



Revista

J U N I O 2 0 2 6

Actividades

Consejos desde mi
experiencia

Terapias
No Farmacológicas

Editorial



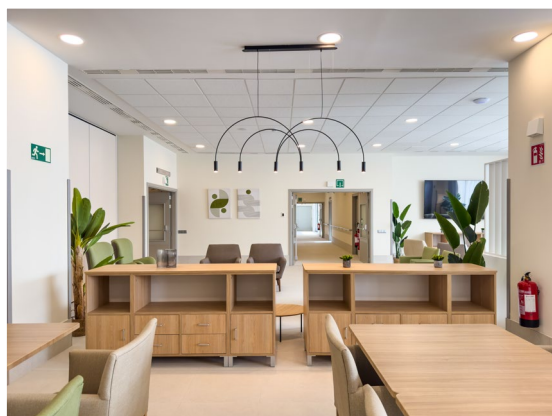
En Albertia El Sadar nuestro compromiso es ofrecer un hogar cálido y seguro para nuestros residentes y, poco a poco, vamos dando pasos para elevar la calidad de vida de las personas que confían en nosotros. Los cambios y mejoras que estamos acometiendo son una apuesta por el bienestar, la calidad y la atención personalizada.

Mirando hacia el futuro, mi ilusión es que Albertia El Sadar se convierta en un referente en la atención a nuestros mayores, un lugar donde cada residente se sienta valorado y cada familia encuentre tranquilidad. Estamos iniciando un nuevo capítulo y lo hacemos con la certeza de que juntos podemos escribir una historia muy especial.

Les invito a ser parte de esta evolución.

Con gratitud y compromiso,

Diego Pajares
DIRECTOR



Contenido

Escritos originales de los residentes	4
Actividades del trimestre	5-6
Terapias No Farmacológicas	7
Consejos desde mi experiencia	8
Familias: Compartiendo momentos. Construyendo memorias	9
Receta de Cocina...	10
Conociendo a...	11
Así soy yo	12

Escritos originales de los residentes

// CARLOS REGALADO

Si pudiera hablar con mi yo de ayer, le diría que aprendiera más sobre la música, que nunca dejara de luchar por sus sueños y que valorara aún más a las personas que lo rodean.

Mi infancia fue sencilla pero muy feliz. Crecí jugando en la calle con los amigos del barrio, compartiendo momentos que hoy recuerdo con mucho cariño. Aquellos años estuvieron llenos de risas, juegos y enseñanzas que marcaron mi forma de ser.

Durante toda mi vida me dediqué a la carnicería, un oficio que desempeñé con responsabilidad, trabajo y dedicación.

La música ocupa un lugar muy especial en mi corazón. Me encanta cantar y disfrutar de las canciones que acompañan mis días, porque la música tiene el poder de traer recuerdos, emociones y alegría.

Tengo la fortuna de contar con el apoyo y el acompañamiento de mi familia, algo que valoro profundamente.

Al mirar hacia atrás, veo una vida llena de experiencias, aprendizajes y recuerdos.

Actividades



El 24 de abril de 2026, el coro de San Jorge visitó la residencia Albertia para compartir una jornada llena de emoción. Con sus canciones y voces armoniosas, lograron animar a los residentes, que acompañaron la actuación con aplausos, sonrisas y mucha atención. La música llenó cada rincón, creando un ambiente cálido y entrañable que hizo del día una experiencia especial para todos los presentes.

El 19 de mayo de 2026, a las 17:00 horas, la Escuela de Música de Barañáin visitó la residencia Albertia para compartir una tarde llena de talento y entusiasmo. Con sus interpretaciones musicales, lograron animar a los residentes, que disfrutaron de la actuación con aplausos, sonrisas y gran interés. Gracias a la música se creó un ambiente alegre y acogedor que amenizó la jornada.



El 2 de junio de 2026, a las 17:00 horas, tuvo lugar la actuación “Pequeñas voces, grandes recuerdos”, presentada por un grupo de niños que llenó la residencia Albertia de entusiasmo y felicidad. Con sus canciones y su energía, lograron animar a los residentes, que acompañaron la actuación con aplausos, sonrisas y una gran emoción. Se generó un ambiente entrañable y festivo que convirtió la tarde en un momento especial para todos los presentes.



Actividades



Los residentes participaron en una actividad de elaboración de mojitos sin alcohol. Colaboraron activamente en la preparación. La actividad fomentó la participación, el trabajo en equipo y permitió disfrutar de un momento agradable y distendido. Por la tarde, para completar la jornada, se organizó un bingo musical. La combinación de ambas actividades fue idílica para crear una experiencia especial.



