



Revista

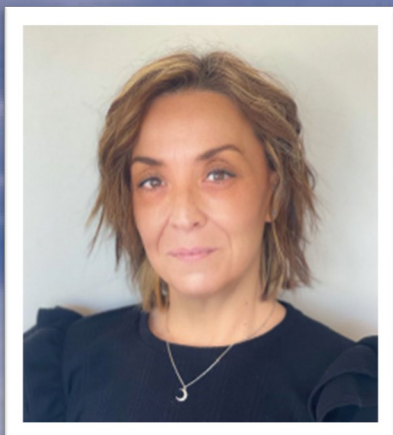
A G O S T O 2 0 2 6

Actividades

Escritos de los
residentes

Taller de cocina

Editorial



¡Bienvenido, verano!

Queridas familias, residentes y equipo:
Con la llegada de los días más largos y el sol brillando en nuestros jardines, es un placer darle la bienvenida al verano. Una época que nos invita a renovar nuestra energía y a disfrutar de los pequeños placeres de la vida.

Quiero hacer un reconocimiento especial a todo nuestro equipo de profesionales, cuyo cariño y dedicación hacen posible que nuestros residentes se sientan como en casa. También agradezco a las familias por su apoyo constante; gracias una vez más por seguir confiando en nosotros y por formar parte activa de nuestra vida diaria.

Les deseo a todos un feliz y refrescante verano, lleno de momentos entrañables y buena compañía. ¡Disfrutemos juntos de la magia de esta estación!

Un afectuoso saludo,

Mayte Sánchez.
DIRECTORA.



Contenido

Escritos originales de los residentes	4
Actividades del trimestre	5
Terapias No Farmacológicas	7
Dibujos de residentes	8
Familias: Compartiendo momentos. Construyendo memorias	9
Recetas de cocina	10
Conociendo a...	11
Así soy yo.	12

Pequeños gestos que marcan la diferencia:

Apoyo emocional en el día a día en la residencia

Desde hace varios años se viene ofreciendo apoyo emocional a residentes y familiares en las Residencias Plata y castañar y Valle de la Oliva, por parte de la psicóloga del Equipo de Atención Psicosocial del Hospital Universitario San Rafael, que forma parte del Programa de Atención Integral a personas con enfermedad avanzada de Fundación La Caixa.

En el entorno de una residencia, especialmente cuando hablamos de final de vida, tendemos a pensar que la atención psicológica es tarea exclusiva de profesionales especializados. Sin embargo, la realidad es que el bienestar emocional de las personas residentes se construye, en gran medida junto a pequeños gestos cotidianos que todo el equipo puede ofrecer.

Un saludo cercano por la mañana, una mirada que transmite calma, un rato de conversación sin prisas o, simplemente sostener una mano en silencio, pueden convertirse en intervenciones profundamente significativas. En una etapa donde las palabras a veces sobran y las emociones se intensifican, la presencia humana cobra un valor incalculable.

Durante el verano, además, estas necesidades emocionales pueden hacerse más visibles. Los cambios en la rutina, las vacaciones de familiares o incluso el ambiente más pausado pueden generar momentos de mayor soledad o nostalgia. Por ello, es especialmente importante estar atentos a esas pequeñas oportunidades de conexión.

Escuchar activamente es uno de los pilares fundamentales. No se trata solo de oír, sino de validar lo que la persona siente, sin juzgar ni intentar corregir. Frases sencillas como “entiendo que te sientas así” o “estoy aquí contigo” pueden ofrecer un gran alivio emocional. Acompañar también implica respetar los silencios, sin la necesidad de llenarlos constantemente.

Otro aspecto clave es el uso del contacto y la cercanía siempre desde el respeto y la sensibilidad. Un gesto tan simple como ajustar una almohada con delicadeza, ofrecer una bebida fresca en un día caluroso o facilitar que la persona pueda disfrutar de la luz natural pueden mejorar notablemente su bienestar.

En este contexto, el papel del Psicólogo resulta fundamental como guía y apoyo tanto para las personas residentes como para el propio equipo. El psicólogo no sólo interviene en situaciones de mayor complejidad emocional, sino que también orienta a los profesionales en cómo acompañar mejor en el día a día, ofreciendo herramientas de comunicación, ayudando a identificar señales de malestar y fomentando una mirada más humana y centrada en la persona.

