



Día Mundial del Alzheimer

Intenso programa **para aprender** más sobre esta enfermedad

Financiado por:



Organizado por:

ABC
abcdesevilla.es

Día Mundial del Alzheimer en Habitare Castilleja

Taller de Reminiscencias para celebrar un día muy especial

CR Habitare Castilleja de la Cuesta

Con motivo del Día Mundial del Alzheimer, los mayores del Centro Residencial Habitare Castilleja participaron en un Taller de Reminiscencias con el que se pretende la evocación de recuerdos y sucesos del pasado conectándolos con el presente de la persona. Normalmente, se lleva a cabo a partir de materiales asociados a hechos del pasado y, de esta forma, se estimula la memoria episódica y semántica.

En nuestro caso, los recursos utilizados fueron: anuncios de televisión, de radio, fotos, recortes de periódicos y canciones correspondientes a otros momentos históricos. Las terapeutas ocupacionales del centro dirigieron la actividad con preguntas en torno a los estímulos seleccionados, fomentando la participación

de los residentes y dando lugar a la expresión de lo que iban recordando, especialmente de las vivencias y emociones.

El momento más divertido se vivió recordando cantantes, canciones y momentos de sus vidas relacionados con ellas. Incluso se vivieron momentos de baile y cante, más propios de las sesiones de musicoterapia, indicativos del entusiasmo que se había generado en el grupo participante.

Hubo incluso momentos de baile y de cante, reflejo del entusiasmo

El taller gozó de especial aceptación, que expresaron los propios mayores a su finalización.

Al mismo tiempo que se estimulaba la movilización de recursos cognitivos, se favoreció la participación social, los sentimientos de bienestar y la autoestima de los residentes.



Durante el taller se usaron numerosos recursos como anuncios, fotos,

periódicos y canciones



El taller gozó de una gran aceptación entre los usuarios



Muro de los Recuerdos en la UED Hábitat Geriátrico

Que hable el son de las viejas normas de mi corazón

CR Hábitat Geriátrico de Sevilla

El pasado 21 de septiembre celebramos el Día Mundial del Alzheimer en nuestra Unidad de Estancia Diurna (UED) Hábitat Geriátrico. Quiero contar el taller que realizamos con la terapeuta ocupacional: Taller Muro de los Recuerdos, un diccionario sentimental que ninguno queremos olvidar.

Mi compañera Carmen nos contaba llena de orgullo que no le gustaría olvidar todas las medallas y diplomas que le dieron en su infancia.

Yo recordaba con una gran sonrisa en la boca aquellos días de sol y playa con mis hijos.

A doña Antonina se le iluminaba la cara recordando

el día más importante de su vida, el de su boda.

Doña Manuela Mellado, un momento tan especial como cuando vio por primera vez las caras de sus hijos, después de varios intentos fallidos de alcanzar la maternidad.

Doña Isabel nos contaba a todos con mimo que, cuando volvía a casa después de un duro día de trabajo, lo que más deseaba era ver las caras de sus hijos.

Doña Antonina disfrutaba contándonos aquellos tiem-

pos lejanos de su infancia, los mejores de su vida, afirmaba.

Doña Manuela nos narraba con detalle su trabajo.

Todos son recuerdos de aquel tiempo pasado perdido en el horizonte. Recuerdos de aquel tiempo cuando no sabíamos casi de nada pero lo intuíamos casi todo. Cuando éramos nosotros los que teníamos que buscar el oro, no como ahora, cuando todo nos llega con sólo apretar un botón.

Hable el son de las viejas normas de mi corazón.



Las participantes en el Taller Muro de los Recuerdos



La Unidad de Día La Doctora celebra el Día Mundial del Alzheimer

El Jueves 21 de septiembre celebramos, desde la Unidad de Día La Doctora, el Día Mundial Del Alzheimer, en solidaridad con aquellas personas que sufren esta enfermedad, muy común entre los usuarios de nuestro centro. Además, también queremos solidarizarnos con sus familias. Para ello, conmemoramos este día a través de un manifiesto y de un cartel con manos solidarias.



