

"REVISTA DIVINA"



Octubre - Diciembre 2015

RINCÓN DEL ESCRITOR

- Recordamos a Manuel Robles y su poesía: "La lluvia"
- Os mostramos los textos escritos por los tres ganadores del "II Concurso Literario Divina Pastora", donde los participantes han escrito sobre el significado que tiene para ellos La Navidad.

FIESTAS Y EVENTOS

Recordamos las fiestas y salidas más divertidas del trimestre

CONSEJOS SALUDABLES

Cómo cuidarnos la piel y las manos durante los meses de invierno



LAS RECETAS DE LA ABUELA

Te enseñamos la receta de una deliciosa tarta manzana con base de hojaldre.

RECORDAMOS QUE LA REVISTA PUEDE DESCARGARSE EN LA PÁGINA WEB DEL CENTRO.

Síguenos también en Facebook:  Fundación Los Pastoreros

Cartas desde el cielo.

La lluvia

*Está lloviendo y me alegro
de oír la lluvia caer
ya se está mojando el suelo
que estaba muy seco ayer-*

*¿Pero debo de alegrarme
de aquello que me conviene,
de lo que me beneficia
o de lo que me entretiene?*

*¿Pienso en aquella chabola
donde yace el sufrimiento
y lloviendo tiene aquel
que salir a donde implora
algo para su alimento?*

*Piensa si tienes placer
y por ello estás orando
qué es lo que puedes hacer
para aliviar el dolor
de otros que están llorando.*

Manuel Robles

EL RINCÓN DEL ESCRITOR,

Los textos ganadores del “II Concurso literario Divina Pastora” cuya temática ha sido el significado de la Navidad son:

Tercer premio (Victoria Bootello)

La Navidad para mi es una fiesta alegre y cariñosa porque nos reunimos toda la familia. Ese día estamos todos muy contentos porque comemos y bebemos y recordamos cosas de nuestros tiempos. Nos da sentimiento de tristeza y lloramos por la gente que ya no está, como mi marido. Pero alegría de los que quedamos que estamos todos juntos.

Segundo premio (Francisca Parejo)

La navidad es una fiesta muy bonita, para no olvidarla. Aunque yo tengo a mi hija lejos de mí y cuando no está aquí me pongo muy triste...este año por fin va a venir y voy a estar con ella. A mí me encanta la Navidad no sólo por la comida y dulces sino por lo familiar que es. Nos reunimos en Nochebuena y lo pasamos muy bien. Eso no se olvida de un año para otro.

Primer premio (Fernando Márquez)

La Navidad es unos días de recuerdo más bien buenos que malos. Éramos seis hermanos y mi abuelo que era muy bueno. Ahora gracias a la residencia que nos acoge con amor y cariño y así no nos vemos solos ya que hay mucha gente que no tiene a nadie. La navidad es bonita.

"NOTICIAS. FIESTAS Y EVENTOS DIVINOS"

NOTICIAS DEL CENTRO.

En Octubre asistimos al Concurso-Exposición Ornitológico celebrado en Cijuela donde pudimos observar más de mil pájaros. Y, desde ese día, la Residencia cuenta con un lindo canario color nevado, al que hemos llamado Blanquito, para que nos alegre los días.



FIESTAS Y EVENTOS CELEBRADOS DURANTE EL TRIMESTRE.

Fiesta de las castañas (30 de Octubre)

Con baile y frutos del otoño para comer, hemos celebrado la fiesta de las castañas...





Salida al museo ambulante “Imaginarium” en Granada y almuerzo en el restaurante “La Báscula” (20 de Noviembre)



Cerca de la Navidad hemos hecho un **taller de costura** para preparar unos adornos nuevos para el árbol y hemos puesto en práctica la nueva variante del **taller de psicomotricidad** aprendiendo un baile para el día de la convivencia familia... ¡y para cuando surja!

Desde principios de Diciembre hemos puesto en marcha la programación especial de Navidad con actividades extraordinarias y alguna que otra visita muy particular... Aquí os mostramos algunas imágenes de las mismas:

Taller de repostería: bombones de coco



Este año hemos preparado unos deliciosos bombones de coco. Los ingredientes han sido: coco rallado y leche condensada. Hemos mezclado a partes iguales, y amasado para luego hacer pequeñas bolas con la masa y, posteriormente, embadurnar con más coco rallado o chocolate.



