Nº19 Noviembre - Enero 2021

NUESTRA CASA

La actualidad de Amavir

Culmina la administración de la tercera dosis de la vacuna frente a la COVID-19

Las residencias están vacunando también estos últimos días frente a la gripe común.

A finales de septiembre comenzó la administración de la tercera dosis de la vacuna frente al coronavirus en las residencias de mayores de Amavir. Se seguían así las recomendaciones efectuadas por el Ministerio de Sanidad y las Consejerías de Salud de las Comunidades Autónomas para proteger a las personas mayores frente a esta enfermedad y reforzar su inmunidad.

Según los expertos, esta dosis era muy recomendable en las residencias por diversos motivos, entre ellos el "perfil de mayor fragilidad" de las personas mayores que viven en ellas, la "pluripatología" que a menudo padecen y la propia convivencia en "entornos cerrados".

La primera dosis de la vacuna se puso en nuestras residencias entre el 27 de diciembre de 2020 y el 27 de enero de 2021 y la segunda dosis entre el 17 de enero y el 28 de febrero. En estas últimas semanas se ha ido administrando también la vacuna frente a la gripe común.

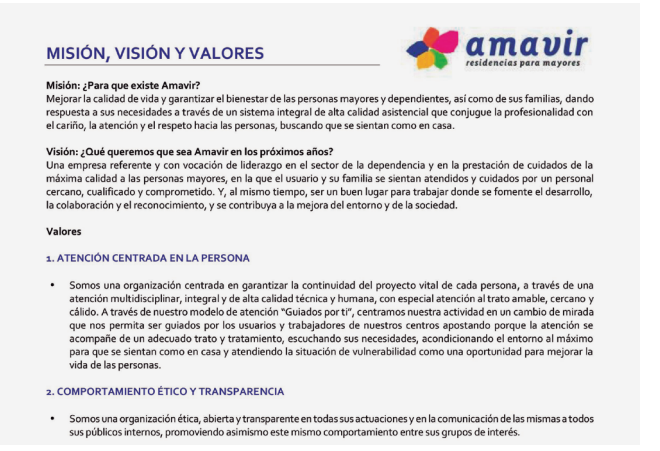
Montserrat Tonisastre, residente de Amavir Sant Cugat (Barcelona), fue la primera usuaria de Amavir en recibir la tercera dosis de la vacuna.

Aprobada la revisión de los documentos de "Misión, Visión y Valores" y la "Política Integrada" de Amavir

El Comité de Dirección de Amavir ha aprobado este mes de noviembre la revisión de dos importantes documentos de la compañía: su "Misión, Visión y Valores" y la "Política Integrada".

Estos documentos, junto con nuestro código ético, son la columna vertebral de Amavir, puesto que resumen qué hacemos, cuáles son nuestros valores y qué elementos marcan nuestro trabajo en ámbitos como la calidad asistencial, la responsabilidad social corporativa, la gestión de recursos humanos y prevención, la seguridad, el respeto por el medio ambiente…

Ambos documentos, que se renuevan anualmente, están a disposición de todos nuestros públicos en la página web www.amavir.es



MISIÓN, VISIÓN Y VALORES

amavir residencias para mayores

Misión: ¿Para que existe Amavir?
Mejorar la calidad de vida y garantizar el bienestar de las personas mayores y dependientes, así como de sus familias, dando respuesta a sus necesidades a través de un sistema integral de alta calidad asistencial que conjugue la profesionalidad con el cariño, la atención y el respeto hacia las personas, buscando que se sientan como en casa.

Visión: ¿Qué queremos que sea Amavir en los próximos años?
Una empresa referente y con vocación de liderazgo en el sector de la dependencia y en la prestación de cuidados de la máxima calidad a las personas mayores, en la que el usuario y su familia se sientan atendidos y cuidados por un personal cercano, cualificado y comprometido. Y, al mismo tiempo, ser un buen lugar para trabajar donde se fomente el desarrollo, la colaboración y el reconocimiento, y se contribuya a la mejora del entorno y de la sociedad.

Valores

1. ATENCIÓN CENTRADA EN LA PERSONA

- Somos una organización centrada en garantizar la continuidad del proyecto vital de cada persona, a través de una atención multidisciplinar, integral y de alta calidad técnica y humana, con especial atención al trato amable, cercano y cálido. A través de nuestro modelo de atención "Guiados por ti", centramos nuestra actividad en un cambio de mirada que nos permita ser guiados por los usuarios y trabajadores de nuestros centros apostando porque la atención se acompañe de un adecuado trato y tratamiento, escuchando sus necesidades, acondicionando el entorno al máximo para que se sientan como en casa y atendiendo la situación de vulnerabilidad como una oportunidad para mejorar la vida de las personas.

