



Alegria

SAN SEBASTIÁN
DE LOS REYES



ÍNDICE

CUMPLEAÑOS – Páginas 3, 4 y 5
GERIARTE – Páginas 6, 7 y 8
BREVES DEL TRIMESTRE – Páginas 9, 10, 11, 12 y 13
CERTIFICACIÓN POR AENOR – Páginas 14 y 15
RECETAS DE COCINA – Páginas 16 y 17
NUESTRAS VIVENCIAS – Página 18
PASATIEMPOS – Página 19
SOLUCIONES PASATIEMPOS – Página 20
PRÓXIMAS ACTIVIDADES – 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	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



CUMPLEAÑOS DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

MAYO						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
				1	2	3
4 Andrés Sánchez (70)	5 Joaquín Álvarez (80)	6	7	8	9 Caridad León (91)	10
11	12	13	14 Antonio Serrano (90)	15	16 Casto Hernández (85)	17
18	19	20 Anastasia Urrutia (87)	21	22	23 Pedro Cuadrado (70)	24
25	26	27	28	29	30	31 Juana de la Calle (92)



CUMPLEAÑOS DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

JUNIO						
LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1 Pablo Spasic (97) Carmen Sanz (96)	2	3 Soledad Morales (83)	4	5 Antonio Baeza (79)	6	7
8	9	10	11 Aurora San José (83)	12 José Antonio Carretero (80)	13	14
15	16 Vicente González (73)	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



DECORACIÓN DEL MURAL PARA SAN VALENTÍN

REALIZADO POR RESIDENTES Y USUARIOS DE C.D. EN HORAS DE TERAPIA Y POR LA TARDE JUNTO A LAS VOLUNTARIAS Y ALUMNAS DEL COLEGIO ALDEAFUENTE



MURALES PARA LA CELEBRACIÓN DEL DÍA DE LA PAZ Y NO VIOLENCIA

ACTIVIDAD RESIDENCIAL REALIZADA POR USUARIOS DE C.D. EN LA HORA DE PROGRAMA DE OCIO





GERIarte

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA



ACTIVIDAD RESIDENCIAL REALIZADA POR
RESIDENTES Y USUARIOS DE C.D.
EN HORAS DE TERAPIA OCUPACIONAL Y POR
LA TARDE JUNTO A LAS VOLUNTARIAS Y
ALUMNAS DEL COLEGIO ALDEAFUENTE

MANUALIDADES DESTINADAS A LA CELEBRACIÓN DEL DÍA DE CARNAVAL

REALIZADO POR GRUPOS 1
Y 2 DE RESIDENTES Y
USUARIOS DE C.D. EN
HORAS DE TERAPIA
OCUPACIONAL





DIBUJOS DE ÁNIMO FRENTE AL VIRUS

ACTIVIDAD REALIZADA POR RESIDENTES



¡PHOTOCALL PARA EL DÍA DE LA MADRE!

REALIZADO POR TRABAJADORA SOCIAL Y TERAPEUTA OCUPACIONAL



BREVES DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

CONFERENCIA A LAS FAMILIAS

El pasado martes veintiuno de enero, en la Residencia y Centro de Día de San Sebastián de los Reyes, se realizó una salida al Museo Etnográfico de San Sebastián de los Reyes “El Caserón”.

Todas las colecciones, las cuales enmarcaban la vida de nuestros abuelos, están conservadas en vitrinas diseñadas para cada colección y/o pieza.

Algunas de las salas de las que pudimos disfrutar fueron: sala de textil, donde se mostraban algunos ejemplos de prendas interiores y exteriores del modo de vestir femenino y masculino, así como los tejidos más utilizados para confeccionar las prendas, sala de estancia doméstica (recreación de lo que era una cocina en la mayoría de las casas), sala de instrumentos musicales y la sala de oficios, donde pudimos observar un gran fuelle, arados, llaves enormes de hierro, retratos de familia, diversos trajes y atuendos, herramientas para el trabajo en el campo y herrería...

