

REVISTA DEL CENTRO DE DÍA DE VILLACAÑAS



Nº 112 OCTUBRE 2020

<u>SECCIONES</u>	<u>PAG.</u>
• COMENTARIO	2
• ENTREVISTA	3
• COMENTARIOS	11
• CITAS Y REFRANES.....	18
• RINCÓN DEL POETA	19
• ¿SABÍAS QUE...?.....	20
• HUMOR.....	21
• RINCÓN DE LECTURA.....	22
• NOTICIAS DEL CENTRO DE DÍA.....	23
• TU CEREBRO EN FORMA	24

OCTUBRE 2020

A día de hoy el COVID19, sigue estando presente en nuestras vidas. Y nos sigue condicionando nuestro trabajo en el Centro de Día.

Una de las cosas a las que nos ha obligado esta pandemia es, a reinventarnos, a crear diferentes formas de trabajar y poder llegar a vosotros.

El esfuerzo ha merecido la pena, y desde aquí, quiero daros las gracias a todos los que me hacéis llegar vuestros mensajes de apoyo y reconocimiento a mi trabajo durante estos meses, en los que el correo electrónico y las redes sociales me han permitido poder seguir activando vuestras ganas de aprender. Me han emocionado, y me han animado a seguir mejorando.

Por eso, desde este mes quiero ofrecer también una alternativa para todas las personas a las que no puedo llegar a través de las redes sociales. Vamos a retomar actividades del centro, no de manera presencial porque la situación no lo permite, pero sí que contareis con los materiales para realizar los trabajos en casa, y que podréis recoger en el centro o recibirlos por mail. Tenéis más información en la sección “noticias de nuestro centro” en la pag. 23 de esta revista. Saludos.

Pilar. Centro de Día.

Entrevista a:

VOLUNTARIOS DE PROTECCIÓN CIVIL DE VILLACAÑAS

Realizada por: Carmen Alejo Almendros.

Ha pasado este extraño verano en el que hemos seguido estando metidos en casa, saliendo sólo para comprar y pasear. En fin esto parece que va a ser la norma así que... ¡a tomárselo con filosofía y sacar lo bueno de esta situación!

De nuevo retomamos nuestra tarea, para que la revista se publique como siempre, y para empezar me ha parecido buena idea rendir homenaje a nuestra Asociación de Protección Civil. Ellos siempre están trabajando, pero durante el confinamiento hicieron una labor encomiable. Estaban en todos los sitios dispuestos a ayudar en cualquier momento, solo tenias que marcar su teléfono y a los pocos minutos estaban en tu casa para lo que necesitaras. **(Eso se merece por lo menos una mención especial)**. Y yo quiero darles las gracias a través de esta entrevista.

La entrevista la han hecho los voluntarios que han podido, detallo a continuación sus nombres (el resto estaban trabajando).

Jesús Checa Rivera, José Luis Camuñas, María Catalina Gregore, Mónica Camuñas, Ana Isabel Martínez, Silvia Torres Bustos y Benita Saelices Sánchez.

-¿Cuándo se fundó Protección Civil en Villacañas?.

JESUS---. Protección Civil se fundó el día 13 de Diciembre de 1991, por lo tanto hace 29 años que estamos en activo. Por mucho que lo intente no puedo explicar el orgullo que sentí cuando fui a recoger la placa en nuestro 25 aniversario que me entregó el Delegado de la Junta en Toledo, es algo que nunca olvidaré.

-Para celebrar los 25 años hicisteis una fiesta para todo el pueblo en vuestra sede.

JESUS---. Sí, quisimos hacer partícipe a todos de nuestra alegría, aunque la fiesta se hizo un año antes de darnos la placa porque por un error de la Junta nos la dieron un año después, pero lo bueno es que al final nos la dieron y eso es lo importante.

-¿Que materiales tenéis para asistir a la gente en caso de accidente?

JOSE LUIS---. Nosotros tenemos dos vehículos, un todoterreno y una ambulancia en la que llevamos: camilla y pueden ir dos personas, botiquín, tensiómetro, para medir la glucosa, desfibrilador.... Todo lo necesario para primeros auxilios. Y en el todoterreno llevamos extintores, apagafuegos, picos palas, en fin todo para poder apagar un incendio. Eso nos pasó hace unos días, no estaban los bomberos y apagamos un incendio en la carretera de Villa.

-Hay una escuela a nivel nacional ¿Podéis asistir gratuitamente a ella para hacer cursos?.

