

Puente Sarandí

Boletín informativo
HOGAR SARANDI

02/08/24
Edición N°2

COLUMNAS

- Recordar- volver a pasar por el corazón.
- El personaje de cesar.
- La música en mi cabeza.
- Vivir es hoy.
- ¡Audacia en acción!



¡Cántarola de nunca acabar!

"¡Mientras que haya tribuna el show continua!"



PAUSA PARA REFLEXIONAR

MAPEANDO NUESTROS DÍAS

¡RUTINAS FUERA DEL HOGAR!

ÍNDICE

Noticia del mes Picada, mate y cantarola
3 y 4

MAPEO DE **NUESTROS DÍAS**
6

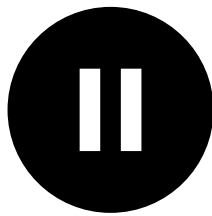
Columnas estelares:
¡Audacia en acción! 7
El personaje de Cesar 9
La música en mi cabeza 11
Vivir es hoy 13
Recordar 14

Cumples de **AGOSTO**
7

RECONOZCO MIS LOGROS
8

II Pausa para reflexionar **2 y 10**

Una anécdota
5



Pausa para reflexionar

Confiar en la persona que cuidamos...

En todo período de adaptación, ya sea al ingresar a instituciones, incorporarnos a familias o ante nacimientos, sentimos una gran incertidumbre. Aparecen los miedos, las dudas y las angustias, y lo primero es reconocer en nosotros esos sentimientos como válidos. Si aceptamos la responsabilidad que tenemos entre manos, no podemos más que navegar en este mar. Esto nos debe impulsar a buscar, primero que nada en nosotros, el lugar más cómodo, donde comienzo por reconocirme para iniciar el vínculo. Quisiera transmitirles que la construcción de un vínculo necesita un inicio y se va creando en el transitar; la observación juega un rol primordial. Observarnos a nosotros mismos y a la persona; debemos tener presente que aquel a quien cuidamos nos registra, nos percibe y nos abre un espectro de oportunidades para crear ese vínculo. La idea de que el "otro" es una esponja ya dejó, por suerte, lugar a una conciencia de que viene a enseñarnos mucho más de lo que se cree. Confiar en que sus señales están y que a nosotros nos toca agudizar la mirada, disponernos física y emocionalmente para enriquecer oportunidades para que se establezca la confianza y crecer juntos.

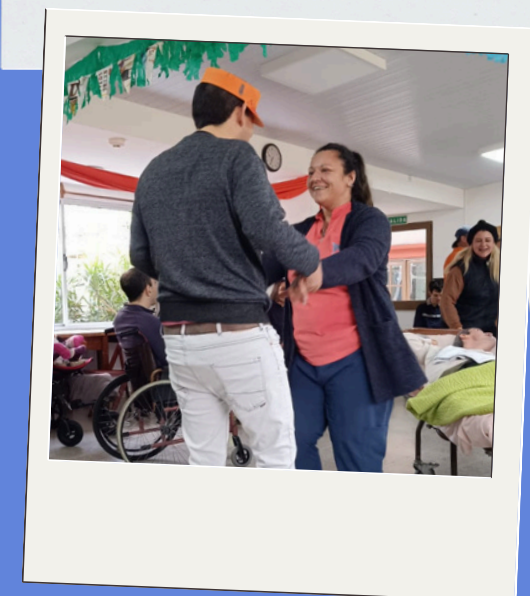
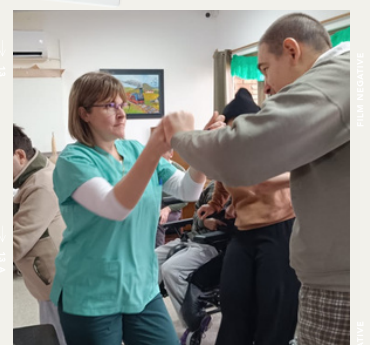
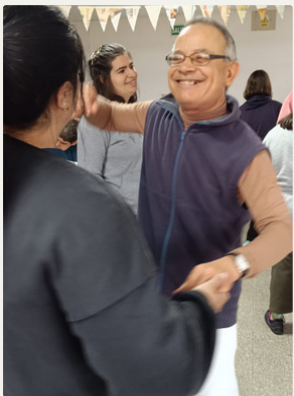
Ñangareko

