

▶ Periódico

Centro Asistencial San Roque

XVI
edición



2017

Introducción

Volvemos con otra edición de nuestro periódico y ya estamos por el XVI. Como sabéis solemos editar dos al año (Febrero y Agosto). En el 2016 solo sacamos en Febrero porque en Agosto publicamos el libro de recetas de cocina.

Durante todo este tiempo, hemos realizado muchas actividades, eventos, fiestas, bailes, cursos, charlas... y nos es imposible que aparezca todo en este numero.

Como veréis más adelante en el índice, en esta edición vamos a reflejar una pequeña parte de todo lo vivido en el centro durante este año. No significa que sea lo más importante o lo que más nos ha gustado, sino que hemos intentado publicar lo diferente, artículos que no aparecen normalmente en otros periódicos.

Empezamos con el modelo de atención centrado en la persona. Seguro que a más de uno ya os suena, pero queríamos volverlo a explicar en el periódico porque es la base de nuestro día a día. Leedlo con atención, merece la pena.

Esperamos que disfrutéis con la lectura.

INDICE

El modelo de atención centrado en la persona

Obra de teatro:
Los cuentos de la abuela María y el abuelo Pedro

Grupo de confirmación

Cocinando en Semana Santa

Centenario de Teresa

Difundiendo la sabiduría de nuestros mayores
a través de la cocina

Charlas de Terapia Ocupacional

Os presentamos nuestro pueblo: Villafrades

Preparamos nuestra cena: empanadillas

Profesores por un día

La importancia de la relación con el entorno

Nuestro día a día

El modelo de atención centrado en la persona

En febrero del 2016 salió un nuevo Decreto de funcionamiento de centros “Decreto 2/2016 de 4 de febrero, de autorización y funcionamiento de centros de carácter social para la atención a las personas mayores de Castilla y León”

Este nuevo Decreto nos dice cómo tenemos que funcionar como residencia, pero sobre todo y lo más novedoso es que también nos indica cómo tenemos que cuidar a nuestros mayores, a través de un nuevo modelo que es “EL MODELO DE ATENCIÓN CENTRADO EN LA PERSONA”.

Este modelo se presenta con unas raíces sólidas ya que se basa en la ética asistencial. Coloca a la persona mayor en el centro de nuestro quehacer. El modelo quiere que nuestros residentes sigan siendo ellos mismos, que se encuentren como en sus casas, que sigan con sus proyectos de vida, que su vida no se vea truncada porque hayan entrado en la residencia.



NUESTRA RESPONSABILIDAD:

Nosotros los trabajadores del Centro Asistencial San Roque, tenemos una responsabilidad “Somos responsables del bienestar de las personas mayores que cuidamos” y en esto se basa nuestra ética profesional

Esta responsabilidad es común a todos nosotros: gerocultores, físico, cocineras/os, terapeuta, trabajadora social, enfermeras, dirección, hermanas de la Sagrada Familia de Urgel, Patronato...

¿Y cómo lograr ese mayor bienestar?

Primero tenemos que tener muy claro el concepto de DIGNIDAD, como lo más valioso que tiene cada persona, la dignidad además es la misma para todos y solo la perdemos cuando fallecemos.

El mayor bienestar que podemos dar a nuestros residentes se produce cuando de ninguna manera dañemos la dignidad.



Para ello todos los trabajadores de nuestro centro debemos:

- Tener conocimientos para realizar bien nuestro trabajo.
- Tener actitudes y valores: paciencia, escucha, humildad, cariño, empatía, sencillez...
- Colaborar en la realización de los proyectos de vida de cada persona
- Luchar para que nuestros mayores no sufran ningún tipo de discriminación por ejemplo por su edad.
- Ofrecerles calidad de vida.



LA ATENCIÓN CENTRADA EN LA PERSONA, REQUIERE DE UNA NUEVA ORGANIZACIÓN:

1.-Diseños modulares con personal y funcionamiento propio:

Hemos puesto en funcionamiento dos unidades de convivencia, “Virgen de Fuentes” en la primera planta y “Tierra de Campos” en la segunda; y un espacio de convivencia en la planta baja “Ana M^a Janer”.



Estas unidades de convivencia disponen de un espacio que se asemeja al de un hogar con cocina, sala de estar, comedor y habitaciones todas ellas individuales donde las personas pueden tener su espacio íntimo...En la unidad viven 16 personas mayores cada una con sus achaques. Se hacen actividades propias de un hogar, las cuales tienen significado para estas personas y además son terapéuticas. Siempre está el mismo personal y el ambiente es familiar.

