



Residencia El Salvador Pedroche

Los mayores usan la **app Imentia** para trabajar la estimulación cognitiva

Financiado por:



Organizado por:

ABC
abccórdoba.es

Los mayores usan la app Imentia a través de tablets

Es un nuevo modelo de estimulación cognitiva que está dando buenos resultados

**DPTO. PSICOLOGÍA Y
TERAPIA OCUPACIONAL**
Residencia El Salvador
Pedroche

Desde hace más de un año venimos utilizando en la Residencia El Salvador de Pedroche la app Imentia para realizar estimulación cognitiva a través de tablets con nuestros residentes.

Esta aplicación, desarrollada en Córdoba, detecta un posible deterioro cognitivo y prepara sesiones de estimulación cognitiva individualizadas y adaptadas al nivel del residente, ya que realiza un primer test de nivel de la persona en cada una de las áreas neurocognitivas con las que trabaja la app. Éstas son: orientación, atención, memoria, actividades de la vida diaria, gnosias, praxias, capacidad visoespacial, lenguaje, cálculo y funciones ejecutivas. Además, la aplicación va recogiendo los datos de la ejecución en cada sesión, lo que nos permite comprobar la evolución de la persona en cada área.

Actualmente están participando 30 residentes en el Programa de Estimulación Cognitiva con Tablets que se realiza tres días en semana. Este programa va dirigido, sobre todo, a residentes con un

estado cognitivo normal o con un deterioro cognitivo leve y que no suelen participar, o lo hacen escasamente, en otras actividades del centro.

Este formato está resultando atractivo y motivador para los usuarios. Además, y gracias a la recogida de datos de la aplicación, observamos que todos los participantes mantienen o mejoran su nivel cognitivo en las áreas trabajadas.

Os mostramos lo que opinan algunos de nuestros residentes de la aplicación:

Josefa Girón (82 años)

«A mí me parece esto muy bien, me gusta muchísimo, porque creo que ahí se aprende de otra manera. Yo nunca lo había utilizado, es como una pizarra pequeña. Se maneja con los dedos, voy marcando lo que me preguntan: letras, dibujos, animales ...».

Sebastián Brígido (78 años)

«A mí me ilusiona y me da valor porque me gusta y la

pena es que sea el tiempo tan corto. A mí me gustaría que fuese todas las tardes un rato. Se ejercita y se despeja la mente. Preguntan cosas de matemáticas, de geometría, de dibujos y de varias cosas. De todo. Es fácil para quien lo sepa y difícil para quien no lo sepa. A mí, hasta el momento, no me ha resultado muy difícil».

M^a Carmen Vivar (81 años)

«Es la primera vez que lo había hecho y me gustó mucho. Preguntaron sobre los billetes, sumas... Por ejemplo: ponía 55 y yo le dí al 50 y al 5. Tam-



Uno de los usuarios del centro utilizando la app Imentia en la tablet



bién salen círculos, dibujos, cruces y todo eso. Se puede hacer con un lapicero o con el dedo, pero yo lo hice con un bolígrafo, con lo de atrás. Yo quisiera saber muchas cosas. Con esto se ejercita la mente».

Victoriano Fernández (91)

«Está muy bien para la gente mayor porque le revaloriza la mentalidad. Salen muchas cosas, la letra fulana, la mengana; la fruta fulana, la mengana; la silla, la mesa... y así, muchísimas cosas. A mí me gusta, me parece entretenido. Aprender, aprender... ya con la edad que tenemos... pero la mente se renueva y no va a más».

Agustín Cano (81 años)

«Para refrescarnos la memoria y, aunque haya cosas que no las entiendes, por lo menos te va reformando un poco. Sale de todo un poco, unas veces de números,

«Me gusta muchísimo, porque así se aprende de otra manera»

otras veces los colores, para ver si los distingues o no, vamos, de todo un poco. Hombre, no me disgusta, lo que pasa es que a nosotros, ya en esta edad, nos cuesta mucho trabajo, pero también gusta hacer algo nuevo. Creo que sirve más a los mayores que a los jóvenes, porque los jóvenes están en sus estudios y sus cosas y las conocen, pero a nosotros de por sí, que no hemos podido estudiar, nos cuesta mucho, pero sirve para recuperar la memoria».

