

"REVISTA DIVINA"



Abril - Junio 2015

RINCÓN DEL ESCRITOR

- Nuestro residente Victoriano nos ofrece una poesía que escribió a su esposa durante su estancia en la mili en el año 1943, ¡¡¡esperamos que os guste!!!!
- María Junco nos recuerda una fábula de sus tiempos.
- Manuel Benitez nos canta una cancioncilla de cuna.

FIESTAS Y EVENTOS

Recordamos las fiestas y salidas más divertidas del trimestre



CONSEJOS SALUDABLES



Los mil y un usos del bicarbonato de sodio

LAS RECETAS DE LA ABUELA

Deliciosa **crema fría de lentejas**. Porque la comida tradicional también apetece en verano...

RECORDAMOS QUE LA REVISTA PUEDE SER DESCARGADA EN LA PÁGINA WEB DEL CENTRO.

Cartas desde el cielo.

RECORDANDO UN HECHO.

Al empezar a escribir
y al hablar de dicha historia
bien conservo en la memoria
lo que quisiera decir.

Tengo más de ochenta años,
a los doce, pastorero,
poco después, kardecista,
y esto a gala me lo llevo.

En mis principios pasé
estrechos desfiladeros,
y eso me hizo aprender
esta ciencia de los cielos.

Dos maestros he tenido,
cada cual de ellos mejor,
el filósofo francés
y el otro, José Castillo,
analfabeto pastor.

Tanto el uno como el otro
extendieron sus doctrinas,
las dos gemelas en parte
de procedencias divinas.

Cuando este grupo entendió
la ciencia y el contenido
que este hombre transmitió,
puso en ejecución
el verdadero sentido
que la doctrina enseñó.

“Que todos somos hermanos”,
¿cómo se puede entender

que esto fuese realidad
entre altos y entre enanos?

“Que hay que ser caritativos”,
qué bonita es la teoría
pero, ¿sin estar unidos
quién organiza, quién lleva
a tantos carentes nidos?

Era bonita doctrina
pero, ¿cómo se podía entender
que unos tuvieran sobrantes
y otros no tuvieran pan
a la hora de comer?

¿Qué fue lo que se logró
en el solidario intento?
El tiempo lo demostró,
al menos, eso creemos,
tener a Cristo contento.

Todos contentos salieron
dispuestos a trabajar,
y a hacer de una utopía
una doctrina ejemplar.

Qué bello procedimiento,
transformar las teorías
en amor y sentimientos,
donde el tren por otras vías
no transporte sufrimiento.

Hoy la caridad es la dama
que, sonriendo orgullosa,
vibra en su antorcha la llama

satisfecha y generosa.

Con progreso en el trabajo
crecieron dos capitales,
uno ha sido en el destajo
y el otro más importante,
triumfos espirituales.

Cuando recuerdo la historia
de lo que se ha conseguido
no aparto de mi memoria
que en parte hemos logrado
ver algo desconocido.

Esto me hace pensar,
¿por qué del mismo rosal,
con rosas de igual color,
no todas huelen igual?

¿Es milagro? No hay milagros,
¿Es acaso la pereza?
¿O la falta de decisión?
Puede que haya un rosario
que es muda su explicación.

Si que es cierto que este grupo
en la utópica aventura,
ya ha visto a un Cristo vivo
y cómo es su figura.

Y aunque no con perfección,
conociendo la doctrina,
con su propia vocación,
sabe si el poema rima
y lo acepta el corazón.

Manuel Robles

EL RINCÓN DEL ESCRITOR.

En este número os vamos a ofrecer unas poesías que han escrito o recordado nuestros abuelos.
¡¡¡¡¡Esperamos que os guste!!!!!!

POESÍA ESCRITA POR VICTORIANO FERNÁNDEZ.

ESTO ERAN DOS HERMANOS
CRIADOS EN BARCELONA,
EL NIÑO SE LLAMA ENRIQUE
Y LA NIÑA SE LLAMA LOLA.

ENRIQUE SE HA MARCHADO AL EXTRANJERO

A NAVEGAR POR LOS MARES,
Y SE HA HECHO UN GRAN CABALLERO.

LOLA LE DICE AL MARIDO:

“TENGO QUE IR A LA HABANA
QUE TENGO UN HERMANO PERDIDO
Y ALLI ME HAN DICHO QUE PARA”.

CORRIENDO PLAZAS Y CALLES

NO LO PUDO ENCONTRAR;

ELLA SE ECHÓ A LLORAR
REZÁNDOLE A LA VIRGEN DEL PILAR.

PASEANDO UN CABALLERO
VE A AQUELLA JOVEN LLORAR,
METE LA MANO EN SU BOLSILLO

Y 5 PESETAS LE DA.

“A LA NOCHE VIENES A MI CASA

QUE YO TE SOCORRERÉ”,

A LA NOCHE LLEGÓ ELLA,

LA COGIÓ DE UNA MANO

Y EL CABALLERO LA METIÓ PARA ADENTRO.