Para las personas que tienen deterioro cognitivo está demostrado que en estos ambientes viven más tranquilas, viendo siempre a las mismas personas y también observando o colaborando en unas actividades que son las que siempre han hecho...tenemos claro que no las podemos curar, pero podemos lograr que vivan más relajadas, tranquilas y así se sentirán más felices que en definitiva es lo que todo ser humano pretende.



2.-Permanencia del personal gerocultor con los mismos residentes:

Cuesta más hacer las planillas mensuales pero merece la pena.

3.-Estabilidad laboral:

Esta política siempre ha estado presente en nuestro centro, no es nuevo.



4.-Personal polivalente:

Todos tenemos que ser proveedores de apoyos, empoderadores de las capacidades, servir de asesoramiento, observadores y acompañantes.

5.-Tenemos que convertirnos en un espacio de participación mixta:

Que el espacio este ocupado por los profesionales, las hermanas, los residentes, las familias, los voluntarios.

6.-Ratios de atención directa suficiente:

En estos últimos años hemos tenido que aumentar el personal de atención directa porque nuestros residentes lo requieren.

7.-Que solo existan normas que hagan falta para una convivencia adecuada.

LA ATENCIÓN CENTRADA EN LA PERSONA DESDE LA AUTONOMÍA

Trabajamos con personas, promocionamos su autonomía.

1º El control sobre lo cotidiano:

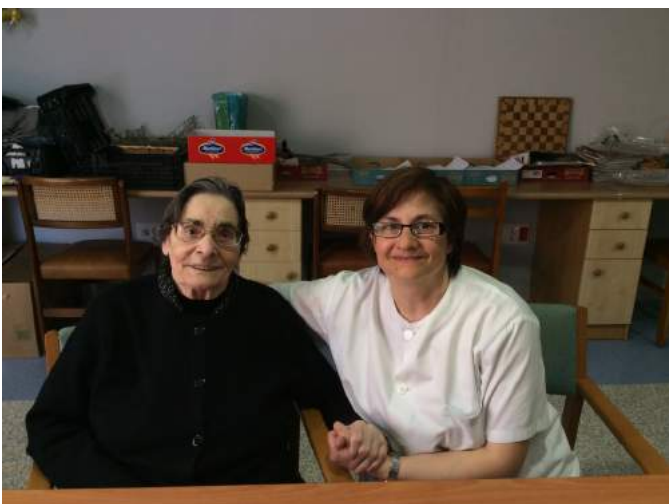
El control sobre lo cotidiano tiene un papel central en el bienestar emocional y la autoestima. La falta de control provoca indefensión (cómo me arreglo, dónde voy, en qué actividades empleo mi tiempo, con quien me relaciono...). Para tener una ayuda en la vida cotidiana aparece la figura:

“EL PROFESIONAL DE REFERENCIA”



¿Sabéis que todos los residentes tienen asignado un profesional de referencia?

- Es el profesional que irá todas las mañanas a dar los buenos días a su residente y le ayudará en todo lo que precise.
- Es la persona de confianza y apoyo emocional de la persona mayor
- Debe ser una figura cercana a quien se pueda recurrir cuando se tienen dudas, problemas...
- El profesional de referencia es el encargado de hacer las historias de vida, estar presente en el proyecto de vida y será personal de apoyo.
- Debe mostrar discreción, prudencia y confidencialidad.
- Estar a disposición de la persona usuaria y de su familia.



2º Visibilizar las capacidades:

Vamos a dejar de fijarnos en los déficits.

Nos tenemos que fijar en las capacidades porque es imprescindible que la persona mayor sea consciente de sus capacidades, mejorará su autoestima.



3º Los proyectos de vida:

- Hacer el proyecto de vida es nuestra principal herramienta para lograr la autonomía de nuestros mayores.
- Se realizan con la persona mayor (siempre), el profesional de referencia, algún técnico y la familia (si quiere el usuario).
- Partimos de la historia de vida e identificamos las necesidades, capacidades, preferencias y deseos.
- La persona mayor ha de tener un papel fundamental en las propuestas.

¿Y cuando la persona mayor tiene deterioro cognitivo?

