



# **NUESTRA HUELLA**

**ENERO - JUNIO 2016**

**RESIDENCIA DE MAYORES  
ALTOS DE JONTOYA**

## INDICE

RESUMEN DE LA NAVIDAD.....	3
SAN ANTON.....	5
CARNAVALES.....	6
DIA DE LA MUJER.....	8
MUJERES CON HISTORIA.....	11
SALIDA AL CASTILLO SANTA CATALINA .....	14
LEYENDA DE LAS TRES MORILLAS.....	16
SALIDA A LEVASA.....	18
ARTICULOS DE FUTBOL .....	20
SALIDA A LA FERIA DE LOS PUEBLOS .....	22
EXPOSICION DE FOTOS "LA OTRA MIRADA DE LA DEPENDENCIA" .....	24
DIA DE SENDERISMO EN DESPEÑAPERROS .....	27
DIA DE PLAYA EN TORREMOLINOS.....	29
NUESTRO PUEBLOS IBROS .....	32
ENTREVISTA AURORA DE SERVICIOS VARIOS.....	34
MITOS .....	36
CHISTES Y ADIVINANZAS.....	37
COLABORADORES.....	40

## RESUMEN DE LA NAVIDAD.

En nuestra residencia celebramos la navidad como una fiesta bastante grande e importante, ya que supone unas fechas de encuentro entre amigos y familiares.

Este año nuestros mayores han llevado a cabo grandes actividades, en las cuales se han involucrado en los preparativos navideños con todas sus ganas, y es que les encanta!!!!!!

Han sido unas navidades llenas de actuaciones, baile, magia, grandes comidas y sobre todo el tan esperado teatro de nuestros abuelos que nos contagian de ilusión y sorpresa.





Mil gracias  
por estas  
maravillosas  
navidades en  
familia



## SAN ANTON

El día de San Anton se celebró el 17 de enero pero en nuestra



residencia se tuvo que suspender una semana por culpa de las lluvias.

Se celebró un fin de semana y fue fantástico gracias a nuestro equipo de mantenimiento que hizo posible pasar este gran día

formando esa gran luminata.

Todos los residentes nos sentamos alrededor de la lumbre y comimos rosetas que gracias a las cocineras estaban buenísimas. Pasamos una tarde



fantástica y muy agradable.



## CARNAVALES

Como un año más en nuestra residencia hemos celebrado la fiesta de los carnavales junto a los trabajadores y familias que nos acompañaban.

Este año el disfraz elegido ha sido de enfermer@s y medic@s todos hechos por los residentes con mucho entusiasmo. Pasamos una gran mañana y tarde con bonitas actuaciones y hasta chirigota incluida!! Pero sobre todo



pasamos un día de diversión, música y disfraces.

Estamos deseando que llegue el próximo carnaval para saber con qué disfraz nos sorprenderán.



## DIA DE LA MUJER

El día 8 de marzo se celebra el día internacional de la mujer, por eso



en la residencia se han realizado las "primeras jornadas del día de la mujer" del día 6 al 8 hemos tenido diversas actividades como convivencia con niños con suelta de globos y payasos,

charlas y conferencias con mujeres importantes. Lengina (asociación mujeres

discapacidad luna)

M<sup>a</sup> Carmen Caballero (asociación flor de espliego) y Natividad Redondo (parlamentaria).





Además de un coloquio interno de trabajadoras y "abuelas" de la residencia contando sus experiencias.

Todo estaba muy bonito, un decorado en recepción con

flores al fondo para poder hacerse fotos. Se entregaron a los trabajadores unos corazones de goma eva hechos en el taller ocupacional y también hicimos unas mariposas de cartulina y chupachusps que quedaron muy graciosos.

El día 8 tuvimos comida especial para finalizar las jornadas. Ha sido una cosa nueva y muy interesante.



Flor Peña.



