

LÁPIZ Y PAPEL

CUADERNILLO DE RECREACIÓN Y RECOMENDACIONES
PARA **ADULTOS MAYORES**

MAYO 2020

VOLUMEN 1

Ilustración: VICTORIA RUIZ DIAZ







LÁPIZ Y PAPEL

MAYO 2020
VOLUMEN 1

LÁPIZ Y PAPEL



La presente propuesta intenta acercar actividades recreativas y culturales para la tercera edad: **cuentos y poesías, dibujos para pintar y juegos**, ahora que tenemos que quedarnos en casa y cuidarnos, ante la llegada del Coronavirus COVID-19.

Sabemos que la tecnología del cuadernillo en mano, el ejercicio de tomar lápiz y papel, siguen siendo necesarios en nuestros hogares para todas y todos.

Aprovechamos esta visita para compartir recomendaciones sobre el cuidado de nuestra salud mental en este aislamiento transitorio.



Con ojos de glicinas

de Marta Zamarripa

En glicinas, linares,
vuelves padre sin olvido
y pasas por mis ojos como un río.
El fulgor de tu mano
tiembla en el aire.
Yo leo
que es dichosa la luz.
Mi sombra y mi silencio
se acompañan
acurrucados como un perro solo.
Hoy hace tanto ya.
Y llueve para colmo.



Trivia Artes Visuales

¿Qué artista reunió 50 obras entrerrianas bajo el título
"Obras sin punto ni final?"

- A** - Amanda Mayor
- B** - Carlos Asiaín
- C** - Nicolás Passarella

Respuesta correcta C. (Fuente: Museo Provincial de Bellas Artes)

Las **trivias** consisten en responder algunas preguntas sobre conocimientos generales, en este caso de dos disciplinas: letras y artes visuales. Cada pregunta está acompañada de distintas opciones para elegir como respuesta. Se recomienda el uso del reloj y hacerlas dentro de un determinado tiempo.
Si no acertamos no importa, aprendemos.

Te vas de mí

de Mariana Bolzán

Te vas de mí
tras el animal
que por vapor sutil
acaba de advertirnos

Los aguaribay chubasquean sus pimientos
y te vas
buscás una palabra puntal para los dos
que sostenga el techo
de esto que está
siempre a punto de quebrarse

El cielo es un fondo cuarteado del ramaje
te vas
a consumir el ritual
del que somos
invitados
anfitriones
y sacrificio

Después volvés
con un alimento extraño
un fruto gredoso y tierno
la forma de decir amor
sin descifrar la pregunta.

(Primer Premio en Poesía - Concurso Literario Provincial "Juan Laurentino Ortiz" 2018)

Trivia Artes Visuales

¿En qué Museo de Entre Ríos se encuentra la obra "Grisés" Cesáreo Bernaldo Quirós?

- A** - Museo Provincial de Bellas Artes
- B** - Museo Provincial de Dibujo y Grabado
- C** - Museo y Mercado Provincial de Artesanías

Respuesta correcta A. (Fuente: Museo Provincial de Bellas Artes)



Encontrar: 10 árboles autóctonos de Entre Ríos.

Se encuentran horizontal o vertical de derecha a izquierda o al revés. Pero no diagonales.

Q	R	T	V	E	X	H	O	I	P	L	E	I	L	Ñ	V	S	A
S	D	F	G	H	J	I	M	L	V	A	A	F	V	N	I	L	O
S	T	Y	W	R	E	V	D	Z	E	Q	P	N	O	J	X	N	U
X	K	T	D	G	Y	L	M	Z	S	R	H	T	B	T	A	L	A
C	W	I	V	G	C	U	R	U	P	I	W	N	T	E	A	J	K
V	Ñ	M	Q	W	X	V	T	H	I	T	M	E	N	W	X	U	Z
I	Y	B	C	S	Ñ	B	X	Z	N	V	H	G	M	Y	L	A	Q
J	H	O	Q	X	E	P	U	R	I	W	O	L	T	B	S	K	P
B	C	W	T	J	Z	L	B	V	L	M	X	I	H	W	Q	J	G
L	Z	D	N	G	L	A	X	H	L	B	P	S	C	S	A	D	L
Ñ	O	B	S	N	I	K	H	C	O	H	C	A	P	A	L	W	Z
M	A	M	C	X	Q	R	B	E	P	Q	C	V	A	U	L	T	W
E	C	C	Z	E	Y	U	R	I	M	I	R	W	L	C	E	Q	M
I	H	H	Q	F	D	J	T	B	M	W	T	K	Ñ	E	T	Y	N
L	A	A	L	G	A	R	R	O	B	O	P	F	J	S	V	L	M
O	Ñ	Ñ	J	R	D	G	S	C	Z	Q	M	L	P	Ñ	B	A	Z
J	A	A	F	A	S	V	L	T	X	Q	Z	Y	J	A	B	U	H
U	R	R	S	E	Y	W	F	K	P	D	C	Q	Z	N	A	E	Y

Timbo | Espinillo | Sauce | Chañar | Ceibo | Tala | Curupí | Lapacho | Algarrobo | Ubajay

YAPA

Además de los 10 árboles la sopa guarda el nombre de una flor autóctona ¿te animas a encontrarla?