En estos casos el ejercicio del derecho de su autonomía suele ser indirecto, es decir mediante otros y a través de apoyos. Esto no es fácil. Nos ayudamos de los familiares, allegados y de la observación de los profesionales que están siempre con ellos.

LA ATENCIÓN CENTRADA EN LA PERSONA Y LAS FAMILIAS:

En este nuevo modelo de atención, la mirada se dirige a las personas mayores pero también a sus familias.



Por qué importan las familias:

Las familias son un elemento primordial para el bienestar de la persona mayor.

La familia es un apoyo decisivo para la permanencia en el entorno.

Debemos posibilitar que tengan un papel en el cuidado del mayor.

Muy importante, la participación de la familia en el proyecto de vida, siempre que el usuario lo acepte.



Las familias tenéis que ser nuestros aliados para que entre todos podamos dar el mayor bienestar posible a nuestros mayores.

Carmen de Alaiz
Directora

Obra de Teatro:

Los cuentos de la abuela María y el abuelo Pedro

El teatro iba sobre el Alzhéimer. En el escenario aparecía la profesora con los alumnos y dos de ellos hicieron una redacción sobre el tema. Estaba muy bien explicado para que los niños pequeños y mayores lo entendieran. Tenía alguna cosa graciosa para hacer reír como lo que hacía en la cocina, planchaba un lenguado, encendía el televisor con una berenjena, la abuela era un poco mandona...

Iban leyendo la historia, estaban sentados a la entrada del salón. En otro lado iban moviendo las marionetas, salían y las movían con un palo. Se ponían detrás de las cortinas y las movían de un lado a otro. Mientras el muñeco hablaba y se movía, iban saliendo fotos de lo que iban contando en la pared.



Lo hemos representado 5 veces: 1 para las familias y los demás residentes, otra para los chicos del instituto y 3 veces para el colegio que se fueron turnando para venir a vernos todos.

Matilde: me daba un poco de vergüenza presentar porque hay otras que leen mejor que yo, pero luego la gente me dijo que lo hice muy bien. Yo no ensayé en la obra, pero me lo dijo Begoña un poco antes para presentarlo y luego me senté para verla. A mí me gusta mucho los niños pequeños, porque para lo pequeños que son, que atentos estaban todos.



Loli: vimos a todo el público que estaban muy atentos, escuchando todo lo que decíamos. La cosa fue muy ordenada y nadie se salió de la sala.

Josefa: yo no les veía porque estaba leyendo de espaldas al público y además tenía mucho texto que leer y no podía fijarme en el público. Lo hemos hecho y lo volveríamos a hacer siempre que haga falta porque es por una buena causa.

Pilar Pardo: muy contenta y agradecida, doy las gracias porque vuelvo a recordar los primeros años de mi vida. Lo que más agradezco es el amor y el cariño.

Félix Barrientos: Nosotros también contentos porque cuando movíamos los muñecos se reían. Nos ha recordado mucho a cuando actuábamos de pequeños nosotros

Fora: Ha estado muy bien porque no han dado guerra y han estado muy atentos.

Carmen Fonseca: A mí me parece bien participar en la obra de teatro. Tienes un pico que vale un dineral. Nos convences de todo.



Virgilia: A mí me ha parecido que ha estado muy bien los cuatro días que lo hemos representado.

Ventura: Me lo he pasado bomba y viendo a mis bisnietas, mejor.



Manolo: Lo he hecho bastante bien para lo mal que tengo la muñeca

Loli: Ha sido una experiencia muy bonita, agradecer a todos los que han venido porque han estado muy atentos y gracias a ti, Begoña, porque has hecho que esto se haga posible. Durante las representaciones, también nos han ayudado Virginia, María y Carmina, cada una en un sitio.

Grupo de teatro La farándula de la 3ª

Grupo de Confirmación

En este Año de la Misericordia, durante el tiempo de Cuaresma, en la parroquia hemos tenido unas catequesis en las que profundizamos en las obras de misericordia corporales y espirituales.

Una de ellas la tuvimos en la residencia de ancianos S. Roque.

El martes 23 de Febrero, los de 1º, 2º y 3º de ESO quedamos a las 4 de la tarde en la residencia junto con nuestras catequistas. Nos recibió muy amablemente Carmina y nos enseñó las diferentes salas: el comedor, el gimnasio, la sala de actividades...

