



**CENTERS  
ADULT DAY CARE**

# NEWS

Bushwick • Ridgewood • Trinity

Marzo de 2018

## Próximos Eventos

### Thursday, March 1st

Music Therapy:  
Ridgewood

### Thursday, March 8th

Music Therapy:  
Bushwick

### Friday, March 9<sup>th</sup>:

Restaurant Trip: Trinity

### Wednesday, March 14<sup>th</sup>

Restaurant Trip:  
Ridgewood

### Friday, March 16<sup>th</sup>

St. Patrick's Day  
Celebration: Trinity,  
Ridgewood, Bushwick

### Thursday, March 22<sup>nd</sup>

Restaurant Trip:  
Bushwick

### Thursday, March 29<sup>th</sup>

Easter/Birthday  
Celebration: Trinity,  
Bushwick, Ridgewood

### Friday, March 30<sup>th</sup>

The Centers will be  
CLOSED for Good  
Friday.

## Una nota del director



Queridos amigos, He sido parte de la familia de Centers Health Care durante cuatro años y todos los días agradezco ese privilegio. Recientemente me convertí en Director Regional de Centros de Atención Diurna para Adultos y me encanta tener la oportunidad de trabajar con lo que creo que es el mejor equipo de nuestra compañía. Pero, sobre todo, me encanta la oportunidad de tener un impacto en las vidas de aquellos a quienes servimos. Estoy ansioso por conocer a cada uno de ustedes, y pensé que usaría esta nota para ayudarlos a conocerme.

Soy una esposa y madre criando una familia joven y equilibrando todas las cosas que van con eso, mientras persigo mi pasión profesional. Esa pasión, para tener un impacto todos los días al cuidar a los demás, fue inculcada en mí a una edad muy temprana por mi propia madre, una enfermera registrada que pasó la mayor parte de su carrera en el cuidado a largo plazo. Ella me presentó a hogares de ancianos cuando otras madres presentaban a sus hijos al fútbol. Mi madre es la persona más genuina que conozco. Ella siempre ha puesto su corazón y alma en su trabajo, haciendo una verdadera diferencia en las vidas de sus pacientes. No podría tener un mejor modelo a seguir. Ahora, todo lo que sé hacer es comprometerme con el cuidado de aquellos a quienes servimos, total, honesta y sinceramente. Eso me facilitó la inversión en el espíritu de Centros de "HEART HEALTH HOME". Vivo por esas palabras y por un lema personal propio, inculcado en mí por mi madre; Haz un impacto.

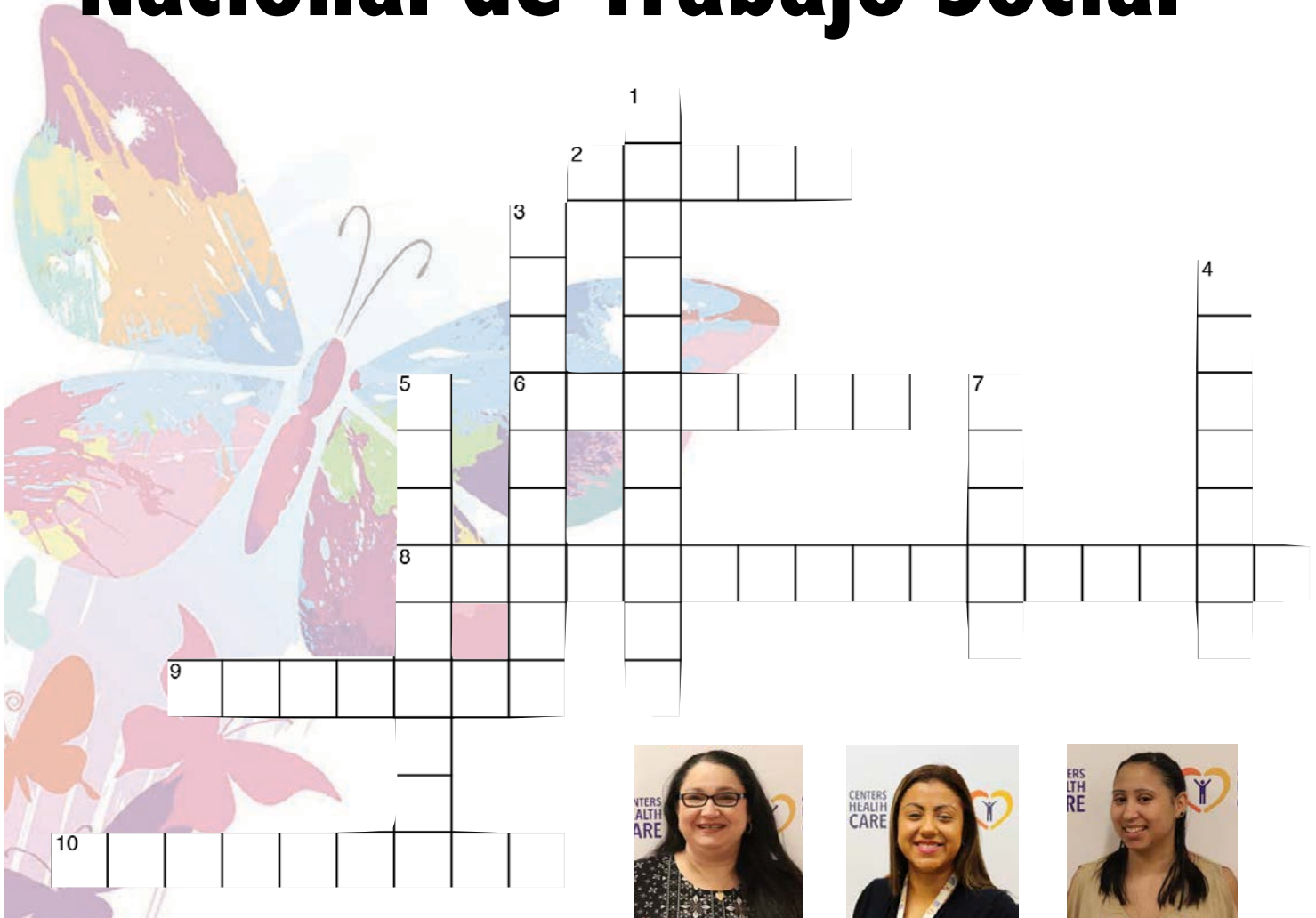
A medida que miramos hacia el futuro de la primavera, estoy entusiasmado con todas las cosas nuevas que se guardan en el Centro de Cuidado Diurno para Adultos. Hemos estado ocupados dando los toques finales a las mejoras en muchas de nuestras ubicaciones y nuestros equipos han estado desarrollando nuevos programas, técnicas y actividades que harán de 2018 un gran año para todos ustedes. Juntos, vamos a tener un gran impacto. Te veo pronto,

