

Gaceta financiada por: **ANAYA**

[www.elsaliente.com](http://www.elsaliente.com)

# La Gaceta de los Mayores

**EJEMPLAR GRATUITO**

**Nº 14 - MARZO - 2012 PUBLICACIÓN TRIMESTRAL**



ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD "EL SALIENTE" - CEE

ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA

ENTIDAD ACREDITADA PARA EL SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO

**Sumario**

- ARTÍCULO INFORMATIVO - CARNAVAL.....PÁG. 1
- EDITORIAL: SEMANA SANTA.....PÁG. 1
- NUESTROS MAYORES - MARÍA CUADRADO. USUARIA UED "MINERVA".....PÁG. 2
- UNO DE NOSOTROS - ISABEL MASEGOSA. GEROCULTORA.....PÁG. 2
- INFORMACIÓN - LA UED "MINERVA" SE SUMA A LAS FIESTAS.....PÁG. 2
- VIDA SALUDABLE - JUGAR NO ES SÓLO COSA DE NIÑOS.....PÁG. 3
- ACTIVIDADES - GALERÍA FOTOGRÁFICA.....PÁG. 3 y 4

## UNIDADES DE ESTANCIA DIURNA PARA MAYORES GESTIONADAS POR LA ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD "EL SALIENTE" - CEE

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

La Asociación de Personas con Discapacidad "El Saliente" - CEE gestiona una Unidad de Estancia Diurna para Personas Mayores propia y dos 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. La mayor parte de las plazas de estos centros están concertadas con la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social de la Junta de Andalucía.

<b>UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA "HOGAR II"</b> 30 PLAZAS C/ Padre Méndez, 2. C.P. 04006 Almería Tlf: 950.25.81.18 hogar2@elsaliente.com	TITULARIDAD DE: 	<b>PROGRAMA DE ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES EN DEPENDENCIA</b> Personas mayores de 55 años en situación de dependencia INFORMACIÓN Y SOLICITUD DE PLAZAS EN: C/ PABLO NEREA, 2 (ALMERÍA) TEL. 950 25 81 18 C/ RAMÓN Y CAJAL, 32 (ALBOX) TEL. 950 63 32 96
<b>UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA "MANUELA CORTÉS"</b> 20 PLAZAS C/ Ramón y Cajal, 32 Portal 2 Bajo C.P. 04800 Albox (Almería) Tlf: 950.63.32.96 mrcortes@elsaliente.com	TITULARIDAD DE: 	
<b>UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA "MINERVA"</b> 40 PLAZAS (32 concertadas, 8 privadas) C/ Olivo S/N - C.P. 04410 Benahadux (Almería) Tlf: 950.31.23.81 minerva@elsaliente.com	TITULARIDAD DE: 	
<b>UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA "PECHINA"</b> 40 PLAZAS C/ Federico García Lorca, 3. C.P. 04250 Pechina (Almería)	TITULARIDAD DE: 	
<b>UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA "FINES"</b> 25 PLAZAS Camino Pepeblesa, s/n. C.P. 04689. Fines (Almería)	TITULARIDAD DE: 	

**PLAZAS DISPONIBLES:**  
 MÁS INFORMACIÓN EN LA UED UBICADA EN SU ZONA O EN LA SEDE DE LA ASOCIACIÓN EN:  
 C/ SAN RAFAEL, 25. POLÍGONO INDUSTRIAL SAN RAFAEL.  
 C.P. 04230 HUÉRCAL DE ALMERÍA (ALMERÍA). Tlf. 950 62 06 06

## Jornada de diversión y buen humor

# Disfraces y chirigotas de Carnaval en las Unidades de Estancia Diurna

El Carnaval es una celebración pública que tiene lugar inmediatamente antes de la Cuaresma, con fecha variable, es para muchos el momento del año en que llega la diversión de la mano de disfraces, desfiles y fiestas en la calle.

Esto no es una excepción en las Unidades de Estancia Diurna para Mayores que gestiona la Asociación "El Saliente". En cada uno de estos centros se realizan actividades con los citados elementos, donde predomina, sobre todo, la diversión, el buen humor y la hermandad entre los usuarios y profesionales de los centros. Este año se han confeccionado disfraces que se han puesto tanto los mayores como trabajadores.