JOSE LUIS---. No, porque tenemos en Toledo la escuela de Protección Ciudadana y allí recibimos la formación oportuna.

-¿ En las situaciones de emergencia las órdenes de actuación os llegan del Centro de Coordinación Nacional, por medio de la Junta o del Ayuntamiento?

Mª CATALINA---. Las órdenes de actuación y las instrucciones nos llegan por medio del 112.

-¿Cuántos voluntarios sois.?

Mª CATALINA---. Ahora ya somos 12.

-¿Para conducir las ambulancias necesitáis gente especializada.?

Mª CATALINA---. No, para conducir las ambulancias con el carnet normal cualquiera puede llevarla. Así que si alguien se anima....

-¿Qué cargos tenéis dentro de la asociación?

JESUS----. Jefe de Agrupación, Subjefe de Agrupación, Jefe de Unidad y Jefe de Servicios.

-En los actos oficiales tenéis un gran protagonismo, antes estaba la policía pero ahora prácticamente lo cubrís todo.

ANA ISABEL---. Sí, nosotros estamos siempre dispuestos para lo que haga falta.

-¿Organizáis ejercicios de simulacro, solos o con otros organismos como bomberos, cruz roja....?

RAUL---. No, no hacemos ejercicios con nadie los hacemos solos. Cuando llega el Jefe y dice que hay que hacerlos pues se hacen entre nosotros.

JESUS---. Pero sería muy interesante hacer simulacros en los colegios.... Yo tengo muchas ganas de hacer simulacros con otras asociaciones como Bomberos, Policía, Cruz Roja De Villacañas y alrededores para así cubrir más zona. En los colegios que nunca se ha hecho nada, puede haber un problema en cualquier momento y nunca se ha evacuado, no se sabe cuánto tiempo se tarda en desalojarlo ni cómo hacerlo. No lo he conseguido nunca, se lo comenté al concejal pasado y nada, pero tengo intención de volver a intentarlo con el actual porque creo que puede ser muy interesante.

- Durante los momentos difíciles del confinamiento hicisteis una labor encomiable, se os veía por todas partes, pero.... ¿Qué hicisteis realmente

ISABEL---. Pues la verdad, hicimos de todo. Empezamos llevando tejido a las voluntarias para hacer mascarillas, después las recogíamos hechas y se llevaban donde hacía falta. Se le hacía la compra a las personas que no tenían a nadie, recogíamos partes de baja y se entregaban. llevamos a muchos pacientes al ambulatorio para los análisis de “sintrón”, desinfectamos las calles, desinfección con ozono de la Iglesia, guardia Civil, calabozos....

En fin, un montón de cosas, porque hay mucha gente que por desgracia no tiene a nadie y nosotros seguimos ayudándoles.

-¿Cuándo decidisteis hacer el pasacalles?

JESUS--- La idea fue de los Bomberos y nosotros les apoyamos a pesar de que ninguno teníamos permiso de Toledo para hacerlo, después nos echaron una buena bronca por saltarnos las normas, pero estamos contentos de haberlo hecho. Empezamos con la idea de hacerlo sólo un día, pero nos dimos cuenta de lo importante que era para todos ver el pasacalle, sobre todo para los niños, y decidimos hacerlo una vez a la semana. Estamos muy orgullosos de ello.

-Cuando os veía desfilar yo sentía un nudo en el estómago ¿cómo os sentíais vosotros?

SILVIA--- En principio muy preocupados por todo lo que estaba pasando, pero al ver a toda la gente aplaudiendo desde los balcones y sonriendo en unos momentos tan malos y dándonos muestras de apoyo, la verdad muy orgullosa, sobre todo al ver la cara de los niños.

-Los niños, efectivamente, son especiales para transmitir sentimientos. ¿Qué os decían?

SILVIA--- Bueno, no solamente nos decían cosas preciosas, también nos daban regalos y dibujos. ¡Se les veía tan felices cuando llegábamos!. Sinceramente, no soy capaz de expresar lo que sentía para poder escribirlo.

Mis sentimientos eran tan especiales, que se quedarán para siempre en mi corazón.

-Algunos tenéis hijos, ¿cómo ven ellos y el resto de la familia el que hagáis esto, porque sobre todo durante el confinamiento habéis estado muy expuestos?

BENITA---Yo no tengo problemas porque mis hijos son ya mayores lo entienden y se sienten muy orgullosos, cuando eran pequeños fue más difícil porque no lo entendían pero ahora es todo lo contrario.

