



Alegria



SAN SEBASTIÁN
DE LOS REYES



ÍNDICE

CUMPLEAÑOS – Páginas 3, 4 y 5
GERIARTE – Páginas 6, 7, 8 y 9
BREVES DEL TRIMESTRE – Páginas 10, 11, 12 y 13
RECETAS DE COCINA - Página 14
SEMANA SANTA – Página 15
NUESTRAS VIVENCIAS - Páginas 16 y 17
PASATIEMPOS – Páginas 18 y 19
SOLUCIONES PASATIEMPOS – Página 20
ACTIVIDADES CULTURALES – Página 21

Equipo de redacción de la Residencia y Centro de Día para Mayores
San Sebastián de los Reyes.



CUMPLEAÑOS DEL *trimestre*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

ABRIL						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1	2	3	4 Remedios Jimenez (79)	5	6	7
8	9	10 Daniela Recuenzo (94)	11	12	13	14
15	16	17	18 Felipe Chacón (70)	19 Francisco Ruiz (79)	20	21
22 Manuela Soriano (71)	23	24	25	26 José Gordillo (87)	27 Antonia Morales (90)	28
29 Roberto Isidro (88)	30					





CUMPLEAÑOS DEL *trimestre*

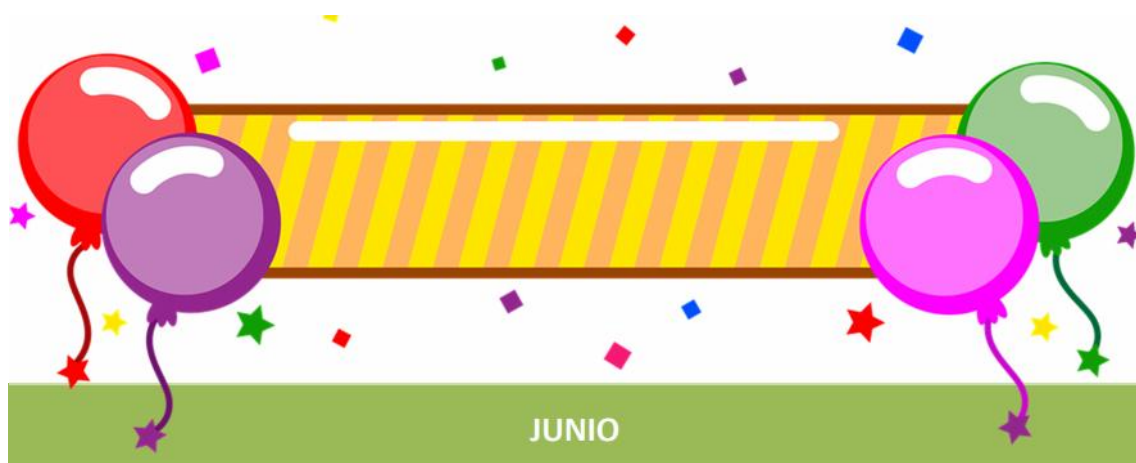
por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

MAYO						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
		1 Felipa Espinosa (86)	2	3	4 Pia Aragón (89) Salud García (94) Andrés Sánchez (69)	5 Agustina Amarilla (92) Joaquín Álvarez (79)
6	7	8 Rosario Sánchez (81) Josefa M ^a Expósito (86)	9 Caridad León (90)	10	11 Juan Pedro López (87)	12
13 Teresa Morales (77)	14 Antonio Serrano (89)	15	16 Casto Hernández (84)	17	18 Felisa Pliego (84)	19
20 Anastasia Urrutia (86)	21	22	23	24	25	26
27 Aurora Méndez (87)	28 Micaela Ruiz (99)	29	30	31 Juana de la Calle (91)		



CUMPLEAÑOS DEL *trimestre*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL



JUNIO						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
					1	2
3	4 Soledad Morales (82)	5	6 Eleazar Bernalte (77) Gonzalo Rubio (98)	7	8	9 M ^a Carmen Elvira (87)
10 Adela Pérez (89)	11	12	13 Jose Antonio Carretero (79)	14	15	16 Maruja Zamora (101) Vicente Sáez (91)
17 Vicente González (72)	18	19 Juana Hernández (92)	20	21 Carmen Plaza (98)	22	23
24	25	26	27	28	29 Aniana Valentín (83)	30