Además, en el caso de la Unidad de Estancia Diurna "Hogar II" se ha invitado a la Murga del Centro de Día adyacente, que fue disfrazada y cantó chirigotas sobre cómo la crisis está afectando a las personas mayores.

**Chirigotas**  
 Los usuarios de los centros también han presentado sus propias chirigotas. El origen de esta celebración parece probable de las fiestas paganas, como las que se realizaban en honor a Baco, el dios del vino, aunque en las Unidades de Estancia Diurna se celebran, como todas las actividades, teniendo en cuenta hábitos de vida saludable y con una alimentación cuidada.



Carnaval en UED "Minerva".



Murga en UED "Hogar II".

## EDITORIAL - Semana Santa

La participación de personas mayores en la Semana Santa es ejemplo de envejecimiento activo y relaciones intergeneracionales.

Acciones de voluntariado para mayores y con mayores favorecen la preparación de las celebraciones religiosas y de las actividades que trae consigo este periodo vacacional.

En la Semana Santa las personas mayores diversifican sus actividades cotidianas y salen de la rutina. Muchos centros residenciales organizan actividades alusivas a la Semana Santa. Adicionalmente, se puede constatar que la preparación de celebraciones, comparsas y procesiones religiosas es una oportunidad para desarrollar programas de voluntariado para mayores. Debido a las vacaciones escolares, los menores también se ven implicados en preparativos y actuaciones, motivando relaciones intergeneracionales y encuentros entre abuelos y nietos.

Estos momentos son socialmente valiosos porque conllevan a una reintegración en la familia y en la vida comunitaria, así como una disminución de la soledad y aislamiento.

La demanda de actividades para mayores, planes familiares y otras formas de turismo senior también aumentan en esta época.

De la misma forma, los balnearios para mayores reciben más personas y el aumento de los planes, excursiones y baños, coinciden con este principio de primavera. Todos los periodos vacacionales son oportunidades de participación para los mayores e incremento de los encuentros generacionales, al bajar los tiempos de ocupación laboral y escolar de los menores y los adultos jóvenes.

El reto que implica la participación social de los mayores motiva a las administraciones públicas a diseñar e implementar políticas destinadas a la promoción del envejecimiento activo, junto con la promoción de la Salud y la Seguridad.



### Centro para la Prevención, Diagnóstico e Intervención en Retrasos en el Desarrollo

Nuestra misión es dar respuesta a las necesidades de niños y jóvenes con Retraso en el Desarrollo a nivel motor, del lenguaje, cognitivo y/o psicológico.

- DIRECCIÓN:**  
 C/ Ramón y Cajal, nº 32. Bajo. C.P. 04800 Albox (Almería). Tel. 950 12 13 81. E-mail: tgd@elsaliente.com
- SERVICIOS:**
  - o Psicología.
  - o Logopedia.
  - o Fisioterapia.
  - o Atención Temprana: Servicio especializado en la atención a niños/as de 0 a 5 años.
  - o Atención Específica a Trastornos Generalizados del Desarrollo.

GESTIONA:  CON LA COLABORACIÓN DE: 

### RESIDENCIA Y UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD GRAVEMENTE AFECTADAS "FRANCISCO PÉREZ MIRAS"

DESTINATARIOS:  
 Personas con discapacidad gravemente afectadas con edades comprendidas entre los 16 y los 65 años.

**Información y solicitud de plazas:**

- Prolongación C/ Monterroel s/n. 04800. Albox. Tel.: 950 12 07 25
- Pág web: [www.elsaliente.com](http://www.elsaliente.com)
- Centros de Servicios Sociales Comunitarios. Delegación Provincial de la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social de la Junta de Andalucía en Almería. C/ Tiendas, 12. Tel.: 950 00 61 00

**SOLICITA INFORMACIÓN**

FINANCIADA POR: 

DIRECCIÓN:  
 Prolongación de C/ Monterroel. Albox

Gaceta  
financiada por:



### SERVICIO DE FISIOTERAPIA Y PODOLOGÍA "EL SALIENTE"

#### En Almería:

C/ Santa Filomena, 15 Bajo.  
C.P. 04009 Almería.  
E-mail: minerva@elsaliente.com  
Tel. para cita previa 650 68 13 97 - 950 31 23 81.

