



Financiada por:

Hostelería Alborán

www.elsaliente.com

# La Gaceta de los Mayores



EJEMPLAR GRATUITO Nº 6 - MARZO - 2010 - 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" 30 PLAZAS  
C/ Padre Méndez, 2. C.P. 04006 Almería  
Tlf: 950.25.81.18  
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" 40 PLAZAS  
C/ Olivo S/N - C.P. 04410 Benahadux (Almería)  
Tlf: 950.31.23.81  
minerva@elsaliente.com

TITULARIDAD DE: JUNTA DE ANDALUCÍA CONSEJERÍA PARA LA IGUALDAD Y BIENESTAR SOCIAL

TITULARIDAD DE: EXCMO. AYTO. DE BENAHADUX

"El Saliente"-CEE gestionados UED's propios y otras cuya gestión le 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 EN 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 (ALMERÍA)  
TEL. 950 25 81 18  
C/ RAMÓN Y CAJAL, 32 Portal 2 Bajo (ALBOX)  
TEL. 950.63.32.96

SERVICIO DE COMIDA DOMICILIO

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

Sumario

**ARTÍCULO INFORMATIVO** - PARQUE GERIÁTRICO EN BENAHADUX.....PÁG. 1

- EDITORIAL: SUBIDÓN ENERGÉTICO: LA PRIMAVERA.....PÁG. 1

**NUESTROS MAYORES UNO DE NOSOTROS**

- JUDITH ONEGLIO MARABOTTO - USUARIA DE LA UED "MANUELA CORTÉS".....PÁG. 2

- TERESA COBO SÁNCHEZ - FISIOTERAPEUTA "HOGAR II".....PÁG. 2

**TERAPIA OCUPACIONAL EN LAS UEDS**.....PÁG. 3

**ACTIVIDADES** - GALERÍA FOTOGRÁFICA.....PÁG. 3 Y 4

## Inauguración el 18 de marzo

# Benahadux dispone ya de un Parque Geriátrico Biosaludable

El municipio de Benahadux cuenta desde el 18 de marzo pasado con un moderno Parque Geriátrico, el primero de la localidad, que además de contar con un equipamiento especializado para facilitar la actividad de sus usuarios, tiene también la consideración de Biosaludable. La inauguración de esta zona recreativa, que también tiene una parte destinada a Parque Infantil, se celebró coincidiendo con las fiestas de la localidad, y contó con la presencia del Alcalde, Juan Jiménez Tortosa, y el Delegado Provincial en Almería de la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social de la Junta de Andalucía, Luís López Jiménez.

El Parque Geriátrico se encuentra justo en frente del Centro de Día y Unidad de Estancias Diurnas para Mayores "Minerva", estando este último centro, con capacidad para 40 plazas, gestionado por la Asociación de Personas con Discapacidad "El Saliente"-CEE.

### Mejora

De esta forma, la nueva instalación será una gran mejora para el servicio que se presta en dicha UED, que viene funcionando desde el año 2008. Por tal motivo, todos los usuarios del centro y

parte de sus familias, además de la Dirección del mismo y el resto de trabajadores, asistieron al acto de inauguración. También estuvo presente en dicho acto el Presidente de la Asociación "El Saliente"-CEE, Matías García. El Parque Geriátrico y la zona Infantil, ya se encuentran abiertas al público. Junto al Centro de Día y a espaldas del futuro Centro Comarcal de Asuntos Sociales.

Tras la inauguración del Parque Geriátrico y un recorrido por el mismo, las más de 300 personas asistentes se desplazaron a los bajos del edificio del Centro de Día y UED donde disfrutaron de una gran paella.



Imágenes del Parque, el Delegado para la Igualdad y el Alcalde de Benahadux en la inauguración y almuerzo celebrado después en las instalaciones del Centro de Día y UED "Minerva".



### EDITORIAL - Subidón energético: La primavera

Vamos a salir del letargo invernal... como dice el refrán: la primavera la sangre altera. Señalan expertos que los cambios estacionales ejercen efectos sobre nuestro organismo y humor que van más allá de lo aparente. Es difícil imaginar los efectos de los cambios climáticos en el organismo del ser humano, se altera la sangre, lo que provoca cambios en el estado de ánimo, que generalmente en primavera se traduce en entusiasmo. Con el inicio de la primavera los expertos recomiendan acostarse tarde y levantarse temprano para tomar el sol, respirar aire fresco, salir de casa y reanimar el espíritu para adaptarse a la tendencia de nacimiento de la primavera. Algunos efectos que no reconocemos a simple vista, pero que están ahí, son el cambio de ritmo de nuestra palpación, respiración, sueño y hasta el estado de ánimo. Es un buen momento para enamorarse de la belleza que nos rodea y aprovechar este "subidón energético" para atreverse a realizar nuevos proyectos. Nos sentimos en esta época primaveral con fuerzas renovadas y entusiasmo expectante para emprender acción y movimiento.

