Albertia
Servicios Sociosanitarios

Bienvenidos a vuestro hogar

ENERO 2020

Alegría

SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES

www.albertia.es

ÍNDICE

CUMPLEAÑOS – Páginas 3, 4 y 5

GERIARTE – Páginas 6, 7 y 8

BREVES DEL TRIMESTRE – Páginas 9, 10, 11 y 12

NUESTRAS VIVIENCIAS – Página 13

RECETAS DE COCINA - Páginas 14 y 15

FELICES FIESTAS – Página 16

PASATIEMPOS – Páginas 17, 18 y 19

SOLUCIONES PASATIEMPOS – Página 20

PRÓXIMAS ACTIVIDADES – Página 21

Equipo de redacción de la Residencia y Centro de Día para Mayores

San Sebastián de los Reyes.

CUMPLEAÑOS DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

ENERO						
LUNES	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SÁBADO**	**DOMINGO**
		1	2 Daniel Cáceres (76) Ángel Martín (83)	3 María Rodríguez (101)	4 Adolfo Conde (84)	5 Agustina Muñoz (89)
6	7	8 Angelita Domínguez (81)	9	10 José Garrigues (89)	11	12 Juana Sanz (88)
13 José Luis Castillo Muñoz (89)	14 Carmen Duarte (86)	15	16	17	18	19
20	21 Raimunda Morán (75) Félix Gala (89)	22	23 Juan Martínez (67) Pilar Fontanet (80)	24 Alberto García (91)	25	26 Juliana Trejo (82)
27 Carmen Albert (82) Adela Narbona (96)	28 Julia Villena (71) Mª Jesús García (98)	29 Leonor de Elio (84) Delia Asensio (88)	30 Antonio Ruiz (81)	31		

CUMPLEAÑOS DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

FEBRERO						
LUNES	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SÁBADO**	**DOMINGO**
					1 Victoriana González (94) Consuelo Sánchez (82)	2
3	4	5 Modesta Abadez (91) Dolores Cobo (95)	6	7	8 Virtudes Liñán (80)	9 Apolonio García (90)
10	11	12	13	14	15 Rafael Hernández (84)	16
17 José Iglesias (80)	18 Antonio Barriga (87)	19 Aurelia Gómez (89) Tasiana Romero (87)	20	21 Esteban Horcajo (78)	22	23
24	25	26 Matías Sanz (96)	27	28	29	

CUMPLEAÑOS DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

MARZO						
LUNES	**MARTES**	**MIÉRCOLES**	**JUEVES**	**VIERNES**	**SÁBADO**	**DOMINGO**
						1
2 Isabel Andrés (74) Concepción Pizarro (92)	3 Teresa Esteban (77)	4	5	6 Antonia Díaz (72) Baltasar Romero (66)	7 Antonio Penavades (71) Máxima de la Fuente (71)	8
9 Mª Flora Rego (96)	10 Antonio Tena (90)	11 Josefa de Juanas (85)	12	13	14 Florencia García (86) Matilde Ortega (99)	15 Mª Catalina Villarejo (85) Longina Díaz (95)
16 Inés Reino (86)	17	18 Josefa Sanz (87)	19 Mª José González (90)	20	21 Cándido José Soengas (89) Encarnación Rojas (84) Segundo Olmos (89)	22 Lorenza Bienvenida Díaz (89) Prudencia Belmonte (102)
23 Antonio Villalba (86)	24 Félix Sánchez (77)	25 José Mª López (87)	26 Braulio Guzmán (85)	27	28	29
30 Paulo Suárez (85) Juana Martín (95) Mª del Rosario Menchero (80)	31					

DECORACIÓN DEL MURAL DE OTOÑO

REALIZADO POR RESIDENTES Y USUARIOS DE C.D. EN HORAS DE TERAPIA Y POR LA TARDE JUNTO A LAS VOLUNTARIAS Y ALUMNAS DEL COLEGIO ALDEAFUENTE

T

TALLER DE MANUALIDADES - ¡BIENVENIDO EL OTOÑO!

