



FUNDACIÓN ASILO DE TORRELAVEGA  
**SAN JOSÉ 2018**





FUNDACIÓN ASILO DE TORRELAVEGA

**SAN JOSÉ 2018**

Luis López Ormazábal  
*Presidente Fundación Asilo*

# PRESENTACIÓN

## SAN JOSÉ 2018



**H**ace 133 años, la Divina Providencia había creado los elementos necesarios para que en Torrelavega se creara un centro de acogida y cuidado. El párroco de entonces D. Ceferino y sus feligreses lo hicieron eficaz y tuvieron la feliz idea de ponerlo bajo el patrocinio de San José.

Él sabía mucho de esa Divina Providencia. El buen Padre Dios bien sabía que su familia en la tierra (Jesús, María y José) tenían necesidad de mas bienes materiales, sobre todo durante los años de exilio en Egipto y unos sabios, magos, Reyes, lo hicieron eficaz. Llegaron a adorar al Rey de los Judíos, y entre otros regalos le ofrecieron oro, creo que a un Rey no se le ofrecen unos gramos de ese metal -cuando la Reina de Saba visita al Rey Salomón se habla de quintales-. No creo que estos Reyes le ofreciesen tanto, solo lo suficiente, San José fue el fiel administrador.

Se acababa el oro pero también los días de Herodes y la familia pudo regresar a su tierra estableciéndose en Nazaret.

La Divina Providencia durante estos 133 años no ha faltado nunca y no quiero, por mucho que los admire, nombrar a nadie, todo está a la vista. Y esa Providencia no faltará, le ruego a San José que no falten los que la sigan haciendo eficaz.



La Divina Providencia durante estos 133 años no ha faltado nunca y no quiero, por mucho que los admire, nombrar a nadie, todo está a la vista

Mercedes Izárraga López

*Vicepresidenta Fundación Asilo*

## QUERIDA MARIVÍ



Gracias Mariví por todo, fuiste y seguirás siendo una persona entrañable, a la que siempre recordaremos y te tendremos presente, como a todos los Arce - Gómez de los que hay tanta semilla en esta casa

**E**l decir adiós es siempre doloroso y más aún cuando la persona a la que se despide ha formado parte de nuestra vida y de nuestra institución.

Con hondo pesar, recibimos el día 21 de diciembre la triste noticia de tu fallecimiento. Si por algo te has caracterizado siempre ha sido por tu saber estar, tu saber hacer, tu discreción, tu bondad y tu inmensa simpatía, aquella ironía tan fina que tenías cuando a veces hablábamos de cosas y de casos de Torrelavega; supiste coger el testigo de tus padres y de tus hermanos siempre implicados con este Asilo de Torrelavega, como también a Antonio, tu querido esposo que cada vez que estaba por Cantabria nos hacía una visita del que también guardamos un recuerdo entrañable.

El día 8 de enero se celebró tu funeral en Madrid al que asistimos un grupo de esta casa, y creo que el sacerdote en su homilía te reflejó tal como eras, cosa que identificamos todos aquellos que bien te conocíamos y a los que nos dejaste compartir parte de tus vivencias, nunca supo tu mano izquierda lo que hacía tu mano derecha, y al revés.

Lo mismo visitabas cárceles que asistías al menesteroso, como seguidamente estabas en la ópera, cada cosa con su propia identidad.

Nos dejaste en el momento que menos lo esperábamos, aunque sí sabíamos de tu delicada salud.

Gracias Mariví por todo, fuiste y seguirás siendo una persona entrañable, a la que siempre recordaremos y te tendremos presente, como a todos los Arce - Gómez de los que hay tanta semilla en esta casa.



# EL PATRONATO

## ÓRGANO DE GOBIERNO DE LA FUNDACIÓN

La Fundación Asilo de Torrelavega, entidad sin ánimo de lucro, y declarada de utilidad pública viene funcionando desde el año 1881 hasta nuestros días, regida por un patronato siendo su composición actual

### PRESIDENTE

Ilmo. Rvdmo. Sr. D. Luis López Ormazábal

### VICEPRESIDENTA

Ilma. Sra. Dña. Luisa Mercedes Izárraga López - Pisano



### VOCALES

D. José Luis Barreda Gutiérrez

D. Gregorio Calderón Ciriza

Hna. Epifanía Sarrasín García

Ilmo. Sr. D. José Agudo Álvarez

Ilmo. Sr. D. Felipe Trigueros Medina

Dña. Paula de Peralta Ortega

D. Higinio Priede Gutiérrez



# CON LA VIDA EN LOS TALONES

Por eso pienso que tenéis que sentirnos felices, porque estamos acompañados, atendidos y somos apreciados

**Y**a hemos disfrutado nuestra niñez, nuestra juventud, nuestra época adulta y ahora nos toca culminar el ciclo vital viviendo nuestra vejez. Son épocas no exentas de penalidades, sobre todo en los años jóvenes, que se fueron tornando en alegrías posteriores al ir mejorando el régimen socioeconómico de nuestras vidas. Y ahora nos encontramos en una nueva dimensión: la Tercera Edad.

Poco a poco han ido desapareciendo el brío y la fuerza muscular. Nuestra piel tersa se ha cubierto de arrugas y presentamos los primeros flaqueos en el ánimo que se unen a otro punto débil: LA MEMORIA.

... Pero tenemos suerte: la memoria que mantenemos es la de la evocación, la que recuerda perfectamente la familia de la que procedemos. La que nos vio nacer y crecer.



Recordamos todos los esfuerzos, el trabajo continuado para sacar adelante a nuestros hijos con unos reducidos sueldos, las lágrimas que derramamos en silencio para mejorar la felicidad de nuestra descendencia, la satisfacción que produce el pensar "MEJOR NO LO SUPE HACER" y tener la certeza de que repetiríamos nuevamente la experiencia si volviéramos a nacer. Pero ahora me encuentro con que la vida pasó tan rápidamente que ya la tengo en mis talones, y que necesito continuas muestras de afectividad y de comprensión hacia mi persona que es tan diferente a la de los años juveniles.

Reconozco que he cambiado: me he vuelto más triste, más machacón y menos afectivo de lo que yo era; no nos engañemos, todo es una máscara. Siento miedo y vergüenza de transmitir mis sentimientos, para que sigáis siendo felices, para no provocar intranquilidad en vuestras vidas. Y creo que

me habéis hecho el mejor favor, que ha sido ingresar en la INSTITUCIÓN donde vivo.

Por eso pienso que tenéis que sentirnos felices, porque estamos acompañados, atendidos y somos apreciados. Por eso os pido que seáis cariñosos con nuestra nueva familia, que es "el personal de este centro" y disculpéis las irregularidades que surgen en la vida cotidiana y que son subsanables con el cariño del que somos siempre rodeados.

Nosotros estamos en otra dimensión, pues tenemos ya NUESTRA VIDA EN LOS TALONES.

Felipe Trigueros Medina

# SAN JOSÉ

“

En nuestra Fundación, los residentes y el personal nos contagiamos, año tras año, de la magia del día de San José. ¡Es nuestro Gran Día, el de nuestro Patrono!

Dice el refrán “Marzo marceador, que de noche llueve y de día hace sol”. Otro refrán similar “Marzo marcelero; por la mañana, rostro de perro; por la tarde, valiente mancebo”. Estos refranes vienen a manifestar que todavía, siendo el mes de marzo, el tercer mes del año, estamos sometidos a continuos y bruscos cambios de tiempo.

No obstante, creo que los cántabros en general tenemos algo en nuestra mente, que viene de nuestra más tierna infancia y es que en este mes se produce algo mágico, algo bonito, reconfortante para nuestro espíritu y nuestro cuerpo, la sensación de dejar atrás: la oscuridad del invierno, sus fríos, la provisionalidad con que la que hemos vivido el invierno. En definitiva, la sensación de haber sido poca cosa, de estar a merced del tiempo y sus caprichosos. Recobramos nuestras propias sensaciones y poco a poco, nuestra libertad de acción.

También tengo algo que remarcar de este mes marceador. Todos los días de marzo, no son iguales. Hay un día que marca “un antes y un después”. Ese día es, el 19 de marzo, día de San José. No se, por qué antes del día de San José nos creemos que todavía no se acabó la oscuridad del invierno y llegado dicho día tenemos la sensación de que se acabó, que llegó a su fin y que se nos abre un año de nuevas ilusiones y esperanzas.

En nuestra Fundación, los residentes y el personal nos contagiamos, año tras año, de la magia del día de San José. ¡Es nuestro Gran Día, el de nuestro Patrono! Ese día lo celebramos abriendo las puertas de nuestra Casa y nuestro corazón: a las autoridades, a los voluntarios y a nuestros familiares por habernos ayudados a superar la oscuridad del invierno.



Es algo más que un día, es la puesta de largo de renovar nuestras ilusiones, de desearnos lo mejor para todos y cada uno de nosotros. Sabemos que aunque vengan días malos, ya la luz de los días venideros será más generosa y el sol llenará nuestros balcones y nuestro jardín.

