



Residencia Municipal de Algámitas

Excursiones y muchas
actividades para celebrar
la **Semana del Mayor**

Financiado por:



Organizado por:

ABC
abcdesevilla.es



Los mayores de la Residencia de Algámitas durante la excursión al camping El Peñón

Semana del Mayor en la Residencia de Algámitas

El centro ha organizado actividades de ocio y tiempo libre para conmemorar el día

Residencia Municipal de Algámitas

Desde la Residencia Municipal de Algámitas, gestio-

nada por Fonserrana Sociedad Cooperativa Andaluza de Interés Social, hemos querido celebrar con nuestros mayores no sólo el Día

del Mayor sino una semana dedicada única y exclusivamente a ellos, nuestros mayores.

Nuestra entidad, Fonserrana, está creada para recordar que las personas mayores tienen derecho a vivir dignamente fomentando su autonomía tanto en actividades instrumentales

como en las actividades básicas de la vida diaria. Por ello hemos organizado una semana de actividades de ocio y tiempo libre para conmemorar este día.

El día 1 de octubre, coincidiendo con el fin de semana, el centro abrió sus puertas para que mayores, familiares y vecinos de la



Las aves aterrizan en UED La Doctora

El centro desarrolló un taller de aves con motivo del Día de las Personas de Edad

M^a ROSA CUBEROS PACHECO
Unidad de Estancia Diurna La Doctora

La pasada semana en la UED La Doctora, para continuar con la celebración del Día Internacional de las Personas de Edad, contamos con un taller de aves rapaces. La experiencia fue fantástica porque, primero, estuvimos jugando a adivinar los sonidos de animales que conocemos de siempre como la perdiz, la cigüeña, el mochuelo, los jilgueros, y luego estuvimos acariciando plumas de diferentes pájaros. A mí me tocó la del cóndor. ¡Era muy grande! Y tenían un olor característico que a mí no me gustó.

Por último, lo que más nos divirtió y encantó fue poder tocar a un búho con un nombre muy raro. Estuvimos haciéndolo volar, sólo tenía cinco meses y comía carne de nuestra mano. Era muy bonito. Lo pasé genial, algo diferente en el día a día.



Los usuarios disfrutando con el taller de aves

localidad vivieran una jornada de convivencia.

El día 3 de octubre, con la colaboración de la Cruz Roja con su programa Salud Constante, se realizó una salida al camping El Peñón (Algámitas), donde nuestros mayores disfrutaron del aire limpio y de la naturaleza, amenizada con un almuerzo especial, obsequio de nuestra entidad, en el restaurante de dicho camping.

El día 6 de octubre se realizó una yincana de juegos de psicomotricidad y cognición, en los que se fomentaba la participación de nuestros mayores con

obsequios a los ganadores.

El día 7 de octubre, como acto de clausura de esta semana, se realizó una chocolatada con tarta para la merienda de nuestros

Han disfrutado de una yincana y una chocolatada

residentes y se obsequió con un detalle a todos los participantes de esta semana tan especial que hemos querido dedicarles a nuestros mayores.

La Residencia San Miguel conmemora el Día Mundial del Alzheimer

El 21 de septiembre fue un día para recordar con una participación muy especial y emotiva para mí

JOSÉ LÓPEZ PALMA
Residencia San Miguel de Sanlúcar

Mi nombre es Pepe López Palma. Nací en Sevilla el 27 de noviembre de 1943. Fui al colegio sólo dos horas por la tarde porque tenía que trabajar. He sido panadero y me gustaba mucho mi trabajo.

Mi madre se llamaba Luisa y mi padre Antonio, éramos tres hermanos y una familia muy humilde. Todos teníamos que colaborar y trabajar. Me casé y, cuando

murió mi señora, me sentía muy solo, mi vida cambió por completo y caí en una depresión. A los tres años me vine a la residencia donde volví a ser feliz.

Tengo muchas cosas que contar sobre la residencia, donde he realizado muchas actividades. Me llamaron para participar en la cabalgata de Rey Mago. Fue una experiencia muy bonita para mí, que me ayudó a devolverme la ilusión.