Terapia ocupacional y reciclaje

Los usuarios de la Residencia Santa Teresa de Jesús decoran con materiales reciclados

INMACULADA JURADO CR Santa Teresa de Jesús de Benamejé

En la residencia de mayores Santa Teresa de Jesús, desde su Departamento de Terapia Ocupacional, se organizan una serie de actividades diseñadas para nuestros residentes y una de ellas son los talleres ocupacionales.

En uno de nuestros talleres hemos unido la terapia ocupacional y el reciclaje para que los usuarios se concienticen de la importancia que hoy en día tiene la Educación Ambiental y, dentro de ésta, desarrollar y formarlos en hábitos de reciclaje, favoreciendo con ello también las relaciones interpersonales a través del trabajo en grupo; a potenciar tanto sus capacidades físicas como cognitivas, ya que deben realizar múltiples tareas como, por ejemplo, pintar, cortar, pegar..., consiguiendo ayudarlos a que desarrollen la creatividad, a que sientan que todavía son útiles y a que aumenten su autoestima.

A continuación, uno de nuestros residentes nos va a explicar en qué consiste el taller que llevamos a cabo.

«Una vez por semana, en el salón, nos sentamos todos y damos ideas sobre qué podríamos hacer con materiales reciclados, como por ejemplo lana, cápsulas de café, tapones de distintos

recipientes, chapas de refrescos, pajitas de los zumos, etc., para decorar nuestra casa. De entre todas las opiniones, se decidieron, entre otros muchas, las siguientes manualidades:

Manualidad número 1

Móviles con cápsulas de café pintadas para decorar los pasillos de nuestra casa. Primero pintamos las cápsulas con témperas. Posteriormente les hicimos unos agujeros para colocarles un



Decoración del centro

trozo de lana para que se pudiesen colgar.

Manualidad número 2

Móviles cazasueños con llaves. Pintamos de distintos colores las llaves que ya no se usaban en el centro con témperas y el soporte para colgarlas. Aprovechando que se habían talado unas plantas, cogimos unos tallos que nos sirvieron de soporte. Luego les colgamos un trozo de lana y las atamos al soporte. Con ello decoramos tanto la entrada al centro como otras estancias.

Manualidad número 3

Flores decorativas. Utilizamos tanto chapas de refrescos como tapones de diversos recipientes, cartulina y pajitas de los zumos. Recortamos en cartulina una base en forma de círculo para pegar los tapones en forma de flor. Flor que decoramos cada uno a su gusto con témperas, rotuladores, etc. Después, en la parte de atrás le pegamos una pajita, que, anteriormente, habíamos forrado con papel. De esta forma es como hicimos una flor que luego nos sirvió para decorar tanto paredes como columnas de nuestra casa.

Manualidad número 4

Letras de corcho. Utilizamos bandejas de corcho, de las cuales recortamos letras para formar todos los nombres de mis compañeros. Luego las pintamos y la colocamos cada uno en la puerta de su habitación».

Magníficas jornadas conmemorativas del Día Internacional del Mayor

Los usuarios del Centro de Mayores Alcalde Antonio Pulido de Almedinilla lo celebraron a lo grande

CR Alcalde Antonio Pulido de Almedinilla

El 1 de octubre es el Día Internacional del Mayor. A lo largo de dos intensas jornadas, llevadas a cabo durante los días 7 y 10 de octubre, el centro residencial de Almedinilla lo festeja procurando que todos los usuarios sean partícipes de las actividades programadas. Así pues, una peculiar merienda, a la que le sigue el ambiente lúdico generado por unos entretenidos y formidables juegos, y el esperado lunes de cine, que tiene lugar una vez al mes (con una idónea proyección audiovisual), son narrados de viva voz por cuatro de nuestros mayores, que nos ofrecen sus impresiones: Alejandro, Noni, Francisco y Mari.

La merienda, por Alejandro

«Estamos esperando la merienda, como cada tarde, cuando de repente nos encontramos con una visita muy especial. Un chico y una chica, vestidos de personas mayores, se acercan a nuestras sillas y mesas y comienzan a servirnos, mientras nos preguntan cómo nos llamamos y se presentan. Felipe y Juana, nos dicen, y sin parar de hablar, hacen que pasemos un rato bastante

divertido, porque comparten infinidad de anécdotas y chistes. Son encantadores y graciosos. Y lo más sorprendente: ¡parecen de verdad dos ancianos! Luego, cuando los auxiliares se llevan el carrito de la merienda y queda todo recogido, comienzan los juegos...», comenta Alejandro sonriente.

