Albertia
Servicios Sociosanitarios

EL COMPROMISO CON LAS PERSONAS

Alegría
MORATALAZ

Bienvenidos a Vuestro Hogar

Marzo 2023

Especial actividades San Valentín	Escuela de cuidadores Fundación La Caixa	Cumpleaños del mes

www.albertia.es

Contenido

Página 1
Portada

Página 2
Contenido

Página 3
Carta del director

Página 4
Cumpleaños

Página 5
Escrito por los residentes

Página 7
Actividades hechas en el mes pasado

Página 11
Noticia – Hospital San Rafael

Página 12
Geriarte

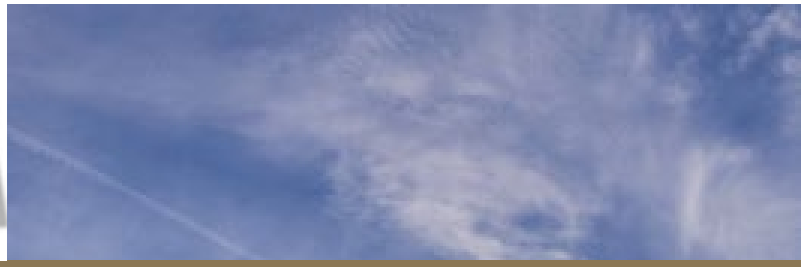
Página 13
Receta del mes

Página 14
Así soy yo

Página 15
Pasatiempo

Carta del Director

DIRECCIÓN
Jaime Villa Dominguez



Estimados residentes, familias y trabajadores:

El mes de marzo, es un mes muy importante para muchas personas. Comienza con un día señalado para más de la mitad de la población, como es el 8 de marzo, Día internacional de la Mujer, en el que celebramos que a día de hoy en nuestra sociedad, cada vez trabajamos más de la mano para evitar la desigualdad, colaborando todos por una colectividad y una empresa que represente un espacio de igualdad entre todos sus trabajadores.

Por ello el segundo miércoles de marzo estaremos de celebración todos y todas, para que sigamos prosperando y tengamos la sociedad que merecen nuestras hijas y nietas.

Gracias por confiar en Albertia.

Jaime Villa Domínguez
Director

Cumpleaños marzo 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
		1 Luis Fernandez	2 Teresa Cuñarro J.M. Garrote Luisa Martin	3 Aurora Morales Maria Zafra	4 Anastasio Merino María Fite Casimiro de Antonio	5
6	7	8	9	10 María Lorenzo Angustias Huete	11	12
13 Mª Nieves Arias Klaus Mager	14 Jose Gonzalez	15	16 Inmaculada Alonso	17	18	19
20 Francisca Orden	21 Mª Antonia Acevedo	22	23 Fidela Hernandez Luis Perez	24	25 María Martinez	26
27	28 Mº Dolores Puch	29 Caren Freund	30 Antonio Sanchez	31 Casimiro Moya Ángel García		

Escrito por los residentes

Comparte tu Historia de Amor

¿Dónde os conocisteis? ¿Hace cuanto tiempo?

Nos conocimos en la Plaza Cibeles, hace más de 50 años.

¿Fue amor a primera vista?

Si, fue amor a primera vista.

¿Cuánto tiempo después de conoceros os hicisteis novios?

Un año después de conocernos nos hicimos novios y un año después nos casamos.