Vitalia La Campana celebra el Día Mundial del Alzheimer

Dentro de esta enfermedad puede que se pierdan los recuerdos, pero los sentimientos siguen muy vivos

UED Vitalia La Campana

Esta semana ha sido especial. En nuestro centro, Vitalia La Campana, hemos conmemorado el Día Mundial del Alzheimer. Y lo hemos hecho con un emotivo taller donde cada uno de nosotros compartió su experiencia de vida, recuerdos y emociones.

Para concluir realizamos un mural donde plasamos nuestra huella en el árbol

de los recuerdos. Y, además, realizamos el símbolo de la enfermedad, que es un lazo de color morado. Le dimos nuestro toque personal realizándolo con corazones para simbolizar que dentro de esta enfermedad puede que se pierdan los recuerdos, pero los sentimientos siguen muy vivos.

Para terminar, expusimos este mural para que todas las personas que visitan y trabajan en el centro puedan contemplarlo y formar parte de él, escribiendo los sentimientos que despiertan en ellos la experiencia de vivir con esta enfermedad, ya sea a través de un familiar o por trabajar con ellos.

Estos talleres nos ayudan a la estimulación de la me-



Algunas de las usuarias con el mural realizado

moria a través de la evocación de recuerdos, la atención, el lenguaje, además de otras habilidades cognitivas y nos mantienen activos físicamente al realizar las ac-

tividades con nuestras manos. Una gran actividad que nos llenó de sentimientos, recuerdos y tristeza pero nos unió aún más de lo que estamos.

Taller de Copla en la UED Hábitat Geriátrico

CR Hábitat Geriátrico

El Alzheimer nos borra a veces nombres de la memoria; otras, la fuerza del cariño que trasmite con los besos, pero no vence las letras de nuestras coplas que salen de nuestra voz. Dolores, de casi 90 años, nos canta «Te quiero más que a mis ojos» recordando a Juanita Reina. O doña Isabel, con «Torre de arena», llena toda nuestra Unidad de alegría. La copla forma parte de nuestra memoria sentimental y nos lleva de nuevo a la infancia y adolescencia.

Para mí, la música es algo valioso que nos acompaña cuando estamos sufriendo momentos difíciles a cualquier edad. Cuando cantamos no pensamos, sólo sentimos. La música nos ayuda a disfrutar de nuestro presente poniendo toda nuestra atención y a olvidarnos, aunque sea por un solo segundo, de nuestros problemas. Durante más de una hora, todos los participantes en el taller cantaron como lo hacían en su casa, recordando con una sonrisa aquellos tiempos pasados que nunca volverán.



¿Por qué el Taller del Rincón de la Copla? Porque es una historia de juventud, de niñez, un taller vivo de reminiscencia que nos traslada a aquellos primeros años.

Aquí dejamos algunas coplitas olvidadas que algunos de nuestros residentes cantaron:

*Pañolito, pañolito,
quién te pudiera tener
guardadito en un bolsillo
liao en un papel.*

*Yo soy la viudita
del conde laurel
que quiere casarse
y no encuentra con quién.*

*Del jardín de nuestro amor
tres capullos corté.
Para que no estuvieran
tan solos,
también corte un clavel.
Las tres cosas las conservo,
pero el clavel se fue.
Porque era tan bueno,
lo quiso Dios para Él.*

Los Premios Goya llegaron a nuestra Unidad

EUD Como en Casa - S.A.D. Ceanen Asistencia

Hace escasos días recibimos la visita de uno de los hijos de una de nuestras usuarias, Carmen, ganador del Premio Goya a la mejor película de animación: «Las aventuras de Tadeo Jones».

El deseo de su madre, orgullosísima de su hijo, como no podía ser menos, y del resto de nuestros usuarios de que trajera tal prestigioso premio se vio cumplido, pudiendo disfrutar de él, tocándolo, haciéndonos fotos con él y, de paso, escuchando cómo se gestó dicha película.