Celebramos el invierno con alegría y creatividad- PICADA, MATE y CANTAROLA

¡Estamos emocionados de compartir que nuestra actividad "Picada, Mate y Cantarola" fue un verdadero éxito! El viernes 19 de julio, pasamos una mañana maravillosa en nuestro salón multiuso. La participación de los residentes y los funcionarios fue fundamental para hacer de este encuentro algo especial. No podemos olvidar los deliciosos bizcochos preparados por Ivana y la celebración del cumpleaños de Camila con una torta especial. Fue una mañana para recordar, llena de diversión y buenos momentos.

Como bien se dijo, "Mientras que haya tribuna el show continúa". ¡Gracias a todos los que se unieron! ¡Esperamos con entusiasmo nuestra próxima actividad juntos!





¡Audacia en acción!

Alejandro Sundberg: trabajar en cuero.



En mis inicios, comencé haciendo un curso para arreglar máquinas de coser en MAPA (Montevideo). Luego hice un curso de trabajo en cuero también en MAPA. Cuando terminé el curso, como les gustaba lo que hacía, empezaron a hablarme de la posibilidad de la talabartería y de las PYMES (pequeñas y medianas empresas). Hablé con mi tío Juan para retomar el trabajo con cuero en el hogar. Desde entonces, trabajo todas las semanas.

Me siento muy bien cuando trabajo el cuero. Fue la única manera en la que pensé que iba a mejorar mi vida y tener oportunidades de trabajar aquí y en otros lugares.

UNA ANÉCDOTA

Una mañana de febrero, nos fuimos a pescar mojarritas al arroyo detrás de la casita 3 en Sarandí. Ernesto y Celiana se encargaron de alimentar a las mojarritas más que de pescarlas. Después de muchas risas y bromas, Ernesto finalmente atrapó una. Fue una mañana muy divertida que siempre recordamos con una sonrisa.

Mapeo de nuestros días

POR CESAR
CONSTANTIN
ARANDA



REFERENCIAS

- 1-CASITA 1
- 2-COMEDOR
- 3-COCINA
- 4-CASITA 2
- 5-GARAGE
- 6-CASITA 4
- 7-CASITA 3
- 8-TALLERES
- 9-TALLERES
- 10-ADMINISTRACIÓN
- 11-GARAGES Y RESIDUOS
- 12-LAVADERO Y FISIOTERAPIA



Área de servicios: lavadero y ropería

Trabajan acá: Alicia, Karina, Nederland, Paola, Valeria y Paula.
Rutina: lavan toda la ropa, cuelgan en las cuerdas, secan en la secadora, planchan, doblan y guardan.

MIMOS: "Muchas veces los muchachos nos convidan con lo que cocinan con Ivana."

El personaje de César

Cesar Constantin Aranda



Rodrigo Bentancur

El mejor jugador uruguayo es Rodrigo Bentancur, él es de Nueva Helvecia y tiene 27 años. Jugaba antes en el club de Artesanos. Ahora juega en Tottenham Hotspur F. C.

En la selección uruguaya de fútbol juega de centrocampista. Hizo un gol contra Canadá.

Me gusta como juega, es mi ídolo.

¡Cumpleaños en agosto!

