

Alegría
MIRASIERRA

Revista

J U L I O 2 0 2 4

Actividades

Mensaje de familiares

Terapias
No Farmacológicas

Editorial



Después de todo este tiempo atrás de pandemia en el que los residentes de todas las residencias de España han sido los más perjudicados, comienza el momento de las buenas noticias.

Además, se suma la alegría de haber sido uno de los primeros centros en que sus residentes han estado vacunados lo que, a su vez, ha permitido la apertura de nuestro Centro de Día.

Este año es un buen momento para disfrutar de las numerosas actividades en las que se pueden ver inmersos nuestros residentes y los numerosos ingresos recientes que estamos teniendo. A través de esta carta, los profesionales de Albertia Mirasierra recibimos a nuestros actuales residentes y a los futuros con optimismo, ilusión y alegría y todos los mejores deseos para esta nueva etapa.

Luis Collazo

DIRECTOR DE ALBERTIA MIRASIERRA



Contenido

Escritos originales de los residentes	4
Actividades del trimestre	6
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

// Carmen

Cuando yo era pequeña, los libros de texto eran especialmente feos. Ásperos, mala calidad de papel, oscuros, sin colorido y, por supuesto sin apenas ilustraciones. Es un verdadero milagro que los niños de entonces nos sintiéramos motivados ante algo tan árido. No obstante, en el libro de Literatura, aparecía de vez en cuando un poema o un texto literario que indefectiblemente, debíamos memorizar. Hoy me voy a detener en un fragmento de "La vida es sueño" de D. Pedro Calderón de la Barca. Seguramente lo conocéis, y a mí me ha hecho pensar muchas veces.

“Cuenta de un sabio que un día tan pobre y mísero estaba que solo se sustentaba de unas hierbas que cogía.

Habrá otro, entre sí decía, más pobre y triste que yo?

Y cuando el rostro volvió halló la respuesta, viendo que otro sabio iba cogiendo las hierbas que él arrojó.”

El mensaje está claro; en cualquier situación que te encuentres, por desfavorable que sea, siempre hay alguien que está peor que tú. Pero hay algo en el texto que es lo que me ha provocado dudas a lo largo del tiempo: Sabios?. Por más vueltas que le doy, no encuentro, entre los sinónimos de la palabra "sabio", ninguna que se acerque al perfil de estos personajes. Siendo niña me repetía a mí misma: "yo no quiero ser sabia.! Menudo planazo!. Alimentarme de matojos!". Afortunadamente la vida me ha sonreído en ese sentido y he tenido la suerte de no ser sabia. Aunque pienso que al que se le fue la mano fue a D. Pedro describiendo como sabios a esta pareja de pusilánimes, indolentes, pacatos, inoperantes, llorones siesos... sigo?, fatalistas, tristes, vagos, conformistas, inadaptados....

Para mí, un sabio tiene que tener recursos, por sus conocimientos e inteligencia, para salir de situaciones tan adversas y buscar un derrotero en la vida para subsistir de manera más digna que alimentarse de hierbajos.

!Uf! ! Qué a gusto me he quedado!. !Y pensar que he enmendado la plana al mismísimo Calderón de la Barça...!Qué atrevida es la ignorancia!, pero necesitaba hacerlo.

Espero que sepáis perdonar mis desvaríos..

Carmen.

Actividades



- El lunes 15 de abril, en Albertia Mirasierra, se celebró el Día del Beso con un creativo photocall diseñado por los residentes. La jornada estuvo llena de sonrisas y afecto, inmortalizando momentos especiales en un ambiente de alegría y camaradería..

- El martes 25 de abril, nuestros residentes han celebrado la “Feria de Abril”, elaborando toda la decoración y amenizada con las sevillanas de nuestra profesora de baile adaptado Elena Arroyo.

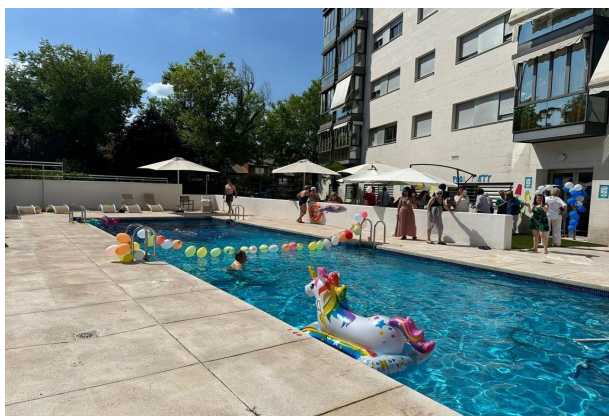


- El lunes 29 de abril, en Albertia Mirasierra, los residentes disfrutaron de una encantadora presentación musical a cargo de Las Super Chicas, llenando el día de alegría y buena música.