En este día 19 de marzo, le pediremos a nuestro Patrono San José que interceda ante el Señor para que el nuevo año nos traiga salud y paz

Higinio Priede Gutiérrez.  
Médico, miembro del Patronato

“

Todos los días de marzo, no son iguales. Hay un día que marca “un antes y un después”. Ese día es, el 19 de marzo, día de San José

## LA COMUNIDAD

Mujeres consagradas al servicio del Reino,  
compañeras de camino en el mundo del trabajo.



En los tiempos que corren, el mundo del trabajo femenino padece las consecuencias del nuevo fenómeno social ligado a la exclusión.

Es ésta una enfermedad que afecta en su misma raíz a la pertenencia a grupos sociales diversos.

Desde una globalizada indiferencia, el mundo se ha ido volviendo un espacio parcelado en el que sólo cabe quien tiene parcela reconocida por los poderes de turno.

Las personas vamos perdiendo capacidad de compasión ante los clamores de los que “no tienen parcela reconocida”, como si fuera de responsabilidad ajena que no nos incumbe.

La cultura del bienestar en todos los aspectos, cuando logra convencernos de que esto o aquello es la fuente de la juventud y del éxito, nos anestesia el espíritu, la mirada y hasta las manos.

En los tiempos que corren, es justo expresar, que también suceden milagros que transforman “lo parcelado” en espacio de encuentro y solidaridad, donde las defensas se aparcan y es posible restaurar las desconexiones, llenar de presencia humana las soledades.

En nuestra ciudad, sin ir más lejos, hay un grupo de mujeres, que se introducen en el corazón de los desafíos de este mundo quebrado y dolorido. Son las Hijas de San José, quienes como comunidad de mujeres que profesan una fe y una opción de vida por amor, elijen cada día recorrer el camino que recorren sus compañeras del mundo del trabajo. Son religiosas trabajadoras al servicio del mundo del trabajo.

Entre nosotros, ellas viven y trabajan en una Institución modélica de sociedad incluyente y plural, al mejor estilo cristiano:

Residencia San José de la Fundación Asilo de Torrelavega.

Es en ese espacio abierto y liberador en donde las Josefinas despliegan lo mejor de la misión que su Congregación les encomienda. Por naturaleza de la vocación de servicio que ellas expresan, sabemos que tienen un Carisma peculiar, nacido de la profundidad de una experiencia religiosa, pero que, a la percepción de los sentidos, lo identificamos por “las obras”, los gestos y palabras que nos demues-



“

En el Asilo San José, los principales destinatarios de “cuidado sanador”, de palabra y gesto que pacifique, son los residentes.

## LA COMUNIDAD

Mujeres consagradas al servicio del Reino, compañeras de camino en el mundo del trabajo.



tran su intención de colocarse siempre al servicio de las personas que más necesitan de su presencia cercana, compañera.

En el Asilo San José, los principales destinatarios de “cuidado sanador”, de palabra y gesto que pacifique, son los residentes. Sin embargo, para las Josefinas, casi en el mismo plano de importancia a la hora de hacerse compañeras, están los trabajadores y trabajadoras de las distintas áreas.

Ofrecer el tiempo, la experiencia, la palabra y el gesto oportuno con alegría, es, sin duda, ofrecer un espacio de terapia cordial que hace mucho bien al cuerpo y al espíritu de todos los que comparten con ellas un trabajo o reciben su visita cotidiana en son de paz para sus almas.

¿Quién no va a sentir deseos de superar todo egoísmo frente a estos testimonios de solidaridad en la Casa? Solidaridad que no se mide según parámetros de la exposición mediática que hoy distraen la mirada y no nos dejan ver las demostraciones de entrega personal, de gratuidad y de caridad cotidiana, que afloran día a día en forma de diálogo, de ayuda mutua, de aprendizajes, de aceptación de diferencias y acogida de las circunstancias que envuelven a la gente.

En los tiempos que corren, pues, hay muchos motivos para creer que la transformación de las personas y de la sociedad es posible porque DIOS sigue entrando, sin hacer ruido en este mundo.

Comunidad de Torrelavega



Ofrecer el tiempo, la experiencia, la palabra y el gesto oportuno con alegría, es, sin duda, ofrecer un espacio de terapia cordial que hace mucho bien al cuerpo y al espíritu de todos los que comparten con ellas un trabajo

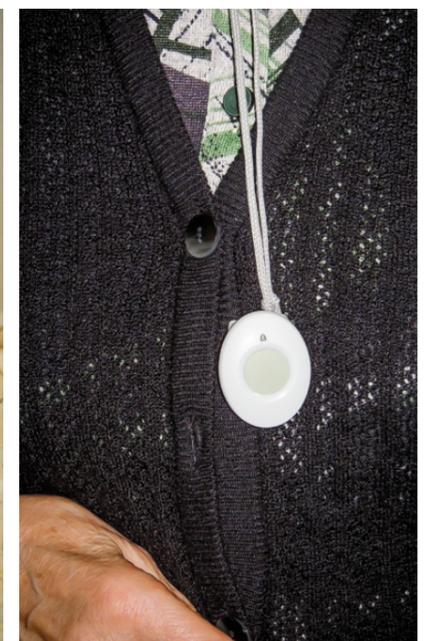


## PULSERA CONTROL DE ERRANTES

Con la finalidad de ir poniendo la tecnología al servicio de nuestros usuarios sobre todo de aquellos que manifiestan un deterioro cognitivo avanzado con desorientación, se ha puesto en marcha este año un sistema electrónico basado en una pulsera que se asigna al residente para que cuando traspase los límites de seguridad de la Residencia sea detectado y avisado al personal pertinente, evitando así el riesgo a extravío.

Todo ello con el objetivo prioritario de conciliar la seguridad de la persona con el derecho a su autonomía.

Departamento Psicología



# “SIN SUFRIMIENTO NO HAY LUCHA, SIN LUCHA NO HAY VICTORIA, SIN VICTORIA NO HAY CORONACIÓN”

Adagio Renano Anónimo

El joven Ludwig escuchaba, continuamente, de labios de su querida madre María, esta máxima que le acompañó toda su vida y que, quiero pensar, le ayudó a convertirse en uno de los músicos más grandes de la historia. Aunque es cierto que, en el resto de su devenir vital, Beethoven, no tuvo el mismo éxito.

Cuando conocí las oraciones que encabezan este texto, reflexioné sobre su contenido y me planteé si nos pudieran afectar de alguna forma a nosotros, trabajadores del centro... yo creo que sí. Me explico.

La razón de ser de nuestro trabajo es el “sufrimiento”, grande o pequeño, puntual o extendido, consciente o inconsciente, de la mayoría de los residentes. El objetivo de la labor que desarrollamos se basa en la constatación de la realidad de las personas que viven en esta casa, cada uno con sus singularidades, y a quienes hemos de servir.

Así queda justificado el segundo término de la ecuación: la “lucha”. Lucha para paliar, evitar o eliminar las situaciones complicadas de cada persona. Con dedicación, conocimientos que han de ser “reverdecidos”, con esfuerzo y determinación.

El fin es la “victoria”, pero victoria no significa, aquí, lograr todos los éxitos. Somos humanos y no vivimos en un mundo idílico, perfecto, en el que todo irá bien a nada de voluntad que se le ponga. Queremos y valoramos los pequeños triunfos (si son grandes mejor) pero en muchas ocasiones el fin debe concretarse en las cosas

“

La razón de ser de nuestro trabajo es el “sufrimiento”, grande o pequeño, puntual o extendido, consciente o inconsciente, de la mayoría de los residentes.



pequeñas: que alguien duerma mejor esta noche, que deje de sentir el dolor que viene sufriendo o que, tras hablar un rato, se alivie la angustia que sentía.

Tampoco hemos de obcecarnos con los fracasos, que sin duda habrá, siempre que pongamos todo de nuestra parte, siempre que honestamente hayamos dado lo mejor de nosotros mismos.

Y, por fin, la “coronación”. ¡Qué nadie aspire a ser reconocido! Eso no forma parte de las aspiraciones de las distintas profesiones que mantenemos una asistencia directa con el residente (no solo hablo del Servicio Médico). Agradeceremos vivamente a quien nos manifiesta reconocimiento... pero nosotros hemos de dedicarnos con igual presteza a unos y otros independientemente de las circunstancias.

Entonces ¿cuál es nuestra “coronación”? Debe basarse en el examen de conciencia: “hoy lo he hecho bien, debo sentirme satisfecho”. Pero somos conscientes de que no siempre es así y, de la misma manera, reconozcamos humildemente nuestros errores, con el propósito de evitarlos en el futuro.

Aunque este texto está escrito desde el Servicio Médico me consta que los diversos miembros de la Fundación lo tienen en cuenta a la hora de desarrollar su trabajo.

