

PERIÓDICO

**CENTRO ASISTENCIAL
SAN ROQUE**

XII EDICIÓN



2º semestre del 2014

ARTÍCULOS DE ESTE PERIÓDICO

Baile de carnaval

El cofre

Día de la comarca y del libro

Semana Santa

XI congreso Lares

Concierto de música 4º y 6º de primaria

Visita al palomar Colegio Maristas

La importancia del agua

Visita al palomar residentes y familiares

Taller de reminiscencia

Os presentamos nuestro pueblo:

Aguilar de Campos

Noticias Express:

curso de dietética y nutrición

comienzo cine de verano

palomar

II encuentro voluntarios

Baile de carnaval

La fiesta de carnaval la realizamos el 28 de Febrero, pero en enero comenzamos a realizar los trajes de carnaval. Este año nos disfrazamos de vaquitas.



El traje lo hicimos sobre bolsas de plástico que se partieron y con cartulinas hicimos las manchas del traje. Los rabos se hicieron con cartulina y lana para hacer el detalle de la cola. Para el cencerro pintamos unos vasos de plástico con spray dorado y para simular el badajo usamos cacahuetes colgados de lana. Las ubres las hicimos con un guante de látex, lo soplamos y lo pegamos por la parte de delante del traje.



Los trajes nos los pusimos por la cabeza. Algunas personas también cambiaron de traje y se disfrazaron de quesito (Yoli), Julio vino con una peluca negra y una careta, Anuncia, la hija de Vicenta Alonso vino con un tocado muy llamativo como Carmen Miranda y Elenita vino vestida de la mujer de David el Gnomo con sus dos niños vestidos iguales.





La fiesta estuvo amenizada por músicos que nos tocaron pasodobles, los pajaritos, paquito el chocolatero, jotas ...



En estos carnavales, nos hemos puesto de acuerdo tres residencias amigas (Sahagún, Cisneros y nosotros) para disfrazarnos de lo mismo e intercambiarlos las fotos. Algunos, que no nos gusta mucho el baile, disfrutamos viendo bailar a los compañeros. Lo pasamos muy bien y ya esperando el próximo carnaval para ver de que nos disfrazamos.

Máximo Aparicio
Agustín Herrero
Mati Villaverde

El cofre

Hemos tenido entre nosotros el COFRE. En él vemos y valoramos que nuestro verdadero tesoro es Cristo, la perla más valiosa del Evangelio.

La Fe, nos ilumina en nuestro seguimiento a Jesús, Él orienta nuestra vida. Su palabra nos ayuda a identificarnos con Él. Guardaremos cuanto podamos compartir con un mismo espíritu al de nuestra Madre Ana María Janer.



“El Amor de la Madre Ana María tiene un rostro concreto: Jesucristo. Ella se siente de tal modo amada por Dios que su respuesta no puede ser otra que la de amar al prójimo necesitado como ella es amada por el Señor.

Hasta el final de su vida, la Madre Janer conservó esa inquietud por buscar y hallar siempre y en todo la voluntad de Dios. Por buscar y hallar ese tesoro que llenaba su vida de sentido”.

Pedimos a la Madre que interceda ante el Señor, para que también nosotros sepamos cuidar a los ancianos y enfermos, como ella nos enseñó con su ejemplo de vida.

Victoria, María, Marciana, Eliecer, Rosario, Pilar.
Comunidad de Hnas. Sgda. Familia de Urgel.
Villalón de Campos.



Día de la comarca y del libro

El día 22 de Abril nos hicieron un recibiendo extraordinario en el colegio de Villalón. Primero la directora nos hizo un recibiendo en el hall y luego nos dividimos en grupos y los chicos nos fueron enseñando las actividades que ellos habían hecho por los pasillos.

Vimos algunas clases, desde la de los más pequeños hasta los que iban a hacer la comunión. Nos llevaron a ver la cocina donde estaban las dos cocineras, las cuales nos habían preparado unas patatas fritas. Vimos el gimnasio, donde estaban los más pequeños haciendo carreras.



Volvimos a las clases todos juntos para ver una exposición de cosas antiguas. Nos contaron que habían traído las cosas los chicos, que habían pedido a sus padres y abuelos. Había planchas antiguas, molinillos de café, chocolateras, radios antiguas, trajes regionales, la romana, cestas de mimbre, tarja de madera, mazas para golpear la ropa, teléfonos, utensilios de cocina y muchas más cosas que no nos acordamos

Tras ver la exposición, nos enseñaron un video donde se explicaba el día de la comarca y sus orígenes. Tras acabar el video, ya nos fuimos al patio porque los chicos nos estaban esperando para hacernos una exhibición de cante y baile relacionados con el día de la comarca.

