

El **20 de julio** se festeja en todo el mundo el **Día del Amigo**, día en el que miles de personas se reúnen para compartir una cena, un mate o una salida. **¿Conocen el origen de ésta celebración?**

En 1969, el argentino Enrique Febraro consideró el primer paso del hombre en la Luna como un momento único a nivel histórico y sentimental, era una demostración de amistad de la humanidad al universo. Entonces escribió mil cartas y las mandó a diferentes ciudades del mundo para expandir su propuesta y casi sin esperarlo, pero con gran orgullo, recibió 700 respuestas que apoyaban su iniciativa.

Desde entonces, el mismo día en el que Neil Armstrong ponía su pie en la luna, un argentino declaraba esa fecha como el "Día del Amigo".

20 de julio: **DIA DEL**

**AMIGO**

## ACTIVIDADES SEMANALES

### TALLER DE MANUALIDADES

COORD. MONIKA

### ACTIVIDAD FÍSICA

PROF. ALENKA

### TALLER DE MUSICA

COORD. GABRIEL

### TALLER DE ANIMACION SOCIOCULTURAL

COORD. MAURICIO

### TALLER LITERARIO

COORD. MILA

### TALLER DE YOGA

PROF. CLAUDIA

### TALLER DE REFLEXIÓN Y ESCRITURA

COORD. AMANDA

### TALLER DE MEMORIA

COORD. ADRIANA

### TALLER DE RECREACIÓN

COORD. AMANDA

### CELEBRACIÓN SANTA MISA

PADRE JUAN  
PADRE FEDERICO Y  
PADRE MATIAS

### TOMBOLA

COORD. ADRIANA

### CINE DE MEDIA MAÑANA

COORD. ADRIANA

## EDITORIAL

### Qué cerca te tuvimos Francisco!

El Papa inició en julio su gira por varios países latinoamericanos. Qué cerca estuvo! En Asunción, al cierre de la misa pidió “humildemente perdón” por el papel que jugó la Iglesia católica durante la colonización de América Latina.

“No sólo por las ofensas de la propia Iglesia sino por los crímenes contra los pueblos originarios durante la llamada conquista de América”.

Y luego agregó: “Acojan al hambriento, al sediento, al extranjero, al desnudo, al enfermo, al prisionero, al leproso y al discapacitado. Acojan a aquellos que no piensan como nosotros, aquellos que no tienen fe o que la han perdido”.



# 20 de junio

Himno, izamiento de bandera y bellas palabras



## 9 de julio en Martin Fierro

Juntos hicimos una **hermosa cartelera**, juntos por nuestra patria, por la libertad de todos los pueblos escuchamos opinamos y cantamos "Cielito de la Independencia"



*Cielito, cielo y más cielo, cielito del corazón,  
que el cielo nos da la paz, y el cielo nos da la Unión.*



## El tiempo lo cambia todo

El tiempo lo cambia todo, a veces para bien, otras para mal. Sobre todo en el lenguaje. Creemos que lo enriquecemos o modernizamos sumando términos de otras culturas, pero nos olvidamos del rico lunfardo, maravilla creada espontáneamente, por la suma de términos de distintas culturas hermanadas en el siglo pasado.

También sucede que dejamos de llamar a las cosas por su "nombre" como diría "mi vieja". Lo bueno de todo, es que a partir de éste tema, en el Taller nos reímos mucho y el humor siempre es bienvenido, porque como dice el dicho: "Antes te llamabas Margarita y ahora te llaman Margot".

Van a leer mucho sobre esto en la nota. Nosotros fuimos recordando otros ejemplos, estimulando nuestra memoria y haciendo de esto un juego de humor. Esperamos que ustedes también encuentren otros que a nosotros se nos hayan pasado. (Mandy)

### Traten de armar sus frases o diálogos a partir de éstas nuevas palabras urbanas:

<b>ACTOR UNDER...</b> Se hizo de abajo	<b>COOKIES...</b> Galletitas
<b>AFTER OFFICE...</b> Después de la oficina tomamos un cafe o algo?	<b>BACON...</b> Nuestra amada panceta
<b>SALE...</b> Liquidación	<b>LADY...</b> Una señorita
<b>BREAK...</b> Hagamos un corte	<b>SHORT...</b> Pantalón muy cortito
<b>DELIVERY...</b> Muchacho que nos tare algo	<b>COVER...</b> Grupo que canta y rememora canciones de otros grupos conocidos.
<b>A FULL...</b> Tiempo completo / Con todo	<b>CRAZY...</b> Loco, como Macalla
<b>COUCHING...</b> Entrenador	<b>TEAM LEADER...</b> Coordinador de un grupo
<b>MUY POWER...</b> Muy fuerte	<b>DRINKS...</b> Tragos
<b>MINI-SHOP...</b> Negocio que vende de todo	<b>JEAN...</b> Vaquero pantalón
<b>APROUCH...</b> Una aventurita románticon	
<b>TIPS...</b> Características	

