

Nº 1:  
AGOSTO 2016

# MERCED Y VIDA



FUNDACIÓN  
**GRUPO NORTE**

**AV. DE LA MERCED, 27  
SALAMANCA  
TELÉFONO 923 28 33 04  
[www.madredelaveracruz.com](http://www.madredelaveracruz.com)**

## ÍNDICE:

"SOMOS PARA SER" PADRE ALEJANDRO.....	PÁGINA 1
"GRACIAS" ALBERTO CIFUENTES.....	PÁGINA 2
"UN AÑO DE ANDADURA" NANZI MARCOS.....	PÁGINA 3
"DIABETES MELLITUS" ISIDORO MARTÍN.....	PÁGINA 5
"NUESTRO DÍA A DÍA" CARLA GONZÁLEZ.....	PÁGINA 9
"NUTRICIÓN" RITA SIMORRA.....	PÁGINA 10
"LEY DEPENDENCIA" MARÍA SÁNCHEZ.....	PÁGINA 11
"ACTIVIDADES TERAPIA OCUPACIONAL" ANA GONZÁLEZ.....	PÁGINA 13
"RESIDENCIA Y FISIOTERAPIA" JUAN CARLOS GONZÁLEZ.....	PÁGINA 15
"SALUDO Y DESPEDIDA" EVA MARÍA HERNÁNDEZ.....	PÁGINA 17
"SI AMAS LO QUE HACES" PALOMA HDEZ.....	PAGINA 18
CUMPLEAÑOS DE NUESTROS RESIDENTES.....	PÁGINA 19
ACTIVIDADES ESPECIALES.....	PÁGINA 22
MENÚ DE NAVIDAD Y RECETAS.....	PÁGINA 31
REFRANERO DE LA RESIDENCIA.....	PÁGINA 38
PRIMER ANIVERSARIO DE LA RESIDENCIA.....	PÁGINA 39
PASATIEMPOS.....	PÁGINA 42
ADIVINANZAS Y CHISTES.....	PÁGINA 44

## SOMOS PARA SER

En la residencia Intercongregacional "Madre de la Veracruz", sale el sol cada día y nos convoca al encuentro. Nuestra vida tiene vocación de encuentro, con Dios, con la vida, con nosotros, con nuestros hermanos.

Y todos cuantos formamos este equipo de la residencia; dirección, médico, enfermeras, personal auxiliar, cocina, equipo de pastoral, voluntarios, tenemos una sola ocupación: **servir a nuestros mayores para que se sientan familia, querida y atendida en sus diversas necesidades.**

Y lo vamos consiguiendo, con la colaboración de todos. Queremos que en esta casa, además de contar con todos los medios materiales, no falte el cariño necesario, que es la medicación más eficaz, para curar las heridas más profundas que van apareciendo en nuestro caminar: la soledad, la necesidad de Dios y de su amor, la necesidad de ser queridos y valorados.

Queremos que en nuestra residencia sobre la ternura y la misericordia porque sabemos que Dios es quien más puede llenar el corazón del hombre en cualquier etapa de la vida.

Mercedarias y mercedarios, apoyados por grandes profesionales, del "Grupo Norte" hemos apostado juntos, por esta obra de acogida y merced que es la atención de nuestros seres queridos mayores o enfermos y está resultando un signo creíble de intercongregacionalidad y de colaboración estrecha con los laicos al que estamos invitados en este nuevo estilo de iglesia cercana que el Papa Francisco, como un don de la iglesia, está proponiendo.

Un grupo de atención pastoral, formado por sacerdotes, voluntarios y personal de la casa, cuida con esmero la atención espiritual de los residentes, con su misa diaria y la celebración acentuada de los tiempos litúrgicos más señalados.



Padre Alejandro

# "GRACIAS"

Desde la Fundación Grupo Norte queremos mostrar nuestro agradecimiento tanto a Mercedarios como a Mercedarias por la confianza depositada en nuestra entidad de cara a la gestión de un proyecto tan importante para ellos como el de la Residencia Madre de la Veracruz, siendo además un proyecto pionero en la atención intercongregacional. No dudamos que, con la unión de nuestros esfuerzos, conseguiremos el objetivo de dar continuidad a la vida religiosa de muchas personas.

Este agradecimiento debe ser personalizado en los que han hecho posible que hoy en día este centro esté en funcionamiento. Los Padres José Ignacio, Justo y Enrique, las Hermanas Ana María y Conchi y D. José Antonio López Curvos, grandes artífices de que hoy podamos mostrar con orgullo esta magnífica residencia. Y, por supuesto, al Padre Alejandro, que día a día muestra su mejor cara a los residentes y consigue sacar una sonrisa de todos y cada uno.

Sin duda también debemos resaltar uno de los mayores activos de la residencia que son sus empleados. Un gran equipo de personas es el principal cimiento para que la atención a nuestros residentes sea de la mayor calidad posible, y nosotros podemos decir bien alto que disponemos de él. El camino ha sido duro en este primer año, pero gracias a todos vosotros hemos conseguido sacarlo adelante. Desde la Fundación Grupo Norte queremos animaros a seguir trabajando con las mismas ganas y dedicación con las que lo estáis haciendo hasta ahora.

Y por último, gracias a residentes y familiares por elegirnos para formar parte de sus vidas. Nuestra intención es que el centro sea una prolongación de su propia casa, que los residentes se sientan así, y que los familiares nos ayuden a conseguirlo.

Un año después de aquel agosto de 2015 en que la Residencia Madre de la Veracruz echaba a andar tengo que decir, personalmente, que me siento muy orgulloso de lo que hemos conseguido y que por parte de la Fundación Grupo Norte no vamos a cejar en el empeño de que este centro se convierta en un referente. Continuemos todos trabajando juntos para ello.

Alberto Cifuentes Martín  
Gerente de operaciones Residencias Personas Mayores  
Fundación Grupo Norte

# "UN AÑO DE ANDADURA"

La Residencia Madre de la Veracruz es un centro intercongregacional ideado y llevado a cabo por las Hermanas Mercedarias de la Caridad y los Padres Mercedarios. Es una entidad de Prestación de Servicios Sociales Residenciales a las personas mayores, que nace con la vocación de mejorar la calidad de vida de todos aquellos que hacen uso de nuestros servicios.

Este Centro comienza su andadura hace un año, concretamente el 12 de Agosto de 2016, cuando se abren las puertas a los residentes. Podemos decir que la puesta en marcha ha sido todo un reto para las Congregaciones Religiosas y el Equipo de Profesionales que, pertenecientes a Fundación Grupo Norte, componemos esta gran casa.

Mi labor como Directora de este Centro, es velar por la más alta calidad de los servicios prestados, para lo cual, puedo contar con buenas instalaciones y, sobre todo, con un extraordinario equipo multidisciplinar de profesionales, que están volcados en la atención de nuestros residentes, buscando constantemente la excelencia en su trabajo. Esta es la mejor garantía de calidad. Nuestro objetivo, seguir mejorando.

“Veracruz” no es un Centro Residencial más, es un hogar para todos nuestros residentes y visitantes. Precediendo a nuestros actos siempre está el pensamiento en vosotros, ya que todos integráis Madre de la Veracruz, un lugar donde vivir, disfrutar, compartir, ser feliz y, ante todo, un hogar cuya pretensión es mejorar la calidad de vida de todos los usuarios.

Hoy contamos con más de 90 residentes, pero tenemos capacidad para cubrir las necesidades de 114 usuarios. Han pasado por nuestro Centro 140 residentes, muchos de ellos se encuentran de vuelta en sus casas recuperados tras su paso por este centro. Nos orgullece que todas esas personas disfruten de una buena autonomía después de un periodo de tiempo de recuperación, aquí entre nosotros.

Residentes y familiares deben saber que estamos a su disposición siempre que lo necesiten. Siéntanse como en familia, no somos una institución fría y rígida, un asilo. Nuestro anhelo es buscar y ofrecerles el mayor bienestar a todos los niveles.

Aprovechando estas letras, agradezco su buen hacer profesional a todos los trabajadores que integran el equipo de “Madre de la Veracruz”. GRACIAS POR VUESTRA LABOR.

No quisiera concluir sin dar las gracias también a todas las personas que han contribuido con sus artículos a que esta revista vea la luz un año después de comenzar este camino. Seguiremos trabajando para que este proyecto se realice anualmente, coincidiendo con el aniversario de la apertura de este Gran Centro.

Dña. Nanzi Marcos Martín.  
Directora R. Madre de la Veracruz



# LA DIABETES MELLITUS EN EL ADULTO

Es una enfermedad de gran incidencia mundial y que aumenta con la edad. En población geriátrica, por encima de 65 años, del 15 al 20 % son diabéticos tipo 2.

## **¿Qué es la diabetes Mellitus?**

El páncreas es un órgano del sistema endocrino. Entre sus funciones está la fabricación de insulina, hormona indispensable para la vida. La insulina transforma ciertos alimentos en energía que nuestro organismo necesita para funcionar. Los alimentos contienen azúcares o hidratos de carbono; de todos los azúcares el más importante es la glucosa; a la cantidad de glucosa que hay en la sangre se denomina glucemia y se mide en mg/dl.