Con esto se terminó el día de la comarca y empezamos con el día del libro que es lo que nos tocaba a nosotros.



Días antes ya nos habíamos estado preparando la lectura. Cada uno leyó una lectura diferente, acorde con la edad de los chicos.

Cada curso se sentó alrededor nuestro y nosotros les empezamos a leer los cuentos. Algunos leímos dos cuentos y otros solo uno porque eran más largos.

Ventura: me aplaudieron y todo, me dieron la enhorabuena de lo bien que se lo había leído.

Chon: se portaron muy bien y me dieron un beso y todo. Creo que eran 12 niños los que estuvieron conmigo.

Miguel: Era la primera vez que leía en grupo. Me pareció muy gratificante sobretodo la simpatía de los niños. Se decían unos a otros “ves, hay que ayudar a las madres porque cada uno tiraba la ropa por un lado”

Jesús: A mi lo que más me gustó de todo fue la exposición y la película porque salía todo de Valladolid. Me llamó la atención la cocina. Las cocineras nos contestaron a todo lo que les preguntábamos y nos dijeron el menú que estaban preparando.

M^a Cruz: Yo leí dos cuentos. Los niños se portaron muy bien. Muy majos aunque no me hicieron ninguna pregunta. Al acabar, antes de marcharse, me dieron todos un beso. Había un niño que conocía, César, y él me reconoció a mí.

Desi: Yo leí la huelga de mamá. Les gustó muchísimo y hasta la profesora me felicitó y me dio dos besos. Yo les pregunté si ellos ayudaban a sus mamás. Una dijo que ayudaba a su mamá y ella se vestía sola. Otro dijo que también ayudaba, bueno, en realidad ayudaban todos menos una.

Desi, Ventura, Jesús
Miguel, Chon y M^a Cruz

Semana Santa

Unos días antes de Semana Santa, vino la profesora de religión, Jesica, con los niños y nos pusieron los pasos de Semana Santa en nuestro salón de actos. Los pasos estaban hechos de papel y coloreados.

En conjunto era la procesión de la luz y del silencio. Pasamos a detallárosela:

- En primer lugar iban los músicos que iban tocando el tamboril, trompeta, los platillos...
- Seguido aparecía la oración en el huerto, donde estaba el Señor orando bajo unos árboles
- El Cristo atado a la columna, donde le azotaban
- El Cristo de la caña. Los cofrades iban de rojo con el capuchón negro
- El siguiente paso, Jesús Nazareno, los cofrades iban de morado y Jesús aparece representado con la Cruz. En Cuenca también sale este paso. Antiguamente como la cruz pesaba mucho, se encargaba de llevarla un joven de los que iban a la mili. Ahora lo llevan en un carro.



- Seguimos con el Cristo de la Trinidad, donde los cofrades van de blanco y morado
- Continuaba con el Cristo del buen viaje
- La Virgen de la Piedad, donde aparecían las mujeres vestidas de negro con la mantilla
- El Santo entierro y la Virgen de las Dolores
- Cerrando la procesión aparecían el cura, el alcalde, el guardia civil y un monaguillo.



Después de las vacaciones, el 25 de Abril, vinieron los chicos de 2º de primaria y nos contaron que cada clase había hecho un paso y ellos venían en representación del colegio a explicárnoslo.

Nos gustó mucho, estuvo muy bien y muy alegre. Los muchachos muy simpáticos y muy cariñosos. Dijeron que les gustaba mucho venir a vernos para que pasásemos un día Feliz. Ya estamos esperando para la próxima Semana Santa que vengan con otra procesión y ver con que material lo hacen.

Rosario Díez, Angelita Españadero
Encarna Fernández, Jovita Merino
Pilar Pardo, Julián Ramos

XI congreso Lares

Los pasados 21,22 y 23 de Mayo, se celebró en Salamanca el XI congreso Lares cuyo título fue **“el valor de cada persona”**.



Las ponencias, mesas redondas y talleres del congreso se basaron en tres ejes fundamentales para los centros Lares:

- La **persona**, su singularidad e integralidad, como el centro de nuestra atención y cuidados, destinatario y a la vez sujeto de los mismos.
- Las **personas cuidadoras** como el “factor humano”, imprescindible y diferenciador, como agentes del valor añadido en los cuidados.
- Y por último, el **hecho comunitario**, presente al interior de nuestros proyectos, y, al exterior, interactuando con la comunidad en que estos se ubican, de la que se nutren y a la que dan respuesta.