Shaindel Richter



Like us on  
Facebook

# Crucigramas para el mes Nacional de Trabajo Social



Elizabeth Marquez



Yuliza  
Chanona-  
Lopez



Jasmin Maldonado

## ACROSS

- 2 La comida favorita de Yuliza
- 6 Adonde trabaja Elizabeth?
- 8 Qué profesión tienen Jasmin, Yuliza y Elizabeth en común
- 9 también conocido como puertorriqueño, especialmente uno que vive en los Estados Unidos
- 10 Adonde trabaja Jasmin

## DOWN

- 1 Adonde trabaja Yuliza?
- 3 El Quetzal es el ave nacional de este país
- 4 Capital de Puerto Rico
- 5 Sabor de helado favorito de Jasmin
- 7 Elizabeth's favorite icecream

# Spring Cleaning

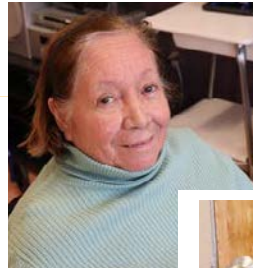
Muchos de nosotros hicimos Resoluciones de Año Nuevo que no mantuvimos, pero eso está bien. La primavera está a la vuelta de la esquina y eso nos permite otro nuevo comienzo. Para mí, la primavera es sinónimo de crecimiento, ¡una oportunidad para un nuevo comienzo! Si estar más activo está en tu lista de resolución, ¡estás de suerte! El clima está en camino para que pueda pasar tiempo al aire libre caminando, haciendo jardinería, etc. ¡También puede hacer una limpieza de primavera al aire libre o hacerlo en su propia casa! Siempre hay algo para limpiar, ¿verdad?



## Jardinería

¿Vas a preparar tu jardín? No necesita tener un patio trasero para comenzar su jardín. En realidad puedes hacerlo en un espacio muy pequeño. En estos días, mucha gente está colocando una pared de hierbas o vegetales en la cocina o en la sala de estar. Cualquier espacio en el que estés viviendo se puede convertir para cultivar algunas verduras, hierbas o flores. Algunos vegetales son muy fáciles de cultivar, como las cebolletas. ¡Simplemente ponga las bombillas en agua y mire cómo vuelven a crecer! ¡Eche un vistazo a las imágenes de la izquierda que pueden inspirarlo!







## Una nota de parte de Kenny



Algunas veces ocurre una historia que hace que uno quiera ponerse de pie y celebrar de alegría. Las escucho todo el tiempo porque suceden en todos los hogares de los Centers. Pero esta me llamó la atención de manera especial debido a algunas circunstancias no muy comunes. Toda la familia de Centers Health Care agradece a nuestro equipo del Steuben Center, que fue donde ocurrió todo.