La Diabetes Mellitus es una enfermedad que consiste en una mala utilización de la glucosa por nuestro organismo y que es debida a una falta de insulina.

## **¿Para qué sirve la insulina?**

Evitar que en la sangre haya un exceso de glucosa. Por eso cuando la insulina no se produce de forma adecuada en la sangre hay hiperglucemia. Si el exceso de glucosa es mantenido de forma prolongada provoca el mal funcionamiento de algunos órganos; por ejemplo, el ojo (retina) el riñón, corazón, vasos...etc.

## **¿Para qué sirve la glucosa?**

Todas las células del organismo necesitan energía para realizar sus funciones. La glucosa es el combustible para esas células. A través de la digestión, los alimentos, ricos en hidratos de carbono, se descomponen en glucosa, la cual penetra en las células con la ayuda de la insulina.

## **¿Cómo influye el ejercicio físico en los niveles de glucemia?**

Durante la práctica de ejercicios se produce descenso de los niveles de glucemia. En los primeros minutos (30') el músculo consume la glucosa que hay en los depósitos y posteriormente el organismo pasa a consumir la glucosa de la sangre: si el ejercicio se prolonga, la glucosa se produce a partir de los depósitos de grasas. Cuando realizamos un ejercicio prolongado nuestro organismo disminuye la secreción de insulina, lo cual facilita que el hígado aporte glucosa a la sangre y que ésta pueda ser utilizada por los músculos.



## **¿Cuántos tipos de Diabetes Mellitus existen?**

Los dos más frecuentes son:

-Tipo 1: Son de aparición temprana, de manera brusca, en algunos casos, hereditaria, no asociada a otras enfermedades, dependiente de la insulina.

-Tipo 2: Aparición tardía, hereditaria, lenta y progresiva; interviene la obesidad y está asociada a HTA, dislipemia, no dependiente de insulina, al menos al principio.

Otros tipos de diabetes:

-La diabetes gestacional (embarazadas),

-La Diabetes farmacológica (Por medicamentos, corticoides)

La diabetes más frecuente es la diabetes tipo 2. Se considera que un 15-20 por ciento de la población adulta la tiene diagnosticada.

## **¿Qué personas tienen más riesgo de sufrir diabetes Mellitus, tipo 2?**

Personas con antecedentes familiares, las mujeres que padecieron diabetes gestacional y las personas obesas. (El 80 por ciento de los diabéticos, tipo 2, tienen obesidad)

El sedentarismo y los cambios dietéticos son factores que influyen en su padecimiento.

## **Síntomas de la diabetes:**

-Mayor ingestión de líquidos

-Emisión de gran cantidad de orina

-Cansancio

-Mayor ingestión de alimentos

-Pérdida de peso.

En ocasiones, y especialmente en la diabetes tipo 2, el paciente no presenta síntomas y se tarda en diagnosticar, hasta que una analítica casual nos lleva al diagnóstico.

## **¿Cómo se realiza el diagnóstico?**

Distintas maneras:

-Glucemia en ayunas . Más menos 126 mg/dl

-Glucemia a las dos horas de administrar 75 g de glucosa. Más menos 200 mg/dl

-HbA1C: Hemoglobina glicosada Más menos 6,5%

-Síntomas y glucemia en cualquier momento. Más menos 200 mg/dl

## **¿Qué es la prediabetes?**

Cuando el organismo comienza a tener un funcionamiento anómalo de la insulina.



### **¿Qué pasa si la diabetes no se trata correctamente?**

Hiperglucemias persistentes provocan daños en los llamados órganos diana: Arterias, ojos, sistema nervioso, riñones, corazón...

### **¿Cuándo consideramos que la diabetes está bien controlada?**

Con una determinación de hemoglobina glicosilada (Hb A1c), que nos permite conocer cómo se ha controlado la glucemia en los últimos tres meses. Se considera bien controlado cuando la cifra es FbA1c. Menor 7

### **¿Es importante reducir la pérdida de peso en los diabéticos?**

Ya hemos dicho que la obesidad está relacionada con la diabetes tipo 2. Reduciendo el peso cuando existe obesidad reducimos la resistencia a la insulina.

### **¿Cómo se puede reducir el peso? Recomendaciones:**

- Disminuir el consumo de grasas
- Disminuir la ingesta de bollería industrial, pasteles...
- Aumentar el consumo de fibra con la dieta (frutas, cereales, legumbres, frutos secos..)
- Aumentar la actividad física (Caminar 30 minutos al día al menos cinco días a la semana)
- No alcohol

### **¿Qué alimentos de hidratos de carbono puedo comer?**

-Alimentos de consumo escaso: azúcares, miel, dulces, pasteles, repostería...)

Alimentos de consumo diario: (Absorción rápida) frutas, leche, yogurt, requesón, cuajada...

Alimentos de consumo diario: (Absorción lenta) cereales, arroz, pasta, patatas, legumbres.

### **¿Qué otros factores hay que controlar?**

-La presión arterial (Evitar que supere cifras de 140/80)

-El tabaco (Se debe dejar de fumar)

-El colesterol (Es aconsejable que los niveles de colesterol LDL sean inferiores a 100mg/dl. En pacientes con enfermedades cardiovasculares añadidas, 70mg/dl)

Colesterol HDL superior a 40mg/dl en hombres y 50 en mujeres. Triglicéridos cifras inferiores a 150 mg/dl

## ¿Qué es la hipoglucemia y cómo se manifiesta?

Es el descenso del nivel de glucemia, menos de 70 mg/dl y se debe a:

- Disminución de la ingesta
- Exceso de ejercicio
- Mal tratamiento (si se inyecta más cantidad de insulina)

La hipoglucemia se manifiesta: mareo, temblor, sudores, palpitaciones, malestar general, nerviosismo. Suelen ser nocturnas. Lo primero que hay que hacer es tomar 15/20 gramos de glucosa o hidratos de carbono de absorción rápida, como azúcar o caramelo, siempre que el paciente esté consciente. Posteriormente vigilar los niveles de glucemia.

Si inconsciente ( Glucosa IV o glucagón subcutáneo)

Importante: las personas cercana al diabético deben saber, reconocer y actuar ante un diabético y actuar ante un diabético con hipoglucemia.

## Recomendaciones para el paciente diabético:

Es una enfermedad crónica y su evolución depende de su estilo de vida.

Seguirá las indicaciones de la enfermera y el médico. No fumar. Mantener el peso adecuado. Control de salud anual. Ejercicio regular. Dieta adecuada.

Llevar siempre dos terrones de azúcar. Higiene, cuidado con los pies (lavado y secado), cambio de calcetines, corte de uñas rectas, calzado correcto, acudir al podólogo.

Isidoro Martín  
Médico



# NUESTRO DÍA A DÍA

La enfermería se define según Martha Rogers como una profesión aprendida buscada en la aplicación de la ciencia y un arte....

Desde que empezamos en esto de la enfermería nos dimos cuenta que es una aventura cada día donde tienes que dejar de lado todo lo que hay escrito en los libros.

Para nosotros la enfermería es una montaña rusa con pacientes enfermos y pacientes sanos que tengo que cuidar y proteger pero también existe una parte importante y es la de darles cariño con un simple roce en el brazo , sacarles una sonrisa, jugar con ellos, bailar, ponerles música mientras hago las curas para hacerles cada día diferente y especial, porque eso también es un objetivo del equipo de enfermería.

Para nosotros ellos no son nuestros pacientes sino nuestra pequeña familia de abuelos con la que convivimos todos los días y nos demuestran su cariño,haciendo más fácil y agradable el día a día en nuestro puesto de trabajo.

Carla González  
Enfermera



# NUTRICIÓN

En el tiempo que llevo trabajando en la residencia, he tenido la oportunidad de trabajar con personas estupendas y de cuidar a personas mayores muy agradecidas. El hecho de poder mejorar la calidad de vida de los ancianos a través de la alimentación es un logro que me llena de satisfacción. Mi trabajo consiste en asegurarme que las personas mayores tengan un estado nutricional aceptable y, eso lo consigo realizando planes nutricionales individualizados para cada residente. Además, he tenido la oportunidad de impartir un taller sobre disfagia al personal de la residencia. He compartido mi conocimiento, he hecho una demostración práctica de cómo utilizar el espesante y, de esta manera, he conseguido una mejoría en la alimentación de las personas que tienen dificultades a la hora de tragar. Con todo esto, disfruto en trabajando con personas y creo que seguir una dieta adecuada a la edad, gustos, ejercicio físico y el estado clínico de las personas es crucial, así que ya sabes, ¡nunca es tarde para empezar a cuidarse!

Rita Simorra

Nutricionista



# LEY DE LA DEPENDENCIA

Una de las dudas que nos surgen cuando nuestro familiar ingresa en un centro residencial son; ¿ Qué tipo de ayuda puedo solicitar? ¿ Qué es la dependencia? ¿ Si ya soy beneficiario de una prestación, cómo la debo permutar? Para aclarar estas dudas y otras debemos tener en cuenta:

La presente ley tiene por objetivo regular las condiciones básicas para garantizar la igualdad de los ciudadanos en el derecho de la promoción de la autonomía personal y la atención a dependientes.