Cuando acabamos el recorrido por las instalaciones, en una de las salas se unieron a nosotros algunos de los abuelos que allí viven y nos explicaron cómo es su día a día, y los motivos por los que decidieron vivir allí. También nos acompañaron Diodoro y Francisco y la H. Marisa quien nos contó su labor con los ancianos.

Alguno de nosotros ya conocíamos la residencia, pues hemos tenido o tenemos algún familiar en ella. Nos gustó mucho la visita, pasamos una tarde muy agradable. Desde esta visita dos de nosotras vamos a hacer voluntariado y acompañamos a los abuelos algún rato. Muchas gracias por recibirnos.



Jesús Navarro, Iris y Zoe Collantes, David Corredera y Sara Gutiérrez

Cocinando en Semana Santa

En la unidad de convivencia de la 1ª planta, con la llegada de la Semana Santa hemos hecho torrijas, que por cierto, estaban buenísimas.

El día antes, Laura y Máximo junto con María y Begoña, fueron a comprar los ingredientes que días antes habíamos elaborado la lista de la compra con Virginia.



Con los ingredientes ya en nuestra cocina, nos pusimos manos a la obra. Se cortaron las torrijas, se bañaron en leche y huevo, las freímos y las añadimos azúcar y canela.

Según se iban friendo, toda la residencia olía a gloria bendita. Como nos quedamos cortas de sartenes porque había muchas torrijas que freir, Begoña tuvo que ir a su casa a buscar otra. Ya con dos, las hicimos mucho más rápido.

Cuando estuvieron hechas, todos queríamos probarlas, pero no había tu tía, nos dijeron que eran para desayunar al día siguiente porque si nos las comíamos ahora, no nos iban a llegar.

Con el olor, algunos subían a ver lo que hacíamos y querían comernos las torrijas, pero Ana les dijo que no, que el que no hace, no come. En tal caso, les daríamos, si sobraran, después de nosotros haberlas comido. ¡No las iban a comer antes y nosotras mientras mirábamos como tontas!





Total, que el miércoles las comimos y estaban muy buenas.

Con nosotros estuvieron Mariam, Elena, Carmina, Virginia, Begoña y Sara que es una voluntaria, nos estuvo ayudando y aprendiendo como se hacían porque nos dijo que nunca las había hecho.

Unidad de convivencia Virgen de Fuentes

Centenario de Teresa

Comenzó con una misa, dieron la misa D. José M^a y D. Diodoro. Nos gustó mucho la misa hablando de Teresa y de la familia.

Nos gustó ver allí a toda la familia junto a ella. Varias compañeras leyeron sobre Teresa y sus 100 años. Nos gustó mucho eso. Teresa ya no se entera mucho pero nos gustó ofrecérselo a su familia.



Hubo mucha gente en la misa, nos llamó la atención la gente que había. Le entregaron un ramo de flores y otras cosas.

Una de sus nietas subió a decir unas palabras sobre su abuela, decía que había sido una abuela muy buena.

Tras acabar, pusieron unas fotos en la pared de cuando Teresa era joven, de cuando era joven y guapa ¡igual que todas!

Después tomamos unas bebidas de coca cola y naranja... de todo un poco, bebidas refrescantes. También tomamos unos pasteles muy frescos y muy buenos.

Juan, Victorina, Virgilia, Melania, Celestina, Albina y Jesús Niño.



Matilde Alonso: Me gustó mucho, me emocioné porque estoy con ella por las tardes. Aquel día me miró a los ojos y se echó a reír.

Josefa: me dio mucho sentimiento el que no pudiera disfrutar del todo de su celebración. Me dio mucha impresión que la pobre no pudo ni coger el ramo de flores. Pero me encantó ver las fotos de cuando era joven, eso me emocionó. Me gustó poder ofrecerle este homenaje.

Loli: Fue muy emocionante, porque hubo muchísimo silencio mientras leíamos. Había mucha familia y me impresionó que los niños pequeños ni se movieron. Me gustó mucho.

Victorina: Me gustó mucho participar y leer las bendiciones a Teresa

Conchi: me gustó ver como se emocionó su hijo sobre todo, y se me saltaban las lágrimas al verle. Me sentí muy a gusto y me gustó mucho participar.



Mati Villaverde: No conocía mucho a Teresa, pero el trocito que me tocó leer fue muy bonito y sobre todo me emocionó mucho ver llorar a su hijo, se me saltaron las lágrimas. Me sentí muy emocionada.

