



DEL COMPLEJO A TU CASA




CUADERNILLO RECREATIVO



Complejo
de
**Personas
Mayores**



 MUNICIPALIDAD DE
COLONIA CAROYA

www.coloniacaroya.gov.ar   
municipalidadcc

EJERCICIOS
JUEGOS
HUMOR GRÁFICO
TEXTOS

COMPILADO REALIZADO POR
VOLUNTARIOS Y EQUIPO DE LA
OFICINA DE PERSONAS
MAYORES DE LA
SUBSECRETARÍA DE
DESARROLLO SOCIAL
MAYO 2020



¡Hola!

En el Complejo de Personas Mayores seguimos pensando en vos y en cómo acompañarte en esta situación en la que debemos quedarnos en casa y permanecer en aislamiento por las medidas de prevención por el COVID-19.

Te presentamos este *Cuadernillo de Recreación*: una propuesta de juegos y desafíos que pueden realizarse todas o algunas, de atrás para adelante; solos o con ayuda.

La idea es que sigamos en movimiento -en la medida de lo posible- con el cuerpo y con la mente. Y, sobre todo, que lo hagamos divirtiéndonos.

Las actividades que aquí te proponemos son ejercicios de memoria, reconocimiento de frases, resolución de problemas matemáticos, establecimiento de relaciones, etc.

Algunos de ellos son simples y otros un poco más complejos. No hay ninguna exigencia, sólo que te puedas conectar con una actividad placentera.

Si te interesa compartir tu trabajo y que leamos tu producción, llámanos al teléfono 461182 y lo pasamos a buscar.

¡Ojalá lo disfrutes mucho! Cuidate.

¡Esperamos vernos pronto!

NOTA 1:

Los ejercicios fueron extraídos de manuales de estimulación cognitiva y ejercicios mentales, cuyas fuentes se encuentran en la página 24. La compilación fue realizada por personal voluntario junto a integrantes de la Oficina de Personas Mayores durante la cuarentena. Algunos ejercicios fueron modificados para adaptarlos al idioma español y la cultura argentina.

NOTA 2:

A lo largo del cuadernillo, hemos calificado con una estrella (*) los ejercicios que nos parecen más simples y con dos estrellas () los que pueden resultar más complejos, para que los realices en la medida de tus posibilidades.**

Te sugerimos empezar por los que tienen una estrella y luego hacer los que son un poco más difíciles, porque -como sabemos-, la mente se agiliza con el ejercicio y probablemente los que te resultaban muy difíciles los puedas resolver luego.

¡ALLÁ VAMOS!

1. (*) Relacione y **una con flechas** estos refranes y dichos populares:

A palabras necias	cien años de perdón
Perro que ladra	corazón que no siente
Ojos que no ven	oídos sordos
No hay mal	lo que puedas hacer hoy
A buen entendedor	no muerde
No dejes para mañana	no entran moscas
En boca cerrada	que por bien no venga
Al que roba a un ladrón	pocas palabras
El que mucho abarca	poco aprieta

2. (*) **¡Palabras unidas!** Escriba al menos ocho palabras más que empiecen por la última letra de la palabra anterior:
CASA – ARMARIO – ORIGEN – NEVERA –

3. (**) Cree palabras con las siguientes letras: **M U R C I E L A G O**

_____Amor_____

Es importante quedarse en casa y tener en cuenta que el aislamiento es un periodo transitorio, no es para siempre. El aislamiento físico no significa aislamiento emocional: es importante estar conectado/a con otras personas.

4. (**) Relacione con una flecha cada palabra con otra que tenga el mismo significado:

5.

Elegir	Helado
Famoso	Borracho
Ebrio	Sencillo
Fotografía	Retrato
Hurto	Escoger
Gélido	Célebre
Fácil	Robo

6. (*) Lea las siguientes palabras y **escríbalas nuevamente** con la letra o letras que falten:

- a) Cocodilo ◇ _____
- b) Botons ◇ _____
- c) Cotañas ◇ _____
- d) Murcelago ◇ _____
- e) Pastilina ◇ _____
- f) Almohda ◇ _____
- g) Telefno móvi ◇ _____
- h) Microndas ◇ _____

Si vivís sola o solo, utilizá la tecnología- teléfono fijo, celular, computadora, etc- para estar cerca y conectado con tu familia y amistades. Mejorará tu ánimo y también podrás aliviar la soledad de otra persona.