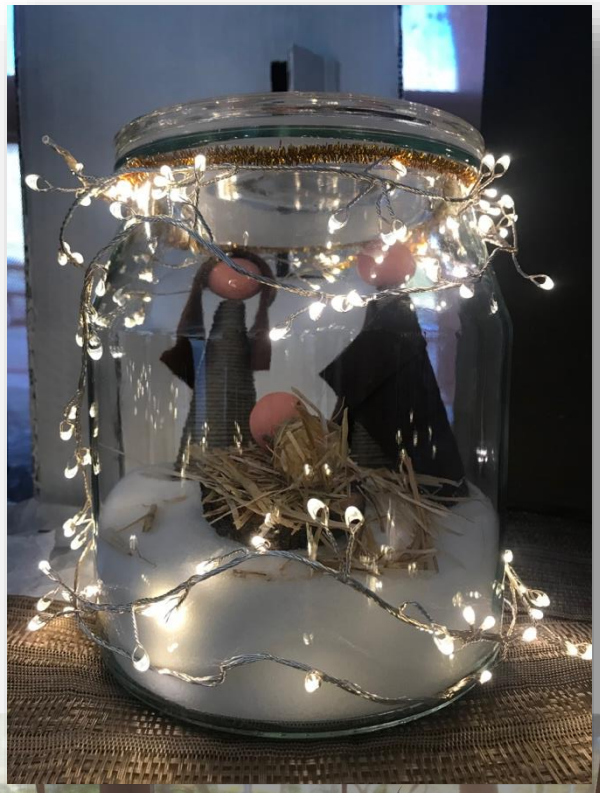
ACTIVIDAD RESIDENCIAL REALIZADA POR GRUPOS 1 Y 2 EN HORAS DE TERAPIA OCUPACIONAL

MANUALIDADES DESTINADAS PARA LA SALA SENSORIAL

REALIZADO POR GRUPO DE RESIDENTES JUNTO A VOLUNTARIOS DE *SECÚRITAS DIRECT* (COOPERACIÓN INTERNACIONAL)

¡MONTAJE DEL BELÉN!

REALIZADO POR RESIDENTES, USUARIOS DE CENTRO DE DÍA Y TERAPEUTAS OCUPACIONALES



BREVES DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

CONFERENCIA A LAS FAMILIAS

El pasado 17 de Octubre, se llevó a cabo una actividad que venimos realizando desde hace tiempo en la Residencia San Sebastián de los Reyes.

Se trata de las conferencias con familias que se llevan a cabo desde el Departamento de Psicología.
En este caso el departamento colaborador fue el Departamento Médico.

En su interés por dar a conocer el trabajo que en él se realiza, El Doctor José Luis Villar dio una conferencia sobre los programas más destacados llevados a cabo en el centro, como medicina preventiva (Analíticas periódicas, electrocardiogramas…), explicó los programas de colaboración con Centro de Salud (revisiones periódicas de tratamientos), colaboraciones con Cruz Roja desde distintas especialidades, etc.

Fue una conferencia muy fructífera y que las familias agradecieron, además de disponer como siempre de un rato de charla e intercambio de opiniones con el doctor.

BIENVENIDA AL OTOÑO

El viernes dieciocho de octubre, disfrutamos de una visita de lo más especial. Desde el Centro se han retomado algunas de las actividades intergeneracionales, con las alumnas y voluntarias del Colegio *Aldeafuente*.

Para este encuentro entre el centro y el colegio y aprovechando la estación del año en la que nos encontramos, se ha propuesto la realización de un “Mural del Otoño”.

A través de actividades como ésta, nuestros mayores trabajan la reminiscencia y se produce una potenciación de la memoria, aumentando así las oportunidades

de aprender de los más pequeños y se potencian a su vez las habilidades sociales y la empatía. También es muy significativo el beneficio sobre su estado anímico, ya que se sienten escuchados y valorados.

