

II Época

Nº 34, 35, 36
Julio-Agosto-
Septiembre
2023

Centro San Juan de Dios

Ciempozuelos. Madrid



P. 2 - Editorial

P. 3 a 6 - Campamentos

**P. 7 - Yoga en Salud
Mental y Discapacidad**

P. 8 y 9 - Psicogeriatría

P. 10 - SAER

P. 11 - Solidaridad



El ocio de verano en nuestro Centro

El verano se erige como uno de los períodos anuales más esperados con entusiasmo. La amplia variedad de actividades disponibles, tras una prolongada espera cargada de laboriosa dedicación, tensiones y monotonías, se despliega ante nosotros, abriendo un abanico de posibilidades para la relajación y el esclarecimiento mental. Esto aporta una extensa gama de beneficios a nivel individual.

El esparcimiento estival, en sus diversas manifestaciones, tiene un impacto positivo no solamente en las relaciones sociales, sino también en el plano personal, especialmente en lo que concierne a la autoestima. Compartir vivencias enriquecedoras en entornos sociales, en un ambiente relajado y edificante, engendra un aumento en la autoestima, la valoración personal y la percepción de nuestras propias habilidades y competencias.

Es crucial reconocer que la autoestima desempeña un papel fundamental en la salud mental, ya que está estrechamente relacionada con una mayor satisfacción personal en diversas experiencias y proporciona una alta capacidad de resiliencia frente a los desafíos. En este contexto, es importante destacar que el tiempo de ocio desempeña una función esencial en el fortalecimiento de la autoestima, el empoderamiento personal y la promoción de la interacción social.

Por otro lado, el estrés crónico y las exigencias diarias pueden erosionar nuestra autoestima y, en algunos casos, distorsionar nuestra visión general del futuro, inclinándonos a percibirlo de manera pesimista o con un sentido de inevitable fracaso.

Un tiempo de ocio apropiado, variado, estimulante y enriquecedor es esencial para recuperarse de las responsabilidades del año transcurrido y al mismo tiempo, para fortalecer la perspectiva y la apreciación de nuestras propias capacidades.

Las personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo, así como las que enfrentan problemas de salud mental, son particularmente vulnerables en estos aspectos. En el Centro San Juan de Dios, consideramos de suma importancia fomentar el acceso a un programa de ocio estival cuidadosamente diseñado para atender las necesidades individuales de nuestros usuarios, reconociendo los beneficios intrínsecos de esta iniciativa.

Este programa de ocio que ofrecemos está respaldado por un equipo de profesionales altamente cualificados, cuya dedicación se centra en la creación de un entorno que promueva la relajación y el disfrute para todos los participantes.

Dentro de las actividades de ocio de verano que sugerimos se incluyen: Campamentos de verano, donde los usuarios, además de viajar, tienen la oportunidad de participar en actividades al aire libre, deportes, juegos e incluso disfrutar de momentos de diversión nocturna con música.

Además, brindamos sesiones de natación en nuestra piscina de verano, con el objetivo de mejorar la salud física y fomentar la participación en juegos acuáticos en grupo.

Otras experiencias enriquecedoras que ofrecemos incluyen excursiones, picnics y salidas al campo por las áreas de la sierra. Si además tenemos acceso a un río o una piscina natural en estas ubicaciones, podemos disfrutar de un refrescante baño en los hermosos entornos naturales.

La música y la danza también ocupan un lugar especial en nuestras actividades de verano. Disfrutamos de conciertos al aire libre y experimentamos la música a través del cuerpo, ya sea en festivales locales o en eventos de nuestro pueblo.

En resumen, el verano ofrece numerosas ventajas y se convierte en una oportunidad propicia para el enriquecimiento personal.

Con la expansión del tiempo libre, las personas tienen la ocasión de adquirir nuevas habilidades o dedicarse a proyectos de carácter personal. Además, pasar tiempo al aire libre durante la estación estival promueve la actividad física y proporciona la oportunidad de reconectar con la naturaleza, apreciando su belleza. Por consiguiente, durante el verano, en nuestro Centro, dedicamos una atención especial a la iniciativa conjunta de ofrecer una amplia variedad de oportunidades enriquecedoras para nuestros usuarios, con el objetivo de elevar su autoestima, su disfrute y fortalecer sus relaciones mutuas. Esperamos que este período hayáis disfrutado de esta variada gama de actividades y que hayamos logrado alcanzar nuestros objetivos personales hasta el próximo ciclo.



