

Alegría
MIRASIERRA

Revista
ENERO 2026

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

// Gloria

“Hijos, permítanme hablarles con la voz de alguien que ya ha caminado muchos años por este mundo. No lo hago para regañarlos ni para decirles que todo tiempo pasado fue mejor, porque cada época tiene sus luces y sus sombras. Les hablo porque la vida me ha enseñado cosas que no se aprenden en los libros ni en las pantallas, sino en los tropiezos, en las pérdidas y también en las pequeñas alegrías.

Veo que hoy todo va muy rápido. Quieren resultados inmediatos, respuestas al instante y caminos sin esfuerzo. Pero déjenme decirles algo importante: lo que vale la pena casi nunca llega rápido. La paciencia, aunque parezca antigua, sigue siendo una gran virtud. Aprendan a esperar, a equivocarse y a volver a intentarlo sin rendirse a la primera caída.

No se comparen tanto con los demás. Cada persona tiene su propio ritmo y su propia historia. La vida no es una carrera para ver quién llega primero, sino un camino para aprender a caminar con dignidad y con respeto. Cuídense unos a otros, valoren a su familia y a quienes los quieren de verdad, porque cuando los años pasan, eso es lo único que permanece.

Y, sobre todo, no olviden vivir. Apaguen el teléfono de vez en cuando, miren a los ojos, escuchen con atención y disfruten de lo simple. El tiempo no perdona, muchachos, y cuando se den cuenta, lo que hoy parecen días interminables se habrán convertido en recuerdos. Vivan con honestidad, con humildad y con corazón, que eso nunca pasa de moda.”

Actividades



- El jueves **02 de octubre**, los residentes disfrutaron de un magnífico concierto ofrecido por la **Rondalla y el Coro Peñagrande**, que fue recibido con **gran éxito y entusiasmo**. La actuación creó un ambiente lleno de alegría y emoción, siendo muy aplaudida por todos los asistentes.

- El viernes 31 de octubre, hemos celebrado Halloween con una fiesta temática. La decoración fue elaborada por nuestros residentes.



- El miércoles 12 de noviembre, se vivió una tarde mágica con un maravilloso concierto de piano. Los residentes disfrutaron de cada melodía, quedando encantados con el talento del pianista y el ambiente especial que se creó.



- El **martes 18 de noviembre**, los residentes pudieron disfrutar de la visita de **Adopta un Abuelo** con la actividad **Abuelos Hackers**, realizada junto a los alumnos del **Colegio Base**. Fue una experiencia muy enriquecedora y cercana, en la que los residentes quedaron **encantados** con la participación y el cariño de los jóvenes.

- El **lunes 08 de diciembre**, dimos inicio a la magia de las fiestas con la inauguración del mural de navidad y el arranque de nuestras actividades navideñas.



- El **martes 16 de diciembre**, los residentes junto a sus familiares disfrutaron de una agradable **chocolatada con bizcocho** para celebrar las fiestas. Fue un momento entrañable de convivencia, lleno de alegría y buen ambiente.

Terapias No Farmacológicas

Bingo

¿En qué consiste?

Este taller consiste en una actividad lúdica y participativa que estimula la **atención, la memoria y la socialización**, favoreciendo un ambiente divertido y de convivencia.

¿A quién va dirigida?

A los residentes sin deterioro cognitivo.

Frecuencia

Se realiza con una frecuencia semanal.



Consejos desde *mi experiencia*

INVENTOS DE LA ÉPOCA

Fernando Alcade

Invento favorito de la niñez

Las Canicas (bolitas)

¿Cómo ha evolucionado hasta la actualidad?

POCO

MEDIO

ALTO

Beneficios

- Le hacía sentir muy bien.
- Podía disfrutarla con mis amigos.
- Entretenimiento



Familias

Compartiendo momentos. Construyendo memorias

María Jesus Fernández

Momento más feliz en el centro:

Mi madre no sabía que venia al centro, una vez aquí se adaptó mejor de lo que creíamos.

Consejo/Mensaje para los lectores

A los familiares dar el mejor cariño que podamos, y a los terapeutas los cuidados.

Receta de cocina

Árbol de Hojaldre con Nutella

// Por Inge Kladeck

INGREDIENTES

2 Lamina de Hojaldre

Nutella Avellanas

1 Huevo batido

Cómo hacer la receta de un Árbol de hojaldre con chocolate:

Precalentamos el horno a 200º, calor arriba y abajo. Desplegamos la masa de hojaldre. Extendemos una generosa capa de Nutella a temperatura ambiente sobre el hojaldre, dejando el borde sin la crema. Pintamos con un huevo batido que habremos disuelto en un poco de agua. Horneamos a 200º, calor arriba y abajo durante 15 minutos. Recordad que el tiempo es orientativo, cada horno es un mundo, estad atentos al horneado.



Conociendo a...

PUESTO: Auxiliar de Enfermería

EN EL CENTRO DESDE: 24 de Octubre del 2024

LUGAR FAVORITO DE VACACIONES:

País de Origen , Paraguay

¿CÓMO DESCRIBIRÍAS TU TRABAJO?:

Elegí un campo y un trabajo Donde no todos los días son Buenos , Ni todos los días Son malos , Donde mi nombre será recordado, MI compañía y cariño será Agradecido , Donde La Sonrisa y las Palabras Bonitas les puede aliviar, Donde siento qué soy Refugio , Amor y cuidado para Mis Abuelitos .

¿CUÁLES SON TUS ILUSIONES DIARIAS?:

Viajar más, leer mas libros y seguir estudiando.

ANÉCTODA ESPECIAL CON UN RESIDENTE:

Estando Mucho Tiempo En tercera Planta , Donde me acogió y Me enseñó tantas cosas , Y ahora soy de Centro de día, Escucho esa Palabra de Te extrañamos , Nada es lo mismo , El equipo que hacíais con Tu compañera , Y esa Mirada y sonrisa cuando me ven , Cuando veo sus ojitos de felicidad al verme y saludarme un momento..

María Aguilera

Auxiliar de Enfermería



Así soy yo



NOMBRE Y APELLIDOS

NOMBRE: Inge Kladeck

LUGAR DE NACIMIENTO: Orujo Bolivia

EDAD: 85

EN ALBERTIA DESDE: 06 de octubre de 2021

PELÍCULA: Benhur

CANCIÓN: Abrázame 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