Peras en almíbar

de Fernando Kosiak

Mi abuela se sienta a la mesa del patio interno de casa, debajo de la enredadera que hace un pequeño techo de sombra donde comemos en días de calor. Pela cada una de las diminutas peras. Son del tamaño del puño de un niño de tres años. Cada tira de cáscara casi transparente es un intento de no sacarle parte de la escasa pulpa. Les quita el cabo y las deposita dentro de la olla con un puñado de azúcar y después comienza con una nueva pera, repitiendo el proceso casi mecánicamente. Cuando ve la olla casi llena se detiene y agrega dos jarras de agua. Camina hasta afuera apoyando la olla sobre sus senos y la deposita sobre los círculos concéntricos de la cocina a leña. Agrega un palo más al fuego y tapa la olla. Veinte minutos después comienza el hervor.

Las peras fueron arrancadas del árbol de enfrente, fuera del patio interno, fuera de la protección inmediata. La siesta, hora predilecta de los loros, se desarrolla en réplicas de nubes en el cielo. En las horas muertas, mientras los adultos duermen la tarde, yo leo en la galería que rodea la mitad de la casa. Me siento en la mecedora a la altura del peral, acompañado de dos o tres piedras para arrojar al árbol cuando aparezcan los loros. Cuando las frutas comienzan a madurar se las arranco, quitándoles el manjar a las aves, apropiándomelo. Mi padre hace guardias de mañana, caminando con la gomera debajo de los eucaliptos, buscando los entretejidos nidos de los loros y esperando distinguir su color verde de las hojas de los árboles para así bajarlos de un piedrazo.

Cuando nos sentamos bajo la enredadera a almorzar, el postre, las peras en almíbar, tienen un gusto más dulce, saben a venganza.

Trivia Letras

¿Qué obra de teatro entrerriana que ganó el Premio Literario Fray Mocho versa sobre una leyenda?

- A - "La yegua blanca", de Daniel González Rebolledo
- B - "La bondad de los extraños", de Ferny Kosiak
- C - "Amor saca amor", de Emma Barrandeguy

Respuesta correcta A. (Fuente: Editorial Entre Ríos)

Leyenda de la yerba mate

(Misiones)

Cuenta una vieja leyenda guaraní que Yasí, la diosa luna, hace muchísimo tiempo quiso conocer la tierra y ver con sus propios ojos todas las maravillas que apenas podía ver entre la espesura de la selva, allá abajo. Un día con su amiga, Araí, la diosa nube, bajaron a la tierra en la forma de dos jóvenes hermosas. Cansadas de recorrer todo y maravillarse, buscaron un lugar donde descansar. Vieron una cabaña entre los árboles. Cuando se dirigían hacia ella para pedir donde dormir, descubren, agazapado, un yagareté acechándolas en una roca cercana. Súbitamente, salta sobre ellas con las zarpas listas. Al momento, se oye un silbido. El yagareté cae atravesado por una flecha, herido de muerte. El salvador era un cazador que al ver a las jovencitas indefensas, se compadece y también les ofrece la hospitalidad de su casa. Las muchachas aceptan y lo siguen, hasta la cabaña que habían visto antes. Al entrar el hombre les presenta a su esposa y a su joven hija, la que, sin pensarlo dos veces, les ofrece, una rica tortita de maíz, su único y último alimento. Cuando las mujeres se van a buscar el mejor sitio para las visitas, el cazador les cuenta que decidieron vivir solos en el monte, alejados de su tribu, para salvar y conservar las virtudes, regalo de Tupá, que tenía su bonita y bondadosa hija, un tesoro para ellos. Pasan la noche y a la mañana siguiente, Yasí y Araí agradecen sinceramente a la familia su hospitalidad y se alejan.

Una vez en el cielo, Yasí, no pudo olvidar su aventura en la tierra. Cada noche que ve al cazador y a su familia, recuerda su valentía y generosidad. Sabiendo de su sacrificio filial, decide premiar a su salvador con un valioso regalo para él, y para el tesoro que tanto cuidaban: la hija. Cierta noche, Yasí recorre los alrededores sembrando unas semillas mágicas. A la mañana, ya han nacido y crecido unos árboles de hojas colorverde oscuro con pequeñas flores blancas. El hombre y su familia, al levantarse, contemplan asombrados estas plantas desconocidas que aparecieron durante la noche. De repente, un punto brillante del cielo desciende hacia ellos con suavidad. Reconocen a la doncella que durmió en su casa.