Además, en la residencia realizamos muchas fiestas

y celebraciones y nos lo pasamos muy bien. El 21 de septiembre se realizaron muchas actividades para conmemorar el Día Mundial del Alzheimer. Lo que más me gustó fue la convivencia con todos mis compañeros. Fue muy emocionante para mí. Tuve el placer de leer una carta dedicada para ellos expresando lo que significa para mí esta enfermedad. Realizamos muchas activi-

dades donde todos reímos, pero lo que más me gustó fue rememorar los juegos de nuestra infancia, como por ejemplo el trompo, donde comprobé que aún no había olvidado como repararlo.

Lo que más me gustó fue la convivencia

Carta a mis compañeros

Yo Pepe López estoy en esta residencia de mayores que se llama San Miguel y llevo aquí seis años. Me dirijo a todas las personas que me escuchan y me leen porque me gustaría decirles que, si alguna persona mayor de su familia está comenzando a olvidarse de las cosas, tiene que recurrir al médico porque puede ser el comienzo de una enfermedad llamada Alzheimer. Yo que estoy en esta residencia veo a muchos compañeros que tienen Alzheimer. Es una enfermedad muy extendida y, desgraciadamente, no tiene cura ni solución, pero podemos luchar para que estas personas estén lo mejor posible.

A todos mis compañeros les doy mucho cariño y mucho apoyo para que tengan un buen estado de salud y una vida digna, porque todos somos personas y puede pasarnos a nosotros, a nuestros padres y a nuestros hijos.

Le doy un fuerte abrazo a mis compañeros que los quiero a todos y a la dirección de esta casa.

Atentamente, Pepe López y que siga todo adelante, sobre todo a los trabajadores y trabajadoras que cada día lo hacen posible.



Pepe López con el trompo



Me encuentro activa a pesar de los años

Las numerosas actividades a lo largo del año me hacen tener una vida alegre y plena

ASUNCIÓN PALLARÉS BONO
La Milagrosa de Alcalá de Guadaíra

Hace ocho años que vivo en la Residencia La Milagrosa de Alcalá de Guadaíra, tengo 80 años y, a pesar de mis años, me encuentro activa.

Tenemos muchas salidas al exterior. En noviembre una asociación benéfica nos invita a un almuerzo-fiesta en una hacienda de celebraciones. En diciembre, vamos a Jerez a un mesón a un almuerzo y en la feria de nuestro pueblo vamos a la Caseta Municipal.

También durante el año intercambiamos visitas con otras residencias en las que compartimos actividades como trabajos manuales, gimnasia de mantenimiento y cocina (nosotros hicimos un salmorejo en nuestro patio).

En Cuaresma, una hermandad nos invita a una misa en la que algunos de los residentes participan.

Y en Semana Santa visitamos algunas Hermandades

en sus correspondientes templos.

En mayo, con motivo de la celebración del Año de la Misericordia que el Papa Francisco decretó, fuimos al Santuario de Regla en Chipiona, para celebrar el Jubileo.

A finales del mismo mes estuvimos cuatro días en Rota en la residencia que las

hermanas de la Caridad tienen en esa ciudad.

En agosto, durante la novena a nuestra patrona, la Virgen del Águila, vamos a verla, rezamos y cantamos en su ermita.

Para mí, la mejor de las actividades extraordinarias es el teatro que hacemos días antes de Navidad en el Teatro Gutiérrez de Alba de nuestro pueblo, que vienen a vernos actuar amigos y familiares. Esto lo cuento para que sepáis que, a pesar de los años, enfermedades y limitaciones, aquí tenemos una vida alegre y plena.



Asunción con algunas compañeras de la residencia en una de las excursiones realizadas

Diversión y buen humor en Habitare Castilleja

MÓNICA GARCÍA GARCÍA
Centro Residencial Habitare Castilleja de la Cuesta

Los residentes del Centro de Mayores Habitare recibieron a los integrantes de la chirigota «Al Frescor del Polo». La actuación, que duró toda una mañana, les proporcionó un rato de risas, entretenimiento y música, en compañía de

sus familiares y trabajadores del centro, que también fueron invitados.

Para la ocasión, los mayores decoraron la estancia donde tendría lugar la actuación con máscaras propias de la fiesta de carnaval. Todas ellas fueron elaboradas en el espacio de manualidades contemplado en nuestra programación de actividades.



