

CENTRO PROTAGONISTA DEL MES

RESIDENCIA ALBIZ DE SESTAO

Taller de cocina

En la Residencia Albiz de Sestao han realizado un taller de cocina y han elaborado unas tartaletas de manzana con crema pastelera. Mientras algunos/as usuarios/as se quedaban en la planta pelando la fruta, amasando el hojaldre y abriendo las mermeladas, otras las bajaron a la cocina a preparar la crema pastelera con el cocinero de la residencia, que fue guiando y recordando paso a paso cómo se elaboraba. Es un postre que además de dulce es muy fresquito y apropiado para esta época del año. Nos han puesto los dientes largos, ¿os animáis a cocinarlas?



RESIDENCIA ALBIZ DE SESTAO

Personas activas

La penúltima semana de mayo se celebró la “VI Semana para Personas Mayores Activas de Sestao” y los/as usuarios/as de la Residencia Albiz de Sestao no quisieron perderse las diversas actividades que se prepararon. Comenzaron la semana acudiendo a una charla sobre sexualidad en las personas mayores. Otra jornada consistió en un taller de patrones saludables y para finalizar la semana fueron a un taller sobre la alimentación saludable para mayores. ¡Qué semana más movidita!



RESIDENCIA ALBIZ DE SESTAO

Rialia

Las salidas al entorno son de las actividades que más gustan a los/as usuarios/as de la Residencia Albiz de Sestao, pero ésta fue más especial. Cuando les propusieron visitar el museo de la industria Rialia, muchos/as se pusieron muy contentos/as ya que les encanta realizar salidas, sobre todo si tiene que ver con sus orígenes y su historia. Rialia, Museo de la Industria, es un centro histórico-artístico que pretende recuperar y difundir los vestigios de nuestro pasado industrial. Disfrutaron muchísimo y además les hizo muy buen tiempo. ¡Qué más se puede pedir!



RESIDENCIA ALBIZ DE SESTAO

Taller de estimulación basal y autoimagen

En la Residencia Albiz de Sestao han puesto en marcha un taller de estimulación basal de autoimagen que está siendo todo un éxito. Está abierto a todas las personas usuarias del centro. Se valoran las necesidades y se ofrecen respuestas de manera individual y colectiva mediante la coordinación del área psicosocial y peluquería.

¿Los objetivos?

Además de cuidar la imagen física (elementos de estética, hábitos de salud e higiene personal), conseguimos reforzar la identidad y el autoconcepto, mejorar la autoestima, fomentar la percepción positiva sobre su imagen física, así como la autonomía de elección y promover la interacción social. En definitiva, mejorar la calidad de vida.

Actividades

A diario, la peluquera del centro realiza distintas actividades como masajes con cremas olfativas, ayuda en la elección de prendas y complementos... etc. De manera extraordinaria se realizan grupos de maquillaje y manicura,



RESIDENCIA ALBIZ DE SESTAO

ENTREVISTA

Cristina (peluquera) y Tere (usuaria):

1. ¿Qué tal la experiencia?

Tere: Yo vengo a peinarme todas las semanas. Me tiño y me hago mechas una vez al mes, pero vengo todos los días a la peluquería a hablar un poquito. He participado también en el taller de maquillaje. A las personas mayores que había les hacía mucha ilusión, yo me pinto todos los días, pero ellas decían que “años a” que no se pintaban ni los ojos ni los labios, fíjate lo guapas que irían, les había quitado la peluquera por lo menos 10 años de encima jajaja... Como yo, ¡¡¡que tengo 93 para 94 años y la gracia es encontrarme bella!!!

2. ¿Cristina para ti como está resultando esta nueva actividad?