Su labor en la residencia es amplia y cercana: realiza valoraciones para detectar necesidades psicológicas, acompaña de forma individual a quienes atraviesan momentos de mayor vulnerabilidad (ansiedad, tristeza o miedo ante el deterioro físico) y diseña intervenciones adaptadas a cada residente.

Además, el Psicólogo facilita espacios de expresión donde los residentes pueden hablar acerca de sus preocupaciones, despedirse, revisar su historia de vida o encontrar sentido a lo que están viviendo. También interviene en el acompañamiento al final de la vida, ayudando a gestionar el miedo, el sufrimiento emocional y favoreciendo una mayor tranquilidad en este proceso

Su labor también incluye el acompañar en procesos como el duelo anticipado, facilitar espacios de expresión emocional y ayudar a encontrar sentido en esta etapa de la vida. En muchas ocasiones, el residente se va a enfrentar a la pérdida de otros residentes, con los cuales a menudo tienen lazos estrechos ya que existe una convivencia diaria y debemos estar pendientes a este proceso y acompañarlos emocionalmente.

También actúa como nexo con las familias, apoyándolas en momentos difíciles y favoreciendo una despedida más consciente y acompañada.

Es importante recordar que cada residente es único, con su propia historia, valores y necesidades. Por eso, el cuidado emocional requiere atención individualizada continuada, sensibilidad y sobre todo humanidad. En este sentido, el trabajo continuo entre Psicólogo y el resto del equipo multiplica el impacto de esos pequeños gestos cotidianos.

En definitiva, acompañar al final de la vida no siempre implica grandes acciones, sino una suma de pequeños gestos que, día a día construyen un entorno más cálido, digno y humano. Porque en muchas ocasiones, lo más importante no es lo que hacemos sino cómo hacemos sentir a la persona que tenemos delante

Sandra Vecino

Psicóloga EAPS SAN RAFAEL

Programa Atención Integral a personas con enfermedad avanzada de Fundación La Caixa

Escritos originales de los residentes

// P. G. R.

Hola soy Paloma y soy una usuaria del Centro de Día y vengo a contar mi experiencia desde que vengo aquí.

Me gustan todas las actividades que hacemos, aunque hay algunas en las que no participo porque me resultan muy fuertes, como por ejemplo cuando vienen a cantarnos al vestíbulo. Me gusta la música y he ido un par de veces, pero se me hace demasiado barullo. Pero sé que a mis compañeros de aquí les gusta mucho ir.

Otra actividad en la que no participo pero que me gusta ver es el taller de pulseras, que también veo que lo disfrutan mucho. Yo me he buscado algo que hacer mientras tanto, asique hago ganchillo, que me encanta, y creo que voy a acabar llenando a todo el Centro de Día de medusas de ganchillo.

Me encanta venir aquí. Mi psicóloga siempre me decía que me tenía que apuntar a algo porque no es que sea antisocial, pero me costaba socializar. Pero desde que estoy aquí les traigo a todos locos porque no hago más que hablar y hablar.

La verdad es que desde que estoy aquí siento que he ganado en muchas cosas y la verdad es que estoy muy contenta y todo el mundo me lo nota. Hasta mi médico me dijo que se me notaba en la cara que estaba más animada. Hay veces que hasta prefiere que vaya al Centro de Día que a verle a él!

Yo me encuentro aquí muy bien, y aunque siempre pasa que hay cosas que gustan más y cosas que gustan menos, yo aquí estoy encantada y por lo menos no estoy en mi casa tumbada y durmiendo todo el día.

Asique aquí puedo decir que estoy muy muy contenta.

Actividades



- Desde la llegada de la primavera, se plantaron y sembraron tanto flores como hortalizas y plantas aromáticas. Ahora, con la llegada del verano y durante todo el mes de mayo se ha hecho un mantenimiento de las mesas de jardín, recogiendo lo que ya estaba listo y regando y removiendo la tierra de aquellas plantas que estaban todavía creciendo.

- El lunes 4 de mayo vino a cantar a la residencia Oscar Recio para celebrar el día de la madre. Una vez más, trajo un repertorio de música española de época que animó a todo el centro y celebró a todas las mujeres. Hubo pasodobles, flamenco y canciones de grandes artistas españoles como Manolo Escobar y Lola Flores.



- El lunes 11 de mayo se lleva a cabo un taller manual en el que los residentes y usuarios que participan elaboran flores de papel pinocho con motivo de la celebración de San Isidro. Las flores simulan los claveles típicos de esta festividad y se repartieron durante las celebraciones de la semana para decorar y animar a los demás residentes y usuarios.