Como Beethoven amó y respetó durante toda su vida a su madre María y a su abuelo Ludwig, respetemos igualmente a nuestros mayores, haciéndoles la vida lo más agradable posible.

Ramón Fernández Barquín  
Director Servicio Médico

“

El objetivo de la labor que desarrollamos se basa en la constatación de la realidad de las personas que viven en esta casa, cada uno con sus singularidades, y a quienes hemos de servir

# CUANDO COMER ES UN PROBLEMA

Es muy frecuente que las personas mayores de manera paulatina manifiesten algunas dificultades durante las comidas, problemas para tragar o masticar algunos alimentos. A este fenómeno se le conoce como disfagia.

## ¿Qué es la disfagia?

Es un término utilizado para describir los trastornos de alimentación y deglución derivados de un daño físico o neurológico en los mecanismos orales, faríngeos, laríngeos o esofágicos.

Las personas de edad avanzada son una población susceptible a padecer este trastorno, bien por su estado de fragilidad, deterioro o enfermedad asociada. Es importante, por tanto, dadas sus características, que todos los profesionales que atienden a este sector de la población y sus familias conozcan las manifestaciones o signos de alerta para detectar la disfagia. ¿Por qué? por dos razones prioritarias, por un lado, para garantizar una alimentación segura y evitar complicaciones graves en la salud, como atragantamientos, broncoaspiraciones, infecciones respiratorias o neumonías. Por otro, para asegurar una alimentación eficaz. Es decir, conseguir que la persona con tal dificultad se encuentre correctamente nutrida e hidratada.



## Signos de alerta

Aunque en la actualidad el sector sanitario contempla la disfagia como un problema discapacitante en los ancianos, continúa siendo un trastorno infradiagnosticado. En el entorno familiar estas dificultades también se enmascaran pasando desapercibidas, pues la sintomatología es poco perceptible tanto por el entorno como por el propio afectado.

¿A que signos debemos poner especial atención? A episodios de atragantamientos frecuentes, si se observa tos durante o posterior la ingesta de sólidos o líquidos, a dificultades para masticar, tiempo prolongado con la comida en la boca sin tragar, babeo, salida de comida fuera de la boca, restos de comida en el interior de la cavidad oral después de tragar, cambios en la voz tras las ingestas, así como a negación para tomar algunos alimentos.

¿Qué podemos hacer? Lo primero, ponerlo en conocimiento de su médico de cabecera o personal sanitario cercano para que se derive a la persona afectada a los especialistas pertinentes. Es el logopeda quien se encargará de detectar, valorar, derivar a otros especialistas en casos graves y de establecer medidas de compensación o de adaptación para sobrellevar de la mejor manera posible tales dificultades. No obstante, desde el contexto familiar se pueden llevar a cabo algunas modificaciones sencillas que ayudarán a minimizar los riesgos mientras se espera una valoración específica.

Para empezar, es recomendable cuidar la higiene oral de la persona afectada con especial atención, procurar que esté consciente siempre que coma o beba y evitar hacerlo en la cama. La posición más segura para comer contempla a la persona sentada cómodamente con los pies apoyados, la espalda recta y el cuello ligeramente flexionado hacia delante. Tras finalizar la comida la persona permanecerá media hora sentada antes de acostarse para evitar complicaciones.

Se pueden evitar también algunos alimentos de riesgo, aquellos de doble textura como algunas frutas (uvas, mandarinas, naranjas...) sopas de pan, sopa de fideo, purés con grumos, alimentos muy duros difíciles de masticar, alimentos de textura fibrosa o hebras, con muchas espinas, huesos o pepitas, alimentos pegajosos, densos o resbaladizos, las bebidas con burbujas y los caramelos.

“

Es recomendable cuidar la higiene oral de la persona afectada con especial atención, procurar que esté consciente siempre que coma o beba y evitar hacerlo en la cama

## CUANDO COMER ES UN PROBLEMA



### Protocolo de detección, evaluación e intervención

Desde el servicio de logopedia, en colaboración con otros profesionales (nutricionista, servicio médico, enfermería, auxiliares...) de la residencia San José, se lleva a cabo un programa novedoso para detectar, evaluar e intervenir la disfagia.

Esto permite, detectar tempranamente las dificultades de los usuarios para comer, evaluar de manera precisa y responder a las necesidades individuales con la introducción de pautas de actuación, retirada de alimentos de riesgo, adaptaciones en las texturas de la comida, introducción de aguas gelificadas, recomendaciones posturales o control de las cantidades ingeridas.

En la actualidad, nuestro servicio junto con Elena Fuente Domínguez estudiante de logopedia en la universidad Gimbernat Cantabria y Ángela Ezquerro Diego, logopeda de este centro, se está llevando a cabo un estudio de investigación para conocer el impacto de los trastornos de la deglución asociados a la edad (presbifagia), poniendo de manifiesto las necesidades reales de este sector de la población.

### Mi experiencia profesional y personal

La alimentación es una actividad esencial para el ser humano y se relaciona estrechamente con el bienestar y la calidad de vida. En la búsqueda de mejorar el proceso de envejecimiento y promover la funcionalidad de las personas mayores, el trabajo coordinado con la familia es esencial, así como respetar las decisiones de la persona, siempre que sea posible, en relación a su propia alimentación o adaptaciones sobre su dieta.

A nivel profesional es un lujo contar con un entorno laboral que te brinde la oportunidad de hacer tu trabajo de manera autónoma y libre, confiando en tu criterio profesional y en las decisiones que tomas. A nivel personal un aprendizaje continuo y gratificante.

Cabe destacar que la residencia San José es una de las pocas de toda España que cuenta con servicio de logopedia y aborda la disfagia de manera directa. Poco a poco se va transmitiendo la necesidad de nuestro trabajo en este entorno, vamos derribando barreras y resistencias e instaurando un pensamiento global para caminar en una misma dirección.

Tamara Bezanilla Toledo  
Servicio de logopedia Residencia San José



La alimentación es una actividad esencial para el ser humano y se relaciona estrechamente con el bienestar y la calidad de vida

## EL CALZADO: NO ES UN LUJO, SINO UNA NECESIDAD

Uno de los problemas más frecuentes, que me encuentro a diario, es la mala elección del calzado.

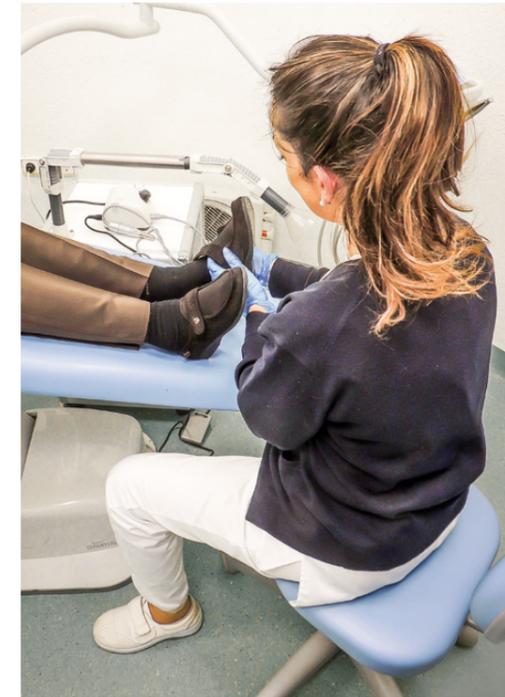
Con la edad, las personas mayores experimentan numerosos cambios en la morfología del pie. Si el número y forma del calzado no se adapta a estos cambios, padecerán angustia, dolor pérdida de equilibrio y caídas.

Normalmente, cuando acuden a la consulta con alguna dolencia en el pie, creen que en ese mismo momento se les solucionará su problema, y en la mayoría de los casos, mejoraría con un calzado adecuado. Por eso voy a puntualizar 3 generalidades a tener en cuenta:

- **SEGURIDAD:** debe tener un buen ajuste que facilite la movilidad sin molestias, ni lesiones. Con una suela antideslizante.
- **AFECCIONES EN LOS PIES:** se debe de comprar un calzado acorde a la condición de pies de la persona. Por ejemplo, si el paciente tiene juanetes o deformidades en los dedos, el calzado debe ser lo suficientemente ancho para dejar espacio al pie.
- **COMODIDAD:** optar por un calzado sin costuras, para evitar callos, roces o heridas. La parte del talón debe de amortiguar y brindar estabilidad al andar.

Todos estos aspectos son importantes, no sólo para cuidar aquellos pies con lesiones, sino también para evitar la aparición de nuevos problemas.

