



Residencia de mayores altos del Jontoya

Carretera Puente Jontoya Jv.2225 Pk4.490
23009 Jaén

NUESTRA HUELLA



RESIDENCIA DE MAYORES

ALTOS DEL JONTOYA

INDICE:

HISTORIA DEL DÍA DE LA MADRE.....	3
CRISTO DEL ARROZ	4
RECETAS.....	5
NUESTROS PUEBLOS: ALCALÁ LA REAL	7
INVENTOS: LA FREGONA.....	10
NUESTRAS ARRUGAS	11
CRUCES DE MAYO.....	14
APERTURA DE LA NUEVA RESIDENCIA	15
ENTREVISTA A ANA LÓPEZ	17
TRUCOS: LEJÍA DE CENIZA.....	19
DICHOS Y REFRANES	21
ADIVINANZAS.....	22
COLABORADORES.....	23

COLABORADORES

CARMEN CRUZ CRUZ

ANA MORAL

TERESA BLANCA

ANGELES ROSALES

VENTURA QUESADA

MAGDALENA AGUAYO

MARIA ANTONIA MERINO

CARMEN CRUZ BARRANCO

GERMAN MIRANDA

JOSEFA CALDERÓN

ADIVINANZAS

- DE MIS DOCE HERMANOS
EL MAS PEQUEÑO SOY, Y
SIN EMBARGO EN EL
SEGUNDO LUGAR
ESTOY.



El mes de febrero

- UNA SEÑORA MUY SEÑOREADA, QUE SIEMPRE VA EN
COCHE Y SIEMPRE VA MOJADA.

La lengua

- MI CASA LA LLEVO A CUESTAS, TRAS DE MI DEJO
UN SENDERO, SOY LENTO DE MOVIMIENTOS Y NO LE
GUSTO AL JARDINERO

El caracol

- ADIVINA QUIEN SOY, CUANTO MAS LAVO, MAS
SUCIA VOY

El agua

MAGDALENA AGUAYO

HISTORIA DEL DIA DE LA MADRE

La conmemoración oficial del "Día de la Madre" se remonta según la mitología griega a los tiempos de la antigua Grecia

cuando Rea era la gran madre de los Dioses. A lo largo de la historia se van encontrando manifestaciones de esta celebración. En la Inglaterra del siglo XVII se celebraba el "servir de domingo". Ese día las sirvientas iban a sus hogares a visitar a su madre y celebraban el encuentro con una tarta. En el siglo XX Anna M. Jarvis, tras un encuentro familiar con motivo del tercer aniversario de la muerte de su madre tuvo la idea de dedicar un día a todas las madres. A raíz de aquí el primer domingo de



mayo de 1907 se celebró por primera vez el "Día de la Madre".

CARMEN CRUZ CRUZ

CRISTO DEL ARROZ

La fiesta del Cristo de Charcales o Cristo del Arroz se celebra el 2º Domingo de Mayo en La Fuente de la Peña, situada a las afueras de Jaén, en el Barrio de la Glorieta.

La ermita del siglo XIX está en la carretera de los Villares pasado los lavaderos de la Fuente de la Peña. Antiguamente en 1588 ahí se veneraba a la Virgen de la Peña, la cual desapareció.

Al principio la romería se hacía para y por los agricultores y ganaderos de la ciudad, pero de un tiempo a esta parte, se ha incorporado a ella toda la asociación de vecinos y gran parte de la población.

Se celebra el domingo por la tarde una misa al Cristo, que después es llevado en procesión por el barrio y los vecinos de la zona se juntan para comer, tradicionalmente se prepara arroz con mucho caldo, de ahí el nombre con el que popularmente se conoce al Cristo de Charcales "Cristo del Arroz". Los fieles que acompañan al Cristo acuden a la romería ataviados con los trajes típicos de Jaén las mujeres de "Pastira" y los hombres de "Chirri".



ANA MORAL

DICHOS Y REFRANES

EN ABRIL, LAS HABAS EN EL MANDIL

Es la época de recoger la cosecha de habas aunque hay algunas que son un poco más tardías en función de la fecha de siembra.

EN ABRIL, AGUAS MIL

Quiere decirnos que en este mes es muy frecuente que aparezcan tormentas y llueva en abundancia.