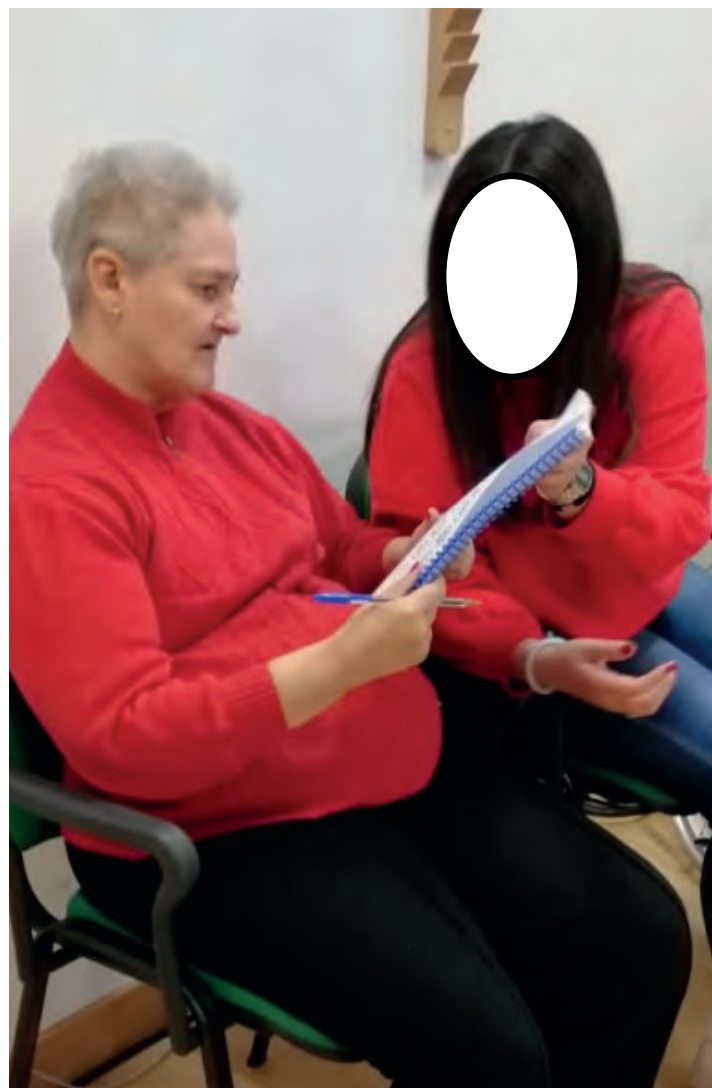
Llevamos unos meses realizándola, me dedico a realizar estimulación sensorial: masajes en brazos, manos, piernas, pies, rostro, realizo manicuras, Algunas elijen el color de uñas según la ropa que llevan puesta.... Una vez al mes nos juntamos y hacemos un grupo de maquillaje y manicura, nos ayudamos y es muy importante la tertulia que hacemos en la que hablamos de cómo nos pintábamos en nuestra juventud y de todo un poco.



RESIDENCIA ALBIZ DE SESTAO

San José de Calasanz

El Instituto San José de Calasanz de Santurtzi invitó a los/as usuarios/as de la Residencia Albiz de Sestao a realizar diversas actividades con los/as alumnos/as de 1º dentro del: “Taller de atención a personas en situación de Dependencia”. Ni cortos/as, ni perezosos/as se pusieron rumbo a Santurtzi en Metro. Programaron varias actividades como un taller de maquillaje y arreglo de uñas, un taller de cocina donde elaboraron unas ricas y esponjosas magdalenas, bingo y diversos juegos de mesa, además de una exposición de fotos antiguas. Como broche final realizaron un divertido karaoke y baile. Se creó un ambiente muy bonito entre los/as usuarios/as y los/as jóvenes,



ENTREVISTA CHICAS CALASANZ

En la Residencia Albiz de Sestao disfrutaron de la colaboración de varias alumnas del Instituto San José Calasanz de Santurtzi durante 3 meses, las cuales acudieron a hacer actividades de estimulación cognitiva y manualidades, entre otras. El último día que fueron les hicieron varias preguntas para que contaran cuáles habían sido sus impresiones



RESIDENCIA ALBIZ DE SESTAO

e hicieran una valoración global del tiempo que estuvieron en el centro.

1 ¿Qué es lo que más os ha gustado de la experiencia?

Lo que hemos aprendido y el cariño que nos han dado. Nunca han puesto pegas a nuestras propuestas y ha habido buena participación.

2. De las actividades que habéis realizado ¿con cuál os quedáis?

No podemos elegir solo una así que destacamos 3.
El día que hablamos de los juegos de ayer, a lo que ellos/as jugaban y las diferencias con el presente. Cuando nos ayudaron a realizar el taller de los botes de cristal. Y por último, la despedida en la que pusimos música que les gustaba e hicimos una pequeña fiesta.

3. ¿Os esperabais la acogida? ¿cómo ha sido la experiencia de trabajar con 3ª edad?