Cristina Carreño González  
Podóloga



Optar por un calzado sin costuras, para evitar callos, roces o heridas. La parte del talón debe de amortiguar y brindar estabilidad al andar

# RELATOS DE TODA UNA VIDA

(Este artículo está basado en varias entrevistas que han sido realizadas a un grupo personas de la Residencia San José)

“

En el norte de España la escolarización era más normal aunque las distancias que se recorrían para ir y volver al colegio oscilaban entre 3 y 6 kilómetros, con un gran absentismo escolar por tener que trabajar

uando me decidí a escribir un artículo en el que se pudiera reflejar la vida de nuestros residentes, nunca imaginé que pudiera aportarme tanta satisfacción personal. Siempre intento tener presente que gracias a ellos podemos hoy vivir con grandes avances en todos los sentidos de nuestro día a día, después de estas entrevistas puedo asegurar que este país es el resultado del trabajo, sacrificio y perseverancia de nuestros mayores, y es a ellos, y sólo a ellos a los que debemos agradecer que vivamos cómo vivimos.

La infancia fue un momento muy complicado para todo el mundo en los años 30-40. En el norte de España la escolarización era más normal aunque las distancias que se recorrían para ir y volver al colegio oscilaban entre 3 y 6 kilómetros, con un gran absentismo escolar por tener que trabajar. El trabajo infantil era el pan de cada día ya fuera con el ganado, el campo, tareas de hogar, crianza de hermanos, recogiendo leche o maíz a pie con un burro,... Esta escolarización solía durar hasta los 14 años aunque muchos no llegaban a finalizar.

*“...nunca pude ir al colegio. Mis padres por las noches me enseñaron a leer y a escribir.”*

*“... yo era la mayor de 5 hermanos y esto suponía que no podía ir al colegio porque tenía que cuidar de ellos y hacer las labores del hogar. Mi padre murió joven y mi madre se marchó con lo que nos repartimos entre mis tíos. Mi lucha continua fue siempre mantener unidos a mis hermanos.”*

Como ya he dicho la mayoría de las personas en aquella época comenzaban su vida laboral siendo niños. Hasta llegar a su oficio eran muchos los cambios de trabajos, sueños e inquietudes que forzaba a tomar decisiones que marcaría su destino.

*“...cuando pensaba que mi camino era el sacerdocio, sentenció dicha tendencia expresando abiertamente a mi maestro que prefería ser un buen religioso que un católico malo. Mi vida fue una ida y venida de oficios. Emigré a Alemania, Suiza,... de albañil, camarero, relojero,... y acabé de operario y encontré mi vocación como relojero que compaginaba con mi trabajo en la fábrica.”*

*“... no recuerdo la edad en la que empecé a trabajar en el campo pero era muy muy pequeño. Trabajé siempre para los demás hasta que pude montar mi propia ganadería y trabajar mis tierras. Nunca me separé de mi mujer. ¡¡¡¡¡Incluso rezábamos juntos el rosario!!!!*



Los hombres solían tener 2 trabajos, ya fuera en una fábrica y con ganado en casa, haciendo “chapuzas” como albañiles, vendiendo electrodomésticos a plazos, arreglando relojes, vendiendo herraduras,... solía haber siempre otro ingreso, de manera que la horas de trabajo abarcan todo el día y parte de la noche.

*“...trabajar de cantero es un oficio duro sobre todo en aquella época. Muchas horas de trabajo y además me construí mi propia casa en las pocas horas libres que tenía.”*

Ser responsable, perfeccionista, trabajador y muy apto para todo lo que se proponía, puede verse enturbiado por el pasado, en este caso por la falta de estudios, demostrando una gran humildad y sensatez.

*“...en dos ocasiones de mi vida tuve que rechazar dos puestos de encargado, de gran responsabilidad, por mi falta de formación. Fui honesto y a pesar de la insistencia, tuve que ser tajante porque sabía que había una parte de estos trabajos que requería registros, partes, cuentas, y yo no estaba preparado para ello.”*

Las mujeres siempre llevaron el peso de las labores domésticas y la crianza de los hijos, incluso cuando sus maridos se jubilaban. Pero además todas ayudaban en el campo, cosían, colaboraban en el negocio familiar o lo que, dependiendo de la fuente de ingresos, correspondiera.

*“... después de dar a luz a mi tercer hijo, tuve que emigrar a otra cabaña en busca de alimento para el ganado. En San Roque de Riomiera, el pueblo, incluso a día de hoy, era nómada y por ello mudamos a distintas cabañas cuando era necesario, daba igual las propias circunstancias. Fueron 8 largos kilómetros con un bebe y dos críos pequeños, el ganado y con la casa a cuestas.”*

En familias acomodadas tenían más facilidad para continuar los estudios, pero había que ser una mujer muy emprendedora y con mucha valentía para formarse y asegurar su propia independencia.

*“... yo siempre tuve las ideas muy claras y con mucha iniciativa y a los 16 años decidí irme yo sola a Escocia a estudiar comercio y después a Londres. Volví a Madrid a trabajar en la Embajada de Australia, después fui a Guatemala para terminar en el Consulado en Puerto Rico.”*

“

Las mujeres siempre llevaron el peso de las labores domésticas y la crianza de los hijos, incluso cuando sus maridos se jubilaban, además todas ayudaban en el campo, cosían, colaboraban en el negocio familiar...

## RELATOS DE TODA UNA VIDA

Otro aspecto relevante relacionado con las mujeres de aquella época era la maternidad. Ninguna recibió ninguna contemplación especial durante los embarazos y todos los partos se realizaban en casa. A lo sumo podías ir a buscar una matrona que solía vivir lejos y en algunos casos no llegaba a tiempo.

Con respecto a la igualdad de la mujer podemos resaltar el valor de una de nuestras residentes que tuvo en aquella época al solicitar el divorcio a un marido que la había hecho pasar 10 años de auténtico infierno.

*"... el mío fue el primer divorcio registrado en Torrelavega, concretamente en el año 1971. Cogí a mi hijo y me fui con una mano delante y otra detrás a Madrid a trabajar, dónde viví con mucha dignidad."*

Llegando ya a la época de la jubilación se puede generalizar en ciertos aspectos como que casi siempre se seguía con cierta actividad laboral como mantener la huerta, unos becerros, arreglar relojes,... A todos les gustaba pasear y en ciertas ocasiones la enfermedad llegaba a un miembro de la familia...

*"... la realidad es que la vida a veces te juega malas pasadas. Después de una carrera profesional impecable dedicado a la Real Compañía de Zinc, cuando me jubilo, el cáncer se instaló en mi casa. Mi adorada esposa luchó durante 15 años y me dediqué a cuidarla, a las tareas del hogar, y los hice con la dedicación y devoción que siempre tuve por mi mujer."*

Una de las cosas que más resaltan que empezaron a hacer cuando se jubilaron fue viajar.

*"... fuimos en un viaje en barco que duraba una hora, de un conocido, y me pareció algo maravilloso. ¡¡Aquello era todo un lujo!!"*

No fue una época como la actual en la que los abuelos cuidaban de los nietos. La incorporación masiva de la mujer en el mercado laboral vino más tarde.

Para la última etapa de la vida eligieron venir a la Residencia San José. Todos coinciden en haber tomado la decisión de ingresar en la Residencia, obligados por las circunstancias y están muy contentos de haberlo hecho. Aquí dicen sentirse cuidados, acompañados, con gente con quién hablar... Se han adaptado bien a esta nueva forma de vida y la disfrutan todo lo que pueden, teniendo en cuenta las grandes limitaciones que viven en estos años. Eso sí, todos echan de menos sus hogares y anhelan su propia casa que día a día construyeron a base de trabajo, esfuerzo y lucha continua. Lo que no se dan cuenta es que la España actual fue construida con sus manos y con su sudor, y que gracias a ellos podemos tener hoy las comodidades que tenemos. Sigamos su ejemplo y ofrezcamos un futuro mejor a las nuevas generaciones.

Muchísimas gracias a todos por vuestras aportaciones

**Judit Eguren Marañón**  
Trabajadora Social

“

Para la última etapa de la vida eligieron venir a la Residencia San José. Todos coinciden en haber tomado la decisión de ingresar en la Residencia, obligados por las circunstancias y están muy contentos de haberlo hecho

## TODO ESTO ES INOLVIDABLE E IMPAGABLE

Desde mi ventana veo el Asilo y busco el piso 8, como siempre desde los casi tres años en los que mi madre ha estado ahí. Lo veía, y me daba tranquilidad, porque sabía que ella estaba en las mejores manos. Con profesionales, bien atendida... Todo estaba controlado de una forma impecable. Hoy miro el Asilo con una mezcla de sentimientos que me emocionan. Me da tristeza mirarlo y ver que mi madre ya no está, pero siento una inmensa alegría al ver que durante todo este tiempo ha sido como nuestra otra casa. Tengo la necesidad de agradecer a las chicas que la atendieron y al resto del personal no sólo el trabajo que realizan, sino también su afecto, cariño, dedicación y simpatía, que me dieron apoyo y fuerza para superar tantos momentos tristes y dificultades. Aquí cada detalle cuenta, sobre todo cuando necesitamos ánimo, comprensión, afecto... Todo esto es inolvidable, impagable. Hay pequeños recuerdos que me hacen sonreír, porque me llegaron al corazón. En las últimas horas de vida de mi madre, una de las chicas entró en la habitación para atenderla y seguidamente fue al armario a buscar un peine para que estuviera bien arreglada. Ya fallecida me preguntaron la ropa que debían ponerle. "Ya da lo mismo", les dije yo. Y con las perchas en la mano me decían "A mí me gusta la marrón", "No, no, la roja me gusta más" decía otra y otra opinaba que era más apropiada la gris pero no con falda, sino con pantalón. Cuánto cariño encontré incluso en los detalles que ya no eran importantes. Un cariño que hace que sienta que mi familia es un poco más grande.

