

**Universidad de Guadalajara
Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades**

SISTEMA UNIVERSITARIO DEL ADULTO MAYOR

CURSO: CUÉNTAME TU HISTORIA

2020 B

GUÍA DE APOYO A LA MEMORIA

Instrucciones:

1.- Para "convocar" y trabajar con nuestra memoria, podrían contarnos qué es lo que recuerdan con relación a uno de los temas que se enlistan en la Guía temática o también llamada Guía de ayuda a la memoria. Les sugiero que al elegir, por ejemplo, recordar y platicar o escribir acerca de la casa donde crecieron se ayuden de los sentidos del cuerpo: vista, oído, olfato, gusto y tacto. A través de ellos registramos nuestras vivencias y al evocarlos nos permiten recordar con mayor facilidad. ¿Qué olores, sonidos y sabores recuerdan cuando cocinaban en la casa o lugar donde vivieron cuando eran niños?

2.- Si incluimos en cada uno de los temas de la guía temática una descripción que responda: Dónde, Cómo, Cuándo, Con quién, Por qué, Para quién, nos ayudaran a ir hilvanando y narrando nuestros recuerdos. La Guía temática **NO es un cuestionario**. Cada tema ahí propuesto debe provocar una amplia descripción. Por ejemplo, cuando se apunta "vestido", podemos recordar y describir algunas prendas que usamos en alguna etapa de nuestra vida: cómo llegó a nosotros, descripción del mismo (color, textura, olor), cuando se utilizaba, por qué, cómo... Podemos aprovechar para escribir la historia de nuestro guardarropa completo.

3.- También les proponemos que, debido a la **Contingencia Sanitaria** que ahora estamos pasando, y que nos obliga a quedarnos en casa, nos cuenten

las historias que encierran cada uno de los documentos y objetos personales que han guardado a través de los años, así como del espacio que habitan y el mobiliario con el que cuentan a su alrededor. Todos ellos nos ayudan a incentivar la rememoración.

4.- Documentos y objetos que nos ayudan a rememorar:

Fotografías, correspondencia personal, que han escrito o recibido, diarios personales, informes, dibujos o pinturas, recortes o notas de periódicos, frases que han escrito, películas y videos, escritos con sus recuerdos, mobiliario y ropa de la casa, vestuario y objetos personales, libros, revistas, entre otros. Algunos de ellos encierran historias de varias generaciones.

5.- Tiempo del recuerdo: El tiempo también se convierte en nuestro aliado para recordar. De esta manera nos pueden contar como se vivía el tiempo de lluvias, de fiestas patrias, los festejos de cumpleaños, alguna festividad religiosa en distintas etapas de su vida. Otro tema, que viene incluido en esta guía, atañe a la salud, las enfermedades y los cuidados que hemos aprendido a lo largo de nuestra vida y que ahora se vuelven doblemente significativos por el tiempo que nos ha tocado vivir.

Guía temática

Cada semana pueden elegir un apartado para trabajarlo

I Datos personales

- Fecha y lugar de nacimiento

Descripción de la familia: padres y abuelos, número de integrantes, relación con hermanos, primos, tíos y resto de la familia.

II Descripción del barrio, la colonia, el pueblo, la ciudad.

- Casa donde nació o creció. Descripción de la misma.
- El barrio. Relación con los vecinos, los amigos de infancia, las calles, los personajes, las tiendas, la escuela, las fiestas. Calles, avenidas, distancias y límites entre barrios, calles, plazas, descripción de las casas y construcciones principales, tipo de habitaciones, espacios públicos.

- Servicios: teléfono, correo, telégrafo, agua, luz, alumbrado, calles empedradas, drenajes, internet, etc.
- Desastres naturales, accidentales y provocados.

III Escuelas. Descripción de las diversas áreas: salones de clase, patios, corredores, arbolado, jardines, corredores, área de dirección.

-Profesores y maestras: métodos de enseñanza, talleres, materias, horarios, disciplina,, castigos, alumnos generaciones, trabajos escolares, manuales, libros, cuadernos, lapiceros, reglas para los alumnos, héroes, juegos, distracciones.