Dávila Miura acerca el toreo a Fundomar Bermejales

José Marchena relata un día en el Centro de Mayores Fundomar y la visita del torero

JOSÉ MARCHENA
Centro de Mayores
Fundomar Bermejales

Me llamo José Marchena Barragán y soy residente del Centro de Mayores Fundomar Bermejales. Hoy, como todos los días, mientras espero la llamada para el desayuno, bajo a la sala de prensa y leo el periódico para conocer lo que pasa en la actualidad. Me gusta estar al día de todos los acontecimientos que ocurren en nuestro país y en el resto del mundo. Me gusta especialmente la sección de deportes, ya que soy aficionado al fútbol y bético de corazón, aunque generalmente mi equipo me da pocas satisfacciones, pero

en eso consiste los buenos aficionados, seguir y apoyar a su equipo en los buenos y en los malos momentos.

Después del desayuno, compartiendo vivencias del día a día con mis compañeros de mesa, empezamos nuestra rutina diaria, acudiendo a las actividades que tienen preparadas para nosotros. Entre otras, actividades de gimnasia, bingo, manualidades, ejercicios de cálculo, lenguaje, memoria, etc.

Además de éstas, también tenemos otras actividades especiales como la que hoy os voy a contar.

El pasado jueves 29 de septiembre, recibimos la visita del torero don Eduardo Dávila Miura, acompañado

del banderillero don Emilio. Nos ofreció una charla sobre el toreo, hablándonos del modo en que se debe presentar un torero ante el toro. Nos dijo que el torero, aunque tenga miedo, tiene que presentarse con valentía, para que el toro no intuya su miedo. Nos mostró una serie de pases, tanto con el capote

como con la muleta, explicándonos que el torero tiene que ir avanzando para que el toro advierta su poderío y citándolo para que embista.

El acto terminó con ruegos y preguntas que el torero contestó con amabilidad. Todos los residentes disfrutamos de una tarde inolvidable junto al maestro.



José Marchena cuenta su día a día en el Centro de Mayores Fundomar

Bienvenida al otoño en Asisttel

JOSÉ MORENO
Centro Residencial
Asisttel Aljarafe de Tomares

Mi nombre es José Moreno y desde hace mucho tiempo voy al Centro de Mayores de Asisttel en Tomares. Hacemos muchos talleres. Tengo un grupo de amigos y amigas muy bueno.

En el centro nos lo pasamos muy bien, hacemos excursiones, trabajamos



Mural realizado por los mayores del Centro Asisttel de Tomares

con el ordenador, hacemos talleres de memoria, gimnasia, etc.

Esta semana damos la bienvenida al otoño, comenzando las nuevas actividades. Entre otras, hemos realizado con los compañeros del centro y las animadoras un mural con hojas de papel, recordando la llegada de la nueva estación.

Os seguiremos informando de los talleres que vamos a hacer en el centro.



Actividades en la Residencia de Mayores San Pedro de Carmona

Las salidas a pie por el Paseo del Estatuto o la asistencia al Teatro Cerezo son algunas de ellas

ÁNGELES LOLA
Residencia de Mayores San Pedro de Carmona

Entre la variedad de actividades ofrecidas en la Residencia de Mayores San Pedro de Carmona vamos a destacar en esta ocasión las salidas al paseo cercano del Estatuto, que les permite a los y las residentes tener contacto directo con su entorno más cercano así como disfrutar de un paseo agradable.

Otra de las salidas ha sido al cercano Teatro Cerezo, en el que vimos una obra representada por los



Los residentes del centro jugando al bingo, una de las actividades con la que más disfrutan

integrantes del Taller Ocupacional «El Alcázar», donde pudimos disfrutar de una extraordinaria obra en un lugar privilegiado.

Y uno de los talleres que más gusta a los residentes...

Gracias a las salidas, los mayores tienen contacto con su entorno

¡el bingo! Las tardes de los viernes las dedicamos a esta actividad que resulta muy distendida y gratificante y en la que a veces participan con nosotros familiares de residentes.

