



Alegría

V A L D E S P A R T E R A

Revista

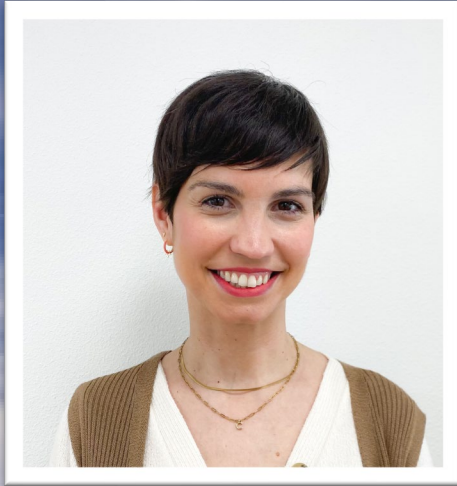
F E B R E R O 2 0 2 5

Actividades

Escritos de residentes

Terapias
No Farmacológicas

Editorial



Quiero aprovechar este momento para desearos un próspero 2025 lleno de salud, bienestar y momentos felices. Como cada comienzo de año, es una oportunidad para reflexionar sobre lo que hemos logrado y lo que aún está por venir. Hemos iniciado este nuevo ciclo con energías renovadas y con el propósito de continuar brindando un ambiente cálido y seguro.

El año 2024 nos ha dejado recuerdos entrañables, como las celebraciones compartidas, las historias que nos unen y el esfuerzo colectivo de todo el equipo para hacer de nuestra casa un lugar aún más acogedor. En este nuevo año, nuestra misión sigue siendo la misma: ofrecer un entorno en el que cada residente se sienta como en su hogar, rodeado de personas que velan por su bienestar y que fomentan la participación activa en actividades que nutran cuerpo y mente.

Gracias por confiar en nosotros, por ser parte de nuestra gran familia. Juntos, con cariño, dedicación y respeto, lograremos hacer de este un año memorable.

Con todo mi afecto y gratitud,

Andrea Hoya
DIRECCIÓN



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

// Anónimo

Hace muchos años, en mi jardín, había unos pajaritos que siempre me gustaba ver. Eran gorriones, pequeños y rápidos, con sus plumas marrones y un canto alegre que me levantaba el ánimo.

Todas las mañanas, salía al patio y los veía volar de un lado a otro, saltando de rama en rama. No tenían prisa, parecían disfrutar de cada momento. Yo me sentaba en una silla vieja, bajo el árbol, y los observaba. Me hacían pensar en mi juventud, cuando todo era más sencillo y yo no tenía tantas preocupaciones. Esos pajaritos me recordaban lo fácil que parecía la vida, lo felices que eran sin saber de problemas.

Un día, vi algo raro. Los gorriones, que siempre andaban juntos, de pronto volaron separados. No los vi por unos días, y me preocupé. Pensé que algo les había pasado, tal vez un gato o una tormenta. Pero después de un tiempo, uno de ellos volvió. Estaba cansado, pero volvió. El otro no apareció más. Y aunque no supe qué pasó, entendí que a veces las cosas cambian, aunque no queramos. Los pajaritos me enseñaron que la vida sigue, aunque no siempre sepamos por qué.

Actividades



- El martes 12 de noviembre, los residentes comenzaron un nuevo taller. Han empezado a dar vida a un emocionante proyecto: su propio programa de radio. En él, ellos mismos se convierten en locutores, eligen y cuentan noticias de actualidad, comparten historias de las actividades realizadas en la residencia y seleccionan la música que acompaña.

- El miércoles 4 diciembre, los residentes y trabajadores visitaron el centro comercial Puerto Venecia. Disfrutaron de una gran mañana de sol y paseos a la vez que realizaban algunas compras y visualizaban la decoración navideña.



- El pasado jueves 18 de diciembre, tuvieron el placer de recibir a un grupo de niños del CPI San Jorge que cantaron una serie de villancicos con sus ukeleles. Fue una mañana muy especial.



- El martes 17 de diciembre, se realizó un encuentro intergeneracional. En él recibieron una serie de detalles que los alumnos del IES Miguel Catalán habían traído con toda su entrega y amor. También tuvieron mucho tiempo para compartir ideas y experiencias.

- El lunes 23 de diciembre, se realizó un taller de postales navideñas. Todos los asistentes han sido los artistas de su propia creatividad, realizando hermosas postales navideñas llenas de amor y color.



- El lunes 30 de diciembre, se realizó un taller de cocina de galletas navideñas. Este taller fomenta la creatividad y el espíritu navideño mientras los participantes disfrutaban de una actividad divertida y deliciosa.

Terapias No Farmacológicas

TERAPIA EMOCIONAL T2E

¿En qué consiste?