7. (*) ¿Qué actividades realizaste ayer? **Contanos por escrito** (ej: Ni bien me levanté preparé el desayuno, después hice...).

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

8. (**) Resuelva y después escriba...

- Nombre los días de la semana a la inversa:

- Nombre los meses del año a la inversa:

- Deletree su nombre a la inversa:

- Deletree a la inversa las siguientes palabras:

1. MESA

2. PERA

3. CARTA

4. LIBRO

5. CAJÓN

6. PAPEL

7. VIDEO

8. CARPETA

9. CARAMELO

Se recomienda mantener una dieta equilibrada y dormir el número de horas adecuado en los horarios previstos.

9. (**) Problemas matemáticos, ¡A resolver!

1. Una persona pasea a su perro una vez al día entre semana, y dos el sábado y otras dos el domingo, **¿cuántas veces pasea al perro en una semana?**

2. Un edificio tiene 4 pisos. En cada piso hay 2 casas, y en cada casa 3 personas, **¿cuántas personas viven en el edificio?**

3. En un colegio hay 6 cursos. En cada curso hay 5 divisiones o grupos, **¿cuántos grupos hay en total en el colegio?**

4. En una caja tenemos 8 bolsas de galletas de chocolate. Cada bolsa contiene 4 galletas, **¿cuántas galletas hay en la caja?**

5. Un billete de ómnibus cuesta 50 pesos, **¿cuánto dinero necesito para subir al colectivo acompañado de 3 amigos?**

10.(**) Continúe las siguientes secuencias de números:

- * 351, 342, 333, 324,.....,261
- * 5,17, 29, 41,..... , 149
- * 16, 23, 30, 37,..... , 100
- * 100, 94, 88, 82,..... , 22

11. (*) A continuación hay citas de personajes célebres. Léalas atentamente y luego subraye con una pintura **roja** todas las palabras que contengan al menos una letra “a”, con una **azul** todas las que contengan al menos una letra “i” y con una pintura **verde** todas las que contengan al menos una letra “e”. ¡Vamos!

- “Las decisiones son las bisagras del destino.” Edwin Markham.
- “Algunos persiguen la felicidad otros la crean.” Anónimo.
- “Muchas personas se pierden las pequeñas alegrías mientras aguardan la gran felicidad.” Pearl S. Buck.
- “No creo que haya ninguna cumbre que no pueda ser escalada por una persona que conozca el secreto para hacer realidad sus sueños. Este secreto especial yo lo resumo en cuatro C. Son la curiosidad, la confianza, el coraje y la constancia. De todos ellos el más importante es la confianza. Cuando creas en algo, créelo sin dudar y sin cuestionarlo.” Walt Disney.
- “Cada minuto que estás enfadado pierdes 60 segundos de felicidad.” Anónimo.
- “A un discípulo que siempre estaba quejándose de los demás le dijo el Maestro: Si es paz lo que buscas, trata de cambiarte a ti mismo, no a los demás. Es más fácil calzarse unas zapatillas que alfombrar toda la Tierra.” Anthony de Melho.

Cuidá los aspectos de tu higiene personal. Tomá aire y sol en tu patio. Abri las ventanas a diario.

- “No llesves nunca a cuestas más de un tipo de problemas a la vez. Hay quienes cargan con tres: los que tuvieron, los que ahora tienen y los que esperan tener.” Edward Everett Hale.

- “La felicidad es una dirección, no un lugar.” Sydney J. Harris.

- “A veces sentimos que lo que hacemos es tan solo una gota en el mar; pero el mar sería menos si le faltara una gota.” Teresa de Calcuta. “La puerta de la felicidad se abre hacia dentro, hay que retirarse un poco para abrirla: si uno empuja, la cierra cada vez más.”

