

Solicita tu PLAZA

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

CONCERTADAS CON LA CONSEJERÍA DE SALUD 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 de Salud y Bienestar Social y el Ayuntamiento de Benahadux. La mayor parte de las plazas de estos centros están concertadas con la Consejería de Salud y Bienestar Social de la Junta de Andalucía.

<p>UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA "HOGAR II" 30 PLAZAS C/ Padre Méndez, 2. C.P. 04006 Almería Tlf: 950.25.81.18 hogar2@elsaliente.com</p>	<p>TITULARIDAD DE: JUNTA DE ANDALUCÍA CONSEJERÍA DE SALUD Y BIENESTAR SOCIAL</p>	<p>PROGRAMA DE ATENCIÓN A PERSONAS MAYORES EN Situación de Dependencia para fines de somnio y festivos Personas mayores de 65 años 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 (Bajo Albox) TEL: 950 63 32 96</p> <p>"EL SALIENTE"-CEE: ENTIDAD ACREDITADA PARA LA PRESTACIÓN DEL SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO</p>
<p>UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA "MINERVA" 40 PLAZAS (32 concertadas, 8 privadas) C/ Olivo S/N - C.P. 04410 Benahadux (Almería) Tlf: 950.31.23.81 minerva@elsaliente.com</p>	<p>TITULARIDAD DE: EXCMO AYTO DE BENAHADUX</p>	

<p>UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA "MANUELA CORTES" 20 PLAZAS C/ Ramón y Cajal, 32 Portal 2 Bajo C.P. 04800 Albox (Almería) Tlf: 950.63.32.96 mcortes@elsaliente.com</p>	<p>TITULARIDAD DE: EXCMO AYTO DE ALBOX</p>	<p>CENTROS DE PRÓXIMA APERTURA</p>
<p>UNIDAD DE ESTANCIA DIURNA "FINES" 30 PLAZAS Camino Pepebleta, s/n. C.P. 04869. Fines (Almería)</p>	<p>TITULARIDAD DE: EXCMO AYTO DE FINES</p>	

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). TIF. 950 62 06 06

Gaceta financiada por:

Tel. 950 62 06 06
www.elsaliente.com
Siguenos en:



ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD "EL SALIENTE" - CEE

ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA

ENTIDAD ACREDITADA PARA EL SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO

La Gaceta de los Mayores

EJEMPLAR GRATUITO

Nº 16 - OCTUBRE - 2012

PUBLICACIÓN TRIMESTRAL

Sumario

- ARTÍCULO INFORMATIVO - FERIA Y FIESTAS PATRONALES.....PÁG. 1
- EDITORIAL: LAS UED, LA MEJOR OPCIÓN PARA EL CUIDADO DIARIO DEL MAYOR...PÁG. 1
- ACTUALIDAD - PEDALEA CON NOSOTROS. INICIATIVA SOLIDARIA.....PÁG. 1
- NUESTROS MAYORES - MARÍA TERESA CAPILLA. USUARIA EN UED "HOGAR II".....PÁG. 2
- UNO DE NOSOTROS - CRISTINA VENTURA. DUE EN UED "MINERVA".....PÁG. 2
- VIDA SALUDABLE - CUIDAMOS EL CORAZÓN.....PÁG. 3
- ACTIVIDADES - GALERÍA FOTOGRÁFICA.....PÁG. 3 y 4

Actividades en los meses de verano

Los centros disfrutan de la Feria y fiestas patronales de los municipios

La llegada del verano supone en las Unidades de Estancia Diurna que gestiona "El Saliente" una época donde las actividades diarias de cada centro se ven complementadas con la organización de actos lúdicos y recreativos en consonancia con las ferias y fiestas de los municipios donde estas se ubican.

Se llevan a cabo actos variados para compartir momentos de alegría, diversión y sonrisas, donde cada uno es una parte importante. Entre otras cosas, se han realizado en los centros acciones con motivo de las fiestas patronales de los municipios, se han elaborado manualidades y los usuarios han participado con talleres y otras propuestas.