Una verdadera caseta sin salir del centro de Sevilla

Residencia de Mayores de San Juan de Dios

Los voluntarios de la Residencia de Mayores de San Juan de Dios de Sevilla, con la responsable de Animación Sociocultural a la cabeza, adornaron con farolillos, mantones y motivos de feria en el mes de abril el patio del centro hasta convertirlo en

una auténtica caseta para los mayores. Cada año, todos los miembros de la familia hospitalaria se vuelcan en esta labor de hacer de la residencia un lugar más que especial para los mayores y la Feria de Abril deja siempre preciosas imágenes y anécdotas en las que están muy presentes los profesionales que los atienden y sus familiares.



Todos los años un coro ameniza esta peculiar caseta con su repertorio de las mejores sevillanas. Baile, cante, «pescaito frito», señoras resi-

dentas con sus mantoncillos y sus flores y caballeros dispuestos a sacar a las damas a bailar. Una verdadera caseta sin salir del centro de Sevilla.



Dolores Gómez: «Todavía sigo aprendiendo»

Dolores demuestra que nunca es tarde para aprender cosas nuevas

DOLORES GÓMEZ DOBLAS
UED San Miguel de Morón
de la Frontera

Mi nombre es Dolores Gómez Doblás y tengo 87 años. Soy de Córdoba, de Almodóvar del Río, pero llevo dos años en Morón de la Frontera donde llegué por problemas de salud. Vivo con uno de mis hijos y su mujer.

Estoy muy a gusto con todos mis compañeros y realizo todos los días crucigramas,

talleres, gimnasia y manualidades. Me encanta hacer rehabilitación porque cada día estoy mejor. A diario realizo entre media hora y una hora de bicicleta. La fisioterapeuta me anima a hacer muchas actividades distintas. Vuelvo la vista atrás, jugando con ella a la pelota, y recuerdo tiempos pasados cuando en mi niñez jugábamos a la pelota. ¡Hay cosas que no cambian a pesar de la edad!

Día a día ayudo a todos mis compañeros físicamente o con un apretón de manos; dicen que les tranquilizo. Así que soy una persona con suerte porque en esta etapa de la vida todavía sigo aprendiendo.



Dolores con sus revistas de crucigramas, que hace diariamente

Mi colegio perfecto

Usuarios de la UED Pizarro

Los abuelos están muy preocupados por la cosas que les ocurren o escuchan a sus nietos en relación a los colegios. Y ellos plantean cómo sería el colegio perfecto para los niños de hoy.

Las clases deberían tener menos alumnos para que el profesor pueda prestarles más atención. En los colegios debería haber profesores de especial, intérpretes (lenguaje de signo u otros idiomas),

psicólogo, pedagogos y logopedas.

Que los padres estén más implicados en el colegio. En relación a las situaciones de discriminación o agresión, que tengan asignaturas de buenas conductas.

A parte de las horas lectivas, que tengan servicio de comedor, aula matinal y talleres por las tardes para todos aquellos a los que les haga falta.

Que en los recreos haya más columpios, toboganes y

otros, además de disponer de juegos (diana, bolos, cartas, raquetas, areneros,...), aparte de los típicos (baloncesto, fútbol...). Que las zonas de suelo sean, en su mayor parte, de goma, además de que en la hora del recreo exista más supervisión por el profesorado. Que se disponga de fuentes y baños en los propios patios, para no tener que acceder a las aulas.

Que la figura de las personas mayores esté presente en la dinámica del colegio, por todo lo que puedan aportar, y así exista una relación más cercana entre abuelos y nietos.

A la hora de mandar deberes a casa, que haya un control y coordinación entre los diferentes profesores para que los niños tengan tiempo de ser niños y poder jugar al llegar a casa.

Promover los cuentacuentos, teatros, lectura en la biblioteca, los huertos... Que se hagan competiciones por asignaturas a través del juego para motivarlos a aprender y lo vean como algo divertido.

Y la accesibilidad del colegio (puertas, escaleras, rampas, pasillos, ...) y los materiales adaptados a los niños (mesas, sillas, cuartos de baño, juegos, ...).