Tras finalizar la visita y como nos sobraba algo de tiempo, decidimos darnos un homenaje y tomar un tentempié en una cafetería todos juntos para charlar y así disfrutar de la salida al máximo.



CELEBRACIÓN DEL DÍA DE LA PAZ Y LA NO VIOLENCIA

El pasado viernes diecisiete de enero, en la Residencia y Centro de Día de San Sebastián de los Reyes, disfrutamos de nuevo de la gran visita de las alumnas y voluntarias del Colegio Aldeafuente.

Teniendo en cuenta las festividades del mes y sus días más determinantes, decidimos entre todos realizar una actividad centrada en el Día Internacional de la Paz y la No Violencia a nivel educativo.

La educación en y para la tolerancia, la solidaridad, la concordia, el respeto a los Derechos Humanos, la no-violencia y la paz son motivos para recordar en el día 30 de



BREVES DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

enero. En ese día se celebra el aniversario de la muerte del Mahatma Gandhi, líder pacifista que defendió y promovió la no violencia y la resistencia pacífica frente a la injusticia. Este día, por su temática general de no violencia, resolución de conflictos y convivencia, puede trabajarse en todos los niveles educativos.

Una educación inspirada en una cultura de no violencia y paz permite al alumnado adquirir conocimientos, actitudes y competencias que refuercen su desarrollo como ciudadanos globales críticos y comprometidos con sus derechos y los de otras personas.



Gracias a este beneficioso impacto que está teniendo el encuentro intergeneracional, esperamos

continuar realizándolo durante mucho tiempo.

LA LABORTERAPIA

La laborterapia desde la Terapia Ocupacional, consiste en un método a través de la creación y realización de labores creativas y numerosas manualidades, siendo una forma de tratamiento que tiene como fin promover las habilidades de nuestros mayores, así como el fomento de su autonomía, independencia y toma de sus propias decisiones en la vida diaria.

Toda actividad está pensada y planteada en distintos niveles, adaptándose a las capacidades de cada uno, pudiendo ser realizada a nivel individual y/o grupal.





BREVES DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

CELEBRACIÓN DEL DÍA DE SAN VALENTÍN

El pasado viernes, 14 de Febrero se conmemora el Día de los Enamorados, en honor a San Valentín. En la Residencia y Centro de día para mayores de San Sebastián de los Reyes, gestionada por *Albertia*, se celebró de un modo especial durante la mañana.

Las semanas previas, en el Taller de Laborterapia las residentes prepararon varias cadenetas de corazones mediante su previa costura. Preparamos varias tiras de

fieltro de diversos colores para formar con ellas los corazones.

Por la mañana, reunimos a los residentes y usuarios en el espacio de Centro de Día para dar comienzo a la actividad planeada. Ésta, consistía en el reparto inicial de numerosos corazones de diversos tamaños (también recortados por ellos en semanas previas) en los cuales tenían que escribir qué significaba para ellos el amor, el día a celebrar o simplemente un mensaje que quisieran dedicar a algún ser querido. Muchos de ellos, además de escribir un corazón para sus familias y entregárselo al final del día, quisieron contribuir poniendo un mensaje para con posterioridad colocarlo en una de las paredes del Centro conmemorando a este día.





BREVES DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

CONTINUAMOS REALIZANDO ACTIVIDADES FRENTE AL COVID-19

A mediados del mes de marzo, hemos comenzado a realizar diversas actividades y Terapias teniendo en cuenta y respetando en todo momento, todas las medidas preventivas y de seguridad.

Hemos pasado las horas libres pintando numerosos dibujos alentadores y de ánimo frente a la lucha con dicho virus.

También hemos realizado fichas de estimulación cognitiva, trabajando diversas áreas dependiendo de las necesidades de cada uno de nuestros residentes (pudiendo ser la atención, memoria, asociación número-color, cálculo...).





BREVES DEL *TRIMESTRE*

por DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

No podemos olvidarnos de los ejercicios de Gerontogimnasia y actividades al aire libre para mantener la fuerza, la movilidad y los alcances de los distintos segmentos corporales.