Clotilde Peña de la Fuente

“

Cuánto cariño encontré incluso en los detalles que ya no eran importantes. Un cariño que hace que sienta que mi familia es un poco más grande



# SUMANDO VIDA A LOS AÑOS

## Trabajando por un envejecimiento activo



Nuestra casa ofrece un amplio abanico de actividades lúdicas diarias, que se complementan con salidas y excursiones turísticas y culturales, bailes mensuales, actuaciones en el Salón de Actos...

Cada día en la residencia San José se trabaja para mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen, favoreciendo sus oportunidades de desarrollo para una vida saludable, participativa y segura. Todo ello implica entender esta etapa de la vida como un ciclo más de crecimiento personal, añadiendo "vida a los años y no solamente años a la vida".

La Organización Mundial de la Salud define el envejecimiento activo como "el proceso por el que se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez". Esta definición no sólo contempla el envejecimiento desde la atención sanitaria, sino que incorpora todos los factores del área sociales, económico y cultural que afectan al envejecimiento de las personas.

Desde este enfoque, nuestra casa ofrece un amplio abanico de actividades lúdicas diarias, que se complementan con salidas y excursiones turísticas y culturales, bailes mensuales, actuaciones en el Salón de Actos y fiestas convivenciales en el jardín o en el Salón Social como el carnaval, la Magosta...



Cada mañana realizamos una lectura de prensa grupal y participativa atendiendo a la necesidad de que todos los residentes tengan la oportunidad de mantenerse informados de las noticias más relevantes. Posteriormente se organiza el juego del bingo, ambas actividades con cada vez más afluencia de residentes.

Otra actividad que está evolucionando cada vez más, no sólo en afluencia, sino en variedad y adaptabilidad de sus contenidos, son los talleres que se realizan cada tarde en la biblioteca. Se enmarcan en del denominado Programa de entrenamiento cognitivo y sensorial. Así, los lunes trabajamos lectura, cálculo y lógica, los martes y jueves, dibujo manualidades de distintos grados de dificultad, los miércoles actividades de desarrollo sensorial, y los viernes juegos variados que nos ayudan a trabajar aspectos tan importantes como la psicomotricidad desde un punto de vista lúdico-cooperativo. Todos los fines de semana y los festivos se realizan ciclos de cine, documentales, series, etc.



Trabajamos lectura, cálculo y lógica, dibujo manualidades de distintos grados de dificultad, actividades de desarrollo sensorial, y juegos variados que nos ayudan a trabajar la psicomotricidad desde un punto de vista lúdico-cooperativo



## SUMANDO VIDA A LOS AÑOS

Trabajando por un envejecimiento activo

A lo largo del año han pasado por estos talleres 68 residentes, siendo una media de 27 residentes diarios presentes en el taller. Esta condición nos obliga a adaptar todas y cada una de las actividades a las distintas capacidades de nuestros residentes, con el objetivo de conseguir su realización y evitar sentimientos de frustración.

Cabe destacar, una de las actividades más satisfactorias recientemente; la construcción de un árbol navideño de madera a tamaño real que los residentes han construido para decorar el Salón Social las pasadas navidades. Más de 30 personas participaron en la construcción de sus piezas y adornos.



Una de las actividades más satisfactorias recientemente; la construcción de un árbol navideño de madera a tamaño real



Otras actividades novedosas que han tenido gran acogida este pasado año han sido la participación de más de 20 residentes en el Ruta adaptada del Soplo en las que es destacable la participación de multitud de familiares y voluntarios, sesiones de arteterapia, construcción de maquetas de madera, o adquisición de materiales tanto para pintura en lienzo, como para realizar labores de costura.



Nuestro objetivo es seguir implementando la oferta de actividades lúdicas en el centro, y seguir trabando porque todas las personas que hagan de esta casa su casa puedan seguir añadiendo vida a sus años.

...Porque mantenerse activo al hacerse mayor es fundamental para abordar el reto del envejecimiento...

...Porque, demasiado a menudo, pensamos que hacerse mayor es una complicación y no una oportunidad...

Porque olvidamos que cumplir años con salud es acumular conocimientos, experiencias y valores que las nuevas generaciones pueden aprovechar...

Susana Villar Arenal  
Departamento Social

# VOLUNTARIADO

“

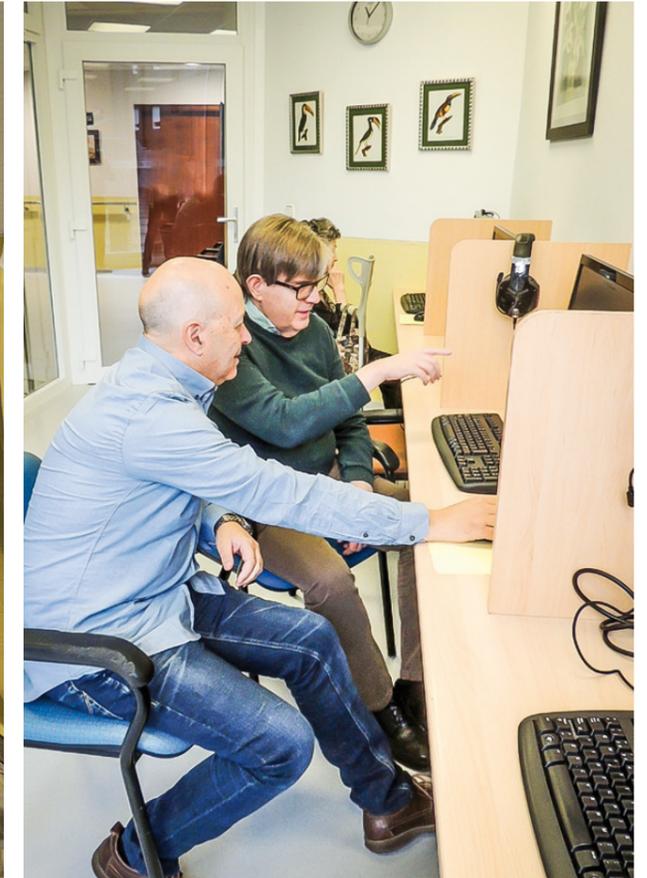
Me ha dado más de lo que he dado yo, pues me resulta muy gratificante saber que mi labor desinteresada ayuda a otras personas y esto me aporta beneficios personales

**A**dmiro a las personas que dedican su vida a los demás en circunstancias extremas como misiones, algunas ONG etc.

Por una regulación temporal en el trabajo me encontré con tiempo libre, y debido a la inquietud que siempre tuve por ejercer un voluntariado, me decidí a dedicar un tiempo a los demás. Llevo de voluntario algo más de cuatro años. Actualmente estoy trabajando y me cuesta compaginar trabajo, familia, ocio y encontrar unas horas, pero con un poco de esfuerzo todas las semanas las encuentro.

Me decidí por la residencia San José, porque siempre he creído que las personas mayores, necesitan y deben tener, más atención por parte nuestra, pues anteriormente nos lo han dado ellos.

Durante este tiempo he conocido a muchas personas, todas tienen algo en común, el agradecimiento a mi labor en la institución; lo cual me motiva aún más para seguir con ellos.



Mi compromiso como voluntario es acompañar a aquellos residentes que, por razones familiares, estos, no pueden acudir solos a consultas médicas, trámites, recados, etc. y también ejercer la escucha activa, hablando o paseando. En algunos casos puntuales he ido un paso más adelante, a petición del interesado, acompañando al cine por la proyección de una película determinada.

También quiero resaltar el trato que tengo con un residente, el cual, actualmente está pasando una mala época en cama, y en este caso, la forma de ayudarlo, cubriendo ciertas necesidades tecnológicas (referentes manejo de Tablet, ebook, películas...), haciendo que su calidad de vida mejore.

Para mí personalmente, me ha dado más de lo que he dado yo, pues me resulta muy gratificante saber que mi labor desinteresada ayuda a otras personas, y esto me aporta beneficios personales.

Agradecer a todo el personal del centro el trato hacia los voluntarios, pues siempre he recibido su apoyo y reconocimiento.

