

# S'Ullada



REVISTA DE LA RESIDÈNCIA GERIÀTRICA  
I CENTRE DE DIA SANT LLUÍS

NÚM. 12 PRIMER SEMESTRE  
2023

## **Una mirada a la vida del Geriàtric i el Centre de Dia gaudin amb la Covid com anècdota**

---

En els mesos de gener a juny hem tingut la possibilitat de participar en diferents activitats, que hem gaudit amb la pandèmia convertida en una desafortunada anècdota.

## **Conèixer qui ens dona suport cada dia**

---

Amb cada revista ens coneixerem un poc més i es mostrarà sa feina que, sovint, queda amagada "entre bambolines", però que és més imprescindible per enfortir el nostre model d'atenció centrada en la persona.

## **Gaudir de les activitats que ens fan sentir vius**

---

Tradicions, activitats transversals i d'altres pel manteniment de l'autonomia, participació amb altres entitats i organitzacions que formen part del teixit associatiu de Sant Lluís.

Benvingudes i benvinguts a la dotzena edició de "S'Ullada", la publicació amb la que intentem fer-vos arribar el dia a dia de la Residència Geriàtrica i Centre de Dia San Lluís.

El primer semestre de 2023 va consolidar el nostre «fins mai» al SARS-Cov-2. Aquest comiat ha significat recuperar una de les riqueses més grans que té el nostre centre, la gran quantitat de persones i entitats que són part del seu dia a dia.

Amb l'eliminació de les restriccions que va imposar la pandèmia, és constant la visita de familiars, amics, escoles o col·lectius del poble que volen fer-nos costat i també les sortides que fem nosaltres per participar de les seves activitats o fer-ne de pròpies amb l'objectiu de revivre moments i espais que han estat determinants en la nostra vida.

Aquesta connexió amb les persones i l'entorn és clau per lluitar contra una de les malalties més ignorades que pot patir la gent gran: la soledat.

La soledat triada no és el mateix que la no desitjada. L'aïllament social impacta en el benestar i en la salut de les persones, i d'una manera molt clara en la gent gran. En Espanya, més de cinc milions de persones viuen soles i la meitat supera els 65 anys.

Recursos com la Residència Geriàtrica i Centre de Dia Sant Lluís poden contribuir a esmorteir la soledat no desitjada, però no basta amb uns espais, un serveis i uns professionals. Fins i tot, envoltats de gent ens podem sentir sols.

Mantenir el lligam amb les famílies i el poble aconseguix que es multipliquin els beneficis de la companyia que es fan persones usuàries i residents. És per això que des del Centre treballem colze a colze amb totes aquelles persones i entitats que fan possible aquest efecte multiplicador, i volem, un cop més, agrair la seva dedicació i estima.



# La visita dels Reis





Varen arribar unes persones màgiques al centre, portant els regals que havíem demanat cada un de nosaltres a la carta de l'Ajuntament.

A més ens varen sorprendre amb un paquet molt gran, que per la nostra sorpresa era un gronxador pel pati!

Aquest dia varem menjar el tradicional Roscó de Reis i, seguint amb la tradició, hi va haver d'afortunats amb la figueta i d'altres desafortunats amb la fava.







## Sant Antoni

Com cada any, per Sant Antoni, la Diada del Poble de Menorca, decorem el centre i ho celebren amb un menú especial d'arròs negre, torrada de sobrassada, butifarró i greixera.

Aquesta celebració commemora l'ocupació per les tropes d'Alfons III de l'illa de Menorca l'any 1287 i la seva incorporació a la Corona d'Aragó. Segons la tradició, les tropes atacants s'encomanaren a Sant Antoni Abat per la batalla, que tingué lloc el dia de la seva festivitat.



A més, aquest any, el CEIP Sa Garriga ens va convidar a anar dia 16 de gener, la vespra de la festa, a menjar un troç de pa amb sobrassada i vàrem poder compartir alguna dita tradicional amb l'alumnat.

Les torrades són també tradicionals per Sant Antoni. Escoles, escoltes, associacions de veïns, escoltes, grups d'amics...gaudeixen de la festa compartint embotit torrat i molt bon ambient.

*"Dels sants del gener, Sant Antoni és el primer"*

*"Per Nadal, una passa de pardal; per Sant Antoni, una passa de dimoni"*

*A la novena de sant Antoni, el que no vingui no tindrà oli"*

*"De Sant Antoni a Sant Sebastià fa el fred més fort de l'any"*







## De ball, música...

La música i el moviment són part important del nostre dia a dia. Alguns divendres a la tarda, durant uns 30 minuts n'Aitor ens ha amenitzat amb música en directe. Quina alegria escoltar-lo i veure com, tot i el pas del temps, ve a visitar-nos. Gràcies Aitor per deleitar-nos amb el teu ritme i dedicació!

A més, el darrer dilluns de gener va venir el grup de Ball en Línea del Club de Jubilats per amenitzar la tarda al centre. La resta de mesos ja no hem pogut gaudir de la seva companyia per les obres que es feien a les instal·lacions.



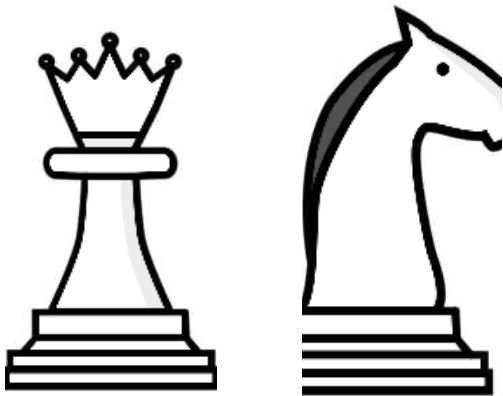


## ... i dolços

Quina bona mà que té en Pedro, home de na Juanita!

Ens sol deleitar de pastissets, *pudding*, coques, mermelades...

Sa veritat que no pot ser més gustós i bo! Aquell capvespre n'hi ha més d'un que vol repetir.



