



El libro de la memoria

(Historia de vida)



El libro de la memoria
(Historia de vida)



Fundación "la Caixa"

Créditos

Edita

Fundación "la Caixa"

Directora de Proyectos Sociales y Asistenciales
Gloria Trias Salas

Patronato

Presidente

José Juan Pintó Ruiz

Coordinación de la edición
Sílvia Maldonado Melià

Vicepresidente primero

José Vilarasau Salat

Autor

Jordi Peña-Casanova

Con la colaboración de:

Inma Bertran Serra

Anna Serra Majoral

Nina Gramunt Fombuena

Vicepresidente segundo

Alejandro Plasencia García

Traducciones y correcciones
Glossolàlia

Secretario

Ricardo Fornesa Ribó

Diseño gráfico y maquetación
Accent Comunicació Aplicada

Vocales

Joan Antolí Segura

María Teresa de Miguel Gasol

Julio Miralles Balagué

Joaquim de Nadal Caparà

Maria Assumpció Rafart Serra

Manuel Raventós Negra

Joan Vilalta Boix

Impresión

Gràfiques Ibèria SA

Director General

Luis Monreal Agustí

© de la edición 1999, Fundación "la Caixa"

© del texto, Jordi Peña-Casanova

Av. Diagonal, 621. 08028 Barcelona

Depósito legal: B-1592-99

Índice

1	¿Quién soy yo?	9
2	Mi infancia	11
3	Mi adolescencia y juventud	21
4	Mi madurez	27
5	Así soy ahora	45
6	El antes y el ahora	51
7	El día a día	59
8	Mis cosas	65



El libro de la memoria

De _____

Realizado con la ayuda de _____

_____ ,

que es (relación familiar o profesional) _____

Índice de láminas

¿Quién soy yo?

- Nombre y apellidos. Dirección. Teléfono. Pareja o cuidador (nombre y apellidos).

Mi infancia

- Datos principales: Fecha de nacimiento. Nombre del padre. Nombre de la madre. Lugar de nacimiento. Lugar donde viví.
- Juguetes o animales preferidos.
- Lugares de veraneo, viajes de vacaciones.
- El día de la Primera Comunión. Lugar.
- Amistades.
- Escuela y hechos relevantes.
- Mis hermanos. Árbol genealógico.
- Recuerdos (2 láminas).

Mi adolescencia y juventud

- Primer trabajo, compañeros de trabajo, compañeros de estudio.
- Aficiones, clubes, grupos de excursionismo, deportes y otras actividades.
- Noviazgo.
- Hechos relevantes (2 láminas).

Mi madurez

- La boda. Me casé con... Lugar de la boda. Fecha. Testigos.
- Viaje de bodas.
- Mis hijos: Nombre del hijo o de la hija. Fechas de nacimiento. Estudios. Profesión u ocupación.
- Mis hijos.
- Mi hijo/mi hija (4 láminas).
- Trabajo. Diferentes lugares de trabajo, compañeros...
- Aficiones.
- Amigos.
- El primer coche. La primera moto. Animales de compañía.
- Lugares de vacaciones, viajes.
- Hechos relevantes (4 láminas).



Así soy ahora

- Mis últimos años de trabajo fueron en... Dejé de trabajar en el año... A la edad de... Tras la jubilación, me dedico a...
- Actualmente vivo en: Dirección. Teléfono. Vivo con...
- Aquí estamos mi familia y yo.
- Hechos relevantes recientes que hayan tenido o vayan a tener lugar en mi familia o en mi entorno (una boda, un bautizo, una Primera Comunión, una graduación...).
- El entorno actual: Vivo en el barrio de... Que está en la población de... Las tiendas cercanas a mi casa son... Otras tiendas y servicios que puedo encontrar en el barrio son... Mis vecinos son... Si tengo que desplazarme, los medios de transporte que puedo usar son...

El antes y el ahora

- Éste/ésta soy yo antes. Éste/ésta soy yo ahora.
- Éste/ésta es mi pareja antes. Éste/ésta es mi pareja ahora.
- Otros aspectos, antes y ahora (5 láminas).

El día a día

- ¿Cómo es mi casa?
- ¿Cómo es mi habitación? ¿Qué tengo que sea importante?
- ¿Cómo es el salón de mi casa? ¿Qué tengo que sea importante?
- ¿Qué hago un día normal?
- ¿Qué hago durante la semana?

Mis cosas

- Aficiones e intereses actuales: Mis películas preferidas son... Mis canciones preferidas son... Mis libros preferidos son... Mi periódico, mi revista preferidos son... Mis platos preferidos son... Mis bebidas preferidas son... Mi animal preferido es... Mis deportes preferidos son... Me gusta entretenerme con... Otras cosas que me atraen y me interesan son...
- Hojas adicionales (3 láminas).



¿Quién soy yo?