Sören Kierkegaard

12. (*) Seguimos con palabras unidas y encadenadas. Cada palabra tiene que comenzar con la última sílaba de la palabra anterior:

Manzana – Navidad - Dado

.....
.....
.....
.....

13. (*) Ordene los siguientes pasos para que la secuencia sea la adecuada:

Comprar el pan:

- Esperar tu turno.
- Buscar el monedero.
- Ir a la panadería.
- Esperar el cambio si lo hay.
- Pedir la barra de pan.
- Sacar el dinero del monedero.
- Pedir por el último en la cola.

Si convives con gente, procura mantener tus espacios y momentos de intimidad.

Hacer un sándwich:

- Poner el embutido en una de las rebanadas.
- Comerse el sándwich.
- Cortar el pan por la mitad, en dos rebanadas.
- Sacar el embutido de la nevera.
- Poner aceite y sal en las dos rebanadas.
- Agarrar un trozo de pan.
- Cerrar las dos rebanadas con el embutido dentro.

14. (*) Lea atentamente el texto un par de veces, después tápelo e intente responder a las preguntas de abajo...

“Sofía y Claudia son dos hermanas mellizas de 6 años de edad que viven en Colonia Caroya con sus padres y su abuela. Las hermanas son muy diferentes; mientras Sofía es rubia y muy tímida, Claudia es morena y muy extrovertida. A Sofía le gusta mucho jugar con sus muñecas. Sin embargo, el juego preferido de Claudia es el escondite. Sólo se ponen de acuerdo en una cosa: ¡a las dos les encanta el chocolate!”

Preguntas:

¿Cómo se llaman las niñas?

¿Cuántos años tienen?

¿Dónde viven?

¿Con quién viven?

Procure tener su espacio personal, donde haga cosas a su ritmo y a su gusto.

¿Cómo es Sofía?

¿Cuál es el juego favorito de Sofía?

¿Cómo es Claudia?

¿Cuál es el juego favorito de Claudia?

¿Qué les gusta mucho a las dos hermanas?

15. (*) Escriba nombres de animales que comiencen por las siguientes letras:

A.....

C.....

G.....

L.....

P.....

S.....

Intente hacer actividad física de acuerdo a tus posibilidades. Así vas a evitar el sedentarismo dentro de tu propia casa. Mejorarás tu humor y tu calidad de vida.

Escriba nombres de animales de compañía:

.....
.....
.....
.....

Escriba nombres de animales con alas:

.....
.....
.....
.....

Escriba nombres de animales acuáticos:

.....
.....
.....
.....

16. ()** Busque y encuentre qué palabra no es un sinónimo para cada grupo de tres propuesto. Rodee la palabra escogida.

1. marido esposo matrimonio
2. camino montaña sendero
3. juez norma regla
4. volver regresar ir
5. cálido caluroso frío
6. fiel mentiroso leal
7. regalo obsequio compra

Aprovechá para hacer actividades que te gustan o para las que antes no tenías tiempo.

- | | | |
|--------------|------------|----------|
| 8. príncipe | monarca | rey |
| 9. ocultar | mostrar | esconder |
| 10. gafas | anteojos | ojos |
| 11. victoria | pérdida | triumfo |
| 12. profesor | estudiante | alumno |
| 13. vivir | morir | fallecer |
| 14. parar | seguir | detener |
| 15. bonito | hermoso | feo |
| 16. educar | enseñar | aprender |
| 17. soñar | hechizar | embrujar |
| 18. cabello | cabeza | pelo |

17. (*) Continúe las siguientes secuencias:

1, 3, 5, 7,

□ ○ ○ □ ○ ○

.....

⊗ ○ □ ⊗ ○ □

.....

↓ → ↓ ↓ → ↓

.....

▲ ► ◀ ■ ▲ ► ◀ ■

.....

□ ▲ ○ □ ▲ ○ □

.....

≈ - ≡ ≠ ≈ - ≡ ≠

.....

18. (**) Complete los siguientes refranes y explique qué significa cada uno de ellos.

C_and_ _l_rí_su_na, _gu_ llev_.

N_ _s or_ tod_ lo q_e r_luce.