Trini: me gustó la misa mucho aunque me habría gustado algún detalle más

Carmen Gutiérrez: Me gustó mucho la celebración, además tengo relación con ellos porque mi nieta es la novia de uno de sus nietos, Berna.



Difundiendo la sabiduría de nuestros mayores a través de la cocina

Desde hace unos años tres residencias de la tercera edad: R. San José de Sahagún (León), R. San Roque de Villalón de Campos (Valladolid) y la F. Raudense de la Tercera Edad de Roa (Burgos), realizamos de manera conjunta una actividad de videoconferencia con nuestros residentes.



A lo largo de este tiempo además de hacer grandes amigos a través de la pantalla, hemos tenido la suerte de hacerlos en persona; hemos realizado encuentros en cada una de las tres residencias y hemos podido conocernos, aprender diferentes formas de hacer y trabajar de nuestros compañeros, prestarnos apoyo, aportar ideas y desarrollar cada semana un montón de actividades de todo tipo.

Uno de esos proyectos ha sido la elaboración en cada centro de un libro de recetas, que nació uno de nuestros jueves en una actividad sobre la cocina típica de cada zona.

No quisimos que solo participasen los residentes, por lo que pedimos a familiares y trabajadores que nos contasen aquellas recetas que recordaban de su niñez, que hacían sus padres o abuelos e incluso que hoy en día siguen cocinando.

El resultado va más allá que el propio recetario. El proceso ha sido tan valioso y fructífero, quizás más, que el producto final. Se han creado tertulias en torno a la cocina y mesa de nuestros mayores y se han implicado a los tres pilares de nuestros centros (residentes, trabajadores y familia) en una actividad conjunta.

No se trata solamente de elaborar un “Recetario”, sino de involucrar a todo el centro en un proyecto, realizar una actividad que ha generado ilusión en residentes y trabajadores, esperar con ilusión que la cocinera del centro o los propios residentes hagan esas recetas que tanto les gustan para comer, merendar o tomar un café,.. Difundir la sabiduría de nuestros mayores, para no perder ese tesoro tan importante.



Los beneficios han superado cualquier expectativa inicial. Sentirse útiles, enseñar lo que uno sabe tan bien hacer, recordar tiempos pasados, y sobre todo tener una meta a corto plazo como crear ese libro de recetas del que han sido los protagonistas, ha mantenido a nuestros residentes animados y ocupados una temporada y el resultado ha sido genial.

Orgullosos de su obra la han regalado a familiares y amigos. Y se sienten con ilusión de comenzar un nuevo proyecto con los compañeros de videoconferencia.



Cada experiencia que compartimos juntos es enriquecedora para residentes, familiares y profesionales de los centros. Os animamos al resto de residencias Lares a realizar este tipo de actividades en vuestras casas. MERECE LA PENA.

Elena (Sahagún), Laura (Roa) y Begoña (Villalón)
Artículo publicado en la revista Lares

Charlas de Terapia Ocupacional

Desde principios de año, en terapia ocupacional hemos llevado a cabo diferentes iniciativas enfocadas a poner de manifiesto los tratamientos que se realizan en cada jornada con los residentes que requieren tratamientos y cómo funciona la rehabilitación de terapia ocupacional esa gran desconocida. Además de las nuevas actividades ocupacionales que se realizan en las unidades de convivencia.

Pero hemos visto que es de vital importancia el conocer qué se realiza y cómo, para saber cómo podemos acompañar al residente y a nuestro familiar en su vejez y en su proceso de envejecimiento además de entender que le está pasando.

Por este motivo en el departamento de terapia ocupacional estamos impartiendo diferentes charlas a trabajadores y a familiares.



Durante estos meses hemos realizado 5 sesiones de charlas.

Por febrero tratamos el tema del envejecimiento, cómo funciona el organismo cuando nos hacemos mayores y como la rehabilitación en terapia ocupacional trata las diferentes patologías que afectan a nuestros residentes.



En marzo y abril, tratamos un tema que nos preocupaba, como abordar los delirios y las alucinaciones en las personas con algún tipo de demencia o alteración neurológica, tratamos ejemplos prácticos para la vida diaria.

Y en junio hemos realizado dos sesiones sobre cómo funciona el cerebro y como entender las patologías que le influyen, novedades sobre nuevos tratamientos e investigaciones científicas. Además de cuestiones prácticas de como fomentar la ocupación en las personas mayores y hacer de su vida diaria más agradable.