Nombre y apellidos: _____

Espacio para fotografías y textos

Dirección: _____

Teléfono: _____

Pareja o cuidador (nombre y apellidos): _____

Firma



Mi infancia

Datos principales

Fecha de nacimiento: _____

Nombre del padre: _____

Nombre de la madre: _____

Lugar de nacimiento: _____

Lugar donde viví: _____

Espacio para fotografías y textos

Mi infancia



Juguetes o animales preferidos: _____

Mi infancia

Lugares de veraneo, viajes de vacaciones: _____

Espacio para fotografías y textos

Mi infancia

El día de la Primera Comunión: _____

Lugar: _____

Espacio para fotografías y textos

Mi infancia

Amistades: _____

Espacio para fotografías y textos

Mi infancia

Escuela y hechos relevantes: _____

Espacio para fotografías y textos

Mi infancia

Mis hermanos: _____

Árbol genealógico:

Espacio para fotografías y textos

Mi infancia



Recuerdos: _____

Espacio para fotografías y textos

Espacio para fotografías y textos



Mi adolescencia y juventud

Primer trabajo, compañeros de trabajo, compañeros de estudio: _____

Espacio para fotografías y textos



Aficiones, clubes, grupos de excursionismo, deportes y otras actividades: _____

Espacio para fotografías y textos



Noviazgo: _____

Espacio para fotografías y textos



Hechos relevantes: _____

Espacio para fotografías y textos



Espacio para fotografías y textos



Mi madurez

La boda. Me casé con _____

Lugar de la boda: _____

Fecha: _____

Testigos: _____

Espacio para fotografías y textos



Viaje de bodas: _____

Espacio para fotografías y textos

Mi madurez



Mis hijos: _____

Nombre del hijo o de la hija	Fecha de nacimiento	Estudios	Profesión u ocupación



Mis hijos: _____

Espacio para fotografías y textos

Mi madurez

Mi hijo / mi hija: _____

Espacio para fotografías y textos



Mi hijo / mi hija: _____

Espacio para fotografías y textos



Mi hijo / mi hija: _____

Espacio para fotografías y textos



Mi hijo / mi hija: _____

Espacio para fotografías y textos



Trabajo: _____

Diferentes lugares de trabajo, compañeros...: _____

Espacio para fotografías y textos



Aficiones: _____

Espacio para fotografías y textos

Mi madurez

Amigos: _____

Espacio para fotografías y textos



El primer coche: _____

La primera moto: _____

Espacio para fotografías y textos

Animales de compañía: _____

Espacio para fotografías y textos



Lugares de vacaciones, viajes: _____

Espacio para fotografías y textos



Hechos relevantes: _____

Espacio para fotografías y textos

Mi madurez

Hechos relevantes: _____

Espacio para fotografías y textos



Hechos relevantes: _____

Espacio para fotografías y textos



Hechos relevantes: _____

Espacio para fotografías y textos



Así soy ahora

Mis últimos años de trabajo fueron en _____

Dejé de trabajar en el año _____ A la edad de _____

Tras la jubilación, me dedico a _____

Espacio para fotografías y textos

Así soy ahora



Actualmente vivo en:

Dirección _____

Teléfono _____

Vivo con _____

Espacio para fotografías y textos

Así soy ahora

Aquí estamos mi familia y yo: _____

Espacio para fotografías y textos



Hechos relevantes recientes que hayan tenido o vayan a tener lugar en mi familia o en mi entorno (una boda, un bautizo, una Primera Comuni3n, una graduaci3n...):

Espacio para fotografias y textos



El entorno actual:

Vivo en el barrio de _____

Que está en la población de _____

Las tiendas cercanas a mi casa son _____

Otras tiendas y servicios que puedo encontrar en el barrio son _____

Mis vecinos son _____

Si tengo que desplazarme, los medios de transporte que puedo usar son _____

Espacio para fotografías y textos



El antes y el ahora

Éste/ésta soy yo antes: _____

Espacio para fotografías y textos

Éste/ésta soy yo ahora: _____

Espacio para fotografías y textos

El antes y el ahora



Éste/ésta es mi pareja antes: _____

Espacio para fotografías y textos

Éste/ésta es mi pareja ahora: _____

Espacio para fotografías y textos



Otros aspectos, antes y ahora:

Antes _____

Espacio para fotografías y textos

Ahora _____

Espacio para fotografías y textos

El antes y el ahora



Antes _____

Espacio para fotografías y textos

Ahora _____

Espacio para fotografías y textos

El antes y el ahora

Antes _____

Espacio para fotografías y textos

Ahora _____

Espacio para fotografías y textos

El antes y el ahora



Antes _____

Espacio para fotografías y textos

Ahora _____

Espacio para fotografías y textos

El antes y el ahora



Antes _____

Espacio para fotografías y textos

Ahora _____

Espacio para fotografías y textos



El día a día

¿Cómo es mi casa? _____

Espacio para fotografías y textos



¿Cómo es mi habitación? _____

¿Qué tengo que sea importante? _____

Espacio para fotografías y textos



¿Cómo es el salón de mi casa? _____

¿Qué tengo que sea importante? _____

Espacio para fotografías y textos



¿Qué hago un día normal? _____

Espacio para fotografías y textos



¿Qué hago durante la semana? _____

Espacio para fotografías y textos



Mis cosas

Aficiones e intereses actuales:

Mis películas preferidas son _____

Mis canciones preferidas son _____

Mis libros preferidos son _____

Mi periódico, mi revista preferidos son _____

Mis platos preferidos son _____

Mis bebidas preferidas son _____

Mi animal preferido es _____

Mis deportes preferidos son _____

Me gusta entretenerme con _____

Otras cosas que me atraen y me interesan son _____



Espacio para fotografías y textos

Espacio para fotografías y textos



Espacio para fotografías y textos