Salida al Belén monumental de Huetor Tájar (21 y 28 de Diciembre)





Visita de Papa Noel y su mujer





Convivencia familiar (18 de Diciembre)





En la Convivencia familiar pasamos una tarde muy agradable, para abrir la fiesta **actuaron** nuestros mayores **bailando la canción “madre tierra”** de Chayanne y, después, nos visitó el **coro rociero de Maracena** que cantó unos villancicos flamencos para disfrute de todos. Para terminar, trabajadores de la residencia y algunos de nuestros mayores colaboraron aportando dulces en una **merienda solidaria** cuyo dinero recaudado se ha destinado a Cruz Roja. Este año hemos conseguido 130 euros y, queremos agradecer a todos los que han puesto de su parte. ¡GRACIAS!

Visita de los Reyes Magos (4 de Enero)





Consejos saludables.

COMO CUIDARNOS LA PIEL Y LAS MANOS DURANTE LOS MESES MAS FRIOS DE INVIERNO.

Las manos son una de las zonas de nuestro cuerpo más expuestas al daño producido por los cambios climáticos, productos químicos y por las actividades que realizamos a diario.

Unas manos bien cuidadas dice mucho de cómo somos, y es que nuestras manos son muy delatadoras. Por ejemplo, unas manos mal cuidadas, puede traicionarnos y revelar nuestra autentica edad en comparación con el rostro.

Con unos simples cuidados diarios podrás lucir unas manos fabulosas durante el invierno.

- Siempre que vayas a realizar alguna tarea domestica utiliza guantes para evitar estropear la piel con productos de limpieza que son muy agresivos para la piel, o simplemente con el contacto del agua fría sobre nuestras manos.
- Cada vez que nos lavemos las manos debemos utilizar un jabón apropiado, así como que el agua no este ni muy frio ni muy caliente.
- Por la noche antes de irnos a dormir podemos hidrarnos las manos con la crema y aplicarnos un pequeño masaje en las manos, además de ayudar a una mejor absorción de la crema el masaje estimula nuestra circulación sanguínea.
- Ya que hablamos de circulación sanguínea, mantener unos buenos hábitos de vida como hacer ejercicio siempre favorecerá el cuidado de nuestro cuerpo incluidas las manos, en invierno hay que seguir realizando actividades al aire libre por esta razón que no se te olvide proteger tus manos con unos guantes cuando haga mucho frío, la fina piel de nuestras manos lo agradecerá sin duda alguna.
- Y como no, hablamos de **soluciones caseras o remedios de la abuela** para proteger o curar nuestras manos del frio.
 - Suavizar las manos con agua y azúcar: Prepara en un recipiente pequeño la siguiente mezcla: coloca una cucharada mediana de aceite y luego agrega azúcar hasta que el aceite se impregne en ella. Mézclalos hasta que se forme una pasta
 - Poner harina de maíz en una vasija grande y añadir tres cucharadas de miel. Batir hasta obtener una pasta homogénea. Frotarse las manos con esta preparación. Enjuagar con agua fría, sacudir el agua y ponerse crema. Esperar 2 minutos y aplicar de nuevo más crema humectante

Inmaculada Rubio Sánchez
Terapeuta Ocupacional y nutricionista.

LAS RECETAS DE LA ABUELA.



Ingredientes de la Tarta de Manzana con base de hojaldre:

- 1 base de hojaldre fresca
- 4 huevos
- 600 ml. de leche
- 150 gr. de azúcar
- 3 cucharadas de harina de maíz (Maicena)
- 1 piel de limón
- 3 manzanas
- 1/2 cucharada pequeña de gelatina neutra

Elaboración de la receta de tarta de manzana:

Antes de nada tendremos que elaborar unas natillas caseras.

Echamos en un cazo la leche, el azúcar, los huevos y la harina de maíz, batimos bien y añadimos la piel del limón.

Ponemos a fuego lento y, sin dejar de remover con unas varillas, cuando empiece a espesar retiramos del fuego.

Colocamos la masa de hojaldre fresca, con el papel y todo que la protege, en un molde redondo.

Sacamos la piel del limón y vertemos las natillas sobre la masa.

Lavamos, pelamos y descorazonamos las manzanas.

Cortamos en láminas que colocaremos sobre las **natillas**.

Recortamos la **masa de hojaldre** y horneamos, con el horno precalentado a 180° y en el centro de él, 45 minutos a 170°.

Mientras, colocamos la piel de las manzanas en un cazo, echamos tres cucharadas de azúcar y cubrimos de agua.