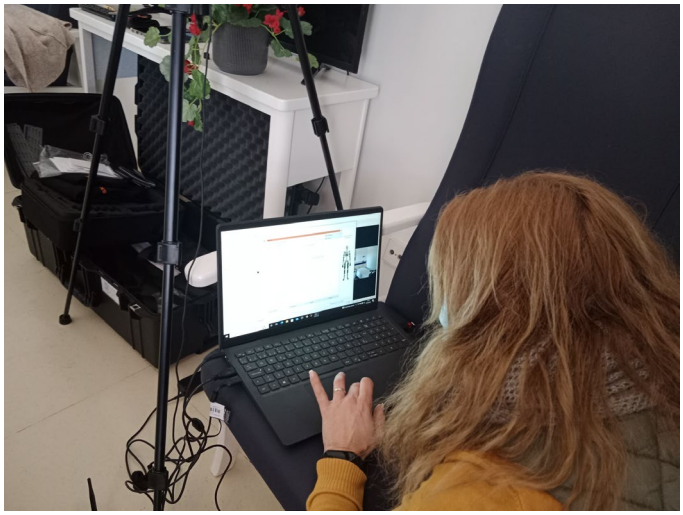
¿Qué es para ti el amor? ¿Qué valor le das en tu vida?

El amor para mí es bonito y maravilloso. Es algo que te hace vibrar. El amor hace vibrar el cuerpo y tu cuerpo se emociona al ver a la persona. Deseas verla, estar con ella, besarla, quererla, por eso el amor es tan bonito. Yo estuve muy enamorado de mi mujer y lloré por ella cuando murió. Ya no me enamoré más.

F.J Residente de Tercera planta de Albertia Moratalaz

Estudio de Ergonomía

En Albertia Moratalaz este mes de Febrero se ha realizado un estudio de Ergonomía junto Asepeyo, cuyos datos van a facilitar el estudio para mejorar la prevención de riesgo laborales. Consiste en colocar unos sensores que captan el movimiento de los diferentes segmentos corporales y ver cuales son aquellas rutinas que pueden llegar a provocar lesiones.



En la imagen vemos a la técnico que introduce los datos en el pc para crear un avatar del trabajador al que se le va a estudiar los movimientos que realiza en la acción que tiene que desempeñar en su día a día.

En esta fotos e puede ver a Patricia, fisioterapeuta, con los sensores puestos, antes de comenzar a realizar las diferentes transferencias con ambas grúas, que se pidieron para el estudio.

Actividades realizadas en febrero

Fiesta de San Valentín

Viva el Amor y la amistad, en Albertia Moratalaz se celebro el pasado mes de Febrero el día del amor en compañía de los residentes. Cantamos, leímos historias de amor que habían dejado los residentes, trabajadores y familias en el buzón del amor y disfrutamos de una fiesta agradable.

Fiesta del entierro de La Sardina

Los residentes pudieron escuchar saetas y música de paso mientras disfrutaban de la procesión de la sardina, que se creo con mucho cariño, para posteriormente enterrarla y quemarla entre aplusos.

Actividades realizadas en febrero

Abuelos Hackers – Adopta un abuelo

En cada sesión que tenemos con los adolescentes, las emociones, las experiencias con ellos, el aprendizaje es más rico ya no solo para los mayores, sino para los más jóvenes. El pasado 16 de febrero, se pudo ver como 3 de los jóvenes se emocionaban con las historias que contaban Ángela, Benjamín y Félix, entre otros.

No solo disfrutaron de aprender como utilizar sus dispositivos o como sacarles el máximo beneficio sino que se pudieron situar a más de 20,000 km de distancia de Madrid, para poder ver a través de Google Eart donde habían nacido alguno de los jóvenes, al igual que fue muy interesante ver como intercambiaban gusto gastronómicos diferentes, pero con los mismos ingredientes.

Es una maravilla ver como los jóvenes tienen tantas ganas de compartir tiempo con personas con experiencia de vida, como son los residentes de Albertia Moratalaz.

En la imagen vemos al grupo de jóvenes y mayores que participaron en la actividad.

Celebración del carnaval en Albertia Moratalaz

Carnaval por todo lo alto

En Albertia Moratalaz se pueden ver por los pasillos del centro bailar a leones, cabareteras, payasos, abejas , gnomos, cocineros sin fogones, vaqueros y todo aquello que se pueda imaginar, porque es un día para disfrutar y pasarlo en grande aprendiendo a como se celebra en otras ciudades, bailando todos juntos, cantando y riendo. Sin duda fue una fecha muy agradable, en la que se disfrutó como niños.