Lucía Salle - 3

Marcela Moris - 3

Ismael Camacho - 7

Noemí Goldberg - 8

Yolanda Errecarte - 12

Alicia Rivas - 14

Laura Kuffler - 16

Cesar Constantin - 17

Marikena Chávez - 19

Micaela Méndez - 21

Marcos García - 28

Ernesto Basso - 29

RECONOZCO MIS LOGROS
Reconocer nuestros logros fortalece la inteligencia emocional al mejorar nuestra autoestima y autocomprensión, lo que nos ayuda a manejar mejor nuestras emociones y enfrentar desafíos con una actitud positiva.

- Gustavo**
- Camino el doble de lo que caminaba antes.
 - Hablo mucho más.
 - Cambiar de casita me hizo muy bien.

- Marcial**
- Después de semanas de estado gripal, estoy muy bien.
 - Estoy a las risas.
 - Participo más cuando ponen música.
 - Cuando alguno se manda una macana me río mucho.
 - Interactúo más.

- Agustín**
- Respondo a algunos límites.
 - Me afianzo en referentes.
 - Logro descansar en las siestas.

- Ramón**
- Estoy empezando a reconocer los días de la semana y las actividades que tengo cada día.
 - Reconozco las emociones.
 - Registro como me siento.

- Ernesto**
- Voy a casita 2 a trabajar en talleres.
 - Reconozco emociones.
 - Si gana Uruguay voy a dar 5 vueltas en el caminador.

- Marcos**
- Cambiar de casita me hizo muy bien.
 - Me estoy portando mejor.
 - Hago dibujos para mi mamá.
 - Registro como me siento.

- Germán**
- Registro como me siento.
 - Me saque sangre y me porte bien.
 - Le dije algo lindo a la tía.
 - Pregunté por mamá.

- Ale S.**
- Vine a trabajar en el taller con Celiana.
 - Registro como me siento y lo expreso de forma adecuada.
 - Lo que siento es importante.

- María Noel**
- Estoy cada día más en calma.
 - Estoy aprendiendo a escuchar al otro y entender sus tiempos.
 - Hoy logré cuidarme.

- Ale Del Bene**
- Estoy tranquilo porque escucho buena música (clásica).
 - Escribí una columna en el boletín.
 - Tomo mate con mis compañeros y tengo mi guitarra.

- Jorge**
- Reconozco emociones.
 - Armo puzzles.
 - Trabajo en equipo.
 - Escucho a los demás.
 - Pido lo que necesito.

- Noemi**
- Estoy aprendiendo a reconocer mis emociones.
 - Estoy bien de salud.
 - Disfruto del tiempo con el tío Juan.
 - Trabajo muy bien con María Noel.

- Hugo**
- Reconozco emociones.
 - Armo puzzles.
 - Controlo mis gritos.
 - Pido lo que necesito.

- Mariana**
- Me dejé poner una pinza en el pelo.
 - Permanezco sentada más tiempo.
 - Recibo a quienes llegan con canciones.



La música en mi cabeza

Alejandro Del Bene



BEE GEES

Fue una banda de música disco en Douglas (Isla de Man de dependencia británica), formada en 1958. Sus integrantes eran los hermanos Barry, Robin y Maurice Gibb.

Mi canción favorita es *Stayin' Alive*- Fiebre de sábado por la noche.

La canción trata de como es un sábado de fiebre por la noche. Me gusta esa canción porque es una música bien movida. Viene con mucha fuerza y me hace acuerdo a la noche de la nostalgia.

Rutinas fuera del hogar. MIÉRCOLES



BIBLIOTECA
con Diego

PISCINA con Ivana,
Patricia, Augusto, Analía y
Alejandro.



Pausa para reflexionar

La riqueza de las oportunidades

Quienes hemos pasado por la experiencia educativa de investigar, aplicar métodos o crearlos, observar, reflexionar, registrar y, de forma más o menos acertada, producir conocimiento, también, en algunos casos, hemos fantaseado con compartir lo producido con quienes se están iniciando en ese camino que elegimos y recorreremos.

La idea de generar conocimiento y que a partir de ahí alguien más siga desarrollando conceptos y nuevas ideas es muy motivante. Es motivante saber que estamos aportando a esa "escalera" del conocimiento, colocando algún peldaño para que otros se apoyen y continúen.