Pensábamos que no iban a estar abiertos/as a las actividades que llevábamos, que iban a llevar mal que unas chavalas les pautaran qué hacer. Al principio no sabíamos cómo hablarles cómo referirnos a ellos/as, cómo tocarles... No ha sido tan impactante como creíamos.



RESIDENCIA ALBIZ DE SESTAO

Fiestas Sestao

Como cada año,
en la Residencia Albiz de Sestao
celebran las fiestas por San Pedro y
han disfrutado de ellas con varios festejos.
Las fiestas comenzaron con el txupinazo
por parte del concejal de cultura,
que luego se unió al karaoke
que tenían preparado
con usuarios/as y familiares.
Los días siguientes
hubo campeonato de juegos de mesa
(cartas, dominó, parchís...)
que nunca falla,
misa especial acompañada por
la Asociación de mujeres “Neba-Neba”,
bingo especial con visita de remeros del Kaiku,
que repartieron varios regalos
entre los/as usuarios/as,
paseo por el recinto festivo
y actuación del Coro “Begoñako Andramari”,
entre otras cosas.
Como broche final realizaron
un taller de cocina
en el que elaboraron una ensaladilla fresquita
adecuada para esos días de calor.
Entre los ingredientes estaban:
huevo cocido, txaka, aceitunas, mayonesa...
Tras mezclarlo todo,
lo untaron en unas tostadas
y el resultado fue un “hamaiketako” muy sabroso.
Gora San Pedroko Jaiak!
Gora Sestao!



