

Alegría
FIGUERUELAS

Revista

J U L I O 2 0 2 6

Actividades

Terapias
No Farmacológicas

Conociendo a...

Editorial



Estimadas familias y residentes:

La llegada del verano trae consigo días más largos, luz y una energía renovada. Esta época es una oportunidad magnífica para estrechar lazos, disfrutar del aire libre y compartir momentos únicos.

El verano también es un momento de reencuentros, pero también de desafíos: picos de calor, cambios temporales en las rutinas o la gestión de las emociones cuando las familias se van de vacaciones.

Desde el equipo de la residencia, seguimos fortaleciendo el espíritu de superación con el que cada día nos sorprenden las personas mayores, y les acompañamos fomentando las actividades de ocio y tiempo libre.

¡Os animamos a seguir compartiendo momentos con nosotros!

Sarai García Hojas
DIRECTORA



Contenido

Escritos originales de los residentes	4
Actividades del trimestre	5
Terapias No Farmacológicas	13
Consejos desde mi experiencia	14
Familias: Compartiendo momentos. Construyendo memorias	15
Recetas de cocina	16
Conociendo a...	17
Así soy yo	18

Escritos originales de los residentes

// Ramona Agudo

Nací el 03 de julio de 1923 en Belmonte de Gracián, un pueblo de Calatayud.

De aquellos años guardo el recuerdo de mis padres Agustín y Cristina y de mis hermanos.

Nos mudamos en tren a Grisén, pueblo donde conocí a mi marido Cesareo y donde tuve 3 hijas: Pilar, Gemma y Lucía.

En mis 103 años he vivido mucho, he aprendido un poco de todo y he olvidado lo malo.

He sido buena cocinera y todos venían a casa a comer.

He intentado ser siempre educada e inculcárselo a mis hijas, enseñándole todo lo bueno de lo que sabía.

Las quiero mucho.



Actividades

Actividades del semestre: ¡No paramos!

Hemos vivido unos meses llenos de emoción, salidas y trabajo. Aquí os dejamos un resumen de lo realizado desde abril:

- El 1 de abril se celebró la semana con un taller de cocina, donde los residentes cocinaron las tradicionales **torrijas** de Semana Santa.



- El 4 de abril se realizó un **paseo** por la localidad, disfrutando de la tregua que dio el tiempo.

- El 21 de abril se realizó una actividad intergeneracional, a los residentes les encantó recibir la **visita de los niños de la escuela infantil** para la celebración de San Jorge.

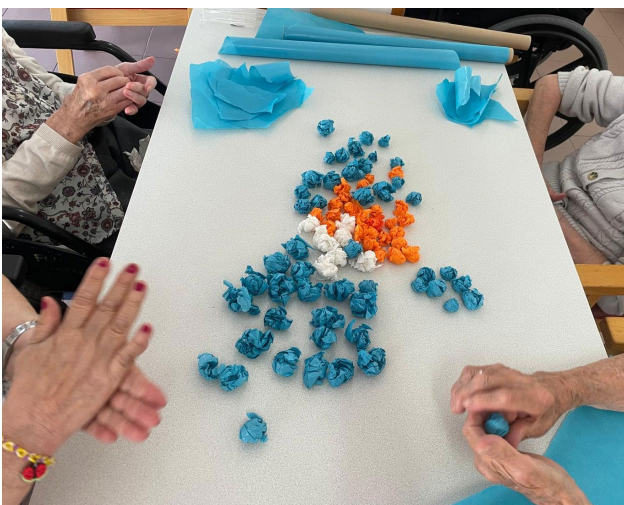


Actividades



- El 23 de abril se celebró **San Jorge** confeccionando preciosas rosas artesanales en un taller de manualidades y hubo una merienda especial.

- El 3 de mayo felicitamos a las madres en su día y recibieron un detalle.



- El 7 de mayo los residentes realizaron un taller creativo con manualidades.



- El 14 de mayo se celebró la primavera y **San Isidro** con un buen vermú que los residentes planificaron y fueron a comprar y música con karaoke.



- El 19 de mayo se realizó un taller de cocina donde elaboramos unas empanadillas riquísimas.



- El 20 de mayo se celebró el **100 cumpleaños de nuestro querido Bernardino.**
¡Felicidades!



- El 21 de mayo aprovechando el buen tiempo los residentes disfrutaron de las **actividades en el jardín.**

- El 25 de mayo se realizó una salida a **“Zaragoza Florece”** disfrutando de la decoración del Parque Grande y comprando flores para la residencia.





- Durante mayo también se realizó varias salidas por el pueblo, aprovechando para tomar un café.

- El 2 de junio paseamos y tomamos café en el Hogar de los Jubilados



- El 8 de junio realizamos un taller de autocuidado donde nos cuidamos las manos y uñas.

- El 15 de junio recibimos a los alumnos del **CEIP Figueruelas** para una actividad intergeneracional preciosa, ayudándoles a limpiar los juguetes de la escuela.



- El 20 de junio celebramos el **Día de las Familias** con un gran bingo y un ágape. La Tuna de Ingenieros de Zaragoza se encargó de alegrar la tarde con su música y canciones.

- El 23 de junio celebramos **San Juan** quemando nuestros deseos.



- El 24 de junio se realizó un **taller basado en el método Montessori**, en el que los usuarios estimularon los sentidos y las funciones cognitivas básicas.



- El 26 de junio se realizó un **taller de cocina** donde los residentes disfrutaron realizando y degustando unos refrescantes batidos de fruta fresca.

