

# 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](http://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.





**ACTUALIDAD**

# Una “mariposa” para el Día de Todos los Santos y los fieles difuntos

Los cementerios se llenan de flores y se encienden velas en recuerdo de los que se han ido.

El 1 de noviembre se celebra el Día de Todos los Santos. Se trata de una fiesta religiosa. Sus orígenes se remontan a cuando el Papa Gregorio IV ordenó en el año 835 a todos los cristianos a que honrasen a los santos. Tras dicha festividad, el 2 de noviembre, se invoca a nuestros fieles difuntos ofreciendo de forma particular misas y rezos con velas encendidas para alivio de sus almas. Durante el mes completo se dedican triduos, seisenas, novenarios de rosarios y misas. Antiguamente había un tipo de vela llamada “mariposa”, que se encendía para los difuntos. Se ponían en un tipo de vasija con agua y aceite y lucían hasta ser consumidas. En torno a estos días existen varias tradiciones, principalmente visitar los cementerios y dejar flores a los difuntos. En algunos lugares, la noche de los difuntos se encienden velas en las casas para dar luz a las ánimas, quienes tienen permiso especial de los cielos para visitar a los familiares aún vivos. Además, se comen dulces típicos: huesos de santo, buñuelos y cas-



Un cementerio en el Día de Todos los Santos.

tañas. En Castilla-La Mancha destacan las gachas dulces elaboradas a base de agua, harina, anís y picatostes. En Fuente El Fresno, según la costumbre, si en el pueblo hay un difunto de cuerpo presente, se dice que no se elabo-

ran las gachas dulces ni las gachas de pitos, para evitar que este las remueva. Hay muchas tradiciones que, en ocasiones, están unidas a supersticiones de la cultura popular y que enriquecen nuestras fiestas.

## Castañas asadas para dar la bienvenida al otoño

**La tradición de los puestos de castañas y otros frutos secos en la Plaza del Mercado de Abastos en Tomelloso.**

Noviembre es un mes acompañado de muchas costumbres. Aparte de honrar a los difuntos con asistencias a misas y visitas al cementerio, la tradi-

ción de asar castañas para disfrutar del otoño está muy arraigada. En las plazas de muchos pueblos se instalan puestos de venta ambulantes de estos frutos. Además, en Tomelloso existe la tradición del “puñado”, se trata de la compra de frutos secos como castañas, nueces o higos en los puestos del mercadillo que se ponían en la calle Campo y en la Plaza del Mercado de Abastos. Una tradición que se remonta a varias generaciones.



Un puesto de castañas asadas.



AGENDA

ACT. ORDINARIAS

De lunes a viernes

Terapia Ocupacional

Gerontogimnasia (también el sábado), estimulación cognitiva con grupos de distintos niveles, laborterapia, tratamientos individuales, estimulación sensorial, psicomotricidad, valoración cognitiva y de ABVD, supervisión en planta de ABVD, realización de Planes de Atención Individual, supervisión de movilizaciones y ayudas técnicas en planta, organización de ocio terapéutico y atención a familiares.

Fisioterapia

Tratamientos individuales en sala de rehabilitación, tratamientos individuales en planta, supervisión del programa de paseos, valoración de marcha y equilibrio, supervisión de movilizaciones y ayudas técnicas en planta, colaboración en actividades de ocio terapéutico y atención a familiares.

Psicología

Tratamientos en planta, colaboración en ocio terapéutico, valoraciones y atención a familiares.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre y enero

Conmemoración del aniversario de la Constitución, actividades de celebración de Navidad, Fin de Año y Reyes. Actuaciones, salidas del centro (si fuera posible), talleres de laborterapia y de cocina, video fórum y bingos especiales.

Febrero

Bingo especial de cumpleaños y preparación de disfraces de carnaval en sesiones de laborterapia.

SERVICIOS

Atención espiritual

Según demanda, jueves, a las 11:00 h.

Peluquería

De lunes a miércoles, de 9:00 a 15:00 h.

Podología

Mensual, de 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 18:30 h.