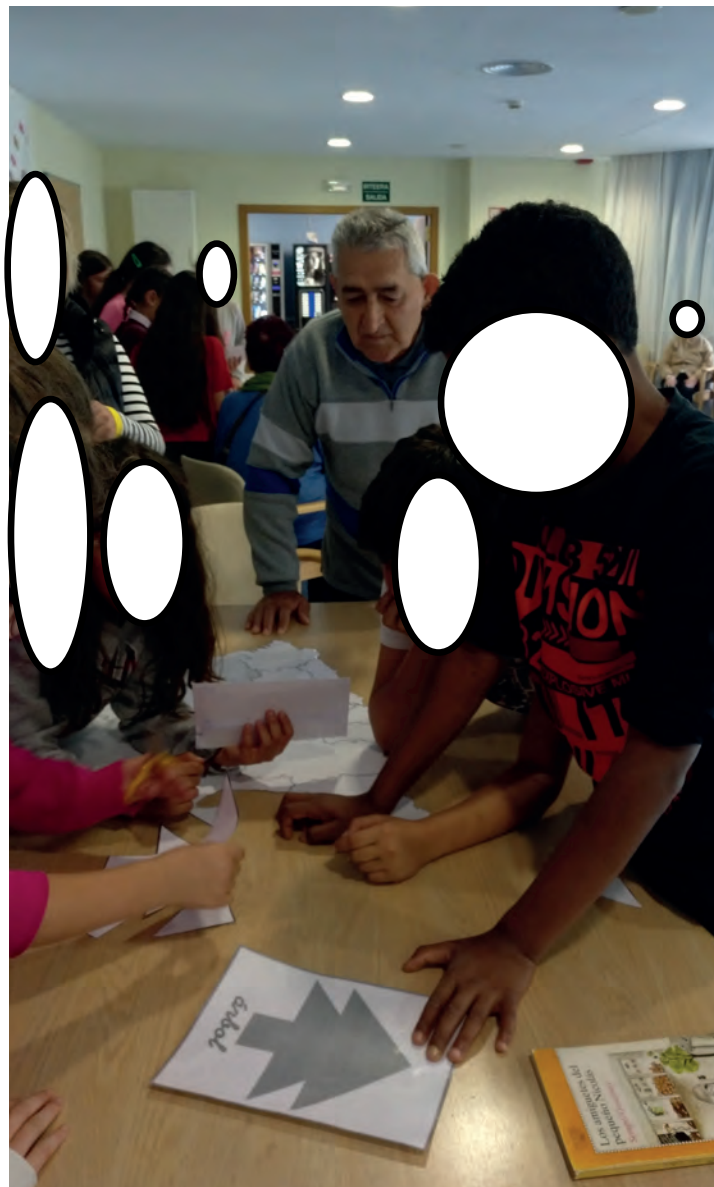
RESIDENCIA ALBIZ DE SESTAO



RESIDENCIA MARCELO GANGOITI DE MUSKIZ

Gincana

En la Residencia Marcelo Gangoiti de Muskiz el pasado mes de junio disfrutaron del último encuentro intergeneracional del curs con los chavales y chavalas del Colegio San Juan Bautista. En está ocasión realizaron una Gincana, que constaba de una serie de pruebas a través de las cuales conseguían ciudades y monumentos de España que después debían colocar en el mapa. Resultó ser una experiencia muy bonita para todos/as, y como no podía ser de otra manera, el encuentro finalizó con un montón de besos y abrazos. Los/as usuarios/as están deseando que pase rápido el verano y que comience el próximo curso para poder seguir disfrutando de estos encuentros tan increíbles.



RESIDENCIA MARCELO GANGOITI DE MUSKIZ

Entrevista a Piedad Cubría: usuaria de la residencia y a su hija

En este número del boletín, desde la Residencia Marcelo Gangoiti de Muskiz han querido hacer una mención especial a una de sus usuarias, Piedad y a su hija Rosi. Rosi es una familiar que pertenece al grupo de baile “La Alegría de Zuazo”. Un grupo sobre todo de mujeres de Barakaldo. Es una gran familia que se divierte bailando y que derrocha simpatía, buen humor y solidaridad. Fue una grata sorpresa que Rosi se pusiera en contacto con nosotras para ofrecerse a participar en las actividades extraordinarias. La primera vez que vinieron fue muy especial porque Rosi le había preparado una sorpresa a su ama. Piedad sabía que su hija se había apuntado a un grupo de baile y que ese grupo venía a la residencia, lo que no sabía era que su hija había estado ensayando los bailes del grupo de sevillanas para poder bailar delante de su madre.



RESIDENCIA MARCELO GANGOITI DE MUSKIZ

1. ¿Piedad, cuántos años tienes?

90 años ya...

2. ¿De dónde eres?

De un pueblo de León,
Villamartín de Don Sancho.

4. ¿Cuándo te viniste a Bizkaia?

En el año 1969,
vinimos a que mi marido
pusiera una peluquería.

5. ¿Tú trabajaste fuera de casa?

Trabajé en el extranjero,
en Bruselas
de interna en un chalet
durante 6 años.

6. ¿Qué recuerdos tienes de tu infancia y adolescencia Piedad?

Me viene a la memoria la guerra.
No pasamos hambre
porque mi padre tenía oficio de herrero
y gracias a él no pasamos hambre
ninguno de los 5 hermanos que éramos.
Por lo demás, he vivido feliz,
tengo un buen recuerdo.

7. ¿Cuáles han sido los momentos más importantes de tu vida?

Cuando tuve a mis hijos,
aunque casi me muero,
pero salí adelante.
Y el marido tan bueno que cogí.



RESIDENCIA MARCELO GANGOITI DE MUSKIZ

8. ¿En qué ocupabas tu tiempo libre?

Haciendo ganchillo,
bordaba y me hacía la ropa.
Me encantaba.

9. ¿Cómo cambió tu vida después de la jubilación?

Empezamos a viajar
y estuvimos 14 años seguidos viajando.
Hemos disfrutado mucho.

10. ¿Qué dificultades te has encontrado en la vida?

Sufrir por los hijos.
Es lo único que me preocupa,
porque aquí estoy muy bien.

11. ¿De quién fue la decisión de venir a la residencia?

Mía, por la enfermedad de mis hijos.

12. ¿Estás a gusto aquí?

Estoy muy a gusto,
me acogisteis muy bien
y nunca se me va a olvidar,
os quiero con locura.
No sé lo que es echar una lágrima por estar aquí,
estoy muy bien
y me pareció lo mejor
por el descanso de mis hijos.

13. ¿Qué es lo que más te gusta de la residencia?

Todo, sobre todo la compañía de las personas
y las actividades.

14. ¿Qué sentiste al ver a tu hija bailar en la residencia?

Una alegría tremenda
pero también pena
por lo malita que ha estado.
Pero tiene una fuerza de voluntad
que no lo sabe nadie.

15. ¿Quieres decir algo más?

Que estoy contenta aquí,
que es lo principal
y estoy en todas las actividades
y me encanta a pesar de mis dolores.