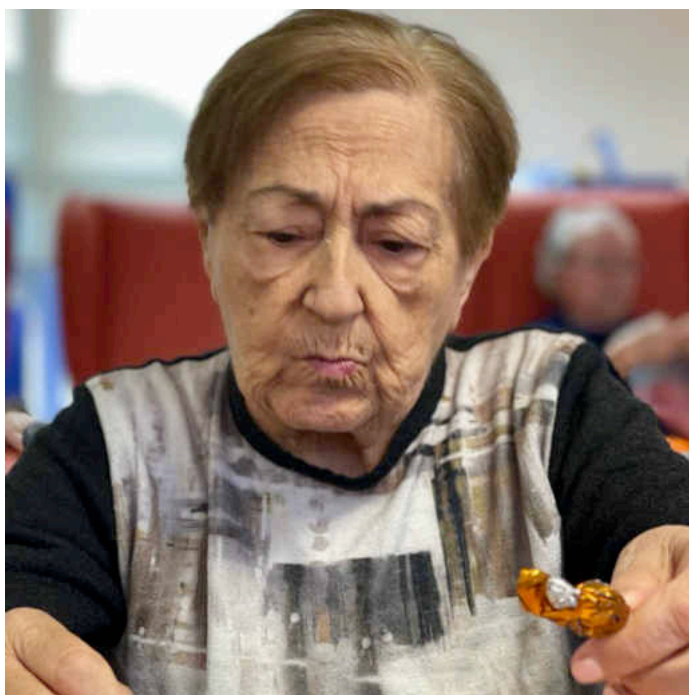
## E s c a c s



I a més d'alimentar el cos, alimentem el cervell.

Els dimecres de l'hivern hem dedicat una hora per jugar als escacs amb en Dani.

Això ens fa estar molt actius cognitivament, recordant quines són les normes, els noms de les figures i entenguen les ordres que se'ns donen.



## Bingo!

I tal i com us van contar en el darrer número de "S'Ullada" també ens agrada molt el bingo, un joc molt entretingut i al que els experts en educació atorguen també beneficis a nivell cognitiu.

Vessant educativa a banda, el bingo és l'activitat estrella del centre, no saben si pels caramels o els regals... Cada dimecres tarda ens seiem per cantar els nombres i poder ser el primer en dir LINEA o BINGO fort i poder triar el que més ens agrada.

## Manualitats



Cada un té capacitats diferents però això no implica que no puguem estar actius.

Gràcies a na Nadia, na Pilar, na Laura i n'Aroa que cerquen en què ens podem entretenir millor, aconseguen que participem de forma activa.







Ens agrada anar elaborant material per després poder fer el Mercat a l'hivern, decorar el centre segons les festivitats o fer algun detall.

I quan cal sortir al carrer, sempre triomfem. Recordeu com de polida va ser una de les darreres paradetes que vam muntar i l'interès que va generar?



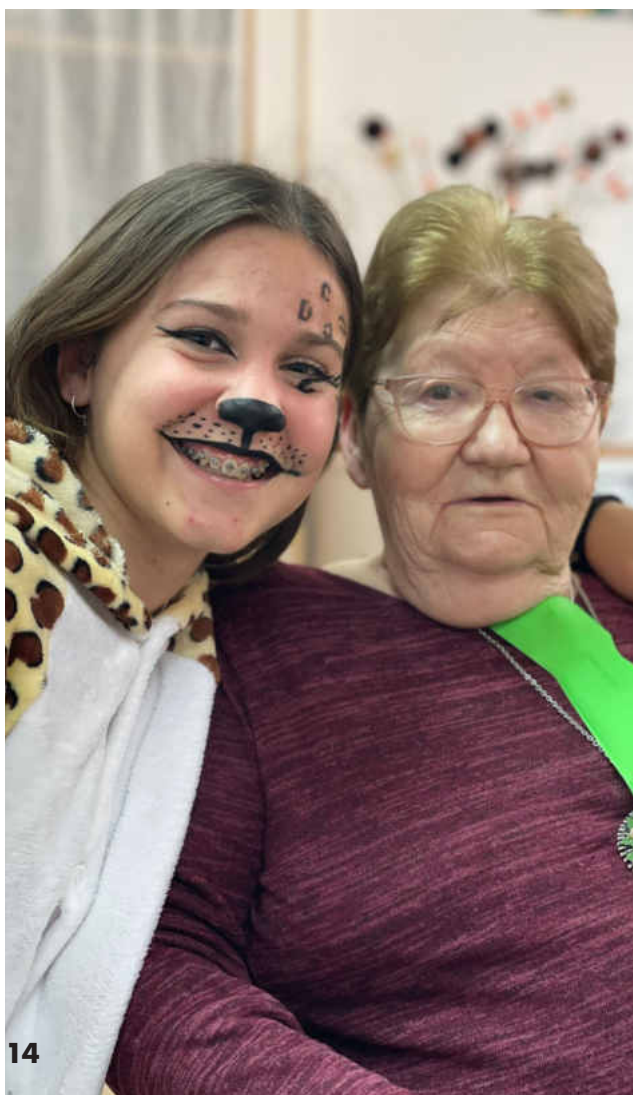












## ***Regreso al presente***

Al febrer va començar una de les accions més polides que hem fet a la Residència, *Regreso al presente*.

Aquesta iniciativa s'orientava a reflexionar sobre el canvi generacional viscut des del rol femení, intercanviar vivències per afavorir la interacció social i promoure beneficis emocionals i d'afecte entre persones de diferents edats.

Per dur-la a terme vam comptar amb la col·laboració de Creu Roja, el Casal de Joventut i l'Ajuntament de Sant Lluís.