-Veo que muchos voluntarios son pareja. En tu caso, ¿cómo decidiste hacerte también voluntaria?.

BENITA--- Pues la verdad es que Jesús se apuntó y a mi también me gustaba pero como tenía los niños pequeños no podía, pero a los cinco o seis meses decidí que ya me las arreglaría como pudiera y me apunté, porque es una forma de estar juntos en todo y supongo que eso les pasa a los demás

-¿Habéis tenido algún problema en los colegios o en los institutos?

JOSE LUIS---No, no hemos tenido nunca que ir por ningún problema, lo que sí hemos hecho es ir a dar algún curso de primeros auxilios, explicarles que es Protección Civil, lo que hacemos y cómo lo hacemos, y les encanta ver la ambulancia y el todoterreno. Esperamos que cuando sean un poco mayores alguno se apunte, porque algunos padres me comentan que luego en casa explican

cómo se tienen que hacer las cosas.

-¿Os llaman a vosotros en caso de violencia de género.?

M^a CATALINA--- Se encarga la policía. Sólo nos avisan si hay que reconocer a alguna mujer y no hay ninguna en ese momento en el cuerpo.

-En los desfiles, la verdad, los espectadores no nos portamos muy bien muchas veces ¿no?.

JOSE LUIS---Pues sí, la verdad es que no se dan cuenta de la labor que estamos haciendo y que si les decimos que se retiren es por su bien. Hay gente maravillosa , pero hay otros que te ofenden personalmente y es una pena porque nosotros todo lo hacemos de forma voluntaria y no tenemos porqué tener problemas personales. Todos creemos que después de haber pasado la pandemia y ver como hemos atendido a todo el mundo, nos verán de forma diferente (eso nos encantaría y es lo esperamos de nuestro pueblo).

-¿Cuántas mascarillas se han repartido en Villacañas?

RAUL--- Mas de 1.800 mascarillas, en Villacañas y en los pueblos de alrededor y a los Hospitales de Alcázar y Toledo. Se han hecho muchísimas salidas. El año pasado se hicieron 3.800 salidas, este año aun no lo sabemos pero seguro que se han doblado.

-Os podría seguir preguntando pero hay que finalizar. Para ello, aquí tenéis la revista para lo que queráis.

JOSE LUIS-Yo solamente quiero dar las gracias a mis compañeros porque formamos un gran equipo, espero que tengamos mas gente en el futuro y decir que siento un gran orgullo por estar aquí y es un honor pertenecer a la Agrupación.

JESUS-Antes de terminar, quiero decir que estamos dispuestos a colaborar con todo el mundo. Por ejemplo, ahora estamos colaborando con los bomberos en un curso de apoyo sanitario para los bomberos nuevos, porque necesitan la ambulancia y allí estamos nosotros dos días a la semana por la mañana y por la tarde dos o tres personas, lo hacemos encantados porque para nosotros son nuestros compañeros lo mismo que la Guardia Civil y los Policías. También quiero decir que durante la pandemia todo el peso de la Asociación lo han llevado las mujeres porque dos de nosotros nos contagiamos y estuvimos confinados 21 días y los demás estaban con los coches y ellas fueron las que sacaron todo adelante, por eso quiero un reconocimiento especial para ellas **QUE SON ESTUPENDAS**.

No puedo dejar de dar las gracias al Ayuntamiento por su apoyo siempre que lo necesitamos, pero me gustaría dar las gracias en especial al concejal Juan Ángel Almonacid porque sabemos que podemos contar con él para todo y en cualquier momento, siempre podemos encontrarle y siempre está ahí para apoyar. La verdad es que para todos nosotros mas que un concejal es **UN GRAN AMIGO**.

Y dar las gracias al Centro de Día que nos ha dado la oportunidad de que el pueblo nos conozca personalmente. **GRACIAS**.

EN RECUERDO A MIS AMIGOS DEL PUEBLO. Manuel Egido Perea

La verdad es que no me atrevía a hacerlo. Las excepcionales circunstancias que nos está dejando esta pandemia del COVID19 me han tenido tremendamente preocupado por los fallecimientos tan numerosos que se estaban produciendo. Esto me producía rabia y una gran impotencia. A pesar de todo logro sobreponerme y con actividades dentro de casa supero el tedio del confinamiento.