RESIDENCIA MARCELO GANGOITI DE MUSKIZ

Rosi, tu ama nos ha contado algunas cosas sobre ella, pero nos gustaría saber también alguna cosa sobre ti.

1. ¿Cómo viviste la entrada de Piedad en la residencia?

Horroroso.

No por venir a una resi, estamos muy a gusto.

Mi marido estaba muy mal, yo empecé con quimio,...
Doloroso.

2. ¿Estás contenta con el trato que se le da a tu ama?

Sí, ella está contenta por lo que nosotros estamos bien.

3. ¿Qué te motivó a bailar?

Después de 1 mes y medio sin salir de casa por enfermedad de mi marido, una amiga me ofreció ir a bailar y probe. Los caribeños me encantaron. Luego en una fiesta empecé con sevillanas. Me quita el estrés y disfruto mucho.

4. ¿Cómo te animaste a proponer a tus compañeras venir a bailar?

Por animar a las personas mayores. Estando mi ama conocí a otras abuelas y me di cuenta de que había muchas personas mayores solas. Por darles un poco de alegría.

5. ¿Acudís a otros centros?

Muchas residencias.

Barakaldo, Bilbao, Barrika,....

Es una forma de ayudar a las personas mayores.

6. ¿Qué sientes cuando bailas para tu ama?

Satisfacción (se emocionan ambas).

Desde el centro

quieren agradecer a las dos está entrevista tan bonita que nos han ofrecido a todos/as los/as lectores/as de Gure Berriak.



RESIDENCIA MARCELO GANGOITI DE MUSKIZ

San Juan jaiak

Ekaineko azken astean,
San Juan egunarekin bat etorritz,
udalerriko zaindaria.
Marcelo Gangoiti egoitzako kideek
hainbat jarduera izan zituzten.
Muskiz, Sanfuentes eta San Adrián abesbatzen
emanaldiak izan zituzten,
baita Humberto mariachiarena ere,
beti jaiak alaitzeko prest.
“La Alegría de Zuazo”
taldea ere bertan izan zen,
eta denak harrituta geratu ziren
Karibeko dantzen erakustaldiarekin.
Eta, bukatzeko,
Koldo eta bere bilbainadak.
Hori ezin da inoiz faltatu.
Gainera,
Somorrostroko Heziketa Zentroko
neska-mutilek jarduera bat
prestatu zuten egoiliarrentzat.
Oso ondo pasa zuten,
dibertigarria izan zen,
eta datorren urtean ere
errepikatzeko gogoz geratu dira.



OTROS CENTROS PARTICIPANTES EN ESTA EDICIÓN

Centro de Día Bizigura de Gallarta

San Antonio

El pasado mes de junio en el Centro de Día Bizigura de Gallarta celebraron el día de San Antonio y tal y como hicieron el año pasado, participaron en las fiestas del municipio realizando un taller de chapas para los/as niños/as.

Como el año pasado tuvo muchísimo éxito, este año se han animado a repetir y se han quedado con mejor sabor de boca. No daban abasto haciendo chapas, cogieron 300 chapas vírgenes y no quedó ni una.

De los talleres infantiles que se realizaron, fue el que más gustó.

¡¡¡Zorionak por el éxito obtenido!!!



Centro de Día Isozaki Atea de Bilbao

Nuestros robles

El pasado 5 de junio con motivo del Día Mundial del Medioambiente desde el Grupo Urgatzi, el Grupo Babesten y el Grupo Vitalitas se ofreció una iniciativa a todos los centros que consistía en plantar un roble para aportar un pequeño granito de arena a la causa. Los árboles nos ayudan a respirar, por lo que son decisivos para que la atmosfera sea respirable para los seres humanos. Absorben el CO₂, removiendo y almacenando el carbono dióxido al tiempo que liberan oxígeno al aire. Se les conoce como pulmones del planeta. Desde el Centro de Día Isozaki Atea de Bilbao todos/as los/as usuarios/as querían participar en la iniciativa y como solo disponían de dos árboles para plantar tuvieron que dividirse las tareas. En esta ocasión, Marian es la encargada de regar y cuidarlos.



