Albertia
Servicios Sociosanitarios

EL COMPROMISO CON LAS PERSONAS

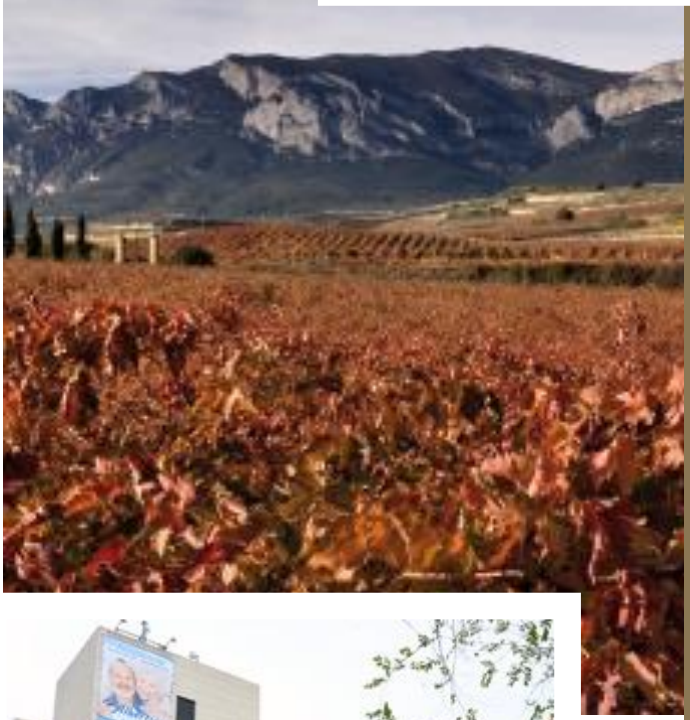
Alegría
MORATALAZ

Bienvenidos a Vuestro Hogar

MAYO 2023

Actividades del mes	Receta	**Nuevos PROYECTO**	PROGRAMA CULTURAL Mayo

Mayo 2023



Mes de mayo, mes de las flores, por eso en Albertia Moratalaz queremos celebrar con todos los residentes, familiares y trabajadores está época del año tan agradable haciéndolo coincidir con las fiestas de: La Comunidad de Madrid y de San Isidro, patrón de la Comunidad de Madrid, como es complejo que vayamos todos a la Pradera de San Isidro, traeremos a la pradera a nuestro Centro, por eso estáis todos invitados a la fiesta que tendrá lugar el 17 de mayo en el patio central de la Residencia, en la que compartiremos un rato agradable entre risas , bailes y música.

Gracias por confiar en Albertia.

Jaime Villa
Dirección

Cumpleaños Mayo 2023

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1 Mercedes Escribano	2 Mari Carmen Cortes	3	4	5 Eugenio Romero	6 Ascensión Romero	7
8 José Luis Tamames Carmen Vicente	9	10	11 Petra Moratilla	12	13	14
15	16	17	18 Lucia Soto	19	20 Fulgencia Cavero Amparo Alarcon	21 Pedro Acero Petra Baixauli
22 Carmen Carmona	23 Angela Muela Morcillo	24	25 MªPilar Gil Lucia Gomez	26	27	28 Emilio Peña
	30 Fernanda Nieto	31				

Escritos originales de los residentes por Julián Álvez-Pilates

Hoy es viernes, hoy tenemos clase de Pilates, me pregunto para que sirve Pilates? A través de diferentes revistas y como no, internet, sé que Joseph Pilates, creó este sistema de ejercicios en 1940, parece ser que debido a distintos problemas de salud que surgió, decidió desarrollar un sistema de entrenamiento como yoga, taichí o el culturismo, así es como se empezó a practicar y desarrollar Pilates. Este sistema de ejercicios, beneficia tanto la salud física como mental.

Ayuda a mantener el equilibrio. Que da firmeza y fortalece la columna vertebral, los dolores de espalda mejoran con la práctica de Pilates.

Debido a nuestra concentración y atención del cuerpo, al mismo tiempo refrescamos nuestra mente.
Precisión, fluidez y respiración es lo principal para empezar Pilates, combinándolo con la mente. Mejora la intuición, imaginación, inteligencia, voluntad, cuida el aparato locomotor y especial para la movilidad y flexibilidad, tengo que reconocer esta herramienta como una buena práctica de ejercicios.

Actividades del mes

- El día del Libro, todos los residentes y familiares tuvieron un presente realizado por los residentes de Albertia Moratalaz, con mucho mimo y cariño. Se realizó un marca páginas personalizado y se regaló una flor.

Obsequio de Claveles y marca páginas

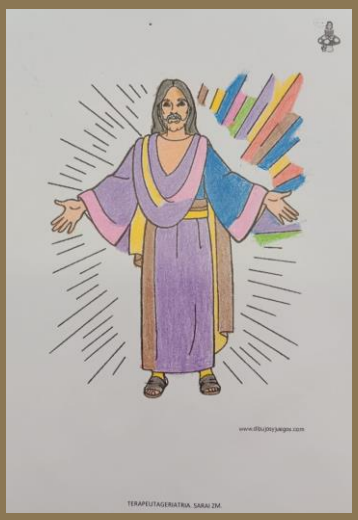
- Se vuelve a realizar una salida fuera del Centro a la Sede de Adopta un Abuelo, para compartir experiencias, degustar diferentes platos más actuales como sushi, compartir experiencias y conocer a jóvenes influencers, siendo una vivencia muy divertida y enriquecedora para todos ellos.

- En el mes de abril se celebró: El día del niño, vinieron jóvenes de todas las edades, para compartir un rato distendido y agradable en el que trató las diferencias entre los juegos y juguetes de antes con los de ahora, se realizaron por pequeños grupos un collage en el que se compararon los diferentes juegos.