Tiene por finalidad atender las necesidades de aquellas personas que por encontrarse en situación de especial vulnerabilidad requieren apoyos para desarrollar las actividades básicas de la vida diaria.

Para optar a las ayudas contempladas en la ley de Dependencia, es necesario ser declarado "dependiente".

La Ley de Dependencia establece los siguientes tres grados posibles de dependencia:

- GRADO I: Dependencia moderada, cuando la persona necesita ayuda para realizar varias actividades básicas de la vida diaria, al menos una vez al día o tiene necesidades de apoyo intermitente o limitado para su autonomía personal (Baremo de Valoración de la Dependencia de 25 a 49 puntos).
- GRADO II: Dependencia severa, cuando la persona necesita ayuda para realizar varias actividades de la vida diaria dos o tres veces al día, pero no requiere el apoyo permanente de un cuidador o tiene necesidad de apoyo extenso para su autonomía personal (Baremo de Valoración de la Dependencia de 50 a 74 puntos)
- GRADO III: Gran dependencia, cuando la persona necesita ayuda para realizar varias actividades básicas de la vida diaria varias veces al día y necesita el apoyo indispensable y continuo de otra persona o tiene necesidad de apoyo generalizado para su autonomía personal (Baremo de Valoración de la Dependencia de 75 a 100 puntos).

El Catálogo de Servicio, contenido en el artículo 15 de la Ley de la Dependencia, comprende:

- 1.- Servicio de prevención de la situación de dependencia y promoción de la autonomía personal.
- 2.- Servicio de Teleasistencia.
- 3.- Servicio de Ayuda a Domicilio.
- 4.- Servicio de Centro de Día y de Noche.
- 5.- Servicio de Atención Residencial.

Por su parte, en la Ley de Dependencia, se establecen tres tipos de prestaciones de tipo económico, la que nos interesa es:

- Prestación económica vinculada al servicio. Es de carácter periódico, se reconocerá sólo cuando no sea posible acceder a un servicio público, y en función del grado de dependencia y de la capacidad económica del beneficiario. Es una prestación personal vinculada a la adquisición de un servicio, que será supervisado por las Administraciones Públicas.

El reconocimiento de la situación de dependencia se hace efectivo mediante una resolución expedida por la Administración Autónoma correspondiente a la residencia del solicitante y tiene validez en todo el territorio español.

Para solicitar dependencia se necesita presentar ante la Gerencia, la solicitud normalizada, junto al Informe de Salud emitido por el médico correspondiente del Sacyl. Para los casos de reconocimiento de dependencia inicial o para revisión de grado de dependencia. Para la comunicación de cambio de domicilio o cambio de prestación solo es necesario comunicárselo a la Gerencia de Servicios Sociales mediante solicitud cumplimentada con los cambios.

Espero que estas líneas os hayan servido para poder conocer un poco más la famosa "Ley de Dependencia".

María Sánchez Bernal  
Trabajadora Social



# PROGRAMA ACTIVIDADES TERAPIA OCUPACIONAL

## **Programa de Orientación a la realidad:**

Este programa tiene como objetivos principalmente ubicar a la persona mayor temporal y espacialmente, además pretende potenciar la memoria inmediata y el lenguaje.

## **Programa de Estimulación Cognitiva:**

Los objetivos de este programa son tanto prevenir como mantener las capacidades mentales de cada uno de los residentes participantes, trabajando diferentes aspectos como son; la memoria, la atención, concentración, la orientación, cálculo y el vocabulario.

## **Programa de Manualidades:**

Este taller permite a los residentes pasar un rato divertido, facilita la convivencia y socialización, aprenden a compartir y a ayudarse, se favorece la estimulación sensorial sobre todo del tacto y la vista, además de fomentar su creatividad y de mantener las capacidades motoras

## **Programa taller de prensa:**

En estas sesiones se leen y comentan las noticias que más interesan y llaman la atención de la prensa diaria o semanal, exponiendo la opinión de cada usuario.



## Programa de LudoTerapia:

Con esta actividad se favorece la convivencia entre los residentes intentando que pasen un rato agradable y divertido. Les ayuda a mantener contacto con la realidad, por medio de una actividad que venían realizando con frecuencia en su vida diaria.

Ana González  
Terapeuta Ocupacional



# RESIDENCIA Y FISIOTERAPIA

Residencia y fisioterapia; ¿qué son y por qué dos palabras tan distintas son a la vez tan inseparables? Analicemos a continuación detalladamente cada una de ellas para comprender mejor su significado y la estrecha relación que une a ambas.

La fisioterapia es el arte y la ciencia que utiliza los agentes físicos como tratamiento y prevención de lesiones y enfermedades. Así se define, pero cuando se refiere a geriatría, en esta edad y etapa de la vida, cobra aún mayor importancia para el mantenimiento de las capacidades vitales, la independencia y la salud de la persona.

Una residencia, según nuestro criterio y experiencia, debe ser mucho más que un centro en el que se ofrezca alojamiento, comida y atenciones básicas. Nosotros pretendemos que esta residencia, sea un lugar en el que se fomentan las relaciones interpersonales y donde se enseña a aceptar y afrontar esta etapa de la vida, en la que las personas nos hacemos más dependientes. Un lugar en el que un completo equipo de profesionales trabajamos con absoluta dedicación, para tratar de ofrecer una serie de servicios y prestaciones, que sean capaces de cubrir desde las necesidades más básicas hasta otras de carácter menos esencial pero también, a nuestro juicio, igualmente necesarias. Por ello nos esforzamos en proporcionaros el cuidado y atención que preciséis en cada momento, ajustándonos a una estricta valoración a nivel individual. Y dentro de este cuidado se encuentra la fisioterapia.

¿Qué papel desempeña la fisioterapia en geriatría? Generalizando, diría que el tratamiento de lesiones, la rehabilitación y recuperación funcional y la mejora de la calidad de vida de las personas. Profundizando un poco más, añadiría la atención a limitaciones y patologías temporales o permanentes, como las reumáticas (artrosis, artritis, tendinitis...), traumáticas (fracturas, contusiones, luxaciones...), neurológicas (hemiplejías, parkinson, alzheimer...), circulatorias, respiratorias... Y en último lugar, y no por ello menos importante, merece especial mención, la lucha contra el deterioro del organismo inherente al proceso de envejecimiento. No podemos eliminar este problema pero si podemos retrasar su aparición y ralentizar su progresión, minimizando sus efectos cuando ya está presente. Uno de los grandes medios con que la fisioterapia cuenta para lograr este importantísimo objetivo es la revitalización, esas “sesiones de gimnasia” que son mucho más que simples ejercicios. Son movimientos articulares perfectamente estudiados y diseñados para conseguir aumentar y mantener la amplitud de la movilidad, la coordinación, el equilibrio, la fuerza muscular... Todo ello dirigido hacia un mismo fin: recuperar, mejorar y conservar las

capacidades físicas y la autonomía de la persona en el máximo grado posible.

Fundamentales para alcanzar todas estas metas son también, dentro de la fisioterapia, la comunicación fisioterapeuta-paciente y la colaboración por parte de éste último en el tratamiento, ya que cuando existe carencia en alguno de estos aspectos la terapia no puede ser, por mucho que se pretenda, igualmente efectiva.

Por todo esto la fisioterapia es imprescindible, al igual que otra serie de actividades y servicios profesionales que forman parte del ámbito de prestaciones que, buscando el bienestar, el beneficio y la calidad de vida de la persona, ofrece esta residencia y que esperamos sean de vuestro completo agrado, aprovechamiento y satisfacción.

Juan Carlos González  
Fisioterapeuta



## SALUDO Y DESPEDIDA

Hoy en día hay un envejecimiento de la población a ritmo creciente y pone de manifiesto los nuevos retos asistenciales y problemas sociales de nuestros mayores, la dificultad para conciliar la vida laboral y el cuidado de nuestra familia la exclusión social y la escasez de recursos. También las comunidades religiosas han experimentado en los últimos tiempos un envejecimiento creciente que ha llevado a los responsables a plantearse la mejor manera de cuidar a sus religiosos ancianos de la manera más digna posible. Así surgió la RESIDENCIA MADRE DE LA VERACRUZ.

Nuestra residencia ésta orientada a cubrir esas carencias básicas que precisa éste colectivo y a ofrecerles un lugar donde puedan sentirse en casa.

Tenemos muy presente las necesidades de aquellos que deciden formar parte de esta familia y lo que podemos hacer para mejorar su calidad de vida. Porque se trata de llegar a esta etapa de madurez y vivirla de la mejor manera.

Tener salud física es muy importante pero también y en la misma medida lo es tener salud mental y llenar el día a día de cosas agradables y satisfactorias y así mismo un cuidado espiritual.

Gozar de compañía grata y diversión no es algo reservado solo a la juventud; en este punto del camino debemos alimentar nuestros hobbies, rodeándonos de personas con las que estemos a gusto, compartir experiencias, salir de vez en cuando sentirnos guapos y concedernos la oportunidad de una nueva ilusión. Todas éstas cosas aportan salud emocional que sumará mucho al conjunto del bienestar de las personas y nuestro personal lucha día a día para que ello se lleve a cabo con éxito pues tan necesaria es un gestión eficaz como un trato humano .