Evidentemente, es gratificante crear, compartir y perpetuar a través de quienes vienen detrás.

¿Pero qué pasa cuando toda esa fantasía hermosa, por los motivos que sean, no es viable?

¿Qué pasa cuando la vida, el Universo o Dios nos pone la tarea de construir dignidad?

¿Qué pasa si estamos al servicio de personas con discapacidades, con tanta dependencia, que no pueden producir nada?

¿Es realmente así? ¿No pueden producir nada?

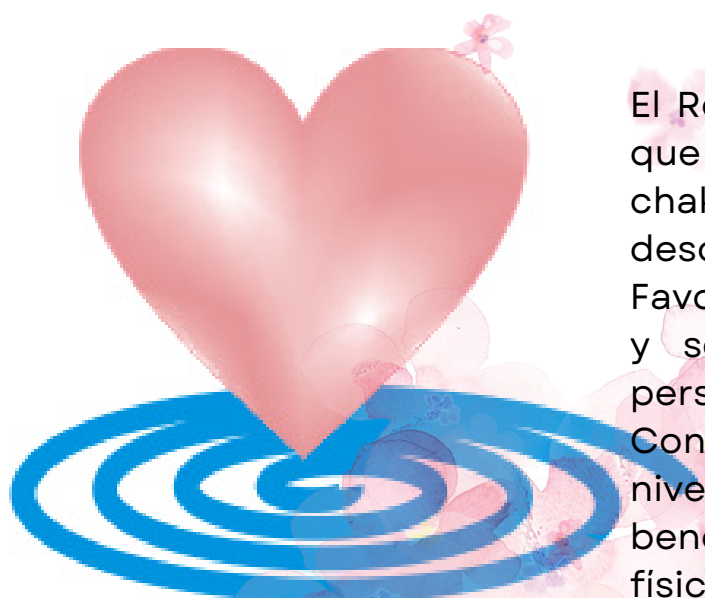
¡¡Falso!! Estamos frente a una cantera inagotable de creadores de oportunidades!!

Oportunidades que, si sabemos aprovechar, nos servirán para ayudarles a crecer, pero también nos ayudarán y nos harán crecer a nosotros. Nos proporcionarán material para generar conocimiento, nos interpelarán y nos harán reflexionar. De esta forma, estas personas que aparentemente no producen nada estarán contribuyendo a hacernos crecer como comunidad.

Juan Tolosa

Vivir es hoy

María Noel García



El Reiki es una terapia alternativa en la que puedes trabajar con los diferentes chakras. Es una técnica milenaria descubierta por el maestro Mikao Usui. Favorece el bienestar físico y emocional, y se puede practicar tanto con la persona presente como a distancia. Contribuye a sentir calma y a reducir los niveles de estrés, además de tener beneficios muy positivos en los dolores físicos.

**“Reiki es Amor,
El Amor es Plenitud (...)”
Dr. Mikao Usui**



¡Regálate 20 minutos de autocuidado! Masajes con Patricia y Claudia los **MARTES** y **JUEVES**. ¡Anota tu nombre en la cartelera y asegura tu lugar!

(sólo personal de la institución)