_l q_e c_lla, ot_rg_.

H_cierend_ y d_shac_end_ se v_apr_ ndi_ ndo.

D_me d_ q_e pr_s_mes y t_dir_ de qu_ car_c_s.

Cu_nt_ m_s se t_ene, más s_q_i_re.

El q_e rí_el _ltim_, r_e m_jor.

V_stem_ d_spac_o qu_ teng_ pr_sa.

A_bu_nas h_ras, m_ngas v_rd_s.

P_r un _íd_ me_ntra_ _por_ tro m_sal_.

Un gr_no n_hac_ gr_n_ro, p_ro ay_da _l comp_ñer_.

19. (**) Problemas matemáticos. ¡A resolver!:

1. Tenemos 3 manzanas, 8 peras y 4 mandarinas. **¿Cuántas piezas de fruta tenemos en total después de haber comido 3 de ellas?**

Es importante no quedarse todo el día en la cama. Debemos levantarnos y vestirnos cómodamente, aunque nos quedemos en casa.

2. Si los lunes y miércoles leo 3 horas al día, los martes y los jueves 2 al día, los viernes 1 hora y el fin de semana leo 5 horas cada día, **¿cuántas horas leo a la semana?, ¿y en un mes de 31 días?**

3. En un armario hay 48 camisetas. El armario tiene 6 cajones, **¿cuántas camisetas hay en cada cajón?**

4. Marta tiene 20 canicas. Luis tiene el doble y Ana el triple, **¿cuántas canicas tiene Luis?, ¿cuántas tiene Ana? y ¿cuántas los tres juntos?**

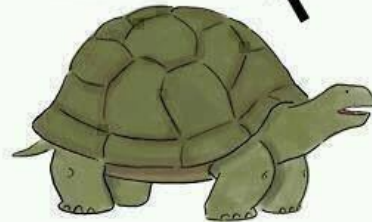
5. Si he de cambiar el aceite de la moto cada 4 meses, **¿cuántas veces lo he de cambiar en un año?, ¿y en 3 años?**

6. Necesito ir a la fiambrería para comprar: medio kilo de jamón dulce, 1 kilo de jamón serrano, 1 kilo de chorizo, 2 kilos de queso y un kilo y medio de mortadela, **¿con cuántos kilos de peso volveré a casa?**

Hacé cosas que disfrutes: jugar, escuchar música, bailar, dibujar, hacer manualidades, preparar una rica comida, decorar la casa, jardinería, etc.



**¡¡EL PRIMERO QUE
LLEGUE A CASA
GANA!!**



**¡¡JA JA JA
DALE!!**



Te odio



20. (*) Escriba 10 palabras que empiecen con cada una de las siguientes sílabas:

SEN	CON	PO
Ej: Sentar	Conejo	Portal

21. (*) **Escriba** la palabra contraria a...

Oscuro _____

Abierto _____

Alto _____

Fácil _____

Frío _____

Duro _____

Caro _____

Largo _____

Rápido _____

Blanco _____

Limpio _____

Pequeño _____

Rico _____

En estos momentos, es importante pedir ayuda.

Por ejemplo, si necesitas realizar compras, solicítala colaboración a tus vecinos o familia.

22. (*) ¡Nos vamos de viaje! Escriba 8 de las cosas que se llevaría en la maleta si se fuera de viaje.

.....
.....
.....
.....

23. (*) ¡El mundo al revés! Escriba la siguiente frase al revés:

‘Pedro estaba comprando un televisor cuándo se encontró a su antiguo
compañero de trabajo’

‘Ojabart ed
.....
.....

24. (*) ¡De celebración! Relacione las fechas siguientes con la festividad correspondiente:

1 de mayo	Navidad
6 de enero	Todos los Santos
9 de julio	Día de los Reyes
1 de noviembre	Día de la Independencia
25 de diciembre	Día de los Trabajadores

25. (*) Complete las siguientes palabras con las letras que les faltan:

T _LÉFONO	AUT_ BÚS
RATÓ_	ANI_ERSARIO
SALTAMO_ TES	ÁRB_ L

Intentá identificar los pensamientos que te generen malestar, regístralos.