Mi opinión personal sobre las charlas, ha sido muy gratificante poder desentrañar los misterios de la mente y de las patologías. Pero lo que más me ha gustado han sido las palabras de agradecimiento de los familiares al comprender mejor lo que le ocurre a su familiar y poder apoyarle mejor en su proceso.

Además me ha encantado como las compañeras me comentaban días después de la charla como habían probado los consejos prácticos que comentábamos o que habían sabido abordar algún tema mejor o simplemente se sentían más a gusto en su trabajo con los residentes aplicando los consejos prácticos.

Desde el departamento de terapia ocupacional, os invitamos a participar en la charlas, así que no dudéis en solicitar información, proponer temas que os interese tratar, o bien ofrecer otros horarios para que podáis acudir. ¡¡Estamos a vuestra disposición!!

Un saludo
Virginia Flores

Os presentamos nuestro pueblo: Villafrades

El Martes día 9 de Agosto por la tarde nos fuimos a Villafrades. Cuando Carmina nos lo dijo, nos pidió parecer y nosotros le dijimos que sí, que nos parecía bien.

Enrique tuvo que ir en la furgoneta de D. José M^a y los demás en varios coches. Fuimos tres voluntarias Maribel, Pili y Beni. De residentes nos acompañó Conchi y Desi Criado y de trabajadores Begoña, Carmina, Virginia y D. José M^a. Y nosotros, los del pueblo, Enrique, Josefa y Julián.

Mientras entrábamos por el pueblo, Josefa nos dijo un dicho: “lo primero que se ve, la casa de Dorita por si no lo sabe usted”.



Cuando llegamos a Villafrades estaban esperándonos mi familia y la hermana de Julián. También estaba el alcalde, Alfonso, Rafa y mis amigas Carmen, Ana, Sagrario y Milagros y mi cuñada Socorro.

Mientras íbamos andando por las calles, se nos acercaban a saludarnos varias personas que se alegraban de vernos. Pasamos por unas obras, y nos dijeron que eran un salón y peñas que estaba construyendo el ayuntamiento.

Julián: cuando pasamos por mi casa, invité a Carmina a entrar para que viera el patio.



Llegamos a la iglesia y Rafa nos contó la historia de Villafrades, como se trasladó el pueblo, la construcción de la Iglesia y nos explica los retablos, La Virgen de Grijasalvas, el coro....Nos comenta que en los últimos 10 años, se han ido haciendo varias obras y acondicionamientos. La gente de Villafrades y Alfonso, el alcalde, se implican bastante para tener la iglesia limpia.



Pasamos a ver la sacristía, que actualmente es donde tienen las misas en invierno, que fue lo primero que se restauró porque estaba muy deteriorado. Nos sorprendió a todos que tienen hasta un aseo, algo que no se ve en todas las iglesias. El retablo de las ánimas y el bajo coro, es lo último que han restaurado y en éste último, han aparecido unas pinturas.

Josefa: luego fueron a ver el pequeño museo que tenemos. Es pequeño pero tiene cosas muy bonitas antiguas que había en la iglesia como ropas litúrgicas, cruz parroquial, libros... En el coro, está recogido, todo colocadito por Rafa, los Santos que tenemos en el pueblo.



Salimos de la Iglesia y nos fuimos por la parte de atrás a ver un monumento a la danza del paloteo y seguimos dando el paseo hasta llegar a la casa de Enrique y Josefa.

Allí les tenía preparado una parte de mis manualidades: toallas de puntillas, mantelitos con puntilla, pañuelos, bolsillo o fatriqueras y tapetes de patchwork antiguos, no modernos.

Enrique: yo quise ir al corral a ver mis parras. El año pasado tuvimos muchas uvas y muy buenas. A ver este año.... Los rosales tenían rosas y estuve viendo el pozo. Antes teníamos gallinas, pero ahora ya no hay porque no las podríamos atender.



Después de ver la casa, pasamos por un parque. EL alcalde nos contó que este pueblo tiene la peculiaridad de que hay más parques que niños: hay dos parques y un niño. También nos enseñaron la pintura de Tiburcio, que hizo Ana, la hija de M^a José.



Seguimos el paseo y nos fuimos a ver el Ayuntamiento y el salón cultural, que eran las antiguas escuelas.

