

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



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 cen-

tros 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 subra-

yó 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.



Centro con plazas
concertadas con

Comunidad de Madrid

ACTUALIDAD

Vuelven las actuaciones a Amavir Coslada

Celebraciones que mejoran la calidad de vida de nuestros mayores.

Después de casi dos años sin poder realizar celebraciones con actuación en el centro, por fin vemos la luz y nos atrevemos a invitar a diferentes artistas que nos divierten, nos alegran y nos dan ese rayito de ilusión que nos hacía tanta falta. Volvemos a sentir que las malas noticias y el confinamiento se van despidiendo de nuestros días. Continuamos con las medidas de prevención que se estipulan y con la tercera dosis de la vacuna contra la COVID-19, para que podamos estar aún más protegidos y más cerca de conseguir la ansiada normalidad. Hemos disfrutado de actuaciones como la de Catherine y Antonio Marcos, o la de Julio Molina, que nos han hecho pasar unos momentos maravillosos. Hemos bailado, cantado, reído y disfrutado como hacía mucho tiempo no lo hacíamos. Esperamos poder seguir contando con artistas y actuaciones que nos hagan pasarlo bien y disfrutar de buenos momentos.



Actuación de Catherine y Antonio Marcos.

Conmemoramos el Día Mundial del Alzheimer

Diferentes actividades para guardar recuerdos importantes.

Como cada año, en nuestro centro hemos realizado actividades encaminadas a conmemorar el día Mundial del Alzheimer, una enfermedad que nos rodea en nuestro día a día. En esta ocasión, hemos querido guardar de una manera simbólica un re-

cuerdo importante, algún acontecimiento que no queramos olvidar nunca. Para ello, llevamos a cabo un taller de manualidades donde realizamos una caja de papiroflexia llena de color morado, el color que simboliza este día. Tras recortar, doblar y pegar, escribimos en un papel ese recuerdo inolvidable y lo metimos en nuestra caja. Una actividad emotiva, ya que todas estas historias inundaron la sala de amor, amistad y nostalgia.



Ascensión con su manualidad.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Fisioterapia

Reeducación de la marcha y el equilibrio, reha-
bilitación funcional, movilizaciones pasivas, re-
habilitación del paciente con patología aguda y
psicomotricidad.

Terapia Ocupacional

Rehabilitación funcional, reeducación de las AB-
VDS, reeducación de las AIVDS, estimulación
cognitiva, movilizaciones pasivas y estimulación
multisensorial.

Psicología

Estimulación cognitiva con deterioro y sin dete-
rioro, estimulación multisensorial, reminiscen-
cia, música para despertar y alteración de con-
ducta.

Animación

Ludoterapia, actividades de ocio y tiempo libre,
actividades musicales y ergoterapia.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

24/12 Nochebuena.
28/12 Día de los Inocentes.
31/12 Nochevieja.

Enero

05/01 Reyes Magos.
18/12 Blue Monday.
21/01 Día internacional del abrazo.

Febrero

11/02 Carnaval.
14/02 San Valentín.
17/02 Miércoles de ceniza.

SERVICIOS

Peluquería

Jueves de 10:00 a 17:00 h.

Podología

Miércoles de 09:00 a 13:00 h.

Eucaristía

Domingos a las 12:00 h.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

02/12 Elisa Moral
02/12 Josefa Pastor
06/12 Concepción Esteban
06/12 Concepción La Puerta
09/12 Leocadio Rozalén
09/12 M.^a Ángeles Zarza
10/12 Genara Encinar
12/12 Basilio Prieto
15/12 Teresa Muñoz
18/12 Esperanza Apestegua
18/12 Carlos González
19/12 Alicia Francisca Montalbán
20/12 Dominga Almorox
20/12 Manuel de la Hoz
20/12 Josefa Mena
21/12 Sara Manso
25/12 Natividad Jiménez
28/12 Encarnación García
28/12 Matilde García
28/12 Victoria García
29/12 Miguel Chamochín