-Educación en el hogar, reglas y modales de la familia, colegios a los que se asistía.

- IV Vestuario: personal y de la casa. Vestido, ropa calzado, rebozos, sombrero, calidad y tipo de ropa, costo para adquirirlo, vestido de acuerdo a los días y los lugares, para las fiestas.
- Costureras, modas, color del vestido, lavado y planchado, donde se adquiriría el ajuar personal y de la casa, descripción de éste último. Los peinados y cortes de pelo.

V Alimentos

- Comida y bebida diaria y especial. Tipo de alimentación que se preparaba con regularidad, quienes la preparaban, como se elaboraba, los lugares. Conservación de alimentos.
- Descripción de la cocina y la energía utilizada en la elaboración de los alimentos
- El ahorro familiar.

IV Prácticas religiosas

- Escuelas parroquiales, Catecismo, cantos, rezos.
- Cultos, servicios religiosos, misas, rosarios, cuaresma, navidad, ejercicios espirituales, coros, diezmo, catecismo.
- Construcción o restauración de templos o capillas, atrios, espacios interiores en los templos, arbolados, etc.
- Ministros,, párrocos, vicarios y sacerdotes, visitas de obispos.

- Bautismos, presentación al templo, primeras comuniones, confirmaciones, matrimonios, separaciones o divorcios y defunciones.
- Festividades religiosas, procesiones, costumbres, fiestas patronales, retablos, danzas, leyendas, adornos, música, culto, festividad, peregrinaciones, danzas, escapularios, mandas y promesas.
- Agrupaciones religiosas, prácticas de las asociaciones religiosas.

VII Comercio

- Descripción de las tiendas del barrio y de los mercados.
- Productos que se vendían, cómo se vendían, quiénes realizaban el comercio.
- Puestos callejeros, tiendas grandes.. Comerciantes y tenderos, venta y surtido. Origen de las mercancías y de los clientes.
- Valor de la moneda o del dinero. De qué manera se medían o pesaban las cosas.
- Compra-venta o intercambio de comida, el vestido, el gasto y los alimentos básicos. Cómo, dónde y quién adquiriría los alimentos básicos como el huevo, frijol, tortilla, maíz, leche, carne, verduras, etc.
- Producción casera de los alimentos. Alimentos de lujo, dulces y licores.
- Preservación de la comida y la basura.

VIII Salud y enfermedades

- Enfermedades comunes para las distintas edades y diversas épocas del año, epidemias, vacunas, prevención de enfermedades.
- Cuidado de los alimentos y del agua.
- Curaciones para las diversas afecciones o enfermedades: yerbas, plantas curativas, remedios caseros.
- Métodos para aliviar el dolor y las enfermedades.
- Clínicas, hospitales y dispensarios.
- Asilos y orfanatorios.
- Salud mental.

IX Ocio y diversiones

- Cine: Funciones, lugares, películas, artistas, propaganda...
- Cantinas, Billares, lotería y juego de la baraja.
- Teatro, comedias, artistas, escritores, propaganda, programas, kioscos, circos y sus comparsas, personajes representados. .
- Días de campo: lugares, juegos, comida y transporte.
- Música, instrumentos, canciones, grupos y orquestas, enseñanza de la música.
- Gallos, toros, charreadas...
- Práctica de deportes
- Serenatas, cortejo, fiestas o reuniones familiares.
- Vitrolas, radios, canciones, música, horarios, programas, estaciones de radios.
- Televisión, lectura de periódicos, folletos, revistas, libros.

X El trabajo y los oficios

- Los diversos oficios del barrio, colonia o pueblo.
- Obrajeros, curtidores, zapateros, fábricas, panaderos, carpinteros, herreros, vinateros, ordeñadores, tortilleros, ladrilleros, leñeros, aguadores, molineros, cantineros, limosneros, músicos, servidores públicos (cartero, telefonista, telegrafista, policía, registro civil, juez de paz)
- Trabajo en el campo: campesinos, medieros, sembradores, cortadores, rociadores, canaleros, ejidatarios, pequeños propietarios, cultivadores de frutas, de verduras, cereales, caballerangos, pequeños propietarios, mozos, etc.