Enterarme del fallecimiento de un gran amigo, Ángel Aparicio, con el que días antes había tenido el placer de intercambiar unas palabras en la calle, me produjo un gran dolor, pero aún fue mayor el no poder darle mi último adiós, por estar confinado. El maldito Coronavirus nos lo impidió a todos. Mis condolencias y las de M^a Carmen (mi mujer) para Antoñita y toda su familia. Ángel me hizo recordar nuestra juventud y vinieron a mi memoria mis amigos: Ángel Aparicio, Ángel López, Julián Pérez (Julianillo), ya fallecidos. Agapito Lobato, Juan Zaragoza (Tirabeque), Antonio Paniagua, Antonio Gallego, Nicolás Zaragoza y yo, creo que somos los que quedamos en este mundo, porque de Agapito Lobato y de Juan Zaragoza no sé nada. No se puede luchar contra los designios de la vida. Solo nos quedan los buenos recuerdos de haber tenido tan buenos amigos. De Ángel Aparicio siempre recordaré su felicitación de cumpleaños que nunca olvidó. Un abrazo para los que viven, y el agradecimiento y recuerdo a la gran amistad que me dieron los que ya no están entre nosotros.

RECUERDOS DE LAS VENDIMIAS DE OTRAS ÉPOCAS

Cuando llega octubre, con el color del otoño, siempre me vienen a la mente recuerdos de las vendimias de otras épocas. Vendimias en las que participé y que, en cierta manera, dejaron en mí, como también en muchos lectores de estas líneas, una impronta vital de experiencias inolvidables que nos acompañarán durante toda nuestra vida.

Ahora, cuando salgo por el campo, y recorro caminos de nuestro término municipal, observo el paisaje villacañero nutrido de cepas de tantas variedades de uva que dan el néctar que paladeamos en la mesa, acompañando a nuestras comidas, o en fiestas. Antes, blanco, tinto y algunas uvas de gallo que decíamos; ahora, tantas y tantas clases de exquisitas y delicadas uvas con las que nuestros hombres del campo, quienes se merecen todo el reconocimiento social, nos brindan la posibilidad del disfrute gastronómico, olfativo y gustativo de grandes vinos villacañeros. Mucho podríamos hablar del vino y de los viñedos, pero harían falta muchas páginas de la revista.

Cuando estoy en el campo, en medio como de un mar de viñas, compruebo que algunas han sido testigos históricos que han visto pasar el tiempo y los acontecimientos, miro el horizonte en pleno paisaje de viñedos, entonces rememoro recuerdos de mi infancia y juventud. De aquellas vendimias que eran en octubre, en torno a la Virgen del Pilar. Tiempos pasados, de duros trabajos agrícolas.

¡Qué fresco hacía por las mañanas, sentados en la húmeda lona del remolque! ¡Qué ricas las galletas que nos íbamos comiendo por el camino hasta llegar a la viña y qué decir de los calentitos y humeantes churros que mi padre se adelantaba a comprar en la churrería del recordado Manolo Torremocha, cuando pasábamos por la Plaza! Una delicatessen en aquellas mañanas de octubre.

El almuerzo alrededor de la hoguera. Los pimientos fritos con huevo y el tocinillo hechos la noche anterior; comidos con pan y ayudados por la navaja, utensilio éste que era una de las herramientas propias del vendimiador, y que se había comprado en algún puesto de los que se ponían en la calle Mayor, en la feria septembrina de entonces.

Cuánto podíamos hablar de las duras horas de cortar y recoger las uvas, así como del dolor lumbar que cogíamos quienes no estábamos tan acostumbrados a los trabajos agrícolas. Ibas vendimiando y hablando de temas muy diversos. También te ibas comiendo esos grumos de pocas uvas, y especialmente gordas, que estaban tan ricas y que, a veces, nos poníamos en la oreja, como pendientes exóticos.

El mojete de mediodía. Los agricultores siempre han sido, con pocos ingredientes, unos excelentes maestros de la cocina. Vaya nuestro reconocimiento para ellos. También echábamos algún trago de vino que estaba en la bota, mirando al cielo, como decía Cervantes que hacía Sancho Panza cuando bebía. Todo un arte para que el chorro cayera adecuadamente en la boca.

Las cepas de muchos años han sido testigos de

Página 14

otras formas de vida que vivieron nuestros antepasados. Nos hacen poner en marcha el resorte de la imaginación, recordando a nuestros padres y abuelos, y como era su vida. Sensaciones olvidadas que, a veces, se nos despiertan.