Campamentos de verano

1º CAMPAMENTO A CHIPIONA DEL 8 AL 14 DE JUNIO – 1 Autobús de 55 plazas

ALBERGUE INTERJOVEN Pº Costa de la Luz, s/nº Chipiona (Cádiz)

Recogida Día 8 de Junio en el Centro S.Juan de Dios Ciempozuelos a las 6.00 h. de la mañana.

Recogida Día 14 de Junio en Albergue en Chipiona a las 9.30 h.

UNIDAD 12



2º CAMPAMENTO A TORREMOLINOS DEL 19 AL 26 DE JUNIO – 1 Autobús de 55 plazas.

ALBERGUE INTURJOVEN Avda. Carlota Alesandri, nº 27 – Torremolinos (Málaga)

Recogida Día 19 de Junio en el Centro S. Juan de Dios Ciempozuelos a las 7.00 h. de la mañana.

Recogida Día 26 de Junio en Albergue en Torremolinos a las 10.30 h.

UNIDADES 4, 05 A y B y PISOS.



3º CAMPAMENTO A OREA (GUADALAJARA) DEL 23 AL 30 DE JUNIO – 1 Autobús de 55 plazas

ALBERGUE EL AUTILLO – Llano de la Hoz Seca, s/nº - Orea (Guadalajara)

Recogida Día 23 de Junio en el Centro S. Juan de Dios Ciempozuelos a las 8.00 h. de la mañana.

Recogida Día 30 de Junio en el Albergue El Autillo en Orea a las 12.30 h.

UNIDAD 2



4º CAMPAMENTO A CHIPIONA DEL 25 AL 30 DE JUNIO – 1 Autobús de 55 plazas

ALBERGUE INTERJOVEN Pº Costa de la Luz , s/nº Chipiona (Cádiz)

Recogida Día 25 de Junio en el Centro S. Juan de Dios Ciempozuelos, a las 6.00 h. de la mañana.

Recogida Día 30 de Junio en el Albergue en Chipiona a las 9.30 h.

UNIDAD 3



5º CAMPAMENTO A AGUILAS (MURCIA) DEL 4 AL 8 DE SEPTIEMBRE – 1 Autobús de 55 plazas

(Albergue Club Náutico de Águilas. Paseo de Parra, 44 – 3880 – Águilas)

Salida Día 4 de Septiembre.

Recogida Día 8 de Septiembre.

UNIDADES 1 y 2



6º DOS CAMPAMENTOS A CAMPELLO DEL 14 AL 21 DE SEPTIEMBRE Y DEL 21 AL 28 DE SEPTIEMBRE - 2 Autobuses de 55 plazas.

ALBERGUE EL CAMPELLO C/ Bernat Metge, nº 8 – El Campello (Alicante)

Recogida Día 14 de Septiembre en el Centro S. Juan de Dios Ciempozuelos a las 8.00 h.

(2 autobuses)

UNIDADES 06 A y B y U.13

Recogida Día 21 de Septiembre en el Centro S. Juan de Dios Ciempozuelos a las 8.00 h. destino a Campello y se traen de vuelta a los pacientes del Campamento del día 14 de septiembre.

(2 autobuses)

Recogida Día 28 de Septiembre en el Campello (Alicante) a las 8.00 h. se traen de vuelta a los pacientes al Centro S. Juan de Dios de Ciempozuelos (2 autobuses).

UNIDADES 06 B, 7 y 9



7º CAMPAMENTO A BENICASIM (CASTELLON) DEL 18 AL 22 DE SEPTIEMBRE. 1 Autobús 55 pz.

ALBERGUE JUVENIL ARGENTINA – Avda. Ferrandis Salvador, 40 Benicasin Castellón

Recogida Día 18 de Septiembre en el Centro S. Juan de Dios de Ciempozuelos a las 8.00 h.