**Nilda y Enri:** "Mi hijo fue de paseo a España, específicamente esto le sucede en Galicia, Vigo. Estaba paseando y le pregunta a un oriundo del lugar: -Dígame por favor, donde hay un shopping por aquí? -Usted querrá decir un centro de compras? Debe tomar el ómnibus tal..."

"Fabrica de galletitas: Había una cerca de casa, yo solía ir a comprar galletitas y a un costado decía "Con fallas", en realidad estaban un poco rotas. Hoy sería "Outlet de galletitas" o algo así. Lo cómico es que el día que compré las normales, se me rompieron antes de llegar a casa! Jaja!"

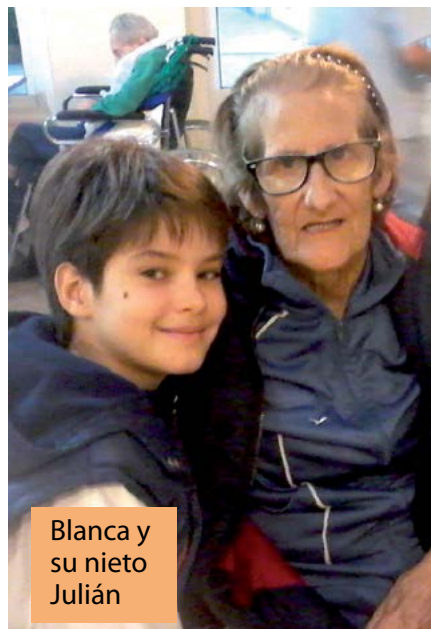
Almacén de pizzas: "¿Dónde la pizza es más grande y con mucha muzzarella? Obviamente la pizzería de Don Cacho, porque en la otra, más arregladita, la pizza es más finita cara y acotada! Y bueh: cambia todo cambia!!"

## Un nieto más que especial

Doña Blanca se encuentra muy atenta escuchando el relato de un cuento...¿quién era el que le contaba el cuento? **Su querido nieto Julián.**

*"Si, yo le cuento a la **Abue** cuentos como ella me contaba a mí. Además ella me cuidaba siempre. Jugábamos mucho y rompíamos copas. Mi abuela siempre fue muy buena y me tenía mucha paciencia."*

Julián además de nieto de Blanca es modelo, nos cuenta que Blanca solía acompañarlo en las campañas publicitarias, llevaba todas las revistas donde aparecía su nieto. Blanca dice que es muy parecido a su abuelo. *"Tengo un perrito que creció conmigo, es un perrito de la calle, les dicen **raza pura** porque no tienen raza. Mi abuela también tiene una perra, se llama Dulce, porque es como ella."*



Blanca y su nieto Julián

### ¿Cómo empezó el modelaje?

*"Todo empezó cuando una conocida de mamá llevo unas fotos mías. Me divierte mucho modelar, pero por ahora actuar no me interesa.*

*Hice campañas para Cheeky, Coniglio, Cif, Grisino, Advance, Coto, y otras marcas. En primero y segundo todos me seguían en el cole, no podía caminar en el recreo, ahora ya camino tranquilo. Se acostumbraron. Tuve novia, pero "se agrandó" por mi carrera. En un futuro quizás sería veterinario, también me gusta arreglar cosas."*

Moni la hija del medio de Blanca y mamá de Julián, nos dice: *"Lo que me gusta de él, es que es cero ego, su novia estaba agrandada, por él... jaja!"*

**Lo que si sé, es que Julián tiene un el corazón tan lleno de amor por su Abue, que eclipsó la tarde de Martín Fierro!! Gracias familia!**