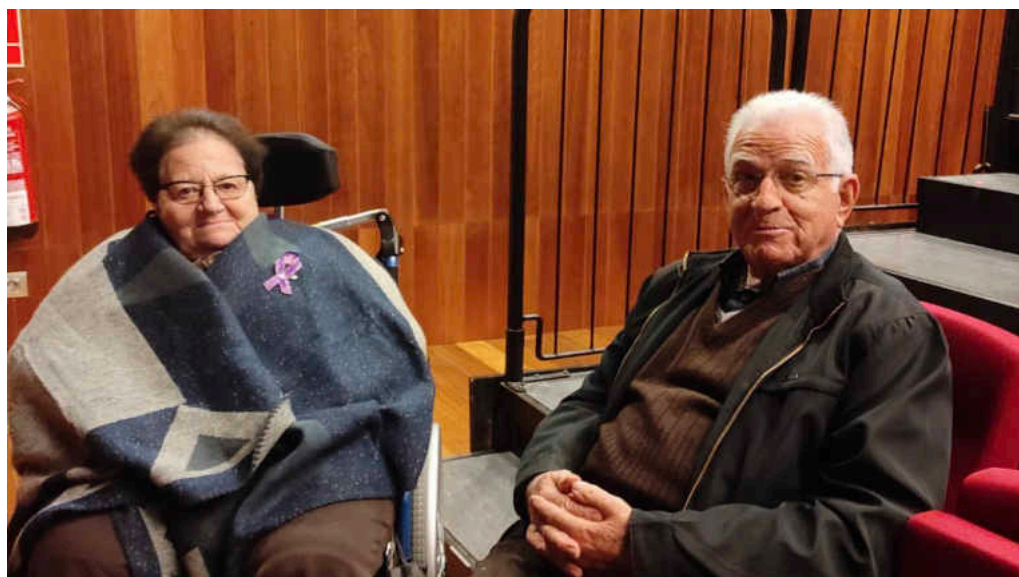




I com h vam fer? De la manera més senzilla del món: deu persones grans i deu adolescents disposades a intercanviar experiències i records sobre l'escola, l'oci i la família mentre comparteixen un cafè, un té i unes pastes a mitja tarda durant tres tardes.

*«Va ser molt bonic, es va crear un bon ambient de compartir vivències a través de les històries personals de cadascú i ja es van establir vincles»*, explica Jèssica Ametller, gerent de la 'Resi'.





Vam fer un total de tres trobades i en finalitzar-les vàrem presentar el nostre projecte a la Sala Polivalent Albert Camus. A més a més, vam fer un vídeo molt polit que podreu veure des d'aquest QR





# Teràpia canina



El febrer va ser també el mes que vam començar la teràpia canina.

La Noa, acompanyada d'Ana, psicòloga i terapeuta d'Amicans, es va desplaçar a la Residència per visitar els residents i iniciar una intervenció que incideix en els beneficis del vincle humà-animal en entorns terapèutics i educatius.







«Va ser molt gratificant per als residents, sobretot, a nivell emocional», explica Jèssica Ametller, directora del centre.

En la primera setmana, es pretenia crear vincles amb Noa, per, en altres sessions, poder fer teràpia amb altra companya

## Visita Caritas



Vam tenir una trobada amb Caritas divertida i amentizada de cançons i d'un bon present. Sempre ens cuiden a la perfecció i volem donar-los les gràcies per la seva presència. També a mossèn Jesús Llompart que ve els dissabte matí a donar-nos la comunió.







# San Valentín

Els residents amb na Nadia varen fer un taller de cors i na Nadia els va personalitzar amb alguna frase d'amor polida.

Al mati quan varen anar a berenar, s'ho vàrem trobar damunt la taula cada un amb el seu nom.

Aquell dia varen començar tots amb un **GRAN SOMRIURE!**

\*



**\* Saps per què Cupido és un dels símbols més característics de Sant Valentí?** Cupido era el fill de Venus i Marte i, segons la mitologia romana, era el deu de l'amor, capaç d'enamorar a dues persones amb les seues fletxes daurades.





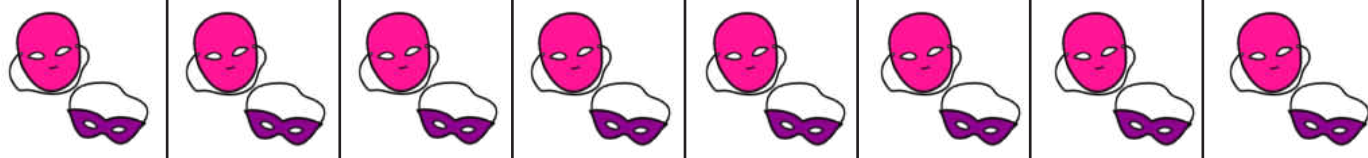


## Carnaval

I un any més, arribà Carnaval. Com bé sabeu ens agrada la bulla i ajuntar-nos per gaudir del moment. Així que dimecres de Carnaval els companys d'Es Mercadal, Alaior i nosaltres ens vàrem trobar a Es Ramal per compartir una molt bona estona junts. Ens vàrem disfressar de menorquins i menoquines, vàrem dinar tots junts i ballar i jugar a jocs de taula. Quina diversió de dia!







Dijous vàrem sortir al carrer per veure passar la rua escolar i anticipar la sensació de la nostra participació en la del poble.

Ens agrada molt xalar amb la creativitat dels més petits i amb les ganes de disbauxa que tenen.







I el diumenge vàrem anar de rua pel poble. Quin riure i que bé que ho vàrem passar!

De fet vàrem guanyar el premi de comparsa, mentre reparatíem uns ramets de romaní entre el públic!





## Parlem d'amor

Amb els alumnes de 4rt d'ESO de l'IES Ramis i Ramis vàrem iniciar un projecte que vàrem anomenar *Hablemos de amor*.

Vam parlar de dues maneres. Per una banda, en gran grup vam compartir coneixements i vivències; per altra, la sexòloga Beatriz Alegre va fer unes entrevistes que els alumnes de 1r de Batxillerat varen presentar a una feina escolar.

Es varen establir tan bons lligams, que fruit d'aquesta trobada, s'han portat a terme serveis de voluntariat.