La actividad fue todo un éxito, ya que tanto los residentes como las alumnas pudieron disfrutar de un rato divertido y ameno. ¡¡Ya estamos esperando la siguiente visita!!

COCINAMOS EN HALLOWEEN

Se acerca el frío y con ello vienen fechas importantes que se celebran cada año en la Residencia y Centro de Día de San Sebastián de los Reyes. Una de los días con mayor acogida de este otoño es la celebración de Halloween. En el centro, esta festividad la hemos venido celebrando de muchas formas, concursos de disfraces, talleres de calabazas, etc. Este año hemos elegido como elemento central la cocina. Se han realizado dos talleres en turno de mañana y tarde. Por un lado hemos cocinado una ricas magdalenas de calabaza.

Este taller ha dado pie para trabajar muchos aspectos, como la orientación temporal, cálculo, seguir una secuencia de trabajo, puesta en marcha de actividades de la vida diaria instrumentales, desarrollo de la atención y concentración, puesta en práctica de habilidades manipulativas, etc.

El resultado fueron unos dulces riquísimos que degustaron con mucho orgullo del trabajo realizado.

VUELVEN LAS SESIONES DE T2E A MOSCATELARES

Desde el mes de Octubre se han retomado las sesiones de T2E. Para muchos ya conocidas, este tipo de Terapia no Farmacológica tiene como eje central la vivencia de emociones positivas dentro de cada sesión

Se trata de un tipo de terapia novedosa que trabaja muchos aspectos de la persona desde un enfoque totalmente novedoso.

Las sesiones son de disfrute y esto hace que los usuarios participen con mayor facilidad.

Cada semana los participantes se interesan por el día y la hora en que les toca reunirse, y esperan con ganas la actividad.

Esto nos da una idea del interés que genera en ellos y de lo positivo que les aporta una terapia como esta.

INAUGURACIÓN DE LA SALA SENSORIAL

El día 21 de Noviembre el taller de Rebeca la Psicóloga de La Residencia y Centro de día de San Sebastián de los Reyes fue especial.

Hacía dos semanas que gracias a Cooperación Internacional (junto con Terapia Ocupacional) , la Sala Sensorial había sido remodelada.

Así que fue un buen momento y lugar para reunir a las familias y contarles el proyecto de creación de la sala, el objetivo para el que está diseñada y las personas que trabajan en ella.

Para que pudiesen experimentarla, se diseñó para ellos una pequeña sesión de *mindfulness*, donde reflexionaron y pudieron disfrutar de las sensaciones que ofrece la sala (olores, colores, confort, etc.).

Todos salieron con una sensación agradable del taller y refirieron haber disfrutado tanto de la sesión que no habían sido conscientes del tiempo pasado allí.

Podemos decir que la sesión fue todo un éxito y que se quedaron con ganas de repetir.

BREVES DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

¡NOS VAMOS DE EXCURSIÓN A LA PLAZA MAYOR!

El pasado 12 de Diciembre tuvo lugar la salida tradicional a la Plaza Mayor.

Pasamos por las calles decoradas con los adornos y luces, para después llegar a la Calle Mayor, donde continuamos el camino a pie.

Cuando por fin llegamos, todos se emocionaron, muchos no habían vuelto desde antes de entrar en la residencia e incluso antes. Les pareció incluso más bonita de lo que la recordaban.

Paseamos entre los puestos curioseando cada objeto, y tras varias vueltas por allí, y ya cansados de caminar, nos dispusimos a reponer fuerzas en una cafetería de la plaza. Allí tomamos un refresco y el ya tradicional bocadillo de calamares. Se apreciaban las caras de disfrute y la emoción de pasar una mañana navideña distinta al resto de días en el Centro.

VISITA AL BELÉN MONUMENTAL DE SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES

El pasado miércoles 4 de diciembre, tuvo lugar la inauguración del Belén en el Centro Municipal Polivalente, el cual está organizado por la *Asociación de Belenistas de San Sebastián de los Reyes*, que celebra su 25 aniversario con la construcción de este nacimiento.

