



Revista

A G O S T O 2 0 2 4

Actividades

Receta de cocina

Terapias
No Farmacológicas

Editorial



Estimados residentes y familiares:

Por fin, llegó el verano, aunque haya tardado mucho y hay días que parece que estamos en otoño.

El segundo trimestre del año, estuvo marcado por la Celebración de las Letras Gallegas y la Celebración de la Europa que ganó España con gran afición por parte de los residentes de Albertia Lugo. Muchos residentes siguieron con gran entusiasmo, las semifinales y la gran final en el salón del Centro.

Además celebramos el día de San Juan, una fecha cargada de significado; A pesar del nombre de esta festividad, San Juan tiene un origen pagano muy anterior a la religión cristiana. Desde tiempos inmemoriales, la tradición encendía miles de hogueras en la noche del solsticio de verano, el día 21 de junio, para mandar fuerza al sol en su paso hacia los días cada vez más cortos.

Por otro lado, continuamos realizando las sesiones individuales y grupales de entrenamiento cognitivo y funcional tan beneficiosos para todos los residentes, dirigidos por la fisioterapeuta, la terapeuta ocupacional, la psicóloga y la educadora social.

Feliz verano y hasta el próximo número.

Cristina Meizoso
DIRECTORA



Contenido

Escritos originales de los residentes	4
Actividades del trimestre	5
Terapias No Farmacológicas	7
Consejos desde mi experiencia	8
Familias: Compartiendo momentos. Construyendo memorias	9
Recetas de cocina	10
Conociendo a	11
Así soy yo	12

Escritos originales de los residentes

// María y Adelina

María es natural de Sixto, un pueblo que pertenece a la parroquia de Ourol, donde vivió hasta que conoció a su marido. Los dos se fueron para Ferrol y allí, montaron una pequeña tienda de ultramarinos en pleno centro donde conocían a todo el mundo. Por otro lado Adelina, de la misma parroquia que María, se fue para Viveiro donde vivió con su marido. Ambas las dos llegaron a Albortia en diferentes momentos, cuando un día después de una pequeña charla, se dieron cuenta que se conocían desde hace 50 años. Tanto María como Adelina se acuerdan de coincidir en las fiestas de los pueblos cerca de sus respectivas casas; cuentan que fue una suerte poder coincidir de nuevo ahora en otra etapa muy diferente.

Actividades



- El 17 de Mayo, se celebró el Día de las Letras Gallegas; los residentes conocieron a la autora a la cual se le dedica este día, mediante una actividad que consistía en unir frases acerca de su biografía.

- También un grupo de residentes participaron en una actividad que consistió en la elaboración de unos paneles sensoriales, con materiales creando diversas texturas.



- Durante el mes de mayo, se organizó una salida a ver una exposición de unos 500 instrumentos musicales, en donde los residentes pudieron conocer y tocar alguno de ellos.



- Durante el mes de Junio, los residentes pudieron inaugurar la terraza, arreglando las diferentes plantas que había en ella, además de poder disfrutar del agradable tiempo.

- En Julio, como no podía ser de otra forma, los residentes apoyaron a la selección española de fútbol durante su participación en la Eurocopa. Además pudieron celebrar la victoria de España, proclamándose la ganadora de Europa.



- También se realizó la segunda actividad intergeneracional del año. Los residentes, junto con un grupo de niños y niñas, pudieron disfrutar de una increíble tarde en donde los más mayores les enseñaron a qué jugaban cuando eran pequeños.

Terapias No Farmacológicas

Estimulación lúdico-cognitiva

¿En qué consiste?

Es una intervención terapéutica integral que busca mantener y/o mejorar la salud cognitiva a través de una serie de actividades promoviendo la función mental y el bienestar social y emocional de los residentes.

¿A quién va dirigida?

Esta terapia va dirigida a todos aquellos residentes que quieran participar en la planta en la que se realiza.

Frecuencia

Se realiza 3 días a la semana en una planta, y 2 días a la semana en otra.



Consejos desde *mi experiencia*

INVENTOS DE LA ÉPOCA

Jesús

Invento favorito de la niñez

La peonza. Jugábamos muchos niños en la calle con la peonza, era una forma de relacionarnos con otros y pasar el tiempo

¿Cómo ha evolucionado hasta la actualidad?

POCO

MEDIO

ALTO

Beneficios

- Mantener la peonza girando requería mucha concentración.
- Gran satisfacción si conseguíamos realizar unos buenos giros.



Familias

Compartiendo momentos. Construyendo memorias

Belén Castro

Momento más feliz en el centro:

El momento más feliz que recuerdo fue en estas últimas navidades cuando nos regalaron a los familiares el arbolito para colgar en el árbol elaborado por los residentes.

Mi mensaje para los lectores es que animo a venir a todo el mundo a Albertia. Estoy encantada con los cuidadores y con el resto de personal.

También me gustan mucho las actividades que se hacen aunque a mi madre le cueste participar.