2. COMPORTAMIENTO ÉTICO Y TRANSPARENCIA

- Somos una organización ética, abierta y transparente en todas sus actuaciones y en la comunicación de las mismas a todos sus públicos internos, promoviendo asimismo este mismo comportamiento entre sus grupos de interés.

Nuestros compañeros de Amavir Getafe, premiados con la Medalla de Oro de la Ciudad

El ayuntamiento ha distinguido con esta condecoración a los profesionales de la salud y atención sociosanitaria por su entrega durante la pandemia.

La residencia Amavir Getafe ha recibido la Medalla de Oro de la Ciudad de Getafe a los centros sanitarios y sociosanitarios de la ciudad por su entrega en la lucha contra la COVID-19.

El acto estuvo presidido por la alcaldesa de la ciudad, Sara Hernández Barroso, que subrayó en su discurso que "rendimos homenaje con mucha emoción y gratitud a nuestros 'ángeles de alas verdes' con la máxima distinción de la ciudad".

Este galardón a la residencia de Amavir Getafe es un reconocimiento a todo lo vivido y trabajado en los centros sociosanitarios durante los meses que ha durado la pandemia. Este virus ha supuesto un desafío sin precedentes para las residencias, que fueron uno de los sectores más afectados. Los profesionales ponían en riesgo su salud y la de sus familiares con el objetivo de proteger la vida de los mayores a toda costa.

Alfredo Lobato, director de la residencia, y varios trabajadores del centro fueron los responsables de recoger esta distinción.

Preparando la Navidad

Las residencias ultiman los programas de actividades para disfrutar de estos días tan entrañables

Faltan ya muy pocas semanas para que llegue la Navidad y el espíritu propio de estas fechas se está apoderando de todos nosotros. Los centros tienen ya lista la decoración navideña, en muchos casos confeccionada en colaboración con los propios mayores en los talleres de terapia. Se están ultimando los menús especiales y también un

amplio programa de actividades para disfrutar al máximo de estas entrañables fechas.

Nueva receta en nuestra serie "Así se cocina"

Cruz Magro, de la residencia El Balconcillo (Guadalajara), nos enseña a preparar unas ricas migas de pastor

D. Cruz Magro, usuario de la residencia El Balconcillo de Guadalajara, es el protagonista del nuevo episodio de nuestra serie "Así se cocina", en la que nuestros residentes nos aportan sabrosas recetas de platos tradicionales. En este caso, D. Cruz nos enseña cómo hacer unas riquísimas migas de pastor. Puedes ver estos vídeos en nuestra página web y en nuestro canal de YouTube.

amavir
residencia de ciudad lineal

Centro con plazas concertadas con
Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

Día Mundial del Alzhéimer

Realizamos un mural con los recuerdos de los residentes.

El pasado 21 de septiembre se conmemoró el Día Mundial del Alzhéimer, recordando la importancia de seguir trabajando para mejorar la calidad de vida de las personas que padecen dicha enfermedad y la de sus cuidadores. Con motivo de ese día, desde nuestro centro se desarrollaron diferentes actividades como la realización de un mural con los recuerdos de todos los usuarios del centro de día, que fueron relatándolos uno a uno. También elaboraron otro mural con el dibujo de un cerebro, que se rellenó con las fotos de nuestros mayores y con la explicación de las funciones de cada parte del cerebro. También se llevó a cabo un taller especial: un Memory. El juego consiste en encontrar parejas en una serie de cartas con diversas figuras que están en pares, es decir, cada dibujo está repetido dos veces. La iniciativa tuvo diferentes niveles de dificultad para que así pudiese haber más participantes. Con esta dinámica se ejercitó la atención, concentración, percepción y memoria visual a corto plazo de nuestros abuelos. También se trabajó la diversión, ya que pasaron un rato agradable.

Foto de los murales realizados por nuestros residentes con motivo del Día Mundial del Alzhéimer.

"Visita" a la Casa Museo Lope de Vega

Ponencia sobre las curiosidades de la casa del poeta.

