

Financiada por: *Hostelería Alborán*

www.elsaliente.com

La Gaceta
de los Mayores

EJEMPLAR GRATUITO

Nº 3 - JUNIO - 2009 - PUBLICACIÓN TRIMESTRAL



UNIDADES DE ESTANCIAS DIURNAS PARA MAYORES GESTIONADAS POR LA ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD
"EL SALIENTE"-CENTRO ESPECIAL DE EMPLEO

CONCERTADAS CON LA CONSEJERÍA PARA LA IGUALDAD Y BIENESTAR SOCIAL DE LA JUNTA DE ANDALUCÍA

UNIDAD DE ESTANCIAS DIURNAS "HOGAR II"
C/ Padre Méndez, 2. C.P. 04006 Almería
Tlf: 950.25.81.18 30 PLAZAS
hogar2@elsaliente.com

UNIDAD DE ESTANCIAS DIURNAS "EDUARDO FAJARDO" 20 PLAZAS
C/ Clara de Campoamor, 1 Bajo. C.P. 04008 Almería
Tlf: 950.26.37.98
efajardo@elsaliente.com

UNIDAD DE ESTANCIAS DIURNAS "MANUELA CORTÉS" 20 PLAZAS
C/ Ramón y Cajal, 32 Portal 2 Bajo C.P. 04800 Albox (Almería)
Tlf: 950.63.32.96

UNIDAD DE ESTANCIAS DIURNAS "MINERVA"
C/ Olivo 5/N - C.P. 04410 Benahadux (Almería)
Tlf: 950.31.23.81 40 PLAZAS
minerva@elsaliente.com



"El Saliente"-CEE gestiona dos UED's propias y otras dos cuya gestión ha sido encomendada por dos entidades públicas, que son la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social y el Ayuntamiento de Benahadux. Todas estas UED's están concertadas por la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social de la Junta de Andalucía.

PROGRAMA DE ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES
SITUACIÓN DE DEPENDENCIA para fines de semana y festivos

Personas > 65 años
Personas con discapacidad en situación de dependencia

INFORMACIÓN Y SOLICITUD DE PLAZAS EN:
C/ PADRE MÉNDEZ, 2
TEL. 950 25 81 18

"EL SALIENTE"-CEE:
ENTIDAD ACREDITADA PARA EL SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO

Sumario	ARTÍCULO INFORMATIVO - REPRESENTACIÓN TEATRAL DE EDUARDO FAJARDO EN LAS UNIDADES DE ESTANCIAS DIURNAS.....PÁG.1
	UNO DE NOSOTROS - I ANIVERSARIO DE LA UED "MINERVA".....PÁG.1
	NUESTROS MAYORES - DOLORES SOLER BLANES - TERAPEUTA OCUPACIONAL (UED "E. FAJARDO" Y UED "MINERVA").....PÁG.2
	CUESTIONES DE INTERÉS PARA LOS USUARIOS - LA JUVENTUD DE LAS PERSONAS MAYORES USUARIAS DE LA UED "MANUELA CORTÉS".....PÁG.2
	ACTIVIDADES - CONSEJOS PARA COMBATIR EL CALORPÁG.3
	- GALERÍA FOTOGRÁFICA.....PÁG.3 Y 4

REPRESENTACIÓN TEATRAL DE "ROMANCE DE LA GUITARRA Y EL TIEMPO"

Eduardo Fajardo: "Si prescindiera del contacto humano mi vida sería más triste"

Con 160 películas, cerca de 90 obras de teatro y unas 2.000 intervenciones de televisión, Eduardo Fajardo es uno de los más prolíficos actores de la escena española. Desde hace más de una década está vinculado al mundo de la discapacidad, al haber dirigido un grupo de teatro impulsado por la Federación Almeriense de Asociaciones de Personas con Discapacidad (FAAM) y también ha colaborado en múltiples ocasiones con "El Saliente"-CEE. A lo largo de los últimos meses ha actuado en las Unidades de Estancias Diurnas que esta Asociación gestiona, dos de ellas son propias y otras dos cuya gestión le ha sido encomendada por la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social y el Ayuntamiento

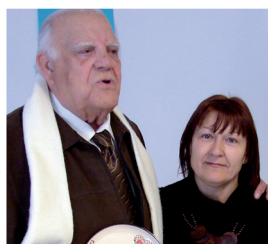
de Benahadux, respectivamente. Las plazas de las cuatro Unidades están concertadas con la citada Consejería.

Visita a los centros

En su visita a estos centros, el popular actor contestó a las preguntas de "La Gaceta de los Mayores" y se mostró muy satisfecho de poder interpretar su obra "Romance de la guitarra y el tiempo" para los usuarios de estos centros. "Hoy estoy muy contento de vivir en Almería", comentó - "aquí la gente me estima, me quiere, tengo el mundo de la discapacidad, del que formo parte y él forma parte también de mi vida". Según comentó "toda mi familia está muy lejos, en América y para mí, la familia ya es el mundo de la discapacidad y de la

Tercera Edad. Además he tenido la gran alegría y satisfacción de que lleve mi nombre uno de los centros, lo cual me ha llenado de ternura y de vez en cuando voy por allí.