El sol y el aire manchegos nos invitaban, después del mojete y del melón, a echarnos la siesta bajo el moño hecho con sarmientos de una cepa. También habría que hablar de lavar las seras en el río Riánsares, en el molino de Enmedio... y de tantos y tantos recuerdos. Evocaciones de esa Villacañas rural de años pasados y que llevamos en el corazón.

Ángel Novillo Prisuelos

CULTURA SEGURA

La cultura siempre es segura, pero en tiempos de pandemia como los que estamos viviendo, se han tenido que tomar diferentes medidas para que no desaparezca poco a poco de nuestras vidas, pues sin la cultura no hay futuro. Considero que el arte en general es un bien muy necesario para el conjunto de la sociedad y nos permite conocer nuestro pasado, presente y construir nuestro futuro; por lo tanto, en el presente artículo vamos a reflexionar sobre la situación actual de la industria musical y de espectáculos, la cual está siendo muy castigada debido a la Covid-19.

Este inusual e inesperado 2020 nos está haciendo revalorizar a todos los artistas en general que nos han amenizado de diversas maneras los días de cuarentena, pero también es muy relevante reflexionar sobre las personas que están detrás de todos esos eventos y espectáculos de los que solíamos disfrutar antes del estado de alarma. En esta ocasión hemos contado con la colaboración de un técnico de sonido de nuestro pueblo que me ha contado, de primera mano, la situación de la industria, D. Fernando Bueno Vaquero, al que agradezco su tiempo y su interés en el presente artículo.

La industria musical y de espectáculos este año se está viendo muy perjudicada debido a la situación que estamos viviendo, pero hay muchas personas implicadas que viven de esos eventos.

La cara visible de estos eventos suele ser el músico o el grupo, pero si analizamos en profundidad el contenido general de un evento, nos damos cuenta de que hay muchas personas que hacen que funcione un espectáculo de cualquier tipo, no solo los músicos a los que vamos a ver, sino también los transportistas, iluminación, técnicos de sonido, vídeo, personal de carga y descarga, promotores, personal de tickets, dueños de salas de conciertos y un largo etcétera.

Fernando Bueno, desde su experiencia, nos explica

Página 16

que en un año “normal” podría tener 100 eventos o “bolos” (como ellos denominan); ahora su día a día se ha reducido un 90%, puesto que en los meses de verano, que se consideran temporada alta, han tenido, en este 2020, solamente 10 eventos. Hace unos días le cancelaron un evento de un monologuista muy conocido por temor a un rebrote en una plaza de un pueblo, cuando veía a muchas personas en otros lugares de ocio sin su respectiva mascarilla. Por todo ello, estas últimas semanas ha habido grandes movilizaciones por todo el país a favor de los trabajadores de esta industria, pidiendo que les dejen trabajar siempre que sea cumpliendo con las medidas establecidas, pero que no les cancelen más porque viven del directo y de todo lo que acontece encima de un escenario.

Una de las preguntas que nos hacemos los que queremos asistir a los eventos que se están organizando postpandemia es por la seguridad y las medidas sanitarias que se están tomando para respetar todas las normas y que éstos se puedan celebrar con "normalidad" y volvamos poco a poco a mover la industria musical y de espectáculos. Nuestro técnico de sonido nos cuenta el estricto protocolo que debe cumplir cada persona que acuda:

- 1.La persona que acude a un evento estará informada

previamente del aforo adecuado para cada circunstancia; por lo tanto, las personas que asistan esperan en el exterior haciendo cola con una distancia mínima de dos metros. Además, todas las personas deberán ir provistas de su mascarilla que no podrán quitarse en ningún momento.

2. A la hora de entrar al recinto, todas las personas pasarán los controles de toma de temperatura; a continuación se desinfectarán las manos y el calzado. También recogen los datos de cada asistente por si hubiese algún tipo de contagio.

3. Tras realizar los controles pertinentes, todas las personas que acudan serán acompañadas por un acomodador hasta su asiento (del que no podrán levantarse, y también cumplirá con la normativa de seguridad sanitaria).

En definitiva, conviene recalcar que es muy relevante el papel que tiene la cultura en nuestra sociedad, no solo porque es segura, sino porque también significa identidad, es ese vínculo invisible que nos une a todas las personas.

Irene Novillo Fernández

CITAS

- * *El otoño es la estación más dulce, pues las flores que perdemos las ganamos en frutos. (Samuel Butler)*
- * *El invierno es un aguafuerte, primavera una acuarela, un óleo de verano y otoño un mosaico de todos ellos. (Stanley Horowitz)*
- * *A mí nunca me ha parecido el otoño una estación triste. Las hojas secas y los días cada vez más cortos nunca me han hecho pensar en algo que se acaba, sino más bien en una espera de porvenir. (Patrick Modiano)*

REFRANES

“El agua que en el otoño corre, es la que te saca de pobre”.