Desde nuestro centro, damos muchas gracias a este hijo, Juan Jesús, por compartir con todos y cada uno



de nosotros este día tan especial, deseándole que siga conquistando «nuevas aventuras».

El Alzheimer no borra los sentimientos

Unidad de Estancia Aguadulce

El 21 de septiembre, con motivo del Día Mundial del Alzheimer, la Unidad de Estancia Diurna de Aguadulce organizó un mural distinto con fotos de los usuarios rescatando del pasado una parte de sus recuerdos. El objetivo de la terapeuta ocupacional con esta terapia de reminiscencia es evocar recuerdos latentes.

Y, como colofón a la jornada, se proyectó la película española «Amanecer de un sueño», que trata el tema del Alzheimer. «La esencia de las personas va mucho más allá de su memoria». «El Alzheimer borra la memoria, pero no los sentimientos».

Se proyectó la película «Amanecer de un sueño»

Día Mundial del Alzheimer en la UED Buhaira

UED Buhaira de Sevilla

En la UED Buhaira, los pasados 21 y 22 de septiembre, celebramos una intensa jornada para conmemorar el Día Mundial del Alzheimer. Junto con nuestros mayores, hemos analizado el alcance y las características de esta enfermedad, con la que convivimos cada día y, sobre todo, hemos reflexionado sobre la forma en que necesitan ser tratadas las personas que padecen esta enfermedad tan devastadora. Tanto nuestros mayores como el personal coincidimos en que son fun-

damentales el respeto y el cariño en todos los momentos de la enfermedad, incluso, y sobre todo, en los que puedan resultar más duros. Como muestra de nuestra

solidaridad con las personas que padecen Alzheimer, hemos unido nuestras manos en un gesto que pretende sumar esfuerzos para no olvidar a los que olvidan.



La Residencia de Marchena se va de excursión a la Vía Verde de la Sierra

Fue una completa ruta con un guía muy especial

Residencia de Mayores de Diputación de Marchena

El 3 de abril algunos compañeros nos fuimos de excursión a la Vía Verde de la Sierra. Desayunamos temprano y salimos acompañados del personal. Visitamos la Vía Verde y sus impresionantes túneles. Es una situación muy misteriosa caminar por su interior, se agradece el frescor y la sombra en ellos. Las bocas están terminadas con piedra de cantera y ofrecen el aspecto de ojo de puente.

Después, visitamos El Chaparro de La Vega, una espectacular encina de más de 200 años de antigüedad que alcanza unos 13 metros de alto y un diámetro de copa de 30



metros. Nos hizo mucha ilusión hacernos la foto rodeándolo con nuestras manos enlazadas.

Finalmente, visitamos El Castillo de Las Aguzaderas ubicado en una hondonada rodeado de cerros.

El nombre de este castillo procede de las rocas sobre las que se asienta el edificio que, por sus características, serían utilizadas por los jabalíes que habitaban la comarca para afilar sus colmillos, según nos contó un guía muy especial que llevábamos, nuestro director.

Posteriormente, almorzamos en un restaurante de El Coronil. Y tras el almuerzo convivencia regresamos al centro cansados pero muy contentos por la experiencia vivida.