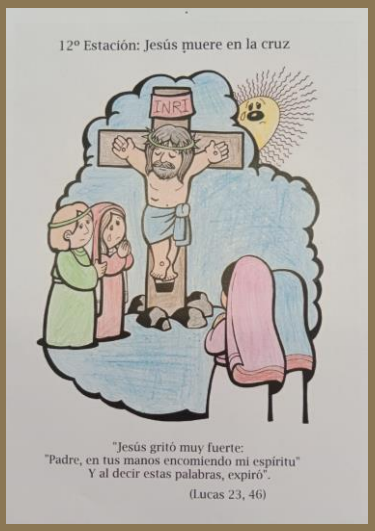
- El 13 de abril fue el día del beso, se celebró en el Salón de Actos, se habló de todos los beneficios que tienen los besos, se compartieron anécdotas alegres, se escuchó canciones míticas en las que los besos son los protagonistas y se finalizó con la visualización de besos míticos de películas.

GeriARTE

Mª ANGELES CRESPO



TERESA DE LA CRUZ



FRANCISCA ORDEN

CONCEPCIÓN PALMA

NIEVES ARIAS

TERESA DE LA PAZ

Receta de Cocina

Fajitas de Salmón

1. Se saca el pan de fajitas.
2. Se lavan los tomates y la lechuga.
3. Se cortan la lechuga y el tomate.
4. Se corta el salmón.
5. Se colocan los ingredientes anteriormente mencionados de tal forma que se pueda enrollar la fajita.
6. Se enrolla la fajita
7. Se corta por la mitad para mayor comodidad para comer.

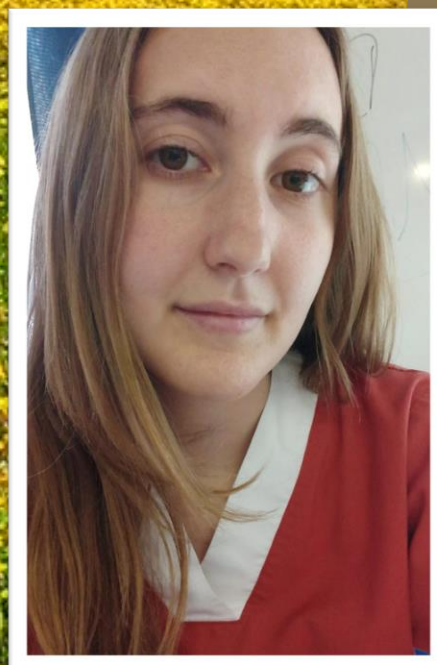
Ingredientes:

- Pan de Fajitas
- Salmón ahumado..
- Lechuga
- Tomate
- Queso de untar

Ya estaría una comida ideal para aquellos días en los que no hay tiempo para cocinar una comida elaborada, ideal para toda época del año, ya que se puede calentar el pan.

¡ Buen provecho!

Conociendo a...



NOMBRE:	Inma
PUESTO:	Animador
EDAD:	28
EN LA RESI DESDE:	Abril 2023
AFICIONES:	Ver series
LIBRO:	Harry Potter
PELÍCULA:	Grease
LUGAR DE VACACIONES:	La montaña
CANCIÓN:	Love Story
COMIDA:	Paella

CURIOSIDAD EMOTIVA CON ALGÚN RESIDENTE:

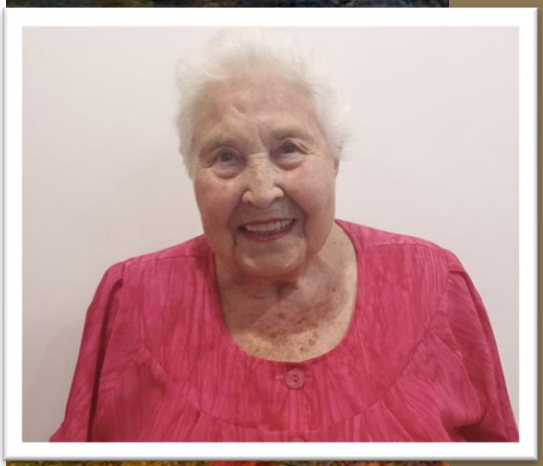
Me ha emocionado el recibimiento que he tenido los primeros días, tanto con los compañeros, como con los residentes, que se han mostrado con los brazos abiertos. Espero poder devolverles ese afecto en todo el tiempo que esté aquí.

Inmaculada Martino García

Animadora

Así soy yo

Juana Escoda Díaz



NOMBRE: Juana Escoda Díaz

LUGAR DE NACIMIENTO: Vallecas, Madrid

EDAD: 91

EN ALBERTIA DESDE: 18 Septiembre 2020

AFICIONES: Ver la TV, pasear

COLOR: Amarrillo

PELÍCULA: Marisol

CANCIÓN: Mi carro (Manolo Escobar)

COMIDA FAVORITA: Los guiso de su madre

TRES COSAS QUE TE HACEN FELIZ EN LA RESIDENCIA:

Dar paseos con mis hijos

Hacer actividades

Dibujar

REFRÁN PARA RECORDAR Y NUNCA OLVIDAR…

Al que madruga, Dios le ayuda.

Pasatiempos

Sopa de Letras – Tipos de Flores

tipos de flores

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

ACACIAS
AMAPOLAS
AZUCENAS
BEGONIAS
CAMELIAS
CAMPANILLAS
CLAVELES
DALIAS
FRESIAS
GLADIOLOS
HORTENSIAS
IRIS
JIRASOLES
LAVANDAS
LIRIOS
LOTO
MARGARITAS
ORQUIDEAS
ROSAS
TULIPANES

Albertia
Servicios Sociosanitarios

EL COMPROMISO CON LAS PERSONAS

www.albertia.es