El juego de la oca, por Noni

«Un muchacho comienza poniendo unos papeles pegados con fixo en el suelo. El psicólogo nos dijo poco antes que iba a haber una sorpresa, que ya lo descubriríamos. Después de la merienda nos dicen: se trata del juego de la oca. Yo jugué a la oca hace muchos años, cuando era joven. Nos pusimos en tres

grupos. En el que estaba yo, nos quedamos en segundo lugar, por poco no ganamos. Tiramos un dado gigante y Felipe, el viejecillo que repartió la merienda, se encarga de mover la ficha. Juana, la viejecilla, va leyendo en voz alta lo que tenemos que hacer. Según donde te toca en la casilla, tienes que darle solución a una adivinanza, completar un refrán o hacer un ejercicio (pasarnos una pelota estirando las manos hacia atrás y hacia delante, antes de dársela al compañero). ¡Qué bonito todo! ¡Ay, qué bien que lo pasamos!», refiere Noni, entusiasmado.

La piñata, por Francisco

«Al terminar el juego de la oca, Felipe se sube a una mesa con una caja muy bonita. ¿Qué querrá hacer?, me pregunto. ¡Vamos a jugar a la piñata!, dice. Y uno a uno vamos pasando por donde está puesto él. Cogemos un bastón y le vamos dando a la caja, que sostiene con los

brazos en alto. De ella van cayendo caramelos. Qué buenos puñados pillamos cada uno, madre mía», rememora Francisco.

La película, por Mari

«La película que vimos fue preciosa. Era de un matrimonio de personas mayores. El hombre no quería asumir su edad, tenía miedo a envejecer. Era muy serio y parecía huraño, al contrario que su mujer, que era de buena y paciente... (Un pedacito de pan, vamos). Pero en la celebración del cumpleaños del hombre, la llegada de su hija con su nuevo amante y el hijo de éste, fue suavizando su carácter. En la pantalla grande de la Casa de la Cultura se ven las películas primorosas y, cuando son tan tiernas y bonitas como ésta, todavía más», argumenta Mari, pletórica.

Unas jornadas llenas de magia e ilusión, sin lugar a dudas, las vividas en el Centro de Mayores de Almedinilla.





Visita a la Virgen de Belén

La Patrona de Palma del Río es trasladada desde su ermita hasta la ciudad en una carreta

Residencia Hospital de San Sebastián

Con motivo de la Romería de Palma del Río, la Virgen de Belén, Patrona de esta ciudad, es trasladada desde su ermita hasta Palma en una carreta tirada por bueyes y acompañada por romeros que, durante todo el camino, cantan y bailan a la Virgen.

Las carrozas decoradas, los carruajes y caballistas van junto a la muchedumbre que se concentra en los jardines de la ermita. Encabezando el grupo, un enorme número de jinetes vestidos con los trajes típicos, portando el estandarte de la Hermandad anunciando la llegada de la Virgen. Los palmeños acompañan a su Patrona

durante todo el trayecto. Tras su llegada al pueblo, la Virgen permanece durante todo el mes de septiembre en la Parroquia de La Asunción. A final

de mes, la Virgen es trasladada hacia la Parroquia de San Francisco, donde estará el mes de octubre para celebrar, con motivo de las fiestas patronales, una novena.

La Residencia Hospital de San Sebastián realiza una visita, como cada año, con los residentes acompañados por voluntariado, familiares y ami-

gos, para hacerles partícipes de esta fiesta. Para ellos es una actividad muy emotiva, disfrutada de manera especial.

Para que este tipo de salidas se lleven a cabo, necesitamos la colaboración de voluntariado y familiares, a los cuales queremos agradecer su labor e implicación en las actividades.



Los residentes, acompañados por voluntarios, familiares y amigos, durante la visita

De paseo por los Patios de Córdoba

M. V. GONZÁLEZ Residencia Séneca

Con motivo de la festividad de los Patios de Córdoba, nuestros residentes pudieron realizar una visita a algunos de los patios más emblemáticos situados en el tradicional barrio de San Basilio. Durante dicha actividad nuestros mayores pudieron pasear por las antiguas viviendas en que és-

tos se ubican, disfrutando así mismo de multitud de flores plantadas en arriates, macetas o colgadas en las paredes y de elementos característicos de otras épocas.