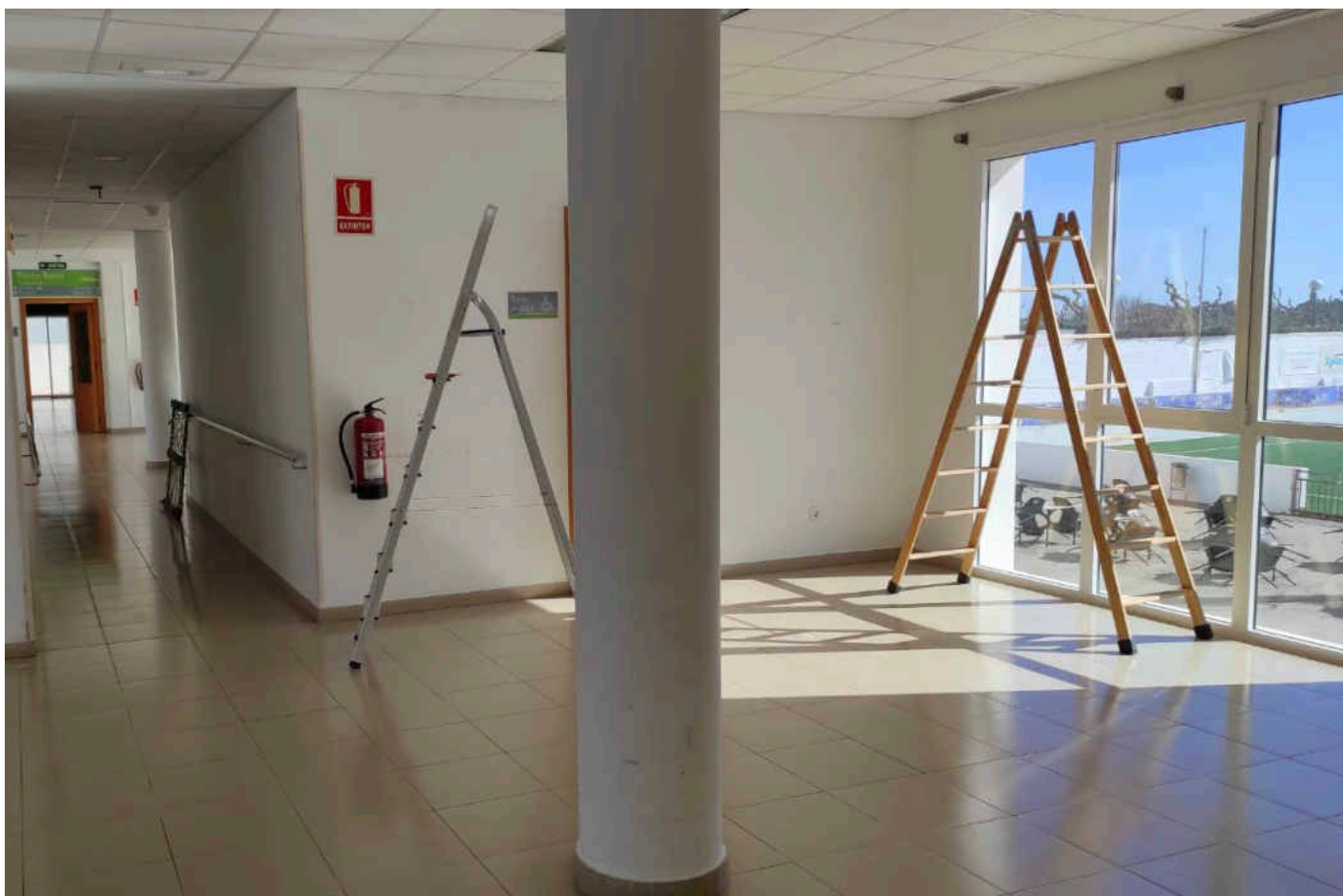


***Sabíes què Residència Geriàtrica i Centre de Dia Es Mercadal té molta experiència en activitats intergeneracionals?***

Si vas seguint el dia a dia del nostre centre o les pàgines de "S'Ullada", hauràs comprovat com ens agrada molt juntar-nos amb gent menuda i joves en les nostres activitats. Es crea un espai d'aprenentatge mutu i un caliu ben especial quan parlem de com eren les nostres vides i són les seves, els sentiments, les emocions...

Estem moltíssim agraïts a les persones i entitats que fan possibles aquests intercanvis tan enriquidors!



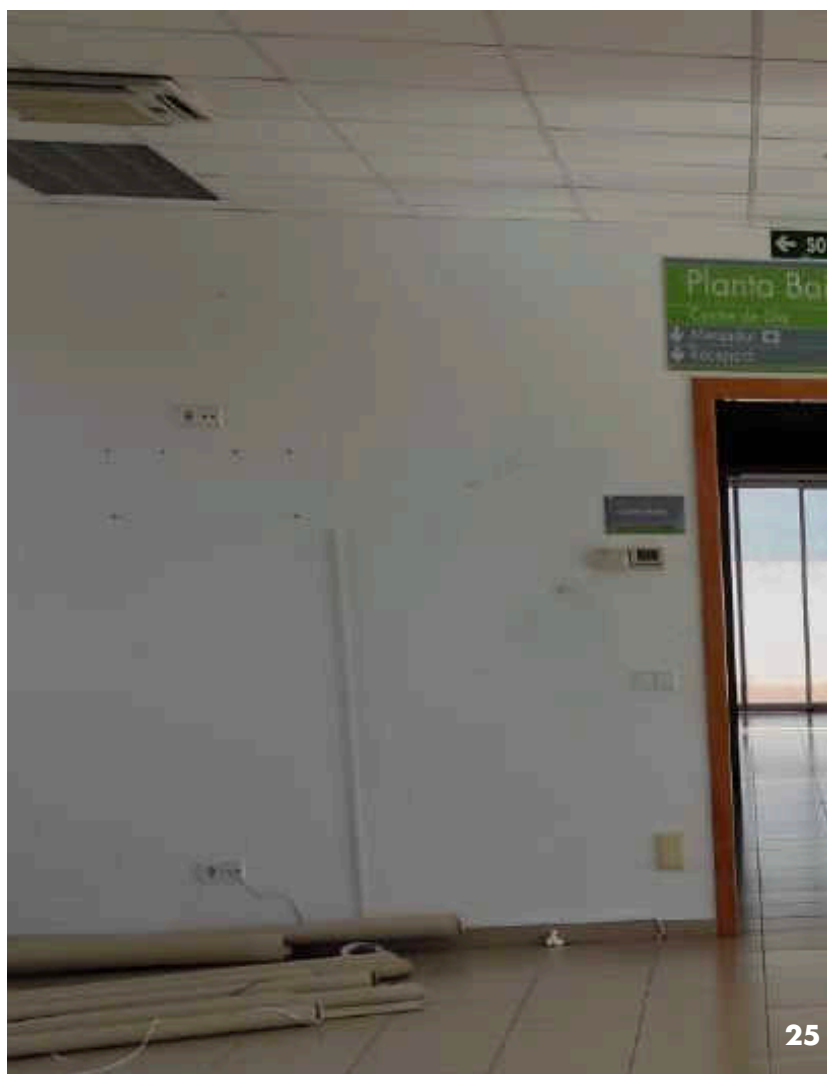


## Comencen les obres

El 20 de febrer varen començar les obres a la planta baixa.