**Ángel Delgado**  
Voluntario

# SIEMPRE EN NUESTRO RECUERDO



Fuiste un gran practicante de tu religión y fuiste tú el que cuidó y mimó a las Josefinas que te cuidaron en planta

No podía ser un día vulgar, no. No podía pasar desapercibida tu pérdida, José. Tuvo que ser hoy, 1 de Marzo, después de que toda Cantabria se cubrió de nieve, después de que todo quedara puramente limpio, de madrugada, nos diste tu última bocanada de aliento.

Somos muchos los que te hemos dicho adiós y son muchos los recuerdos que permanecerán siempre dentro de nosotros.

Llegaste un 12 de Julio de 1999 a la Residencia San José, la que fue tu casa hasta el final. Te adaptaste muy rápido y en seguida resaltaste por tu peculiar carácter, ruidoso pero con un gran corazón y unas inmensas manos llenas de complacencia. Esa nobleza tuya, tu curiosidad por todo, tus viajes, tus apuntes de todas las cosas que llamaban tu atención, tu generosidad, tu solidaridad...

Fuiste compañero de viaje de Don Amable sin faltar ni una sola vez a Caleruega, tu granito de arena en numerosos viajes a Lourdes, tus dos viajes a Roma dónde fuiste verdaderamente feliz (junto a tu persona de más confianza y por qué no, más querida) incluso te dio tiempo a ir a Fátima, aunque fuera el último gran viaje. Fueron más de 100 excursiones por todo el norte de España. Tus fiestas institucionales como eran las de Arroyo (Don Luis, presidente de la Fundación, siempre te llevaba con gran ilusión) y las de tu pueblo, Oreña. ¡Tanta vida tenías...!!

Fuiste insistente hasta que conseguiste encontrar a tu hermana, y poder recuperar así tu referencia, tu pasado y desde entonces, futuro. Tu familia.



Fuiste una persona con gran solidaridad. Dedicaste tu tiempo a acompañar a un vecino de planta que gracias a ti pudo disfrutar de la vida en sus últimos años. Fuiste tú el que le llevó, con su mano apoyada en tu hombro, en su necesidad de guía por su ceguera, a tomar el vinito antes de comer y cenar.

Fuiste un gran practicante de tu religión y fuiste tú el que cuidó y mimó a las Josefinas que te cuidaron en planta (Hna. M<sup>a</sup> Luisa, Hna. Lucía y la Hna. Irene), y fuiste tú el que tenía ganado el cariño y el respeto de la Hermana Epifanía, otra compañera de tus viajes.

Fuiste tú y tu forma de ser el que consiguió que Merche, vicepresidenta de la Fundación, se preocupara por ti con auténtica sinceridad, y te riñera en el momento oportuno, para encaminar tu rumbo.

Fuiste un gran voluntario para tus plantas, oficinas, departamento médico, recepción... Siempre dispuesto, siempre disponible.

Fuiste durante casi 20 años compañero y amigo de todas y cada una de las personas que te conocían, dentro y fuera del centro.

Eras, eres y serás por siempre para nosotros "Alcocer", "Bartolo" en Oreña.

Siempre tendrás un hueco en nuestro corazón.



Fuiste durante casi 20 años compañero y amigo de todas y cada una de las personas que te conocían, dentro y fuera del centro. Siempre tendrás un hueco en nuestro corazón



# RABAS ENFUNDADAS

Por Josefa Valbuena, madre y compañera, cocinera y gran trabajadora, que todavía recuerda las horas en la cocina para un público que diariamente acudía a disfrutar del plato estrella al establecimiento de fama meritoria donde trabajaba, y una de sus recetas que toda su familia la pedían para comer:

## Ingredientes:

- Rabas de peludín
- Harina
- Soda/sifón
- Sal
- Levadura
- Aceite

## Elaboración:

- Preparar pasta para rebozo. En un bol, se añade soda/sifón y se amasa con harina, una pizca de sal y una cucharita de levadura; La pasta debe quedar líquida; Dejar unas 24 horas en el refrigerador.
- Cuando se vaya a freír las rabas, coger un bol lleno de harina y envolverlas con la harina. Después ponerlas en un escurridor para soltar la harina sobrante.
- Una vez enharinadas las rabas, se reboza en la pasta que hemos sacado del frigorífico y las freímos con aceite caliente hasta que se doren.



# LOS CENTROS DE DÍA AMPLÍAN SU COBERTURA DE ATENCIÓN

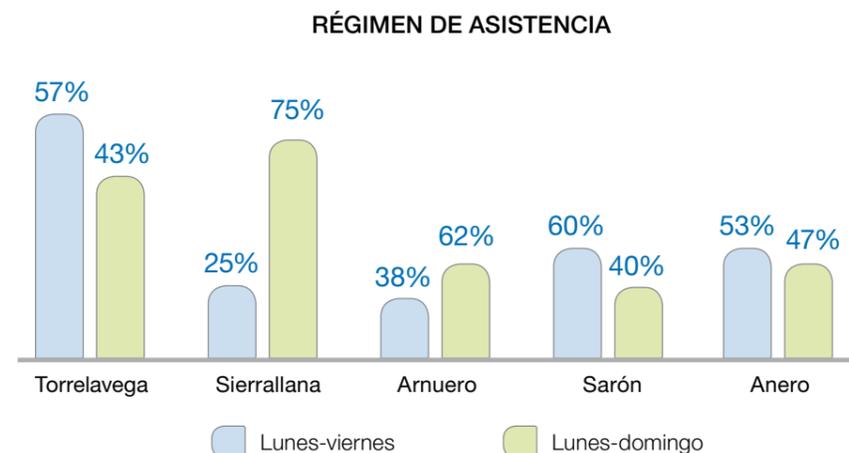
Tradicionalmente ha sido la mujer quien ha asumido el papel de prestadora de cuidados en el ámbito familiar, tanto en lo referente a la infancia como a la tercera edad; sin embargo, el proceso de evolución social y los cambios producidos en la situación de la mujer, con su incorporación cada vez mayor al mercado laboral, han provocado la necesidad de poner en marcha recursos que palien los déficits que tales hechos han traído consigo.

En este contexto se sitúan los centros de día para personas mayores, definidos como servicios de carácter social y apoyo familiar que ofrecen, durante el día, atención a las necesidades personales básicas, terapéuticas y socioculturales de personas mayores con diferentes grados de dependencia; se pretende, de este modo, promover la autonomía y conseguir prolongar el máximo tiempo posible la permanencia en el entorno vital habitual. Vemos, por tanto, que se centran tanto en la persona dependiente como en la familia, en un intento de prevenir o intentar prevenir los conflictos que se producen en el entorno familiar, al procurar conciliar la permanencia del anciano en su domicilio con los actuales modos y espacios vitales.

Desde la Fundación Asilo se gestionan cinco centros de día de mayores y paulatinamente se ha ido ampliando el servicio hasta llegar, en la actualidad, a ofrecer en los cinco un régimen de asistencia que incluye los 365 días del año. Cada vez es mayor el número de usuarios que acude también el fin de semana.

Yolanda Gómez  
Responsable de Admisión

Begoña Celis  
Directora Centros de día



# HOGAR INFANTIL



El centro que acoge a los más pequeños de la Fundación es conocido como Hogar Infantil Victoria Gómez de Arce.

Quando hacemos referencia a la palabra hogar, el peso de la definición se centra en la sensación de seguridad y calma que se crea en ese lugar físico, donde el individuo o grupo habita, sin embargo, para conseguir crear esa sensación es necesario que ese espacio sea acogedor además de eficaz.

Aprovechando la época estival en la que la asistencia de alumnos baja considerablemente, nos embarcamos en el proyecto de remodelación total de las instalaciones, dotándolas por un



lado de equipos y servicios que facilitan la labor de los profesionales y atraen la atención de los alumnos y por otro lado, de elementos que embellecen el entorno en el que se desarrollan sus actividades diarias, dándole un aspecto más actual y acogedor.

El centro goza ahora de unas instalaciones modernas, alegres, adecuadas a las actividades y usuarios que las utilizan, que facilitan el desarrollo social, afectivo e intelectual de los niños, que agradan a las familias y que junto con el equipo humano que trabaja entre sus paredes, siempre con profesionalidad, pero sobre todo con mucho cariño hacen posible que un espacio físico se convierta en un lugar seguro, una segunda casa, un "hogar".

Piedad Mediavilla López  
Directora Hogar Infantil



Instalaciones modernas, alegres, adecuadas a las actividades y usuarios que las utilizan, que facilitan el desarrollo social, afectivo e intelectual de los niños

# ACTIVIDAD DE PISCINA

“

Las ventajas del tratamiento en piscina provienen de la asociación de los principios físicos de agua a una temperatura adecuada (flotación, presión hidrostática y viscosidad)



Una de las últimas actividades que el centro Fernando Arce ha reforzado es la de piscina.

Hasta la fecha se contaba con una única piscina; debido al incremento de alumnos que el colegio ha sufrido se hacía necesario una propuesta más ambiciosa que diese respuesta a todos nuestros alumnos.

