



## CENTROS DE DEPENDENCIA

# Prevención y seguridad incluso con altas tasas de vacunación



Las instalaciones de la Residencia Francisco Pérez Miras son objeto de limpieza intensa y continua, que incluye técnicas de desinfección.

**REDACCIÓN.** Desde que comenzó la pandemia por COVID-19, los centros que atienden a personas con discapacidad o personas en situación de dependencia han experimentado uno de los niveles más altos de restricciones, dada la vulnerabilidad de la salud de las personas a las que atienden. Con la campaña de vacunaciones, esas medidas se han relajado.

### Índice de transmisión

El índice de transmisión y de mortalidad se ha reducido en gran medida. No obstante, es importante tener claro que, aunque las vacunas reducen el riesgo de padecer COVID-19 y, sobre todo, de desarrollar problemas graves derivados del virus, ese riesgo no desaparece por completo. Por tanto, en los Centros de Dependencia

“ Se mantienen las medidas de higiene y prevención, tales como el uso de la mascarilla, higiene de manos y distancia de seguridad, así como ventilación y limpieza. ”

gestionados por la Asociación El Saliente se sigue garantizando que, trabajadores y visitantes, vacunados y no vacunados,

mantienen las medidas de higiene y prevención, tales como el uso de mascarilla, higiene de manos y distancia de seguridad, así como la apropiada limpieza y desinfección de los centros y una ventilación adecuada.

### Medidas

Además, se cumple con medidas de carácter general para evitar riesgos. Junto a ellas, hay implantadas otra serie de medidas para los residentes, para los visitantes y para las personas que trabajan en cada uno de los centros. También hay planes de actuación que se ponen en marcha en caso de que se produzcan casos sospechosos de algún contagio. De esta forma se elimina el riesgo de propagación del virus entre las personas usuarias y trabajadoras.

# Somos agua: hidroterapia para mejorar la calidad de vida

**Ayudamos a los que ayudan**



**CaixaBank**



**CAJAGRANADA  
FUNDACIÓN**



Esta iniciativa se basa en el trabajo en el agua, para mejorar el estado general de las personas usuarias.

**REDACCIÓN.** La Asociación de Personas con Discapacidad El Saliente ha recibido una ayuda de CaixaBank y CajaGranada Fundación, en el marco de la convocatoria “Ayudamos a los que ayudan”, para el desarrollo del proyecto “**Somos Agua**”.

Esta iniciativa se llevará a cabo con los usuarios de la Residencia para Personas con Discapacidad Física Gravemente Afectadas Francisco Pérez Miras de Albox, el Centro de Día para Personas con Discapacidad Física Gravemente Afectadas y el Centro de Día Ocupacional.

Consiste en la realización de actividades físicas y terapéuticas en la piscina de la Residencia y su objetivo es mejorar la vida de las personas usuarias, interviniendo para aumentar su bienestar y autoestima.

### **Hidroterapia**

Esta iniciativa surge por la importancia que tiene la hidroterapia para las personas con discapacidad. El agua es un recurso fundamental

“ **La actividad en la piscina da sensación de más movilidad y mayor libertad.** ”

debido a sus propiedades. La flotabilidad proporciona mayor libertad de movimiento para personas con dificultades de movilidad, ya que hace que el peso disminuya.

Del mismo modo, disminuye la resistencia articular y muscular, facilitando así sus movimientos y dotándolos de mayor autonomía en la realización de actividades. Por otro lado, se pretende, de manera específica, disminuir el dolor físico

“ **Se disminuye el dolor físico y crónico de las personas usuarias.** ”

y crónico que presentan, fortalecer el tono muscular y ampliar el rango articular. Además, la piscina de la Residencia se encuentra en una situación geográfica idónea, debido a que hay pocas playas accesibles en los alrededores. De esta forma, damos una respuesta terapéutica a lesiones medulares, hemiplejias u otro tipo de afecciones neurológicas. Por otro lado, nos centramos en la reeducación postural, el trabajo cardiorrespiratorio, la reeducación de la marcha y en un trabajo muscular global, aprovechando el aspecto lúdico y recreativo que nos proporciona la hidroterapia.

### **Evaluación**

Para poder llevar a cabo un seguimiento de las actividades y saber cómo repercuten en las personas usuarias, así como valorar los beneficios obtenidos, se procederá a realizar una evaluación previa al comienzo del proyecto y a la finalización del mismo, para poder cuantificar los resultados obtenidos durante el mismo.

# Calendario trimestral

**REDACCIÓN.** Si quieres estar al tanto de todas las actividades que vamos realizar en los próximos meses

en los Centros de Día para Mayores El Saliente, la Residencia para Personas con Discapacidad Física Gravemente

Afectadas Francisco Pérez Miras y el Centro de Día Ocupacional de Albox, aquí tienes la Agenda de Actividades previstas.