“En otoño y en invierno, tiemble el enfermo”.

“A sereno otoño, invierno ventoso”.

“Tras secos veranos, otoños tempranos”.

“Sabemos del otoño cuando la hoja llega al moño”.

RINCÓN DEL POETA.

EL DESCUBRIMIENTO DE AMÉRICA

Una historia os contaré.
Una historia de verdad.
Sucedió en un mes de octubre
500 años atrás.
Un altivo marinero,
cuyo nombre era Colón,
embarcó con sus amigos.
¿alguien sabe qué pasó?
En "La Pinta" y en "La Niña"
Y en la nao "Santa María",
navegaban por la noche,
navegaban por el día.
"¡Tierra a la vista!", se oyó.
Y el barco, pronto atracó.
Era un nuevo continente.
Y era estupenda su gente.
Batata, maíz, tomate.
Patatas y chocolate.
¡Cuántas cosas que tenían!
Y todas las compartían.
Por eso, desde aquel día.
Nuevos amigos tenemos.
Y allá en América están
si los quieres visitar.

Menchu Cuesta Pérez

¿SABÍAS QUE...?

El nombre de “Pilar” no proviene de esta virgen (quien en realidad es una representación de la Virgen María), sino de la columna de jaspe sobre la que está colocada la imagen.

Según cuenta la leyenda, y de la que la primera constancia escrita no aparece hasta finales del siglo XIII, parece ser que en ese lugar de Zaragoza (por aquel entonces bajo dominio del Imperio Romano, estuvo predicando el evangelio el apóstol Santiago, al que se le apareció María, madre de Jesucristo, el 2 de enero del año 40.

Tiempo después, sobre ese mismo lugar, empezó a levantarse un templo en el que venerar a la Virgen María, cuya imagen fue colocada sobre una columna de jaspe (comúnmente conocido como “pilar”), y que con los años se convirtió en la conocida Basílica de Nuestra Señora del Pilar de Zaragoza.

El 12 de octubre fue el día que se celebró la primera misa en el primer templo dedicado a ella y construido en el siglo I. Después, la tradición popular fue generalizando el culto a Nuestra Señora del Pilar, hasta que a principios del S. XVIII, el Papa Inocencio XIII, concedió oficio litúrgico propio a la Virgen del Pilar para el día 12 de octubre. De ahí su celebración este día.

HUMOR

En un restaurante, el cliente está mirando la carta.

El camarero le pregunta:

– ¿Vino blanco?

A lo que el cliente responde:

– No, no, estaba bien. Esto ha sido al ver los precios.

Se abre el telón y aparece un brick de vino.

¿Cómo se titula la película?

“Es tinto básico” (Instinto básico)

Si me tomo un vino a las 5 de la mañana, ¿es un “tempranillo”?

En un bar.

Cliente: ¿Me pone un vino, por favor?

Camarero: ¿De la tierra?

Cliente: ¿No me diga que tiene vino de algún otro planeta?

El vino no emborracha, lo que emborracha es el “tomate”:

Tómate otro vinito. Venga, tómate el último...



SONSOLES ÓNEGA
“Mil besos prohibidos”

A veces las casualidades se hacen cómplices de los deseos. Costanza y Mauro llevaban media vida esperándose hasta que un encuentro imprevisto en la Gran Vía de Madrid volvió a unir sus destinos.

Costanza, recién separada de su marido, abogada en un prestigioso despacho, tenía entre manos la defensa de un importante banquero, una circunstancia que le absorbía todas las horas del día. Mauro, el padre Mauro, acababa de volver de Roma para acometer un trabajo encargado por el arzobispado de Madrid.

Pese a sus circunstancias y con todos los vientos en contra, resucita la historia de amor que Costanza y Mauro vivieron veinte años atrás. Ahora deberán decidir entre dejarse llevar por sus sentimientos o resignarse ante sus contradicciones. Tras el éxito de *Después del amor*, obra con la que obtuvo el Premio de novela Fernando Lara 2017, y el reconocimiento de la crítica y los lectores, Sonsoles Ónega nos presenta una magnífica novela de pasiones y luchas internas.