Recogida Día 22 de Septiembre en el Albergue Juvenil Argentina en Benicasin a las 9.00 h.

UNIDADES 8, 11 y 14





Centro San Juan de Dios



Centro San Juan de Dios





Centro San Juan de Dios





Yoga para favorecer la autoestima

Durante el mes de Junio y como conmemoración del Día Internacional del Yoga, la Asociación Yoga para Todos de Aranjuez, hizo partícipes a los usuarios y trabajadores del CSJD de una sesión de yoga de la que se beneficiaron algunos de los residentes. Fueron convocados usuarios del área de discapacidad (unidad 5, unidades 05 A y B) y del área de salud mental (unidades 06 A y B). La propuesta tuvo una gran acogida con una participación de cerca de 40 usuarios de las dos áreas.

La actividad tuvo lugar en el polideportivo "Ciudad de Granada" del CSJD de Ciempozuelos con el objetivo de poner de relieve prácticas de bienestar y salud. La sesión duró unos 45 minutos, en los que se realizaron diferentes ejercicios tales como el saludo al sol, ejercicios que benefician la postura corporal y ejercicios para fortalecer la espalda. Acabando con una meditación guiada para cerrar la práctica.

Son innumerables los beneficios de esta práctica. Algunos de estos beneficios son la posibilidad del autoconocimiento, estimulando la concentración, a veces tan difícil, permitiendo mayor claridad de pensamientos, favoreciendo la autoestima y mejorando el nivel de su estado físico, no sólo mental. Es el segundo año de esta práctica en el Centro San Juan de Dios y con idea de realizar más sesiones que puedan favorecer a los chicos de estas y otras unidades.

Agradecer a la Asociación Yoga para Todos de Aranjuez que de manera desinteresada brinda la oportunidad de realizar estas actividades en el Centro y a la Embajada de India por facilitar estas prácticas de bienestar a los residentes. Desde las unidades han mostrado interés en que esta colaboración continúe y así poder beneficiarnos de estas actividades.

Namaste!!





Participamos en el concurso

Durante este verano, el área de Psicogeriatría ha participado en el concurso “Decorando el jardín”, convocado por la Comunidad de Madrid.

Para el desarrollo de esta participación, desde la unidad se buscó, en primer lugar, el espacio adecuado para dar forma a este jardín.

Una vez localizado, el esquema de trabajo se dividió en cuatro partes:

Acondicionamiento del espacio: Una vez localizado el espacio en el que realizar el jardín, los usuarios se encargaron de pintar las paredes de blanco, así como de arreglar el suelo quitando malas hierbas, para posteriormente poner una malla anti-hierba y piedras decorativas.

Decoración: Los usuarios pintaron en primer lugar un árbol en el centro del espacio, con spray para el contorno y el interior con pintura acrílica, extendiéndola con las manos para lograr un efecto más desenfadado. Posteriormente, realizaron trabajos manuales de pintura de 4 antiguos palets, a modo de jardineras. También de los maceteros para la estructura de cascada de macetas y neumáticos reciclados, como maceteros bajos. Por último, se colocó una valla decorativa con dos aperturas para limitar el espacio y que no sea invadido por el resto de usuarios del centro, para poder conservarlo en el tiempo.



“Decorando el Jardín”



Cuidado de plantas: Durante el tiempo en el que se ha desarrollado este proyecto, los usuarios han sido los encargados de plantar y cuidar las plantas que, posteriormente, se han trasplantado a las diferentes estructuras decorativas que habíamos creado.

Cuidado del patio decorativo: Es un jardín que requiere de un cuidado diario, ya que las plantas que hemos elegido, así lo requieren. Por tanto, la responsabilidad del riego diario forma parte también de la actividad.

Para este proyecto, como sucede en la mayoría de los trabajos realizados en el Centro San Juan de Dios, el desarrollo del mismo se ha realizado gracias a la implicación de un equipo multidisciplinar de profesionales ha sido fundamental.