**ELEMENTOS DECORATIVOS
PARA CONFECCIONAR EL
MURAL DEL DÍA DE LA PAZ**

REALIZADO POR LOS
RESIDENTES

**MURAL REALIZADO PARA LA
CELEBRACIÓN DEL DÍA DE LA
PAZ**

REALIZADO POR LOS
RESIDENTES, FAMILIARES Y
TRABAJADORES DEL CENTRO





**ELEMENTOS DECORATIVOS
PARA CONFECCIONAR EL
MURAL DEL DÍA DE SAN
VALENTÍN**

REALIZADO POR RESIDENTES

**MURAL REALIZADO PARA LA
CELEBRACIÓN DEL DÍA DE SAN
VALENTÍN**

REALIZADO POR LOS
RESIDENTES, FAMILIARES Y
TRABAJADORES DEL CENTRO





MÁSCARAS PARA LA CELEBRACIÓN DEL CARNAVAL

REALIZADO POR LOS RESIDENTES

DIBUJO

REALIZADO POR ANTONIO RUIZ
(80 AÑOS)





**ELEMENTOS DECORATIVOS
PARA CONFECCIONAR
MURAL DE LA PRIMAVERA**

REALIZADO POR LOS
RESIDENTES

**MURAL REALIZADO PARA LA
CELEBRACIÓN DE LA
PRIMAVERA**

REALIZADO POR LOS RESIDENTES
Y TRABAJADORES DEL CENTRO





BREVES DEL *trimestre*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

“¿NOS VAMOS DE REBAJAS!”

El pasado mes de enero, se llevó a cabo una salida con algunos de los residentes y usuarios de Centro de día al Centro Comercial ‘Plaza Norte 2’.

Desde el Departamento de Terapia Ocupacional, los objetivos terapéuticos a cumplir con dicha salida, consistían en que los mayores de nuestro centro, pusieran en práctica Actividades Instrumentales de la Vida Diaria (AIVD), las cuales son imprescindibles para que ellos puedan desenvolverse en su vida cotidiana, como por ejemplo las funciones ejecutivas fuera del centro, la toma de decisiones, la elección de las tallas a la hora de probarse la ropa y el manejo del dinero a la hora de pasar por caja para comprar las prendas elegidas.



A su vez, han podido disfrutar de una mañana de rebajas con precios muy asequibles y de un contacto con el ambiente exterior.

CELEBRACIÓN DE LOS CUMPLEAÑOS CON NUESTRO MAGO AGUSTÍN



Como cada mes, celebramos junto al Mago Agustín los cumpleaños del mes de los residentes de nuestro centro.

En este día, amenizamos la tarde con una merienda especial, degustando un trozo de tarta.

Tras la merienda, reunimos a todos los residentes en el salón para cantar el ‘Cumpleaños Feliz’ y para hacer el reparto de las felicitaciones.

Finalmente, el Mago Agustín realiza su espectáculo de magia con el cual, deja anonadados a los residentes.



BREVES DEL *trimestre*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

CELEBRACIÓN DEL DÍA DE LA PAZ



El pasado 31 de enero, tuvo lugar la celebración del “Día de la Paz” junto con los residentes y familiares, con el fin de promover y facilitar la participación social de todos ellos a través de la actividad planteada.

La actividad estaba constituida por varios actos simbólicos:

En primer lugar, se llevó a cabo el reparto de globos, en los cuales cada residente tenía que poner su nombre para con posterioridad pegarlo en el mural que había sido creado en la Sala de Terapia Ocupacional semanas previas al evento.

También, algunos de ellos se encargaron de colgar junto al mural

el símbolo representativo de este día, el *símbolo de la paz*.

Finalmente, los familiares recitaron diversos textos y frases de grandes promotores de la paz.

CELEBRACIÓN DEL DÍA DE SAN VALENTÍN - ¡QUE VIVA EL AMOR!