Además de todas las actividades mencionadas con anterioridad, hemos trabajado en las Actividades Básicas de la Vida Diaria (ABVD's), practicando y fomentando de esta forma, un buen lavado de manos, manteniendo una buena higiene personal, así como repasando cada uno de los pasos a realizar en el vestido... y realizando las mismas



alcanzando la mayor independencia posible.

¡FELIZ DÍA DE LA MADRE!

El pasado lunes, 4 de Mayo celebramos de un modo especial durante la mañana, el Día de la Madre en nuestra Residencia.

Realizamos un mural sorpresa para sorprenderlas al entrar en sus habitaciones y así poderles hacer fotos para con posterioridad, poder enviárselas a sus familias para que así pudiesen verlas y estuviesen un poco *más cerca* de ellas.

¡¡Se sorprendieron mucho cuando nos vieron entrar bailando en las habitaciones acompañadas del mural junto con globos y con bufandas de plumas!!



¡¡Feliz día a todas las madres!!

Protocolo COVID-19

GRUPO ALBERTIA, primera organización del sector sociosanitario con certificado AENOR en sus protocolos contra el COVID19

AENOR ha concedido a ALBERTIA SERVICIOS SOCIO SANITARIOS, la certificación de sus Protocolos frente al COVID-19 por las buenas prácticas implantadas en la gestión de los riesgos derivados de la pandemia del coronavirus.

Desde el fiel compromiso de seguir cuidando y promocionando el bienestar de las personas mayores y gracias a la puesta en marcha de un Plan de Contingencia Global en todos los centros del Grupo Albertia, desde el inicio de la crisis y durante las semanas de mayor intensidad se aplicaron con gran esfuerzo las medidas necesarias para la anticipación, coordinación, adaptación y reacción ante una situación crítica e imprevista. Todo ello ayudó a afrontar la crisis sanitaria dentro de entornos seguros y de protección tanto para residentes como para trabajadores, manteniendo en todo momento los estándares de calidad establecidos por el Grupo.

Para otorgar esta certificación, AENOR ha realizado visitas presenciales, así como un exhaustivo análisis de todos los procedimientos,

protocolos y medidas implementadas para reducir, en la medida de lo posible, el riesgo de contagio por COVID-19 y continuar con su actividad asistencial. Todo ello, protegiendo a las personas en espacios seguros de convivencia y trabajo, estén o no afectadas por el coronavirus.

El Certificado de AENOR sobre estas buenas prácticas contra el COVID-19 le concede a Albertia un aval externo que garantiza que las medidas y los protocolos de actuación son eficaces frente a los riesgos derivados de esta pandemia, cumpliendo además con las directrices establecidas por el Ministerio de Sanidad y las Comunidades Autónomas en materia de prevención e higiene sobre el COVID-19 para los servicios esenciales.

Este hito es gracias a todos y cada uno de los trabajadores de las residencias Albertia. El grupo les agradece todo el esfuerzo realizado. Ahora, fieles a nuestros principios, continuaremos trabajando incansablemente para seguir mejorando la seguridad de todos y la calidad asistencial de nuestros residentes.

Publicado por AENOR en su web: <https://www.aenor.com/conocenos/sala-de-informacion-aenor/noticias/aenor-certifica-los-protocolos-frente-al-covid-19-del-grupo-albertia>



ALBERTIA CERTIFICADO POR AENOR

Protocolo COVID-19

AENOR

**PROTOCOLO
FRENTE AL COVID-19**

**ALBERTIA SERVICIOS
SOCIOSANITARIOS**

SOCIOSANITARIOS
ALBERTIA SERVICIOS



RECETAS DE *cocina*

SALMOREJO CORDOBÉS

Ingredientes:

- 1 kilo de tomates maduros
- 200 g de pan del día anterior
- 200 ml de aceite de oliva
- Sal
- Vinagre (opcional)
- 1/2 diente de ajo (opcional)
- Huevo duro rallado (opcional)
- Jamón serrano picadito (opcional)

Pasos:

Para quitarles la piel a los tomates, ponemos una olla con agua a hervir, y preparamos una ensaladera con agua fría y hielo. Hacemos un corte en la base de los tomates para que luego sea más fácil poder quitarles la piel. Cuando el agua está hirviendo, echamos los tomates, los dejamos medio minuto en el agua hirviendo y los retiramos para añadirlos a la ensaladera con el agua fría y el hielo. Ahora tirando desde el corte que le hicimos a los tomates podremos retirarles la piel fácilmente.