Enero

01/01 Eugenia Machicado
01/01 M.^a Luisa Morales
02/01 Carmen Palomino
02/01 Eloísa Roa
03/01 Pilar de la Obra
04/01 Fermín Torres
07/01 Alejandra Bretón
08/01 Ramona Aguirre
13/01 Kenia Argentina Belliard
14/01 Manuel Escudero
15/01 Elsa Domínguez
15/01 Anselma Luis
16/01 Marina López
18/01 Agustina Sánchez
19/01 Adela Muñiz
22/01 M.^a Carmen Aguilar
24/01 Carmen Paz Pérez
29/01 Francisca Martín
30/01 Mercedes Fernández
31/01 Petra Montero

Febrero

01/02 Antonio Martínez
04/02 José Roldán
06/02 Saturnino González
07/07 Josefa García
08/02 Felisa Avellaneda
08/02 Francisca de las Heras
09/02 María Gallego
09/02 M.^a Teresa Lanchas
10/02 Sotera Gonzalo
12/02 Baldomera Heras
13/02 Juliana Ascensión de Miguel
13/02 Concepción Llorente
15/02 Luisa Alfonso
15/02 Bienvenido Hernández
15/02 M.^a del Pilar Nombela
17/02 Florencio Parra
19/02 Tasiana Romero
20/02 José Jiménez
22/02 Encarnación Palomino
25/02 M.^a Victoria Merchante
27/02 Agustín Eliche
28/02 M.^a Nieves Castillo

HOY COMEMOS Victoria García

Pollo en
pepitoria

INGREDIENTES

Pollo troceado, ajos, cebolla, almendras, 1 cu-
chara de harina, 1 vaso de vino blanco y una 1
yema de huevo.

PREPARACIÓN

Dorar en la sartén el pollo troceado. Sofreír
los ajos y la cebolla y añadir la harina y las
almendras. En un mortero poner el sofrito y la
yema de huevo, machacar y remover hasta que
quede homogéneo. Agregar el vaso de vino
blanco y ponerlo en la sartén junto con el po-
llo, añadiendo un poco de agua. Cocer durante
unos minutos hasta conseguir que esté jugoso.
Salpimentar al gusto.



Victoria García, la cocinera.

SECRETOS DE MI TIERRA Kenia Argentina Belliard

Villafranca de los Barros, “la ciudad de la música”

Carmen Rincón, nuestra residente extremeña de 76 años nació en Villafranca de los Barros, Badajoz. Recuerda con mucho cariño su pueblo, conocido también como “ciudad de la música” y por sus vinos, el más famoso es Ribera del Guadiana. Carmen nos cuenta algunos recuerdos que tiene de su infancia de cómo ayudaba a sus padres en el campo. Por motivos laborales de sus padres, cuando ella tenía 13 años se vinieron a Madrid. Más adelante trabajó sirviendo casas y cuidando a niños, se casó con Primitivo y fruto de ese matrimonio tuvieron 3 hijos. Se quedó viuda muy joven, pero a pesar de las dificultades salió adelante dando lo mejor que tenía a sus hijos.



Carmen Rincón, nacida en Villafranca de los Barros.

AYER Y HOY



Antes

Rosa es una mujer muy activa. Estudió en la Universidad de París y trabajó en el Liceo Francés. Vivió muchos años en México. Le apasiona la literatura y se lo ha transmitido a sus hijos y nietos. Aunque ha trabajado mucho, sacaba tiempo para ir al teatro, a conciertos, o para viajar a diferentes países y ciudades, empapándose de las diferentes culturas y costumbres. Tras jubilarse, sufrió un ictus y decidió mudarse cerca del mar. Actualmente continúa leyendo y participa en el club de lectura.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Patricia Hernández-Rico