Excursión al Coto Las Canteras

Unidad de Estancia Diurna de Aguadulce

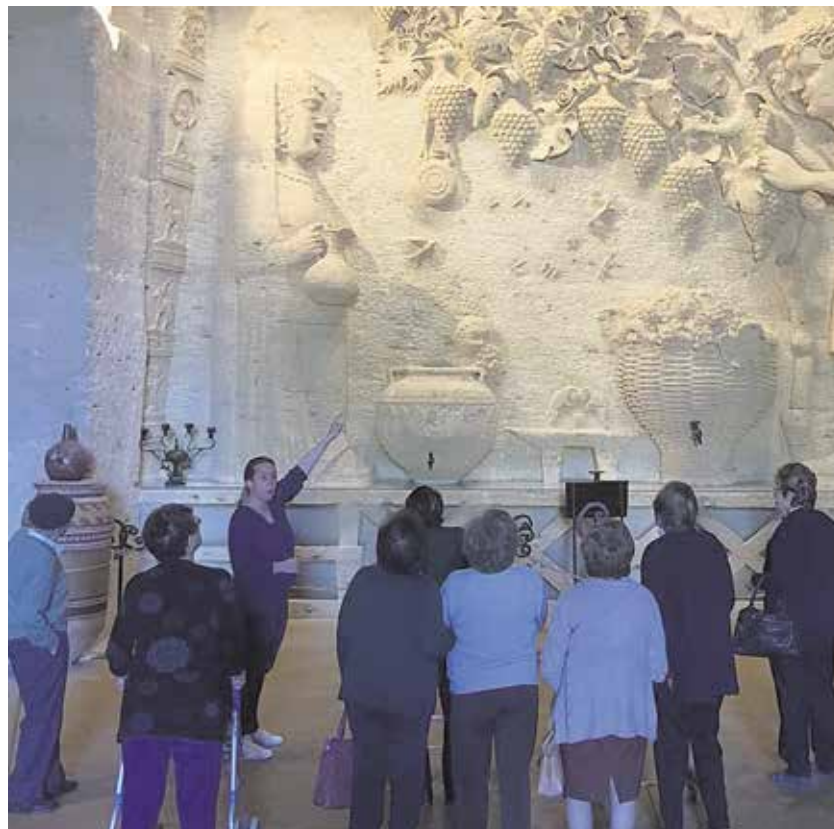
En el mes de abril, los usuarios de la Unidad de Estancia Diurna (UED) de Aguadulce visitaron el Coto Las Canteras en Osuna, experiencia recomendable para todos los públicos.

Osuna aparece ante el viajero sobre una colina dominando un amplio paisaje de campiña. Esa elevación se conforma sobre un sustrato rocoso de areniscas calcáreas, que aflora en diferentes puntos del territorio. Esa

piedra ha servido desde la antigüedad más remota a los habitantes de esta zona para construir sus edificios.

El Coto Las Canteras ha sido testigo de la tradición y costumbres de la ciudad desde época remota. El resultado final de este singular espacio es fruto de esta historia. Actualmente recoge una colección de enseres y herramientas utilizadas para la extracción y transporte de piedras.

El Coto y Las Canteras han quedado como testigos de aquella tradición.



Los mayores disfrutando de las explicaciones de la visita

Un bonito sueño: vestirme de flamenca

Una residente nos cuenta cómo ha vivido la Feria de Marchena

CARMEN GONZÁLEZ
Residencia de Mayores de Diputación de Marchena

Mi nombre es Carmen González Lozano, ya tengo experiencia en la participación en este medio, pues es el segundo año que lo hago.

Soy natural de Alanís de la Sierra, soy hija única y conozco bien lo que es la palabra cuidar. Primero, a mis padres y después, a mi marido, que estuvo bastantes años enfermo. Como no tenemos hijos todo el trabajo recaía sobre mí.

Tras el fallecimiento de mi esposo caí en una depresión importante, viéndome obligada a ingresar en la Residencia de Mayores de Marchena. Poco a poco fui mejorando gracias a los cuidados y atenciones recibidas por el personal y el apoyo de mis compañeros. En el centro estoy muy a gusto y me siento como en casa.

Aquí el destino me tenía reservado algo bueno: conocer a una persona con la que he rehecho mi vida, actualmente mi pareja, Juan Antonio.

Me gusta participar en gran parte de actividades del centro. Y este año durante la feria de Marchena, junto a dos compañeras y amigas (Lola y Ana), he logrado un



Carmen, con dos compañeras de la residencia vestidas de flamenca

sueño: vestirme de flamenca y subir a un coche de caballos. Los compañeros nos hemos pasado el verano preparando nuestra feria en el porche del centro, realizando

flores, broches con forma de abanicos y sombreros, para engalanarnos, vistiendo de flamenco a nuestros dos muñecos... El lunes 28 de agosto nos dispusimos a preparar nuestra caseta.

Pero lo que no me podía imaginar es que me propusieran vestirme de flamenca. En mi vida sólo lo hice una vez, cuando tenía 15 años, con un traje que compró mi madre de segunda mano, volverlo a hacer era para mi un sueño.