Para finalizar, fuimos al bar a tomar un refresco y a encontrarnos con los amigos

Josefa: la visita nos pareció muy bien, muy emocionante y estamos deseando que se repita. Nos atendieron muy bien, nos estaban esperando y estuvieron con nosotros todo el rato. Vimos que se están construyendo viviendas nuevas, en 2 o 3 años, se han construido 4 casas por lo menos

Julián: en el bar estaba mi primo Maximino, y lo pasamos muy bien porque teníamos muchos amigos allí.

Enrique: me pareció bien.

Tan a gusto estábamos que se nos echó el tiempo encima y cuando llegamos a la residencia ya estaban cenando, nos tenían la cena apartada.



Enrique, Josefa y Julián

Preparamos nuestra cena: Empanadillas

Por la mañana Máximo y Begoña fueron al supermercado a comprar la masa de las empanadillas. Cocimos los huevos, lo hizo Chon, los dejó 15 minutos.



Luego por la tarde pelamos todos los huevos, los machacamos con el tenedor para que quedase menudito en unos platos. Después machacamos el bonito también en unos platos. Laura y Felisa partieron la cebolla, bien menuda también.



Felisa hizo la cebolla en la sartén con cuidado de que no se quemara. Le añadimos el tomate en la sartén, 2 botes de tomate frito.

Luego, comenta Chon, que lo tuvimos que remover todo junto el bonito, la cebolla, el tomate y el huevo.



En la masa de las empanadillas se echaba la masa (Laura dice que no hay que poner mucho relleno para que no se salga el relleno). Se doblaban, se cerraban y luego con un tenedor se apretaba para cerrarlo bien.



Las frieron Chon, Felisa y Laura. Laura comenta que a veces se sentaba para no cansarse.



Estaban riquísimas, como estaba tan bueno el relleno, nos comimos lo que sobró también.

Nos gustaron muchísimo las empanadillas, estamos dispuestas a repetir.

Unidad de convivencia Virgen de Fuentes

Profesores por un día

Nos levantamos por la mañana más pronto de lo normal, nos decían que a dónde íbamos tan pronto, y es que teníamos que ir al instituto a dar clase a las 9:30.

Salimos de la residencia caminando poco a poco, íbamos bien abrigados porque hacía un frío helador. Al llegar estuvimos en el hall de entrada hasta que vinieron los profesores y nos repartieron por tres aulas.



Mati y Félix Barrientos entraron con Carmina y una profesora, Begoña entró con Matilde y Manolo y el profesor que ha venido más veces a la residencia y Virginia acompañó a Catalina, Maxi y Félix Gómez junto con otra profesora.

Mati: Félix y yo contamos como se jugaba y que oficios había antes. Los chavales nos preguntaban, nos lo pasamos muy bien porque eran muy atentos y ponían mucho interés. Algunas cosas les extrañaban porque ahora no lo hay como el bodeguero, el bauleto y el botero.



Manolo y Matilde: Nosotros contamos muchas cosas de cuando éramos pequeños, cuando íbamos a escardar y les contamos de que desde muy pequeños ya nos tocaba trabajar, que ahora tienen mucha suerte. Al principio no nos preguntaban nada, no se atrevían, pero nosotros seguíamos contando todo del colegio y del trabajo que hacíamos



Catalina: nosotros les contamos como se hacían las cosas antes porque no teníamos tantos comercios ni sitios para comprar tan fácil como lo tienen ahora. También lo duro que era antes la escuela. En el invierno pasábamos frio y como había que limpiar y fregar, la ropa se nos helaba y los chavales no se lo creían.

Félix Gómez: A nosotros nos preguntaron un montón de cosas sobre todo me preguntaron por la mili y los trabajos que hacía antiguamente y como guardábamos los alimentos.

Máximo: Yo conté como era la época de la escuela.



Nos gustó muchísimo la experiencia, eran unos chavales muy majos y estaban muy atentos, se nota que los profesores les enseñan bien. Queremos volver porque para nosotros fue una experiencia maravillosa.



Mati, Félix Barrientos, Manolo, Matilde, Catalina,
Félix Gómez y Máximo

La importancia de la relación con el entorno

Uno de nuestros objetivos en el centro es mantenernos integrados en nuestro entorno, para nosotros es muy importante que las personas que viven en esta gran casa no tengan la sensación de sentirse aislados sino todo lo contrario. Para ello, intentamos estar siempre en contacto con ayuntamientos, asociaciones, colegio, instituto, parroquia, con nuestros voluntarios y como no, con las familias.