El pasado 14 de febrero se celebró en la Residencia y Centro de Día de San Sebastián de los Reyes, el *Día de San Valentín* junto a los residentes y familiares.

La actividad planteada consistía en juntar diversas piezas de puzle para poder formar un corazón.

Una vez unidas las piezas, entre todos los presentes, se llevó a cabo una lluvia de ideas sobre palabras y adjetivos que simbolizaran y representaran el amor.





BREVES DEL *trimestre*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

EXCURSIÓN AL ENSAYO DE LA “ORCAM”

Un año más, un grupo de residentes y usuarios de centro de día tuvieron la oportunidad de acudir a un ensayo de la Orquesta y Coro de la Comunidad de Madrid.

Fue todo un deleite para nuestros oídos el escuchar la representación sinfónica de dicha orquesta. Y más de uno se quedó con la boca abierta cuando comenzó la interpretación del coro acompañados por los instrumentos.

Todo esto en un escenario de lo más espectacular, como es el Auditorio Nacional de Música.

¡Seguro que repetimos!

“¿YA LLEGÓ EL CARNAVAL!”



El pasado 8 de marzo se dio la bienvenida al Carnaval en el Centro, teniendo como motivo principal la representación de los animales del *Arca de Noé*.

La celebración de dicho acontecimiento, se desarrolló en el salón de la Residencia con la participación de los residentes y profesionales del centro.

Se hizo un reparto de las caretas entre todos los usuarios a la vez que se les sacaba a bailar al centro del salón, disfrutando así de un ambiente festivo a la par que agradable.

TARDES DE WII-TERAPIA



Dentro de las terapias ofrecidas en el centro, merece especial mención la terapia asistida con la videoconsola Wii.

Esta actividad lúdica permite a nuestros mayores trabajar aspectos como la fuerza y movimiento, la coordinación, el equilibrio... Sin



BREVES DEL *trimestre*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

olvidar la atención y memoria entre otras capacidades cognitivas.

Sin duda un gran recurso con nuestros mayores, y encima divertidísimo.

CELEBRACIÓN DEL DÍA DEL PADRE

El pasado 19 de marzo se celebró en la Residencia y Centro de Día, el *Día del Padre*.

Una fecha muy especial en el que los profesionales del centro quisimos obsequiar a los residentes con un detalle para festejar dicho acontecimiento.

Tras el reparto de los regalos, nos reunimos junto con residentes y familiares para disfrutar de un aperitivo en conmemoración a este día.

CONFERENCIA DEL MUSEO “LÁZARO GALDIANO”

El 13 de marzo pudimos disfrutar de una de las muchas conferencias a las que asistimos referentes a la historia y evolución de diversos museos de la Comunidad de Madrid.

En dichas conferencias, podemos aprender sobre numerosas características únicas y detalles que se esconden tras cada obra, así como el año de creación y el artista responsable de la misma.

También son comentados datos históricos relevantes referentes a cada época y siglo.

Este tipo de actividad, es una buena forma de poner al alcance de los residentes una mayor información cultural que resulte de su interés.



TALLER DE COCINA - ¡A LOS RICOS BOMBONES!

Un trimestre más, se han venido realizando diversos talleres de cocina con nuestros mayores.

Vamos a destacar el taller de bombones que se realizó aprovechando la celebración del Día de San Valentín.

Se realizaron unas ricas trufas de chocolate, que al finalizar nuestros mayores pudieron disfrutar y dejar disfrutar a todos sus amigos y familiares... ¡y seguro que algún enamorado también!



RECETAS DE *cocina*

por TERESA ESTEBAN Y DOLORES ROMERO

ARROZ GUISADO

INGREDIENTES:

-) 2 vasos de arroz
-) Almejas
-) Gambas
-) 1 ajo
-) 1 cebolla
-) 4 vasos de agua o caldo de pescado
-) Azafrán en hebras
-) Aceite y sal

PASOS:

En primer lugar pelamos las gambas y lavamos las almejas.

Ponemos aceite a calentar y echamos la cebolla y el ajo picado fino, estando pendientes de remover para que no se quemé.