Cuenta con ciento ochenta metros cuadrados de superficie de tarima y con más de treinta y un centímetros de longitud, convirtiéndose así en el belén más grande de la Comunidad de Madrid.

Fue un momento muy agradable y entrañable para nuestros abuelos, los cuales quedaron prendados de todos los pasajes que iban sucediéndose a medida que íbamos avanzando por la sala.

NUESTRAS *vivencias*

por AURORA SAN JOSÉ

Me llamo Aurora San José. Nací un doce de junio del año 1937 en un pueblo que está cerca de la provincia de Valladolid (Torrecilla de la Torre).

Mis padres me tuvieron en Torrecilla de la Torre y a los pocos años nos mudamos a Bercero porque a mi padre le salió una oferta de trabajo.

Mi padre trabajaba en el campo, centrándose en el arado y en sembrado. Había dieciocho trabajadores en el campo que venían de Portugal.

Mi madre, por otro lado, era ama de casa y se encargaba del cuidado de sus hijos.

Éramos seis hermanos: cinco chicas y un chico. Desde siempre nos hemos llevado muy bien y nos hemos respetado.

Los sábados o los domingos, nuestros padres nos llevaban a los pinares y nos llevaban la merienda.

Hacían una hoguera y nos sentábamos a comer los piñones de las piñas que asaban para nosotros.

En verano, cuando hacía buen tiempo, mis amigas y yo en vez de ir al colegio por la mañana, nos íbamos a jugar a las casitas a las eras (donde se trillaba el trigo), donde hacíamos sartenes y cazuelas con barro mojado.

Cuando llegaban las fiestas de los pueblos, nos íbamos a Barruelo (cerca de Torrecilla) y los chicos por la noche, ataban una cuerda de un árbol a otro sin que nosotras lo supiéramos para que cuando pasásemos por ahí, nos tropezáramos.

Me lo he pasado muy bien en mi infancia, he disfrutado y aprendido mucho de la vida gracias a mis padres y gracias a Dios nunca he pasado hambre dados los tiempos que corrían entonces.

GALLETAS DE NAVIDAD

Ingredientes:

- 1 taza de mantequillas sin sal (225 g)
- 3 tazas de harina (330 g)
- 1 taza de azúcar blanco (225 g)
- 1 huevo
- 2 cucharaditas de levadura química
- Aroma de vainilla
- Azúcar de colores

Pasos:

En primer lugar precalentar el horno a 180 grados. Tamizamos la harina junto a las cucharaditas de polvo de hornear para evitar los grumos.

En otro recipiente añadimos la mantequilla a temperatura ambiente y el azúcar. Batimos con una batidora de varillas. Añadimos el huevo y batimos de nuevo. A continuación el extracto o aroma de vainilla.

A continuación añadimos la harina a los ingredientes anteriores (la mantequilla, azúcar huevo…). Trabajamos la masa con una cuchara para ir ligándola. Una vez tenemos la masa bien compacta la sacamos del recipiente y la envolvemos en papel film. La dejamos reposar unos minutos.

Espolvoreamos con harina una superficie lisa y con ayuda de un rodillo aplanamos la masa. Usamos moldes para cortar las galletas en las formas deseadas.

Preparamos una bandeja de horno y colocamos encima papel de horno. Añadimos el azúcar de colores sobre cada galleta y las colocamos en la bandeja del horno. Horneamos las galletas entre 6 y 8 minutos.

Finalmente, añadimos el azúcar de colores sobre cada galleta. Y… ¡¡a disfrutarlas!!