## MUJERES CON HISTORIA

Desde nuestra residencia queremos rendir un tributo a la mujer. Vamos a conocer mujeres con historia, desde políticas hasta científica



Cleopatra VII, reina: Cleopatra Filopator Nea Thea (69-30 a. C.) heredó de su padre el trono de Egipto. Sus amores con Julio César y Marco Antonio la convirtieron en una de las soberanas con más poder de la antigüedad

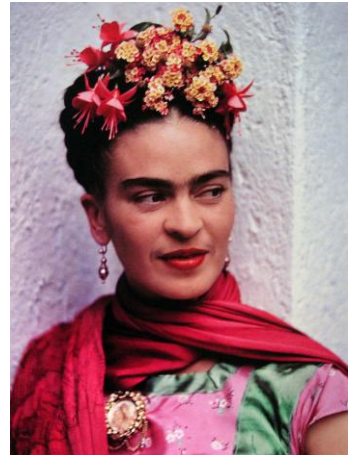
Juana de Arco, heroína: El combatiente francés (1412-1431) asumió el mando del ejército real galo en varias batallas durante el reinado de Carlos VII. El papa Benedicto XV la nombró santa en 1920. Murió en la hoguera por herejía





Maria Curie, científica: Maria Sklodowska (1867-1934) tomó el apellido de su marido, Pierre Curie. Por su nación de origen, Polonia, dio nombre a un elemento químico. Pionera en el estudio de la radiactividad, obtuvo dos premios Nobel.

Frida Kahlo, pintora: Un accidente que la obligó a llevar corsé hizo que esta mexicana (1907-1954) se iniciara en la pintura, trabajo por el cual conoció al que fue su marido, Diego Rivera. Pintó sobre todo autorretratos de tinte surrealista.



Teresa de Calcuta, misionera: Gonxha Agnes (1910-1997) fundó la congregación Misioneras de la Caridad para ayudar a los pobres. Dos años después de su muerte, Juan Pablo II abrió la causa de su canonización. Recibió el Nobel de la Paz en 1979.



Evita Perón, política: Marcada por una niñez en el campo e hija no reconocida, Eva (1919-1952) trabajó como actriz, modelo y locutora y se casó con el presidente argentino Perón. Luchó por los derechos de los trabajadores y de la mujer.



## SALIDA AL CASTILLO SANTA CATALINA

El castillo de Santa Catalina es una antigua construcción defensiva de acabado cristiano-medieval, que corona el cerro del mismo nombre, en una estribación de la Sierra de Jabalcuz a



820 m de altitud, desde la cual se divisa toda la ciudad de Jaén, los olivares y las montañas circundantes de la zona. El nombre le viene dado por la capilla que se construiría en el castillo tras su conquista. La capilla de Santa Catalina de Alejandría es de estilo gótico, y fue construida entre los siglos XIII y XIV.

En la visita al castillo nos lo pasamos genial, aunque fue un día con muchísimo frío pero aun así disfrutamos mucho del castillo y sus impresionantes vistas. Pasamos una mañana llena de historias ocurridas hace muchos años, nos acompañó en nuestra visita un guía

que nos explico todas y cada unas de las batallas ocurridas en el castillo., Pero la que de verdad me gusto fue la leyenda de las tres morillas, que es una leyenda hermosa.

Deberíamos de repetir esta salida al castillo, está embrujados por sus historias y leyendas.



Eladio Martínez

## LEYENDA DE LAS TRES MORILLAS

En el castillo de Jaén, había un capitán de la guardia mora llamado Solimán, que era viudo y tenía tres hijas gemelas llamadas Aixa, Fátima



y Mariem. En aquellos tiempos Jaén era la frontera de los reinos moro y cristiano, reinando por entonces en Castilla el rey Fernando II, llamado El Santo, quien mandó a uno de sus capitanes como emisario para hablar con el reyezuelo de Jaén, llamado Alhamar.

Como el rey moro tardó tres días en darle contestación, el capitán Solimán invitó al cristiano a su casa y mientras estaban conversando en el salón principal, entraron en las dependencias donde estaban los hombres las jóvenes y bellas hijas del señor de la casa, correteando, jugando y chillando, quedando sorprendidas ante la presencia de su padre y el caballero, quien a una señal de su padre desaparecieron

rápido del lugar, pero habiendo existido el tiempo suficiente para que el caballero se prendara de la hija mayor Aixa y ellas del cristiano.