HASTA EL 40 DE MAYO NO TE QUITES EL SAYO

Nos viene a decir que no nos podemos fiar de quitarnos la ropa de primavera tan pronto sino que hasta los primeros días de Junio podemos encontrarnos con algún día fresquito.



SIN ENGAÑO, LA NOCHE DE SAN JUAN ES LA MAS CORTA DEL AÑO

Esta fecha suele coincidir con el solsticio de verano en la que los días suelen ser más largos que las noches.

A BUENAS HORAS MANGAS VERDES

Se dice cuando algo llega a destiempo y ya no hace falta algo que estábamos esperando.

GERMÁN MIRANDA

uso, similar a cualquier detergente líquido. Una lejía más fuerte puede ser preparada con una proporción de 1:3 de ceniza y agua. Se lleva a ebullición y después dejándolo reposar de 12 a 24 horas antes de decantar la solución clara del agua de lejía. El agua de lejía se embotella para guardarla, evitando confusiones al reutilizar botellas usadas (producto tóxico por ingestión)

Usos del detergente de ceniza:

Lava ropa y todos los utensilios que deban de estar higiénicos (coladores, paños...) incluso en lavadoras automáticas.

Cuando algo está muy sucio por haber estado en contacto con agentes contaminantes, como por ejemplo:

Excelente para la limpieza de verduras frescas, legumbres, raíces etc.... Tanto para quitar restos de productos químicos como para la limpieza de insectos y otros animales que se encuentran habitualmente así como las bacterias dañinas. Puede ser utilizado para toda la limpieza de la casa. Desde la cocina y la vajilla hasta la ropa y las estancias....

JOSEFA CALDERÓN

RECETAS

Torrijas

Ingredientes: Pan duro, leche, huevo, cáscara de limón, canela en rama, canela molida y azúcar.

Se corta el pan en rebanadas de un dedo de grosor.

Se hierve la leche con la cáscara de limón, la canela en rama y el azúcar; se mojan las rebanadas de pan en la leche caliente y se dejan escurrir.

Se bate el huevo y se pasan las rebanadas por él una vez escurridas. Se fríen en aceite abundante y muy caliente por los dos lados.



Una vez fritas se ponen a escurrir en un plato con papel de cocina para quitarles el exceso de aceite.

Se pone en un plato hondo el azúcar con la canela molida y se rebozan las torrijas por esta mezcla. Se van colocando en una bandeja o plato grande y ya están listas para chuparse los dedos.

Arroz con leche

Ingredientes: Arroz, agua, canela en rama y molida, cáscara de limón y una pizca de sal.



Poner un cazo al fuego con abundante agua y cuando comience a hervir echar el arroz. Dejarlo 10 minutos y apagar el fuego. En otro cazo poner a fuego lento la leche y el azúcar dándole vueltas para que se disuelva. Cuando la leche comience a hervir, añadir el arroz escurrido, la canela en rama, la cáscara de limón cortada finamente y una pizca de sal. Dejarlo hervir suavemente durante 15 minutos; echarlo a una fuente plana y espolvorearlo con la canela molida.

TERESA BLANCA



TRUCOS: LEJÍA DE CENIZA

La lejía o detergente de ceniza de madera se hace fácilmente utilizando los restos de madera quemada libre de tratamientos químicos.

Procedimiento para obtener la lejía de ceniza:

La ceniza se pasa por un tamiz para separar los trozos de carbón. Otra forma sería dejar que la ceniza se hunda y pasar un colador por el agua para recoger los restos de carbón. Mientras más blanca y calcinada está la ceniza, mejor detergente obtendremos. Mientras más dura es la madera más fuerte se consigue la lejía.

- 1.- Coge la ceniza y ponla con agua caliente en un cubo con una proporción de 4 a 5 partes de agua. En verano usando un cubo de metal será suficiente con colocarlo al sol.
- 2.- Déjalo cubierto con un paño o tapa de 24 a 48 horas, removiéndolo bien al menos una vez durante el tiempo de reposo.
- 3.- Decanta el líquido filtrándolo con un paño.

Esta solución se utiliza como detergente líquido. La lejía de ceniza necesita ser diluida con agua caliente para su

- **Si no trabajaras aquí ¿dónde te gustaría trabajar?**

Pues antes de venir a trabajar con mayores trabajaba con niños que son mi otra pasión. Pero también fue con Mensajeros.

