

SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO



El **Servicio de Ayuda a Domicilio**, es un servicio que se presta en la vivienda de personas mayores y con discapacidad, para ayudarles en las actividades de la vida diaria.



¿Cuales son las actividades de la vida diaria?

Las del cuidado personal, como asearse, vestirse o comer.

Tareas del hogar, como la limpieza, hacer de comer o el lavado y planchado de ropa.

Además, se realizan otras tareas como acompañamiento, compras o gestiones personales.

SOLSTICIO DE VERANO

El 24 de junio dimos la bienvenida al verano. En esta ocasión simulando un viaje por las diferentes nacionalidades existentes en el Centro.

Durante las semanas previas realizamos actividades para el conocimiento de los diferentes países y la preparación de los stands.



Stand de España: Representado por Canarias y Andalucía, se mostraron objetos típicos y disfrutamos de gastronomía como almogrote, gazpacho y aceitunas. Este puesto estaba a cargo de Gloria Heredia y Carmen Melián.

Stand de Portugal: A cargo de Rosa Carvalho, se degustaron tostadas con sardinas típicas, además de manualidades del instrumento típico que se usa para el fado, estilo musical portugués.

Stand de Cuba: Contaba con instrumentos, mojitos y frutas tropicales, estando a cargo de Susana López y Luis Cabrera.

Stand de Argentina: A cargo de Mabel M. Gaye. Su producto típico fue el dulce de leche, además de mostrar elementos tan tradicionales como es el mate y su elaboración.

A TU SALUD

MANTENER EL CUERPO ACTIVO, ¿PORQUÉ, PARA QUÉ Y CÓMO?

Realizar ejercicio físico moderado habitualmente es fundamental para que nuestro cuerpo mantenga sus capacidades.

Así, conseguimos que la falta de fuerza, los problemas de equilibrio y el cansancio, se ralenticen.

Lo recomendable es realizar un tipo de ejercicio adaptado a nuestra edad y forma física.

Es decir, desde ejercicios de suaves movimientos sentados para aquellas personas que no tienen la posibilidad de desplazarse, o hacer una actividad más exhaustiva, hasta caminar 30-40 minutos diariamente a buen ritmo.

Además, mantenernos en movimiento nos ayuda en otros aspectos de nuestra salud, como puede ser combatir el insomnio o mejorar el tránsito intestinal.

SERVICIO DE PROMOCIÓN DE LA AUTONOMÍA PERSONAL



El día 30 de mayo, varias mujeres del Taller de Playa de Mogán recibieron un homenaje por sus vidas vinculadas al mar. Este acto tuvo lugar durante la celebración de la Feria del Atún y el Mar.

Mujeres participantes: Dolores Santana, Inocencia Cabrera, Elena Macías, Petra Alonso, Micaela Alonso, Herminia Aguiar, María Hernández y Juana Navarro.

ENCUENTRO DE CENTROS OCUPACIONALES



El 16 de junio se celebró un Encuentro de Centros Ocupacionales en Arguineguín, con la participación de once centros de Gran Canaria y en el que los componentes de nuestro centro fueron anfitriones y protagonistas de la gala.

Para empezar presentaron un número de teatro y danza muy divertido sobre el mar y además hicieron de presentadores con la actriz Yanelly Hernández.

En la gala también participaron el mago Iván Artilles, el payaso Zapito, se hizo una rifa con premios para todos los centros y bailamos con el grupo Tamarindos para despedirnos.



El Servicio de Promoción de la Autonomía Personal comenzó en el mes de junio un nuevo proyecto de voluntariado. La primera actividad la tuvimos en el Encuentro de Centros Ocupacionales.

Tati, Cecilia y Manuel estuvieron ayudando en la organización del evento y disfrutando de la actividad.

Comentario de Manuel García Bernal: "Estuvo bueno el baile".

¡YO CUMPLÍ!

CUMPLEAÑEROS DEL CENTRO

. 5 DE JUNIO:

Anne Marie Snoj (81 años)

. 7 DE JUNIO:

Isabel Fernández Santiago (83 años)

. 15 DE JUNIO:

Guillermo Santiago Navarro (86 años)

. 23 DE JUNIO:

Carmen Ruiz Ramírez (80 años)

SABIDURÍA POPULAR

Pensativo me quedé,
sin saber lo que decía,
doce horas tiene el día,
son las que marca el reloj,
y esas me las paso yo,
pensando en ti vida mía.

**Versos recitados por
Francisco Déniz,
"Pacuco"**

AYER Y HOY



El 13 de Junio, Mogán celebró las fiestas de su patrono San Antonio de Padua. La celebración religiosa siempre finaliza con el "Canto de los pajaritos", que llegó a Mogán sobre los años 30 del siglo pasado. Se cantaba no sólo en la iglesia, sino también trabajando en el campo o en una "descamisá" de piñas. Esta tradición, sigue reuniendo cada año a niños, jóvenes y mayores, que entonan el canto aprendido de boca a boca desde hace casi cien años.

LO QUE DIJO FULANITO Y MENGANITA

Estos son algunos de los comentarios compartidos en nuestras tertulias del Proyecto Compartiendo Vida.

. "Siempre desee ver el mar, pero vivía en el centro del país y quedaba muy lejos. La primera vez que lo vi fue con 50 años, para coger el barco y venir a vivir a Canarias". YOLANDA ZALASAR, COLOMBIA

. "En el colegio de monjas me castigaban por cosas que hacían mis compañeras, que me culpaban a mi. Me ponían de rodillas en una caja con picón, con los brazos en cruz y cinco libros en cada mano. Por eso le dije a mi padre que no quería volver al colegio, que allí me maltrataban y salí a la edad de 12 años". LUCÍA GARCÍA

. "Cuando tenía ocho años mi padre compró una mula que era muy arisca. Daba coces al que se le acercaba y mi padre tenía que amarrarla para poder ponerle las albardas. Yo en cambio la montaba a pelo. La usábamos para arar y cargar y llegamos a ir con ella de Barranquillo Andrés a Jinámar, para vender un potro en la Fiesta de la Caña Dulce. Cuando la mula enfermó y tuvimos que sacrificarla porque no podía comer, yo lloraba, pero mi padre más". PACO SAAVEDRA

. "Mi madre y yo pasábamos muchas madrugadas cosiendo con la luz de un candil de petróleo, para al día siguiente vender un pantalón por 25 pesetas". EUSEBIA SEGURA