Una vez terminada la misión el caballero volvió a Burgos, contándole al rey todas las vicisitudes ocurridas en su viaje y el resultado de la entrevista, así como el encuentro visual con las niñas moras, pidiendo al rey el volver a Jaén para ver de



nuevo a la niña de la que quedó prendado, concediéndosele este deseo

## SALIDA A LEVASA



Fuimos el miércoles 18 de mayo.

Nos fuimos en la furgoneta, yo me maree un poquito a la vuelta, visitamos la sala de ordeño que ha cada vaca le sacaban

30 litros de leche al día. Para evitar contagio con bacterias las bañan antes de entrar y al salir le sellan los pezones.

Después visitamos la zona de elaboración de quesos, estaba muy limpio ya que no estaban en producción, vimos también que lo almacenaban esperando a





que le saliera el mocho y fermentaran y lograra su punto de curación. 2 meses semi, 6 meses curados y de 12 meses en adelante los añejos. El mocho se lo quitan con cepillo de púas y una

maquina con rodillos y por ultimo lo untan en aceite.

Por último visitamos a los novillos que eran muy cariñosos y también visitamos las vaquerías donde están las vacas grandes.

Una visita muy interesante.



M<sup>a</sup> Carmen Ruiz

## ARTICULOS DE FUTBOL

El Real Madrid Club de Fútbol, mejor conocido como Real Madrid, es una entidad polideportiva con sede en [Madrid](#), [España](#). Fue declarada oficialmente registrada por sus socios el [6 de marzo](#) de [1902](#) con el único objeto de la práctica del fútbol.

Desde 1929 año en el que se fundó la primera división española a lo largo de su historia, este club ha ganado 31 veces la liga española, en 18 ocasiones la copa del rey y en 8 la supercopa de España.

Su apodo son los "merengues" debido al color blanco de sus uniformes, juega en el estadio

Santiago Bernabéu, que lleva este nombre en honor a uno de lo mas grandes jugadores de la historia del real Madrid, y que fue su presidente en la época de los años 40, teniendo una administración brillante.

Ha contado con los mejores jugadores de la historia como Alfredo Di Stefano, Hugo Sánchez, Zidane, Ronaldo, Figo y Kaká.



Realmadrid

Entre sus triunfos más importantes se encuentra los 9 títulos conseguidos a nivel de clubes en la antigua copa de campeones y ahora champions League, también ha conseguido 3 títulos de la copa intercontinentales, 2 títulos de la copa UEFA, y campeón de la súper copa de Europa en 2002. La FIFA lo nombre como el mejor club del siglo XX y unos de los clubes que mas aficionados tiene a lo largo del mundo.

En 1943 con Santiago Bernabéu presidente hicieron un estadio nuevo, su inauguración fue el 14 de diciembre de 1947, y se le conoce como el estadio de Santiago Bernabéu este estadio tiene la capacidad de 120.000 espectadores

LUCIANO



## SALIDA A LA FERIA DE LOS PUEBLOS

Estuvimos en una feria donde se presentaban todos los pueblos de la comarca de jaen, alli vimos numerosas actuaciones y tomamos unos aperitivos tipico de algunos pueblos. Paseamos por



todos los pueblos en algunos de ellos nos echamos algunos fatos y algunas risas, nos lo pasamos genial y nos gusto mucho el verlo tambien presentado.



Fuimos bastantes residentes: Juan rojas, Antonio Camp, Ildefonso, Martín, flor, Manoli, francisco...

El aperitivo que más nos gusto fue el de la tienda de Andújar que nos puso un chorizo con panceta y pan con aceite



## EXPOSICION DE FOTOS "LA OTRA MIRADA DE LA DEPENDENCIA"

El lunes 23 de mayo [Mensajeros de la Paz Edad Dorada](#) inauguro en Jaén la exposición de fotografía 'La otra mirada de la dependencia'.

La exhibición, concebida como un entrañable homenaje a los mayores por la ONG, ya

se ha dado a conocer en

Murcia,

Madrid, Toledo

e incluso

Francia, y llega

a Jaén de la



mano del presidente de Mensajeros, el Padre Ángel García, y el presidente de Edad Dorada Mensajeros de la Paz Andalucía, Julio Millán.

Al acto de inauguración, que se celebró en la sala de exposiciones del [Centro Cultural Baños Árabes](#), Palacio de Villardompardo.