**OCTUBRE**

- ✓ Día del Mayor.
- ✓ Día de la Hispanidad.
- ✓ Día contra el cáncer.
- ✓ Halloween.
- ✓ Multiaventura en Serón. (CDO)
- ✓ Atletismo en pista. (CDO)
- ✓ Bienvenida al otoño (RGA).
- ✓ Picnic / Barbacoa (RGA).

**NOVIEMBRE**

- ✓ Día de todos los Santos (castañada).
- ✓ Halloween (RGA).
- ✓ Feria de Albox. (CDO).
- ✓ Petanca en Pulpí (CDO).
- ✓ Día contra la violencia de género.

**STOP**

**DICIEMBRE**

- ✓ Día de la Discapacidad
- ✓ Elaboración adornos / postal navideña
- ✓ Decoración invierno
- ✓ Fiesta / Comida Navideña
- ✓ Calendario anual de fotos (CDO y RGA).
- ✓ Gala de Navidad (RGA).
- ✓ Visita al Belén de Olula del Río. (RGA).
- ✓ Gala de Fin de Año (RGA).

## SALUD Y BIENESTAR

# Técnicas de movilización de personas semidependientes o dependientes



Las personas con movilidad reducida requieren ayuda para realizar algunas acciones diarias.

El cuidado de personas dependientes y semidependientes exige, en muchas ocasiones, realizar con ellas técnicas de movilización. Para llevarlas a cabo correctamente, es recomendable seguir los siguientes consejos.

Con los pacientes semidependientes hay que enseñarles la forma de sentarse

y levantarse, para que puedan hacerlo con la mayor autonomía posible, aunque siempre tengan a su lado a un profesional para proporcionarle toda la asistencia necesaria. Es clave asistirles en el proceso, ayudándoles a realizar los movimientos y giros más complicados. Las piernas se deslizan hacia el suelo con ayuda, en el

caso de no tener movilidad en los brazos. El/la cuidador/a debe ayudar siempre en este proceso y, si es necesario, colocar las manos del paciente en sus hombros. Después, debe colocar los pies cerca de la cama o el sillón donde se encuentre y finalizar el movimiento de la forma más coordinada posible.

La movilización de personas dependientes siempre se debe realizar con la ayuda de dos profesionales. Tanto para trasladar al paciente de la cama a la silla, como al revés, el proceso debe ser coordinado y, en algunos casos, se utiliza la ayuda de una grúa, que cuenta con una serie de sujeciones para garantizar la seguridad en todo momento. De esta forma, se realizan las movilizaciones necesarias de una forma más sencilla y rápida.

## PERSONAS USUARIAS

Usuario del Centro de Día para personas mayores “Eduardo Fajardo”

Francisco Maldonado

## “Recibo ayuda para tener más autonomía y corregir mi postura”

**REDACCIÓN.** Francisco Maldonado es un usuario del Centro de Día para personas mayores Eduardo Fajardo.

### ¿De dónde es usted?

Nací en los cortijos de Adra, he trabajado desde muy joven en el campo, realizando trabajos pesados. Después ingresé en la Guardia Civil.

### ¿Qué puede contarnos de su familia?

Mi mujer se llama Antonia. Tengo dos hijos que viven cerca de mí, en Almería. Gracias al trabajo que he desempeñado he vivido en muchos lugares de España. Tengo muy buen recuerdo de Cádiz que fue mi primer destino, Barcelona y Laujar donde los inviernos son duros por las nieves.

### ¿Cómo se encuentra de salud?

Debido al gran desgaste físico que he sufrido tengo una artrosis grave y utilizo andador para caminar. Comencé hace menos de un mes en el Centro de Día Eduardo Fajardo. Aquí me encuentro muy bien atendido, cada día doy las gracias porque Centros habrá muchos en Almería, pero como este ninguno. Estoy muy contento de estar aquí. Estoy recibiendo atención especializada para lograr una mayor autonomía y corregir mi postura, y gracias a ellos sé que lo lograré. Os doy las gracias por cómo me tratáis, aprecio mucho al personal y en especial a los/as auxiliares, ya que me atienden muy bien durante mi estancia el Centro.



Francisco Maldonado.

**“Comencé hace menos de un mes a venir aquí y me encuentro muy bien atendido.”**

## NUESTRO EQUIPO

Fisioterapeuta en Centros de Día para Personas Mayores

Sonia Pomedio Martínez

## “La atención a las personas usuarias es la prioridad ”

**REDACCIÓN.** Sonia Pomedio es Fisioterapeuta en los Centros de Día para Mayores y en el Centro de Atención Integral El Saliente en Almería. Empezó a trabajar en la Asociación El Saliente en enero de 2021.