Para su consecución, han participado, siempre teniendo en cuenta también los gustos y preferencias de los usuarios, los siguientes perfiles profesionales:

- Terapeuta ocupacional de referencia de psicogeriatría
- Terapeuta ocupacional de los talleres ocupacionales del centro
- Monitor del taller de jardinería
- Dos personas voluntarias del taller





SAER

Encuentro SAER en Madrid

El pasado 12 de Julio, se llevó a cabo un encuentro de todos los Servicios de Atención Espiritual y Religiosa (SAER) de los centros de Madrid.

Se consideró que ya que es una única realidad provincial y que, más allá de trabajar por sectores o ámbitos asistenciales, podrían trabajar de manera más unida y coordinada todos los centros que comparten un mismo entorno: Madrid.

El lugar elegido fue el Albergue de Santa María de la Paz, ya que desde hace poco tiempo cuenta con una persona responsable del servicio, y se sumó el personal SAER de los centros de Ciempozuelos, Nuestra Señora de la Paz, de la Fundación Instituto San José y del Hospital San Rafael, así como del Campus de San Rafael y del Campus de Ciencias de la Salud San Juan de Dios (Ciempozuelos). Faltaron los responsables de la Residencia de ancianos y del colegio de educación especial de San Rafael, pero se sumarán a esta iniciativa de seguir compartiendo sinergias.

Además, durante el encuentro, se contó también con la presencia e intervención del Hermano José M^a Bermejo, Consejero Provincial y director del Área de Ética y Espiritualidad y con Lourdes Casas, Coordinadora de Espiritualidad de la Unidad Territorial III.

El objetivo del encuentro era claro: el conocimiento de los diferentes miembros que conforman los SAER de Madrid, así como sus lugares y formas de intervención; seguir uniéndose como Provincia y como territorio y continuar con el trabajo del modelo propio de atención del SAER desde la idiosincrasia de cada centro y de cada Sector.

Fue un día muy enriquecedor de trabajo en el que se agradece la hospitalidad también del Hermano Juan Antonio Diego y del personal del albergue por su acogida, acompañamiento en el trabajo y por enseñar la maravillosa acción que realizan allí con los usuarios.

La piscina para refrescar los días

La piscina de la que dispone el Centro San Juan de Dios se ha convertido, un año más, en un oasis que ha refrescado los días de un verano especialmente caluroso.

Cada día, todas las unidades se han trasladado a este espacio para poder bañarse, jugar e incluso hacer algo de deporte bajo el agua.

Merece especial importancia el trabajo de los monitores, técnicos en cuidados auxiliares de enfermería, terapeutas ocupacionales, integradores sociales, educadores... por el gran esfuerzo que esto significa sobre todo con las unidades cuyos usuarios son más dependientes.



Apoyo a la vivienda

Un importante número de familias del Municipio de Ciempozuelos, a través del Ayuntamiento, han conseguido una vivienda subvencionada por la Agencia de Vivienda Social de la Comunidad de Madrid.

Las viviendas han sido otorgadas sin muebles ni medios necesarios para garantizar unas condiciones dignas en la vivienda.

Por este motivo, desde el Área de Solidaridad del Centro San Juan de Dios de Ciempozuelos, se ha apoyado a 6 familias con mobiliario de cocina, electrodomésticos y otros muebles básicos, con el fin de facilitar la habitabilidad de las viviendas y la construcción de un hogar. El objetivo de estas ayudas es poder contribuir así a garantizar la integración social de estas familias.

Campamentos para menores del programa de protección internacional

Este verano se ha creado, por primera vez, un campamento de verano dirigido a los niños del Programa de Protección Internacional del Centro San Juan de Dios, en Ciempozuelos.

Durante estos días, se promovió la igualdad, la equidad de oportunidad e integración de todos los menores. El objetivo ha sido una mejora de habilidades sociales, comunicativas e interpersonales para su vida diaria además de ofrecer a las familias un respiro en época no lectiva para poder seguir su proceso de formación en clases de español.





Centro
San Juan de Dios
Castellanos de Madrid



Hermanas
Hospitalarias
COMUNIDAD HOSPITALARIA DE CASTELLANOS DE MADRID

I Jornada de Discapacidad Intelectual y Salud Mental

"Navegando en la complejidad"