El pasado 22 de septiembre recibimos la visita de Sheila, trabajadora de la Casa Museo Lope de Vega de Madrid, que nos acercó este maravilloso museo a nuestro centro. Pudimos conocer tanto este significativo edificio, que se encuentra en el Madrid más castizo, como uno de los mejores escritores de la literatura española, así como curiosidades y costumbres de la época y de su vida, tan alejada de la norma y de la moralidad de ese momento. Además, nos mostró los diferentes muebles e instrumentos que se pueden encontrar en la casa. La visita fue muy gratificante y pudimos conocer un poco más las obras y vida de Lope de Vega con grandes toques de humor.

Casa Museo Lope de Vega.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia
Circuito de rehabilitación, tabla de marcha, rehabilitación individual, electroterapia, tabla de gerontogimnasia y movilizaciones pasivas.

Terapia Ocupacional
Estimulación cognitiva, taller de noticias, taller de reminiscencia, programa de activación física, ABVD (Actividades Básicas de la Vida Diaria), bingo, estimulación sensorial/sensoriambiental y tabla de gerontogimnasia.

Psicología
Estimulación emocional a través de la música, taller de memoria, taller de revista, taller de relajación, taller de ORL (Orientación a la Realidad) y reminiscencia.

Animación Sociocultural
Fiestas de cumpleaños, fiestas temáticas, talleres, excursiones y charlas informativas, entre otros.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre
Chocolatada aniversario.
Decoración navideña.
Talleres navideños.
Fiestas de cumpleaños.
Campanadas.

Enero
Reparto de regalos de Reyes.
Fiestas de cumpleaños.

Febrero
Actividades de carnaval.
San Valentín.
Fiestas de cumpleaños.

SERVICIOS

Peluquería
De lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h y de 15:00 a 19:00 h.

Podología
Lunes o martes alternos en turno de tarde.

Oficio religioso
Eucaristía los jueves a las 11:00 h.
Rezo Rosario los sábados a las 10:45 h.

HOY COMEMOS Pilar Atienza

Truchas con calabacín al horno

INGREDIENTES

4 truchas, 2 calabacines, 2 cebollas, medio vaso de vino blanco, aceite de oliva y sal.

PREPARACIÓN

Abrir las truchas en filetes y limpiarlas bien por dentro. Colocarlas en la bandeja del horno. Añadir los calabacines y las cebollas cortadas previamente en rodajas. Agregar medio vaso de vino blanco, un chorrito de aceite de oliva y sal al gusto. Meter la bandeja al horno unos 30 minutos a 180 ºC. En cuanto veamos que las truchas están bien tostadas ya las podemos retirar. ¡Buen provecho