Los residentes asistieron al concierto de la pianista Carlota de Miguel, celebrado el 17 de junio. Disfrutaron de una actuación musical llena de sensibilidad y talento, participando activamente mediante la escucha y el intercambio de impresiones sobre las piezas interpretadas. La actividad fomentó el disfrute cultural, la estimulación emocional y permitió compartir un momento agradable y enriquecedor. La experiencia musical creó un ambiente especial que contribuyó al bienestar y la convivencia de todos los asistentes.

Terapias No Farmacológicas

Musicoterapia

¿En qué consiste?

Se trata de una terapia no farmacológica, reconocida con el premio “Valores del Deporte” en la Gala Nacional del Deporte 2021, que utiliza recuerdos relacionados con el fútbol como herramienta para estimular la memoria, la comunicación y el bienestar emocional. A través de fotografías, vídeos, noticias y conversaciones sobre experiencias pasadas, favorece la evocación de recuerdos significativos, la participación social, la estimulación cognitiva y el fortalecimiento de la identidad personal de las personas participantes.

¿A quién va dirigida?

Dirigidas a personas con y sin deterioro cognitivo.

Frecuencia

Se lleva a cabo durante un periodo de tres meses (12 sesiones de 2 horas durante 12 semanas consecutivas)



Consejos desde *mi experiencia*

INVENTOS DE LA ÉPOCA

Sole Lezáun Medrano

Invento favorito de la niñez

El avión

¿Cómo ha evolucionado hasta la actualidad?

POCO

MEDIO

ALTO

Beneficios

- Posibilidad de llegar a lugares lejanos.
- Lo que más le sorprende de los viajes en avión es la sensación que se tiene en el momento del despegue y el propio hecho de que se mantenga en el aire



Familias

Compartiendo momentos. Construyendo memorias

Familia de Carmen Rodríguez Rodríguez

Momento más feliz en el centro:

“Actividades en el centro y eventos especiales”

Resulta difícil poder destacar solo un momento feliz de la estancia de la mamá en la residencia Albertia. Ella disfruta de su familia, con sus visitas, sus paseos, de sus compañeros/as y sus familiares. Si tenemos que destacar uno, destacamos su felicidad en las actividades en las que participa, ya sean las propias del centro, como gimnasia, terapia en grupo, adivinar canciones, como las que vienen del exterior, conciertos, terapia con perros.

Para nosotras es muy gratificante ver la sonrisa con la que nos recibe y la sonrisa con la que nos despide cada día. Está feliz.

Consejo/Mensaje para los lectores

Participar en la medida de lo posible en el día a día de la residencia, les ayuda a ellos y nos ayuda a las familias a vivir esta nueva etapa de nuestra vida.

Llevamos nueva meses y estamos encantados con el centro y con todo el personal que le atienden con mucho cariño.

Receta de cocina

LIMONADA

// Por Laura Aizpuru

Ingredientes (para 4 personas)

4-6 limones (para obtener 1 taza de jugo)

1 litro de agua fría

½ taza de azúcar (ajusta al gusto)

Hielo

Rodajas de limón y hojas de menta
(opcional)

Preparación

Exprime los limones hasta obtener aproximadamente 1 taza de jugo.

En una jarra, mezcla el azúcar con 1 taza de agua y revuelve hasta que se disuelva.

Agrega el jugo de limón y el resto del agua.

Prueba y ajusta el azúcar o el agua según tu preferencia.

Sirve con hielo y decora con rodajas de limón o menta.



Conociendo a...

PUESTO: Médico

EN EL CENTRO DESDE: Mayo 2026

LUGAR FAVORITO DE VACACIONES: Puerto Escondido, Cuba

¿CÓMO DESCRIBIRÍAS TU TRABAJO?: Gran responsabilidad, empatía y aprendizaje

¿CUÁLES SON TUS ILUSIONES DIARIAS?: Contribuir al bienestar de los residentes, ofrecer una atención de calidad y aportar una atención cercana y humana en mi labor como médico.

ANÉCDOTA ESPECIAL CON UN RESIDENTE: En mis primeros días, un residente compartió conmigo parte de su historia de vida. Me hizo reflexionar sobre la importancia de escuchar y acompañar, más allá de lo clínico



JEISON GABRIEL MARTINEZ
MÉDICO

Así soy yo



JULIA ELISA MACAYA MARTINEZ

NOMBRE: Julia.

LUGAR DE NACIMIENTO: Pamplona.

EDAD: 78 años.

EN ALBERTIA DESDE: 26 de enero de 2026.

AFICIONES: Fútbol, bailar, bingo.

COLOR: verde.

PELÍCULA: al otro lado de la cama.

CANCIÓN: Me gustas mucho, Rocío Durcal.

COMIDA FAVORITA: Gambas al ajillo .



¿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