El prestigioso intérprete afirma que "si prescindiera de este contacto humano, para mí la vida sería mucho más triste, y por ello doy gracias, sigo dando gracias a dos hombres que dirigen el mundo de la discapacidad, que son Valentín Sola y Matías García, con el que me une una gran amistad desde hace muchos años y que él me trajo de la mano a este mundo".



EDITORIAL

Feliz Verano.

El verano trae consigo las altas temperaturas, lo que puede repercutir negativamente en nuestro estado de salud, si no se tienen en cuenta una serie de recomendaciones que incluimos en este número. Cuidar la alimentación diaria y dosificar el ejercicio físico que realizamos resulta esencial para disfrutar de esta bonita estación el año. Desde las Unidades de Estancias Diurnas que gestiona la Asociación de Personas con Discapacidad "El Saliente"-CEE, dos de ellas titularidad de la Asociación, otra titularidad de la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social y otra del Ayuntamiento de Benahadux, se llevan a cabo las actuaciones necesarias para que los usuarios y usuarias de estos centros vivan la época estival en las mejores condiciones posibles.

ESTE CENTRO DE MAYORES ES TITULARIDAD DEL AYUNTAMIENTO DE BENAHADUX

I Aniversario de la UED "Minerva"

La Unidad de Estancias Diurnas "Minerva", que es titularidad del Ayuntamiento de Benahadux y está gestionada por la Asociación "El Saliente"-CEE, ha cumplido un año de trayectoria. Dirigida por nuestro compañero Ángel Flores, tiene una capacidad de 40 plazas para personas mayores de 65 años y con algún tipo de discapacidad. Sus plazas están concertadas con la Consejería para la Igualdad y B. S.



Equipo de trabajadores de la UED "Minerva"

Primer Aniversario UED MINERVA



FELICIDADES A TODOS LOS USUARIOS Y TRABAJADORES

Financiada por:



www.elsaliente.com

La Gaceta de los Mayores

Concurso de Cruces de UED's y CO Gestionados por "El Saliente"

PRIMER PREMIO



UED "Minerva"

SEGUNDO PREMIO



UED y CO "El Saliente"

TERCER PREMIO



UED "Eduardo Fajardo"

OTRAS CRUCES...



Programa
de Fines de
Semana y
Festivos

UED
"Manuela
Cortés"

UED
"Hogar II"

Uno de nosotros

Dolores Soler Blanes

TERAPEUTA OCUPACIONAL DE LA UED "EDUARDO FAJARDO" Y UED "MINERVA"

Nací en Almería hace ya 33 años. Desde muy pequeña ya demostraba cuáles serían mis grandes aficiones: me pasaba el día entero cantando y bailando, iba al cine todos los domingos (algunos hasta a sesión doble) y devoraba libros de la biblioteca. Al terminar COU, llegó el dilema "¿Y ahora qué estudio?" Y decidí hacer la maleta e irme a Zaragoza a estudiar Terapia Ocupacional, esa gran desconocida (siempre me ha gustado probar nuevas experiencias). No sólo me gustó la carrera, sino que también me enamoré de la ciudad y de la persona que aún sigue siendo mi pareja, Ramón. Así que tomé la decisión de quedarme allí a vivir (también tenía y tengo en Zaragoza a 3 de mis hermanos). Pero en el trabajo no me fue tan bien como pensaba que me iba a ir.

Después de trabajar como dependienta en una papelería, restauradora de muebles, vendedora de velas en un mercadillo, reponedora en un "Carrefour" y repartidora en Correos (hasta me fui a Pamplona a probar



suerte, pero allí sólo pude trabajar en una cafetería-pastelería-panadería. Por fin, en el año 2000 me llamaron para trabajar como terapeuta ocupacional en Guadix (Granada). No me arrepiento de ninguno de los trabajos anteriores, en todos aprendí algo y conocí a gente estupenda, pero mi sueño finalmente se hacía realidad. Desde entonces, no he parado de trabajar, siempre en centros para personas mayores. Lo mejor de este trabajo es el reconocimiento y agradecimiento por parte de los usuarios. Lo que más me reconforta y me anima a seguir trabajando es la alegría con la que me reciben cuando llego a la Unidad, la sonrisa que me dedican cuando les miro y el abrazo que me dan cuando me acerco.

También tengo que agradecer que tanto en la UED "Eduardo Fajardo" como en la UED "Minerva" tengo el apoyo y la colaboración de gente estupenda que más que compañeros considero amigos. Cada Unidad es como una gran familia y eso hace que el trabajo sea más llevadero para todos.

Nuestros mayores

La juventud de las personas mayores usuarias de la UED "Manuela Cortés"

Ser mayor es una persona que aunque no pueda hacerlo todo, puede realizar muchas cosas, nos sentimos jóvenes a pesar de nuestra edad, aún teniendo limitaciones. Además la experiencia es lo que se aprende a lo largo de los años, lo que hace que podamos transmitir al resto nuestra sabiduría como por ejemplo; dar consejos, ser pícaros, traviesos, etc.