Haciendo memoria de todo lo que hemos hecho el año pasado, nos da para reflexionar la gran suerte que tenemos de tener a nuestro alrededor gente que piensa como nosotros, **profesores del colegio y del instituto** con los que nos reunimos y donde sacamos ideas por ambos lados para promover unos lazos intergeneracionales que tan bien tenemos arraigados.



¡Como disfrutamos cuando vienen los chicos del cole y nos cantan, bailan, interpretan...! Ese día se les olvidan los dolores, os lo puedo asegurar.

Y que deciros de lo bonita que nos queda la entrada cuando ponemos las postales de Navidad, postales con una gran creatividad e imaginación.

El año pasado volvimos a repetir la experiencia de ser profesores por un día. Los protagonistas ya han contado su experiencia en un artículo, pero a mí me gustaría resaltar lo positiva que es esta actividad. Juntarse días antes para preparar los temas, recordar sus tiempos de jóvenes, echarnos unas risas debatiendo lo que se les puede contar y lo que no (no siempre han sido unos santos...) y sobre todo llegar al instituto, ser bien recibidos y que todos los chicos de cada clase estén super atentos, interesados por las anécdotas y “batallitas” que los residentes les cuentan. La vuelta a la residencia contando sus primeras impresiones es muy gratificante, tanto para ellos como para los que les acompañamos. Todo esto, aparte de pasar una mañana entretenida y diferente, supone un envejecimiento activo, sentirse útil, escuchado y valorado. Merece la pena, desde luego.

Las fiestas del pueblo también llegan a nuestra residencia, de la mano del **Ayuntamiento de Villalón**, con los gigantes y cabezudos, y de la **asociación de peñas** con su charanga. Nos gusta y alaga que nos tengáis en mente cuando organizáis vuestros eventos.



Año tras año, seguimos la evolución de los chicos de la **escuela de música** de Villalón. ¡Disfrutamos tanto de esa tarde que estáis con nosotros!

Llevamos dos Navidades que vienen a visitarnos el **aula de cultura**. Nos regalan su tiempo, compañía, nos recitan poesías y cantamos todos juntos.



Por mediación de la **parroquia** vinieron a conocernos el grupo de confirmación. Pasaron la tarde con nosotros y dos de ellos decidieron venir algunas tardes más. Nos encantó esta iniciativa.

Como sabéis, llevamos unos años **visitando los pueblos** de donde son nuestros residentes. El que quieran ir y enseñarte su pueblo, compartan contigo su vida, sus recuerdos, te quieran enseñar sus casas o donde han vivido y mientras paseas por sus calles con ellos observes la cara de felicidad que tienen, hace que veamos a las personas desde una perspectiva totalmente diferente. Es una gran herramienta para poder trabajar en su proyecto de vida. Junto con los residentes y los trabajadores que les acompañamos, en cada pueblo nos esperan **familiares, amigos, vecinos y representantes del ayuntamiento**. Gran acogida que a los residentes les proporciona una inmensa alegría y orgullo.



Mención especial la de **nuestros voluntarios**. Que puedo decir de ellos, creo que no hay persona en este centro que no les agradezca la labor que hacen día a día. Saben que las puertas siempre están abiertas, no tienen horarios y son bien recibidos. Cada uno tiene “su hueco”, el que ellos han decidido que es donde mejor se encuentran. Siempre vienen con una sonrisa y hacen sonreír a la gente que les rodea. Son voluntarios, pero también compañeros de paseo, de risas, amigos, confidentes, recaderos, joyeros, colaboradores, cantantes, actores, actrices, decoradores....



Y por último aunque no menos importante, **las familias**. Habéis comprendido muy bien el cambio que estamos llevando en la residencia y siempre estáis dispuestos a colaborar con nosotros. A veces es complicado poder coincidir para realizar las historias y los proyectos de vida, pero entre todos buscamos ese hueco necesario para poder reunirnos todos juntos y hacer que por una hora el residente sea el protagonista, el que tome las decisiones de su vida y nosotros los apoyos para que puedan lograrlo.



Gracias a todos por ayudarnos a conseguir que la integración con el entorno sea una realidad.

Begoña Vega
Trabajadora Social

Nuestro día a día















c/ Ana M^a Janer, nº 1
47600 Villalón de Campos (Valladolid)

Telef.: 983 740 886 y 983 740 174
email: casanroque@yahoo.es
Página Web: www.residenciavillalon.es