En otro bol añadimos el pan, que previamente hemos cortado en trozos pequeños. Cortamos los tomates en trozos también pequeños y lo añadimos en este mismo bol. Añadimos un pellizco de sal.

Pelamos medio diente de ajo, le quitamos la raíz, y lo picamos fino, e ir probando poco a poco hasta cogerle el punto, o añadirle un poco más si nos gusta el ajo. Añadimos el ajo picado y el aceite al bol donde tenemos los tomates y el pan, y si nos gusta un chorrito de vinagre.

Finalmente pasamos todo el contenido del bol a la batidora y lo batimos hasta que obtengamos la textura deseada, que tiene que ser parecida a una crema. Lo probamos de sal y le añadimos un poco más si es necesario.

Lo ponemos a enfriar en el frigorífico y lo podemos acompañar de huevo duro y jamón serrano picado, unos trocitos de manzana y naranja y un chorrito de aceite de oliva.

HELADOS DE FRUTAS





RECETAS DE *cocina*

Ingredientes:

- 1 rodaja de melón
- 150 gramos de fresas
- 1 cucharada de miel
- 1 taza de leche
- 1 yogur natural

Pasos:

En primer lugar troceamos el melón, lavamos, retiramos las semillas y lo picamos muy finamente.

Luego, agregamos el yogur al vaso de la batidora. Añadimos la leche, la miel y trituramos hasta obtener una textura espesa.

En un molde para helados o polos vamos a añadir esta mezcla. Para finalizar, vamos a introducir el melón muy picado en los helados para darle un sabor excepcional.

El tiempo que debe estar en el congelador será aproximadamente de cuatro horas, aunque yo metería los helados la noche anterior y los dejaría para que quedaran bien congelados.

¡Listo! Están buenísimos y además, podemos variar los ingredientes, es decir, combinar diferentes frutas.





NUESTRAS *vivencias*

Por ANTONIO T.

Me llamo Antonio Tena. Nací un diez de marzo del año 1930 en un pueblo que está en la provincia de Badajoz (Zalamea de la Serena).

Cuando era pequeño, jugaba a hacer casitas con los/as muchachos/as y me iba con mi padre y con sus ovejas, ya que era pastor. Mi madre era costurera y era muy conocida en el pueblo.

Conocí a mi mujer cuando ella tenía unos 13 ó 14, por lo que yo tendría unos quince. Después de haber estado con mis amigos, yo volvía del campo montado en mi burro y la vi junto a sus cuatro amigas. En cuanto la vi pensé “¡Uy! ¡Qué morena más guapa!” Era guapísima y tenía el pelo muy largo.

Llegué a mi casa y me puse guapo con la ropa de verano de los domingos. Yo ya sabía con quién se juntaba ella y fui con mis amigos en busca de su grupo para así, poder verla.

Íbamos al baile y en cuanto tuve un momento para estar con ella le dije que la quería, a lo que ella me contestó que ella también a mí. Estaba un poco celoso, porque había otro chico que se fijaba siempre en ella y se lo dejé caer diciéndole “A ver si ahora vas a estar con dos chicos a la vez” y ella me contestó “No te preocupes, que me quedo contigo”.

A la madre de Lorenza, no le hacía mucha gracia que estuviésemos juntos, ya que éramos muy jóvenes.

Hasta los veinticinco años me dediqué a pastorear y después Lorenza y yo nos casamos y tuvimos tres hijos. Después, me fui a Suiza a ganar dinero como ayudante de submarinistas (para ayudarles desde el barco con el material).