Desde mi responsabilidad y como miembro del equipo de Fundación Grupo-Norte, les doy la BIENVENIDA al centro "MADRE DE LA VERACRUZ".

Eva María Hernández  
Recepción

# SI AMAS LO QUE HACES, NUNCA SERÁ UN TRABAJO.

Mi valoración irá referida desde un punto de vista personal pero muy ligado con lo profesional, ya que considero que no sólo he aumentado mis conocimientos, aptitudes y capacidades para desempeñar mi labor como trabajadora social, sino que creo que he crecido como persona, volviéndome más humana y madurando a niveles insospechados en tan solo tres meses de trabajo.

Estoy agradecida y me siento afortunada, ya que no sólo he tenido suerte al realizar las prácticas en el ámbito al que siempre me he querido dedicar, las personas mayores, sino que he desempeñado mi labor en el centro que elegí, siendo un resultado más que lo esperado.

He tenido la gran suerte de tener un tutor institucional con ganas de formar grandes profesionales, que ha puesto todo su empeño y cariño en que aprendiese todo el funcionamiento y procedimientos de las residencias de personas mayores, enseñándome incluso aquello con lo que ella no trabajaba pero consideraba que debía conocer en vista a mi futuro laboral.

La acogida por el resto de profesionales ha sido impecable, desde el primer día fui una más, respetada y valorada por todo el equipo de trabajo. Lo que me ha servido para aprender no sólo funciones específicas del trabajador social, sino también de las funciones del resto de personal de un centro residencial.

Por parte de los residentes y familiares, el cariño, el trato y el agradecimiento que he recibido, me hacen aún más difícil decir adiós a esta etapa de mi vida, en la que pese a haber alargado una semana más de lo establecido mis prácticas, siento que nunca podré desvincularme de manera completa, después de todo lo que me han dado personal y profesionalmente.

Me siento más madura y capaz de afrontar situaciones adversas, han aumentado mis ganas de dedicarme a esto por lo que llevo luchando cuatro años y, en especial, me he dado cuenta que mi vocación está en ayudar a aquellos que lo necesitan y creo que tengo mucho que ofrecer a las personas mayores y mucho más ellos a mi.

Me siento más trabajadora social que nunca y con unas inmensas ganas de luchar por esta profesión que me llena profesional y personalmente.

Sólo me queda decir: ¡ GRACIAS!

Paloma Hernández  
Trabajadora Social en prácticas.





# CUMPLEAÑOS DE NUESTROS RESIDENTES

## ENERO

Daniel Pacheco (7/1926)  
Matilde Vicente (26/1921)  
Victoria Pérez (11/1918)  
Francisca Rozas (28/1919)  
Orentino Gómez (10/1929)  
M<sup>a</sup> Luz García-Arista (12/1923)  
Lola Sánchez (24/1955)  
Aurelio Carabias (9/1934)  
Ignacia Fernández (10/1924)  
Germán Jimenez (19/1922)  
Antonia Miguel (17/1924)  
Guzmán Ramos (2/1925)  
Luis Rodríguez (6/1933)  
Isabel Herrero (19/1922)

## FEBRERO

Ángela Luis (26/1934)  
Pedro Miguel (10/1921)  
Higinio González (3/1945)  
Consuelo De Arriba (11/1927)  
Eufemia Rodríguez (7/1927)

## MARZO

M<sup>a</sup> Jesús Merino (2/1935)  
Ángela Gutierrez (1/1931)  
José Curto (27/1933)  
José Luis García (16/1937)  
Arsenia Rodriguez (12/1923)  
Josefa Sánchez (12/1922)  
Ángela Diego (7/1923)  
Teresa González (27/1919)



## ABRIL

Eva Mateos (3/1920)  
Ana Egido (25/1930)  
Erqui Pérez (25/1930)  
Carmen Barral (26/1935)  
Inés Beneitez (27/1931)  
M<sup>a</sup>Carmen Hdez (25/1962)  
Concha Izquierdo (8/1926)  
Pilar Santirso (29/1926)  
Josefa Castro (4/1925)  
Antonio Martinez (29/1939)

## MAYO

Margarita Calderón (8/1936)  
Ascensión Cañas (22/1936)  
Ángel Del Bosque (13/1944)  
José Vázquez San Martín (3/1934)

## JUNIO

Luis González (20/1934)  
Esmeralda Sánchez (17/1932)  
Jerónimo Hdez (24/1932)

## JULIO

Mónica Cartón (28/1931)  
Sebastián Alonso (21/1929)  
Visitación Polo (2/1930)  
Ana M<sup>a</sup> Sánchez (26/1940)  
Trinidad Gallego (12/1930)  
José Antonio Moro (17/1936)  
Maria Risueño (16/1924)  
Domingo Bejarano (26/1923)  
Jacinta Díaz (27/1920)

## AGOSTO

M<sup>a</sup> Josefa Gutierrez (9/1924)  
Jose Manuel Pinto (15/1949)  
Amparo Sanchón (9/1935)  
Sagrario Sánchez (2/1936)  
Lorenzo Vega (10/1935)  
Isabel Hdez Martín (20/1933)  
Francisca Marco (8/1930)





## SEPTIEMBRE

Clodoaldo Nuñez (3/1927)  
Isabel Hdez Rodríguez (26/1926)  
Carmen Arnés (9/1934)  
Amelia de Cabo (21/1921)  
Francisco Sánchez (17/1933)  
Tomasia Marcos (7/1926)  
Mercedes Orduña (24/1918)  
Micaela Herrero (29/1926)  
Vicente Cinos (4/1929)  
M<sup>a</sup> Dolores Sanz (15/1941)

## OCTUBRE

Rosario Hdez (7/1935)  
Sagrario Fdez (29/1935) Ana  
Ana M<sup>a</sup> Barrios (29/1930)  
M<sup>a</sup> Teresa Ramos (9/1942)  
Teresa Bellido (7/1924)  
Brigida Gallego (22/1933)  
Carmen Rivas (4/1933)  
Piedad Calabuig (4/1926)  
Tomás Torres (27/1927)  
Bernardo Hdez (6/1941)

## NOVIEMBRE

M<sup>a</sup> Pilar Ramos (26/1936)  
Angeles Filloy (20/1925)  
Juana Cartón (4/1927)  
José Benito Osorio (27/1938)  
Vicenta Bernal (7/1934)

## DICIEMBRE

María Díaz (19/1927)  
José M<sup>a</sup> Cocho (13/1927)  
Concha López-Chaves (23/1924)  
Josefa Nieto (17/1923)  
Mercedes Pérez (18/1928)  
Lucía Boyero (21/1924)  
Rosario Crespo (24/1925)  
Genara González (18/1930)  
Nicolás Hueso (10/1921)  
Mercedes Gómez (20/1935)



**¡Feliz Cumpleaños a todos!**

# ACTIVIDADES ESPECIALES

Durante nuestro día a día realizamos diversos tipos de actividades, algunas de las cuales las realizamos para que los residentes sigan manteniéndose en contacto con el mundo que les rodea, son las que llamaremos actividades especiales.

Estas actividades se desarrollan tanto en el interior como en el exterior de nuestra residencia.

## INTERNAS:

Una vez a la semana se proyecta cine en el salón del centro.

Se realizan celebraciones de fechas señaladas como lo son:

--> Inauguración de la Residencia: Se llevó a cabo el día 7 de noviembre de 2015.



--> Navidades: Para celebrar estas fechas tan señaladas se llevaron a cabo diversas actividades como la realización de un Belén viviente por parte de varios de nuestros residentes.



La interpretación de una obra de teatro por parte de nuestros residentes, algunos familiares y trabajadores del centro.



# OBRA DE TEATRO

## LA FOTO DE NAVIDAD

de José Manuel Ballesteros Pastor

### ACTO ÚNICO

Estudio fotográfico. Cámaras, focos, trípodes. Al levantarse el telón, está el Fotógrafo repasando una lista. Su ayudante colocando cosas.

FOTÓGRAFO: ( Lápiz a la oreja- Gritando) ¡La foto del siglo! ¡Una tarjeta navideña con todos los personajes del belén! ¡Sensacional!

(Llama a su mujer) ¡Sinfo... Sinforosa!

SINFOROSA: (Entra en escena) ¿Qué quieres?

FOTÓGRAFO: (Presumiendo) ¡Alábame!

SINFOROSA: (Golpes en la espalda)

El mejor fotógrafo del mundo...

(Golpe) ¡Maravilloso...! (Golpes) ¡Único...! (Golpe muy fuerte, que casi tira al Fotógrafo) El genial superfotooooooografo

FOTÓGRAFO: (Reponiéndose) ¡Bueno, bueno! Vale. Van a venir los clientes. (Llaman a la puerta. Abre el Ayudante. Sale a escena el Frío de la Navidad.)

FOTÓGRAFO: (Empieza a tiritar) ¡Uf! ¡Qué frío!

EL FRÍO: (Tiritando) Bu-buenas... Ve-vengo por lo del a-anuncio... L

FOTÓGRAFO: (Tiritando igualmente, frotándose las manos por el frío) Pa-Pase... ¿U-Usted qui-quién es?

EL FRÍO: (Tiritando) El Frí-Frío... de la Na-Navidad...