Añadimos el agua o caldo de pescado y las almejas, las gambas y las cabezas de las gambas y dejamos que eche a cocer.

Cuando cueza retiramos las cabezas de las gambas y echamos una pizca de azafrán en hebras, un poco de sal y el arroz.

Dejamos cocer unos veinte minutos, hasta que se absorba todo el agua o caldo.

Dejamos reposar 5 minutos tapado por un trapo de cocina y ¡listo para comer!

CONEJO AL AJILLO

INGREDIENTES:

-) 1 conejo troceado
-) 1 vaso de vino blanco
-) 2 o 3 cabezas de ajo
-) 1 hoja de laurel
-) Aceite y sal



PASOS:

Ponemos bien de aceite a calentar en una sartén.

Cuando el aceite esté caliente echamos los trozos de conejo a freír.

Machacamos los ajos en un mortero con una guindilla pequeña.

Echamos la majá de ajo en el vino y lo movemos para juntarlo bien. Añadimos una hoja de laurel.

Cuando el conejo está empezando a dorarse echamos la mezcla del vino y ajo a la sartén y lo dejamos 20 o 30 minutos a fuego bajo para que se consuma el alcohol y se concentre la salsa.

Retiramos del fuego y lo vertemos en una cazuela de barro para presentar.

Es muy fácil y... ¡Esta riquísimo!



SEMANA *Santa*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

Ya está aquí el mes de abril, y con él llega este año la celebración de la Semana Santa. Las festividades darán comienzo el domingo 14 de abril con la celebración del Domingo de Ramos. El Jueves y Viernes Santo corresponderán con los días 18 y 19 de abril respectivamente, y el domingo 21 se celebrará el Domingo de Resurrección.

La Semana Santa es la fiesta más importante del año litúrgico, pero... ¿sabemos dónde está su origen?

Todo comenzó en los orígenes de la Iglesia Cristiana, que ya desde sus inicios quiso conmemorar los sucesos que narran el Nuevo Testamento en torno a los últimos días de la vida de Cristo.

En estos sucesos también tiene origen el Domingo como día de celebración para todos los cristianos.

También cabe mencionar el nacimiento de las procesiones, que tiene lugar en los siglos XII y XIII, cuando comenzaron a organizarse las cofradías y hermandades de Semana Santa. Con el objetivo de acercar los últimos instantes de la vida de Jesús a todos los ciudadanos, grupos de laicos comenzaron a sacar imágenes a las calles.

Hoy en día las procesiones más famosas que podemos encontrar son la procesión del Yacente en Zamora, la madrugá del Viernes Santo en

Sevilla, la procesión de los Legionarios en Málaga, la Pasión Viviente en Castro Urdiales... entre muchísimas otras más.



Pero las tradiciones de Semana Santa no acaban ahí. Desde el punto de vista gastronómico esta celebración nos deja también un patrimonio destacable. Comenzando con el potaje de vigilia en el periodo de cuaresma, precedente a la Semana Santa, desembocamos en las torrijas.

Un riquísimo dulce compuesto por ingredientes de lo más humildes, como son el pan, la leche o el azúcar.

Desde nuestra Residencia queremos invitaros a que nos acompañéis el próximo día 17 de abril, víspera del Jueves Santo, en la realización de un taller de cocina en el que con ayuda de los residentes y familiares realizaremos unas torrijas para el disfrute de todos. ¡Os esperamos!



NUESTRAS *vivencias*

por SOLEDAD MORALES

Nací en La Cabrera, un pueblo de la sierra de Madrid, el día 4 de junio de 1937. Tenía 4 hermanos. Mi madre se llama Ana, que todavía vive con 104 años, y mi padre se llamaba Tomás.

No fui a la escuela porque era la mayor de mis hermanos y me quede sin padre a los nueve años, y como mi madre tenía que trabajar yo me quedaba cuidado a todos ellos.

Ahora se leer, escribir, sumar y restar porque mi nieta me enseñó hace unos años.

En el año 55 me casé con mi marido en Torrelaguna, en la provincia de Madrid. Se llamaba Emeterio, y era de ese pueblo. Allí tuve tres hijos, Lucía, Gregorio y Tomás.