Fue una actividad muy completa, ya que pudieron trabajar con su olfato, con el olor de las flores a su memoria, al recordar cómo se usaban los diferentes utensilios que decoran este tipo de recintos.



Usuarios de la Residencia Séneca durante la visita a los Patios

Visita a las Caballerizas Reales

La Residencia Séneca pasó por el edificio emblemático del arte ecuestre

RAFAELA MARTÍNEZ POZO
Residencia Séneca.
Grupo El Yate

Nuestros residentes han tenido el placer de visitar recientemente las instalaciones de las Caballerizas Reales de Córdoba, emblemático edificio que se creó en el año 1570, por mandato del Rey Felipe II, y que actualmente goza de ser Patrimonio Nacional.

La visita se organizó con el objetivo de que los mayores del centro disfrutaran de parte del patrimonio cultural del que dispone la ciudad de Córdoba, además de com-



Los mayores, durante su visita a las Caballerizas Reales de Córdoba

partir una jornada de paseos por parte del casco antiguo de la misma, en concreto por las zonas de San Basilio y el Alcázar Viejo. Tanto los residentes como los acom-

pañantes quedaron sorprendidos por las instalaciones de las Caballerizas Reales, ya que, en algunos casos, era la primera vez que las visitaban. A su vez, pudieron con-

templar una sesión de doma de los magníficos ejemplares de caballo andaluz Pura Raza Española que allí albergan, quedando impresionados por su belleza.

Pintando macetas en Decathlon

RAFI VALVERDE TOLEDANO
Residencia Séneca.
Grupo El Yate

Desde el centro Decathlon se ponen en contacto con nosotros para informarnos sobre las distintas actividades que la Fundación del mismo nombre realiza con distintos colectivos, mostrando su interés en que participemos en ellas.

Motivados e ilusionados por participar, nuestros mayores se ponen en marcha. Una vez llegamos a las instalaciones, hacemos un recorrido por las mismas, realizamos distintas actividades que se han organizado, pintar macetas es una de ellas. Una vez finalizadas las mismas, nos ofrecen un aperitivo, el cual compartimos con gran entusiasmo y disfrute en una



Una de las usuarias de la Residencia Séneca pintando en Decathlon

jornada de convivencia muy divertida.

La actividad ha sido muy entretenida para todos y, so-

bre todo, hemos propiciado las relaciones de nuestros residentes con otras instituciones o entidades ajenas al centro.

Convivencia entre la residencia de Villaharta y la UED Azahara

Se celebró con motivo de la Semana del Mayor

MARCOS HERRERA SÁNCHEZ
Residencia Municipal de Villaharta

Con motivo de celebración de la Semana Cultural del Mayor que viene realizando el centro desde hace varios años por el Día Internacional de las Personas Mayores, la Residencia Municipal de Villaharta, gestionada por Fundación Gerón, ha organizado una convivencia de mayores.

El centro que nos ha visitado es una Unidad de Estancia Diurna llamada «Azahara» de Córdoba.



Participantes en la convivencia de los dos centros

Convivir es, ante todo, compartir, participar en la vida ajena y hacer partícipes a los demás en la nuestra.

Con este acercamiento hemos tenido el gusto de conocer a otras personas y sus experiencias en la vida,

además de compartir gustos, ideas y valores entre sí.

La actividad ha ido acompañada, durante la mañana, de una actuación de música de copla cantada por el artista Jesús Juste (vecino de Obejo), de

la cual hemos disfrutado todos juntos. Además de conocernos unos a otros y visitar las instalaciones del centro, hemos disfrutado de un almuerzo especial todos juntos al mediodía en nuestra residencia.

Despidiendo el buen tiempo

Centro Residencial SARquavitae Remedios

La estupenda temperatura del comienzo del mes de octubre ha permitido a los residentes disfrutar de unos días maravillosos realizando actividades por el equipo de terapias del centro al aire libre, en el patio central.

Las actividades han comenzado con una serie de ejercicios similares a los que los usuarios realizan



Actividades en el patio del centro para despedir el buen tiempo

diariamente en Fisioterapia a modo de calentamiento, para posteriormente continuar con bailes y musicoterapia dirigidos por la monitora y terapeuta del centro y el Departamento de Psicología.

Se proseguía esta actividad con ejercicios de relajación acompañados de técnicas respiratorias y con música chill-out.