Christina McLendon, una veterana de la Marina, oriunda de Texas, se encontraba de visita en Nueva York para asistir a un retiro de mujeres a finales del mes de septiembre. Lo que le sucedió mientras estuvo aquí cambió su vida y la de muchas personas en Steuben Center. Christina fue atropellada por un automóvil mientras caminaba por un estacionamiento local y resultó gravemente herida. Su pierna destrozada necesitó dos operaciones separadas y muy complicadas en el Hospital Corning-Guthrie, y una amplia rehabilitación. Con su hijo de 12 años y su esposo en su hogar en Texas, Christina estaba completamente sola. Entonces eligió el Steuben Center para su rehabilitación, y todo cambió.

Christina consideró su situación como una oportunidad para conocer gente nueva y se unió a nosotros con una actitud tan optimista y positiva que rápidamente se convirtió en una de nuestras residentes más estimadas. Trabajó incansablemente en su rehabilitación y se convirtió en una animadora de sus compañeros residentes, dándoles el ánimo que necesitaban cuando se les dificultaba la terapia. Expresiones como "si yo puedo hacerlo, tú también puedes", y otras palabras alentadoras respaldadas por su alegre sonrisa, fueron consideradas por docenas de otros residentes como el tónico que necesitaban en el momento justo para ayudarlos con su propia rehabilitación. A medida que se acercaban los días navideños, cuando la mayoría de las personas en su situación lucharían contra la depresión, Christina se volvió todavía más positiva. Una visita de bienvenida de su esposo e hijo el Día de Acción de Gracias ayudó, por supuesto, pero Christina vio las navidades como una manera más de alegrar la vida de otras personas. Ayudó al equipo de Steuben enviando ochenta regalos que habían comprado para sus residentes, y se los entregó personalmente a todos la mañana del día de Navidad. Cuando se acercaba el final de su tiempo de rehabilitación, nos contó todo lo que había recibido de su experiencia. *"Estoy viendo todo lo que puedo sacar de esto"* expresó. *"Pude conocer a tantas personas maravillosas y conocer sus historias. Son increíbles, y me las encontré muy inspiradoras. Y me ha impresionado la amabilidad y la generosidad de la gente. Me han hecho reevaluar cómo quiero que mi vida sea en el future."*

El 30 de enero, la familia del Steuben Center organizó una fiesta sorpresa de despedida para Christina. Todos la echarán de menos, pero su historia seguirá inspirando a otros residentes por un largo tiempo.

Kenny Rozenberg, Director ejecutivo



## Manteniéndose a la vanguardia

Siempre hay cosas emocionantes que suceden en la sala de terapia de cada instalación de los Centers. A pesar de todo, la recuperación resulta ser emocionante. Pero este mes, cuatro de nuestras instalaciones están participando en un programa piloto de realidad virtual que finalmente puede cambiar los protocolos de terapia en toda la familia de los Centers Health Care.

La terapia con realidad virtual se ha abierto paso en muchas instalaciones de rehabilitación, como una forma de proporcionar ejercicios de menor impacto en un entorno "del mundo real". Sin embargo, el entorno es a menudo grande, difícil de manejar y requiere un amplio equipo especializado. Ahora, los Centers se están asociando con Jintronix, una compañía canadiense, para llevar su revolucionaria tecnología de rehabilitación a nuestros residentes. Jintronix utiliza una computadora sofisticada, pero muy compacta, y sensores de movimiento avanzados para crear una amplia variedad de actividades precisas. Los residentes se sientan o se para frente a un televisor y el terapeuta crea un ejercicio que se muestra en la pantalla. El residente ve sus movimientos en la pantalla y cada movimiento se rastrea y se registra para que el residente progrese a lo largo de su rehabilitación, se documentan sus avances y se va aumentando la complejidad de los movimientos en los ejercicios. ¿Y saben cuál es una de las mejores partes? ¡El sistema Jintronix emplea la tecnología de videojuegos de computadora para que la terapia sea divertida! Los residentes podrán esquiar, jugar fútbol o jugar baloncesto. Los juegos hacen que la terapia sea más agradable, favorecen sesiones más largas y ofrecen refuerzo positivo inmediato. Es solo una forma más en la que Centers Health Care se mantiene a la vanguardia.



# MIRANDO ADELANTE

## HORARIO DE VERANO



CONFIGURE SUS RELOJES EL DOMINGO, 11 DE MARZO

## PINTANDO CON PAPURIO



## CREATIVE AGING WORKSHOPS

A partir del jueves, 1 de marzo, visitaremos las bibliotecas públicas de Brooklyn Queens para talleres creativos. La mayoría de las clases comenzarán a las 10:15 a.m. y durarán entre 45 minutos y una hora. Esto continuará por 10 semanas. La clase final será el jueves, 3 de mayo.

Estas clases ofrecerán una variedad de actividades creativas, tales como joyería, tallado de jabón, costura y



Fabricación de joyas



Talla de jabón



Bushwick • Ridgewood • Trinity

[www.bushwickcenter.net](http://www.bushwickcenter.net)

[www.facebook.com/BushwickCenterADHC](http://www.facebook.com/BushwickCenterADHC)