M_NTAÑA

PELO_A

CA_INO

RADIA_OR

VE_TANA

J_EGO

PAELL_

CALA_ACÍN

26. (*) Relacione, flecha mediante, cada alimento con su correspondiente sabor:

Pastel

Picante

Café

Ácido

Limón

Salado

Anchoa

Dulce

Ají

Amargo

Ahora sin mirar el ejercicio anterior, intente recordar cuál era el alimento de cada sabor:

- El _____ es DULCE

- El _____ es AMARGO

- La _____ es SALADA

- El _____ es PICANTE

- El _____ es ÁCIDO

27. (*) Realice las siguientes operaciones:

a) $15 + 23 =$

b) $33 - 16 =$

c) $12 \times 5 =$

Es recomendable compartir y hablar de lo que sentimos con otras personas.

d) $58 + 25 =$

e) $55 - 22 =$

f) $11 \times 8 =$

28. (*) ¿Dónde compraría cada uno de estos objetos?

Periódico:

Vendaje:

Zanahorias:

Calcetines:

Champú:

Zapatos:

Queso:

Libreta:

Anillo:

Arroz:

29. (*) Escriba cada una de las siguientes palabras, en el lugar que corresponda a su definición.

Cuaderno

Gafas

Anillo

Raqueta

Manopla

_____ : Aro pequeño que puede ser de metal, o de otro material más sofisticado como oro o plata, que se luce con fines estéticos o simbólicos en un dedo de la mano.

_____ : Instrumento deportivo constituido por un mango y una red cubierta por un aro, que se utiliza para pegar a la pelota.

_____ : Prenda de ropa que se utiliza para cubrir las manos. A diferencia de los guantes no tiene separación para todos los dedos, únicamente para el pulgar.

_____ : Instrumento formado por dos lentes unidas por un armazón y dos varillas, que sirve para corregir problemas de visión.

_____ : Instrumento formado por hojas de papel en el que se pueden escribir, tomar notas o dibujar.

¿Podría **describir** las siguientes palabras?

Tenedor:

.....
.....

Collar:

.....
.....

Hacha:

.....
.....

30. (*) Tache todos los símbolos que sean iguales al siguiente: **Ó**
óòöóôõóöóóöóòõòòôõóöòôõóó
ôôõóõóóõóõóõóõóòóóóòóõóóó
öôöóõóõõóõóõóôõóôóôóôõóóóòò
õòóóôòõóóôòóóòòóóòôóóòôóó

Debes limitar los tiempos de conexión y consumo de información y alternarlos con música, películas, libros, revistas, etc.

31. (*) Describa en qué consiste y cómo es su programa de televisión favorito:

.....
.....
.....
.....

32. (*) ¡A dibujar!

- Un círculo en el centro
- Un cuadrado a la derecha del círculo
- Un triángulo a la izquierda del círculo.
- Otro círculo a la derecha del cuadrado.
- Un rectángulo encima del cuadrado.



Si sentís ansiedad, angustia o tristeza, podés consultar la guardia de psicología gratuita: llamá al 15538394.

33. (*) Responda con palabras que empiecen con **C**:

- Dos ciudades:
- Dos animales:
- Dos nombres de persona:
- Dos objetos:
- Un plato de comida:
- Una persona famosa:

34. (*) ¿Quién es quién? Complete las siguientes oraciones sobre las relaciones de parentesco.

- La mujer de mi hermano es mi...
- El hermano de mi madre es mi...
- El padre de mi abuela es mi...
- La suegra de mi padre es mi...
- El marido de mi hija es mi...

35. ()** Haga las operaciones necesarias para resolver el siguiente problema: *Si en una caja de caramelos hay: 30 caramelitos verdes, 35 rojos y 40 azules, ¿cuántos caramelitos quedan de cada si...?*

- Jorge come 5 verdes, 5 rojos y 3 azules
- María come 7 verdes, 5 rojos y 10 azules
- Belén come 6 verdes, 10 rojos y 10 azules

15538394 - La guardia de psicología funciona de lunes a domingo las 24 horas.
Es gratuita, confidencial y abierta a la comunidad.