Así pues, la mayoría de los allí presentes salían muy contentos y relajados, pero no se les dejaba marchar sin antes haberse refrescado con un zumo.



Las retahílas de Juliana

Le gusta decir retahílas, cantar y hablar hasta por los codos. Tiene que dejar su marca allí por donde pasa

ESPERANZA NAVARRO
Residencia Municipal
San Miguel

Os voy a hablar de Juliana Torres. Tiene 92 años, una de las más mayores de la familia y, como le digo a mi madre, «más antigua que una cómoda».

Hablo de ella para hacerle un homenaje a todos los abuelos que estuvieron, están y estarán en nuestro corazón y recordamos con cariño. Para no perder ni

dejar en el olvido todo lo que lucharon en aquellos tiempos para vivir.

Ella no sabe ni leer ni escribir, pero es «más lista que el hambre» y «sabe más que los ratones coloraos». Estamos aprendiendo mucho de ella, como de cada uno de los que han formado parte de esta familia.

No oye nada de nada, sólo lo que le interesa, ya que lee los labios a distancia. Tiene vista de águila,

cosa que ninguna sabemos ni sabremos hacer jamás.

Es la refranera del pueblo, constantemente se le escapa alguno. Se sabe muchísimas retahílas y cancioncillas populares.

Hemos hecho hasta un librito de manualidades para que el resto de los abuelos las pueda leer y aprender, para que quede constancia, que nunca desaparezcan, pasando de unos a otros,

Hemos hecho un librito para que todos los abuelos lo pueda leer

porque las palabras se las lleva el viento.

Ahí van algunas de ellas, para animaros a dejar las vuestras, recordando buenos tiempos y aprender de un pedacito de cada uno de vosotros:

📶 A mí me ha salío un novio, que lo quiere otra doncella. Lo vamos a echar por alto y la que lo pille, pa ella.

📶 Eres bonita, bonita, tu cara como una rosa. Pedirle a Dios que te libre, de una lengua escandalosa.

📶 Anoche fui a ver a mi novia, el caballo me trepó. Los perros me mordieron, y la novia me despachó.

📶 Por ahí viene mi novio, por la punta, por la punta. Cuando llegue le diré, más vale tarde que nunca.

📶 Míralo por dónde viene, el que a mí me tiene loca. Las manos en los bolsillos, y el cigarrillo en la boca.

📶 Tú te tienes porque eres un poquito más que yo. Y te tienes que agachar, y por encima pasar yo.

📶 Por donde quiera que vas, vas diciendo que soy tuya. Qué cadena mas echao, pa tenerme tan segura.

📶 Te pusiste a decir, en una mesa de juego, que te casabas conmigo, y será si yo quiero.

Se os quiere y siempre se os tendrá en el recuerdo.





¿Quién no se ha sentado en una **silla** de mi padre?

Su negocio consistía en arrendar mesas y sillas para todo tipo de eventos

CHARI MORALES MEDINA
Residencia Hospital
San Sebastián

Mi padre nació en Palma del Río, fue el mayor de cuatro hermanos y tuvo que ayudar desde muy joven en casa, ya que su madre se quedó viuda muy joven.

Mi padre se casó con su novia de siempre, y con ella tuvo un hijo al poco tiempo de casados. Tras siete años de matrimonio, volvieron a encontrar la felicidad a modo de otro embarazo, pero todo se convirtió en un trágico episodio en su vida, ya que su mujer murió en el parto de fiebre puerperal y la niña, de sarampión, posteriormente.

Después de un tiempo, mi padre, que era una persona muy emprendedora, decidió trasladarse a Sevilla con el objetivo de encontrar una vida mejor. Estuvo trabajando en multitud de lugares haciendo infinidad de trabajos, entre ellos, vender

marisco en los Jardines de Murillo con un carro.

En Sevilla conoció a mi madre y se casaron, tuvieron cuatro hijos, yo fui la tercera.

No sé de qué modo conoció al que después sería su socio durante más de 20 años, pero de esa situación nació la empresa de alquiler de sillas a la que, durante muchos años, se dedicó. Mi padre asumió el rol de socio industrial y la otra persona el de socio capitalista.

El negocio consistía en arrendar mesas y sillas para todo tipo de eventos, desde la Feria de Sevilla o de cualquier otro pueblo de Andalucía, a la Semana Santa o bares en época de verano. Empezó con un carro de caballos como medio para repartir las sillas, pero terminó con un negocio grande y próspero.