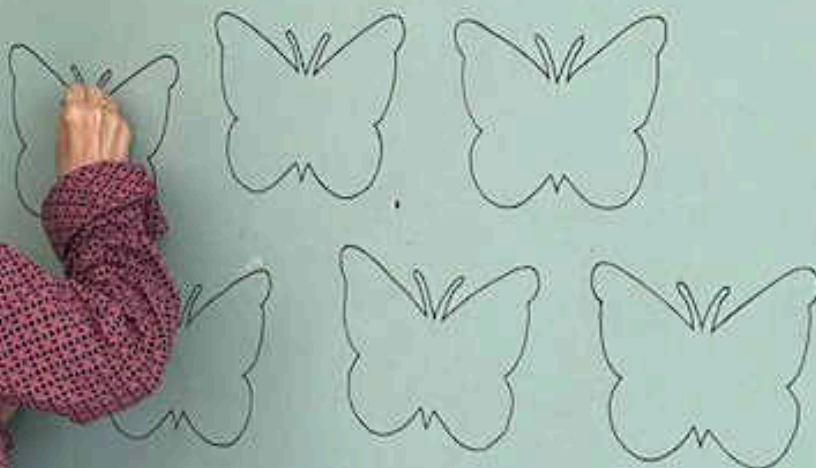
Ens vàrem d'haver de reestructurar i adaptar-nos a un espai molt més petit.

**TOT SIGUI PER ESTAR MILLOR UNS MESOS DESPRÉS!**



# 8M. Día Internacional de la Dona

SIN CAMBIO



NO HAY

MARIPOSA



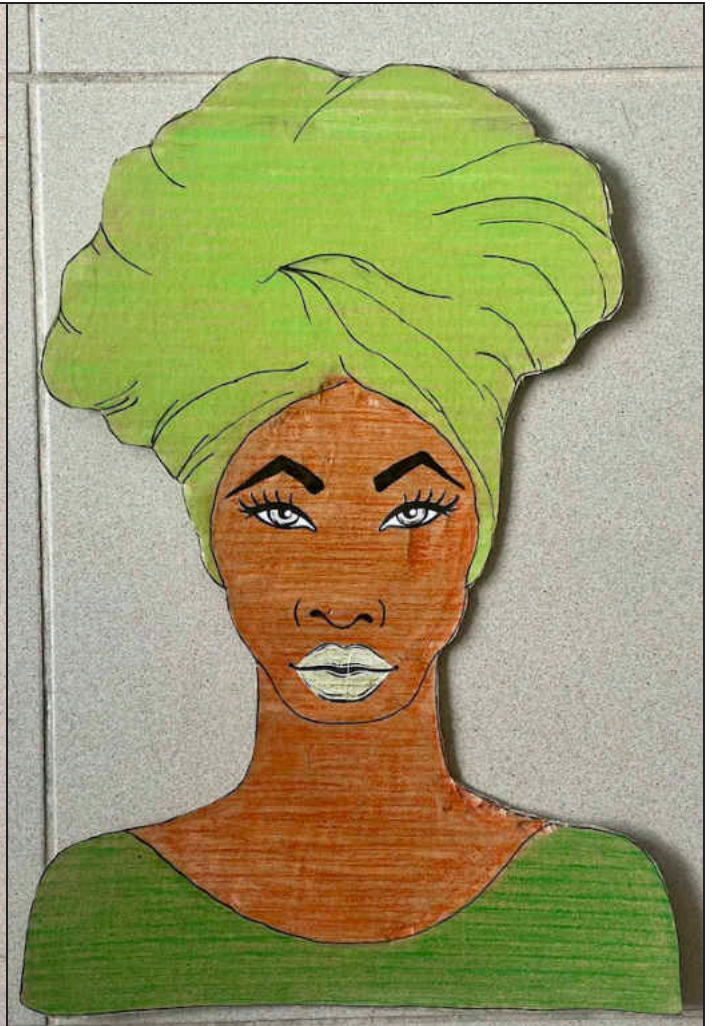
Amb motiu del 8M fem diferents activitats al centre. Sempre intentem fer ús de la creativitat per animar la reflexió sobre la igualtat de drets per a totes les persones.

Una de les activitats sol ser un concurs artístic en el que participen els treballadors i residents. Un jurat examina les diferents propostes i el jurat selecciona després el millor projecte, al que pertoca un bon premi.

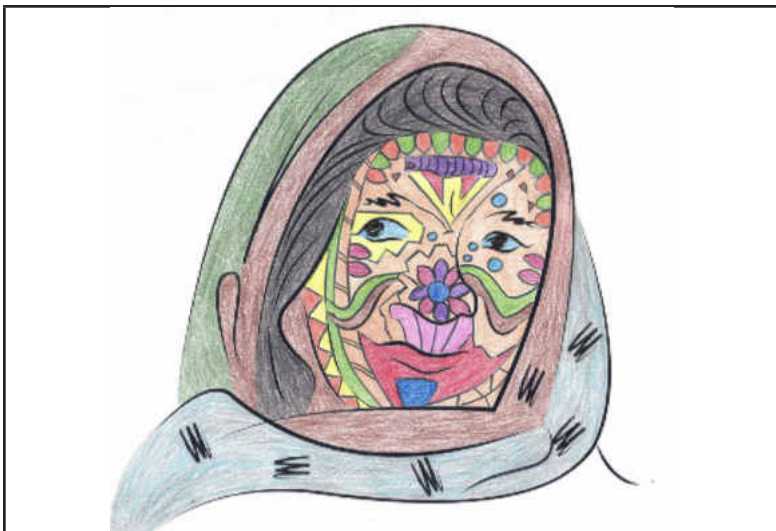
Enguany, les guanyadores varen ser na Luisa Vilallonga i na Nadia de la Paz amb una imatge d'una dona científica.











Paral·lelament es decora el centre i que aquest any ho vàrem fer amb imatges de dones de diferents parts del món.



A més a més, vam fer un detall les treballadores: un punt de llibre amb un missatge positiu per seguir en la nostra lluita per la igualtat.





Altre de les activitats que vam tenir amb motiu del Dia Internacional de la Dona va ser un conta contes per adults.

Sota el títol, *"Aquellas nuestras batallas"* n'Andrea va venir a explicar-nos quatre històries de dones que ens varen deixar bocabadats.

Realment, quan t'hi fiques prens consciència de com les dones han treballat de valent en diferents àmbits, però no han gaudit del reconeixement ni del recolzament merescut.