La exposición pretende visibilizar que los mayores son imprescindibles en nuestra sociedad. Las imágenes escenifican todas las capacidades que los ancianos que viven en las residencias de Mensajeros de la Paz tienen consigo, pese a la dependencia. Del entretenimiento a las tareas domésticas, las fotografías muestran a ancianos activos. Pero, más allá de la acción, los trabajos reflejan sus pensamientos, la mirada sabia de quienes han visto pasar el tiempo.

### CONFERENCIA FEDERICO MAYOR ZARAGOZA

La conferencia giró en torno a la idea de que «para envejecer dignamente hay que vivir dignamente» y de la importancia de cuidar a la tercera edad.

También habló de la importancia de ayudar a las personas en sus últimos años e hizo referencias a las [residencias de mayores](#) de manera positiva al considerar que ellas «no se va a morir, sino que se va a vivir lo mejor posible durante todos los años que se pueda».

También señaló al envejecimiento activo como clave para una vida plena y la necesidad de que las personas mayores sientan que son cuidadas por quienes ellos cuidaron en su momento y en ningún momento se queden aisladas.

*"LA VERDADERA GENEROSIDAD, DIJO ALBERT CAMUS,  
CONSISTE EN DARLO TODO EN EL PRESENTE"*



## **DÍA DE SENDERISMO EN DESPEÑAPERROS**

El día 25 de mayo un grupo de usuarios de nuestro centro pudieron disfrutar de un magnífico día de Naturaleza.

Nos desplazamos a la sierra de despeñaperros, allí nos esperaban dos guías que nos enseñaros el parque natural y los secretos que esconde la naturaleza.

Comenzamos nuestra mañana realizando un sendero y después pasamos el resto del día en el área recreativa, en la cual comimos, y realizamos actividades dinámicas.

Un bonito y emotivo día de convivencia con los compañeros y trabajadores de la residencia, que sin duda repetiremos.





## DÍA DE PLAYA EN TORREMOLINOS

El día 22 de junio nos fuimos a la playa!! Organizamos un día de playa para que los residentes pudieran tomar el sol, disfrutar de un refresco en un chiringuito y bañarse todo aquel que lo deseara, aunque nos pilló con la mar revuelta, y no nos pudimos bañar, Pero si disfrutar de unas buenas vistas.



Desde aquí queremos agradecer el trato exquisito de los trabajadores y voluntarios que en todo momento estuvieron pendientes y ayudándonos todo lo posible para hacer de este día Un día inolvidable.





## **NUESTRO PUEBLOS IBROS**

Municipio en el noroeste de la comarca de la loma y de las villas. El olivar de muy buen calidad ocupa la totalidad del territorio y ha desarrollado un importante industria oleicada local y otras actividades que van ligadas a la fabricación de la artesanía de la madera, del cuero así como la industria textil.

Tiene unos monumentos impresionantes como la iglesia, sus murallas, yacimientos arqueológicos.

Sus fiestas más importantes son



## **FIESTAS**

las fiesta de san Antón el día 17 de enero, donde se levantan luminarias por los barrios y plazas del municipio en torno a las que los ibreños cantan,



bailan, comen y pasan una animada velada.

En el día de santo Bastian los vecinos se trasladan al campo para almorzar las rosquillas de pan. Por la noche la cita es en el pueblo entorno a las luminarias levantadas en las calles y plazas siendo típica la elaboración de sabrosas gachas.

Otra fiesta importante es en honor a la virgen de los Remedios el día 3 de mayo donde se cuenta que la imagen de la virgen de los remedios la encontraron tres Ibreños oculta en una campana en una finca baezana desde entonces llamada huerta de la virgen. En tres ocasiones se intento instalarla en Baeza, finalmente fue llevada a Ibros donde fue nombrada patrona y en su honor se realizan las fiestas la primera semana del mes de mayo en la que no faltan los actos religioso.

## **GASTRONOMIA**

El plato típico de Ibros es el arroz con conejo. Y los dulces principales son el roscón de matalahúva, la cuajada, y las tortas

Alonso Aranda

## **ENTREVISTA AURORA DE SERVICIOS VARIOS**

**¿A que te dedicas aquí en la residencia?**

Pues hago un poco de todo, soy de servicios varios el nombre lo dice todo.