Recuerdos de la feria

Recuerdo épocas de muchísimo trabajo de las que guardo muchos y grandes recuerdos. Por ejemplo, me gustaba mucho el segundo o tercer día de feria. Mi padre, mi madre, mi hermana y yo íbamos a cobrar el arriendo de las sillas y mesas (con la idea de no dejarlo para el último día porque se podían ir sin pagar o llevarse las sillas). Íbamos en una Sangla



Recuerdo cuántos amigos tenía y cuánto lo querían

que tenía con sidecar ¡y nos pegábamos unos viajes...! Después de cobrar nos montábamos en los cacharritos y, durante las «visitas» a los clientes, íbamos a todas las casetas de la feria. ¡Un día de trabajo que se convertía en una fiesta para mi hermana y para mí!

Recuerdo también cuántos amigos tenía y cuánto lo querían, además de la admiración y respeto que le mostraban. Todo por ser el tipo de persona dadivosa que

era, disfrutaba viendo a los demás disfrutar. Para mí fue la persona más importante de mi vida.

El negocio funcionó siempre con la colaboración del capital de su socio, pero su idea siempre fue poder hacerlo suyo, cosa que tristemente no pudo conseguir debido a problemas de salud. Sólo lo separaron meses de cumplir su sueño, ya que murió dos meses antes de conseguir el cien por cien del negocio.

A día de hoy, no hay feria, comunión u otro acontecimiento que no me haga pensar en él cuando veo las sillas y mesas de la celebración y me pregunto: ¿cuántos de vosotros y vosotras no os habéis sentado alguna vez en una silla de mi padre?

Empezó con un carro de caballos pero terminó con un negocio grande

A mis ángeles de la guarda

¿Es necesario que los ángeles lleven alas?

JUAN M. ALMENARA

Vitalia Suite Palma del Río

¡Nada, que esta niña se ha empeñado en que escriba unas letras y se ha salido con la suya! (Así son los terapeutas ocupacionales...).

Quiero dedicar estas palabras a mis ángeles de la guarda: en general, a todos los que forman parte del personal que trabaja en mi residencia, mi nuevo hogar, pero en especial a ellas, las auxiliares. Esas mujeres que se transforman cuando se ponen su uniforme: rojo y blanco. Mujeres abnegadas, totalmente entregadas a su difícil tarea, que no es otra que hacernos más llevaderos y mucho más amenos y agradables nuestros días.

No sé de dónde sacan esa entrega, coraje y abnegación. Me faltan palabras para calificar su trabajo. ¿Trabajo? ¡No! ¡Rotundamente, no! ¡Vocación!

Sin pedir nada a cambio, diariamente, hacen de tripas corazón y, olvidando sus problemas personales (hijos, casa, economía, etc.), se entregan sin tapujos.

¿Cómo se les puede recompensar ese cariño a fondo perdido, sin esperar nada a cambio? Esos «ayes» que reconfortan tanto a esos residentes que por distintos motivos han perdido sus facultades mentales o las tienen muy deterioradas.



Juan M. Almenara dedica unas palabras a sus cuidadores

Pendientes de cualquier detalle, que por muy insignificante que parezca, para ellas son muy importantes. ¡Qué paciencia, señor! Cuando son maltratadas (sí, digo maltratadas), bien de obra o de palabra por algún «abuelo/a». Sin embargo, ellas pagan con su silencio.

Nunca las he visto alterarse absolutamente por nada.

¿Cuánto vale un beso suyo? Con frecuencia las ves abrazar y besar a los residentes. Esas caras de satisfacción que se reflejan en la cara de la persona que ha recibido esa caricia: cariño y calor tan necesarios, y tanto, en estos días.

¿Qué se les puede dar a cambio? Saben solucionar o paliar cualquier problema o situación que se presente y ¿sabéis que esto es frecuente en una residencia de mayores?

En fin, no quiero alargar mucho más esta carta a mis

cuidadoras, sin olvidar al resto del personal: enfermeros, fisioterapeuta, psicóloga, trabajadora social, terapeuta ocupacional y los diferentes servicios.

No me queda sino agradecer a todos ellos el desvelo que tienen hacia nosotros y, en especial, hacia mí. Quiero cerrar con una palabra francesa como refrendo a todo lo anteriormente expuesto: ¡Chapó!