Les diferents accions amb que cada any ens sumem al 8M ens serveixen per retre un senzill homenatge a tantes dones invisibles i imprescindibles.



# CEIP Sant Lluís fa 10 anys

Pel seu 10è aniversari, que va caure el Dia Mundial de la Activitat Física, el CEIP Sant Lluís, va organitzar una marxa solidària. No ens la vam perdre i vam participar portant els dorsals amb agilitat pels carrers del poble.





# Amb la Setmana Santa i la Pasqua a l'horitzó

Vivim al centre les tradicions associades a la Setmana Santa.

Una de elles és la de S'Àvia Corema, una vella abillada a l'estil menorquí, a la que se li van llevant els peus a mesura que passa la Quaresma, el temps en que els cristians es preparen per la Setmana Santa i la Pasqua.







Altra és la del caramel·ler, que ens posa a ruixar les plantes i ens permet gaudir d'un Diumenge dels Rams d'allò més dolç...







## Va de nazarens...

Na Sonia, auxiliar, va fer-nos una explicació sobre la seva cofraria i ens va ensenyar la vestimenta i tradicions associades a aquesta expressió de pietat popular.

Molts de noltrus en algun moment o l'altre vàrem estar associats en alguna cofraria del municipi. Quins records més emotius!



## ... i de "biscoxo"

Fem el nostre "biscoxo" de Setmana Santa amb na Nadia i el decorem amb na Paula el cap de setmana amb els ous de xocolata i les plomes.

Què bo ens va quedar!







## Deixem lo dol

El dia 9 d'abril va venir a cantar al centre el grup de Deixem lo Dol. Amb les seves melodies ben pasqüeres, propicien bons recors al bon ritme de la música i les veus.

Ens encanta veure-vos al nostre espai, gràcies per venir!





## La visita de Joan Flametes

I el grup de Deixem lo dol no és l'únic que ens visita.

En arribar la primavera, un personatge molt especial, Joan Flametes ve a visitar-nos per recollir els nostres desitjos i sumar-los als d'altres santlluisers i santlluïsses per omplir el sac que encendrà el fester de Sant Joan

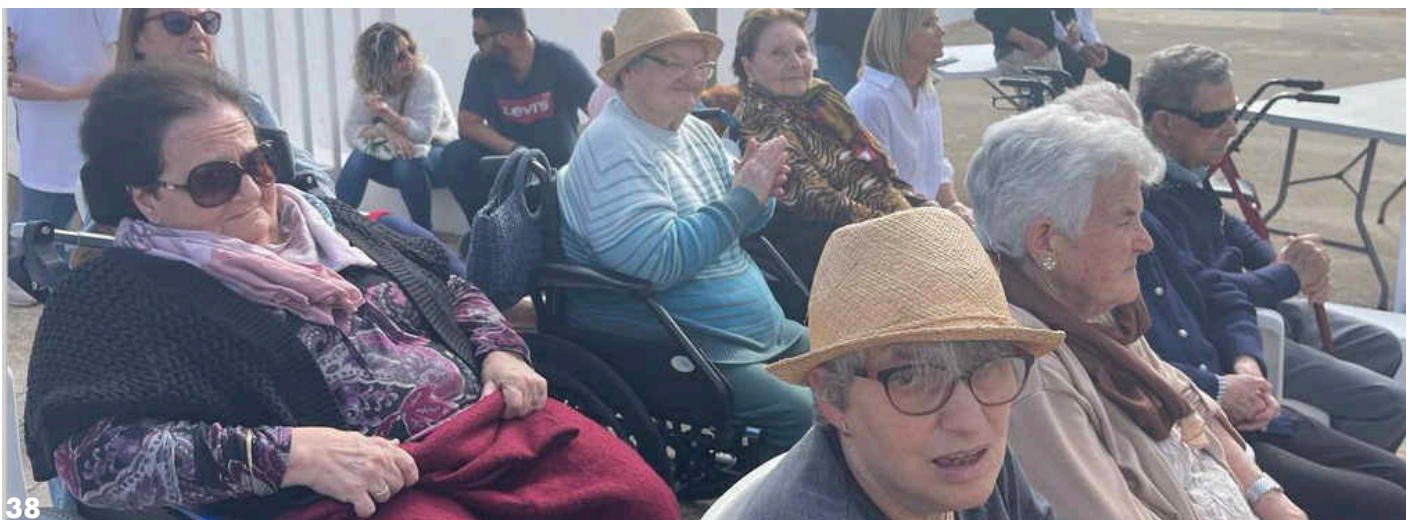
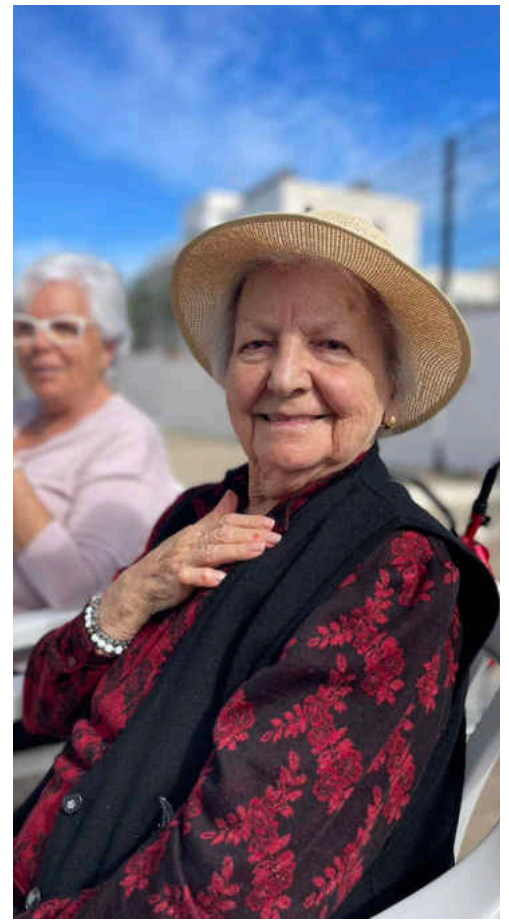


# Sona l'EMEA

I mentre uns venen, nosaltres, anem. Aquí ens teniu, a l'Escola Municipal d'Ensenyaments Artístics per escoltar un concert. Quin gust escoltar als joves del poble sonar els instruments!