### Fe de erratas:

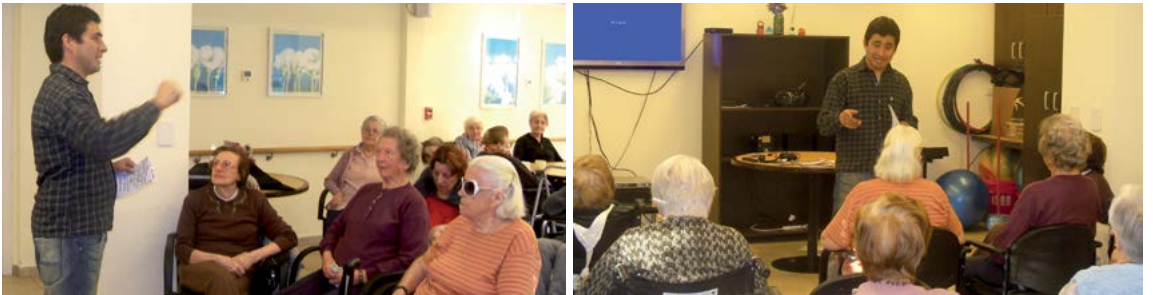
Nos olvidamos de publicar algo sobre la foto de **Anita y su nene** (como ella le dice a su hijo)! **Suelen compartir unos mates y lo importante es que ella nos cuenta que él fue siempre "demasiado demasiado bueno"! ¡Y que está orgullosa de sus hijos!**

Gracias por los matecitos compartidos mientras nos contabas!



## Volvió el ejercicio como terapia

Le damos la bienvenida formal al nuevo TALLER DE ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL que dicta Mauricio. Seguimos sumando actividades, que hacen elevar la calidad de vida para nuestros residentes. Y parece que están contentos:



# Culturas muy nuestras, sus creencias y costumbres

## Hoy: LOS MAPUCHES

MAPUCHE: **MAPU-TIERRA CHE-** PERSONA, o sea: **GENTE DE LA TIERRA**

Suele utilizarse erróneamente la palabra en plural con la S al final, pero tanto para un aborígen o para un grupo, la palabra es la misma: MAPUCHE. Uno de los mapuche más conocidos es CEFERINO NAMUNCURA.

*“Siempre estamos viendo lo que pasa fuera, que los celtas, los romanos, y muy poco sabemos de lo nuestro”, dice Nelly con mate en mano, a lo que Elba agrega: “Si, es cierto hay gente que viaja y poco conoce nuestro país. Después queremos que los chicos sean patriotas, que se queden a vivir acá. Pero les enseñamos más lo de afuera, que lo nuestro.” “Si deben conocer el sur argentino, es hermoso. Este país es hermoso y muchos otros lugares, los mapuche son del sur.”*

*“Son pueblos que por años estuvieron y están relegados, por políticas de siglos y siglos. Y tienen culturas muy ricas, conocen mejor que nadie a la naturaleza,” nos dice Enrique.*

La **ARAUCARIA** en la cultura mapuche, es uno de los árboles sagrados. Lo llaman **pewen** y a su fruto, el piñón, **nguilliu**. Este árbol encierra una profunda mística para ellos.

Según Álvarez (1981:95) oyó de un paisano referir que *“los pewen tienen sangre, la que mana abundantemente al corte del hacha humana”,* por su savia que es roja. El pewen es un árbol bueno, suministra alimento y su espíritu interviene para que se multipliquen los rebaños. Se manifiesta propicio a los aborígenes, en especial a las mujeres y niños. Según la concepción animista de los mapuche, existen árboles buenos y árboles malos, dependiendo éstos del espíritu que en ellos se alberga. Es así que el maitén, el pewen, el canelo o voigue, o el boldo son algunos de los árboles más conocidos que tienen espíritu benigno, razón por la que son sagrados.

En Copahue existe el PICUN-CHAO, un pewen que revivió luego de caerle un rayo. Los pobladores cordilleranos le dejan ofrendas para las festividades de San Sebastián, el 20 de enero, el Día de los Difuntos, 2 de noviembre, y los del onomástico del jefe de cada familia.

### EL PEWEN Y SUS VIRTUDES MEDICINALES

El pueblo mapuche posee un profundo conocimiento de la naturaleza, y en especial los MACHI quienes poseen el “arte de curar” con hierbas, en la ceremonia llamada Lawentún. Este árbol les brinda propiedades curativas, entre otras de sus múltiples bondades. La **resina** que destila del tronco, usada en píldoras, es excelente diurético y cura las úlceras venéreas. Usada como emplasto en parches impregnados, se ata al lugar afectado, ya sean fracturas, contusiones o sobre úlceras pútridas; es buen cicatrizante, baja la fiebre, escalofríos, lumbagos, jaquecas, migrañas y cefaleas.

