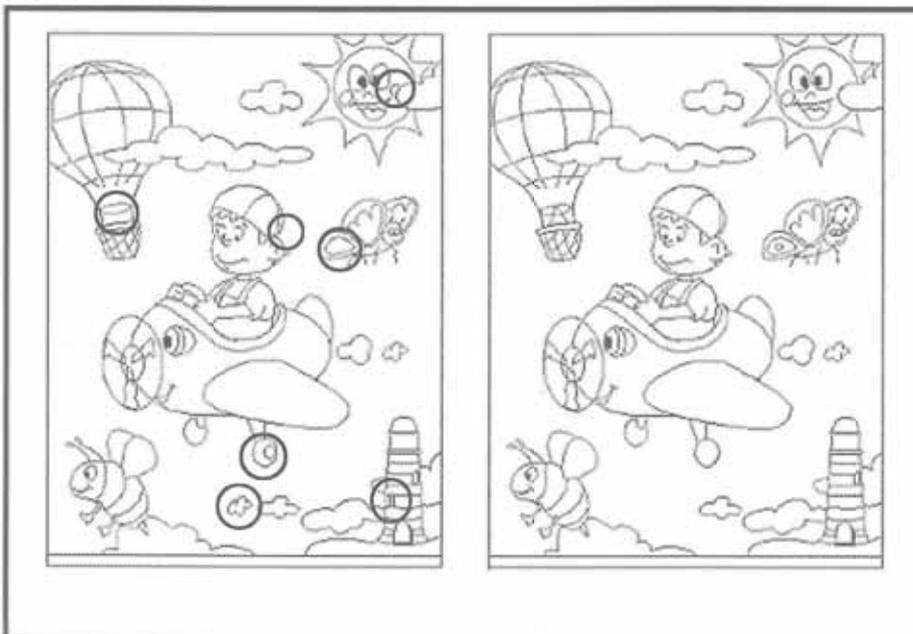
## SOLUCIÓN REFRANES

1-d; 2-h; 3-f; 4-a; 5-e; 6-b; 7-c;

## ADIVINANZAS

1. La golondrina
2. El caldero del pozo
3. El anillo
4. La encina
5. El carbón
6. El cerrojo
7. El caldero del pozo
8. La escopeta
9. El hormiguero
10. El cuello de la camisa

## ENCUENTRA LAS 7 DIFERENCIAS



# UNA PEQUEÑA REFLEXIÓN

*Cuando hace dos años termine la carrera no pensé que mi primera experiencia profesional fuera en geriatría ni que ésta fuera a ser tan gratificante para mí.*

*El prejuicio de frialdad me invadía, nada más lejos de la realidad pero al acercarme aquí pude comprobar las necesidades de afecto y cariño, lo mucho que valoran y agradecen actos tan insignificantes para nosotros como un reposar la mano sobre sus hombros cuando hablas.*

*Ellos te hacen ver que ciego es aquel que no quiere ver o sordo el que no quiere oír y que dentro o fuera de esas historias de su pasado reales o solo un espejismo, nos muestran esa larga trayectoria que han tenido que recorrer hasta llegar a donde están hoy. ¿Y donde están? ¿Se merecen algo más? ¿Las respetamos realmente y las tenemos en consideración como nos gustaría?*

*En definitiva quiero decir que habría que reflexionar un poco sobre estas cuestiones porque no todo en su vida es felicidad y entusiasmo.*

*Por mi parte solo me queda agradecerles los valores que nos transmiten y que nos hacen crecer como personas.*

*Muchas gracias*

**M<sup>a</sup> José Márquez Alcaide**  
Enfermera



# TIEMPOS DIFÍCILES

*Asistimos a un proceso de cambio que está afectando a la totalidad de todos los sistemas social, económico, político y cultural. En la empresa, en la familia hasta en el amor; ha terminado con el predominio de las reglas y las disciplinas.*

*Vivimos en tiempos de temor, temor de padres a hijos y de maestros a discípulos, de los intelectuales a la verdad, de los políticos a los votantes. Podríamos buscar o añadir mas temores pero creo que estos ya sintetizan demasiado bien el fenómeno general de desanimo, de desaliento, fenómeno altamente agresivo que estamos viviendo.*

*Desde una ingenua conciencia del bienestar reinante en estas últimas décadas, se ha pasado dramáticamente a la grave situación que atravesamos actualmente y trastoca el equilibrio anterior y que difícilmente nos deja entrever el futuro, futuro incierto que aún queda por definir.*

*Si los años anteriores de derroche y de bonanza fueron un espejismo, ¿Que hacer con el desierto que nos cerca? ¿Que ha ocurrido? ¿Cómo hemos llegado a esto?*

