



Revista

F E B R E R O 2 0 2 5

Actividades

Consejos desde mi
experiencia

Terapias
No Farmacológicas

Editorial



Estimados residentes y familiares:

Qué últimos meses de 2024 tan intensos y bonitos hemos vivido en el Centro con la celebración de la Navidad. Han sido momentos únicos que hemos disfrutado tod@s l@s que en él vivimos.

Durante el mes de diciembre, hemos llevado a cabo, un taller navideño de cocina, hemos elaborado postales para las familias y un pequeño detalle para los trabajadores, por lo que hemos trabajado mucho la motricidad fina y gruesa.

El día de Nochebuena nos visitó Papá Noel cargado de chocolates y el día 6 de enero hicieron lo propio Sus majestades los Reyes de Oriente pero esta vez cargados de regalos.

Además de estas dos visitas mágicas, durante el transcurso del mes, nos amenizaron las mañanas y las tardes, las pandereteiras, rondallas y coros que nos hicieron cantar y bailar.

Ponemos la mirada ya en los Carnavales para pasar unos días divertidos en el Centro.

¡Nos leemos en 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

// PURIFICACIÓN ROCA

Desde siempre me encantó la pintura, de hecho, muchos cuadros que hice los tengo colgados en mi casa. Sin embargo, esta afición la fui dejando poco a poco por desgracia.

Debido a esto, y a que me quedé viuda, mis hijos me adentraron en el mundo de las nuevas tecnologías. Me compraron un ordenador para poder pasar mis tiempos libres en casa.

Me servía de gran utilidad ya que buscaba las cosas que me interesaba leer, como el periódico, revistas, buscaba poemas y los copiaba en Word... entre otras muchas cosas.

A día de hoy, aquí en la residencia mis hijos también me trajeron una Tablet para poder hacer lo mismo, pero he de decir que aún me estoy acostumbrando a utilizarla ya que me resulta un poco más difícil que el ordenador.

Lo bueno de todo esto, es que estoy conectada a la actualidad y hace que pase los días un poco más entretenida.

Actividades



- En el mes de noviembre, un grupo de residentes pudieron conocer las bolsas sensoriales; las cuales, estaban llenas de gel mezclado con diversos materiales. Gracias a esto, pudieron experimentar texturas y movimientos de forma relajante y segura.

- En diciembre, con la llegada de la Navidad, las personas mayores quisieron decorar el centro poniendo el árbol y demás adornos.



- Además, durante el mes de diciembre, se realizó la tradicional salida de Navidad. Los residentes pudieron ver las diferentes luces que había por toda la ciudad.



- También se realizó un taller de cocina navideña. La receta escogida fue unas maravillosas figuras con masa de hojaldre rellenas de chocolate. ¡Todo un éxito!

- Los residentes también quisieron tener un detalle con sus familiares por Navidad. Elaboraron unas postales echas a mano en donde les deseaban unas felices fiestas.



- En el mes de Enero, los residentes tuvieron la visita especial de Sus Majestades los Reyes de Oriente, que repartieron unos regalos a todos.

Terapias No Farmacológicas

Terapia asistida con animales

¿En qué consiste?

Es una forma de intervención terapéutica que aprovecha el vínculo entre humanos y animales en este caso perros, para mejorar la calidad de vida y el bienestar de los residentes.

¿A quién va dirigida?

Esta terapia va dirigida a todos aquellos residentes que quieran participar.

Frecuencia

Se realiza todos los jueves a las 17:00h.



Consejos desde *mi experiencia*

INVENTOS DE LA ÉPOCA

Antonina Pol

Invento favorito de la niñez

Máquina de correr. Antiguamente se realizaban con unas maderas como una especie de triciclo que se movía con los pies.

¿Cómo ha evolucionado hasta la actualidad?

POCO

MEDIO

ALTO

Beneficios

- Pasar mucho tiempo entretenida.
- Jugar con mas niños.
- Mejorar la coordinación y ganar confianza.



Familias

Compartiendo momentos. Construyendo memorias

Beatriz Martínez

Momento más feliz en el centro:

El momento más feliz en el centro fue en Carnavales; se realizó un taller intergeneracional en donde mis hijos pudieron confeccionar máscaras con mi madre. Fue un momento muy bonito que compartimos todos juntos.

Mensaje para los lectores:

El único consejo que daría es que no se puede tener miedo a las residencias. Son una salvación ya que, en muchas ocasiones, las familias no tenemos el conocimiento para poder atender bien a nuestros familiares en todos los sentidos.

Receta de cocina

Manitas de cerdo

// Por María Paz

INGREDIENTES:

- 1 cebolla
- 1 puerro
- Manitas de cerdo
- 2 dientes de ajo
- 150 gramos de panceta en tacos
- 1 cucharada de harina
- Un poco de vino blanco
- Salsa de tomate
- 1 cucharada de pimentón dulce
- aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Pimienta negra

Cómo hacer la receta de las manitas de cerdo:

Antes de nada, nos tenemos que lavar las manos. A continuación, para cocer las manitas de cerdo, primero preparamos la olla con abundante agua. Sumergimos en ella las manitas y agregamos el puerro troceado y la cebolla entera.

Incorporamos también la pimienta negra y sal y dejamos cocer en la olla exprés durante 50 minutos.

Para hacer la salsa de las manitas de cerdo, preparamos una cazuela con aceite caliente. Picamos la cebolla y los dientes de ajos. Después, pochamos ambos en el aceite hasta que esté blanda y transparente la cebolla; agregamos entonces la panceta en dados y la sofreímos.

Agregamos la harina y la freímos unos dos minutos sin dejar de remover. Vertemos el vino blanco y cocinamos un par de minutos para evaporar el alcohol. Posteriormente, añadimos el pimentón de la mezcla para integrar todos los ingredientes.

Agregamos, por último, la salsa de tomate y un poco del agua de cocción de las manitas. Incorporamos las manitas de cerdo cocidas a la cazuela y dejamos cocinar todo junto durante 30 minutos.



Conociendo a...

PUESTO: Terapeuta Ocupacional

EN EL CENTRO DESDE: Octubre 2024

LUGAR FAVORITO DE VACACIONES: Roma

¿CÓMO DESCRIBIRÍAS TU TRABAJO?:

ME siento muy agusto en el actual puesto de trabajo y me encanta el trato con las personas mayores.

¿CUÁLES SON TUS ILUSIONES DIARIAS?:

Una de ellas es que las personas con limitada autonomía sean capaces mucho más de lo que ellos creen.

ANÉCDOTA ESPECIAL CON UN RESIDENTE:

Un día al acabar el programa de paseos con varias señoras, un residente vio que sólo eran mujeres, y me preguntó si sólo le daba paseos a mis novias.

Entonces debido a la gracia que me ocasionó, le di a él un paseo también.

SANTIAGO SOTORRÍO LÓPEZ

TERAPEUTA OCUPACIONAL



Así soy yo

AVELINA NEIRA ANIDO

NOMBRE: Avelina

LUGAR DE NACIMIENTO: Cospeito

EDAD: 97 años

EN ALBERTIA DESDE: Octubre 2024

PELÍCULA: Todas las musicales

CANCIÓN: Que guapa estás (Manolo Escobar)



¿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