Sus **semillas** tienen poderes afrodisíacos y consumiéndolas compensan el desgaste sexual. Son galactagogas por lo que las consumen las mujeres embarazadas.



## UN FESTEJO ESPECIAL EN EL TALLER DE LOS MIÉRCOLES:

Y nos juntamos un miércoles, primero llegaron las puntuales, muy puntuales y llegó el nieto con masas y torta para todos los compañeros de la Abue. Su Abue cumplía años. *“Ese era el nieto, el de Dubai”*, dice Nelly con orgullo, *“el que venía a visitarme a Mar del Plata y se quedaba conmigo”*... Ese que está tan lejos y a la vez tan cerca, porque el amor no tiene distancia, la distancia no puede con él cuando es verdadero. De eso se tratan los lazos, esos lazos que nos unen para siempre...

Y llegó Nelly y ya estábamos todos reunidos para dar comienzo al taller/cumpleaños que se armó espontáneamente y que fue mágico compartirlo con tanto añor, risas, aplausos, el nieto, la Abue, los compas....!!!



Nadie puede imaginar hasta que abuelo no haya sido, la tremenda sensación que se siente al ver los ojos de ese nieto que ha venido: para los padres un nuevo amor, y para los abuelos nuestro ruego que Dios ha cumplido.

El que es afortunado como yo, sabe de esta nueva sensación, al sentir la nueva savia fluyendo por otro immaculado corazón, reflejo maravilloso de la Sacra Creación.

Todos aquellos que se han ido

sin a un nieto haber conocido, nunca podrán comprender se encuentren donde ahora estén, lo que un abrazo de un nieto produce en la arrugada piel, ni tampoco la emoción al pasear de la mano junto a él, contestando las preguntas que nos hace por doquier.

El es quien más se asemeja a cuando de niños nosotros, con nuestros abuelos veíamos las historias que contaban mirándonos en sus ojos.

¡Los abuelos somos esos nietos anclados en el pasado, que nunca nos dimos cuenta que crecimos demasiado, dejando para que el futuro sea, quien juzgue nuestro legado!

Joan Moypra

AMIGOS DEL HOGAR, GRACIAS:

**Mila Hribar y Monika Češarek**

AMIGOS DEL HOGAR, GRACIAS:

**Lazar Vicente**



## ASI FESTEJAMOS LOS CUMPLEAÑOS DE JUNIO DE 2015:



## CUMPLEAÑOS JULIO 2015

- 3/7 - Ana P.
- 5/7 - Francisco G.
- 12/7 - Dolinda C.
- 16/7 - Matías B.
- 17/7 - M. Raquel G.
- 17/7 - Federico G.
- 27/7 - José G.
- 31/7 - María del Carmen A.

AMIGOS DEL HOGAR, GRACIAS:

**Prodea S.A.**

AMIGOS DEL HOGAR, GRACIAS:

**Farmacia PINTAR**

# PADRE

En el boletín anterior, publicamos la letra de VIEJO, MI QUERIDO VIEJO, que tantas veces escuchamos de la voz de Piero.... Muchos tenemos la suerte de saber que nuestro viejo era un buen tipo, algunos poco lo conocieron, lo disfrutaron y otros aún lo esperan... Para todos aquellos que aún hoy podemos honrarlo y para los que ya no lo tenemos, va este pequeño homenaje con nuestra reflexión del Taller...

*"Mi papa murió joven, a los 64 años. Era el hombre orquesta, armaba las fiestas, los aniversarios, hacía asado a la estaca, buseca, loco. Yo aún tengo la olla especial donde cocinaba esos manjares. También lo contrataban para ese tipo de comidas. Recuerdo que íbamos en verano de vacaciones al balneario de Quilmes y preparaba la comida para 30 o 40 personas."* **Elba**

*"Mi padre era un muy buen padre. El abastecía con su negocio de tuti-fruti todo el pueblito, y ayudó a mucha gente. Se fijaba en las tareas escolares y estaba en todo."* **Ángel**