*A la creciente complejidad del mundo y los sistemas políticos hay que sumar la sensación de ir a la deriva al no contar con medios capaces de orientar el proceso. Por tanto frente a esta posición de incertidumbre urge construir nuevos conceptos que nos den una visión clara de la época con sus tensiones, contradicciones y sobre todo con sus esperanzas.*

*Hay muchos precedentes a esta crisis. La crisis de 1929 dio origen a un nuevo orden social con ideas nuevas sobre la justicia, los derechos laborales y el sentido de la igualdad y aunque la historia nunca se repite ya en tiempos de Séneca y de los griegos hay escritos respecto a la apatía de la sociedad, la falta de piedad, de compasión y solidaridad.*

*Pero ¿Que generación, en algún momento no ha creído vivir tiempos difíciles?*

*Nosotros quizás creamos que tal década o tal generación vivieron tiempo plácidos y de bienestar pero si lo comparamos las generaciones actuales con quienes vivieron la guerra civil con sus consecuencias de las que no terminamos somos unos afortunados, a pesar de los muchos problemas derivados de una democracia llegada de repente como caída del cielo, que regeneró y trasformó el país. No lo destruyamos ahora.*

*¿Que podría ayudarnos? para conseguir algo valioso hay que trabajar y esforzarse, un cambio no se puede hacer de la noche a la mañana, es lento por definición.*

*En este nuestro país cada uno va a lo suyo, sin un sentido de nación, sin una meta ética y colectiva, con "divide y vencerás" y de esas divisiones hay muy malos precedentes en la historia de esta nuestra España.*

*Los labradores que siempre tienen mucho que enseñar nos dicen: "se recoge solo lo que se siembra"*

# TIEMPOS DIFÍCILES

*El mundo de las tradiciones es ya un mero recuerdo de museo, una sombra de algo que ya no existe.*

*Aprendamos de nuestros mayores, de "nuestros abuelos"; personalidades intensas, nunca irracionales, que jamás renunciaron a proyectos ambiciosos y hasta temerarios, donde el afán de superación se enfrentaba a la fatalidad del destino, negándose a aceptar los límites impuestos por la biología, por la cuna o por el azar.*

*El mundo y nuestro país, no está sino comenzando; así que no hay que ser profetas del final, sino trabajadores serenos y conscientes de un nuevo camino a la altura de nuestras posibilidades; sin pasiones pues las pasiones anhelan demasiado y, o no se realizan o se cumplen solo a medias.*

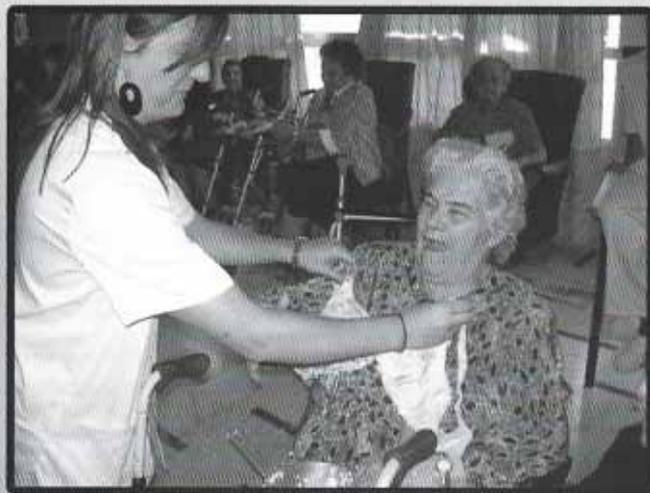
*Para realizar estos sueños y buenos deseos construyamos una nación libre y con iniciativa individual. Cambiemos, cambiemos cosas que a veces no viene mal. Hagamos una apuesta radical por la educación, por los valores humanos sin ocultarnos tras la máscara de los intereses; construyamos un mundo sostenible, justo y tolerante. Dios no juega a los dados con el universo, al final aparece lo trascendente.*

**Carmen Conde.**

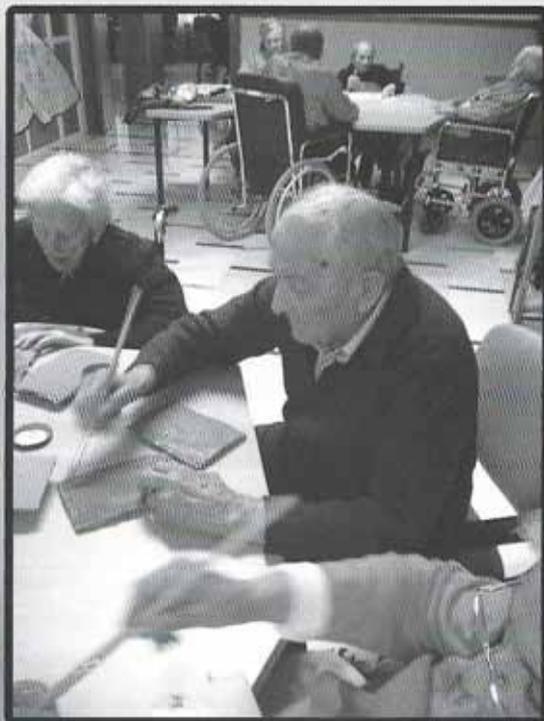
# Momentos Inolvidables...