Editorial

Las Unidades de Estancia Diurna, la mejor opción para el cuidado diario de la persona mayor

Quando las familias ven imposible cuidar de manera apropiada a sus mayores durante el día, ya sea por cuestiones laborales o de cualquier otra índole, puede ser el momento de pensar en los servicios de una Unidad de Estancia Diurna.

Siempre contando con la buena disposición de la persona mayor, la decisión de elegir uno de estos centros debe hacerse conociendo las mejores opciones, porque resulta esencial encontrar un centro donde el cuidado diario del mayor sea el más personalizado y profesional.

En una Unidad de Estancia Diurna las personas mayores tienen la actividad, el entretenimiento y las necesidades alimenticias cubiertas, por lo que resultan los mejores lugares para el disfrute y aprovechamiento pleno de cada día, como si estuvieran en su propio hogar.

Las Unidades de Estancia Diurna en Albox, Benahadux y Almería capital, y el Programa de Fines de Semana y Festivos en "Hogar II", han vivido un verano intenso y divertido.

ENTRETENIMIENTO

El objetivo principal de estas actividades ha sido potenciar la participación y convivencia entre los diferentes centros y su entorno, favoreciendo el disfrute y entretenimiento con los compañeros, teniendo en cuenta los gustos y tradiciones de la zona. Estas acciones se unen a los servicios prestados de Terapia Ocupacional, Fisioterapia, Psicología, etc., para mejorar la calidad de vida de los usuarios y usuarias.

"Pedalea con nosotros", una iniciativa solidaria de Michelin a beneficio de "El Saliente"-CEE

Con motivo del X Aniversario del compromiso con la movilidad de las personas y mercancías de manera eficaz y responsable de Michelin, dicha entidad proyectó actividades del 24 al 26 de septiembre en el Parque de las Almadrabillas de Almería y el 27 de septiembre en el Recinto Ferial de Campohermoso (Níjar). Hubo propuestas sobre seguridad vial, con una exposición en un autobús sobre el ciclo de vida del neumático y actividades lúdicas para los asistentes.

Además, con la actividad 'Pedalea con nosotros', Michelin puso a disposición del público 4 bicicletas en las que se fueron acumulando kilómetros cuya valoración será compensada en neumáticos que se destinarán a la flota de vehículos que realizan el Servicio de Transporte Adaptado en la Asociación "El Saliente".

Esta iniciativa es fruto de la confianza depositada por Michelin en la labor social que viene realizando nuestra entidad y que se suma a otras colaboraciones anteriores.



Feria en la UED "Minerva".

Los centros programan durante todo el año actividades variadas

La vida de las UED's va ligada a la del entorno en el que cada una se ubica



Celebración de la Feria. Programa de Fines de Semana en "Hogar II".



Fiestas en la UED "Manuela Cortés".



Caseta de Feria en UED "Hogar II".



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.

HORARIO:

De Lunes a Viernes de 9:00 a 14:00 h y de 17:00 h a 20:00 h.

o Atención Temprana: Servicio especializado en la atención a niños/as de 0 a 6 años.
o Atención Específica a Trastornos Generalizados del Desarrollo.

GESTIONA:



CON LA COLABORACIÓN DE:



Gaceta
financiada por:



Nuestros Mayores

María Teresa Capilla - Usuaria de la UED "Hogar II" (Almería)

"Mi estancia aquí es fantástica, sobre todo por la relación social que hay en el centro"

Me llamo María Teresa Capilla Vidal, nací en 1.939 en León, donde pasé mi niñez y estudié, primero en "Las Carmelitas" y después en el instituto de la ciudad.

Después ingresé en la universidad, donde estudié la Diplomatura en Técnico Mercantil. Viví en León hasta que cumplí los 24 años y me casé. Entonces me trasladé a vivir a Madrid con mi marido.