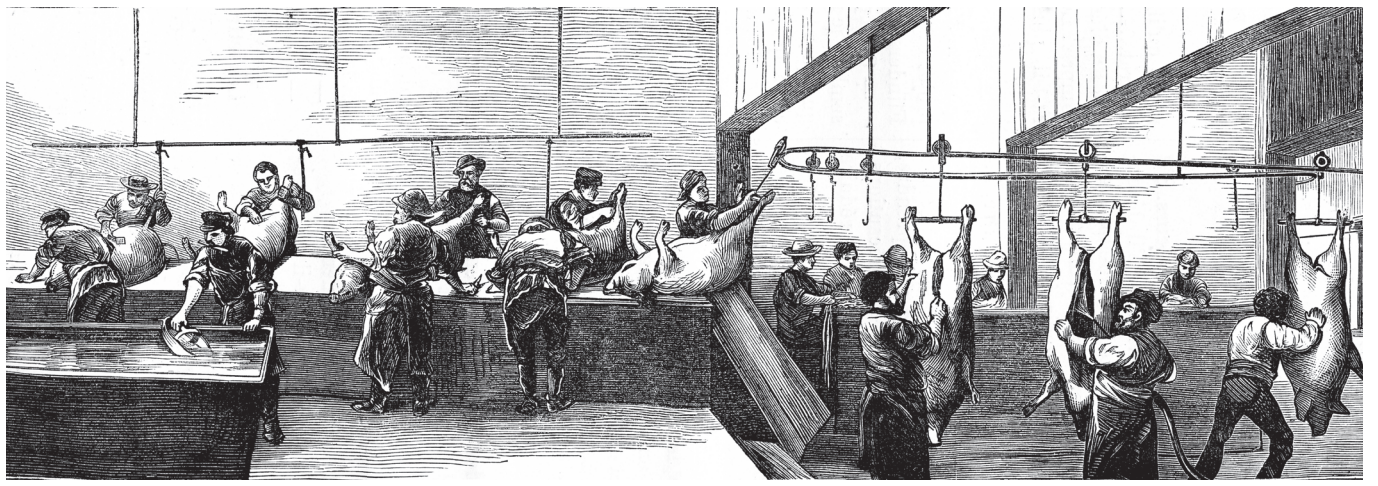
CUMPLEAÑOS

Diciembre
02/12 Enrique Martín
05/12 María Concepción Girado
19/12 Irene Sanz
23/12 Felisa Liberal
29/12 Antonio Párraga
30/12 María del Pilar Galeano
30/12 Ana María Sabina

Enero
07/01 María Paloma San Cristóbal
07/01 Jesús Tierno
10/01 Fernando Salmerón
11/01 Francisca Fernández
11/01 Luisa Larios
12/01 Jaime Burgos
12/01 Serafín Martín
12/01 Esther Moreno
13/01 Leoncio Salazar
14/01 Carmen Barranco
16/01 Ángela Albarán
16/01 Bernardina Cáceres
16/01 Asunción de los Reyes Ramírez
20/01 Key Barlow
24/01 Antonio Lario
24/01 Luis Matesanz
26/01 Carmen Simón
27/01 Francisca Alor De Toro
31/01 María Josefa Molina

Febrero
04/02 María Luisa González
05/02 Carmen de la Torre
05/12 Albina Rivera
07/02 Juliana Otero
07/02 Josefa Sánchez
09/02 Fernando Castillo
09/02 Concepción Galindo
10/02 Manuela Moreno
15/02 Manuela Malagón
19/02 María del Pilar Arenas
20/02 Exaltación Labrada
20/02 Petra Rodríguez
22/02 Leonor Escobar
23/02 Petra Benito
23/02 Juana Fernández-Ahuja
25/02 Aurora Bernardo
25/02 Tomás Cordero
26/02 Encarnación Rosales
26/02 José María Satín
28/02 Mercedes Baquero
28/02 Purificación Pérez

SECRETOS DE MI TIERRA Concepción Plaza



La matanza del cerdo, uno de los días que más disfrutaba en su pueblo nuestra residente Concepción Plaza.

La matanza del cochino

Le preguntamos esta vez a Concepción, una de nuestras residentes del Centro de Día sobre alguna anécdota que recuerde con cariño y alegría de su pueblo natal: Jabalera (Cuenca). Concepción lo tiene claro, "la matanza del cochino" que se hace todos los años en su pueblo. Era un día memorable para ella, y solo hay que verla hablar de esta festividad para comprobar cómo disfrutaba. Tanto, que aún se le ve cara de alegría rememorando esos días. El día de la matanza comenzaba muy temprano, cuando todavía el sol no había salido. Ahí es cuando sucedía la matanza del cerdo al que asistían todos. Después, durante la mañana, los mayores se encargaban de despedazar y preparar las diferentes partes del animal para almorzar, ¡hasta el rabo aprovechaban! Esa era la comida, acompañada con gachas, morcillas y demás variantes. Ahora bien, Concepción nos comenta que todo se compartía entre todos, para que pudiesen probar de todo. Pero lo que más le gustaba a nuestra querida residente de ese día era el buen ambiente familiar que se creaba y lo bien que se lo pasaba jugando con sus primos. Venían de todas las partes y, a veces, se juntaban con otra familia y no paraban de divertirse durante toda la jornada.

AYER Y HOY

Antes

Después

Hace 92 años nació Doña Emilia Cuéllar Machón en Carabaña de Tajuña, un pueblito pequeño que pertenece a Madrid. Durante su infancia ayudaba a su familia en las tareas del hogar y cuidando del huerto. Después de casarse dedicó su tiempo a su familia y a hacer pequeños trabajos de modista. En mayo de 2016 llegó para quedarse con nosotros en la residencia, donde a día de hoy nos sigue regalando su sonrisa y todo su cariño.