**PROXIMAMENTE FIESTA DE LA NOSTALGIA-
Viernes 23/08**

Recordar: Volver a pasar por el corazón

Ramón Rovira y su canción



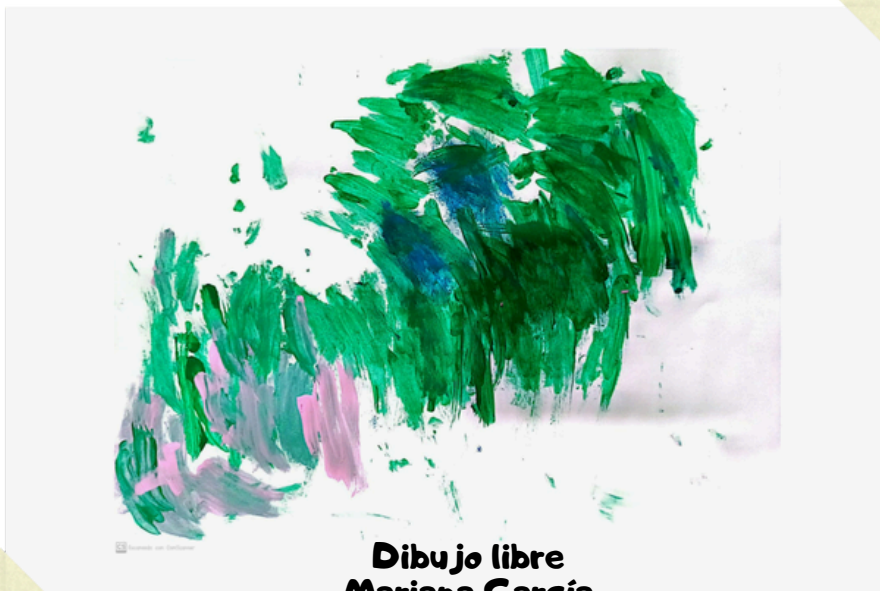
Canción del programa “El rato de Charoná”, al que fui una sola vez cuando era chico.

*Dientito de dulce de leche
Chiquito como un arroz
Moviendolo esta flojito
¡Que lastima! no lo vio.*

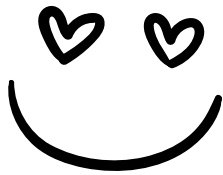
*En la palma de la mano
Con cuidado lo llevo
Lo puso abajo de la
almohada
En espera de un ratón.*

*El gato saca de casa
Por mirarlo se durmió
Una moneda dejaron
¡Que lastima! no lo vió.*

*Que sea bien sanito
el dientito es un botón
afuera está su gato
esperando a su ratón.*



**Dibujo libre
Mariana García**



Descubre las emociones

Encuentra las emociones ocultas.



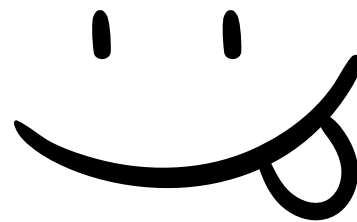
I	J	T	A	T	H	Z	N	U	D	A	S	C	O
L	N	R	A	H	C	U	L	P	A	B	L	E	Q
H	I	I	L	Y	F	D	H	T	D	U	O	D	F
X	T	S	E	A	B	M	G	A	E	T	I	B	R
C	S	T	G	G	Y	Y	S	M	C	L	T	C	U
O	P	E	R	R	S	D	O	O	E	M	L	E	S
N	F	Z	I	A	T	M	R	R	P	A	E	M	T
F	U	A	A	D	R	E	P	N	C	C	N	I	R
U	R	Q	D	E	I	N	R	I	I	E	O	E	A
N	I	Y	N	C	S	O	E	D	O	P	J	D	D
D	O	H	L	I	T	J	S	N	N	T	O	O	O
I	S	H	O	D	E	A	A	M	A	A	E	I	K
D	O	D	H	O	Z	D	O	F	D	D	F	G	C
O	W	W	K	U	A	O	F	B	O	O	W	N	E



educima.com



- ACEPTADO
- ALEGRIA
- ASCO
- CULPABLE
- ENOJADO
- FRUSTRADO
- MIEDO
- TRISTEZA
- AGRADECIDO
- AMOR
- CONFUNDIDO
- DECEPCIONADO
- ENOJO
- FURIOSO
- SORPRESA
- TRISTEZA



¡TUS APORTES SON CLAVE PARA HACER BRILLAR A PUENTE SARANDÍ!

**Escribinos al 099883587
puentesarandiboletin@gmail.com**