ÁRBOL DE NAVIDAD DE HOJALDRE

Ingredientes (para dos unidades):

- 4 láminas de hojaldre
- 400 g de *Nutella*
- 60 g de avellanas
- 2 huevos

Pasos:

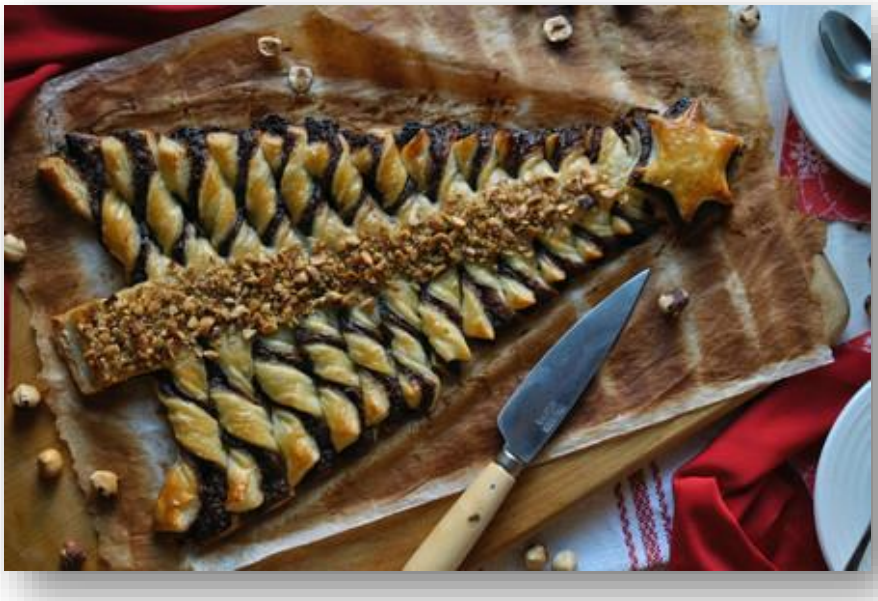
Extendemos una hoja de hojaldre y la pincelamos con la *Nutella*. Cubrimos con la segunda lámina de hojaldre.

Con ayuda de un cuchillo hacemos la forma del árbol de Navidad, recortamos y retiramos el sobrante.

A continuación hacemos cortes horizontales en ambos lados, sin llegar al centro. Retorcemos cada rama sobre sí misma, haciendo tirabuzones.

Pincelamos con huevo batido, cubrimos la parte central con avellanas troceadas y horneamos a 200ºC durante 12-14 minutos.

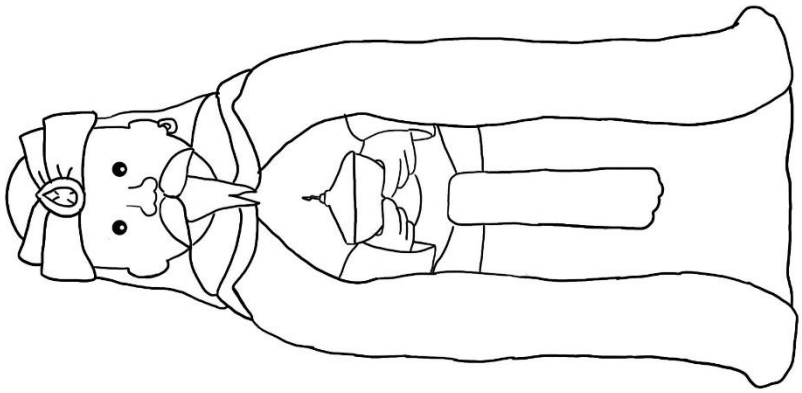
Con el hojaldre sobrante podemos hacer formas varias o cortar en tiras, retorcer de igual manera que hemos hecho con las ramas de nuestro árbol, pincelar con huevo y hornear.