- Se mantiene la terapia canina todos los jueves a las 12.00H en el centro. Cada semana se rota por una sala o planta para poder trabajar con todos los residentes y usuarios. Este mes de junio, aprovechando el buen tiempo, las terapias caninas se llevaron a cabo en los jardines y recinto del centro.

- El miércoles 10 de junio se llevó a cabo una salida extrarresidencial. Una excursión al centro comercial Plaza Río 2, en frente de la zona del Matadero de Madrid. Acudimos a una heladería con un grupo de 19 residentes. Pueden disfrutar de un refrescante helado mientras miran las vistas que el lugar ofrece de la ciudad de Madrid.



- Desde la empresa Memora, el día martes 16 de junio se organiza una actividad en la residencia que consiste en un taller de flamencoterapia. Acude la bailarina y guía del taller y utiliza la música y el baile flamenco para favorecer por un lado el movimiento de los participantes y por otro lado a despertar esos recuerdos de sus juventudes con las canciones que tanto les gustan.

Terapias No Farmacológicas

MUSICOTERAPIA.

¿En qué consiste?

La musicoterapia hace uso de la música como herramienta terapéutica para favorecer el bienestar del residente y del usuario. A través del canto y la escucha de música, se estimula la memoria, la comunicación y la participación activa del que participa. Favorece el desarrollo integral de la persona y mejora la salud física, cognitiva y emocional.

¿A quién va dirigida?

Una sesión de musicoterapia puede favorecer a cualquier tipo de perfil de paciente, desde un deterioro grave en el que se estimula sensorialmente hasta un deterioro leve en el que la persona participa más activamente.

Frecuencia

La musicoterapeuta acude al centro todos los jueves y va rotando por cada sala y planta para abarcar el mayor número de participantes posibles.



Familias

Compartiendo momentos. Construyendo memorias.

MENSAJES DE FAMILIARES:

“Mis padres entraron en el año 2017. Mi madre fue muy feliz viviendo allí y paseando por el jardín. Mi padre encontró además de cariño, cuidados y atención, otro hogar; hasta huerto como en el pueblo. Esa ilusión le ha motivado para llegar a casi 103 años. No sabía muy bien en que consistía la terapia ocupacional, pero para mi padre, esta actividad y la del " baile" como él decía, han sido definitivas para llegar tan lúcido hasta el final.

Muchísimas gracias a todo el equipo por parte de nuestra familia. Habéis conseguido que ir a la residencia fuera algo bonito y agradable para nosotros. Un abrazo”.

Hija del residente A.H.B

“Hoy es el último día de mi padre después de su estancia temporal, y toda la familia estamos muy agradecidos por la labor que desempeñan todo el equipo. Siempre tienes dudas cuando por circunstancias, tienes que llevar a tu familiar a una residencia.

Y la verdad es que salimos muy satisfechos de la amabilidad, empatía e implicación que tienen con todos los mayores.

Un trato muy cercano con nosotros y con cualquier duda que tengas, siempre están disponibles.

¡Gracias por todo! Seguid así!”

Hija del residente Z.A.C

Receta de cocina

// PANINIS CASEROS:

INGREDIENTES:

Molletes de pan de aceite.

Taquitos de bacon.

Salchichas Frankfurt.

Atún en aceite de oliva.

Queso rayado de gratinar.

Tomate frito.

Orégano.

Cómo hacer los paninis caseros paso a paso:

Primero colocamos los molletes de pan en cada plato y los abrimos por la mitad, para que queden 2 tostas en las que preparar nuestros ingredientes.

Colocamos en la mesa los ingredientes repartidos para que estén al alcance de todos los participantes: los botes de tomate, los packs de bacon, las salchichas (que previamente hemos troceado), las latas de atún y las bolsas con el queso rayado.

Empezaremos echando un poco de tomate en ambos lados del mollete ya abierto, y con una cuchara se extiende por toda la superficie. A continuación, le ponemos el queso rayado por encima para formar la base sobre la que poner la carne.

Los residentes tendrán que elegir que fuente de proteína quieren en sus paninis, incluso pudiendo combinar más de uno en cada tosta.

Se colocan el bacon, las salchichas y el atún sobre los panes y se espolvorea el orégano por encima.

Metemos los paninis al horno unos 7 u 8 minutos y ya salen listos y calentitos para disfrutarlos!!!



Conociendo a...

PUESTO: Recepción (y previamente peluquería).