Una novela emocionante, plena de sensibilidad y contrastes, con personajes hechos de contradicciones y pulsiones reprimidas, que conforman esta trama actual, ágil y apasionante. Obra que ya puedes encontrar en nuestra biblioteca para disfrutar de las tardes de este otoño que empezamos. **RUTH LÓPEZ ALEJO**

NOTICIAS DE NUESTRO CENTRO DE DÍA

VUELVEN LOS TALLERES PARA MAYORES AL CENTRO DE DÍA

Aún no podemos reanudar nuestras actividades presenciales, pero podéis participar de otra manera: recogiendo semanalmente los materiales impresos en el Centro de Día y realizándolos en casa. O recibirlos por mail.

Contareis con apoyo telefónico y por correo electrónico, para cualquier duda que os pueda surgir. Las actividades que os ofrecemos son:

- TALLER DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA.
- TALLER DE ORTOGRAFIA.
- CLUB DE LECTURA: “Orgullo y Prejuicio” de Jane Austen.

Para más información e inscripciones, puedes contactar por teléfono: **925 16 10 40** o correo electrónico: **centrodedia@aytovillacanas.com**

Y recuerda que también puedes venir al Centro de Día, siguiendo las medidas de seguridad habituales, de **lunes a viernes de 10:30 a 13:30 h.**



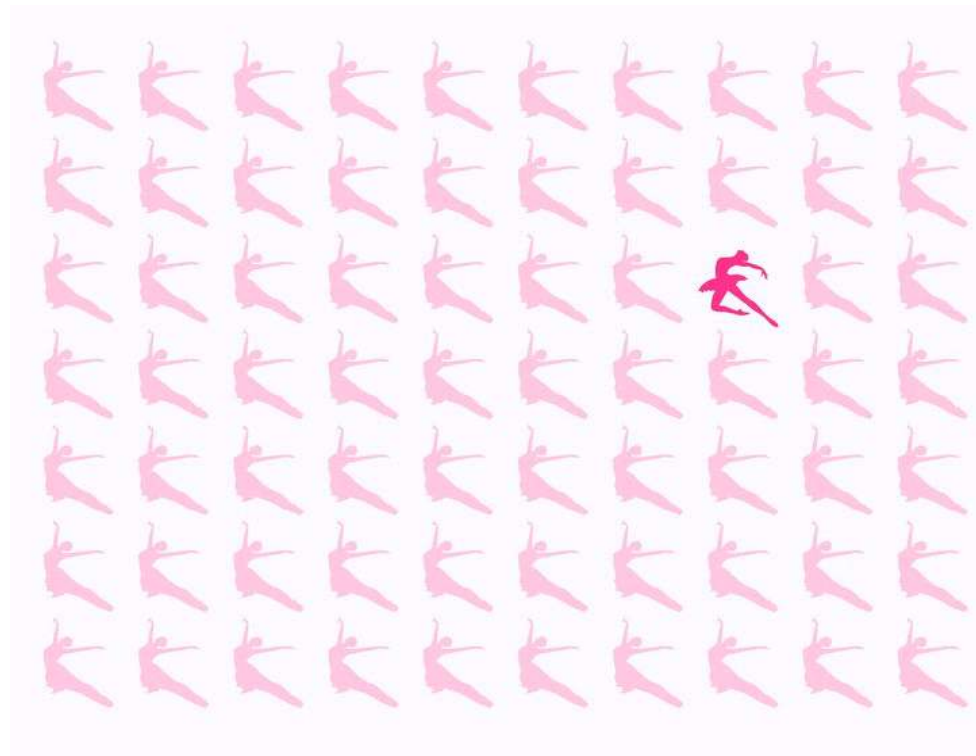


TU CEREBRO EN FORMA

Soluciones revista Verano 20

↵	§	ω	≈	↳	=	§	g	↳	≈	g	↑	g	↳
L	O	Q	U	E	N	O	S	E	U	S	A	S	E

⊖	↵	↳	○	↳	
P	I	E	R	D	E



Mi nombre:

Fecha: Hora:



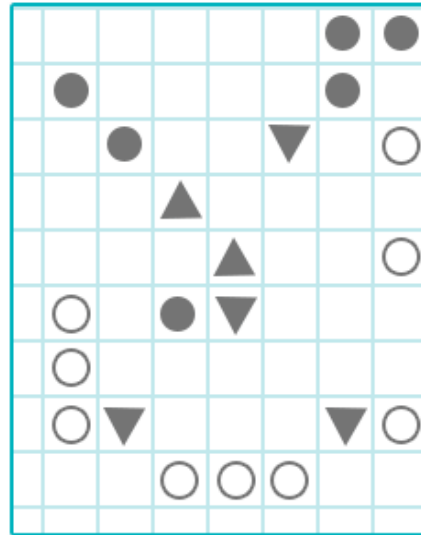
Ponga un 2 debajo de M, un 4 debajo de P, y un 3 debajo de W.
Sume cada una de las filas, y después sume el resultado total.