CARTA DE LA DIRECTORA
Elena García

Estimados residentes, familiares y trabajadores:

En estas fechas tenemos dos acontecimientos relevantes que celebrar: el Aniversario de Amavir Ciudad Lineal y la llegada de la Navidad. Por este motivo hemos preparado numerosas actividades para que todos nuestros residentes y trabajadores compartan y disfruten de unos días llenos de alegría y emoción. Además, se trata de unos días especialmente señalados, no solo por la época festiva en la que nos encontramos, sino también por la normalización de la situación. El año pasado, por estas fechas, todavía atravesábamos momentos difíciles y vivíamos con la esperanza de que llegase la ansiada vacuna. A día de hoy, ya hemos recibido la 3ª dosis de recuerdo y, aunque el virus desgraciadamente ha seguido acompañándonos en algunos momentos, ha tenido un efecto leve sobre nuestra salud. Las medidas se han flexibilizado, hasta el punto de ser muy similares a las que no hace mucho tiempo teníamos. Podemos abrazarnos, disfrutar de la familia, de los nuestros, al aire libre, sin miedo a lo que pueda pasar. Quiero agradeceros en nombre del equipo de Amavir Ciudad Lineal vuestro apoyo y confianza todo este tiempo, y desearos unas felices fiestas en compañía de los vuestros. Os envío un fuerte abrazo.

COSAS DE CASA

¿Por qué una tercera dosis de la vacuna?

Beneficios de la tercera dosis de vacuna de Pfizer.

En el mes de octubre se administró en nuestro centro la tercera dosis de la vacuna de Pfizer, y en este artículo se explicará por qué esto ha sido necesario. Resulta que la evidencia científica actual respecto a la COVID-19, demuestra que una tercera dosis en personas con un sistema inmunitario deprimido o débil, como se da en la gente mayor, ayuda a tener una respuesta inmunitaria más efectiva contra el virus. No nos olvidemos de que, el fin de la vacuna no es no contagiarse del virus, sino que la infección sea más leve e incluso, asintomática. El objetivo de una tercera dosis, en un proceso de vacunación espaciado respecto a las primeras dos dosis, es conseguir una respuesta inmune secundaria, como pasa en otras vacunas como son la difteria, tos ferina, etc. Esto se traduce en que, tras las primeras dosis, a los meses la inmunidad no se llega a reducir a cero, pero sí disminuye la cantidad de anticuerpos, pero al administrar la tercera dosis, la respuesta inmune secundaria es mucho mayor y más duradera. Ofrece mayor protección contra variantes e incluso podría evitar la vacunación anual.

La aplicación de la tercera dosis de la vacuna Pfizer tiene como objetivo hacer que la respuesta inmunitaria sea mayor y perdure en el tiempo.

QUIÉN ES QUIÉN

Noushin Farasat, fisioterapeuta

Nueva incorporación en el Departamento de Fisioterapia.

Edad: 35 años.
En Amavir desde: 2021.
Lo mejor de Amavir: El ambiente de trabajo.
Virtud: Responsable.
Defecto: Perfeccionista.
Aficiones: Cine y viajar.
Libro: El poder de la intención, Wayne Dayer.
Película: Braveheart.
Grupo de música: Pink Floyd.
Comida favorita: Arroz negro.

RECUERDOS Constanza Aguado

Bajo la sombra del árbol

Nací en Yunclillos (Toledo) y allí he pasado toda mi infancia y gran parte de mi vida. Pensar en mi pueblo me trae a la memoria muchos recuerdos. Cuando tenía 6 años, al salir de clase, iba a casa de mi abuela, donde coincidía con mi prima. Recuerdo que cuando ella fregaba el suelo me decía que saliese de casa para no pisar lo mojado. Salía y me sentaba bajo la sombra de un árbol esperando poder entrar. Cuando pasaba mi tía o alguna vecina y me veían ahí me decían: "Pero Constanza, ¿qué haces ahí solita?, vente con nosotras a casa". En el pueblo nos conocíamos todos y yo me iba con ellas.

¡No a la violencia de género!

Las residencias de Amavir se unen a los actos con motivo del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer.

Desde 1999, cada 25 de noviembre se celebra el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, una efeméride instaurada por Naciones Unidas para recordarnos que aún son muchas las mujeres que sufren violencia en múltiples contextos.

Amavir fue una de las primeras empresas españolas que se adhirieron al grupo "Empresas por una sociedad libre de violencia de género", auspiciado por el entonces Ministerio de Sanidad e Igualdad del Gobierno de España.

En el marco de este día, las residencias de Amavir organizaron diversos actos, con la participación de mayores, familiares y profesionales. Se confeccionaron carteles y murales en los talleres de terapia ocupacional que se colgaron en las paredes de los centros. Se programaron también charlas, conferencias, proyecciones audiovisuales y lecturas de poemas alusivos a la lucha contra la violencia de género y se repartieron también lazos y globos morados.