**¿Cómo te llamas? ¿De dónde eres?**

Me llamo Aurora Nómez

Moreno, nací en Chiclana de Segura (Jaén) pero actualmente vivo en Jaén

**¿Qué te gusta hacer cuando sales del trabajo? ¿Tus aficiones?**

Estar con mi familia y mis amigos. Mis aficiones son leer y andar

**¿Tienes hijos?**

Sí, tengo dos hijos maravillosos de 22 y 16 años



**¿Te gustan las mascotas?**

Si me gustan pero no tengo ninguna.

**¿Cuál es el último libro que has leído?**

El último libro que me leí fue la biblioteca perdida, y ahora me estoy leyendo un libro que se titula te encontré y me está gustando bastante.

**¿Te gusta cocinar? ¿Cuál es tu plato favorito? ¿Y cuál es el que mejor te sale?**

Si me gusta, mis platos favoritos son el arroz y el salmorejo. El plato que mejor me sale es el arroz porque me encanta y le pongo empeño.

**¿Cómo cuidas tu salud? ¿Haces ejercicio? ¿Dieta?**

Me gusta cuidar de mi salud y por eso salgo a andar siempre que puedo, dieta no hago pero me gusta comer saludable.

**¿Qué aspiraciones - sueños tienes para el día de mañana?**

Me encanta viajar con la familia de un lado a otro, no me importa el lugar. Me apasiona aprender cada día un poco más y conocer cosas nuevas

## **MITOS**

### **El chicle que se traga se queda pegado a su intestino o estomago**

Aunque puede ser más difícil de digerir que las comidas comunes y corrientes, el chicle no recibe un tratamiento diferente por parte del sistema digestivo.

Los doctores aseguran que este cuento fue inventado para evitar que los niños se comieran esta sustancia elástica.

### **La gran muralla china es la única estructura hecha por el hombre que se puede ver desde la luna.**

Existen varias variaciones de este cuento y todas son totalmente falsas. Los astronautas pueden ver a la gran muralla desde la orbita baja, además de muchas cosas más como las pirámides de Egipto y las pistas de los aeropuertos aunque no pueden ver la muralla desde la luna.

### **Los gatos siempre caen de pie**

Estudios científicos han demostrado que, cuando se les arroja desde toda clase de altura, los gatos aterrizan elegantemente sobre sus patas. Estos resultados únicamente varían cuando se deja caer al gato, patas arriba, desde una altura inferior o igual a 30 centímetros. No te sugerimos que lo intentes en casa.

## CHISTES Y ADIVINANZAS

Dos campesinos compran 50 cerdos y uno le dice al otro:

- ¿Donde lo metemos?

En la casa

- ¿Y el olor?

Bueno, ya se acostumbraran.

- Primer acto: Indiana jones cruzando la pista.

- Segundo acto: Indiana jones cruzando la pista.

- Tercer acto: Indiana jones cruzando la pista y le atropella un automóvil.

- ¿Cómo se llama la obra?

Indiana jones y la última cruzada

¿Cómo se dice "estoy perdido" en chino?

¿on-toi?

- Cariño, dame el bebe

Espera a que llores.

- ¿A qué llore? ¿Por qué?

Porque no lo encuentro!!!!

-Mi amor, estoy embarazada. ¿Qué te gustaría que fuera?

¿Una broma?



## ADIVINANZAS

De celda en celda voy

Pero presa no estoy.

(La abeja)

No lo parezco y soy pez,

Y mi forma la refleja

Una forma de ajedrez.

(El caballito de mar)

Me rascan continuamente

De forma muy placentera,

Mi voz es más bien timbrada

Y mi cuerpo de madera.

(La guitarra)

Donde hay más pescado

En el mar o en la tierra

(Tierra)



COLABORADORES

ALONSO ARAND  
CARMEN RUIZ  
EDUARD HENRI  
ENRIQUE MORAL  
FRANCISCO TORRES  
LUCIANO  
ANTONIO CAMPS  
FLOR PEÑA  
INES CAMACHO  
ELADIO MARTINEZ

# Residencia de Mayores Altos de Jontoya



Carretera Puente Jontoya Jv.2225 Pk4.490 23009 Jaén