- **¿Cómo te ha sentado el cambio de trabajo?**

Me parece que la parte de llevar el papeleo es la menos buena, pero estoy aprendiendo mucho, aunque también echo de menos estar de educadora.

- **¿Te cuesta mandar?**

Creo que te acostumbras, haciéndolo siempre desde el respeto y la sencillez no cuesta tanto trabajo.

- **¿Cómo es ahora tu día a día?**

En la Residencia paso la mayor parte del día, siempre me quedo más tiempo, y la verdad que se me pasan los días volando. Estoy muy a gusto y encantada de estar en la Residencia con todos mis abuelos y mis compañeros y está siendo toda una experiencia trabajar con Juan y Ana.

CARMEN CRUZ BARRANCO

NUESTROS PUEBLOS: ALCALÁ LA REAL

Alcalá la Real es un municipio español de la provincia de Jaén, situado a 71 km de la capital provincial. Desde la prehistoria, Alcalá la Real se convirtió en un enclave de gran importancia estratégica. El cerro de la Mota sirvió como zona de control de los pasos hacia el interior, convirtiéndose en privilegiado lugar de asentamiento.



La leyenda cuenta que en el siglo XVII los árabes tenían en su posesión la fortaleza de La Mota, los cristianos la querían conquistar y para ello envenenaron los pozos para que los árabes se rindieran o murieran ante la escasez de agua. Para suplir esta escasez de agua, de noche salía del castillo "Cava", una muchacha de belleza sin igual, vestía una túnica de seda de color violeta, velo de gasa del mismo color cubriendo el negro pelo y el rostro. En el valle había una fuente, que estaba vigilada

por un soldado cristiano. La mora "Cava", con lágrimas en los ojos, le contó el primer día que su madre agonizaba, que tenía los labios secos y que necesitaba subir con el cántaro lleno. El joven soldado, al observar la pena de "Cava", se emocionó quedó prendado y le dijo:

"Para cobrar me el favor el velo te has de quitar y descubrir la belleza que debajo seguro está".

A partir de aquel día, "Cava" bajaba a por agua y según pasaban los días, las horas se hacían eternas ansiando llegase la noche para ver a aquel apuesto capitán que poco a poco se fue apoderando de su corazón. Él la esperaba sentado al borde de la fuente, todos los días compartían su amor presintiendo que éste duraría por poco tiempo, ya que en el momento en que "Tayre" su padre volviera del último viaje que emprendió y se enterase, lo prohibiría. Siempre había dicho: *"¡Antes muertos, que en manos de los cristianos, por Alá que lo juro!"*.

Su padre regresó y se enteró de lo ocurrido, la amenazó con matarla si volvía a ver al cristiano, culpándola de la muerte de la madre. La pena de la mora "Cava", cada día era más grande y la desesperanza del capitán aumentaba noche tras noche. Una madrugada de luna llena, "Cava" se escapa del Castillo, y va al encuentro de su amado capitán. Advierte a su amado Capitán del peligro que corrían. En ese mismo instante, se escucha un tropel y aparece "Tayre" con un arma en la mano. Enfurecido y enloquecido, se precipita sobre el cuerpo de su hija "Cava" y

ENTREVISTA A ANA LÓPEZ

- **¿De dónde eres?**

Soy de Rus, un pueblo al lado de Úbeda, tiene unos 3800 habitantes.

- **¿Cuál es tu comida favorita?**

El arroz me encanta y como mi madre lo sabe cuando voy al pueblo me lo hace con mucho cariño.

- **¿Tienes hijos?**

No tengo hijos, aunque los niños son mi pasión.

- **¿Qué te gusta hacer en tus ratos libres?**

Me gusta andar, ir al campo, leer y sobre todo estar con la familia, cuando tengo libre intento ir al pueblo.

- **¿Te sientes a gusto cuidando ancianos?**

Mucho, me siento feliz y cada día me enseñan cosas nuevas.

Muy contentas las señoras
con esta forma de vida,
no tener que ir a la plaza
y sin hacer la comida.

En esta gran Residencia
es un privilegio estar,
disfrútala cada día
goza con su bienestar.

En la cocina con Ignacio,
Concha, Rosario y Marimar,
son comidas caseras y muy
propias de la edad.

Pena es llegar a viejo,
más pena es no llegar,
yo quería una Residencia,
y en ella poder terminar.

