

Boletín de informaciones

Coronavirus Covid-19

Nº 77 - 10 de septiembre de 2021 - Chile

Este boletín se complementa con la información que publicamos en www.acalis.cl/coronavirus, y no reemplaza las comunicaciones que podemos hacer con todos o cada uno de nuestros apoderados, en caso de ser necesario.

PARA TENER EN CUENTA

Decálogo para divertirnos con seguridad

Hace unas semanas, y con motivo de la celebración del Día del Abuelo, DomusVi de España lanzó un decálogo con recomendaciones para regalar con seguridad en panoramas intergeneracionales, aprovechando el buen tiempo y la tranquilidad de las vacunas.

Y acá dejamos un pequeño resumen para tener en cuenta y planificar para las próximas semanas. Para que la pandemia no acabe nuestras ganas de vernos, pero siempre con seguridad: Usando mascarilla y estando juntos en lugares bien ventilados.



- **Dar un paseo por los lugares que solía frecuentar de joven y que le traigan recuerdos positivos.** Para esto es importante planificar, llevar agua y estar protegidos tanto del frío como del calor.
- **Cocinar una nueva receta.** Si a ambos les gusta la cocina, hacer juntos un plato que despierte el apetito de la persona mayor siempre es bienvenido.
- **Hacer pasatiempos o manualidades.** En Acalis incentivamos este tipo de actividades pues aporta muchas cosas buenas a las personas mayores, y estos pasatiempos son los favoritos de muchas personas mayores. Acompañarlos entrega mucha alegría.
- **Jugar a las cartas.** Muchas personas mayores conocen varios juegos de cartas. Deja que te explique las instrucciones de su favorito y anímense a pasar un buen rato en familia.
- **Organizar un picnic.** Bebidas, aperitivos y platos sencillos son ideales para organizar un picnic en un parque o zona ajardinada. Con una toalla en el suelo y manteniendo una distancia de seguridad de 2 metros, es posible disfrutar sin temores.
- **Mirar y comentar álbumes de fotos antiguas familiares.** No hay mejor historia que la de la familia, y que lo cuenten los abuelos, es un tesoro impagable. Por eso, llevar fotos y empezar a ejercitar la memoria es, sin duda, un gran panorama familiar.
- **Leerle en voz alta su libro favorito.** Hay libros que uno nunca olvida pero que, con los años, ya no es posible volver a visitar. Leerle en voz alta es un panorama, pero también un lindo favor que sin duda le alegrará.
- **Sesión de cine.** En casa o al aire libre un clásico nunca falla. Compartir en torno al cine clásico puede ser un bonito regalo.
- **Bailar.** Moverse nunca está demás y ayuda a que el cuerpo y la vida se alegre. Hacerlo nos hace bien a todos.
- **Cuidar plantas y flores.** En el caso de tener jardín, un huerto lúdico o simplemente tener plantas en casa, ocuparse de su cuidado conjuntamente puede ser una buena opción para pasar un buen rato. Busca por Internet información sobre cada una de ellas y explícasela para aprender juntos.