### ¿Puedes describir tus tareas en el trabajo?

Me ocupo de valorar a las personas usuarias, marco objetivos con ellas, aplico los tratamientos y realizo informes de entrada y de seguimiento.

### ¿Qué es lo que más valoras de centros como este en que trabajas y la atención que prestan a las personas mayores y en situación de dependencia?

Hay varios puntos que valoro en esta Entidad. Entre ellos están el trato, el cariño y el respeto con el que se atienden a las personas usuarias de los servicios que se prestan.

La atención hacia ellos es la prioridad de las personas trabajadoras hacia los mismos. Existe una empatía por ambas partes, ellos te refieren como se sienten, a veces, hasta se emocionan queriendo agradecer ese trato que se les da. La Entidad les ofrece una serie de servicios para que los usuarios se encuentren atendidos en todas las áreas (física, mental y emocional).

### Te ha ocurrido alguna anécdota curiosa en tu profesión?

Mi profesión es muy reconfortante por el cariño y todo el agradecimiento que me demuestran los/as usuarios/as. Siempre pienso en cómo puedo cambiar su situación anómala. Y lo más gratificante es lograrlo con empeño.



Sonia Pomedio.

**“Marco unos objetivos con cada paciente y aplico los tratamientos necesarios.”**

# Centros de Día para Personas Mayores

## El Saliente

“Siempre  
acompañados,  
siempre  
cuidados”



Una **atención de calidad, individualizada y profesionalizada**, en un espacio de **confianza**, con **seguridad y bienestar**. ¡Queremos ser tu centro!

### Nuestros Servicios:



### Nuestro horario:



### Salud y seguridad:



### INFORMACIÓN:

📍 Calle San Rafael, 25. Pol. Industrial San Rafael.  
04230, Huércal de Almería (Almería)

☎ Telf: 950 62 06 06

✉ [elsaliente@elsaliente.com](mailto:elsaliente@elsaliente.com)

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



GESTIONA: PLAZAS CONCERTADAS CON:



# Centros de Atención Integral

Pensamos en tu salud, cuidamos de ti

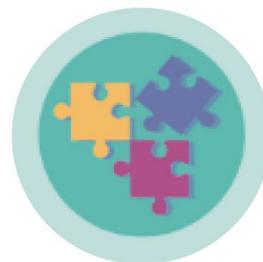
FISIOTERAPIA



PSICOLOGÍA



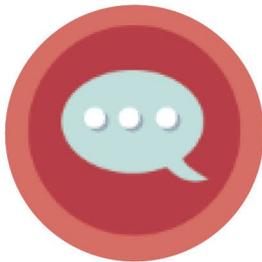
TERAPIA OCUPACIONAL



NUTRICIÓN



LOGOPEDIA



ENFERMERÍA



## + Información:

### Almería

- ☎ 669 06 41 27 - 950 62 06 07
- ✉ [atencionintegral.almeria@elsaliente.com](mailto:atencionintegral.almeria@elsaliente.com)
- 📍 C/Santa Filomena, nº 15, Bajo, 04009 Almería

### Albox

- ☎ 616 24 39 00 - 950 12 02 83
- ✉ [atencionintegral.albox@elsaliente.com](mailto:atencionintegral.albox@elsaliente.com)
- 📍 C/Cordoba, nº7, Bajo, 04800, Albox, Almería

Consulte  
nuestras tarifas en  
nuestra web:  
[www.elsaliente.com  
/servicios/  
centro-atencion-integral/](http://www.elsaliente.com/servicios/centro-atencion-integral/)

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



# Galería fotográfica

📍 Residencia para Personas con Discapacidad Física Gravemente Afectadas Francisco Pérez Miras y Centro de Día Ocupacional y de Gravemente Afectados El Saliente (Albox)

Actividades lúdicas. Julio 2021.



Pruebas motoras. Julio 2021.



Salida a la heladería. Julio 2021.



Feria Albox. Sept. 2021.



📍 Centro de Día para Mayores Manuela Cortés (Albox)

Elaboración de postre. Julio 2021.



Entrega de flores a la Virgen y Aniversario. Julio 2021.



Mecanoterapia. Sept. 2021.



Preescritura. Sept. 2021.



📍 Centro de Día para Mayores Eduardo Fajardo (Almería)

Estimulación. Septiembre 2021.



Leyendo el refranero. Septiembre 2021.



Estimulación. Septiembre 2021.



Paseo. Septiembre 2021.