Tuve un cuarto hijo en Aranda del Duero, provincia de Burgos, donde vivimos unos años por el trabajo de mi marido.

Después nos volvimos a Madrid, a San Sebastián de los Reyes. Allí llego Raquel, que nació ya en Madrid, en el Hospital de la Paz.

De joven trabajé mucho en casas y cuidando niños. Cuando me casé dejé de trabajar para cuidar de mis hijos.

Cuando estos ya eran mayores volví a trabajar durante tres años en una casa en la Moraleja.

Ahora sigo viviendo en mi casa, que compramos mi marido y yo en San Sebastián de los Reyes hace casi 50 años y después de pagar mucho tiempo alquileres. Todos mis hijos viven cerca de mí y me ayudan muchísimo.

Además de cinco hijos, tengo 14 nietos y 5 bisnietos, la más pequeña de año y medio.

Llevo casi seis años viniendo al centro de día y me gusta mucho. Subimos a terapia, hacemos gimnasia, salimos de excursión... Aquí se me pasa el día más rápido y estoy muy tranquila. Los fines de semana lo echo mucho de menos.





NUESTRAS *vivencias*

por LUISA S. Y VIRTUDES L.

Luisa S.

Nací el día 7 de septiembre de 1936 en Calera y Chozas (Toledo). Me crie con mi abuela desde que nací y el trato con ella siempre fue muy bueno; nos cuidó muy bien a mi hermana y a mí.

Conocí a quien en la actualidad es mi marido, en una boda de una pariente. Me pidió salir a bailar y desde ese momento, nos hicimos novios.

Estuvimos cuatro años saliendo aproximadamente y luego nos casamos. Llevamos cincuenta y siete años casados.

Mi marido trabajaba como soldador, mientras yo era niñera y ama de casa.

Yo siempre quise tener una niña, aunque primero llegó el niño, que a día de hoy tiene 58 años. Pocos años después, llegó la niña que tanto esperaba y a la cual, llamé como a mi madre.

Tengo cuatro nietos: dos chicos por parte de mi hijo y una chica y un chico por parte de mi hija.

Como entretenimiento, siempre me ha gustado el ganchillo y hacer punto.

Virtudes L.

Nací en la ciudad de Granada un 8 febrero de 1940.

Me crie con mis padres y mi hermano José.

Mi padre trabajaba en la Fábrica de explosivos y pólvora y yo me encargaba de llevarle todos los días la comida para que así no faltase a su puesto de trabajo.

Mi madre se encargaba de hacer las tareas de la casa y de cuidarnos a mi hermano y a mí.

De pequeña siempre fui una niña muy traviesa y he hecho muchas locuras (eso sí, sin hacer daño a nadie). Así fue como le llamé la atención a Adolfo, a quien en la actualidad es mi marido.

Es buenísimo y siempre está pendiente de mí para ver si puede ayudarme en algo. ¡Le quiero muchísimo!

Tenemos dos hijas a las cuales llamamos Reina y Azucena. Las dos quisieron dedicarse a lo mismo a lo que yo me dediqué cuando era joven, ¡a ser *esteticien!*

Mi trabajo consistía en hacer masajes a las clientas y era muy buena en ello (risas).



Pasatiempos

BUSCA 10 NOMBRES DE MUJER:

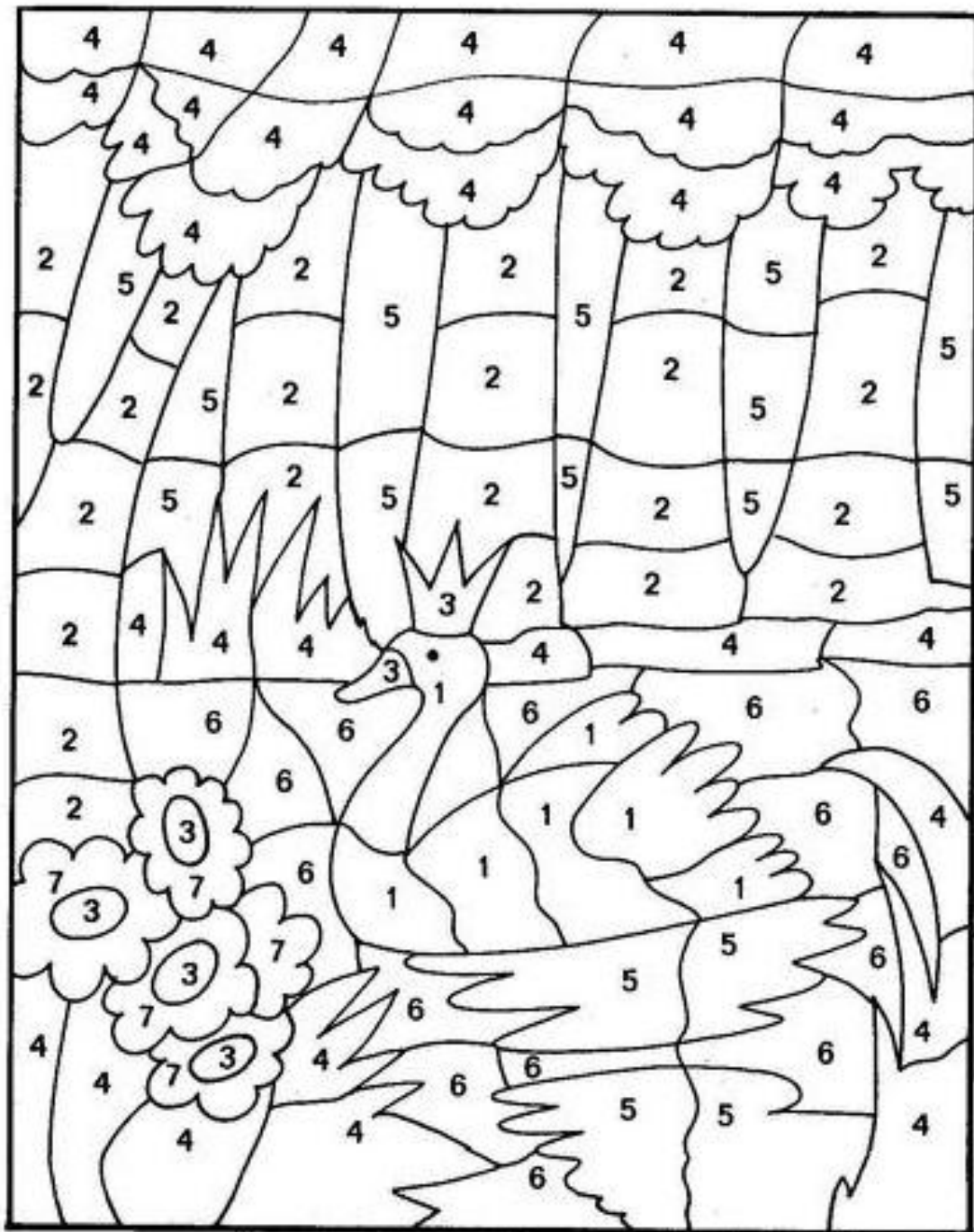
A	H	U	I	O	L	Ñ	P	A	S	T	R	E	I	O
S	C	R	I	S	T	I	N	A	I	U	B	S	A	L
D	U	R	W	E	D	G	H	C	A	S	E	N	S	P
F	R	O	C	I	O	R	A	E	O	A	A	B	D	K
G	F	G	H	J	U	T	S	R	G	N	T	V	V	N
Y	I	O	T	H	G	Y	D	A	F	Y	R	F	N	J
E	G	U	I	O	T	U	V	Q	D	A	I	S	J	S
L	V	G	R	E	U	R	N	U	V	D	Z	F	U	A
E	B	B	T	V	I	H	J	E	T	R	F	R	I	N
N	N	N	Y	N	V	B	U	L	U	I	A	T	O	D
A	Y	M	U	M	B	V	H	I	J	A	S	Y	K	R
U	T	O	R	I	I	A	F	N	M	N	R	U	F	A
O	R	E	H	A	U	S	A	S	C	A	U	R	H	E
M	S	V	B	E	I	O	K	B	A	S	I	H	Y	D
H	I	A	P	A	T	R	I	C	I	A	R	B	T	S
Y	U	N	A	D	B	N	E	R	T	U	A	V	S	G
U	D	E	S	E	R	T	Y	H	M	I	O	A	D	Y
N	G	Y	U	J	M	F	C	T	U	M	K	S	O	T
A	S	M	A	R	I	A	B	G	U	I	O	T	A	J