#### Horario:

Lunes a viernes, de 16:00 a 20:00 horas.

#### En Albox:

Unidad de Estancia Diurna "Manuela Cortés".  
C/ Ramón y Cajal, nº 32. Portal 2 Bajo.  
C.P. 04800 Albox (Almería)  
E-mail: mariadolores@elsaliente.com  
Tel. para cita previa 950 12 02 83.

#### Horario:

Lunes a viernes, de 16:00 a 20:00 horas.

#### Servicio de Podología y Fisioterapia a Domicilio

(El Servicio Fisioterapia a Domicilio se presta en el Área Metropolitana de Almería y de Albox y el Servicio de Podología a Domicilio se presta en el Área Metropolitana de Almería)

Tel. para cita previa 651 70 20 78 - 950 25 81 18.

Quiropodias Completas:  
Corte de uñas.  
Eliminación de Hiperqueratosis y Helomas.  
Realización de siliconas protectoras.  
Realización de plantillas podológicas.  
Tratamiento de Papilomas (verrugas plantares).

ENTIDAD GESTORA:



www.elsaliente.com

## Nuestros Mayores

María Cuadrado - Usuaria de la UED "Minerva" (Benahadux)

### "No sabía qué era una Unidad de Estancia Diurna, pero ahora me siento muy a gusto"

Nací el 18 de abril de 1933 en Tabernas, donde viví hasta los 6 años. Más tarde mi familia se mudó a vivir a un cortijo en Tahal. Mi infancia allí fue muy feliz con mis padres y mis tres hermanos (José, Antonio y Carmen).

A los 19 años conocí a Juan Carrión, el que fue mi novio y luego marido. Juan trabajaba en el campo al igual que yo. Nuestra historia de amor comenzó en un baile que se celebraba en el pueblo y allí nos enamoramos. Nos casamos y seguimos viviendo en Tahal, donde tuvimos cinco hijos, de los que me siento muy orgullosa. Por motivos de trabajo, nos trasladamos toda la familia



María Cuadrado.

**"Trabajadores y usuarios me hacen sentir distraída, acompañada y querida"**

a vivir a Huércal de Almería, donde resido actualmente. Al igual que en Tahal, hemos vivido momentos inolvidables. Cuando decidí ir a la Unidad de Estancia Diurna "Minerva" me encontraba un poco asustada, porque no sabía en qué consistía un centro de este tipo, aunque mis dudas se despejaron muy pronto.

Aquí me encuentro muy a gusto y a la vez integrada. Realizo actividades que me ayudan a ir mejorando día a día. La gente que hay aquí es muy cariñosa y agradable. Me hacen sentir muy acompañada, distraída y querida. Me siento junto a los trabajadores y usuarios muy afortunada de tener esta Gran Familia.

## Uno de nosotros

Isabel Masegosa Sánchez.  
Gerocultora del Programa de Atención a Personas Mayores para Fines de Semana y Festivos en la Unidad de Estancia Diurna "Hogar II"

### "Trabajar aquí me da vida"

Nací en Tijola hace 48 años y soy madre de una hija. Trabajo de Gerocultora gracias al Taller de Empleo que realicé con la Federación Almeriense de Asociaciones de Personas con Discapacidad (FAAM), algo que me hace sentirme muy agradecida, porque trabajar aquí me da vida.

Trabajé en numerosos puestos de trabajo en mi pueblo pero principalmente fui administrativa y empresaria de mi propia empresa de transporte, en la que también conducía un autobús ya que tengo todos los carnés de transporte posibles.

Hace 9 años decidí trasladarme a la

capital para probar suerte y abrir mi campo laboral.

En mi tiempo libre me gusta estar en casa, leer, informarme sobre actividades que puedo realizar con mis mayores, pasear con mi perro y ser voluntaria de diversas organizaciones.

En cuanto a mi vida laboral, lo que más me gusta de trabajar es la idea de poder sentirme útil y satisfecha de la labor realizada.