Una trabajadora del centro se ofreció a arreglarnos unos trajes cedidos por ella misma, y así lo hizo. Todo un sueño para las tres compañeras. El jueves 31 de agosto acudimos al Real de la Feria donde tuvo lugar la tradicional cena en la Caseta «La Solera».

Todavía me quedaba una sorpresa más, gracias al vecino de nuestro pueblo Miguel Carraquilla, que nos regaló un paseo en un hermoso coche de caballos por todo el Real.

Participo en muchas actividades en el centro. Pero puedo decir que ésta es una de la que más me ha hecho disfrutar.

Taller de acercamiento al mundo ecuestre



CM Habitare Castilleja

Algunos residentes del C. M. Habitare Castilleja participaron en un taller para mayores desarrollado en el club hípico Zaudín: «Acercamiento al mundo ecuestre». La actividad fue organizada desde nuestro centro y, una vez allí, dirigida por los psicólogos de equITEA. Entre las actividades que realizaron destacaron el duchar y secar al caballo, visitar las cuadras o conocer cómo ayudan los animales a las personas con necesidades especiales.



Talleres lúdicos en el Hogar de Mayores El Pilar

Jugando también recordamos y nos divertimos

Hogar de Mayores El Pilar

En el Hogar de Mayores El Pilar, ubicado en el término municipal de Carmona, le damos gran importancia a los Talleres Lúdicos como medio para crear relaciones sociales y de integración de nuestros usuarios. Favorecemos, mediante este tipo de talleres, la convivencia, distracción y entretenimiento. Por otro lado, a nivel cognitivo, también les potenciamos. Conservamos los juegos tradicionales y les hacemos despertar y mantener activo el pensamiento y razonamiento lógico.

Dentro de esta cate-



En este taller se realiza una gran variedad de actividades

ría realizamos algunas actividades como los juegos de mesa (bingo, cartas, parchís, dominó).

Normalmente, y si el tiempo lo permite, esta actividad se lleva a cabo en las zonas exteriores del centro. Allí se preparan las distintas me-

sas con los materiales necesarios y se procede a jugar. Por otro lado, también se realizan juegos de grupo, para intentar fomentar la comunicación y las relaciones entre los residentes, a la vez que puede ayudarles a desinhibirse. Entre éstos, podemos

mencionar juegos con globos o el juego del ahorcado. Al bingo, gran juego popular y de gran aceptación por ellos, jugamos diariamente, incentivándolos con pequeños «premios» como caramelos, estampitas religiosas, pulseras, etc.



Cumpleaños de Antonia en la Residencia San Pedro. Hemos celebrado el 91 cumpleaños de Antonia, una de las residentes. En esta ocasión la acompañaron uno de sus hijos y una de sus nietas. Le deseamos que cumpla muchos más igual de bien que está ahora.



Taller de Papiroflexia en la UED Buhaira. En la UED Buhaira hemos realizado un ejercicio de Papiroflexia en nuestro Taller de Manualidades para trabajar la atención-concentración, la coordinación y la memoria, a la vez que estimulamos la creatividad. Han creado verdaderos barcos de diseño.

La vida en continuo movimiento

Taller de Gerontogimnasia en el Hogar de Mayores El Pilar

ISABEL MULA Hogar de Mayores El Pilar

Actividades como el Taller de Gerontogimnasia nos dan la oportunidad de motivar y estimular a nuestros mayores para que tengan una mayor calidad de vida. Se trata de que participen en actividades tales como las siguientes.

Todos los días empezamos con un pequeño calentamiento con ejercicios de movilidad de cabeza, muñecas, dedos, brazos y piernas con la intención de que los mayores no pierdan o no se les olviden las cosas básicas de la vida como abrocharse ellos mismos los botones, vestirse, cepillarse el pelo, coger los cubiertos para comer o que se cepillen ellos solos los dientes, por su puesto con la supervisión de una auxiliar.