📍 Centro de Día para Mayores Minerva (Benahadux)

Motricidad. Julio 2021.



Acuarelas. Julio 2021.



Taller de ganchillo. Julio 2021.



Motricidad. Agosto 2021.



# GACETA DE LA DEPENDENCIA.

**Director:** Matías García Fernández.

**Consejo de Redacción:** Vanesa Díaz, Antonio Uclés, María Victoria Fernández, Almudena Requena, Ángel Flores, Ana Belia García, Adoración Torregrosa, Amor Losillas París, Rocío Berenguel, María Jesús Bonilla.

**Maquetación:** Ernesto Gabriel. Depósito Legal: AL 456-2016.  
**ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD EL SALIENTE.**

Sede Social: C/ Córdoba, nº 7 Bajo 04800 ALBOX. Sede Administrativa: C/ San Rafael, nº 25 Polígono Industrial San Rafael 04230 HUÉRCAL DE ALMERÍA. CIF: G-04180014.

Teléfono y Fax:

En Albox: Tel.: 950 12 02 83.

En Huércal de Almería: Tel.: 950 62 06 06 Fax: 950 62 06 08.

Email: [elsaliente@elsaliente.com](mailto:elsaliente@elsaliente.com).

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

ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA.

La Asociación de Personas con Discapacidad El Saliente gestiona dos Centros de Día propios (CDM Manuela Cortés y CDM Eduardo Fajardo) y uno cuya gestión le ha sido encomendada por el Ayuntamiento de Benahadux (CDM Minerva). Estos Centros de Día para Mayores están concertados con la Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación de la Junta de Andalucía. Además, El Saliente gestiona una Residencia para Personas con Discapacidad Física Gravemente Afectadas, un Centro de Día para Personas con Discapacidad Física Gravemente Afectadas y un Centro de Día Ocupacional, conforme a Convenio de Colaboración con la Consejería de Igualdad y Políticas Sociales de la Junta de Andalucía.

📍 **CDM Manuela Cortés.** C/ Ramón y Cajal, 32 Portal 2 Bajo. 04800. Albox.

Tel: 950-633296. Email: [mcortes@elsaliente.com](mailto:mcortes@elsaliente.com).

📍 **CDM Minerva.** C/ Olivo, s/n. 04410. Benahadux.

Tel: 950-312381. Email: [minerva@elsaliente.com](mailto:minerva@elsaliente.com)

📍 **CDM Eduardo Fajardo.** C/ Santa Filomena, 15 Bajo. 04009. Almería.

Tel: 950-620607. Email: [efajardo@elsaliente.com](mailto:efajardo@elsaliente.com).

📍 **Residencia y Centro de Día para Personas con Discapacidad Física Gravemente Afectadas Francisco Pérez Miras y Centro de Día Ocupacional El Saliente.** Prolongación C/ Monterroel, s/n Bajo. 04800 Albox (Almería).

Tel: 950-120725. Email: [rga@elsaliente.com](mailto:rga@elsaliente.com), [coalbox@elsaliente.com](mailto:coalbox@elsaliente.com)

Centros concertados con:



**Junta de Andalucía**  
Consejería de Igualdad,  
Políticas Sociales y Conciliación

**Mención Especial:**  
El Saliente cuenta con el Premio  
Andaluz al Mejor Centro de Atención  
a Personas Mayores, VII Edición.

## BUZÓN DE SUGERENCIAS

Las familias que quieran realizar alguna aportación, queja o sugerencia pueden hacerlo en los buzones que hay habilitados al efecto en los Centros de Día para Mayores y en la Residencia para Personas con Discapacidad Física Gravemente Afectadas Francisco Pérez Miras, que gestiona la Asociación El Saliente, conforme a Convenio de Colaboración con la Consejería de Igualdad y Políticas Sociales de la Junta de Andalucía y con el Ayuntamiento de Benahadux.



# El Saliente

ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

En El Saliente, estamos comprometidos con los **OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE**



**OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE**

SÍGUENOS EN



CONTACTA CON NOSOTROS  
[www.elsaliente.com](http://www.elsaliente.com)



# El Saliente

ASOCIACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

*Tus necesidades, nuestros retos*

## SERVICIOS SOCIALES Y EDUCATIVOS:



ATENCIÓN A LA  
INFANCIA



ATENCIÓN A  
MENORES



ATENCIÓN A  
PERSONAS CON  
DISCAPACIDAD



ATENCIÓN A  
MAYORES



AYUDA A  
DOMICILIO

## OTROS SERVICIOS:



CATERING EL  
SALIENTE



LIMPIEZA Y CONTROL  
DE PLAGAS



MANTENIMIENTO



ATENCIÓN  
INTEGRAL