Tras cinco años viviendo allí, me volví al pueblo. Teníamos que plantearnos ir a otra zona para ganar dinero, por lo que nuestra mayor preocupación era quién se iba a quedar con nuestros hijos. Mi suegra se ofreció en todo momento para que así Lorenza pudiese venirse conmigo a Alemania (a ella le salió un trabajo de costurera de asientos de coches y a mí en una fábrica de coches apretando tornillos, poniendo puertas de los coches...).

Al año de vivir en Alemania, volvimos al pueblo para ir a por nuestros hijos y traerlos con nosotros.

Nuestro hijo pequeño estudió para electricista, el mediano trabajó en la fábrica conmigo y la mayor, estuvo un año trabajando en una fábrica de chocolate, pero Lorenza no quería que trabajase más.

Y en resumen... ¡esta es un poco la historia de mi vida!



Pasatiempos

BUSCA 10 OBJETOS VERANIEGOS:

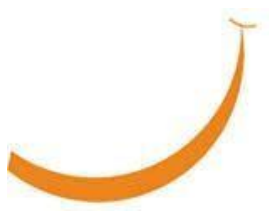
A	G	A	F	A	S	D	E	S	O	L	G	H	J	E
D	F	G	H	J	K	I	T	Y	E	D	F	N	A	R
N	U	B	V	N	B	E	A	V	C	A	S	D	N	M
M	N	A	B	A	N	F	N	B	H	U	G	E	A	S
T	M	Ñ	N	S	H	L	A	N	A	I	A	D	S	O
U	A	A	H	R	O	O	S	A	N	N	F	C	R	M
M	S	D	U	T	N	T	R	S	C	M	A	B	T	B
B	D	O	I	M	H	A	T	D	L	A	S	N	M	R
O	T	R	O	E	G	D	M	E	A	S	D	H	N	I
N	H	U	P	C	B	O	N	I	S	D	E	U	I	L
A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



Pasatiempos *SOLUCIONES*

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





PRÓXIMAS *actividades*

por DPTO. DE TERAPIA OCUPACIONAL

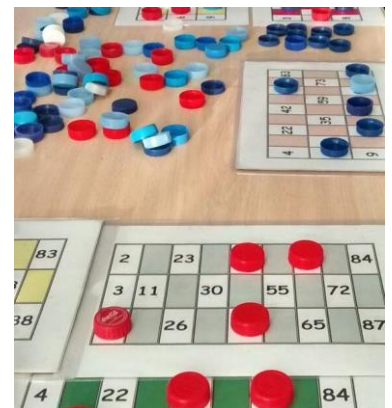
Dadas las circunstancias y los acontecimientos vividos en estos últimos meses, poco a poco iremos retomando todas las actividades que estábamos realizando hasta el momento, así como la vuelta a la normalidad en las terapias.

A su vez, volveremos con las siguientes actividades teniendo en cuenta cuándo podrá ser el posible inicio de las mismas:

- Terapia Asistida con Animales.
- Talleres de Magia.
- Laborterapia.
- Gym-Alzheimer.
- Programa de Prevención de Caídas.
- Actividad de voluntariado con alumnas y voluntarias del Colegio *Aldeafuente*.
- Actividades de Bingo.
- Actividades de Ocio y Tiempo Libre.



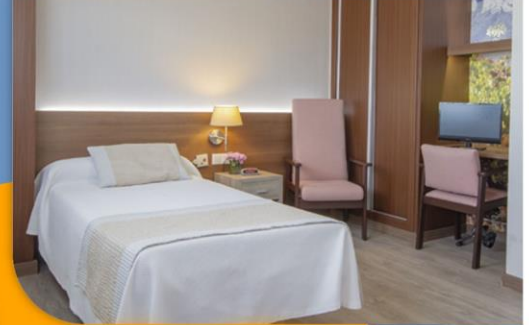
Colegio de Fomento
ALDEAFUENTE



CENTROS
DE DÍA



Albertia
Servicios Sociosanitarios



RESIDENCIAS
APARTAMENTOS SENIOR



El poder de la Ilusión



902 570 562

www.albertia.es