LE PIDIO COSA IMPOSIBLE,

ELLA LE DIJO QUE NO,

QUE NO MARCA SU HONRA

NI TAMPOCO SU HONOR.

“SI ESTUVIERA AQUÍ MI ENRIQUE
SACARÍA LA DEFENSA DE SU HERMANA”

ÉL SORPRENDIDO LE DIJO:

“¿COMO TE LLAMAS CHIQUILLA?”

“LOLA ME LLAMO SEÑOR”,

“PÉRDONAME LOLA QUE HE SIDO TU TRAIADOR”.

ALLI SE FUNDIERON EN ABRAZOS LOS DOS
HERMANOS

Y ALLI FUERON LOS SUSPIROS.



FÁBULA DEL BURRO FLAUTISTA (RECORDADA POR MARÍA JUNCO)

CERCA DE UNOS PRADOS
QUE HAY EN MI LUGAR
PASABA UN BORRICO
POR CASUALIDAD.
UNA FLAUTA ÉL HALLÓ
QUE UN ZAGAL DEJO OLVIDADA
POR CASUALIDAD.
ACERCÁNDOSE A OLERLA
EL DICHO ANIMAL,
LANZÓ UN RESOPLIDO
POR CASUALIDAD.
¡OH! DIJO EL BORRICO
QUE BIEN SÉ TOCAR
Y DIRÁN QUE ES MALA
LA MÚSICA ASNAL.
EN EL MUNDO HAY
MUCHO BORRIQUITOS
QUE ALGUNA VEZ ACIERTAN
POR CASUALIDAD....

CANCIONCILLA (RECORDADO POR MANUEL BENÍTEZ)

LAS MUEJERES DE LA SIERRA
CUANDO TIENEN UN CHIQUILLO
EN VEZ DE CANTARLE EL COCO
LE CANTAN UN FANDANGUILLO
Y LO DUERMEN POCO A POCO

"NOTICIAS. FIESTAS Y EVENTOS DIVINOS"

NOTICIAS DEL CENTRO.

NUEVO TALLER DE MUSICOTERAPIA.

Como era de esperar, la música tiene multitud de beneficios en nuestros mayores. Recientes investigaciones han demostrado que la memoria musical es de las últimas que se pierden en las demencias tipo Alzheimer, por ello nos valemos de la música para evocar recuerdos y vivencias en nuestros mayores.



HUERTO DIVINO.

Este año nuestro hortelano divino Vicente Ruiz, con la ayuda y colaboración de nuestra psicóloga Trini, han cultivado dos bancales con multitud de productos de la vega. La primera cosecha ha sido de habas, se han recogido para la fiesta de la cruz y nos las hemos comido con salaillas.

Ahora tienen plantados tomates, pimientos, pepinos y berenjenas. Pronto podremos disfrutar de una buena pipirrana y un delicioso pisto.



FIESTAS Y EVENTOS CELEBRADOS DURANTE EL TRIMESTRE.

SALIDAS AL PUEBLO.

Como cada mes, hemos realizado una salida al pueblo. Esta vez hemos aprovechado para paliar el calor y nos hemos refrescado comiéndonos un rico helado.



FIESTA DE LA CRUZ DE MAYO.

Un año más volvemos a celebrar la famosa y esperada fiesta de la Cruz. Este año además hemos aprovechado para hacer la recolecta de las habas del nuestro huerto y comérmolas con salaillas. Una vez más hemos disfrutado de la fiesta con bailes y trajes típicos. Este año hemos aprovechado el buen tiempo y hemos organizado una gran paella al aire libre. Hemos pasado una jornada genial, muy entretenida y divertida.



CONCIERTO DE MARIACHIS.

Hemos recibido la visita de un grupo de mariachis auténticos, recién llegados de Méjico, a nuestra residencia. Nos han deleitado con una recopilación de boleros y cha-cha-chas. Los hemos pasado genial y acabamos con los pies reventados de tanto bailar!!!!



Consejos saludables.

Las primeras pistas del uso del bicarbonato se remontan al antiguo Egipto donde ya lo usaban para producir jabón. La fórmula se ha refinado y en la actualidad es un producto muy económico y que no daña el medio ambiente pero... ¿Conocíais la gran cantidad de usos del bicarbonato de sodio? A continuación os exponemos algunos de ellos:

- **Acidez estomacal:** El bicarbonato de sodio es un antiácido seguro y eficaz para aliviar el ardor estomacal, acidez e indigestión. Agrega media cucharadita a un vaso de agua o el jugo de un limón e ingiere.
- **Pasta de dientes:** Para hacer tu propio dentífrico, mezcla dos cucharadas de bicarbonato con una de sal marina, revolverlo con un poquito de agua durante 30 segundos y luego estará listo para cepillarte. Tus dientes se verán más blancos, brillantes y libres de bacterias, además será una sustancia libre de flúor que no dañará el esmalte ni tus encías. También se puede usar como enjuague bucal si le agregas una cucharada de carbonato a un vaso de agua, es eficaz para eliminar la placa dental que ocasiona el mal aliento.
- **Exfoliante:** Para tener un rostro y cuerpo más limpio, sólo debes mezclar una bolsita de bicarbonato y agua moderada, haciendo una pasta para frotar suavemente con movimientos circulares en la piel. Enjuagar con agua tibia y listo, tendrás una piel más suave y blanca. Además aclara esas zonas que tienden a oscurecerse como los codos y rodillas.
- **Desodorante natural:** Muchas son las personas alérgicas a los antitranspirantes de fábrica, por lo que el bicarbonato es sin duda una opción más saludable. Además, blanquea las axilas oscurecidas. Mezcla una cuchara de bicarbonato y unas gotas de agua, aplícalo directamente en las axilas y verás cuán seguro es.
- **Picaduras de insectos:** Para ayudar a aliviar la picazón, disuelva una cucharadita en un vaso de agua, sumerja un trapo limpio y colóquelo sobre el sitio de la picadura durante 15 o 20 minutos
- **Hongos en los pies:** Espolvorear bicarbonato en polvo sobre los pies y también en los calcetines, medias y zapatos ayuda a erradicar la infección y mantenerse seco. Además, alivia el cansancio de los pies, al sumergirlos en agua tibia con tres cucharadas de bicarbonato. Frota suavemente y relájese por unos minutos.
- **Quemaduras leves:** Verter una cucharada de bicarbonato en un recipiente con agua helada, empapar un paño en la sustancia y aplicar sobre la quemadura hasta que no se sienta caliente. Este remedio evitará que aparezcan ampollas.
- Y no podemos pasar por alto la multitud de usos que tiene el bicarbonato como producto de limpieza en el hogar: quitar manchas de aceite y grasa, limpiar las joyas, limpiar y suavizar las manos, quitar los malos olores en ropa deportiva, lavar ropa de bebés,...

LAS RECETAS DE LA ABUELA.

¿Quién dijo que las lentejas son exclusivas de guisos y potajes de invierno? En este número te proponemos una receta de verano alternativa, no te la pierdas porque está ¡¡deliciosaaaaa!!

CREMA FRÍA DE LENTEJAS.

Ingredientes

200 gr. de lentejas rojas, 700 ml. de caldo de pescado o marisco, 200 ml. de nata líquida para cocinar, agua, ½ vaso de vino blanco, 1 puerro, 1 diente de ajo, pimiento choricero, pimienta blanca, aceite de oliva y sal, al gusto.

Elaboración

Pelamos y picamos el puerro y en una olla con aceite de oliva, lo pochamos.

Cuando se ponga un poco tierno, le sumamos el diente de ajo picado. Agregamos también una pizca de la carne del pimiento choricero. Removemos y agregamos las lentejas. Dejamos un minuto y vertemos el vino blanco.

Cuando se seque, vertemos el caldo y un poco de agua. Salpimentamos al gusto y dejamos que hierva. Bajamos el fuego y mantenemos hasta que las lentejas se pongan tiernas.

Retiramos entonces del fuego y pasamos por la batidora. Trituramos hasta alcanzar la textura deseada.

Sirve como guarnición de esta crema un poco de jamón picado.



Pasatiempos

Sopa de letras Transportes

Encuentra estos 6 Nombres de transportes

BICICLETA . COCHE . AVION . BARCO . MOTO . TREN

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

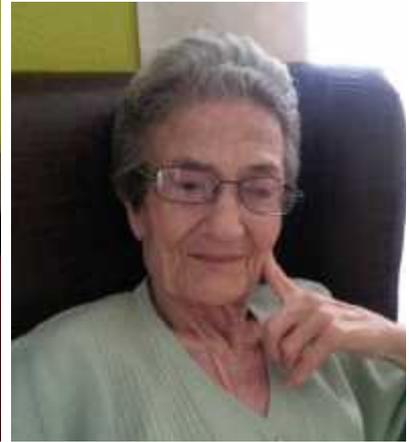
CUMPLEAÑEROS DIVINOS.



María García, 83



Ascensión, 94



Dolores García, 80



Pura Verdejo, 77



Mercedes Martínez, 82



Francisca Guzmán, 87



Carmen Montabes, 94 Encarna Fenoy, 97 Sacramento, 98

En el trimestre también han cumplido años y queremos felicitar a:

Abril: María García Medina, 88; Manuel Martín, 80.

Mayo: Antonia García, 102; Rosario Cabrerizo, 85; Mercedes Pérez, 81; María Ureña, 84; Paco Megías, 90; Josefa Pérez, 79; Manuel Ruiz, 74; Práxedes Fernández, 89; Paquita Vigil, 82.

Junio: Vicente Ruiz, 73; Prudencia Martín, 82; Carmen Fernández, 83; Antonia Roldán, 58; Juan García, 75; Josefa Fernández, 94; Concha Alameda; 72.