AYUDANTE: (Tiritando) ¡Ca-carámbano...!

EL FRÍO: (Tiritando) S-Sí... Un ca-carámbano...

FOTÓGRAFO: (Tiritando) Bu-Bueno... (Señala al cuarto) Espere... ¡a-a-a-atchís!... (Se va el Frío)

(Fuertes golpes. Abre el Ayudante. Entra la posadera)

POSADERA: (Hablando con mucho descaro) ¡Buenas! Venimos por lo del anuncio.

FOTÓGRAFO: (Aún limpiándose la nariz. Voz gangosa) ¿Quién es usted?

POSADERA: (Con aire de superioridad) ¿No se nota? La posadera de Belén.

SINFOROSA: (Enfadada) ¡Se portaron mal con María y José!

POSADERA: (Dirigiéndose al Ayudante) ¡Y a usted qué le importa eso...!

(Dirigiéndose al Fotógrafo) ¿Cuánto nos va a pagar?

FOTÓGRAFO: ¡Bueno, bueno! Esperen en esa habitación. (Señalando)

POSADERA: (Fastidiada) ¿Esperar?... ¡Yo no puedo esperar! ¡Mi tiempo es

oro...! ¡No hay derecho! ¡El Libro de Reclamaciones! ¡El Libro de

Reclamaciones! (SE ALEJA PROTESTANDO)

(El Ayudante a duras penas consigue sacarla de escena.)

FOTÓGRAFO: ¡Uf! (Al Ayudante) Te dejo a cargo. (Le entrega la lista) Me voy a tomar una tila. La posadera me han puesto de los nervios...(Sale de escena.)

SINFOROSA: (Llaman a la puerta.) ¡Adelante!  
(Entra César Adisgusto, muy romano él. Lleva unas pinzas en la nariz y una corona seca sobre su cabeza.)

SINFOROSA: (Servicial) ¡Pase, pase..., por favor! (Mirando la lista) Usted debe ser César Augusto (Nota cierto mal olor)

CÉSAR: (Vergonzoso y casi en secreto) No; César Adisgusto.

AYUDANTE: (Comprobando de nuevo la lista) ¿Cómo?

CÉSAR: (Alicaído) Sí, César A-dis-gus-to... Es que, verá, se me ha secado la corona de laurel, ¡y tengo un disgusto!... Ésta de ajos huele muy mal.

SINFOROSA: Sí, ya lo veo... Perdón... huelo!

CÉSAR: (Explicando) Es que necesito una corona de laurel.

SINFOROSA: (Con la nariz tapada) Sí. Bueno, no se preocupe. Espere ahí (Le acompaña)

(Se oyen fuertes golpes en la puerta) (Acude Sinforosa)

SINFOROSA: (Pidiendo tranquilidad) ¡Ya va...! ¡Ya va!

PARIENTA: (Con aires de superioridad) ¿Es aquí donde la foto esa?. Soy la parienta de María y José.

SINFOROSA: (Fjgiendo que le alegra conocerla) ¡Encantada!

PARIENTA: (Muy "estirada") A mí me pone en primera fila. ¡Estoy guapísima con este vestido!. Me ha costado un pico.

SINFOROSA: (Dirigiéndose sólo al público) Pico es lo que le sobra... (Ahora dirigiéndose, a lgo molesta, a los parientes) ¡Bueno, bueno...! Pase ahí y esperen un momento...

PARIENTA: (Enfadada) ¡Ay! ¡Qué prisas!

(Regresa detrás el Fotógrafo. El Ayudante le devuelve la lista al Fotógrafo que se pone a repasarla.)(Al momento entra José llevando un cochecito con el Niño –un muñeco- y María que carga una enorme bolsa de pañales.)

FOTÓGRAFO: (Los reconoce al verlos, y se alegra por ello) ¡Hola! Ustedes deben de ser...

JOSÉ: (Señalando) José, María y el Niño.

FOTÓGRAFO: (Agradable) ¡Pasen, pasen...! (Haciéndole una carantoña al Niño) ¿Cómo está este Niño tan rico?

(Gime el Niño y se echa a llorar –voz en off- . José mece el carrito y, como no cesa el llanto, lo toca. Es cuando nota que el pequeño está mojado.)

JOSÉ: (A María) María, que el Niño se ha hecho pis...

MARÍA: (Algo aliviada) ¡Menos mal que he comprado en oferta los pañales supergrandes!

JOSÉ: (Alabando a María) ¡Eres la mujer para un pobre! ¡Qué bien hice casándome contigo!

AYUDANTE: (Que se ha acercado y también le hace carantoñas al Niño) Bueno... Pasen ahí dentro y lo van cambiando. ¿Vale?

MARÍA: Pues, muchas gracias. ¡Anda, José, mueve el carro! (Salen María, José y el carrito y el Sinforosa les acompaña)



FOTÓGRAFO: (Volviéndose. Se asusta mucho al verlo)  
(Recuperándose poco a poco) Usted... debe de ser... el Ángel.  
¡Ay...!

ÁNGEL: (Repite) "Gloria en el Cielo y Paz a los hombres de buena voluntad"

FOTÓGRAFO: (Titubeando) Bueno, hombre... digo, ángel; está bien.  
Pase y espere un momento. (Sale el Ángel acompañado del Fotógrafo)  
(Entra Sinforosa barriendo el suelo. Entra de pronto la Estrella, pequeña, grácil, juguetona, corriendo. A ella vienen enganchados, como de la cola de su estela, y en fila india, Melchor, Gaspar y Baltasar. La Estrella da vueltas hacia un lado y otro, alrededor de Sinforosa, sin detenerse.)

MELCHOR: (Agitado) Venimos a lo de la fotografía. ¡Somos los Reyes Magos!

SINFOROSA: Bien... Ahora vendrá mi esposo... (Rogando) Pero, ¿no pueden estarse quietos?

MELCHOR: (Asfixiado) ¡No! No hemos tenido más remedio que engancharnos a la Estrella, pues se nos ha perdido varias veces.

SINFOROSA: (Algo preocupada) Pero así no podrá hacerse la foto.

BALTASAR: (Tranquilizándola) No se preocupe...

GASPAR: (Muy tranquilo) En cuanto vea al Niño, parará.

MELCHOR: ¡Y pararemos todos! (Antes de salir de escena) ¡Volveremos a vernooooos!

(La Estrella se marcha seguida por los Reyes Magos. Ruidos de golpes, tiestos rotos, etc.)

SINFOROSA: (Encogiéndose) ¡Vaya tortazo! (Recoge la basura con la pala y se retira)

(De nuevo, fuertes golpes en la puerta.) (Sale a abrir el Fotógrafo)

FOTÓGRAFO: ¡Adelante! ¡Adelante! (Entra Herodes con un muñeco al hombro) ¿Usted quién es?

HERODES: (Presumiendo) ¿Yo? ¡Herodes, Rey de Judea! ¿Y usted?

FOTÓGRAFO: El fotógrafo...

HERODES: (Husmeándolo) ¿Usted no será por casualidad un niño? En confianza le voy a contar un secreto: Me encanta comer niños.

FOTÓGRAFO: (Algo asustado) ¡No, no...! Por favor!... Espere ahí...

HERODES: Bueno... (Antes de salir, se vuelve) ¿No tendrá usted bicarbonato? (Acariciándose la barriga) Los niños a veces se me indigestan.

FOTÓGRAFO: (Llevándolo hacia fuera) Luego... Luego se lo daré.  
(Sale a escena el Ayudante)

PASTORA 1º: (Con voz remilgada) ¿Se puede?

AYUDANTE: (Sin moverse de su sitio) Pase.

PASTORA 1º: (Alegre) Verá, venimos por lo de la foto.

AYUDANTE: (Acicalándose) Aquí es. Mi Jefe es el fotógrafo.

PASTORA 2º: (Dando saltitos) ¡Ay, qué emoción!

AYUDANTE: (Afirma) Ustedes serán pastoras.

PASTORA 1º: (Orgullosa) Sí.

AYUDANTE: Pues pasen, pasen... (Les acompaña a la sala)

PASTORA 2º: (Mientras salen) ¡Ay, qué emoción!  
(Entran el Fotógrafo y esposa. Tocan insistentemente en la puerta.)

FOTÓGRAFO: ¡Por favor! Sinfo abre la puerta.

SINFOROSA: (Va a abrir la puerta) Ya voy, ya voy... ¡Qué prisas!  
(Entra Sinforosa acompañada de la Vaca y del Burro)

FOTÓGRAFO: (Sorprendido) ¡Anda! No los esperaba. Ustedes deben ser el Burro y la Vaca.

VACA: (Algo molesta) ¡Claro, que no nos esperaban!...

BURRO: (Apuntillando) ...Ustedes los humanos nunca piensan en nosotros: los animales. Me dan ganas de... (Golpeando el suelo con las "pezuñas")

SINFOROSA: (Quitándole "hierro" al asunto) ¡Discúlpenos!... ¡Por favor, acompáñame! Y les serviré un plato de alfalfa... Por aquí...(Salen de escena la Vaca, el Burro y Sinforosa)

(Queda solo el Fotógrafo. Entran tres niños; en la espalda llevan colgado el típico muñeco de papel de las inocentadas. En una mano, varios muñecos más. Siempre hablan los tres a la vez, como sí de una sola voz se tratase. Son los Santos Inocentes)

FOTÓGRAFO: (Los ve) ¿Quiénes son ustedes?