El Centro asistencial San Roque ha formado parte activa de este congreso:

- D. Jose M^a Agüero y Carmen de Alaiz, han sido, junto con otras personas, parte del comité organizador.

- D. Jose M^a ha impartido un taller: trabajando la espiritualidad.

- Carmen de Alaiz y Begoña Vega presentaron una comunicación del palomar del abuelo por medio de un póster informativo, el cual se expuso en el hall central para que todos los congresistas conociesen nuestro centro de interpretación. Este póster ya se encuentra expuesto en nuestro centro.



Durante los tres días pudimos asistir a ponencias, mesas redondas, presentación de comunicaciones científicas, panel de experiencias y talleres. Entre ponencia y ponencia contamos con el Lazarillo de Tormes y su Señor que nos fueron recordando, con un toque de humor, lo más significativo de cada exposición. En la inauguración y cierre del Congreso, el grupo de jotas de San Martín de Castañar, nos deleitó con bailes y música Charra.

Comenzamos el programa social con una Eucaristía en la Catedral Vieja de Salamanca presidida por el Exmo. Obispo de Salamanca D. Carlos López Hernández. Nos enseñaron el casco histórico de Salamanca por medio de la teatralización con personajes de la época y finalizamos la jornada con una cena de gala amenizada por la Tuna.

Han sido tres días intensos, llenos de información, aprendizaje y experiencias cuyo propósito y finalidad es seguir formándonos para proporcionar una mejor calidad asistencial en nuestro centro.



Concierto de música 4º y 6º de primaria

En Mayo vinieron para ofrecernos un concierto del colegio los chicos de 4º y 6º de primaria. El primer grupo vinieron todos con una camisa blanca y tocaban la flauta, violín, panderetas y unos palos. Tocarón casi 20 canciones.



El segundo grupo venían algunos de ellos con un sombrero de paja. Los instrumentos que tocaron fueron flautas y palos. Nos tocaron unas 15 canciones.



Las actuaciones nos gustaron. Tocarón muy bien los dos grupos y las canciones eran bonitas. Como regalo les dimos un broche de nuestro palomar.

Victoria Fernández
Carmen Fonseca

Visita al palomar Colegio Maristas

El día 30 de Mayo vinieron a visitar el palomar en 3 autobuses 150 niños con sus profesores (no nos acordamos cuantos eran, pero más o menos unos 8) del colegio de Maristas de Valladolid. Los profesores nos contaron que venían de Urueña, comerían en Villalón y por la tarde visitarían Medina de Rioseco.

Como venían tantos chicos a la vez, tuvimos que preparar 3 grupos para enseñárselo. Las primeras en enseñar el palomar al grupo de los más pequeños fueron Elvira y Matilde. El segundo grupo se lo enseñamos Victorina y Amada y por último Félix Gómez y Félix Barrientos.



Tras la explicación de lo que es el palomar y de la paloma, los chicos nos hicieron muchas preguntas:

- ¿Cómo se hacían los palomares redondos?
- ¿Qué era el tapial?
- Cuando se casaban las palomas, ¿ere para toda la vida? ¿No se separaban?
- Cuando se morían, ¿Se las enterraba?
- ¿Cómo se distinguía el macho de la hembra?
- ¿Cada paloma sabe cual es su casa y su palomar?
- ¿Qué comían en invierno las palomas?



Los niños nos preguntaban que cómo nos llamábamos, les gustaba saberlo y a un niño le hizo mucha gracia que los dos nos llamásemos Félix porque su abuelo se llamaba igual. Nos preguntaron también que si nos gustaba que viniesen a vernos.

Como el colegio de los Maristas viene a visitarnos cada dos años, ya conocemos a algunos profesores y ellos también se acuerdan de nosotros. Mientras un grupo estaba viendo el palomar, el resto de chicos estaban en el parque temático. Vimos a unos que intentaban comerse el pan y el queso, otros subidos por los columpios que pensábamos que se iban a caer... Les decíamos que estos columpios no los tenían en sus patios y nos contestaban que no y que este parque les gustaba.



En general se divirtieron mucho, lo pasaron estupendo y nosotros también.

Elvira y Matilde: la experiencia siempre es positiva. Nos gusta que vengan los niños con los mayores para aprender algo de ellos.

Amada: era la primera vez y me gustó mucho, sobretodo con las preguntas.

Victorina: esta vez ha sido mi segunda visita. Me gustó recordar cuando de pequeños, cazábamos palomas cerca de los palomares.