—Soy Yasí, la diosa Luna —les dice—. He venido a traerles un presente como recompensa de vuestra generosidad. Esta planta, que llamarán "caá", nunca permitirá que se sientan solos y será para todos los hombres, un especial símbolo de amistad. También he determinado que sea vuestra hija la dueña de la planta, por lo que, a partir de ahora, ella vivirá por siempre y nunca perderá su bondad, inocencia y belleza. Después de mostrarles la manera correcta de secar las hojas, Yasí prepara el primer mate y se los ofrece. Luego, regresa satisfecha a su puesto en el cielo.

Pasan muchos años y luego de la muerte de sus padres, la hija se convierte en la deidad cuidadora de la yerba mate, la Caá Yarí, esa hermosa joven que pasea entre las plantas, susurrándoles y velando su crecimiento. A ella, también confían su alma los trabajadores de los yerbales.



La balsa de cardenia

de Roberto Romani

Te he visto, viejo Caluncho, bajo la bruma de un lejano invierno, trasladar los carros y el ganado hacia la tierra firme que lleva al pueblo. Después, con los años crecidos en el alma, derramar tu sudor entre miradas turistas y veloces vehículos del milenio recién estrenado.

He disfrutado tus historias de crecientes junto a los árboles del monte, donde anidan los trinos y canta la madera. El arroyo Las Conchas conoce tu pasado y te ayuda a cruzar cada día desde los insondables secretos del verde hasta el abrazo hornerito de la villa.

Te he visto, viejo Caluncho, inaugurar como tu padrino del coraje, un malacate de sueños provincianos, y mover con tus manos callosas y buenas la polea centenaria que acorta las distancias. Tus hijos y tus nietos también se animan a horadar cada madrugada los misterios del agua, cuando el zorzalito despertador y el nuevo sol de la enterrerriánía han declarado la existencia del amor.

Estoy seguro, viejo Caluncho, que en el último viaje, rumbo a la tierra sin mal, el patrón de las bandadas bienhechoras te ofrecerá una balsita con destino al mar de las utopías. Y seguirás intentando, como el luminoso Francisco, de Corrientes, cruzar a los hombres desde la ribera de la muerte a la ribera de la vida.

Yo también, como tus ojos aquerenciados al sauce, desde las altas barrancas del verano, quiero mirar este paisaje. Y levantar un saludo esperanzado por la vuelta de los balseros, para que la humanidad sedienta de horizontes claros pueda alcanzar la orilla de lo imponderable; mientras un grillito de adviento anuncie la alegría con la lluvia de Dios bendiciendo la villa, desde la balsa de Cardenia.

Ilustración: AGUEDA GUARNERI



Destino

de Jorge Enrique Martí

Claro, altivo y vertical,
alto de nube y de cielo,
con el espléndido vuelo
de la copla y el zorzal;
libre por toda señal
y entrerriano por el canto,
en mi guitarra levanto
los sonidos provincianos
porque me tiembla en las manos
la tierra que quiero tanto.

Entre Ríos, puro encanto
de azulados horizontes,
con alitas de tus montes
vuelan los versos que canto.
De tanto quererte tanto
ya eres todo lo que miro
y desde gurí suspiro
cuando admiro tu paisaje,
como flor que va de viaje
en el pico del chiviro.

Para el amor, Entre Ríos
y Entre Ríos para el canto,
Entre Ríos en el llanto
y en la alegría, Entre Ríos.
Únicamente Entre Ríos
para nacer y vivir,
en Entre Ríos sentir
el pulso fiel del hermano
y con orgullo entrerriano
en Entre Ríos morir.

Bailamos

de María Laura Ríos

Nunca pude nombrar
la arena
que se escurría
entre los dedos,
ni esa gurisa
que lloraba al sol
en una esquina.
Tengo raíces en el sonido,
y un par de estrellas
que anhelan otros ríos.
Yo no sé bailar.
El viento me lleva lejos
cuando lo hago.
Duerme la tarde
sobre un palo borracho.
Sueña que es nido.