# Momentos Inolvidables...



# Momentos Inolvidables...



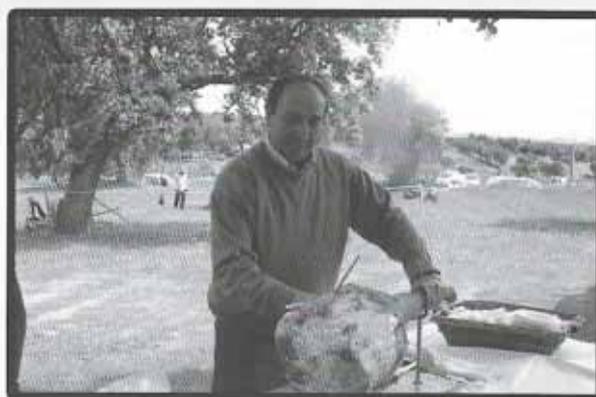
# Momentos Inolvidables...



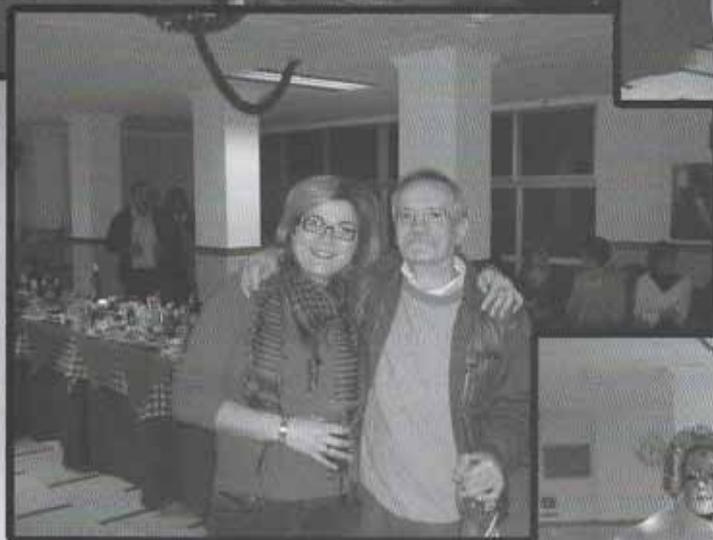
# Momentos Inolvidables...



# Momentos Inolvidables...



# Momentos Inolvidables...



# Cartas de Agradecimiento de Familiares

*Familia Medrán Caballero  
Dos Torres (Córdoba)*

*A la Residencia de Tercera Edad  
"El Salvador" de Pedroche*

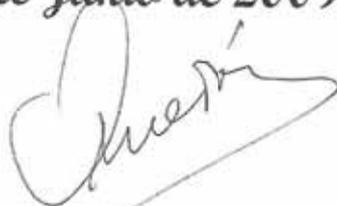
*Los hermanos de  
M<sup>a</sup> Jesús Medrán Caballero*

*Claudia, Fernando, Reyes, José y Antonio.*

*Y los sobrinos de la misma.*

*Expresan su agradecimiento por el trato dispensado  
a nuestra hermana y tía de parte del Equipo Sanitario,  
Administrativo y Personal Laboral durante su estancia  
en esa Entidad.*

*Dos Torres 6 de Junio de 2009*



# Cartas de Agradecimiento de Familiares

RESIDENCIA DE MAYORES EL SALVADOR

C/ Fuente Cava

PEDROCHE

Pozoblanco, 17 de marzo de 2009

Familia de MAGDALENA GOMEZ JURADO,

Mediante la presente queremos hacerles llegar esta carta de agradecimiento por el trato que ha recibido mi abuela durante sus cortos días de estancia en esa residencia.

Queremos que se haga extensivo este escrito al equipo humano de auxiliares y enfermeras, así como al servicio de recepción, lavandería y demás servicios anexos, pero en especial a la Srta. Ana Reyes por el exquisito trato y dedicación ofrecido por su persona en todo momento durante estos días.



Fdo.: M<sup>a</sup> Inmaculada Reyes Cuadrado