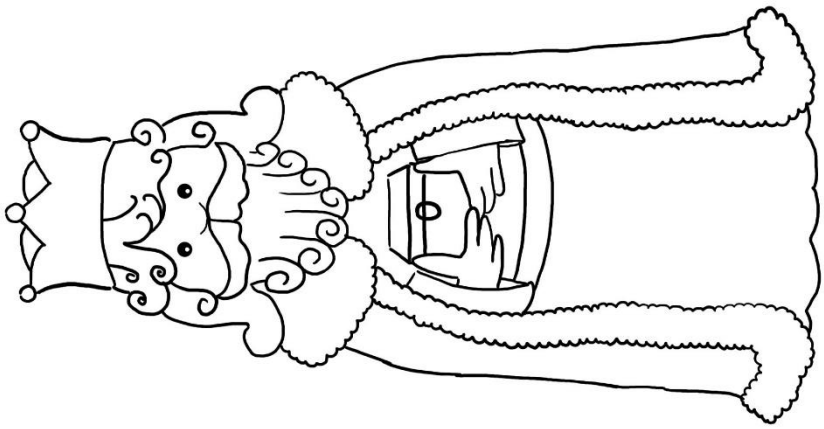
FELICES *fiestas*

Pasatiempos

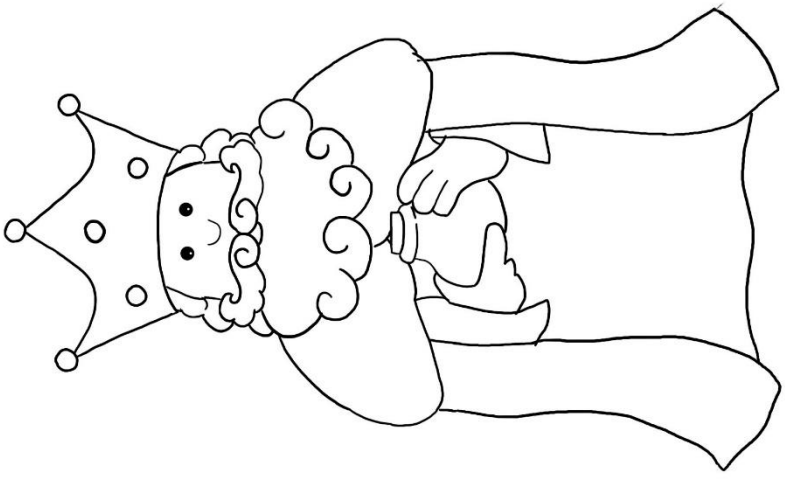
COLOREA



Baltasar