Mi estancia en la capital de España fue muy bonita. Allí frecuentaba teatros, musicales, cine, café en bonitas plazas. Y fue allí también donde tuve un hijo y una hija.

Tras el pronto fallecimiento de mi marido, me vine a Almería, donde monté una tienda de muebles, la



María Teresa Capilla.

"Hace años monté una tienda de muebles, la gran pasión de mi vida"

gran pasión de mi vida. Una vez aquí volví a casarme con un holandés, que era ingeniero pero ejercía de traductor.

Por qué una UED

Hace unos meses tuve una caída y por una serie de cuestiones terminé conociendo y solicitando entrar en la Unidad de Estancia Diurna "Hogar II", donde estoy muy contenta y rodeada de buena compañía en todo momento. En un principio no estaba interesada en un centro así, pero tras pasar aquí algo más de dos meses, puedo asegurar que mi estancia en el centro es fantástica. Me gusta todo, pero principalmente la relación social que se establece con los demás.

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 (verrujas plantares).

ENTIDAD GESTORA: Tel. 950 42 06 06
www.elsaliente.com
Síguenos en:



Uno de nosotros

Cristina Ventura. Diplomada
Universitaria en Enfermería (DUE)
en la Unidad de Estancia Diurna
"Minerva" (Benahadux)

"Nuestro objetivo es mantener o mejorar la calidad de vida de los usuarios"

Nací en Almería, el 19 de marzo de 1990. Vivo en un barrio de Benahadux, el Chuche, y estudié en el Instituto de Enseñanza Secundaria (IES) "Aurantia" y Bachillerato en el IES "Sol de Portocarrero".

Empecé mis estudios de Enfermería en la Universidad de Huelva y al segundo año pedí el traslado a la Universidad de Almería, donde acabé la Diplomatura en junio de 2011.

Desde siempre me ha llamado la atención la rama sanitaria, sobre todo el área de urgencias y urgencias extrahospitalarias. La Asociación "El Saliente" me dio mi

primera oportunidad de trabajo en la Unidad de Estancia Diurna "Minerva" en octubre de ese año, en el cual sigo en la actualidad. Al llegar a la Unidad, descubrí otro tipo de Enfermería, la Enfermería Geriátrica, que a nivel personal es muy gratificante, porque realizo una labor de atención y cuidados hacia los usuarios que se ve recompensada por el trato que recibo por parte de ellos y de mis compañeros de trabajo.

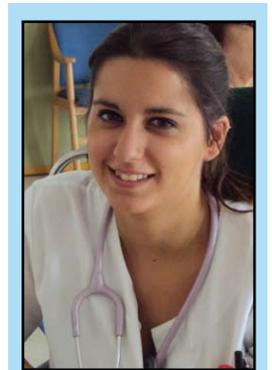
Funciones

Entre las tareas que realizo en la Unidad se encuentra el control de constantes, yasea, para la prevención o control de las patologías, el control y administración de medicación y las curas.

El objetivo principal es mantener o mejorar la calidad de vida de los usuarios, evitar o retrasar la dependencia y mantener la autonomía en las actividades básicas de la vida diaria, teniendo en cuenta que los cuidados deben ser integrales (físicos, psíquicos y sociales).

En mi tiempo libre me dedico a seguir estudiando y formándome en el campo de la Enfermería. Este año obtuve el Título de Experto Universitario en Urgencias y Emergencias. Además, soy voluntaria en una organización, pero sobre todo, mi tiempo libre lo dedico a estar con mis amigas.

"Me gusta sentirme útil por la labor que realizo"



Cristina Ventura.



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.