Trabajar con personas mayores que necesitan de tantas atenciones para mí es un placer, ya que lo que doy es mínimo comparado con el cariño que recibo de ellos.



Isabel Masegosa.

**"Lo que más me gusta es sentirme útil y satisfecha por la labor que realizo"**

## Benahadux

### La UED "Minerva" se suma a las fiestas del municipio



Comida de Convivencia celebrada el 14 de marzo.

Del 8 al 19 de marzo de 2012 se han celebrado las Fiestas Patronales en honor a San José, en la localidad de Benahadux. El Ayuntamiento de esta localidad ha organizado un conjunto actividades y la Unidad de Estancia Diurna "Minerva", que es de titularidad municipal y está gestionada por la Asociación de Personas con Discapacidad "El Saliente"-CEE, se ha sumado a esta celebración con un ambiente festivo y diversas iniciativas.

El acto más importante para la UED "Minerva" tuvo lugar el 14 de marzo, con la Comida de Convivencia que organizó el Ayuntamiento dentro del programa de fiestas y que viene siendo habitual desde años anteriores.

**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 Estancia Diurna 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.

## Consejos para cuidar nuestra Salud

### Jugar no es sólo cosa de niños

Muchos creen que jugar es cosa de niños, pero cada vez son más los que piensan que, en ninguna etapa de la vida, debemos dejar aparte el lado lúdico. En la infancia, los juegos brindan un espacio de desarrollo, expresión y creatividad. Ocurre igual en la adolescencia. Pero cuando llegamos a la edad adulta y tercera edad, ¿qué rol cumplen los juegos y la recreación? Los juegos en la tercera edad son muy productivos y altamente recomendados. El envejecimiento no es sinónimo de una vida sedentaria y rutinaria. Al contrario, envejecer puede ser una etapa llena de vitalidad si así se lo propone uno. Sociabilizar, entretenerse, reírse y sentirse realmente vivo es el objetivo a cumplir.



Según estudios, para que la calidad de vida de las personas ancianas sea realmente buena se deben cumplir cinco aspectos: Bienestar físico, relaciones interpersonales, desarrollo personal (Oportunidades de desarrollo intelectual, expresivas, negocios, etc.), actividades recreativas (tanto pasiva como activamente) y actividades espirituales.

# Hazte Socio



ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD  
"EL SALIENTE"-CEE

Forma parte de nuestro proyecto social.  
Buscamos personas como tú.

Si quieres mejorar la calidad de vida del colectivo de personas con discapacidad y ofrecer respuestas a los problemas que te atañen. ¡Únete a nosotros!

Cualquier persona puede ser socio. Si no tienes discapacidad o representas a una Entidad, puedes ser Socio Colaborador.

Accederás a **grandes descuentos** en más de 20 establecimientos, Servicio de Fisioterapia y Podología a precios reducidos, Servicio de Intervención para niños con retraso en el desarrollo (Logopeda, Psicólogo, Fisioterapeuta), productos sanitarios y de farmacia, ocio, viajes, talleres de formación y otras muchas oportunidades.

Tel. 950 62 06 06  
www.elsaliente.com



Síguenos en:  

## Actividades realizadas. Galería Fotográfica

VED "MANUELA CORTÉS"



Día de los Enamorados.



Entierro Sardina.



Carnaval.



Carnaval.



Gerontogimnasia.



Cumpleaños.



Manualidades.



Simulacro de evacuación.

# Actividades realizadas - Galería Fotográfica

VED "HOGAR II"



**Carnaval.**



**Paseo Matinal.**



**Árbol de Primavera.**



**Taller de Creatividad**



**Taller de Creatividad**



**Día de los Enamorados.**



**Taller de Jardinería.**

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



**Disfraz de dominó.**



**Estimulación.**



**Día de Andalucía**



**Psicomotricidad.**



**Grupo dominó.**



**Flores de primavera.**



**Gerontogimnasia.**

VED "MINERVA"



**Manualidad Mantón de Manila.**



**Baile.**



**Día de la Paz y la No Violencia.**



**Adorno primaveral.**



**Día de los Enamorados.**



**Actividad galletas de coco.**



**Felicidades Manuela.**