Se trata de una terapia no farmacológica mejorar calidad de vida, tratando de mejorar memoria, estado emocional y mente.

¿A quién va dirigida?

Se realizan grupos reducidos a los que se valora que dicha terapia puede resultar beneficiosa.

Frecuencia

Se realiza dos veces por semana.



Consejos desde *mi experiencia*

INVENTOS DE LA ÉPOCA

TELÉFONO

Los coches antiguos eran más grandes, lentos y con motores rudimentarios.

¿Cómo ha evolucionado hasta la actualidad?

POCO

MEDIO

ALTO

Beneficios

- Mayor eficiencia de combustible
- Seguridad mejorada
- Conducción más autónoma



Familias

Compartiendo momentos. Construyendo memorias

R.P.L

Momento más feliz en el centro:

El momento más feliz para nuestra familia en la residencia de la tercera edad fue cuando mamá, que últimamente estaba algo triste, vio a sus nietos entrar. Sus ojos se iluminaron y, al abrazarlos, nos llenó a todos de emoción. Esa tarde, el lugar se llenó de risas y abrazos, recordándonos que el amor sigue siendo lo más importante.

Consejo/Mensaje para los lectores: Nunca dejemos de brindar cariño a nuestros seres queridos, pues su alegría se nutre de nuestra presencia.

Receta de cocina

Galletas de mantequilla

// Por Maribel Giménez, Manuela Romero, Carmen Lavilla, Pilar Barón, Luis Quintano, Amparo Pérez, Fernando Navarro, Carmen Blanco, Pilar Rozas, Rosalina Val, Pilar Ruiz, Pilar Pallas, Mará Galindo y Antonia Moreno

INGREDIENTES:

Mantequilla
Azúcar
Huevo
Esencia de vainilla
Harina de trigo
Polvo de hornear

Cómo hacer la receta:

Primero, precalentamos el horno a 180°C (350°F) y preparamos una bandeja de horno, cubriéndola con papel pergamino o enmantecada para evitar que las galletas se peguen. Luego, en un bol grande, batimos la mantequilla con el azúcar glas hasta obtener una mezcla cremosa y suave.

Una vez que la mantequilla y el azúcar se han integrado bien, agregamos el huevo y la esencia de vainilla. Continuamos batiendo hasta que todos los ingredientes estén perfectamente combinados. A continuación, tamizamos la harina junto con una pizca de sal. Si decides usar polvo de hornear, también es el momento de agregarlo. Gradualmente, incorporamos la harina a la mezcla de mantequilla, mezclando con una espátula o nuestras manos hasta que la masa sea suave y homogénea.

Con la masa lista, tomamos pequeñas porciones y formamos bolitas con las manos y utilizamos los moldes para darles forma. Si te gusta, puedes espolvorear un poco de azúcar granulada sobre la superficie de cada galleta antes de hornearlas para darles un toque extra de dulzura y textura crujiente.

Colocamos las galletas en la bandeja del horno, dejando espacio entre ellas para que no se peguen al expandirse. Horneamos durante 10 a 12 minutos, o hasta que los bordes estén ligeramente dorados. Es importante no esperar a que las galletas se vean completamente duras en el horno, ya que se seguirán endureciendo mientras se enfrían.

Una vez listas, las sacamos del horno y las dejamos enfriar en una rejilla. Es fundamental dejarlas reposar para que terminen de coger la consistencia crujiente que las caracteriza. Al enfriarse, las galletas estarán listas para disfrutar en cualquier ocasión.



Conociendo a...

PUESTO: Fisioterapeuta

EN EL CENTRO DESDE: Diciembre del 2024

LUGAR FAVORITO DE VACACIONES: Montaña

¿CÓMO DESCRIBIRÍAS TU TRABAJO?: Vocacional y poniendo el corazón por delante

¿CUÁLES SON TUS ILUSIONES DIARIAS?: devolver la capacidad de andar u otras habilidades a las personas

ANÉCDOTA ESPECIAL CON UN RESIDENTE: una residente con la que tengo especial cercanía, un día cuando abracé a una amiga suya me miró celosa y molesta me pregunto “¿por qué no me abrazas así?”



FERNANDO BERNUÉS

FISIOTERAPEUTA

Así soy yo

CARMEN LAVILLA RECAJ

NOMBRE: Carmen

LUGAR DE NACIMIENTO: Zaragoza

EDAD: 87

EN ALBERTIA DESDE: Septiembre del 2023

PELÍCULA: Los diez mandamientos

CANCIÓN: Todas de 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 SUJECIONES FÍSICAS Y FARMACOLÓGICAS

MÁS DE
3.000
PERSONAS
ATENIDAS

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 (TZE)
- 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



*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