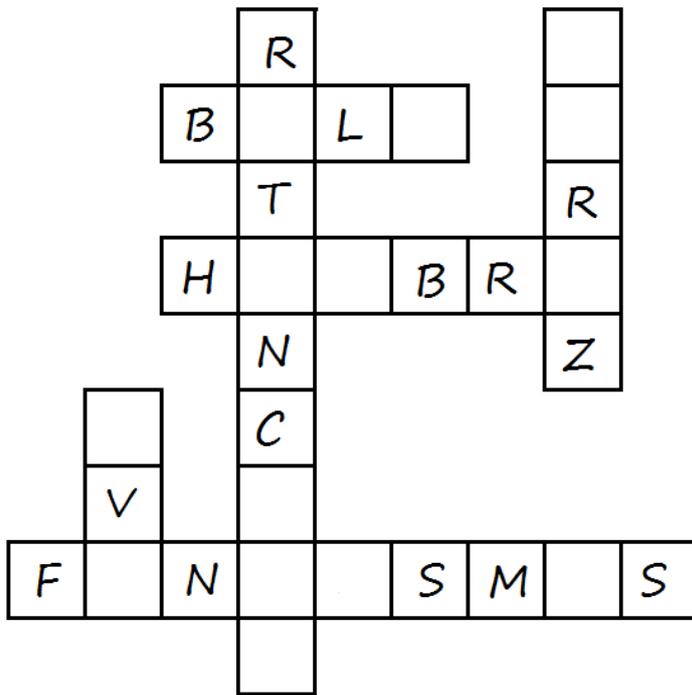
Cuando falte media hora para que termine de hacerse la tarta, ponemos a cocer a fuego medio-bajo durante 20 minutos, añadimos la gelatina neutra, removemos y dejamos cocer otros cinco minutos.

Retiramos del fuego y reservamos.

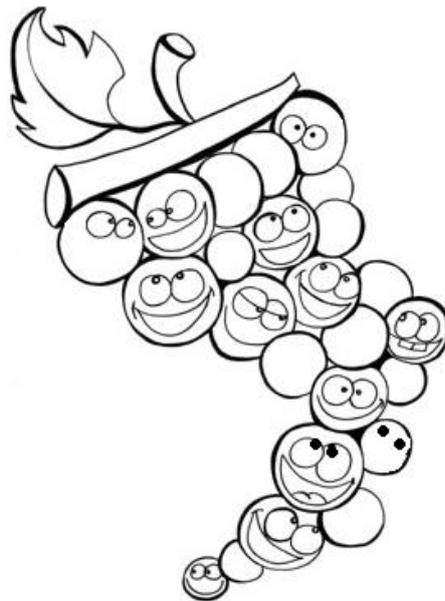
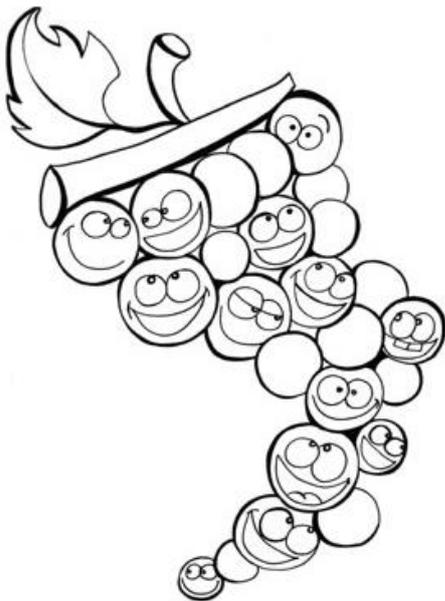
Dejamos enfriar del todo, desmoldamos y servimos la Tarta de Manzana con base de hojaldre.

Pasatiempos

COMPLETA LAS LETRAS QUE FALTAN EN EL CRUCIGRAMA



- RATONCITO
- HOMBRE
- BALA
- EVA
- PEREZ
- FANTASMAS



encuentra las cinco diferencias y colorea las uvas

CUMPLEAÑEROS DIVINOS.



RITA GÓMEZ 87 AÑOS

SALVADORA 90 AÑOS

AGUSTINA 73 AÑOS



TERESA 90 AÑOS

CARMEN 93 AÑOS

ROSARIO 81 AÑOS



MARINA 89 AÑOS

PACO CASTRO 69 AÑOS

MARÍA JEREZ 87 AÑOS

No nos olvidamos de los cumpleaños de...

OCTUBRE: TEODORA (87 AÑOS), JOSEFA CAMPOS (77 AÑOS), MATILDE (87 AÑOS), MARÍA ARCO (78 AÑOS).

NOVIEMBRE: MARÍA SALVATIERRA (94 AÑOS), JOSÉ VILLADA (88 AÑOS).

DICIEMBRE: VENTURA SANCHEZ (82 AÑOS), CARMEN MARTÍN (91 AÑOS), CARMEN PALMA (92 AÑOS), VICTORIANO (93 AÑOS), GRACIA (102 AÑOS), MARÍA PEREZ (93 AÑOS), MERCEDES GIL (89 AÑOS).