Actividades marzo

Coloquio para familias con Laura psicóloga 3 de Marzo a las 17.30 en la Biblioteca

Desde Albertia se quiere dar un espacio a las familias, por ello se crea un espacio seguro mensual en el que los protagonistas son los familiares y la finalidad es el entendimiento de la problemática y el bienestar de la familia.

Día de la Mujer 8 de Marzo a las 11.00 en el Salón de Actos

Vamos a celebrar el día de la mujer, con proyecciones donde conoceremos a mujeres importantes que han cambiado la historia artística, científica, política y social. Posteriormente cantaremos y bailaremos todos junto.

Día 17 de Marzo Celebramos las Fallas a las 12.00 en el Patio Central

Cualquier día es bueno para celebrar y más si se trata de compartir con los compañeros horchata, música, baile y calorcito al lado de las Fallas Albertianas. ¿Te lo vas a perder?

Día 20 de Marzo Día Mundial de la Felicidad a las 11.00 en el Salón de Actos

En Albertia Moratalaz se va a intentar llegar a ese estado de grata satisfacción espiritual y física, por ello se hará entre todos una sesión de risoterapia. La risa no siempre lleva a la felicidad, pero ayuda a encontrar el camino.

Taller de Cocina el 23 de Marzo a las 11.30 en la Sala de Terapia Ocupacional

Como todos los meses se realizará una receta especial, que se compartirá con todos los que participen en el taller.

Celebración de Cumpleaños 30 de Marzo a las 11.00 en el Salón de Actos

Julio, nuestro amigo, vendrá para que todos disfruten de una fiesta de cumpleaños animada con música en directo.

Programa "Atención integral a personas con enfermedades avanzadas" de la Fundación La Caixa

El programa "Atención integral a personas con enfermedades avanzadas" de la Fundación “La Caixa”, en el ámbito residencial funciona desde el año 2021. Dentro del Equipo de Atención Psicosocial (EAPS) San Rafael, estamos presentes en 5 residencias de Madrid, con el objetivo de mejorar la atención integral centrada en la persona, abordándolo desde la formación especializada en áreas como final de vida, duelo…, proporcionando soporte tanto a las personas residentes y a sus familiares, como a los profesionales y organizaciones.

De esta manera, el programa de “Atención emocional, social y espiritual en residencias”, acompaña el proceso psicológico que va de la mano de las enfermedades crónicas avanzadas, cuya evolución puede llegar a ser lenta, irregular e impredecible, requiriendo importantes habilidades de cuidado.

Por ello, queremos invitarte a participar en el nuevo ciclo de talleres online gratuitos de la Escuela de Cuidadores, organizado por la Fundación La Caixa.

Dichos talleres están dirigidos a voluntarios y cuidadores de personas con enfermedades avanzadas y serán impartidos por profesionales expertos en este ámbito.

Su objetivo es informar, formar y apoyar la labor tan importante de las personas que les toca y/o deciden acompañar desde el cuidado a otras que atraviesan por alguna enfermedad que requiere atención continuada. De esta manera, se abordarán temas que permitan incorporar recursos para atender el confort físico y emocional de la persona cuidada, así como reforzar estrategias de autocuidado.

Están organizados en horario de mañana y tarde, para facilitar la compatibilidad con otras actividades, y tendrán una duración de tres semanas.

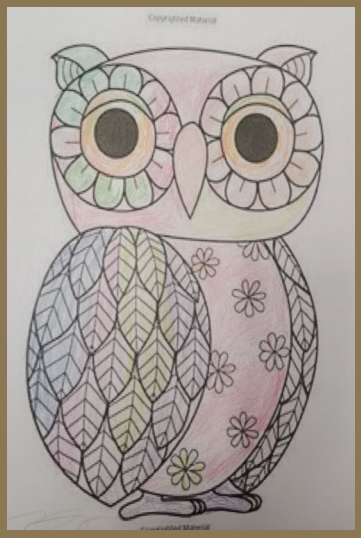
Para cualquier consulta puedes escribir a: info@escueladecuidadores.lacaixa.org. O también puedes llamar al teléfono: 900223040, de lunes a viernes, entre las 9:00 y las 17:00 horas.