El motivo de estos talleres es la importancia de tener una buena motricidad fina, indispensable en nuestro día a día, y que sean más autónomos por más tiempo.

Es muy importante motivarlos para conseguir una buena dinámica de grupo, a través de elementos lúdicos y recreativos, que potencien la integración entre ellos: trabajo en parejas, en pequeños grupos, la variabilidad del material, la música, etc. Siempre teniendo en cuenta la autonomía, la capacidad y gustos de cada usuario. Ponemos a nuestros abuelos en círculo

y en medio ponemos un pequeño circuito lleno de obstáculos como una línea negra por la que ellos deben andar por encima sin salirse. De la línea se pasa a unos aros por los que tienen que pasar, después pasar por unos conos en zig zag, seguimos por la línea negra hasta llegar a un cajón lleno de pelotas de colores, las cuales deben ir cogiendo y lanzándolas a otra caja vacía. Insertando los aros dentro del palo, no sólo se divierten, sino que, a la misma vez, mueven brazos, piernas...

Por supuesto, dependiendo de cada estación del año,

podemos disfrutar de las magníficas instalaciones exteriores, donde el sol, aire y sonido de la naturaleza nos ayudan a conseguir nuestro fin.

Como monitora del centro, mi objetivo fundamental es conseguir que ellos no piensen en el sentimiento de abandono ni en el final de vida. Porque las terapias de movilidad ayudan a seguir activos al cuerpo y a la mente, que es una oportunidad de compartir, reír y vivir de forma diferente. La ayuda, el cariño son mutuos, porque, como profesional, sin ellos, ya nada sería igual.



Taller de Imagen Personal

UED Nervión Quality

La imagen personal es parte importante de nuestra identidad y de nuestra autoestima y conlleva especial relevancia para los mayores. Y es que en la tercera edad ocurren muchos cambios físicos, sociales y psicológicos que influyen en la percepción de la imagen y que pueden hacer mella en una adecuada salud afectiva y emocional.

Es por ello que organizamos un Taller de imagen personal y estética para nuestros usuarios. En él se aunarán el cuidado de la imagen, las relaciones sociales y el intercambio intergeneracional a través de la ayuda de los familiares para dicho taller.

Para ello se acondicionó una sala con sofás cómodos, música «chill-out», revistas, etc.

A las señoras se les rea-



lizaron masajes de manos, manicura, maquillaje y peinado. A los señores, masaje de manos y manicura. Mientras, charlaban, comentaban

experiencias y disfrutaban de lo positivo de sentirse atendidos, además de finalizar con una autoestima mejorada.

Mi experiencia de vida

Nunca es tarde para vivir y aprender nuevas experiencias

JOSEFA PALMA JUNCIA
UED Vitalia La Campana

Os voy a contar cómo ha cambiado mi vida desde que vivo en el centro Vitalia La Campana. Nací en Sevilla capital, en una familia humilde. Pronto me quedé sin mi padre y me tuve que poner a trabajar desde muy joven. Eso me enseñó a crecer rápido y a aprender a valerme por mí misma.

Me casé con 21 años y tuve dos preciosos hijos, pero la vida me tenía reservada sorpresas que marcarían un vuelco en la misma. A la edad de 36 años me quedé viuda y tuve que sacar a mis hijos adelante siempre con ayuda de mi familia. Mi hija pronto se casó y me dio dos bellezas de nietas. Pero mi hijo, con el que viví siempre, falleció de



manera repentina. El vacío se adueñó de mí y empecé a decaída, mi anhelo continuo y mis faltas de ganas por todo lo que giraba en torno a mí.

Los años pasaron y, debido a que padezco diabetes, tuvieron que amputarme una pierna y, tras un año, la otra. A mis 73 años vivía sola en una tercera planta y eso supuso que no pudiera salir a la calle en más de año y

medio por no disponer de los medios necesarios. Me sentía muy triste todos los días, estaba deprimida y con una baja autoestima debido a que sentía que mi vida ya no tenía sentido.