*"Era un hombre muy sufrido, pero nos dió una enseñanza moral intachable. Murió en Eslovenia y no pude verlo."* **Max**

*"Mi padre vino de España con mi madre embarazada, los dos llegaron con muchos sueños. Mí padre tenía un carácter muy fuerte, era difícil dialogar con él. Pero yo lo entendía y admiraba igual."* **Francisco**

*"Mi papá era un hombre muy servicial y ayudaba a todos los que podía. Le dedicaba mucho tiempo a su trabajo."* **M. Lobotti**

*"Mi recuerdo está cargado de melancolía: cuando nació mi padre ya había tenido un ACV, que le impedía movilizarse normalmente. Y su sistema nervioso estaba mal. Cuando me encargaron quería que fuera mujer. Yo fui su bastón humano y pudimos compartir momentos inolvidables. Era mi gran defensor. Al lado de su cama me enseñó opera y a leer, porque yo le hacía mucha compañía. Aún siento su brazo alrededor del cuello. Su recuerdo en especial era y aún es su ternura. Lo perdí a los trece años."* **Tere**

*"Mi padre era un hombre de protegerme mucho. Le decían El Señalador, por como cuidaba todo. Trabajaba mucho en la fábrica, no quería que mamá trabajase. Era portugués."* **M. Britos**

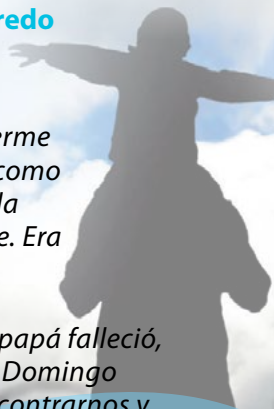
*"Yo era muy chiquitita cuando papá falleció, tenía 6 años, pero mi hermano Domingo hizo de papá. Chiflaba para encontrarnos y así volver a casa. Murió joven en la guerra."* **Dominga**

*"Mi padre pensó y soñó que al llegar a la Argentina, iba a crecer y progresar, pero murió a los cuatro años de llegar."* **Mira**

*"No hay palabras, era calladito, pero en silencio y con la mirada ordenaba todo y a todos."* **La Nona**

*"Recuerdo un hecho especial, un día me dijo: Para hablar de cierto tema, yo y usted, dándome una palmadita. A los ochenta años un hombre dijo e hizo exactamente los mismo, y parecía estar en presencia de mi padre."* **Tomás**

*"Mi viejo laboraba como yo en el correo. Era tanguero, somos así, somos así simpáticos, sonrientes y cumpliendo con el deber noblemente."* **Alfredo**



## Sabías qué?

Piero ganó un premio al cantarla por primera vez y otros sucesivos, pero al padre nunca le gustó su canción..



# NUESTRO CEREBRO

Muchas veces decimos: "Debés controlar tu mente"... pero acaso la conocemos? Hoy nos enseñan "*Mildfundess*", un método para relajar la mente y no pensar en nada. Es tan milenario, como los monjes tibetanos, de donde lo aprendieron. Lo importante es controlar las emociones, no dejarnos llevar. Practicar yoga, control mental o la técnica que sientas acertada para vos. Por eso, en el Taller compartimos un artículo que habla de la mente. Decía:

*"El ser humano puede realizar todo cuanto su mente pueda imaginar. Pero de su capacidad mental, actualmente el ser humano apenas si utiliza un 1%. ¿Qué hay del resto de la mente dormida?"*

*Si comenzáramos a desarrollar un poco más el poder de la mente, podríamos comenzar a actuar con una capacidad extraordinaria sobre la realidad y sobre nuestro cuerpo, podremos tener dominio de facultades como la telepatía, la psicocinesis (capacidad de mover objetos con la fuerza mental), la percepción sensible para predecir sucesos, la clarividencia, una creatividad aguda, y, entre muchas otras cosas, la capacidad de poder sanar el cuerpo en un instante."*

La mente también cura, el reiki, imposición de manos, cura del mal de ojo, ejercicios de respiración. Todas esas prácticas nos ayudan a estar mejor y eso es lo importante: sanar, relajarnos. El debate fue muy amplio, algunos creen que es la mente, otros el alma... Se han dicho TANTAS cosas! Aquí van algunas de las experiencias que compartimos en el taller.