SANTOS INOCENTES: Los Santos Inocentes. (Se vuelven para que el Fotógrafo pueda ver el muñeco de papel colgado en sus espaldas)

FOTÓGRAFO: ¡Ah! ¡Claro! (Mira en la lista. Mientras, uno de los niños le pega en la espalda un muñeco de papel) Bueno. Esperen ahí dentro.

SANTOS INOCENTES: (Muy modositos) Sí, señor.

FOTÓGRAFO: (Advirtiendo) Y cuidado con Herodes.

SANTOS INOCENTES: (Igual) Sí, señor. (Se van)

FOTÓGRAFO: Espero que no vengan más. (Llamando) ¡Sinforosa! ¡Ayudante!.

SINFOROSA: (Fastidiada) ¡Ya voy, hombre! No para una de trabajar...

FOTÓGRAFO: (Dándole en el hombro. Contento) Sinfo, ¡qué foto!. Que entren según vaya nombrando mi Ayudante (Le da la lista al Ayudante).

SINFOROSA: ¡Ya era hora! ¡El salón parecía una jaula de grillos! ¡Me tenían loca! (Tocándose la cabeza)

AYUDANTE: (Mira la lista) Señor José y familia. (Sale Sinforosa y entra con José, María y el carro con el niño)

FOTÓGRAFO: Aquí, sitúense aquí, por favor. (Se colocan frente a los espectadores, muy formalitos)

AYUDANTE: (Mira la lista) Señora Vaca y Señor Burro.  
(Entran acompañados de Sinforosa)

FOTÓGRAFO: (Indicando) Detrás de José, María y el Niño.

AYUDANTE: (Mira la lista) Señores Magos y Estrella.  
(Salen los Tres Reyes, siempre corriendo detrás de la Estrella. No hay forma de pararlos. El Niño, entonces, empieza a llorar –voz en off-. La Estrella se detiene y se coloca, feliz, a su lado.)



FOTÓGRAFO: ¡Uf! (A los Reyes) Ustedes aquí. (Los sitúa a la derecha de José y María)

AYUDANTE: (Mira la lista) Ahora, los señores familiares.  
(Entran Pariente y Parienta acompañados de Sinforosa)

FOTÓGRAFO: (Indicando) Ustedes detrás de la Vaca y del Burro.

PARIENTA: (Señalando el centro) ¿No sería mejor aquí?

FOTÓGRAFO: (Con autoridad) No. Donde yo les digo.

PARIENTA: (Con fastidio) ¡Vaya!

AYUDANTE: (Mira la lista) ¡Los pastores!  
(Entran acompañados por Sinforosa)

FOTÓGRAFO: (Indicando) Por ahí detrás.

AYUDANTE: (Mira la lista) Ahora, los Posaderos.  
(Entran acompañados por Sinforosa)

POSADERA: (Seguida de su marido) ¡Ya era hora! ¡No puedo perder el tiempo!

FOTÓGRAFO: ¡Perdone! Ya mismo terminamos. Aquí. (Los sitúa detrás de los Reyes Magos, al lado de los Parientes)

POSADERA: (Molesta) ¡Eso es! ¡Y encima, en segunda fila!

PARIENTA: (Con "rentintin") ¡Señora, no proteste, que nosotros teníamos que estar en primera fila y no nos quejamos!

POSADERA: (A la Parienta) Pues no sé por qué tenían que estar en primera fila. (Discuten. Todos opinan. Hay una enorme confusión)

FOTÓGRAFO: (Realmente desesperado) ¡Por favor, por favor! Es sólo un momento. (A Sinforosa) Sinfo, por favor, llama al Rey Herodes.

(Va Sinforosa y trae a Herodes. Herodes lleva de la mano a los tres niños Santos Inocentes.)

PARIENTE: (Lo reconoce) ¡Es él!

PARIENTA: (Al verlo) ¡Sí!

TODOS: ¡Fuera! ¡Fuera! ¡Fuera! (Animan al público con palmas, para que se unan en su intención)

(La mayoría del grupo persigue a Herodes. El Niño comienza de nuevo a llorar –voz en off-. Se descompone la organización del Fotógrafo. Los Reyes Magos, detrás de la Estrella, gritan: "¡Qué la perdemos! ¡Que la perdemos otra vez!". José y María intentan, en vano, calmar al Niño. La Posadera grita: "El Libro de Reclamaciones". Los Santos Inocentes se dedican a colocar muñecos de papel en la espalda de todos los que están a su alcance. El Niño grita lo más fuerte que puede –voz en off-. Ante el grito, todos se paran.)

MARÍA: (Agitada) No se peleen, por favor. El Niño se pone muy triste.  
(Con sus caricias y sobre todo con el silencio de los personajes, el Niño se calma).

FOTÓGRAFO: (Conciliando) ¡Claro! María tiene razón. Vuelvan a sus sitios. Será sólo un momento. (Mira en la lista y se dirige a Sinforosa)

Rápido don César. (Esta va y regresa con César.) Don César Augusto (haciéndole una reverencia)

CÉSAR: (Disgustado) Adisgusto... (todos, gestos de mal olor)

FOTÓGRAFO: (Reverenciándolo) ¡Ah, sí! Pase por aquí. Le tenía reservado un buen sitio... (Lo coloca delante de los Reyes Magos)

POSADERA: (Molesta) ¡Eh! ¿Qué tiene ese señor para estar delante? ¡Y con lo mal que huele!

PASTORA 1º: (Imitando a Posadera) ¡Eso digo yo!  
(Empiezan a discutir y se organiza un alboroto similar al anterior. El Niño vuelve a llorar y, como antes, todos se calman al oír sus gritos –voz en off-.)

MARÍA: (Rogando) ¡Por favor!

JOSÉ: (Toca el Niño y lo encuentra mojado) ¡María! ¡Qué el Niño se ha vuelto a orinar!

MARÍA: (Disgustada) ¡Claro! ¡Con tanto jaleo! ¡Ay, Pepe! ¡Ni con los supergrandes!

FOTÓGRAFO: (Los coloca de nuevo, aunque cada vez le cuesta bastante más) Ayudante, llama al señor Frío.  
(Entra el Frío, tiritando. Todos empiezan a hacer gestos de frío, estornudar, toser, resoplar, etc.)

POSADERA: (Con su característico mal genio) ¡Contra! ¡Ahora pillaremos una pulmonía!  
(De nuevo se arma el alboroto. El Niño llora con fuerza, -voz en off- pero ya nadie le hace caso. El Fotógrafo se muestra desesperado.)

FOTÓGRAFO: (Desesperado) ¡Socorro, Sinforosa!  
(Entra Sinforosa con el Ángel)

ÁNGEL: (Ceremonioso. Con su bastón) “Gloria en el Cielo y Paz a los hombres de buena voluntad” (Todos siguen alborotados y nadie escucha al Ángel) (Repitiendo su frase, pero un poquito más alto) “Gloria en el Cielo y Paz a los hombres de buena voluntad” (Nadie le escucha) (Gritando a pleno pulmón) ¡¡¡ He dicho “Gloria en el Cielo y Paz a los hombres de buena voluntad” !!! (Todos lo descubren ahora. Se muestran asustados. Poco a poco se van calmando. El Ángel repite, ahora más tiernamente, sus palabras.) “Gloria en el Cielo y Paz a los hombres de buena voluntad”

FOTÓGRAFO: ¡Paz, paz!  
(Conciliador) ¡Claro, hombre! Si es lo que yo les digo.

POSADERA: (Encantada con el Ángel) ¡Qué bien habla este Ángel!

PASTORA 1º: (Igual) ¡Y qué pelo tiene!

FOTÓGRAFO: (Vuelve a colocar por enésima vez a la gente) Por favor... El señor Ángel aquí. (Lo sitúa detrás de todos) Así. (Prepara entonces la cámara. Se dispone a hacer la foto) A ver, un poco a la derecha... (Se mueven todos, como si fueran una sola persona, cómicamente, hacia la derecha, sin dejar de sonreír ni de marcar la pose) No; no tanto. Un poco a la izquierda... (Hacen lo mismo, pero ahora por la izquierda) No. Mejor será que avancen un poquitín... (Se acercan en grupo hacia el Fotógrafo) Tampoco. No me da el encuadre. Veamos, agáchense un poco. (Lo hacen, flexionando las piernas, sin descomponer apenas la figura) No. Mejor se ponen más naturales. Abriré el diafragma ¡Vale, vale...! Creo que ya está a punto, señores.

POSADERA: (Cuando todo parece dispuesto. Adelantándose) ¡Un momento! Antes tenemos que hablar de dinero. ¿Cuánto nos va a pagar? (Unos piden silencio; otros apoyan a la Posadera. Parece que se organizará otro revuelo como los anteriores. El Fotógrafo comienza a llorar desconsoladamente.)

ÁNGEL: (Muy enojado, grita y golpea en el suelo con su bastón) ¡¡"Paz a los hombres de buena voluntad," he dicho!! (Todos se calman. Miran al Ángel con miedo. Ellos mismos se organizan otra vez ante la alegría del Fotógrafo.)