A nosaltres ens agrada molt aquesta escola municipal que té la finalitat d'apropar l'art i la cultura a tothom, sense fer distincions d'edat, habilitats, interessos i coneixements.

I a més d'anar, també els rebem al centre, on a finals de març vam tenir sonant els acordions amb cançons molt significatives per nosaltres. Gràcies al coordinador per fer-ho possible!







## Taller de cuina

I aquí ens teniu un altre cop amb les mans a la massa. En aquesta ocasió, fem coca de brossat amb l'ajuda de Pedro, home de Juanita. Quina cosa més bona i quin mati més entretingut!







## Visita al Lloc de Menorca

Anem d'excursió en dos grups al Lloc de Menorca Quina xalada de matí!

Vàrem veure molts d'animals i unes quantes coses curioses vàrem aprendre.

Pocs ens imaginàvem veure a Menorca cocodrils o zebres!











## Taller de nutrició

Amb en Xavi, alumne en practiques de Nutrició, vàrem fer un taller de nutrició per descobrir quins aliments són saludables per nosaltres i com es poden combinar per mantenir una dieta equilibrada i saborosa.







## Glossant per l'aigua

Els alumnes de 6è del CEIP Sant Lluís varen venir a cantar glossat a la Residència sobre el recurs de l'aigua i el bon ús que hem de fer d'ella.

És un gust veure com l'escola recolza el treball d'entitats, com ara Soca de Mots, en la conservació i revitalització del glossat menorquí i la seva difusió entre la gent més jove.





## Rememorant el camp de Menorca a Alquidusset

Una de les activitats més polides del semestre va estar la visita que vam fer a Alquidusset, un lloc de Binibeca, on vàrem acollir-nos molt càlidament. Una trentena de persones -entre elles personal de Creu Roja, al que agraiem la seva col·laboració- van gaudir d'una sortida que havia proposat un dels residents i que va permetre'ns acostar-nos de nou a la vida al camp de Menorca.







Podeu llegir la notícia completa des d'aquest QR.





# De vermut



El primer dijous de juny vàrem començar amb la nostra tradició del vermut.

Sortim al pati sobre les 11:30h i mengem algunes xuresses, olives i fruits secs mentre brindem per la vida amb mosto, refrescos o cerveses.

Què ve que s'està quan s'està bé!







## N'Hilario i "Dos hermanos"

Biniancolla, on va viure més de 20 anys i va tenir la seva barca, "Dos hermanos", va ser la destinació d'una sortida molt especial per n'Hilario Barceló,

Un grup de veïns santlluisers van permetre a Hilario reviure les sensacions associades a la barca i la vida devora la mar. Uns dies després, en Bielet va dur la pescada i na Fabi va fer un arròs caldós que estava deliciós.

Pots saber més d'aquella jornada des d'aquest QR.











## Trobada vora la mar

Es Bruc, a la platja de Sant Tomàs, va acollir una matinal de retrobaments, cançons, balls i refrigeri amb les millors vistes al mar. La trobada va reunir persones usuàries i professionals de les residències Es Ramal, Es Mercadal i Sant Lluís, i va comptar amb la col·laboració de Creu Roja, a qui agraïm tota la seva ajuda.

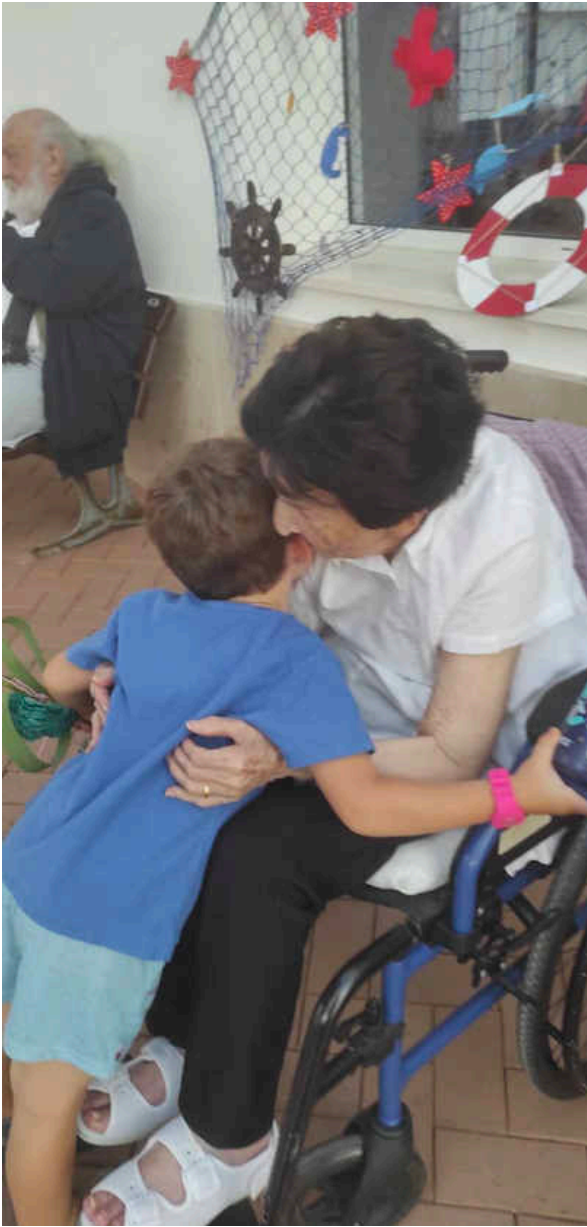




# La sort de la companyia

Encara que sembla que ha passat molt de temps, no fa tant que ens vam haver de privar d'una de les riqueses més grans que atresem, l'estima dels que ens envolten. Durant la crisi sanitària de la covid, vam tenir molt de temps les portes tancades i les visites limitades, però un cop superada la pandèmia, les visites van tornar.

Aquí en teniu dos exemples. Per una banda rebem la visita de n'Iris, filla de n'Annaelle. Quina preciositat de filleta i quin vincle que tenen les dues! Per altra, el grup de cant del Club de Jubilats ens va amenitzar la tarda de Sant Joan, que ara veureu com va anar. Ens va agradar molt escoltar-los. Gràcies per venir!







## Sant Joan

Aquí ens teniu, un cop més sortint a les portes de la Residència per gaudir del passacarrer amb motiu de les festes de Sant Joan.