Vamos a salir del letargo invernal... como dice el refrán: la primavera la sangre altera. Señalan expertos que los cambios estacionales ejercen efectos sobre nuestro organismo y humor que van más allá de lo aparente. Es difícil imaginar los efectos de los cambios climáticos en el organismo del ser humano, se altera la sangre, lo que provoca cambios en el estado de ánimo, que generalmente en primavera se traduce en entusiasmo. Con el inicio de la primavera los expertos recomiendan acostarse tarde y levantarse temprano para tomar el sol, respirar aire fresco, salir de casa y reanimar el espíritu para adaptarse a la tendencia de nacimiento de la primavera. Algunos efectos que no reconocemos a simple vista, pero que están ahí, son el cambio de ritmo de nuestra palpación, respiración, sueño y hasta el estado de ánimo. Es un buen momento para enamorarse de la belleza que nos rodea y aprovechar este "subidón energético" para atreverse a realizar nuevos proyectos. Nos sentimos en esta época primaveral con fuerzas renovadas y entusiasmo expectante para emprender acción y movimiento.

### BUZÓN DE SUGERENCIAS

Las familias que quieran realizar alguna aportación, queja o sugerencia pueden hacerlo en los buzones que hay habilitados al efecto en cada una de las Unidades de Estancias Diurnas que gestiona la Asociación "El Saliente", conforme a Convenio de Colaboración con la Consejería de para la Igualdad y Bienestar Social y con el Ayuntamiento de Benahadux. Todas las cartas que contengan un correo electrónico serán respondidas para dar solución a las cuestiones que se traten en las mismas.



# SERVICIO DE FISIOTERAPIA "EL SALIENTE"

En Almería capital y en Albox

**En Almería:** Unidad de Estancias Diurnas "Eduardo Fajardo". C/ Clara de Campoamor nº 1 Bajo. Almería. Más información y cita previa: **Tel. 950.25.81.18**. Horario en Almería: Martes y Jueves de 16:30 a 19:30 horas. Posibilidad de viernes según agenda.

**En Albox:** Unidad de Estancias Diurnas "Manuela Cortés". C/ Ramón y Cajal nº 32. Portal 2 Bajo. Albox. Más información y cita previa: **Tel. 950.12.02.83**. Horario en Albox: Lunes y Jueves de 17:30 a 20:30 horas.

## CON LA COLABORACIÓN DE:

compromiso social.   Procosona®

## ORGANIZA:

  
ASOCIACIÓN DE PERSONAS  
CON DISCAPACIDAD  
"EL SALIENTE". CEE

Financiada por:



www.elsaliente.com

# La Gaceta

de los Mayores

## Nuestros Mayores

Judith Oneeglio Marabotto - Usuaría de la UED "Manuela Cortés"

### "Aquí estoy con mis compañeros y, en definitiva, soy feliz"

Mis padres Manuel Alfredo y Emilia nacieron en Huanuco (Perú), el mismo lugar donde yo vine al mundo. Estudié la educación primaria en un convento de monjas y la Secundaria en el Instituto de Comercio, donde realicé mis estudios de Contable Mercantil.

Como no me gustaba esa profesión, no la practiqué, dedicándome a diferentes actividades como quiromasajista o dando clases particulares a niños de Primaria e instituto. Definitivamente trabajé como secretaria en la Beneficiencia pública de Lima, de donde me retiré a los 25 años de servicio, para cuidar de mis tres hijos.

Vine a España para el matrimonio de mi hija, me acogieron tan bien que hice todo lo necesario para quedarme. Ya una vez

instalada, me traje a mis dos hijos pequeños.

Viví en Almería capital durante ocho años, hasta que nos instalamos definitivamente en

Arboleas (Almería). Como me quedaba sola en casa y aburrida, mi hija buscó algún sitio donde pudiera estar acompañada y debidamente atendida. Así es como llegué a la Unidad de Estancias Diurnas "Manuela Cortés", hace ya casi tres años, y donde me recupero, realizo actividades, interactúo con mis compañeros y el personal del centro, y en definitiva soy feliz.



Judith Oneeglio Marabotto.

## Uno de nosotros

Teresa Cobo Sánchez  
Fisioterapeuta UED "Hogar II"

### "Con mis pacientes, muchas veces recibo más de lo que doy"

Me llamo María Teresa y nací en Jerez de la Frontera (Cádiz) en julio de 1977. Desde que tengo uso de razón, recuerdo sentir inquietud por todo lo que tuviese relación con la salud, las enfermedades y su posible curación. Mi ilusión era ser enfermera o médica, pero pronto fui consciente de que mi discapacidad (soy ciega desde mi nacimiento) no me permitiría ejercer esas profesiones. Así que cuando un profesor me habló de la existencia de la fisioterapia

y me explicó en qué consistía, supe que había encontrado mi camino.

Mi infancia y mi adolescencia fueron como la de las niñas de mi entorno y a los diecinueve años me fui a estudiar a Granada la Diplomatura de Fisioterapia. Esos años los recuerdo con gran cariño, porque la convivencia con tanta gente diferente, la diversión, la necesidad de enfrentarme a los problemas y los muchos ratos de estudio me hicieron más fuerte, autónoma y capaz de volar sola. Cuando terminé Fisioterapia, intenté buscar trabajo en Granada, pero no había forma humana de lograrlo. Mientras tanto, comencé la Licenciatura en Psicología, pero no pude acabarla porque sentí que era hora de ganarme la vida por mí misma. Tras un año de intentos, de entrevistas y decepciones, tropecé con la Asociación de Personas con Discapacidad "El Saliente", que buscaba

una fisioterapeuta para uno de sus centros en 2002.