EN EL CENTRO DESDE: El año 2004.

LUGAR FAVORITO DE VACACIONES: El norte, especialmente Asturias.

¿CÓMO DESCRIBIRÍAS TU TRABAJO?: Un puesto de mucha responsabilidad en el que eres la primera línea de cara al trato con familias, visitas y nuevos ingresos. Me gusta porque es social e implica relacionarse y tratar con personas y además implica resolver problemas que les surgen en su día a día.

¿CUÁLES SON TUS ILUSIONES DIARIAS?: Ver que mis hijas están bien y felices y cumpliendo sus sueños.

ANÉCDOTA ESPECIAL CON UN RESIDENTE: En las navidades del año del COVID, las trabajadoras nos disfrazamos todas de regalo de navidad para animarlos durante las fiestas y todos se mostraban muy contentos y agradecidos.

MARTA MARTÍN BARANDIARÁN.

CARGO: RECEPCIÓN.



Así soy yo

ROCÍO GÓMEZ ÁNGEL

NOMBRE: Rocío Gómez.

LUGAR DE NACIMIENTO: Cañete La Real, provincia de Málaga.

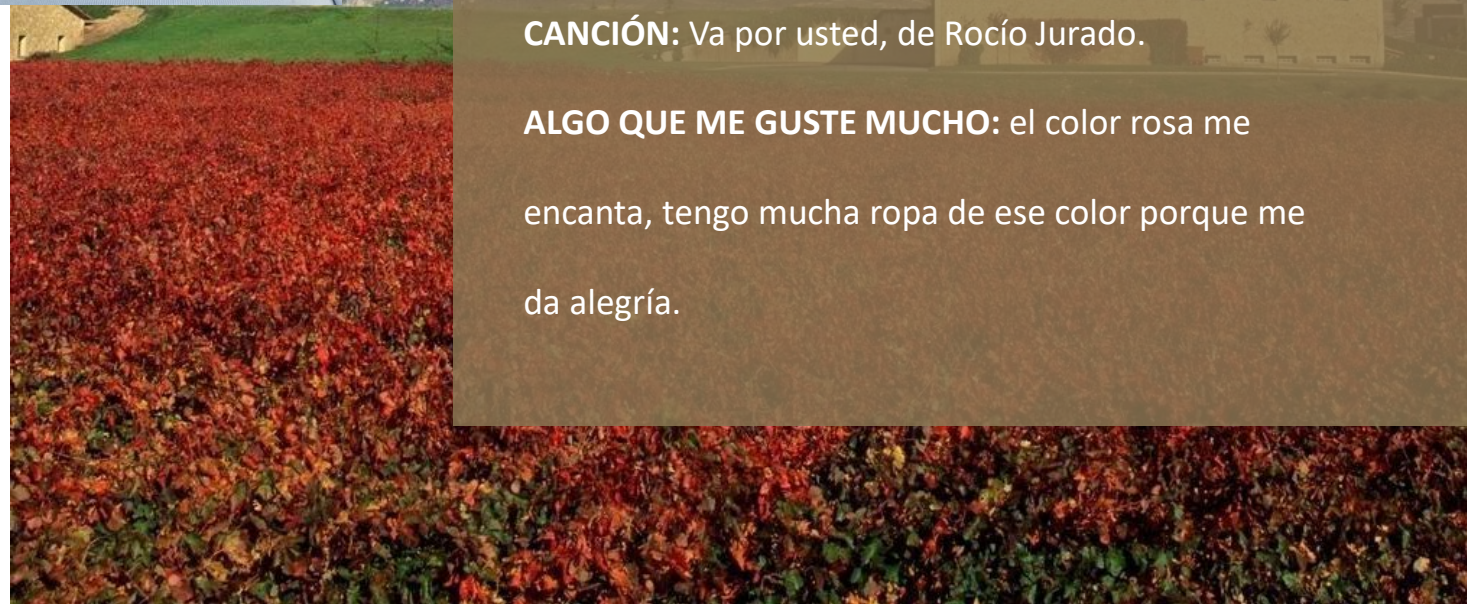
EDAD: 88 años.

EN ALBERTIA DESDE: 12 de Marzo de 2026.

PELÍCULA: Me gusta cualquier película en la que salga y cante Manolo Escobar.

CANCIÓN: Va por usted, de Rocío Jurado.

ALGO QUE ME GUSTE MUCHO: el color rosa me encanta, tengo mucha ropa de ese color porque me da alegría.



¿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