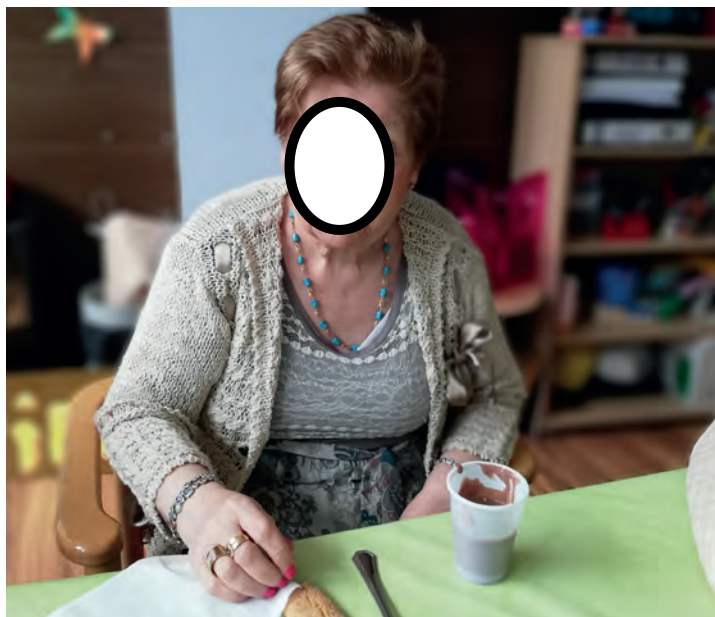
Centro de Día Isozaki Atea de Bilbao

San Juan jai berezia

Ekainaren 24an,
Bilboko Isozaki Atea Eguneko Zentroan
beren San Juan jai berezia egin zuten.
Zelofan paperez egindako sua prestatu zuten
eta beren desioak bota zituzten bertara,
paperean idatzita.
Horrekin batera,
eskatutako guztia betetzeko
konjurua formulatu zuten.
Gainera, munduko leku bakoitzean
gau horretan dauden tradizio desberdinei buruz
eta erritu eta sorginkeriei buruz hitz egin zuten.
Oso interesgarria! . . .
Leku horietako askotan,
sua da elementu nagusia.
Jendeak suaren gainetik salto egiten du,
brasak zapaltzen dituzte,
panpinak erre,
eta abar.
Eta jai bereziari amaiera jartzeko,
txokolatea eta bizkotxoak hartu zituzten.
Bapo-bapo jarri ziren,
ez zuten ezer sobera utzi!



Centro de Día Isozaki Atea de Bilbao



Residencia y Centro de Día Bizkotxalde de Basauri

Recogiendo la cosecha de primavera

Desde la Residencia y Centro de Día Bizkotxalde de Basauri nos han querido poner los dientes largos con estas bonitas fotos que muestran la alegría que da, cuando recoges los frutos de tu trabajo. Nos muestran la recogida de la cosecha que plantaron por primavera y la plantación de la cosecha de verano. ¡¡¡Menudas lechugas!!!



Residencia y Centro de Día Bizkotxalde de Basauri

Quemando lo malo

Los usuarios y usuarias de la Residencia y Centro de Día Bizkotxalde de Basauri aprovecharon la tarde de San Juan para quemar las cosas negativas que querían olvidar, en una hoguera simbólica. Después, como no puedes ser de otro modo en Euskadi, culminaron el día disfrutando de un chocolate con bizcochos. ¡Cómo nos gusta comer a los vascos y vascas!



Residencia y Centro de Día Gazteluondo de Rekalde

Athletic Club

Este segundo trimestre del año en la Residencia y Centro de Día Gazteluondo de Rekalde lo han dedicado a su gran club de futbol, ¡el ATHLETIC!

Las familias junto con las personas residentes han realizado un taller de camisetas con los colores y el escudo rojiblanco. Realizaron un total de 300 camisetas, una con cada nombre de las personas residentes y trabajadoras, y las colocaron en la planta correspondiente a cada uno/as de ellos/as.

Además hicieron un campo de futbol en el que colocaron las camisetas con los nombres de los/as jugadores/as ¡quedó súper bonito!

También, desde el área de terapia ocupacional, han realizado, con distintos materiales, una muestra de los escudos del Athletic desde el principio de su historia hace ya 121 años. Han hablado de su historia y de sus jugadores, del futbol femenino y su auge, ligas, campeonatos y como no, ¡de la gabarra!

Algunos/as de los/as usuarios/as acudieron al estadio de San Mamés a visitar su museo y conocer sus instalaciones de cerca, ¡lo pasaron genial!
¡AUPA ATHLETIC!