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Ya en este mes de noviembre, echamos la vista atrás y empezamos a hacer balance de todo lo vivido durante todos estos meses pasados; tiempo de cambios, de reflexiones, de despedidas y reencuentros, que han mantenido nuestras emociones a flor de piel. Pero, además de recordar, comenzamos a tener la vista puesta en otra época importante en la que pronto nos veremos inmersos, la Navidad. Esta festividad es sinónimo de celebración, un festejo que este año volveremos a vivir junto a los nuestros, pudiendo compartir momentos que, hace mucho tiempo, nos vimos obligados a dejar a un lado. Podremos olvidarnos del reloj y disfrutar de esas reuniones de horas que parecen de tan solo minutos, en las que recordar historias pasadas, y en las que empezar a crear nuevos recuerdos. Seguro que trataremos de exprimir cada segundo de cada día como nunca antes lo hemos hecho porque, en estos meses pasados, hemos aprendido a valorar lo importante que es aprovechar cada instante con nuestra gente. Intentemos recargar nuestra mente con energía positiva, recuperando el tiempo perdido y rodeándonos de risas, porque ya hemos tenido suficientes tristezas. Disfrutemos de esta época, pero no olvidemos cuidarnos. Un fuerte abrazo.

COSAS DE CASA

“Recuérdame con un beso todo lo que nos queremos”

Homenaje para conmemorar el Día Internacional de las Lenguas de Señas.



Nuestros residentes aprenden frases en lenguaje de signos.

En Amavir Coslada queremos mostrar nuestro apoyo a la causa y aportar nuestro granito de arena realizando un pequeño homenaje y celebrar conjuntamente el Día Mundial del Alzheimer y el Día Internacional de las Lenguas de Señas (21 y 23 de septiembre). Para ello confeccionamos un emotivo vídeo en el que nuestros residentes han aprendi-

do a interpretar en lengua de signos nuestra frase de cabecera: “Recuérdame con un beso todo lo que nos queremos”. Con esa frase mostramos la relación existente entre los dos días que celebramos: los buenos recuerdos que todos tenemos y el amor que sentimos hacia nuestros seres queridos representados con la universal lengua de sig-

nos. Para culminar la jornada disfrutamos de una entretenida sesión en la que aprendimos la lengua de signos a través de diversos juegos y divertidas actividades. Todo ello destinado a crear conciencia sobre la importancia de estos los lenguajes, ya que existen aproximadamente 70 millones de personas sordas en todo el mundo.

QUIÉN ES QUIÉN

Mirian Martín-Tesorero, fisioterapeuta

Tolerancia, compañerismo y dedicación.

Edad: 27 años.

En Amavir desde: 2021.

Lo mejor de Amavir: Los residentes.

Virtud: La paciencia.

Defecto: La tozudez.

Aficiones: Cine, manualidades y anime.

Libro: Corazón de tinta.

Película: Sutther Island.

Grupo de música: My Chemical Romance.

Comida favorita: Tosta de paté con mermelada.



RECUERDOS

Cebreros, lugar de bellos momentos

Agustina de 88 años, nuestra residente abulense, nos deleita con un bello recuerdo al coger una foto donde se encuentran sus cuatro hermanas y una prima en Cebreros. Nos habla de la boda de un familiar, nombra la Iglesia de Santiago Apóstol que es muy bonita y nos recomienda visitarla. También nos cuenta sobre los momentos tan agradables que pasó en un restaurante que actualmente es un hotel. Lo pasó muy bien rodeada de la familia. La foto le lleva a recordar sus visitas a la ermita y ver a la Virgen de Valsordo.

¡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.



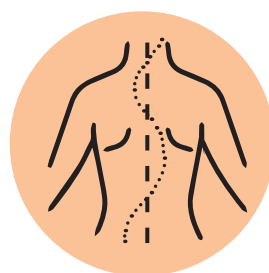
Beneficios de las salas multisensoriales



> 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 Interdisciplinarias 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 Alzheimer del Corredor del Henares

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