En ese momento, mi familia y yo decidimos que lo mejor era ir a un centro para tener los cuidados necesarios. Cuando llegué al centro por primera vez sentí miedo y un poco de incertidumbre ante

la nueva experiencia que se presentaba. Pero, gracias al equipo de trabajo que hizo posible que mi adaptación fuera gratificante, en poco tiempo me sentía en casa. A día de hoy llevo más de tres años viviendo en Vitalia La Campana y mi vida es totalmente diferente.

Mi calidad de vida es mucho mejor ahora, ya que en el centro he conocido a personas que se han convertido en parte de mi familia, desde trabajadores a residentes. Gracias a ellos he podido salir a la calle de nuevo, mantener conversaciones, risas y charlas entre amigos, disfrutar de las fiestas que se celebran en la localidad y sentirme feliz de nuevo. Disfruto más de mi familia cuando me visita y de mi nuevo biznieto. Tengo una mayor autoestima, participo en todas las actividades que hay en el centro y eso hace que me sienta útil y válida.

Por eso es un orgullo para mí compartir mi experiencia y dar a conocer mi historia, que es un ejemplo de que la vida puede sorprenderte para bien a cualquier edad. Nunca es tarde para vivir y aprender nuevas experiencias.

Mi paso por la UED de Reifs Utrera

PEPA BARROSO
CR REIFS Utrera

Este mes de septiembre hace dos años que comencé aquí, en el Centro Residencial REIFS Utrera. Yo vengo a la Unidad de Estancia Diurna (UED). Llego sobre las 9 de la mañana y me voy sobre las 18.30 horas.

La verdad es que estoy muy contenta de haber venido aquí, siempre digo que «si no hubiera venido aquí, no estaría viva». Antes me llevaba todo el día de la cama al

sillón y ahora, sin embargo, tengo mucha actividad. Antes incluso estaba en una silla de ruedas y ahora me siento con mucha vitalidad. Voy andando sola de un lado para otro, también he hecho aquí muy buenos amigos y cuando llego se me olvidan todos mis problemas.

Además de todas las actividades que hacemos todos los días en el centro, siempre están organizando salidas, que nos hacen disfrutar de muchas cosas. Por ejemplo,

hemos visitado El Rocío, las navidades pasadas fuimos a Estepa e incluso hemos ido este año al Zoo de Jerez, donde ninguno de mis compañeros había estado nunca. También hacemos continuamente salidas por Utrera, para que no perdamos detalle de lo que pasa en nuestro pueblo.

Lo que más me gusta del centro son los buenos ratos que pasamos en Terapia Ocupacional, donde nos reímos y trabajamos mucho. Estoy encantada de haber podido



aprender a escribir mi nombre. Os recomiendo a todos los que tengáis la oportunidad, como yo, de asistir durante el día a un sitio como éste, que la aprovechéis.

«Espero que encontréis un hogar como el que encontré yo»

Gorgonia Pardo nos cuenta sus vivencias

GORGONIA PARDO
Hogar de Mayores El Pilar

Voy a contaros mi vida, o parte de ella, a través del tiempo después de vivir una guerra, hasta el día de hoy.

Nací en un pueblo de Extremadura (provincia de Badajoz), el día 6 de agosto de 1930. Yo era la quinta de nueve hermanos. A los pocos días de mi nacimiento nos trasladamos a Córdoba, donde mis padres tenían su trabajo y una casa alquilada, en la que estuvimos durante unos años viviendo todos juntos y felices, hasta que llegó la guerra en el año 1936, que duró unos tres años aproximadamente.

A los dos años de empezar la guerra nos fuimos a Cádiz, provincia que nos gustó mucho porque vimos por primera vez el mar. Allí estuvimos viviendo unos cuatro años.

Mi padre nos llevó a Sevilla, para ver esta preciosa ciudad. Fue cuando trasladaron a la Virgen de la Macarena a su Basílica, ya que estuvo resguardada de la guerra y la metieron como en un pozo. Esta operación la llevó a cabo el general Queipo de Llano. Gracias a él seguimos teniendo a nuestra Virgen Macarena. Aún recuerdo aquel día, ¡llovía a mares!