36. (*) ¡A ordenar! Ordene las siguientes palabras para formar oraciones con sentido:

a) ANIMALES – LOS – COMEN – NO – HERVÍBOROS – CARNE:

b) EN – ASCENSOR – EL – ESTROPEÓ – SE – EDIFICIO –EL:

c) COLECTIVO – EL – DÍA – POLICÍA – OTRO – EN – DETUVO – EL – A – UNOS – LA – LADRONES:

d) ESTÁN – PEPE – HACE – Y – CASADOS – MARÍA – CINCUENTA – AÑOS – HOY – QUE:

37. (*) Lea las siguientes oraciones e **indique: ¿Son verdaderas o falsas?**

- a) Para hacer un buen loco necesitamos fideos ____
- b) Para poner la lavadora es necesario tener detergente ____
- c) Los niños con 14 años ya no tienen obligación de ir al colegio ____
- d) Si te vas de vacaciones a París estarás en Francia ____
- e) Si quiero hacerme unos análisis se los pediré al dentista ____

Ejercicios extraídos de:

- Cuadernillos de Ejercicios de Estimulación Cognitiva Kern Pharma, número 2:
<https://www.kernpharma.com/sites/default/files/documentos/Cuadernillo%20Ejer%20Estimulaci%C3%B3n%20Leve2.pdf>
- Cuadernillo de ejercicios de estimulación cognitiva para reforzar la memoria
https://www.csi.cat/media/upload/pdf/estimulacion-cognitiva-csi_editora_94_3_1.pdf
- Imágenes extraídas de Pinterest/Humor gráfico inteligente



A LEER!

Del libro: "Amor en Tiempos de Cólera"

Gabriel García Márquez

-Capitán, el niño está preocupado y muy incómodo debido a la cuarentena que el puerto nos impuso.

- ¿Qué te preocupa, muchacho? ¿No tienes suficiente comida? ¿No duermes lo suficiente?

-No es eso, Capitán. No puedo soportar no poder desembarcar y abrazar a mi familia.

- Y si te dejan salir del barco y se contaminan, ¿cargarías con la culpa de infectar a alguien que no puede soportar la enfermedad?

- Nunca me lo perdonaría, pero para mí inventaron esta plaga.

- Puede ser, pero ¿y si no fue inventado?

-Entiendo lo que quiere decir, pero me siento privado de mi libertad, Capitán, me privaron de algo.

- Y tú te privas aún más de algo.

- ¿Está jugando conmigo?

- De alguna forma.

Si te privas de algo sin responder adecuadamente, habrás perdido.

- "¿Entonces quieres decir, como dices, que si me quitan algo, para ganar debo privarme de otra cosa?"

- Exactamente, yo hice cuarentena hace 7 años atrás

- ¿Y de qué te tuviste que privar?

- Tuve que esperar más de 20 días en el barco.

Había meses en que ansiaba llegar al puerto y disfrutar de la primavera en tierra.

Hubo una epidemia.

En Porto Abril, se nos prohibió bajar. Los primeros días fueron duros.

Me sentí como tú. Pronto comencé a enfrentar esas imposiciones usando la lógica.

Sabía que después de 21 días de este comportamiento se crea un hábito, y en lugar de quejarme y crear hábitos desastrosos, comencé a comportarme de manera diferente a los demás.

Empecé con la comida. Me propuse comer la mitad de lo habitual. Luego comencé a seleccionar los alimentos más digeribles, para no sobrecargar el cuerpo. Comencé a nutrirme con alimentos que, por tradición histórica, habían mantenido al hombre sano. El siguiente paso fue agregar a esto una purificación de pensamientos no saludables y tener pensamientos cada vez más elevados y nobles.

Me propuse leer al menos una página cada día de una discusión que no conocía.

Me puse a hacer ejercicios en el puente del barco.

Un viejo hindú me había dicho hace años que el cuerpo mejoraba al retener la respiración. Me puse a respirar profundamente cada mañana. Creo que mis pulmones nunca habían alcanzado tal capacidad y fuerza.