**La Nona:** *"Yo nunca me voy a olvidar del día que se me quemó el negocio. Estaba desesperada, había dado cheques, después de la desesperación de ver todo así, decidí calmarme, ir al Banco y decirle claramente: ¿Qué hago?" Ellos me dijeron: -No se preocupe, la vamos a ayudar. Le vamos a cubrir todo. Yo se que fue una decisión firme que tomé, mi mente la tomó y por eso ellos me ayudaron."*

**Enrique:** *"Me acuerdo que en el Club Italiano, teníamos ensayo de coro, justo casi a la par del juego de bochas. El ruido no nos dejaba ensayar como debíamos hacerlo. Entonces llegó el grupo a un arreglo: charlar esos 15 minutos donde se encimaba la bocha y el canto. La verdad fue una experiencia significativa. El grupo se relajaba, dejaba atrás sus tareas del día y después hablaban de otras cosas, y fue magnífico para el coro, "mentalmente" nos hizo mejor a todos. Inclusive luego del coro, algunos seguían la pre-tarea luego en algún café. Fue controlar la mente en vez de enojarse."*

**Nelly:** *"Una persona tenía 18 de presión, el Doctor no la podía bajar. Y entre dos personas a distancia haciendo Reiki se la bajaron."*

**Tomás:** *"Si es cierto, mi sobrina tiene muchos pacientes, que les mandan los mismos psiquiatras. Yo tuve un dolor muy intenso, y a la distancia ella me ayudó y mejoré."*

**Tere:** *"Si cuantas veces la gente se une a rezar por alguien que lo necesita, se arman cadenas de oración y la persona se mejora. Esto se da mucho."*

**No nos olvidemos que el médico es absolutamente necesario, pero también lo debemos ayudar con otras técnicas que nos benefician y suman a nuestro tratamiento. ¡Cuántas veces nos desesperamos y nos dejamos llevar por la emoción! Algunos dicen que lo que la mente piensa lo sufre el corazón...**

**Tomate 5 minutos y tomate un té, así le hacés muy bien a tu mente y cuerpo. Contá hasta cinco antes de actuar, le va a hacer muy bien a tu decisión!**

AMIGOS DEL HOGAR, GRACIAS:

**Dole Racing**

AMIGOS DEL HOGAR, GRACIAS:

**Briganti**

# HUMOR + SABIDURIA

# ! SOBREMESA

**Julio** comparte:

**“La palabra es mitad de quien la pronuncia, mitad de quien la escucha”**

Michel Eyquem de Montaigne (1533-1592) Escritor y filósofo francés.

**Julio** comparte éstas frases célebres sobre la EDUCACIÓN:

**“Donde hay buena educación no hay distinción de clases.”**

Kung FuTse, Confucio

**“Educad a los niños y no será preciso castigar a los hombres.”**

Pitágoras de Samos

**“Educar a un joven no es hacerle aprender algo que no sabía, sino hacer de él alguien que no existía.”**

John Ruskin

**Tere** comparte:



**“Que rico lo que estamos probando!”** Pero aún no es el Licor que José debe preparar con los quinotos que juntó Don Tomás. En esta oportunidad, Enrique y Tomás degustan el rico licor de miel que personalmente José les trajo en la sobremesa.



Una hermosa rutina de ambos. **Debemos volver a las maravillosas sobremesas!!**



## LICOR DE QUINOTOS

Un licor casero para preparar y tener listo ante visitas o reuniones de amigos. El quinoto es una fruta ideal para hacerlo, su sabor queda delicioso y es sencillo de hacer.

**Ingredientes:** ½ kg de quinotos maduros + ½ litro de alcohol etílico + Almíbar + 1 litro de agua + 700 grs de azúcar

### Preparación:

Lavar bien los quinotos y cortarlos por la mitad. Colocarlos en un recipiente con el alcohol. Taparlo bien y dejarlo macerar durante 15 días. Luego colarlos.

Pasados los 15 días, poner en una cacerola el azúcar y el agua, a fuego durante 7 u 8 minutos (debe quedar algo gelatinosa).

Dejarlo enfriar hasta el día siguiente y recién agregárselo al alcohol. Filtrar el líquido al otro día, poniéndolo en otro recipiente colocando en un colador una capa delgada de algodón y una capa de gasa, sin tocar con las manos en ningún momento. Embotellar en botellas limpias y las tapas esterilizadas, de litro o 1/2 litro, para que la esencia no se pierda cada vez que la abramos para servir.