Residencia del Jontoya
no la puedo olvidar,
un abrazo muy grandote
a todos les quiero dar.

A señoras y caballeros que
en la Residencia están,
un saludo cariñoso
a todos os quiero dar.

Al Director del centro
y a todo su personal
"GRACIAS" por el cariño que dáis
sois todos fenomenal.



GRUPO

atraviesa su corazón con una fría daga. "Cava", se desploma a los pies de su Capitán diciendo:

"El amor me trajo, el amor me lleva. No pequé padre mío, ¡Por mi madre y por Alál, sólo conocí un sentimiento, que no comenta...ni de dónde viene, ni adónde va."

De esta manera, quedó bautizada "La Fuente de la Mora", donde "Cava", entregó todo su amor y también su vida.

ÁNGELES ROSALES

INVENTOS: LA FREGONA

La fregona se inventó en España por Manuel Jalón Corominas, natural de la Rioja y fue perfeccionándose hasta adquirir el aspecto actual. Hasta ese momento se fregaba de rodillas.

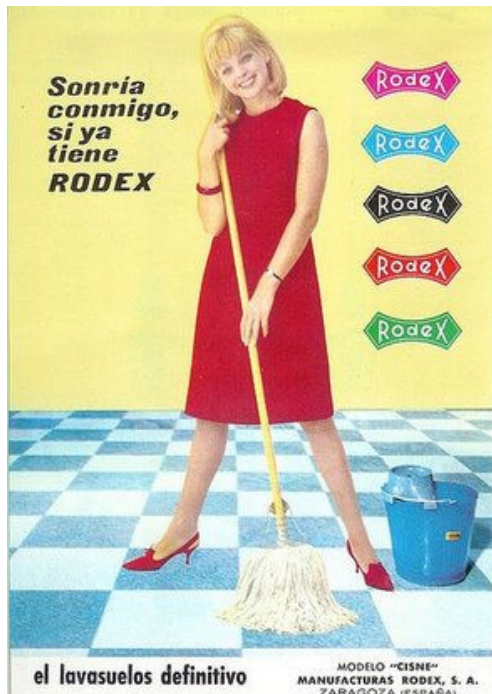
Manuel Jalón trajo la idea de EE.UU. donde trabajaba en el mantenimiento de aviones.

A las primeras fregonas se las conocía como "aparatos lavasuelos" hasta que Enrique Falcón las bautizó como "fregonas" en 1957.

Podemos mencionar algunas de las primeras marcas que salieron como Rodex, Mery, Gaviota...hasta llegar a las marcas actuales tan conocidas como la Vileda.

Este invento ha cambiado la forma de trabajo de todas las amas de casa, haciéndonos la tarea más fácil.

VENTURA QUESADA



APERTURA DE LA NUEVA RESIDENCIA

Este año Mensajeros de La Paz, ha inaugurado una nueva residencia en Jaén. Estamos muy contentos de que eso sea así aunque nos ha costado tener que despedirnos de gente muy trabajadora y querida por nosotros como Juan, Concha, Manolo, M^a Carmen...y muchos otros...tenemos el mal sabor de boca al saber que todavía queda por marcharse M^a Jesús...

Algunos de nosotros hemos bajado de visita y la verdad es que nos ha gustado mucho, tiene cosas nuevas, no es ni mejor ni peor que esta, es distinta. Actualmente hemos podido conocer a 25 residentes que sabemos que irán aumentando poco a poco... Un residente de allí no dio una poesía en la que mencionaba nuestra residencia para que pudiéramos publicarla en nuestra revista, su autor se llama Manuel y dice así.

Residencia de Mayores
Caridad y Consolación
espero lean los versos y
presten atención.

Entre mujeres y hombres
veinte nos encontramos
viviremos en convivencia
llevándonos como hermanos.

Los ahorros de mi vida,
en ti quiero gastar,
no pienso lo que cuestas
miro lo bien que estás.

Florencio y Manuela
Julio y Mari Carmen
Eleuteria y Mercedes
Manuel y mari Carmen.

Tres cosas tiene Jaén
que no tiene Cartagena
buen aceite, santo Rostro
y tráfico que da pena.

Ana María, Meli, Juana,
Eduardo, Dulce, Isabel,
Rosa molina, Vicenta,
Felipe, Adrian y Manuel.