(Primer Premio en Poesía - Concurso Literario
Provincial "Juan Laurentino Ortiz" 2019)



LÁPIZ Y PAPEL

● PARA PINTAR



Ilustración: AGÜEDA GUARNERI

La Flor del Ceibo

ANAHÍ era la india menos agraciada de una belicosa e indomable tribu, pero su voz tenía las sonoridades más bellas. Su humilde choza estaba a orillas del inquieto Paraná, cuyas aguas, siempre rumorosas, parecían querer hablarle de misterios. Cierta vez, en una de las frecuentes incursiones que hacía su tribu, fue tomada prisionera y condenada a morir ardida en una hoguera por haber dado muerte al centinela que la vigilaba. La horrible sentencia se cumplió y cuando las llamas habían comenzado a besar su cuerpo, algo extraño se notó en él y los verdugos huyeron espantados, pues la delicada figura y el árbol al que fuera atada se agitaban como nunca habían visto cosa igual. A la mañana siguiente, al volver a la escena, vieron los indios que ni rastros quedaban de la hoguera y que un inmenso árbol se erguía en el lugar, con flores purpurinas en las desnudas ramas. Había nacido el ceibo y su flor, que encarnaban a la india y a su tribu. Alguien ha dicho que es la flor triste y solitaria de la veneración y en su forma viva palpita una oculta ternura. El alma de ANAHÍ, la india de la dulce voz, se anida en ella y en su delicada y enrojecida flor.



Trivia Letras

¿Qué entrerriana escribió "Mujeres de Fuego. Historias de amor, arte y militancia"?

- A - Paloma Efron "Blackie"
- B - María Esther de Miguel
- C - Stella Calloni

Respuesta correcta C. (Fuente: Biblioteca Provincial de Entre Ríos)

LÁPIZ Y PAPEL

● PARA PINTAR



Ilustración: ELINA AGUILAR

Niña y oso

de Rocío Lanfranco

Cuando hay brisa
el lomo del oso es una pradera
y el pelo de la niña un sauce
un solo viento se ensancha entre sus sueños:
sueña el oso que el frío acaba
la niña sueña que un oso abriga su noche.
Dice la niña:
yo quisiera que mi cuerpo oliera a bosque
como huele a bosque tu boca,
a carne cruda, a peces y a conejos o a veces a manzanas.

(Primer Premio en Poesía - Concurso Literario Provincial "Juan Laurentino Ortiz" 2017)

Trivia Letras

¿Qué entrerriano escribió que lo "atravesaba un río"?

- A** - Carlos Alberto Álvarez
- B** - Juan Laurentino Ortiz "Juanele"
- C** - Orlando Van Bredam

Respuesta correcta B. (Fuente: Biblioteca Provincial de Entre Ríos)



Leyenda de Lázaro Blanco

(Entre Ríos)

Lázaro Blanco era un mensajero del siglo XIX, que cumplía la misión de comunicar pueblos en tiempos donde prácticamente no existían otros medios, era un "chasqui". Una noche tormentosa, el jefe de Policía de Feliciano le encomendó llevar un urgente recado a la comisaría de La Paz. Haciendo honor a su reconocido valentía, Lázaro Blanco aceptó. La lluvia, el viento y los aterradores relámpagos lo acompañaron durante dos leguas, pero debajo de un algarrobo enorme que había elegido para protegerse del temporal, un rayo lo alcanzó. Tres días después una partida policial encontró su cuerpo sin vida y el de su caballo, lo enterró en el lugar y clavó una pequeña cruz con su nombre.

Cuenta la leyenda que tiempo después durante una gran sequía, un productor soñó con un hombre joven que le prometió que la cosecha se salvaría. Le pidió que confiara en su palabra y que visitara la tumba de Lázaro Blanco. A la mañana siguiente una gran lluvia salvó la cosecha de la región. Entonces el hombre recordó el sueño, hizo las averiguaciones y para su asombro llegó a la tumba. Como agradecimiento trasladó el cuerpo de Lázaro al cementerio y, sobre su tumba, le hizo un monolito.





Ilustración: ELINA AGUILAR





¿Dónde puedo llamar si necesito acompañamiento o ayuda en salud mental?

Existen servicios de atención telefónica en Salud Mental, los cuales estarán destinados para aquellas situaciones de crisis subjetiva, de angustia o desborde emocional que requieran una escucha. La recepción de estas llamadas estará a cargo de profesionales de la Salud Mental.

El horario de atención varía según donde se encuentren viviendo, por ello si requieren de mayor información pueden comunicarse con:

Dirección de Salud Mental del Ministerio de Salud de la Provincia

LLAMANDO AL (0343) – 4840992

VÍA MAIL A TRAVÉS DEL CORREO ELECTRÓNICO

comunicacionsaludmental@gmail.com

HORARIOS DE ATENCIÓN DE 07 A 14 HS.

También puedes comunicarte con las **Dirección de Adultos Mayores**

LLAMANDO AL (0343) – 4311442

VÍA MAIL A TRAVÉS DEL CORREO ELECTRÓNICO

adultosmayoresentrerios@gmail.com



Secretaría de Cultura

www.cultura.entrerios.gov.ar

 culturaentrerios  culturaentrerios

Ministerio de Desarrollo Social

entrerios.gov.ar/desarrollosocial

 MinisteriodeDesarrolloSocialdeEntreRíos