Asimismo, se han elaborado en distintos centros vídeos con las opiniones y mensajes de los mayores animando a las mujeres que sufren esta violencia a que denuncien, intentando trasladarles el valor necesario para hacerlo y también su solidaridad y cariño. Por último, en algunos centros, mayores y profesionales se han sumado a las concentraciones convocadas por los ayuntamientos de sus municipios.

Nos unimos al Día Internacional contra el Cambio Climático

El pasado 24 de octubre se celebró el Día Internacional contra el Cambio Climático, una efeméride que nos recuerda que todos podemos poner nuestro granito de arena para cuidar de nuestro planeta.

Las personas mayores, que han vivido siempre muy cerca del mundo rural, quieren también hacer oír su voz para procurar un mundo mejor a sus nietos. Es por eso que varios de nuestros residentes protagonizaron un vídeo, bajo el título de "Protegiendo su legado", en el que nos animan a tomar medidas en nuestro día a día para luchar contra el cambio climático.

Puedes ver el vídeo en nuestra web y en nuestro canal de YouTube.

Así se trabaja en las salas multisensoriales de Amavir

La implantación de estas salas se está terminando de acometer en todos los centros.

Las salas multisensoriales son espacios interactivos diseñados para el desarrollo de actividades que estimulen a los usuarios a través de los sentidos. Estas actividades están planificadas teniendo en cuenta las circunstancias y necesidades de los usuarios que participan en ellas. El objetivo es fomentar la relajación del mayor o la activación, según el caso, y disponen de materiales que activan cada una de sus capacidades sensoriales: visuales, auditivas, táctiles, gustativas y olfativas.

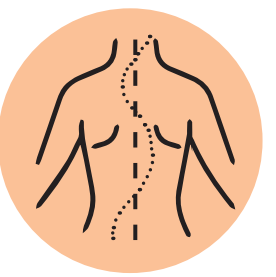
Por ejemplo, para la estimulación auditiva se usan instrumentos o paneles musicales; para la estimulación visual, tubos de burbujas o fibras ópticas; y para la estimulación táctil, telas de diferentes texturas u objetos de diferentes formas.

A través de estas salas, los usuarios trabajan también la expresión y el uso del lenguaje, la memoria, la concentración, el razonamiento, el fortalecimiento de la musculatura o el control del movimiento, entre otros.

Beneficios de las salas multisensoriales

> Estimulan y mantienen las capacidades sensoriales del mayor

> Mejoran sus capacidades sociales



> Mejoran su movimiento y postura corporal

> Favorecen su concentración

> Disminuyen el estrés y mejoran su estado de ánimo

> Favorecen su autoestima y su autonomía

Profesionales de Amavir participan en un congreso de la Universidad Rey Juan Carlos

Profesionales de la residencia Amavir Alcorcón han participado en el VIII Congreso de Competencias Interdisciplinares en Ciencias de la Salud, organizado por esta universidad madrileña. La directora y la médica del centro fueron invitadas para hablar sobre el abordaje interdisciplinar en las residencias de mayores durante la pandemia.

Nuestra compañera Elena Rincón, en la junta directiva del Colegio de Enfermería de Navarra

Elena Rincón Ayensa, coordinadora de Enfermería de la residencia Amavir Mutilva, ha sido elegida vocal de la nueva junta directiva del Colegio Oficial de Enfermería de Navarra, la corporación profesional más numerosa de la región. Elena, diplomada en Enfermería por la Universidad de Navarra, se incorporó a la compañía en 2002.

Patrocinamos la jornada sobre trabajo social sanitario en la Complutense

Amavir ha sido uno de los patrocinadores de la jornada "Cara a cara con el trabajo social sanitario: desde la gestión hacia la humanización en el final de vida", celebrada en la Universidad Complutense de Madrid y organizada por la Asociación Española de Trabajo Social y Salud (AETSYS).

Amavir colabora en las XII Jornadas sobre Alzhéimer del Corredor del Henares

Con motivo del Día Mundial del Alzhéimer, Amavir colaboró en las jornadas organizadas por la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzhéimer, Parkinson y otras demencias del Corredor del Henares, tituladas "El Alzhéimer post-pandemia". El evento se celebró en el Hospital Universitario del Henares.