Gaspar



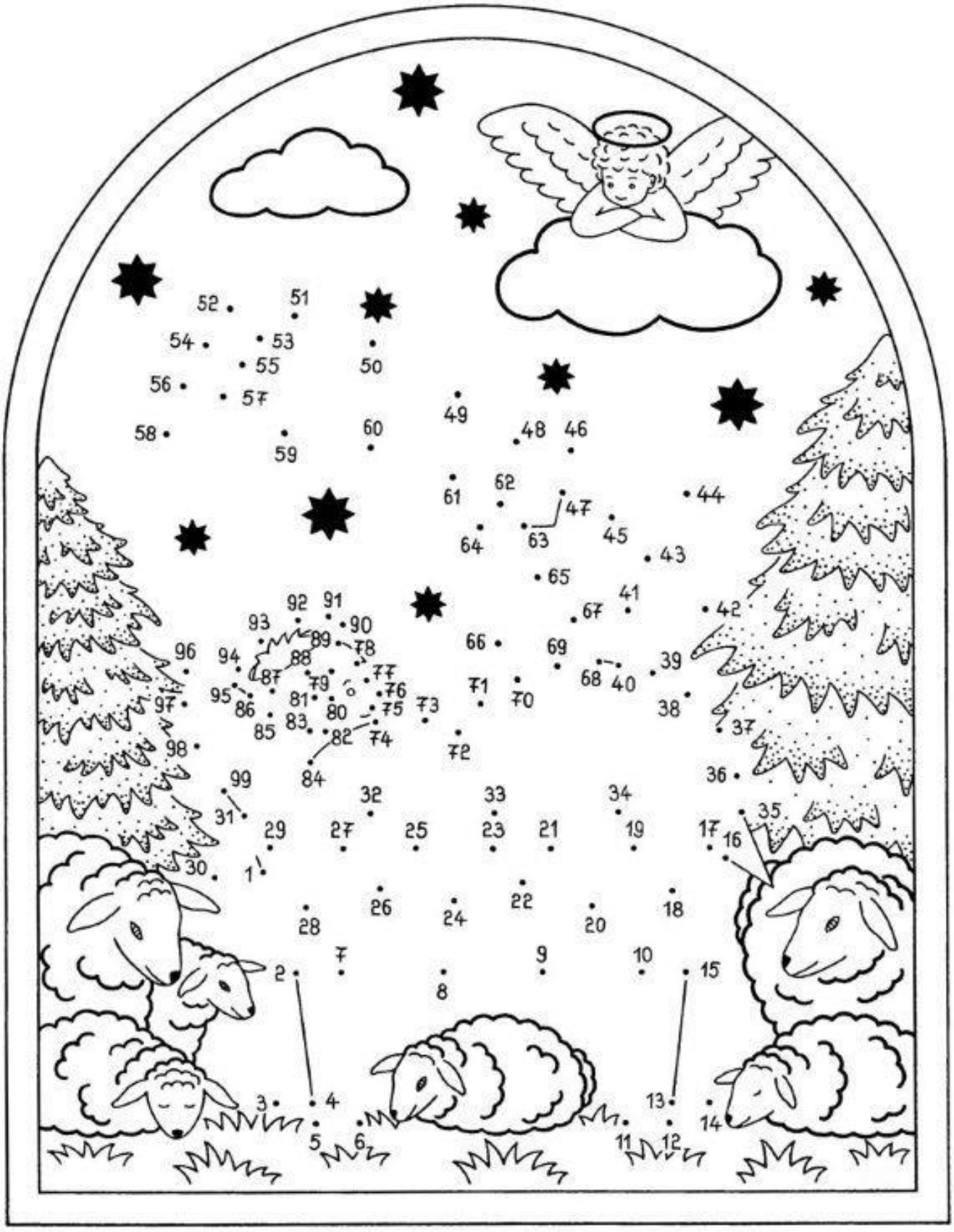
Melchor

Pasatiempos

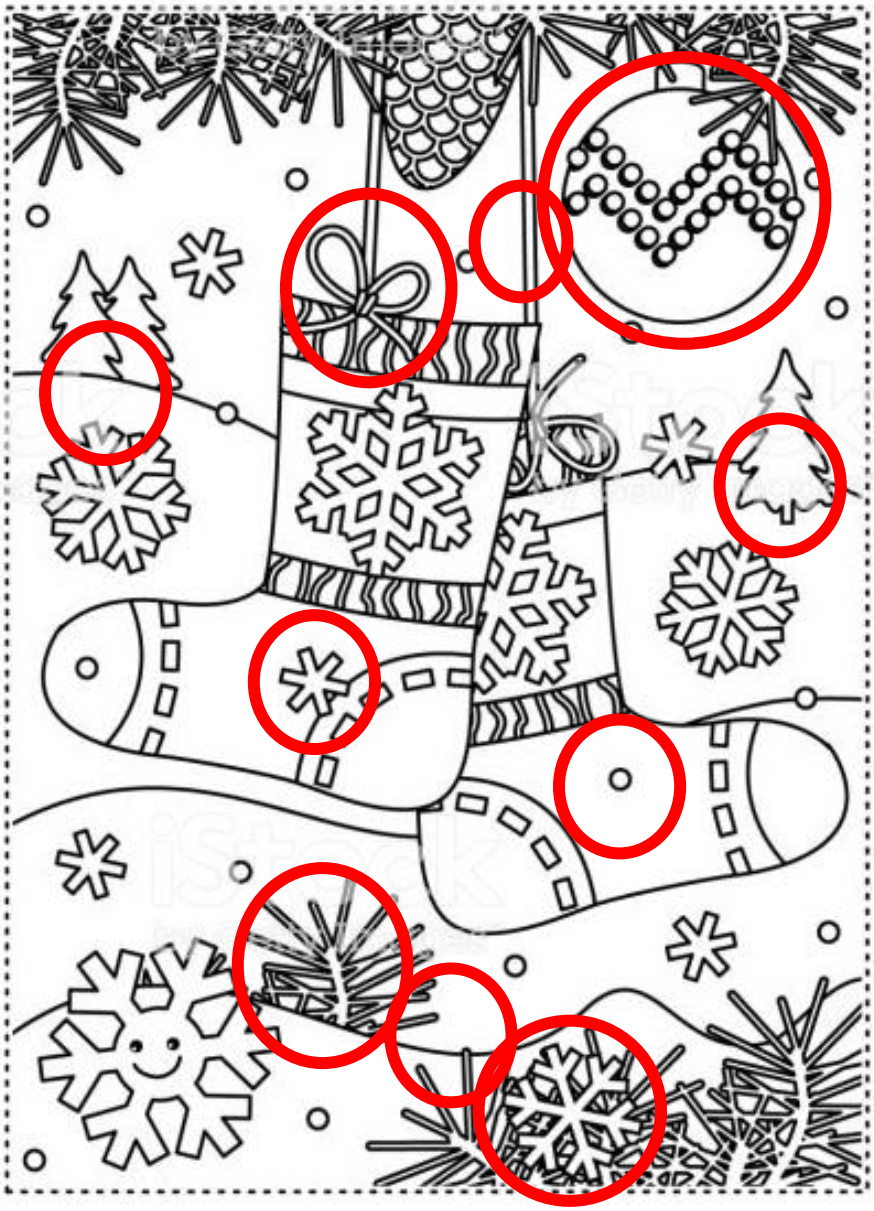
ENCUENTRA LAS 10 DIFERENCIAS:

Pasatiempos

UNE LOS PUNTOS Y COLOREA



Pasatiempos SOLUCIONES



PRÓXIMAS *actividades*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

ENERO

- BINGO ESPECIAL POR AÑO NUEVO
- REPARTO DE REGALOS POR EL DÍA DE REYES
- ACTIVIDAD INTERGENERACIONAL CON LAS ALUMNAS Y VOLUNTARIAS DEL COLEGIO ALDEAFUENTE
- CELEBRACIÓN DE LOS CUMPLEAÑOS DEL MES DE ENERO

FEBRERO

- CELEBRAMOS SAN VALENTÍN
- TALLER PARA LA REALIZACIÓN DE DISFRACES DE CARNAVAL
- ACTIVIDAD INTERGENERACIONAL CON LAS ALUMNAS Y VOLUNTARIAS DEL COLEGIO ALDEAFUENTE
- CELEBRACIÓN DE LOS CUMPLEAÑOS DEL MES DE FEBRERO

MARZO

- CELEBRACIÓN DE LOS CARNAVALES
- DAMOS LA BIENVENIDA A LA PRIMAVERA
- CELEBRACIÓN DEL DÍA DEL PADRE
- ACTIVIDAD INTERGENERACIONAL CON LAS ALUMNAS Y VOLUNTARIAS DEL COLEGIO ALDEAFUENTE
- CELEBRACIÓN DE LOS CUMPLEAÑOS DEL MES DE MARZO

DURANTE TODO EL TRIMESTE

- ACTIVIDAD DE BINGO Y ROSARIO CON VOLUNTARIAS
- ACTIVIDAD CON VOLUNTARIAS DE CÁRITAS
- TALLER DE MAGIA
- TERAPIA ASISTIDA CON ANIMALES
- GYM-ALZHEIMER
- PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE CAÍDAS
- VISITA DE VOLUNTARIAS Y ALUMNAS DEL COLEGIO ALDEAFUENTE

CENTROS
DE DÍA

Albertia
Servicios Sociosanitarios

RESIDENCIAS
APARTAMENTOS SENIOR

El poder de la Ilusión

902 570 562

www.albertia.es

Todos los derechos reservados - Copyrhigt 2020 ©