Con la nueva construcción de la piscina, el Colegio refuerza la terapia en el Agua. Además de la piscina del Teodosio Herrera, la nueva instalación ofrece un servicio ajustado a las características de nuestro alumnado, cumpliendo objetivos como que:

- Todos los alumnos del colegio puedan acudir sin necesidad de transporte alguno puesto que está ubicada en el propio centro, minimizando el tiempo que supone acudir a instalaciones externas.
- A cada alumno se le pueda ofrecer la terapia que necesite, ya que una de las características principales de la nueva instalación es la accesibilidad. Cuenta con rampas, escaleras, grúa, chorros, cascadas, camillas y vestuarios que permiten acceder a ella cualquiera que sea la necesidad de nuestros alumnos, además de la temperatura entre 32 y 34 grados, que hacen que el disfrute de la instalación sea más gratificante si cabe, bajo la supervisión directa de los especialistas (Fisioterapeutas, Terapeuta Ocupacional, Maestra en Educación Física, Especialista en Actividades Acuáticas para personas con Discapacidad).

Los beneficios que aporta la práctica de un deporte son excepcionales, más aún cuando a salud se refiere. Uno de los deportes más inclusivos es la Natación, convirtiéndose esta práctica en una terapia de rehabilitación, resultando ser las sesiones de natación una importante motivación para



nuestros alumnos, que mejoran de manera significativa en actividades de la vida diaria y en aspectos tan importantes como la autonomía en el vestido y desvestido y en aspectos higiénicos.

Las ventajas del tratamiento en piscina provienen de la asociación de los principios físicos de agua a una temperatura adecuada (flotación, presión hidrostática y viscosidad) con las técnicas específicas para este medio (Halliwick, watsu...), teniendo efectos notables en varios sectores del desarrollo global de nuestros alumnos.

El aspecto fisiológico es particularmente gratificante y los efectos positivos de la inmersión completa en el agua es una de las grandes ventajas. Se favorece la circulación, facilita la relajación y alivio del dolor, consiguen mejoras en la movilidad, el equilibrio y la capacidad respiratoria entre otras. Con Todo esto se consigue influir positivamente en el estado de ánimo lo que supone una mejora en la concentración y se facilita el sueño. Además de conseguir importantes mejoras en este sentido, existen mejoras en los aspectos cognitivos y conductuales de nuestros alumnos.

Todo esto es posible Gracias a la reducción de los efectos de la gravedad, a la presión y viscosidad que ofrece el medio acuático en sí mismo, haciendo que nuestro cuerpo “pierda” peso y que flote, así conseguimos aumentar la amplitud de los movimientos reduciéndose las diferen-

cias motoras que puedan existir en el medio terrestre. Buscamos como objetivos el fortalecimiento y la movilidad articular de nuestros alumnos, aumentando rangos articulares y aumentando la propiocepción

Benéficos de las sesiones de piscina:

- Conocer y dominar el medio acuático
- Conocer medidas higiénicas que posibiliten una mejora de la salud.
- Lograr una interacción social plena de nuestros alumnos.
- Mejorar la aptitud física para un posterior desarrollo de habilidades motrices básicas.
- Adquirir y mejorar el conocimiento y autocontrol de los movimientos de su cuerpo.
- Reeducar las posturas corporales
- Adquirir y mejorar el conocimiento y autocontrol de los movimientos del cuerpo.
- Proporcionar un entorno en donde nuestros alumnos sean los principales promotores y ejecutores de actividades relacionadas con el deporte y ocio
- Crear valores como la responsabilidad, la solidaridad y la cooperación entre los alumnos y familias.
- Formar en valores intrínsecos al deporte como cooperación, trabajo en equipo, competitividad, frustración...
- Ser una vía para la participación en la comunidad, fomentando la normalización.



# EQUINOTERAPIA

En colaboración con el Ministerio de Defensa en las instalaciones del Centro Militar de Cría Caballar de Mazcuerras



“

Las instalaciones, la actitud de los militares, profesionales y alumnos de formación profesional, la recepción por parte del Teniente Coronel responsable del centro de nuestras inquietudes y solicitudes... son inmejorables

El pasado mes de mayo el Centro Escolar comenzó una actividad de equinoterapia en Ibio.

Se trata de una relación entre la Fundación Asilo de Torrelavega y el Ministerio de Defensa en la que, mediante un convenio de colaboración, se buscan los siguientes objetivos:

- Desarrollar una actividad educativa significativa para los alumnos en las áreas física, conductual, emocional e intelectual.
- Ofrecer una experiencia enriquecedora y exigente que suponga un reto para los participantes.
- Ofrecer a los militares y profesionales del Centro de Cría Caballar una experiencia con la discapacidad y la educación especial de normalización e integración social.
- Proporcionar a los estudiantes de los diferentes ciclos de Agraria del Centro de Formación Profesional de Heras información sobre la intervención asistida con animales en personas con discapacidad.

Durante las sesiones se han empleado hasta ahora tres burras especialmente adiestradas para la monta de niños con dificultades de movilidad y de control postural. Se seleccionaron por su carácter dócil y su movimiento tranquilo, simétrico y acompasado. Es la primera vez que utilizamos en las actividades del colegio este tipo de animales desde que comenzamos a realizarlas en el año 2000 y hemos comprobado que el movimiento más lineal de los animales (sin tantas variaciones como el de los caballos) supone un incremento de la seguridad del jinete y nos permite darle más libertad de movimiento. Como ejemplo, dos alumnos que hasta el curso pasado requerían que un fisioterapeuta cabalgara con ellos a su espalda, han desarrollado la actividad en las últimas sesiones con ayuda desde el lateral y montando solos.

El mes pasado se incluyó un caballo para ofrecer una alternativa para aquellos alumnos con más destreza y capacidad de control del animal para que la monta suponga un reto mayor y por lo tanto les obligue a esforzarse un poco más.

El diseño de la actividad se va completando y modificando en función de las necesidades y oportunidades de los alumnos y con aportaciones tanto de los profesionales de centro educativo como del centro militar, como con la propuesta del Brigada que coordina la actividad de realizar actividades de “volteo adaptado” tras el tiempo de monta.

La experiencia en el Centro Militar ha resultado muy positiva ya que, gracias a su generosidad y a la colaboración del transporte de la Fundación Asilo, la inversión económica por parte de las familias se ha reducido de forma muy significativa. Además, las instalaciones, la actitud de los militares, profesionales y alumnos de formación profesional, la recepción por parte del Teniente Coronel responsable del centro de nuestras inquietudes y solicitudes... son inmejorables.

Creemos que esta actividad nos beneficia a todos los participantes e implicados y contribuye a una sociedad más sensible, competente y solidaria.

“

Creemos que esta actividad nos beneficia a todos los participantes e implicados y contribuye a una sociedad más sensible, competente y solidaria



## Entrevista a Viri, trabajadora durante 46 años en el Centro Fernando Arce

# LO QUE MÁS ME HA GUSTADO, SIN LUGAR A DUDAS, HAN SIDO MIS “ALUMNOS”

### ¿Qué recuerdos tienes de cuando empezaste a trabajar en el Centro Fernando Arce?

Recuerdos entrañables... de alumnos, de familias, de antiguos compañeros y de responsables del Centro... personas con las que he convivido todo este tiempo, de las que he aprendido mucho y que han ido creciendo conmigo.

Los espacios, los grupos humanos eran más pequeños... Desde mi primer día de trabajo hasta hoy he vivido un proceso continuo de renovar ilusiones, de abordar proyectos exigentes, de enfocar nuevos retos y nuevas metas en nuestro quehacer diario. En definitiva, de crecer, pero sin deshumanizarnos y manteniendo siempre un clima familiar y cercano con las personas a las que atendemos.

### ¿Qué es lo que más te ha gustado de tu profesión durante estos 46 años?

Lo que más me ha gustado, sin lugar a dudas, han sido mis “alumnos”. Las personas de las que he sido responsable. Todas ellas con algún tipo de discapacidad, pero con un sexto sentido para valorar si el trato que les ofreces es adecuado, justo, digno, cariñoso... y si es así, capaces de expresar lealtad, gratitud y complicidad de forma tan sencilla y natural, que no puedes evitar sentirte valiosa. Y eso... es muy reconfortante.

### ¿Nos puedes comentar cuáles han sido los momentos más difíciles?

Pues pienso que ha sido muy triste el fallecimiento de alguno de los chicos. Duro y difícil, no sólo por mí, sino por la impotencia que sientes al no poder minimizar el sufrimiento de los demás compañeros del grupo.

También he vivido con cierta angustia la marcha por otros motivos, de compañeras de mucho tiempo y muy queridas. Temes que no vaya a funcionar el engranaje y te preocupas.

### ¿Qué te ha aportado personalmente tu profesión en el Centro Fernando Arce?

El mayor aporte personal creo que ha sido aprender a valorar a las personas no centrándome en sus limitaciones, sino en sus capacidades, en lo que pueden hacer.