Gorgonia se siente en El Hogar de Mayores El Pilar como en su casa

Volvimos a Cádiz y nos fuimos a Jerez de la Frontera, teniendo yo por entonces seis o siete años, por motivos de trabajo de mi padre, que era director de una compañía de seguros. Y llegó la hora de aprender. Nos pusieron a los varones en el colegio Maristas, un colegio de curas, y a las niñas, en

el Santo Ángel, que era de monjas. Estuvimos en aquel colegio mi hermana y yo internas hasta los 17 años de edad.

Después nos fuimos toda la familia a vivir a Sevilla. Me dediqué a estudiar por mi cuenta y empecé enseñando a niños pequeños. Con los años, mis alumnos eran

estudiantes de Bachillerato que se preparaban para la Universidad. ¡Cómo me gustaba enseñar!

En estos momentos de mi vida, teniendo 85 años; aunque nunca me casé ni tuve hijos, tengo familiares aún vivos, como sobrinos, sobrinas, etc. Vivo en el Hogar de Mayores El Pilar. Gracias a estos centros que cuidan de

«Desde el primer día me siento muy querida por todos los trabajadores»

personas mayores, que se sienten solas como yo, vivo bien, feliz y acompañada.

Deseo que estéis bien y no os sintáis tristes, que la soledad es muy mala y que encontréis un hogar como yo, porque es como me siento, como en mi propia casa, donde desde el primer día me siento muy, muy querida por todos los trabajadores del centro y nos tratan como personas que somos. Nos cuidan, nos respetan, nos hacen reír, nos dan muchísimo cariño. Me siento orgullosa de haber encontrado un buen lugar donde vivir los últimos años de mi vida.

Disfrutad de esta etapa, compañeros, porque la vida es eso, etapas, momentos, recuerdos y cosas aún por vivir.



Amor para enfrentarse a la enfermedad del olvido

MANUELA ESPINOSA MACHO
CR REIFS Utrera

Mis vivencias y recuerdos con esta enfermedad, el Alzheimer, son duras. Mi marido empezó a perder la cabeza y a comportarse como nunca antes lo había hecho. Empezó a levantarse de madrugada, a abrir la puerta de la calle o a sentarse a ver el televisor. Él, a la otra mañana, me preguntaba que si la noche anterior se había levantado y había abierto la puerta, pero yo se lo negaba para no preocuparlo.

Me acostaba en una camita junto a él cada noche, así dormía más tranquila. Una noche se despertó y comenzó a gritar que si me parecía bonito llegar a esas horas de fiesta. Él nunca había sido una persona agresiva, pero su enfermedad lo empezó a convertir así.

La situación me superaba, no podía dejar de llorar. Mi hija no podía seguir viéndome así y decidimos mudarnos con ella al pueblo, ya que nosotros siempre habíamos vivido en el campo.

La enfermedad siguió avanzando: pasó de ser una persona con olvidos que se duchaba solo y comía solo, a necesitar nuestra ayuda para hacer todo esto. Siempre he pensado que el dejar nuestra casa, nuestro campo, nuestra vida, hizo que su enfermedad fuera a peor, era como que él no tenía



la libertad que siempre había tenido de abrir la puerta de su casa, salir y ver el campo y respirar ese aire puro.

Tras dos años de convivir con su enfermedad, decidimos ingresarlo en una residencia, pues ya no podíamos con él ni con su enfermedad. Yo no quería meterlo en una residencia, me costó la misma vida, no me había separado nunca de él, pero era lo que teníamos que hacer por su bien y por el nuestro. Iba todos los días a verlo.

Tras un año de su ingreso, una noche se acostó después de cenar pescado y a la otra mañana no amaneció.

Mi vida con mi marido ha sido muy feliz, aunque en sus últimos años esta enfermedad le hizo cogerme odio. Lo echo cada día de menos, lo sigo recordando e incluso en ocasiones hablo con él y le pregunto que por qué se tuvo que morir cuando mejor estábamos, los dos juntitos en nuestro campo, pero no tengo su respuesta.