Félix Barrientos: Los niños fueron humildes y estudiosos porque estaban atentos a todo.

Félix Gómez: ha sido la primera vez que he explicado lo que era el palomar y también he aprendido cosas nuevas que no sabía.

Matilde Alonso
Félix Barrientos
Félix Gómez
Amada Martínez
Elvira Pérez
Victorina Prieto

La importancia del agua

El agua es vida. Si perdemos el agua que tenemos, es decir, si nos deshidratamos, podemos llegar a morir. A medida que se envejece, el estímulo de la sed se va reduciendo y, por lo tanto, es fácil que el cuerpo se deshidrate con consecuencias que en un anciano pueden resultar peligrosas.



El aporte de líquidos (agua) al organismo provienen de tres fuentes:

- El consumo de líquidos
- El agua de los alimentos
- el agua generada en los procesos metabólicos

Las pérdidas de agua pueden ser:

- a través de la piel (sudoración)
- respiración
- gastrointestinales
- renales

Los problemas de deshidratación pueden aumentar por:

- la existencia de incapacidades físicas y cognitivas que limiten el acceso al consumo de agua.
- La presencia de enfermedades acompañadas de fiebre y diarrea con factores que contribuyen al desbalance.
- El uso de numerosos medicamentos les produce efectos secundarios adversos que alteran la sensación de sed o bien promueven la diuresis, favoreciendo así una deshidratación.
- Alteraciones como la demencia y el delirio también alteran el consumo de líquidos.

Una correcta hidratación en el anciano:

- Mejora las condiciones cardio-circulatorias
- Ayuda a prevenir los cálculos renales
- Mejora la nutrición de la piel
- Ayuda a la digestión y previene el estreñimiento
- Reduce la sensación de fatiga y mejora el tono muscular.

Recomendaciones:

- No esperar a tener sed para beber
- Tomar sopas y caldos en las comidas
- Beber un vaso lleno de agua durante las comidas, mientras se ve la televisión, después de dar un paseo.
- Reponer de inmediato las pérdidas de líquidos debidas a vómitos y diarreas.
- Limitar el consumo de café, té y bebidas con cafeína
- Informarse de los efectos de algunos fármacos, como los diuréticos
- Beber abundante agua después de una caminata u otra actividad física.



Carmen y Ana
Departamento de enfermería

Visita del palomar residentes y familiares

El día 18 de junio, fuimos a ver el palomar un grupo de residentes y familiares. Nos lo explicaron Elvira y Matilde.

Me gustó mucho porque yo he tenido palomas en casa. Teníamos 3 parejas. Cuando estaban echadas, a mí no me gustaba acercarme, era Francisco el que se encargaba de atenderlas, las daba de comer, beber y limpiaba todo. Cuando los palominos estaban para comer, era Francisco el que las cazaba y yo las pelaba. Cuando fui a ver el palomar me hizo recordar todo esto.

El video que vimos después también me gustó mucho. De siempre me han gustado las tierras y los palomares porque he trabajado en ellos.

Trini Mozo



Taller de reminiscencia

La reminiscencia constituye una forma de conectar el pasado con el presente personal y de perpetuar la identidad de la persona. Es una técnica muy completa ya que utiliza la estimulación, la comunicación, la socialización y el entretenimiento.

Este concepto se trabaja prácticamente a diario en nuestro centro: en los grupos de Terapia Ocupacional, por la mañana mientras los residentes dialogan con los gerocultores durante el aseo, las charlas y los paseos de los voluntarios con los residentes pero en esta ocasión hemos querido darlo a conocer de una manera especial.

En este centro tenemos la suerte de pertenecer a varios pueblos, casi todos de la comarca de Tierra de Campos y nos hemos planteado un reto: conocer, de la mano de los protagonistas, cada pueblo del que está formado esta gran casa.

Hemos comenzado con Aguilar, donde pertenecen Melania y Eumenia. Se lo propusimos y se ofrecieron encantadas. El relato que os presentamos a continuación, es literalmente como ellas nos explicaban su pueblo y sus recuerdos. Antes de pasar a su historia, queremos dar las gracias a Eumenia, Melania y a sus familias por involucrarse en este proyecto y por la acogida que nos dieron en Aguilar.

Begoña
Trabajadora Social

Os presentamos nuestro pueblo:
Aguilar de Campos

Unas chicas muy majas nos dijeron que podíamos ir a nuestro pueblo para enseñárselo a los demás y a nosotras nos pareció bien.

Justo antes de marchar fui a sus despachos para decir que no iba porque me iba a dar cosa ver mi casa, pero me dijeron que no me iba a arrepentir de ir y fui.