Ser mayor nos brinda la posibilidad de tener paciencia, que los más jóvenes no poseen, de reconocer al otro y permitirnos enseñarles muchas cosas que ellos todavía no saben por falta de años recorridos y vividos.

Ser mayor nos ha dado la oportunidad de ser padres que solamente cuando uno llega a esta edad se puede valorar.

Ser mayor para nosotras es otra perspectiva de ver la vida. Se puede



observar desde instantes más pequeños y valorar los buenos momentos que tiene el día.

**NOS SENTIMOS JÓVENES A
PESAR DE NUESTRA EDAD.**

Judith Oneeglio Marabotto
y
Ana Navarro Liria

Financiada por:



www.elsaliente.com

La Gaceta

de los Mayores

Cuestiones de interés para los usuarios

CONSEJOS PARA COMBATIR EL CALOR

QUÉ HACER: En su casa

- Tome agua aunque no tenga sed, un vaso (200ml) cada 2 horas, zumos y bebidas frescas.
- No tome bebidas con alcohol.
- Coma según su costumbre, mejor frutas y legumbres verdes, evite las comidas calientes y pesadas.
- Permanezca en los lugares más frescos de la casa.
- Cierre las ventanas y cortinas de las fachadas expuestas al sol, ábralas de noche para que corra el aire.
- Tome baños y duchas o utilice toallas húmedas sobre la piel para refrescarse.
- Ofrezca agua a los niños con frecuencia y siempre que se despierten durante la noche.
- Prepare los biberones en el momento de darlos.
- Use climatización (ventiladores, aire acondicionado).

QUÉ HACER: En la calle

- Evite salir en horas de calor extremas, desde el mediodía hasta el atardecer (12 - 19 h), si tiene que hacerlo protéjase la cabeza con una gorra o sombrilla, camine por la sombra, use ropa holgada y de colores claros y lleve una botella de agua.
- No se quede, ni deje a nadie en el coche con las ventanas cerradas.
- Evite las actividades deportivas y disminuya la actividad física en las horas de más calor.

PROBLEMAS GRAVES RELACIONADOS CON EL CALOR

La exposición a elevadas temperaturas puede tener consecuencias graves para la salud. Deben tener especial cuidado las personas de edad avanzada, los niños de menores de 5 años y aquellos que realizan una actividad física importante. Si tiene restricciones de líquidos o toma diuréticos consulte a su médico.

Síntomas de alerta:

- Calambres musculares en brazos, piernas y abdomen.
- Dolor de cabeza, confusión, debilidad e insomnio.

Agotamiento debido al calor: Aparece después de varias jornadas de calor y de sudoración intensa, con desvanecimientos, debilidad y cansancio, insomnio y agitación nocturna.

Qué hacer: Buscar un lugar fresco, beber agua, zumo de fruta... y consultar a los servicios de salud si estos síntomas persisten o se agravan.

Golpe de calor:

- Es muy grave, el organismo no puede controlar ni regular su temperatura que aumenta muy deprisa (40°).
- Piel caliente, roja y seca.
- Dolor intenso de cabeza.
- Náuseas y sed intensa.
- Somnolencia y/o agresividad inusual.
- Obnubilación y pérdida de conciencia.
- Convulsiones.

Servicio de Fisioterapia "El Saliente"

Gracias a la colaboración de 4.000 euros concedidos por la Fundación Bancaja, la Asociación "El Saliente"-CEE ha puesto en marcha un Servicio de Fisioterapia y Rehabilitación. Esta apuesta de intervención social posibilita un nuevo recurso que da respuesta a las demandas de asociados y trabajadores de esta Organización, calificada como Centro Especial de Empleo desde 1992.

Una fisioterapeuta con larga experiencia es la responsable de este recurso que se pone en marcha en las instalaciones de la Unidad de Estancias Diurnas "Eduardo Fajardo", que "El Saliente"-CEE gestiona conforme a Convenio de Colaboración con la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social de la Junta de Andalucía. Esta iniciativa se enmarca en el Plan de Acción Social de "El Saliente"-CEE y cumple el objetivo de prestar un servicio

especializado para aquellas personas que deseen recibir tratamientos de Fisioterapia, con especial atención a los socios de "El Saliente"-CEE y a los trabajadores.

EN LA UNIDAD DE
ESTANCIAS DIURNAS
"EDUARDO FAJARDO"

INFORMACIÓN:

Tel. 950.25.81.18

FINANCIADO POR:

Bancaja



Actividades realizadas

Celebración de Cruz de Mayo



Entrega de Flores



UED "MANUELA CORTÉS"



Actividades realizadas

Taller de Jardinería.



Fiesta de la Cruz de Mayo.



UED "HOGAR II"

PROGRAMA DE
FINES DE SEMANA Y FESTIVOS
EN LA UED "HOGAR II"

Manualidades.



Trono de Semana Santa.



UED "MINERVA" Manualidad Mantones



Fiestas de Benahadux.



Manualidades.



Árbol Genealógico.



UED "MINERVA"

UED "EDUARDO FAJARDO"