Un policía de los buenos

Juan Fernández Sánchez repasa su experiencia como policía

JUAN FERNÁNDEZ
UED Santa Clara Quality

Nací en Montánchez, un pueblecito de la provincia de Cáceres, donde se comen buenos jamones, se beben buenos caldos y que destaca por la amabilidad de sus paisanos.

Como tantos otros, fui un niño que vivió la etapa final de la guerra y toda la pos-

guerra, aunque para mí, las calamidades fueron menores que para otros, ya que mi familia poseía su propia finca en la que los huertos compartían espacio con los olivares y alcornocues, de modo que sacábamos una producción que nos permitía vivir de forma desahogada.

A pesar de que tenía trabajo en la finca, mi vocación era otra. Quería convertirme en policía y para ello me preparé en la academia la oposición para entrar en la fuerza armada. Una vez obtenida la plaza, me fui a Barcelona donde viví una etapa tranquila.

Después de dos años y

medio en la Ciudad Condal solicité una de las plazas que salieron vacantes en Badajoz, consiguiéndola, y quedándome el resto de mi vida como agente destinado en Extremadura.

Se podría decir que he sido un policía de los buenos, de los que miraba por el otro y creía en la mano izquierda y la reinserción. Dicen que

Me siento muy querido por todos mis compañeros y por los trabajadores

soy un hombre con un gran corazón que en una ocasión cedí mi propia vianda a algún preso que se encontraba en el calabozo quedándome sin comer por tal acción; un policía que pasaba la mano a los que robaban para poder echarse algo a la boca en aquellos tiempos de necesidades.

En definitiva, trataba de ser buena persona y llevar la amabilidad y el buen hacer por donde fuera siendo amable y comprensivo y tratando de evitarle los problemas a los otros.

Creo que mi buen hacer se refleja en mi día a día en la unidad de Estancia Diurna Santa Clara Quality, donde me siento muy querido por todos mis compañeros y por los trabajadores donde todos me aprecian y quieren.



Juan Fernández pasa sus días en la UED Santa Clara Quality

Catalina Sierra: «Decidí venir con mi marido a este centro»

Catalina y su marido llevan toda una vida juntos

CATALINA SIERRA
UED Amedara S.L.

Amedara es el centro donde me encuentro desde hace dos meses. Como podréis ver, en dos meses poco puedo contar, pero lo intentaré, ya que la idea que me han ofrecido me parece maravillosa.

Os contaré el motivo por el que estoy aquí. Mi marido empezó con demencia y era necesario que viniera a un centro como éste, pero el problema es que no quería venir solo. Tiene 92 años y yo tengo 91, a pesar de que tengo muchas enfermedades, mi cabeza está muy bien, por lo que decidí venirme con él. Creo que es lo mejor que hice, porque estoy aprendiendo a tener paciencia y saber

Mi marido empezó con demencia y me vine con él a este centro

cómo se debe tratar esta enfermedad.

El centro está muy bien organizado. Nos recogen por la mañana y nos traen. Cuando llegamos nos dan



Catalina y su marido

el desayuno y, luego, ya empezamos las actividades.

Primero gimnasia, que me gusta mucho porque hacemos muchos movimientos para fortalecer

el cuerpo. Después, hacemos deberes o damos clase de memoria, que cada día es distinta pero todo relacionado con fortalecer nuestra cabeza. Las traba-

jadoras son todas encantadoras y tratan con mucha paciencia y cariño al que más lo necesita. Me gusta ver cómo chicas tan jóvenes tratan a las personas que lo necesitan con tanto amor y cariño.

El centro también está muy bien equipado, con

Las trabajadoras son todas encantadoras y dan mucho cariño

una enfermera que se encarga de dar las medicinas a su hora a todos.

Tenemos fisioterapeuta que nos da masajes, psicóloga que nos ayuda mucho, pues le contamos nuestros problemas y nos da buenos consejos, y la terapeuta que nos ayuda con las actividades.

Además, las auxiliares nos ayudan también en todo lo que necesitamos. Yo, por ejemplo, tenía 12 años cuando empezó la Guerra Civil y en mi pueblo cerraron las escuelas y lo poco que sé, se lo debo a mi padre, que nos enseñó a leer y escribir. Los libros me gustaban mucho y gracias a eso he aprendido bastante.

