

MESA MES



ACTUALIDAD

ACTIVIDAD

TESTIMONIOS

FEBRERO 2025



Residencia y Centro de día

Nuestro Huerto CRECE

Y empieza a coger forma gracias al asesoramiento y la ayuda de los voluntarios de un Proyecto de Cruz Roja de Medio Ambiente.

Es una actividad que nos enriquece, nos mantiene activos y entretenidos y permite que nos relacionemos entre nosotros.

Una actividad, sin lugar a dudas, transformadora.

ACTUALIDAD



Un San Valentín intergeneracional

Por San Valentín, hemos recibido la visita de los alumnos y alumnas y ya más que amigos del IES Sacti Petri con los que hemos compartido historias de “amor” y elaborado tarjetas para este día.

“Menudos lectores”

Ete mes también hemos recibido la visita de los alumnos y alumnas de 5º de Primaria del Colegio Raimundo Rivero, que han realizado con nosotros una actividad relacionada con la lectura en la que hemos leído fábulas y hecho entrevistas.



ACTIVIDAD



P A C T O S para informar y sensibilizar

P A C T O S es el nombre de un Programa de información y sensibilización ideado por el Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de Cruz Roja que busca alertar sobre los factores de riesgo de las patologías cardiovasculares y concienciar sobre la importancia de la prevención.

Como parte del Programa, hay una exposición itinerante que se ha mostrado este mes en la Residencia, que ofrece información clave sobre la prevención de enfermedades cardiovasculares y hábitos de vida saludable.

Cada letra de PACTOS indica un factor de riesgo a controlar o un hábito cardiosaludable a fomentar:

P: Presión arterial

A: Alimentación

C: Colesterol y Contaminación

T: Tabaco

O: Obesidad

S: Sedentarismo y Salud emocional

TESTIMONIOS



Antonia sufrió una caída en casa hace algo más de un año, incidente que le llevó a estar ingresada en el Hospital alrededor de un mes. Una de sus piernas se vio muy afectada por el accidente, algo que una vez ya en casa, le impedía seguir siendo autónoma. Ese fue el motivo por el que ingresó en la Residencia hace un año, ya que sus hijos aunque están constantemente “rondándola” en el Centro, no podían atenderla como ella requería.

Antonia llegó a la Residencia en silla de ruedas y gracias a su constancia y esfuerzo y a la ayuda profesional de nuestras compañeras de Fisioterapia, hoy ya va andando sola con su andador, algo que le ha motivado mucho y le permite llevar una vida menos sedentaria.

Le costó adaptarse al ritmo de la Residencia pero hoy dice abiertamente que está muy contenta, que el personal siempre está atento a ella y que le encanta cuando hay actuaciones en el Centro.

Su hija M^a Ángeles asiente a todo lo que su madre nos cuenta y su sonrisa dice mucho. Está ella y sus hermanos muy tranquilos de verla bien, atendida en todas sus necesidades y feliz.