SERVICIOS OFERTADOS:

- Alojamiento
- Manutención:
- Desayuno, almuerzo, merienda y cena
- Higiene Personal y Aseo Diario
- Ayuda en las actividades de la vida diaria
- Atención Sanitaria, Psicológica y Social
- Terapia Ocupacional
- Fisioterapia
- Logopedia
- Transporte Adaptado
- Animación y Educación Sociocultural

DIRECCIÓN:

Prolongación de C/ Monterroel. Albox

Información y solicitud de plazas:

- Prolongación C/ Monterroel s/n. 04800. Albox. Tel.: 950 12 07 25
- Pág web: 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



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 Salud y Bienestar Social de la Junta de Andalucía y con el Ayuntamiento de Benahadux.



Consejos para cuidar nuestra Salud

Cuidamos el corazón

¿Sabías que muchos de tus hábitos pueden influir directamente en la salud de tu corazón? Aquí te dejamos 5 consejos que te ayudarán a prevenir enfermedades cardíacas y llevar una mejor calidad de vida. ¡Ponlos en práctica!



Muchas personas no saben que cambiando ciertos hábitos pueden cuidar su corazón y mejorar considerablemente su calidad de vida. Es vital que prestemos atención al órgano que sin descanso, bombea la sangre necesaria para vivir, tomando en cuenta que en nuestro país, los problemas coronarios son la principal causa de muerte. Pero, ¿qué puede afectar a la salud de nuestro corazón?. Algunos factores que pueden aumentar las probabilidades de padecer una enfermedad cardíaca son el tabaquismo, sobrepeso, sedentarismo,

hipertensión arterial, consumo excesivo de alcohol y drogas, y el estrés.

Hábitos para un corazón saludable

Un estilo de vida que favorece tu salud cardíaca y evita "sobrecargar" a tu corazón, se compone de acciones simples que marcan una gran diferencia. ¡Ponlas en práctica!

- 1. Ejercítate regularmente:** Practicar una actividad física al menos tres veces a la semana por un mínimo de 35 minutos, disminuye considerablemente los riesgos coronarios. Puedes realizar actividad de tipo aeróbica como caminatas, trote, bicicleta

o nado. Lo importante es hacerlo bajo supervisión médica.

- 2. Peso adecuado:** No sólo para cuidar tu corazón, sino para mantenerte saludable y para que todos tus órganos funcionen correctamente, debes mantener un peso acorde a tu complexión y altura.

- 3. Dieta equilibrada:** Un corazón sano necesita una buena alimentación. Evita las grasas animales o saturadas que elevan mucho el colesterol, y reduce tu consumo de hidratos de carbono simples, más aún si contienen azúcar, como los pasteles y golosinas.

- 4. Modera tu consumo de sal:** Al cocinar, al aliñar una ensalada o al escoger qué tipo de alimento comer, siempre ten en cuenta lo perjudicial que es la sal para la salud de tu corazón.

- 5. Contrólate regularmente:** Si eres hombre y tienes más de 45 años, o eres mujer y ya has alcanzado la menopausia, lo recomendable es que te realices un chequeo médico, por lo menos una vez al año.

Actividades realizadas. Galería Fotográfica

VED "MANUELA CORTÉS"



Fiesta "Flower Power".



Celebración del V Aniversario del centro.



Entrega de flores a la Virgen del Saliente.



San Juan.



Rayamos tomates.



Vaya presentación.



Escribimos un deseo.



Entrega de banda mención especial.



Jugamos a las cartas.



VED "HOGAR II"



Actividades Cognitivas.



Concierto de Feria.



Corremos los Sanfermines.



Árbol de verano.



San Juan, baño y deseos.



Atracciones de Feria.



En la Caseta de Feria.

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



Trabajamos con motivos.



Cartel de verano.



Hacemos ejercicio.



Escenario coloreado.



Bailarina de Feria.



Celebramos la Feria.

VED "MINERVA"



Celebración de San Fermín.



Portal de la Feria de Almería. VED MINERVA



Celebración de San Juan. Quema de deseos.



Elaboración de ramos de flores de papel.



Mosaico Cuadro de Van Gogh "La noche estrellada".



Decoración abanicos.



Celebración de San Juan. Lavado de cara.