Doy la enhorabuena a las personas que formaron este proyecto y las gracias a los que lo aprobaron. Que Dios los bendiga.



Las fiestas se celebran a lo grande en Nuestra Señora de la Soledad de Tocina

Concha Mirón explica las actividades del centro, su hogar, donde más disfruta

CONCHA MIRÓN AGUILAR
Centro de Mayores Nuestra Señora de la Soledad

Soy Concha Mirón Aguilar, residente de la Residencia de Mayores Nuestra Señora de la Soledad de Tocina (Sevilla). Estoy a punto de cumplir 86 años, si Dios quiere.

Mi estancia en la residencia es muy buena, estoy muy bien atendida de comida, limpieza, medicamentos, etc. En fin, que estoy contenta y mi familia también. Tenemos nuestros ATS, fisioterapeuta y terapeuta ocupacional.

La residencia está muy bien situada. Tenemos grandes ventanales que dan a la calle, estamos muy cerca de las vías del tren y sólo sentirlo pasar me da mucha alegría, pues soy nieta, hija

y madre de ferroviarios, lo cual me llena de mucho orgullo.

Bueno, volviendo a la residencia, diré que tenemos muchas actividades. Las fiestas grandes las celebramos a lo grande. Para la feria del municipio se ha adornado el salón de estar como si fuera una caseta, en Reyes nos traen regalos, en Semana Santa nos llevan a la Iglesia a ver los pasos que ya están expuestos y nos invitan a churros y chocolate: pasamos una mañana muy buena.

El Día del Alzheimer se hicieron unas pegatinas y unos dípticos que repartimos en el Ayuntamiento y en el mercadillo, al que se le llama «el jueves» por celebrarse este día de la semana. Cuando



Concha con algunos compañeros de la residencia

estuvimos en el Ayuntamiento nos recibió el señor alcalde que, por cierto, es muy joven

y majo. También decir que se peina muy moderno.

Comentar, por último, que cada mes se celebra el cumpleaños de todos los residentes que cumplen años y les entregan sus regalitos. En todas estas actividades lo pasamos muy bien. Además, nos hacen muy felices.

Estoy muy bien atendida de comida, limpieza, etc.

Rincón de la poesía

Paqui, de Bellavista, escribe un poema

PAQUI TORRES
CR Cruz Blanca
de Aznalcóllar

Me llamo Paqui Torres y tengo 64 años. Soy de Sevilla, del barrio de Bellavista. Este mes de octubre hace dos años que me vine a vivir a Aznalcóllar, a la Residencia de Ma-

yores Cruz Blanca. Propongo que cada semana se publique en el periódico, como hizo el poeta alcalaño, un poema escrito por nosotros, los mayores. Aquí os dejo el mío:

*No des vueltas al pasado,
pues no lo puedes cambiar.
Que no te agobie el futuro,
no sabes si llegará.
Disfruta y vive el presente,
no lo dejes escapar,
porque una vez que se vaya
ya nunca más volverá.*



Cambio de vida

María Luisa disfruta haciendo dictados y con el bingo de la Residencia La Salle

MARÍA LUISA RAMOS-IZQUIERDO
CR La Salle de Sevilla

Me llamo María Luisa Ramos-Izquierdo. Tengo 81 años para 82. Llevo en la Residencia La Salle casi tres años. Me vine aquí porque tuve que cerrar mi piso porque no podía vivir sola. Tengo diez hijos, 20 nietos y una biznieta a los que veo muchísimo y me invitan a menudo a sus casas.

Aquí he cambiado totalmente de vida, pero estoy contenta. Tenemos

Las auxiliares que trabajan aquí me quieren mucho

clase de terapia ocupacional, en donde mi actividad favorita es hacer dictados, porque recuerdo cómo se escriben las palabras y pongo mucho empeño en escribir con buena letra. Me gusta el bingo, sobre todo los que jugamos aquí y, sobre todo, si gano. Soy muy religiosa y todas las semanas vienen a darnos la comunión. También soy bética.

Las auxiliares que trabajan aquí me quieren mucho. Para terminar, estoy muy a gusto aquí.



Paqui afirma que su vida ha cambiado pero que está muy contenta