Por la tarde nos montamos en el coche verde y nos llevó Miguel Ángel. Íbamos seguras porque él también es de Aguilar y digo yo, que se sabría bien el camino.

Fuimos por Cuenca, pasamos por Ceinos y cogimos la carretera de Aguilar.



Por el camino fuimos contando cosas de nuestro pueblo, de las que nos acordábamos, claro.

De jóvenes íbamos por las puertas, llamábamos y nos íbamos corriendo, pobre señora Petra la pandereta ¡siempre la tocaba a ella!.

Hay un dicho de nuestro pueblo que dice así:

Tres cosas tiene Aguilar
que no tiene la Habana,
el castillo, la carriona
y la vaca barragana

Y otro más :

Ceinos se ahumó y Aguilar se quemó.

Entramos al pueblo por el caserío de pajares. Pasamos por el convento donde se encuentra la Virgen de las Fuentes. En Mayo va para Aguilar hasta Septiembre. Tiene una fuente, y es un agua muy buena, cuando la gente está enferma, viene a buscarla y dicen que se curan ...

De camino también pasamos cerca del molino.

Aparcamos al lado de la Iglesia de San Andrés y como estaba abierta entramos a verla. Vimos el coro, la ermita de San Andrés y su retablo.



Cuando salimos de la Iglesia, tiramos para el castillo. Esta zona la conocemos muy bien, las dos vivíamos por aquí. Todo está lleno de bodegas que en fiestas preparan merendolas y limonada. En fiestas los forasteros se sienten como uno más del pueblo. Van a las bodegas y comen y beben limonada hasta hartarse. No se que tiene Aguilar que gusta a todos los forasteros y todos suben al castillo.



Cuando llegamos arriba, vimos que el frontón había desaparecido y les contamos que allí los jóvenes estaban todo el día jugando a la pelota. ¡Que pena que dejen caer estas cosas! Bajamos a la plaza, en fiestas es donde está el baile. Junto al bar está el salón. Mientras les contábamos todo esto, vino Jesús Cholla a saludarnos y nos preguntó qué tal estábamos y que diésemos recuerdos a D. José M^a.

También se acercó otra señora a saludarnos, de lejos no sabíamos quien era pero ella nos reconoció enseguida.



Nos montamos en el coche y nos fuimos a ver la iglesia de Santa M^a. En esta iglesia nos bautizamos, hicimos la comunión y nos casamos. Pasamos por la casa de Honorita, la madre de Miguel Ángel.

En el pueblo hay dos bares y una tienda donde venden de todo. También hay unas piscinas y en verano se pone hasta las trancas.



Volvimos a subir al coche, pasamos por la plaza San Pedro donde antes había una iglesia pero ya no queda nada y nos fuimos a ver a nuestros hijos que ya nos estaban esperando. . Estuvimos charlando un rato, bebimos agua, comimos unas pastas y ya nos fuimos porque se nos hacía tarde. Yo me metí enseguida en el coche pero Melania se quedó para hacerse una foto.



De camino a la residencia fuimos por las casas nuevas y pasamos por las carrionas. Aquí se lavaba la ropa porque había un caño, un merendero con hierba, higueras ... no le falta de nada.

Cuando llegamos a la residencia todos nos preguntaron que tal lo habíamos pasado y les dijimos que muy bien y que a ver si lo volvíamos a repetir pronto.

Melania y Eumenia

Noticias Express

Curso de Dietética y Nutrición

En los meses de Mayo y Junio hemos realizado 22 profesionales del centro un curso de dietética y nutrición. El objetivo general era formar a los profesionales en las características específicas de la nutrición geriátrica y enseñar a aplicar esos conocimientos en el ámbito residencial.

Comienzo cine de verano

El pasado 3 de Julio comenzamos con el cine de verano. Hemos inaugurado esta temporada con la película “ Mi canción es para ti” de Manolo Escobar.

Os esperamos todos los jueves a las 5 de la tarde en el palomar del abuelo.

Palomar

Actualmente, nuestro palomar cuenta con 50 palomas y 8 pichones.

¡ Como disfrutan los niños buscando a través de la Web cam nuevos huevos y pichones!

II encuentro voluntarios

El 21 de Junio celebramos el 2º encuentro de voluntarios. A las 12.00 tuvimos una charla donde hablamos del trabajo que se realizaba en el centro y los objetivos que nos marcamos a corto plazo. A las 13:00 celebramos la eucaristía y culminamos la jornada comiendo todos juntos.



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