CRUCES DE MAYO

Este año la cruz de nuestra residencia la hemos hecho entre todos y la hemos decorado con los conocidos vulánicos o palomicas que nos han costado algún que otro pinchazo ya que las cuatro puntas iban cogidas con alfileres. El día de la cruz lo festejamos con un aperitivo especial a medio día.

Investigando un poco hemos podido saber que los orígenes de esta festividad no están muy claros aunque todas recordamos haber hecho cruces de niñas.

En algunos de nuestros pueblos eran de madera y se forraban con flores y decoraban con mantones de manila pero en otros como en Pegalajar la Cruz se adornaba con adornos de oro como pendientes, medallones... se ponían en un altar y se decoraba el entorno con imágenes de santos y flores.



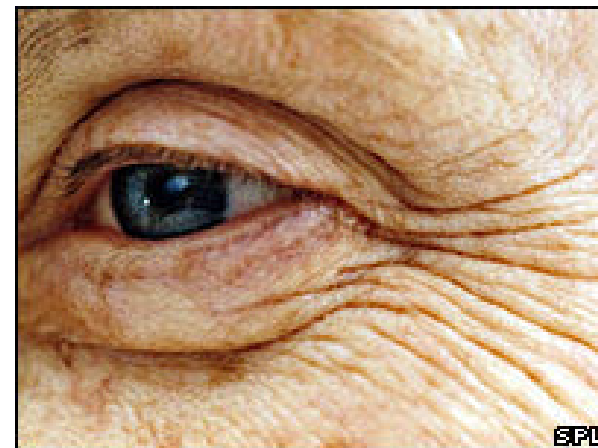
Donde actualmente se celebran mucho es en Granada donde es tradición adornarla con una manzana con unas tijeras clavadas para que nadie pueda criticar esa cruz y así cortar con todos los peros.

MARIA ANTONIA MERINO

NUESTRAS ARRUGAS

Definición de arrugas: La Real Academia las define como: pliegues o surcos en la piel, la ropa u otra cosa flexible.

Al referirnos a las arrugas pensamos en las personas mayores, en los ancianos a los que el paso de los años ha dejado su huella, nos sugieren sufrimiento, pesar...; pero también conocimiento, experiencia...Casi podría decir que si bien los libros nos enseñan muchas cosas, el diario vivir, el trato con otras personas, el compartir alegrías y tristezas, nos enseña mucho más. Por eso no es extraño conocer personas que no pudieron aprender ni a leer y sin embargo tienen más riqueza de conocimientos y modo de enfrentar la vida muy superior a otras muy eruditas, pero que no han vivido.



Podría referir el diálogo de una nieta con su abuela que entre otras cosas le pregunta: "Dime abuelita ¿Por qué tu cara llena de arrugas veo? Y la abuela responde: "El pesar fue quien trazó en mi rostro esos senderos"

Podemos decir que "la arruga es bella" porque significa el paso de muchos años vividos intensamente y el cúmulo de conocimiento y experiencias, pero también podrían no pasar muchos años, sino que las arrugas son consecuencia de una piel marchita, demasiado seca, no debidamente protegida de los rayos de sol y aire que también son causa de que la piel se arrugue.

Nosotros debemos pensar en esas arrugas como el fruto de los años vividos con sufrimiento, trabajo y pesar, que hacen de los ancianos personas respetables, de quienes algo se puede aprender y a quienes mucho tienen que de dar los jóvenes, sobretodo su comprensión y amor.

La Abuelita

-¿Me dirás por qué abuelita son tan blancos tus cabellos?

-Hija, es la nieve que anuncia a mí el triste invierno

¿Y por qué abuelita tu cara tan llena de arrugas veo?

- el pesar fue quien trazó
En mi rostro esos senderos

¿Dime más, cual es la causa de que así tiemblen tus miembros?

-eso es un viento, hija mía,
Que baja. . . de allí del cielo. . .

¿Y por qué tienes los ojos



Ceñidos de un triste negro?
-es porque he llorado mucho
Y apenada el alma tengo
¿Y cómo dime, tu frente
Llevas inclinada al suelo?
-para ver mejor la tierra
Que ha de blanquear mis huesos
¿Por qué abuelita, murmuras
Siempre que te doy un beso?
-¡Ah! Es que rezo y pido a Dios
Que te dé un corazón bueno.

MAGDALENA AGUAYO