La tarde fue la hora de la oración, el momento de agradecer a una entidad por no haberme dado, como destino, privaciones graves durante toda mi vida.

El hindú también me había aconsejado que tuviera la costumbre de imaginar que la luz entraba en mí y me hacía más fuerte. También podría funcionar para los seres queridos que estaban lejos, por lo que también integré esta práctica en mi rutina diaria en el barco.

En lugar de pensar en todo lo que no podía hacer, estaba pensando en lo que haría una vez que llegara a tierra firme. Visualizando las escenas de cada día, las vivía intensamente y disfrutaba de la espera.

Todo lo que podemos obtener enseguida, rápido, no es interesante. Esperar sirve para sublimar el deseo y hacerlo más poderoso.

Me privé de comidas ricas, botellas de ron y otras delicias. Me habían privado de jugar a las cartas, de dormir mucho, de practicar el ocio, de pensar solamente en lo que me estaban privando.

- ¿Cómo terminó, Capitán?

- Adquirí todos esos nuevos hábitos. Me dejaron bajar del bote mucho más tarde de lo esperado.

- ¿Te privó de la primavera, entonces?

- Sí, ese año me privaron de la primavera y muchas otras cosas, pero aun así florecí, llevé la primavera dentro de mí y nadie me la puede quitar.



Para recitar:

¡Ay! ¡Qué disparate!

¡Se mató un Tomate!

¿Quieren que les cuente?

Se arrojó en la fuente
sobre la ensalada
recién preparada.

Su rojo vestido
todo descosido,
cayó haciendo arrugas
al mar de lechugas.

Su amigo Zapallo
corrió como un rayo
pidiendo de urgencia
por una asistencia.

Vino el doctor Ajo
y remedios trajo.
llamó a la carrera
a Sal, la enfermera.

Después de sacarlo
quisieron salvarlo
pero no hubo caso:
¡estaba en pedazos!

Preparó el entierro
la agencia «Los Puerros».
Y fue mucha gente...
¿Quieren que les cuente?

Llegó muy doliente
Papa, el presidente
del Club de Verduras,
para dar lectura
de un «Verso al Tomate»
(otro disparate)
mientras, de perfil,
el gran Perejil
hablaba bajito
con un Rabanito.

También el Laurel
(de luna de miel
con Doña Nabiza)
regresó de prisa
en su nuevo yate
por ver al Tomate.

Acaba la historia:
ocho Zanahorias
y un Alcaucil viejo
formaron cortejo
con diez Berenjenas
de verdes melenas,
sobre una carroza
bordada con rosas.

Choclos musiqueros
con negros sombreros
tocaron violines
quenas y flautines,
y dos Ajíes sordos

y Espárragos gordos
con negras camisas,
cantaron la misa.

El diario Espinaca
la noticia saca:
«Hoy, ¡qué disparate!
¡se mató un Tomate!»

Al leer, la Cebolla

lloraba en su olla.
Una Remolacha
se puso borracha.

-¡Me importa un comino!
dijo Don Pepino...
y no habló la Acelga
(estaba de huelga).

De: Elsa Isabel Bornemann.



¡Llegamos al final!

Esperamos que hayas disfrutado de este cuadernillo de recreación que pretende poner tu mente en acción.

Te recomendamos ingresar a www.coloniacaroya.gov.ar

y escuchar los episodios “DEL COMPLEJO A LA RADIO”, entrevistas realizadas durante la cuarentena en Radio Comunicar (todos los martes y jueves a las 10 horas)

¿Ya agendaste estos teléfonos?

461182: Complejo de Personas Mayores

15439183: Oficina de Personas Mayores por personas mayores en riesgo

15538394: Guardia de Psicología de la Municipalidad

15563216: Defensa Civil

138/Opcion 9 o 08002227264: PAMI Escucha, Línea nacional

420267: ANSES

422100: Bomberos

464530: Policía

¡Hasta la próxima!

Complejo de
Personas Mayores



MUNICIPALIDAD DE
COLONIA CAROYA

www.coloniacaroya.gov.ar    municipalidadcc