Pasatiempos

COLOREA SEGÚN LOS NÚMEROS:

LOS COLORES ESTÁN EN INGLÉS, TRATA DE AVERIGÜAR CUAL SON , PUEDES PREGUNTAR A LOS TRABAJADORES O QUIZÁ TE SEPAS ALGUNOS ;)



1-white 2-brown 3-yellow 4-green
5-light blue 6-dark blue 7-purple



Pasatiempos *SOLUCIONES*



A	H	U	I	O	L	Ñ	P	A	S	T	R	E	I	O
S	C	R	I	S	T	I	N	A	I	U	B	S	A	L
D	U	R	W	E	D	G	H	C	A	S	E	N	S	P
F	R	O	C	I	O	R	A	E	O	A	A	B	D	K
G	F	G	H	J	U	T	S	R	G	N	T	V	V	N
Y	I	O	T	H	G	Y	D	A	F	Y	R	F	N	J
E	G	U	I	O	T	U	V	Q	D	A	I	S	J	S
L	V	G	R	E	U	R	N	U	V	D	Z	F	U	A
E	B	B	T	V	I	H	J	E	T	R	F	R	I	N
N	N	N	Y	N	V	B	U	L	U	I	A	T	O	D
A	Y	M	U	M	B	V	H	I	J	A	S	Y	K	R
U	T	O	R	I	I	A	F	N	M	N	R	U	F	A
O	R	E	H	A	U	S	A	S	C	A	U	R	H	E
M	S	V	B	E	I	O	K	B	A	S	I	H	Y	D
H	I	A	P	A	T	R	I	C	I	A	R	B	T	S
Y	U	N	A	D	B	N	E	R	T	U	A	V	S	G
U	D	E	S	E	R	T	Y	H	M	I	O	A	D	Y
N	G	Y	U	J	M	F	C	T	U	M	K	S	O	T
A	S	M	A	R	I	A	B	G	U	I	O	T	A	J





PRÓXIMAS *actividades*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

ABRIL

-) DÍA MUNDIAL DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA SALUD
-) DÍA INTERNACIONAL DEL BESO – GYMKANA
-) CELEBRACIÓN DE LA SEMANA SANTA – TALLER DE COCINA
-) CELEBRACIÓN DE LA FERIA DE ABRIL
-) CONFERENCIA DEL MUSEO BELLAS ARTES
-) EXCURSIÓN AL MUSEO NACIONAL DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA
-) DÍA MUNDIAL DEL PARKINSON
-) CELEBRACIÓN DE LOS CUMPLEAÑOS DEL MES DE ABRIL



MAYO

-) CELEBRACIÓN DEL DÍA DE LA MADRE
-) DÍA INTERNACIONAL DE LOS MUSEOS – VISITA A MUSEO

-) ACTUACIÓN DEL GRUPO “AIRES MANCHEGOS”
-) CELEBRACIÓN DE LOS CUMPLEAÑOS DEL MES DE MAYO

JUNIO

-) TALLER Y FIESTA DE BIENVENIDA AL VERANO
-) CINE DE VERANO
-) TALLER DE HELADOS
-) CELEBRACIÓN DE LOS CUMPLEAÑOS DEL MES DE JUNIO



DURANTE TODO EL TRIMESTRE

-) TALLER DE MAGIA
-) TERAPIA ASISTIDA CON ANIMALES
-) PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE CAÍDAS (SIEL BLUE)



pasión

POR NUESTROS MAYORES



ALBERTIA SERVICIOS SOCIO SANITARIOS, S.A.

C/ Hacienda de Pavones 261 - 28030 Madrid

Todos los derechos reservados. Copyright 2017 ©



www.albertia.es