AYUDANTE: (Recalcando) ¡Eso, eso! "Paz a los hombres de buena voluntad".

FOTÓGRAFO: (El Fotógrafo con cámara en mano se dispone a tomar la foto) ¡Atención!

(Aparece el Gordo de Navidad con barriga y mofletes. Risueño. Lleva un gran pañal y no deja de comer un enorme bocadillo de embutidos variados.)

GORDO: (Hablando con el soniquete típico de los niños del Colegio de San Ildefonso) ¿Es aquí lo de la fotooo? Morcillientasmiiiiiiil... euroooooos...

FOTÓGRAFO: (Que no puede soportar más i nterrupciones) Pero, ¿y usted quién es?

GORDO: (Sin dejar de comer) ¡Pues no lo veee... ¡Doscientos millones retorcientasmiiiiil... ¡Soy el Gordo de la Lotería de Navidad...!

Sebichoricientasmiiiiil... euroooooos...

(Casi todos gritan: "El Gordo!... Que nos toque, que nos toque...")

(Cuando se va a descomponer de nuevo el grupo, el Niño habla "en off")

NIÑO: Señor Fotógrafo... ¿Cuándo nos hará la foto? Quiero mandarla a todos los rincones del mundo cuando antes. ¡Es urgente!

(Todos se emocionan al oír las palabras del Niño. El Gordo de Navidad esconde su ostentoso bocadillo dentro de su pañal y se coloca también para la foto.)

FOTÓGRAFO: ¡Ea! ¡Enviemos pronto este mensaje! (Hace la foto) ¡Por fin!

TODOS: (Al público, mientras salta el flash) "¡Paz a los hombres de buena voluntad! ¡Feliz Navidad a todos!"

(Suena entonces una solemne música de Navidad, mientras todos sonrían y saludan a los espectadores. La felicidad general es el mayor de los deseos y la mejor forma de que, lentamente, caiga el TELÓN)

# RECETA DE NAVIDAD, POR NUESTROS COCINEROS.

## Primer Plato: Cardo

El cardo es una verdura típica que se suele preparar para estas fechas tan señaladas. Os explicaremos paso a paso como cocinar este tipo de verdura:

- Primero se limpia totalmente el cardo con agua tibia.
- Luego se pela.
- Posteriormente se pone a cocer con agua y un poquito de sal.
- Por último se alinea con; aceite, ajo, laurel, sal, almendras y nueces.



## Segundo Plato: Carne: Pavo relleno

Qué sería del día de Noche Buena sin el típico Pavo Relleno, os ofrecemos una receta sencilla y fácil de preparar para poder disfrutar toda la familia. Os explicamos paso a paso como cocinar este tipo de carne:

- Primero se procede a limpiar el pavo.
- Luego se hace el relleno compuesto por; picadillo de carne de ternera o pavo, jamón, huevo cocido y trufas.
- Se rellena el interior del pavo con el relleno hecho anteriormente y se enrolla con un hilo para que no se salga la mezcla.
- Posteriormente se mete en el horno y se le hecha por encima un vasito pequeño de Coñac y de vez en cuando se le añade un poquito de agua para que no se seque.

**Ah, recuerda que el horno tiene que estar a fuego lento.**

**Acompañamiento:** Os ofrecemos una alternativa para acompañar a este Pavo Relleno. Se pelan unas patatas pequeñas y se cuecen en el horno con un poquito de aceite y perejil picado.



### **Segundo Plato: Pescado: Besugo al horno**

Como segunda opción os ofrecemos un pescado para completar vuestro menú para esta noche tan especial.

Os daremos una opción sobre como cocinar este tipo de pescado: un vasito mediano de vino blanco.

- Por último se mete en el horno a fuego medio y se le añade un vasito pequeño de agua para evitar que se reseque.

**Acompañamiento:** Este pescado se puede acompañar con unas patatas fritas cortaditas en cuadraditos pequeños.



## Postre 1: Rosco de Santa Ana

Para este postre necesitaremos 12 huevos de gallina o 8 huevos si son de pato. Os explicaremos paso a paso como elaborar este sencillo roscón:

- Primero se separan las claras de las yemas.
- Luego se baten las claras a punto de nieve.
- Posteriormente se baten las yemas.
- Una vez dados estos primeros pasos se unen las claras y las yemas y se vuelven a batir, hasta que se han mezclado totalmente.
- Una vez que ya tenemos la mezcla anterior bien batida le uniremos:
  - 25 Gramos de harina por huevo.
  - 25 Gramos de azúcar por huevo.
  - 1 Cucharada de bicarbonato.
- Batimos bien toda la mezcla.
- Posteriormente se unta con mantequilla la olla donde se vaya a cocer el roscón y se cubre con papel de estraza para que no se peque.
- Se pone la mezcla dentro de la olla y se pone a cocer durante 30 minutos: primero a fuego lento y luego a fuego fuerte.

**Truco:** para saber si el roscón esta cocido se cala con una aguja de hacer punto. Se pica dentro del mezcla y si la aguja sale seca el bollo esta cocido, si la aguja sale húmeda todavía le falta un poquito.

**Adornamos con:** Nata y Guindas de colores.



## Postre 2: Copa helada

- Primero mezclamos en un recipiente; champán, vino blanco, azúcar, brandy y helado del sabor que más os guste.
- Una vez que ya tenemos hecha la mezcla la echamos en una copa y le echamos por encima unas pequeñas virutas de chocolate de colores.
- Por último en toda Cena de Navidad que se precie no pueden faltar en nuestra mesa, como acompañamiento final para esta velada; El Champán, la Sidra, Turrónes, Mazapanes, Polvorones y otros Productos Navideños.



--> Contamos con la visita de Sus Majestades los Reyes Magos de Oriente:



--> Una vez al mes, se celebran los cumpleaños de todos los residentes que cumplen años durante ese mes con una merienda especial, una fiesta y un gran bingo para residentes y familiares.

--> Recibimos la visita de varios grupos que nos deleitaron con diversas actuaciones:



*Grupo de bailes charros. Santo Domingo de Guzmán.*



*Coro de la experiencia "UPSA"*



*Coro del colegio "Antonio Machado"*



*Coro colegio "Teresianas"*



*Grupo sevillanas "AVESI"*





*Dúo flamenco "Pili y Rafa"*

### EXTERNAS:

En el mes de septiembre, realizamos una visita a los monumentos más importantes de Salamanca, recorriendo así la Plaza Mayor, la calle de La Rúa, la Casa de las Conchas, la Universidad Pontificia, la fachada de la Universidad de Salamanca y las Catedrales.





Regularmente se realizan salidas con los residentes para que se evadan de sus rutinas diarias y así realicen una actividad diferente.



## REFRANERO DE LA RESIDENCIA:

- Ande yo caliente, ríase la gente.
- Agua que no has de beber, déjala correr.
- Piensa mal y acertarás.
- Dime con quien andas y te diré quien eres.
- Piensa el ladrón que todos son de su condición.
- Por San Blas, la cigüeña verás.
- Año de nieves, año de bienes.
- Marzo ventoso y Abril lluvioso, sacan a Mayo florido y hermoso.
- A Dios rogando y con el mazo dando.
- A quien madruga, Dios le ayuda.
- Perro ladrador, poco mordedor.
- Quien a buen árbol se arrima, buena sombra le cobija.
- En casa del herrero, cuchillo de palo.
- El que mucho abarca, poco aprieta.
- No es más feliz el que más tiene, si no el que se conforma con lo que tiene.

*Sección elaborada con ayuda de algunas de nuestras residentes:  
M<sup>a</sup> Josefa Gutierrez, M<sup>a</sup> Jesús Merino, María Díaz, Eufemia Rodríguez y  
Esmeralda Sánchez.*

## PRIMER ANIVERSARIO DE LA RESIDENCIA:

Para celebrar el primer aniversario de la Residencia Madre de la Veracruz contamos con el siguiente programa de actividades que se llevaron a cabo:

### PROGRAMACIÓN PRIMER ANIVERSARIO " RESIDENCIA MADRE DE LA VERACRUZ"

VIERNES 12 DE AGOSTO 2016

11:00: SANTA MISA" IN MEMORIA"  
LUGAR: CAPILLA

11:30: VINO CONMEMORATIVO  
LUGAR: SALÓN PRINCIPAL. PLANTA BAJA

12: 00: ACTUACIÓN "TUNA UNIVERSITARIA  
DE SALAMANCA"  
LUGAR: SALÓN PRINCIPAL. PLANTA BAJA

17: 30: ACTUACIÓN GRUPO DE SEVILLANAS  
" SONES TRIANEROS"  
LUGAR SALÓN PRINCIPAL. PLANTA BAJA.





*Tuna universitaria de Salamanca*



*Sones Trianeros*

# Un año en la Residencia Madre de la Veracruz

Comenzaré diciendo que soy la hija de María Díaz, que el día 12 de Agosto de 2015 ingresó en esta Residencia.

Los primeros días fueron duros para las dos, pero enseguida comprendí que la decisión había sido buena y que mi madre iba a estar muy bien, como así ha sido.