Tuve suerte, mucha suerte, me seleccionaron para un puesto en la UED "El Zapillo", complementado con un apoyo en la residencia del I.A.A.S en la que se integraba la Unidad. Han pasado casi ocho años desde mi llegada, y he participado en muchos proyectos de la Asociación. Espero poder seguir participando en muchos otros proyectos y continuar creciendo como profesional y como persona, dando lo mejor de mí y recibiendo -como siempre ha sucedido- lo mejor de mis pacientes, porque muchas veces recibimos más de lo que damos.



Teresa Cobo Sánchez.

## Las UEDs celebran su Asamblea

Las UED "Eduardo Fajardo", "Hogar II", "Minerva" y "Manuela Cortés" han celebrado en el mes de marzo la Asamblea con los mayores de los centros. El objetivo

principal de este tipo de encuentros es implicar a los usuarios que reciben nuestro servicio en el funcionamiento de nuestros centros, de manera que tomen parte activa en la dinámica de los mismos. Este acto, que tiene una periodicidad semestral, es recibido con mucho interés por la mayoría de los usuarios.



Asamblea en la UED "Manuela Cortés".

**Mantener  
y mejorar  
la calidad  
de vida**

Financiada por:



www.elsaliente.com

**La Gaceta  
de los Mayores**

## Terapia Ocupacional en las UED's

La Terapia Ocupacional, junto con el resto de servicios prestados en nuestros centros, cumplimenta el objetivo básico del que partimos, que no es otro que mejorar la calidad de vida de nuestros usuarios. El Terapeuta Ocupacional en una Unidad de Estancia Diurna tiene como fin:

- Mantener y o mejorar tanto el estado físico como cognitivo del mayor. Para ello en las Programaciones que cada año se realizan en nuestros centros se planifican actividades dirigidas a la consecución de este objetivo.

Para evitar el deterioro y mantener las capacidades mentales se planifican talleres o actividades para ejercitar la memoria, atención, concentración, cálculo, resolución de problemas, lecto - escritura, orientación temporal, espacial y personal.

Otras actividades como la psicomotricidad, gerontogimnasia y paseos diarios ayudan a mantener y / o mejorar el estado físico del mayor.

Las actividades de ocio y tiempo libre como Talleres Recreativos (Bingo, dominó...), celebración de Días Señalados (Cruz de Mayo, Navidad,...), actividades de convivencias o excursiones ocupan el tiempo de nuestros mayores a la vez que les genera una gran satisfacción personal.

Para despertar sus gustos y aficiones se realizan talleres como

jardinería, libro de recetas, elaboración de jabón casero, y actividades novedosas en las que tanto para planificarlas como para desarrollarlas, contamos con la participación de nuestros usuarios.

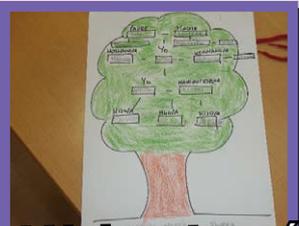
En la adaptación del usuario tiene un papel fundamental la figura del Terapeuta estimulando los contactos sociales entre personas de su misma edad y fomentando las relaciones entre los diferentes usuarios de los centros. La labor del Terapeuta Ocupacional se complementa facilitando que el usuario pueda realizar por sí solo o con la mínima ayuda las actividades de la vida diaria (comer, vestirse, caminar, bañarse,...), realizando con él un entrenamiento en este tipo de actividades y utilizando ayudas técnicas cuando sea necesario.



Actividades de Terapia Ocupacional.

## Actividades realizadas - Galería Fotográfica

UED "MANUELA  
CORTÉS"



Actividad nuestras raíces.



Taller de jardinería.



Maceteros.



Taller de creatividad.



Actividad de  
Carnaval -  
Cocineros.



Día de los  
enamorados.



Carnaval - Flores.



Miércoles de ceniza.



Día de Andalucía.



Preparando  
San Valentín.



Día de Andalucía.



Mural de San  
Valentín.

UED "EDUARDO FAJARDO"

UED "HOGAR II"

# Actividades realizadas - Galería Fotográfica

**Carnaval - Pitonisos.**



**Manualidad.**



**Taller recreativo.**



**Día de Andalucía.**



**Día de Andalucía.**



**Cuadro.**

**Servicio de Fisioterapia.**



PROGRAMA DE ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES EN SITUACIÓN DE DEPENDENCIA LOS FINES DE SEMANA Y FESTIVOS EN LA UED "HOGAR II"



**Día de Andalucía.**



**Celebración de cumpleaños.**

UED "MINERVA"



**Carnaval - Los Cítricos de Benahadux.**



**San Valentín.**



**Cumpleaños feliz.**



**Fiesta de San José.**



**Manualidad portaretratos.**