Desde mi primer día de trabajo hasta hoy he vivido un proceso continuo de renovar ilusiones, de abordar proyectos exigentes, de enfocar nuevos retos y nuevas metas en nuestro quehacer diario



### ¿Qué valoración haces de la discapacidad después de toda la experiencia acumulada en toda una vida dedicada a este sector?

Citando a Anne Wafula Strike, corredora paralímpica en silla de ruedas, diría que “cuando tienes una discapacidad, saber que esta no te define es el sentimiento más gratificante.”

Yo creo que todos estamos capacitados para algo y que es importantísimo no poner etiquetas y apostar por el potencial de las personas.

### ¿Qué planes de futuro tienes a partir de ahora?

Mi plan es sin duda hacer algún plan, pero todavía no he tenido tiempo de trazarle y creo que aplazaré ese momento lo máximo posible porque me gusta bastante improvisar y dejar que la vida me sorprenda.

Viajaré, dedicaré tiempo a mi familia y enfrentaré esta etapa de mi vida con optimismo e ilusión porque creo que disfrutaré mucho de disponer de tiempo para ocio.

Por último, nos quieres decir algo que no te hallamos preguntado y sea de interés para ti.

Solamente expresar mi agradecimiento a toda la Comunidad educativa del Centro. Con vosotros he compartido mucho más que trabajo y me voy con la certeza de que llegarán nuevas personas, repletas de ideas y motivación que impulsarán este proyecto.

# MUCHOS Y BUENOS RECUERDOS



**M**e llamo José Manuel Pelayo y tengo 61 años. Allá por el año 1973 llegué al Centro Ocupacional Fernando Arce, del cual tengo muchos y buenos recuerdos que siempre me gusta compartir, pues soy un gran conversador.

Empecé con 16 años largos, casi 17, con Tere, mi primera profesora, encuadernando libros; era lo que más me gustaba y lo hacíamos cosiendo los libros a mano.

En los talleres también hacíamos muchas otras cosas: empaquetar correas para ventiladores, envasar pegamento, troquelados de chapas y además hacíamos alfombras. En una ocasión hicimos una alfombra para la Diputación de Cantabria. En aquel tiempo estaba Hormaechea de presidente regional. Recuerdo que vinimos un domingo para hacernos una foto en la entrega de la alfombra.

Entonces nos daban una paga. Una vez a la semana llevábamos un sobre con el dinero a casa y nuestros padres tenían que firmar, como que habíamos entregado el dinero en casa. Con estas pagas me compré mi primera cámara fotográfica y empezó mi gran afición a la fotografía.

Me pasaba el día con la cámara en las manos. La traía al centro todos los días y aún lo sigo haciendo. (es cierto, José Manuel sigue trayendo su cámara de fotos todos los días, metida en un pequeño bolso).



Por entonces comíamos en el centro y después de comer, de dos a tres, nos dejaban salir fuera a tomar café, esos momentos yo los aprovechaba para sacar fotos. Tengo fotos de todas las obras del Asilo. Don Luis y Merche me han pedido fotos en alguna ocasión. También tengo muchas fotos de Torrelavega.

Por aquí han pasado muchos compañeros, algunos ya no están y otros como yo, aún seguimos por aquí, Eva, Curri, Juan Antonio, Fidel, Blanca, Marian...

Recuerdo que había unos columpios en el patio y nos gustaba mucho columpiarnos. Lo hacíamos tan fuerte que en ocasiones dábamos vueltas al columpio y el difunto Juan, padre de Tere, nos reñía, porque tenía miedo que nos pasara algo. Un día se enfadó tanto que decidió quitar los columpios. Los quitamos entre Curri, el difunto Juan y algún chico más que ya no está aquí. Nos dio mucha pena. Pero seguro que así alguno se libró de partirse una pierna.

Un médico venía una vez al mes al colegio, el Dr. Monforte y nos "miraba". Nos miraba a todos, grandes y pequeños. Comprobaba los reflejos, si necesitábamos gafas y también nos auscultaba.

Cuando empecé conocí a Mary Ángeles, a Tere, Viri y a Juani, eran muy jovencitas, aún estaban solteras; ¡ahora alguna ya tiene nietos!!

A la "profesora" que recuerdo con más cariño es a Tere. Yo era el "enchufado" y estaba encargado de las llaves de los armarios, toda una responsabilidad.

Ahora también me gusta venir al nuevo Centro Ocupacional. Seguimos trabajando, hacemos "cartones", comedor, etc. me parece fácil y me gusta porque así hacemos algo y me siento bien, contento, útil.

Ahora tenemos más instalaciones, nuevas, grandes y luminosas pero lo antiguo también era muy bonito...

**José Manuel Pelayo Vilaplana**  
*Usuario Centro Ocupacional*



“

Cuando empecé conocí a Mary Ángeles, a Tere, Viri y a Juani, eran muy jovencitas, aún estaban solteras; ¡ahora alguna ya tiene nietos!!

# CENTROS Y SERVICIOS

Fundación Asilo de Torrelavega



La Fundación atiende en sus diversos centros a un total de 1.204 usuarios diariamente desglosado en las siguientes áreas:

- Mayores 527
- Discapacitados 517
- Infancia 160

## ÁREA DEL MAYOR



- Residencia San José. 356 usuarios en régimen de 24 Horas.
- Centro de Día de mayores San José. 40 plazas concertadas.
- Centro de Día de mayores Sierrallana. 65 plazas concertadas.
- Centro de Día de mayores Santa María de Cayón de Sarón. 18 plazas concertadas.
- Centro de Día de mayores "María Teresa Falla" de Anero. 26 plazas concertadas y 2 plazas privadas.
- Centro de Día de mayores "Fuente Incueva" de Arnuro. 18 plazas concertadas y 2 plazas privadas.

TOTAL USUARIOS ATENDIDOS: 527

## ÁREA DE DISCAPACITADOS. "Dr. Fernando Arce Gómez"



- Centro de Educación Especial "Dr. Fernando Arce Gómez". 152 usuarios.
- Centro Ocupacional "Dr. Fernando Arce Gómez". 70 usuarios.
- Centro de Día "Dr. Fernando Arce Gómez". 70 usuarios.
- Residencia de Atención Básica "Dr. Fernando Arce Gómez". 50 usuarios.
- Residencia 24 Horas "Dr. Fernando Arce Gómez". 17 usuarios.
- Piso Tutelado "Dr. Fernando Arce Gómez". 8 usuarios.
- Centro Teodosio Herrera. 44 usuarios.
- Centro Especial de Empleo SERYMAN. 106 usuarios.

TOTAL USUARIOS ATENDIDOS: 517

## ÁREA DE INFANCIA. Centro de Educación Infantil "Victoria Gómez de Arce"



160 usuarios de 0 a 6 años

TOTAL USUARIOS ATENDIDOS: 160

# PERSONAL

Fundación Asilo de Torrelavega



## Administración

- Director financiero 1
- Director recursos humanos y compras 1
- Directores de área 3
- Titulado medio 1
- Administrativos / otros 13
- Total administración 19**



## Comunidad religiosa

- Comunidad religiosa 10**



## Mandos intermedios

- Mandos intermedios 2**



## Trabajadores sociales

- Trabajador social 6**



## Servicio socio sanitario

- Director médico 1
- Médicos 1
- Psicólogos 4
- Enfermeras 19
- Fisioterapeutas 13
- Logopedas 4
- Nutricionistas 1
- Terapeutas ocupacionales 2
- Podólogos 2
- Auxiliares de clínica 153
- Total servicio médico 200**



## Profesorado / otros

- Profesores preescolar 5
- Profesor inglés 1
- Profesores educación especial 23
- Profesor religión 1
- Educadores sociales 5
- Técnicos S. educación infantil 8
- Educadores 6
- Técnicos auxiliar educativos 7
- Encargados de taller 3
- Cuidadores 49
- Total profesorado / otros 108**



## Cocinas

- Cocineras 7
- Ayudantes de cocina 2
- Camareras 1
- Limpiadoras 7
- Total personal cocinas 17**



## Mantenimiento

- Mantenimiento 9**



## Costura

- Costura 1**



## Conductores

- Conductores 13**



## Cafetería

- Cafetería 4**



## Recepción

- Recepcionistas 3**



## Vigilantes

- Vigilantes 9**



## Lavandería

- Lavandería 12**



## Varios

- Limpieza 51
- Servicios generales 9
- Total servicios varios 60**

**Total trabajadores 473**



FUNDACIÓN ASILO DE TORRELAVEGA

**SAN JOSÉ 2018**



**Fundación Asilo** de Torrelavega



Escanea con tu móvil este código QR  
para obtener más información sobre  
la Fundación Asilo de Torrelavega

Av. Fernando Arce, 18 · 39300 TORRELAVEGA (Cantabria) Tel. 942 88 21 41 Fax: 942 89 49 95  
info@fundacionasilo.com · www.fundacionasilo.com