Poco a poco se fue adaptando a las actividades, a las que no le gusta faltar, y disfruta mucho cuando hay actos extraordinarios, que son bastantes, como ejemplo: cine, bailes charros, sevillanas, teatro, copla española, etc.

Tengo que destacar el sentir religioso que tiene la Residencia: Misa diaria, celebración de la Navidad, Cuaresma, Semana Santa, en Mayo mes de la Virgen María, etc., por lo que ella está encantada, pues lo vive fervorosamente.

Con los empleados da gusto tratar, pues son muy atentos y cariñosos, algo que las personas mayores y los familiares agradecemos mucho.

A la Congregación de los Mercedarios, gracias por haber hecho esta Residencia tan bonita, moderna y cómoda, que hace que nos sintamos como en casa.

No puedo acabar este pequeño relato sin nombrar al Padre Alejandro, que es una bendición del Cielo tenerlo entre nosotros; siempre está pendiente de todos y nunca le falta una sonrisa y unas palabras de aliento, sobre todo para los más débiles. Me encanta verlo pintar, la habilidad que tiene y lo bonita que está dejando la Residencia.

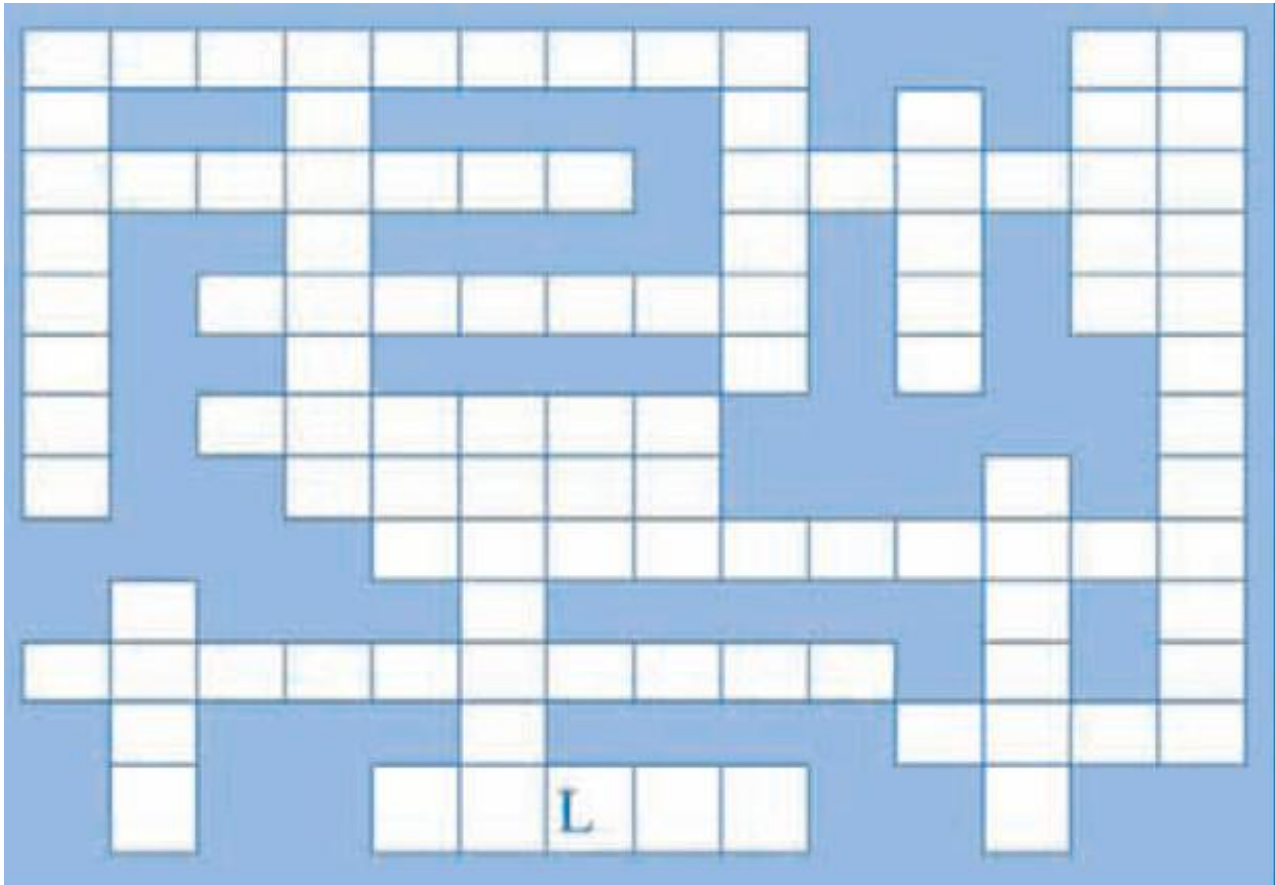
Termino dando las gracias a todos por vuestra profesionalidad, por lo bien que nos tratáis, siempre con amabilidad y dulzura, aunque os interrumpamos en vuestro trabajo.

Espero poder seguir visitando la Residencia durante muchos años, y que cuando la necesite pueda estar entre vosotros tan a gusto como lo está mi madre.

Toñi ( Hija de María Díaz)



## PASATIEMPOS:



### Palabras Cruzadas: Tema Flores

3 letras: LIS

4 letras:

LILA

ROSA

5 letras:

MALVA

NARDO

ALELI

6 letras:

AZALEA

CLAVEL

AZAHAR

PEONIA

7 letras:

GERANIO

VIOLETA

VERVENA

BEGONIA

8 letras:

MAGNOLIA

AGLADIOLO

9 letras:

MARGARITA

10 letras:

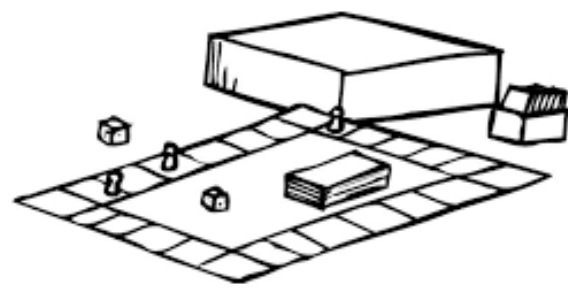
CRISANTEMO

RODODENDRO

# EL ECOSISTEMA

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

- AGUA
- AIRE
- ALIMENTICIA
- AMBIENTE
- ANIMALES
- BIODIVERSIDAD
- BOSQUE
- CADENA
- COMENSALISMO
- CONSUMIDORES
- DEPREDAION
- ECOSISTEMA
- ENERGIA
- ESPECIE
- HABITAT
- HUMEDAD
- MEDIO
- PLANTAS
- PRODUCTORES



## ADIVINANZAS Y CHISTES:

¿Cuál es la palabra más grande del mundo?

Un tren eléctrico viaja hacia el norte. ¿Hacia dónde va el humo?

En el mar no me mojo,  
en las brasas no me quemo,  
en el aire no me caigo y  
me tienes en los labios.

Esto era un gallo que puso un huevo  
en los Picos de Europa.

A dónde fue, ¿al norte o al sur?



Soluciones:

Arroz, (porque empieza por A y acaba por Z). No sale humo porque es es eléctrico. La letra A. Hacia ningún lado porque los gallos no ponen huevos.



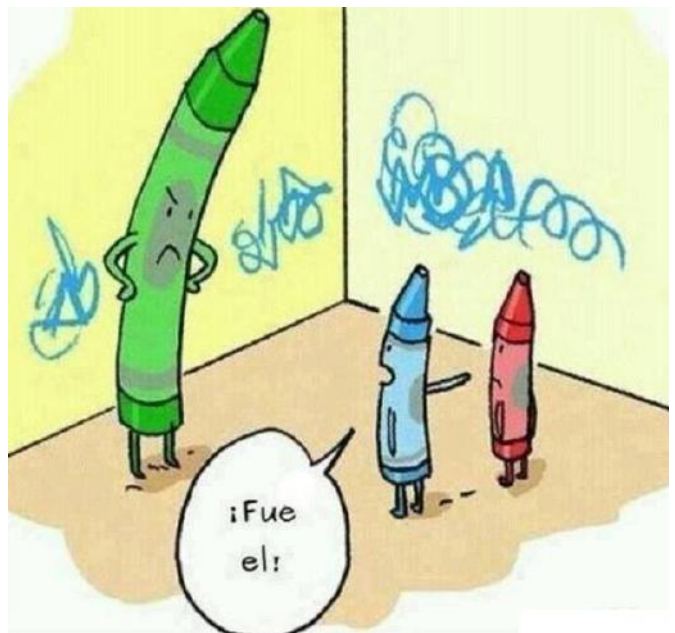
- Papá, ¿qué se siente tener un hijo tan guapo?.
- No sé hijo, pregúntale a tu abuelo...

Dos amigos:

- Oye, pues mi hijo en su nuevo trabajo se siente como pez en el agua.
- ¿Qué hace?
- Nada...

Tía Teresa, ¿para qué te pintas?

- Para estar más guapa.
- ¿Y tarda mucho en hacer efecto?



¿Qué le dice una piedra a otra piedra?

- La vida es dura.



***Nuestro agradecimiento a todas las personas que han hecho posible que esta revista vea la luz en el primer aniversario de la Residencia "Madre de la Veracruz".***