Además de los eventos especiales, durante todos estos meses se han mantenido las actividades fijas, esenciales para el bienestar de los residentes:

Bingo: Nuestro clásico favorito para ejercitar la atención y pasar un rato divertido.

Cinefórum: Espacio para el debate, el recuerdo y el disfrute del séptimo arte.

Musicoterapia: Melodías que despiertan emociones y nos conectan con los recuerdos.



Terapia asistida con animales: El cariño incondicional de nuestros amigos de cuatro patas que nos llena de vitalidad.

Talleres de memoria y reminiscencia.

Gerontogimnasia y psicomotricidad.

Fisioterapia.



Terapias No Farmacológicas

Montessori aplicado a personas mayores

¿En qué consiste?

El método Montessori parte de una idea sencilla pero muy potente: todas las personas, independientemente de su edad o grado de deterioro cognitivo, conservan capacidades y pueden seguir aprendiendo, participando y tomando decisiones.

En lugar de centrarse en las limitaciones, pone el foco en las habilidades preservadas, promoviendo actividades con sentido, útiles y adaptadas al nivel de cada persona.

Ejemplos de actividades:

- Clasificar elementos por colores o tamaños
- Emparejar objetos cotidianos.
- Organizar materiales o estanterías.
- Doblar ropa

Todas estas tareas tienen un propósito real, lo que aumenta la motivación y el sentimiento de utilidad.

¿A quién va dirigida?

Estas actividades van dirigidas a personas mayores, sobre todo a aquellas que tienen deterioro cognitivo o demencia. El objetivo no es que la persona realice la actividad de forma perfecta, sino que pueda participar activamente y sentirse competente.

Consejos desde *mi experiencia*

INVENTOS DE LA ÉPOCA

M^a Carmen Nadal

Invento favorito de la niñez

Televisión

¿Cómo ha evolucionado hasta la actualidad?

POCO

MEDIO

ALTO

Beneficios

- Se pueden películas, anuncios, las noticias, concursos y muchas cosas más
- Entretiene mucho
- Se pueden ver recetas y coger ideas



Familias

Compartiendo momentos. Construyendo memorias

LUIS MIGUEL

Momento más feliz en el centro:

Una tarde tomando un café con churros y mi madre compartiendo la historia de su vida y vivencias con otros residentes.

Consejo/Mensaje para los lectores

Aprovechad el tiempo al máximo para estar con nuestros mayores en esta etapa de sus vidas.

Receta de cocina

// Migas

M^a Luisa Serrano

INGREDIENTES

- Pan duro (500 g)
- Leche
- Dietes de ajo (6)
- Chorizo
- Panceta
- Aceite de oliva
- Sal

Para acompañar

- Uva o melón
- Huevo frito (80 g)



Cómo hacer la receta de las migas:

Cortar el pan duro de días anteriores en trozos pequeños realizando pellizcos con el cuchillo. Echar en un recipiente y humedecerlo ligeramente con agua o leche, se puede hacer salpicando con la mano.

Cortar chorizo y panceta para hacer un refrito.

Dorar los ajos enteros en aceite. Freír el chorizo y la panceta hasta que estén dorados. Añadir el pan y remover hasta que las migas queden sueltas y cojan color. Hay que tener cuidado de que no se peguen.

Servir acompañadas de uvas o melón y también se puede servir con un huevo frito.



Conociendo a...

PUESTO: GEROCULTORA

EN EL CENTRO DESDE: 2026

LUGAR FAVORITO DE VACACIONES: La montaña

¿CÓMO DESCRIBIRÍAS TU TRABAJO?: Bonito. Me gusta mucho tratar con la gente, hablar con ella y relacionarme con diferentes personas, escucharlas y compartir diferentes momentos. **¿CUÁLES**

SON TUS ILUSIONES DIARIAS?: Ver a los residentes felices, ver una sonrisa, una risa, un baile...

ANÉCDOTA ESPECIAL CON UN RESIDENTE: No podría quedarme con una sola anécdota, me quedo con cada historia que cuentan los residentes, cada una a su forma y con su trasfondo.



ANA ARNAS

GEROCULTOR

Así soy yo

María Teresa González Fernández

NOMBRE: María Teresa

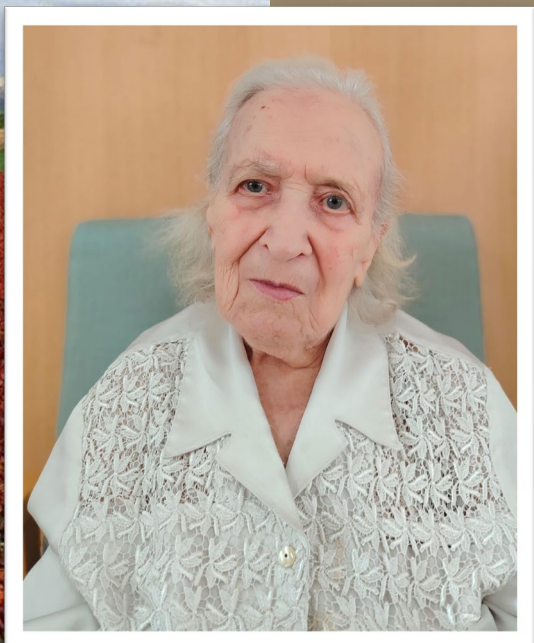
LUGAR DE NACIMIENTO: Santander (Cantabria)

EDAD: 89 años

EN ALBERTIA DESDE: Febrero de 2023

PELÍCULA: Me gustan las películas románticas.

CANCIÓN: “Una paloma blanca”, Antonio Molina



¿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