Receta de cocina

Buñuelos

// Por CARMEN DOVAL

INGREDIENTES:

1 huevo
200 gramos de harina de trigo
100 gramos de azúcar
1 cucharadita de levadura
Un vaso de leche
1 cucharadita de vainilla
1 pizca de sal
Aceite para freír



Cómo hacer la receta de los buñuelos:

Antes de empezar debemos lavarnos las manos y luego, comenzaremos a tamizar en un bol la harina con la sal, la levadura y el azúcar.

Después incorporamos la leche y el huevo poco a poco y vamos mezclando hasta conseguir una masa homogénea. Para terminar con la masa de los buñuelos, añadimos la vainilla para proporcionar un toque de sabor aunque también se puede usar ralladuras de limón o naranja.

Finalmente, una vez hecha la masa, pondremos en una olla una cantidad importante de aceite y cuando esté bien caliente, vamos añadiendo porciones de masa con una cuchara. Tenemos que freír bien los buñuelos hasta que se doren por un lado y por el otro durante menos de 5 minutos. Una vez hecho esto, los podemos retirar con cuidado sobre un papel para que vaya absorbiendo el aceite.



Conociendo a...

PUESTO: Terapeuta Ocupacional

EN EL CENTRO DESDE: Junio 2024

LUGAR FAVORITO DE VACACIONES: Madrid

¿CÓMO DESCRIBIRÍAS TU TRABAJO?: Es un trabajo muy gratificante ya que intento que los residentes ganen autonomía.

¿CUÁLES SON TUS ILUSIONES DIARIAS?: Desempeñar un buen trabajo, que los residentes mejoren su calidad de vida y poder trabajar con un equipo multidisciplinar.

ANÉCDOTA ESPECIAL CON UN RESIDENTE:

Después de entregarle un objeto manipulativo a una residente, me resultó muy divertido que cada vez que la veo me lo enseña muy ilusionada.

BEATRIZ FERNÁNDEZ FILLOY

TERAPEUTA OCUPACIONAL



Así soy yo

JOSEFA BARREIRA HORTAS

NOMBRE: Josefa

LUGAR DE NACIMIENTO: Outeiro de Rei

EDAD: 92 años

EN ALBERTIA DESDE: Mayo 2024

PELÍCULA: La ciudad no es para mí

CANCIÓN: "En tu pelo" de Javier Solís



¿POR QUÉ EL GRUPO ALBERTIA?

Albertia
Servicios Sociosanitarios

EL COMPROMISO
CON LAS PERSONAS



NUESTRO MODELO DE ATENCIÓN ATENCIÓN INTEGRAL CENTRADA EN LA PERSONA

Apoyamos el desarrollo de los proyectos vitales de cada uno de nuestros mayores, desde el respeto a su dignidad e individualidad.

CERO SUJECCIONES FÍSICAS Y FARMACOLÓGICAS

MÁS DE
3.000
PERSONAS
ATENDIDAS

TERAPIAS NO FARMACOLÓGICAS

En los centros del Grupo Albertia se desarrollan actividades terapéuticas englobadas en el campo de las TNFs. Entre ellas están:

- TERAPIA DE ESTIMULACIÓN EMOCIONAL (T2E)
- INTERVENCIÓN ASISTIDA CON ANIMALES
- SALAS Y JARDINES DE ESTIMULACIÓN MULTISENSORIAL
- TALLERES DE MAGIA
- TALLER DE COCINA
- MUSICOTERAPIA
- ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA
- WII-TERAPIA
- Y MUCHAS MÁS ACTIVIDADES



DESTINAMOS

EL

1%

DE NUESTROS
BENEFICIOS ANUALES

a proyectos de desarrollo de países del Tercer Mundo.

WUCKRO (ETIOPIA), SIERRA LEONA Y OTROS PAÍSES DEL TERCER MUNDO

INVESTIGACIÓN, DESARROLLO E INNOVACIÓN

Trabajamos permanentemente planificando y desarrollando nuevos proyectos tecnológicos. Nuestro objetivo es aplicar y adaptar constantemente la tecnología a nuestro modelo de gestión, siempre en continua adaptación y superación.

PROYECTO SWALKERS

MÁS DE 1 MILLÓN DE EUROS INVERTIDOS EN PROYECTO SWALKERS PARA LA REHABILITACIÓN DE FRACTURAS DE CADERA.

FINANCIADO POR EL



NUTRICIÓN

Albertia gestiona directamente su servicio de restauración bajo los principios de calidad, seguridad alimentaria, equilibrio nutricional y satisfacción del usuario.



CERTIFICACIONES



COLABORACIONES



COLEGIO
DE HUÉRFANOS
DE HACIENDA



*Primer Grupo Nacional en certificar Criterios Chrome, sistema de gestión de eficiencia energética y protocolos frente al COVID.

Uno de los principales Grupos Sociosanitarios con capital 100% Nacional



Albertia
Servicios Sociosanitarios

EL COMPROMISO CON LAS PERSONAS

www.albertia.es