Te esperamos!

GeriARTE

Teresa de la Cruz

Alicia Gómez



Herminia Mingueza

Antonio Liviano

Mª Angeles Gómez

Francisca Orden

Receta de causa rellena de gambas

// Receta típica de Perú

1- Hierve las papas en agua con sal y el jugo de medio limón.

2- Cuando se hayan cocinado pélalas y pásalas por el prensa papas mientras estén calientes. También puedes desmenuzarlas con el tenedor.

3- Cuando se enfríe añade una pizca de sal, el jugo de un limón, aceite y ají licuado. Mezcla bien todo hasta hacer una masa consistente.

4- Extiende en un plato la mitad de la masa.

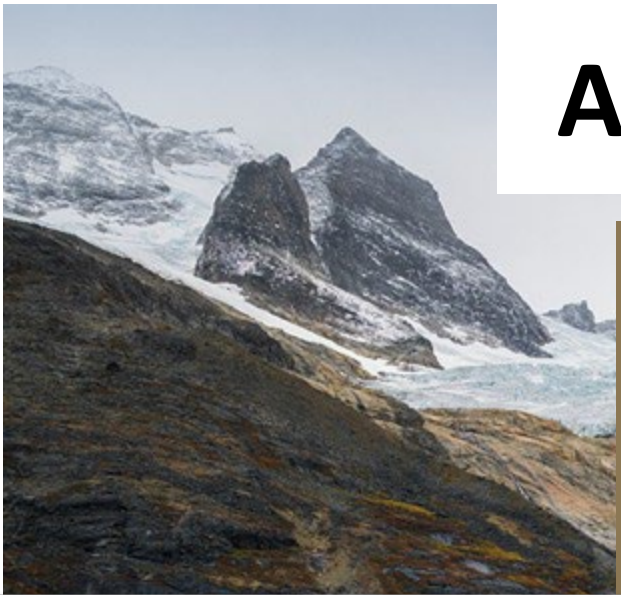
5- Por otro lado mezcla las gambas con la mayonesa y extiéndelas sobre la masa que tenemos en el plato. Con la otra mitad cubre por encima de las gambas.

6- Decora con pimiento rojo, verde y huevos por encima.

Ingredientes:

Papa amarilla
Gambas
Jugo de dos limones
Ají amarillo licuado
Mayonesa
Aceite
Sal
Para decorar: pimiento rojo, verde y huevos

Así soy yo



NOMBRE: Dolores Labrandero

LUGAR DE NACIMIENTO: Ciudad Real, Villahermosa

EDAD: 86 años.

EN ALBERTIA DESDE: Enero 2023.

AFICIONES: Pintar, hacer punto, estar con mis nietos y pasármelo bien.

COLOR: Rojo .

LIBRO: Para colorear.

PELÍCULA: Soy más de series como CSI, FBI.

CANCIÓN: Manolo Escobar, Mi carro.

COMIDA FAVORITA: Tortilla de patatas, chuletas de cordero, los dulces.

TRES COSAS QUE TE HACEN FELIZ EN LA RESIDENCIA: Estar con las amigas, la comida, hacer cosas.

REFRÁN PARA RECORDAR Y NUNCA OLVIDAR: Al pan, pan y al vino vino.

Pasatiempo
Sopa de letras

MUJERES A TRAVES DE LA HISTORIA

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

Malala Yousafzai
Simone Debeauvoir
Frida Kahlo
Valentina Tereshkova
Coco Chanel

Amelia Earhart
Virginia Woolf
Clara Campoamor
Gertrude Elion
Hedy Lamarr

Ada Lovelace
Marie Curie
Rosa Parks
Emmeline Pankhurst
Rosalind Franklin

Albertia
Servicios Sociosanitarios

EL COMPROMISO CON LAS PERSONAS

www.albertia.es