- El martes 06 de mayo, se organizó una exposición de fotos donde cada familia compartió imágenes de momentos significativos vividos juntos a su madres.

- El martes 14 de mayo, en Albertia Mirasierra, tuvimos un encuentro de familias con actividades al aire libre, donde los residentes disfrutaron de un día especial junto a sus padres.



- El martes 18 de junio, hemos disfrutado de un día de sol en nuestra tercera "Pool Party" con nuestros invitados de Moratalaz. No queda duda de que pasamos genial.

Terapias No Farmacológicas

Spa Day

¿En qué consiste?

Este taller consiste en actividades de cuidados personal como masajes, manicuras y tratamientos faciales. Promueve la relajación, el bienestar emocional y la autoestima.

¿A quién va dirigida?

A todos los residentes.

Frecuencia

Se realiza con una frecuencia semanal.



Consejos desde *mi experiencia*

INVENTOS DE LA ÉPOCA

Uca Manzano

Invento favorito de la niñez

Muñeca con dos caras, una alegre y otra dormida.

¿Cómo ha evolucionado hasta la actualidad?

POCO

MEDIO

ALTO

Beneficios

- Le hacía sentir muy bien.
- Podía disfrutarla con mis hermanas.
- Fáciles de manipular y mover.



Familias

Compartiendo momentos. Construyendo memorias

Rebeca Pedraza Morales

Momento más feliz en el centro:

Cuando veo a mi madre escuchando musicoterapia y taller de música.

Consejo/Mensaje para los lectores

Yo por la parte que me toca como familiar, mi madre en casa estaba todo el día viendo la tele.

Y desde que está aquí en la residencia, hace un montón de actividades y es mas participativa con la familia.

Receta de cocina

Milk Shake de Frambuesa

// Por Mariela Puentes

INGREDIENTES:

- 3 Yogurt batido natural (165 g)
- 500 g de frambuesas congeladas
- 6 Cubos de hielo
- 1/2 Litro de leche semi descremada
- Endulzante a gusto (20 a 30 gotas)

Cómo hacer la receta del Milk Shake de Frambuesa:

- 1- Junta en el jarro de una juguera el yogurt batido natural con las frambuesas, el hielo, leche y el endulzante líquido a gusto.
- 2.- Procesa a velocidad alta hasta conseguir una preparación homogénea de textura granizada. Una vez listo sirve de inmediato bien frío.
- 3.- Disfruta bien helado para refrescar la tarde.



Conociendo a...

PUESTO: Trabajadora Social

EN EL CENTRO DESDE: 05/05/2023

LUGAR FAVORITO DE VACACIONES: Fuerteventura

¿CÓMO DESCRIBIRÍAS TU TRABAJO?: Gratificante y vocacional

¿CUÁLES SON TUS ILUSIONES DIARIAS?:

Acompañar a familias en el significativo y complicado proceso de buscar un recurso social que brinde la oportunidad a su ser querido de ser cuidado y arropado como merecen.

ANÉCDOTA ESPECIAL CON UN RESIDENTE:

Recuerdo la primera vez que acompañé a un residente a hacer transmites presenciales sobre algo que necesitaba y que nadie podía estar con él. Su agradecimiento por estar presente y la tranquilidad que le supuso el sentirse apoyado, aunque para mi no supuso un gran tiempo, dio sentido a lo que es para mi el trabajo social con mayores.

Sara Revidiego Gonzalez

Trabajadora Social



Así soy yo



NOMBRE Y APELLIDOS

NOMBRE: María Santa Sanz Sáez

LUGAR DE NACIMIENTO: Madrid

EDAD: 88

EN ALBERTIA DESDE: 29 de noviembre de 2021

PELÍCULA: La gata sobre el tejado de zinc

CANCIÓN: Crazy (Julio Iglesias)



¿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 (ETIOPÍA), 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