Com sempre, quan participen de la vida del poble, la cosa no va del dia de la festa. Sempre ens preparam de valent.

En aquesta ocasió vàrem fer un taller de canyes verdes i vàrem confeccionar el nostre bujot. La veritat és que açò del bujot se'ns dona molt bé.

Novament, ens vàrem fer amb un premi, premi que encara tenim pendent de gaudir, i arribat el moment, vàrem sortir a veure els festers.









# De xocolati, sobrassada i plàtan

I com que no hi ha *dos sin tres*, aquí estem un altre cop cuinant. Sí, no cal dir-ho, ens agrada molt.

Amb na Diane fem un taller de cuina, brioche de xocolati i sobrassada. Vàrem fer una bereneta de dalt de tot, quin bon record!

I un altre dia, fem gelats amb el grup promotor d'alimentació d'ACP, gelats saludables a base de platan i xocolati

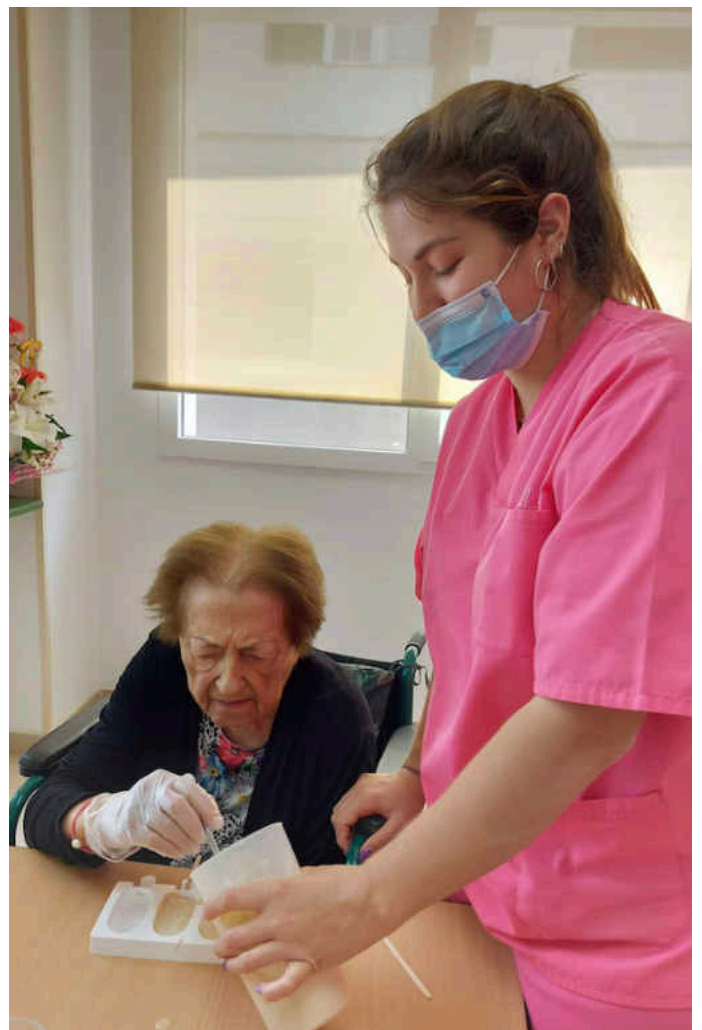
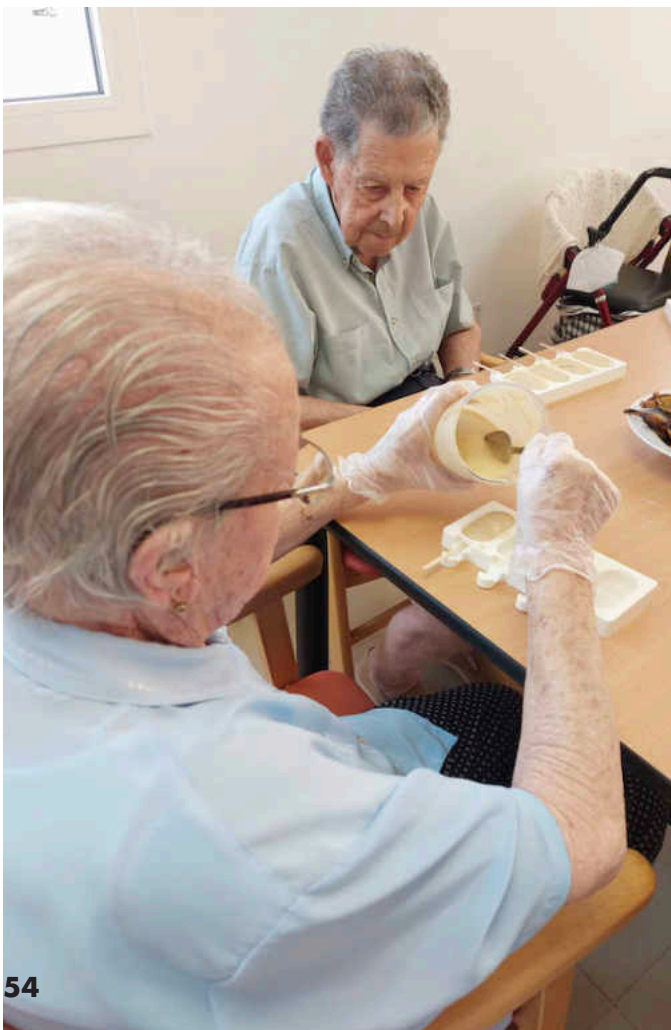


Ja sabeu que ACP significa Atenció Centrada en la Persona. Aquest és el model d'atenció que aplica Hestia Alliance, empresa que gestiona la Residència i Centre de Dia Sant Lluís.

Aquest model implica l'organització d'activitats que serveixen d'estímul a persones residents i usuàries, i contribueixen al seu benestar físic i emocional.

A l'hora de planificar-les i dur-les a terme, es tenen en compte els centres d'interès d'aquestes persones i la connexió amb l'entorn que n'ha emmarcat l'experiència vital.













**Residència Geriàtrica  
i Centre de Dia  
Sant Lluís**

**Amb la participació de persones residents, usuàries,  
professionals i col·laboradores de Residència  
Geriàtrica i Centre de Dia Sant Lluís**

**Imatges i il·lustracions: Residència i [arasaac.org](http://arasaac.org)**