Muy bien, queridos residentes, me despido de vosotros, no sin antes recurrir a nuestro extenso y rico refranero: «Si una mujer te pide que te tires por un tajo...».

Quiero agradecer el desvelo que tienen hacia nosotros



Mi Córdoba mora

«Enamorado de la sultana, gitana, hechicera y mora que es mi Córdoba»

JOSÉ CRUZ GUERRERO
Residencia Nuestra Señora de Los Dolores

Mi historia ocurrió sobre el año 1950 durante una tarde. Yo estaba en casa ejerciendo de carabina, como mandaban los tiempos, de mi hermana Conchi y el que era su novio por aquel entonces, Enrique Báez, que años más tarde se convertiría en mi cuñado.

A Enrique le mostré unos versos que escribí dedicados a nuestra hermosa ciudad, Córdoba. Al leerlos él vio que eran adaptables a pasodoble, así que entre él, mi hermana y yo nos pusimos manos a la obra con la música.

Esta canción ha sido cantada por muchísimas artistas como Carmen Sevilla y la mismísima Lola Flores.

Ésta no fue la única vez que escribí algunos versos, también lo hice para el torero Chiquilín y tengo otros muchos escritos, aunque eso sí, ninguno tuvo el éxito de «Mi Córdoba mora».

Si queréis escucharlo, podéis entrar en Internet, poniendo mi nombre y el título «Mi Córdoba mora», os sale.

En la actualidad tengo 96 años y estoy viviendo en la Residencia Nuestra Señora de Los Dolores.

Os dejo la letra de la canción «Mi Córdoba mora»:



José Cruz Guerrero

*Es Córdoba, la sultana,
la de las mil maravillas,
con sus placitas de ensueño,
y sus mujeres bonitas.
Es gitana, porque tiene
toda la gracia y alegría
que puede tener la tierra
más grande de Andalucía.
La de las mil maravillas,
sus pintorescos rincones
escuchan la pena mía.
¡Ay, Plaza de los Dolores!*

*Córdoba mora,
qué hermosa eres,
perlas de Andalucía,
de hechizo son tus mujeres.*

*Córdoba mora,
ay, qué bella eres,
la tierra maga,
de celos y quedeles.
Eres Campo la Merced,
el barrio de los toreros,
y mi Santa Marina,
el de los piconeros.*

*Oh, Campo de la Verdad,
que en Córdoba yo te vi,
uniendo tu soledad,
con el río Guadalquivir.
Y con tu gracia señera,
tú vienes a saludar,
a la Córdoba hechicera,
que no te puede olvidar.*

*Tus moriscos caseños,
y tu eterna claridad,
se ve reflejada en el río,
¡Ay, Campo de la Verdad!*

*Córdoba mora,
qué hermosa eres,
perlas de Andalucía,
de hechizo son tus mujeres.
Córdoba mora,
ay, qué bella eres,
la tierra maga,
de celos y quedeles.
Eres Campo la Merced,
el barrio de los toreros,
y mi Santa Marina,
el de los piconeros.*

La historia de mi vida

Hay que vivir al día sin mirar atrás y procurar reírte de lo que sea y con fuerza

MANUEL MARTÍN NOTARIO
UED APARCOR de Córdoba

Mi nombre es Manuel. Estoy jubilado por enfermedad (Parkinson). Al principio fue difícil. No me gusta recordarlo, pero me han enseñado que, ante la adversidad y la zozobra, hay que luchar, aunque esté todo perdido, ya que es degenerativa.

No puedo dejar que esta sombra planee sobre mi vida, pero tampoco olvido lo que podría haber sido. Ese porvenir tan amargo, en ocasiones, me hace sentirme muerto en vida. Por eso, intento vivir el momento, no sé si bien o mal, pero vivo al fin y al cabo. ¿Me explico?

A pesar de todo, hoy en día estoy bien. Me siento más realizado e intento mantenerme ocupado haciendo actividades que me favorecen. Dicen que soy un ejemplo de lucha y no sé qué otras cosas más.

Al principio de mi enfermedad me aconsejaron que entrase en una organización relacionada con lo mío y, hasta ahora, me encuentro como en mi casa.

En resumidas cuentas, hay que luchar y no ser vago (no más de lo estrictamente necesario) y vivir al día sin mirar atrás y procurar reírte de lo que sea y con fuerza.



Manuel Martín Notario