M	W	N	M	P	W	N		
	+		+		+		=	
P	W	M	F	N	P	W		
	+		+		+		=	
N	F	P	N	W	F	P		
	+		+		+		=	
M	N	W	M	F	M	P		
	+		+		+		=	
M = 2 P = 4 W = 3								

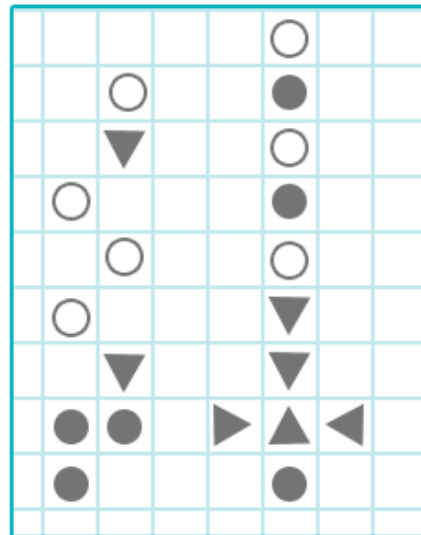
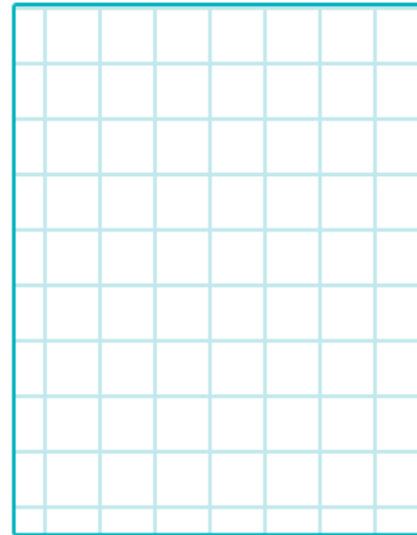
Mi nombre:

Fecha: Hora:

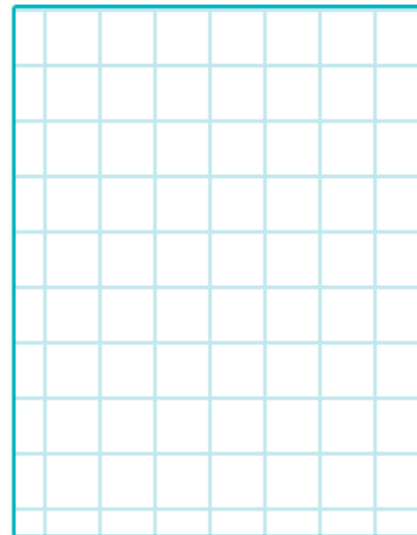
Dibujos iguales. Copie los dibujos en la cuadrícula de al lado:



=



=



¿Cómo Mejorar la Memoria?



¿Cómo lograr mantener el cerebro en un estado óptimo?

Te damos para ello las siguientes recomendaciones:

-Caminatas diarias y ejercicio físico: Ejercitar el cuerpo desde una rutina diaria, permite una mayor entrada de oxígeno al cerebro a causa del aumento del flujo sanguíneo.

-El yoga y una respiración adecuada: El yoga ha demostrado ser una vía efectiva para mantener el cuerpo y la mente en estado saludable, además, con su práctica el cerebro se estabiliza para recibir una mejor oxigenación.

-Nutrición y alimentación adecuada. Una dieta pobre es fatal para el buen funcionamiento del cerebro, pues este órgano requiere de una amplia gama de nutrientes, vitaminas, proteínas y alimentos prioritarios para su oxigenación, que a su vez, influye en el mejoramiento de la memoria, la motivación y la capacidad de comprensión.

- Plantas para fortalecer el cerebro. Entre las más destacadas encontramos: jengibre, romero, tilo y cúrcuma.

EDITA:

CENTRO DE DÍA
La Rosa, 9. 45860 Villacañas
TFNO: 925 16 10 40

E-mail: centrodedia@aytovillacanas.com