CUMPLEAÑOS

Diciembre

- 02/12 Santiago Díaz
- 03/12 Francisca Úbeda
- 09/12 Concepción González
- 09/12 Leocadio Moraga
- 10/12 Teresa Raboso
- 11/12 Joaquina Quiralte
- 16/12 M.ª Josefa Lomas
- 16/12 Ascensión Ruiz

Enero

- 04/01 Carmen Carretero
- 06/01 Roberto Espí
- 08/01 Rosa Molero
- 16/01 Dolores Cepeda
- 19/01 Rafaela Cobo
- 20/01 Hipólita Uceda
- 26/010 Alfonsa Seco
- 31/01 Felisa Dorado
- 31/01 Antonia López
- 31/01 Alejandro Navarro

Febrero

- 03/02 Pilar Barrios
- 09/02 Luisa García
- 12/02 Luisa de la Calle
- 13/02 M.ª Juliana Jiménez
- 14/02 Hortensia Novillo
- 16/02 M.ª Pilar Amaya
- 17/02 Eugenia García
- 20/02 Angela Lara
- 22/02 Pedro Novillo
- 23/02 Josefa Jábega
- 28/02 Rafaela Martínez

HOY COMEMOS Patricia Magro Álvarez

“Huesos de santo”

INGREDIENTES

Azúcar, agua, almendras molidas, 4 yemas de huevo y azúcar glas.

PREPARACIÓN

Preparamos una masa de azúcar, agua y almendras molidas para formar el mazapán que nos servirá de cobertura para la yema de este dulce y le damos forma de “huesito”. Para la crema, hacemos un almíbar de agua y azúcar, le añadimos 4 yemas de huevo y removemos hasta que quede una masa espesa. La dejamos enfriar una hora. Después, con la ayuda de una manga pastelera, rellenamos los huesitos con la crema y espolvoreamos azúcar glas por encima. ¡Y a disfrutar de este dulce tan rico!





SECRETOS DE MI TIERRA Eva Serrano



La banda de música Santa Cecilia.

La banda de música Santa Cecilia de Tomelloso

La música es un lenguaje universal que nos alegra, nos conmueve y nos transporta a los recuerdos más importantes de nuestra vida. La banda de música Santa Cecilia está ligada a la historia familiar de Tomelloso. Los actos y fiestas más importantes de la ciudad siempre se han celebrado acompañados de la música de estos profesionales. Muchos de sus miembros son hijos, nietos y bisnietos de aquellos músicos que la iniciaron en 1917. Ellos han sido testigos y protagonistas de la historia reciente

de nuestro pueblo, contribuyendo al recuerdo colectivo de las familias. Quién no recuerda las procesiones de Semana Santa, la feria y la banda. Son vivencias que dan carácter a los vecinos y que nos acompañan toda la vida. Muchas familias están ligadas a la banda de música desde sus inicios como ha sido el caso de la familia de Eva Serrano, con su abuelo Manolo Malabá. Todos mantienen el hilo conductor de pertenecer a la banda de música Santa Cecilia: la gran familia de nuestro pueblo.

AYER Y HOY



Antes

José nos cuenta cómo ha cambiado la profesión de peluquero con el paso de los años. Siendo niño comenzó a trabajar con su padre, le ayudaba con los pequeños recados en la peluquería de caballeros familiar. Explica que antes, por lo general, los hombres no se dejaban barba y, en cambio ahora, la moda es arreglársela. Nos cuenta cómo afeitaba la barba con la navaja de barbero y cómo cortaba el cabello con el cortapelos manual, apretando las asas rápidamente para no producir tirones.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Ana Isabel Moyano



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Ahora que se aproximan las fechas de Navidad, quisiera aprovechar esta oportunidad para agradecer al personal del centro el esfuerzo en conciliar el cuidado de nuestros residentes con la atención a visitas y familias y la realización de actividades extraordinarias de ocio. Igualmente, quisiera dar las gracias a las familias por su colaboración, empatía y paciencia. Somos muchas personas las que hemos de actuar de forma coordinada para garantizar a los residentes todos los cuidados que necesitan al mismo tiempo que dinamizamos con actividades y favorecemos que socialicen y contextualicen su día a día. Todo esto es posible con la colaboración de todos en pro de nuestro máximo interés común, el bienestar de nuestros mayores. Y en ese empeño, continuamos adaptándonos a las circunstancias cambiantes de la situación sanitaria causada por el coronavirus, al tiempo que intentamos aplicar lo aprendido y hacerlo extensivo a otras enfermedades que, aunque de menor importancia y más conocidas, pueden llegar a causar importantes daños en la salud de nuestros residentes como son la gripe estacional, los rotavirus tan frecuentes en invierno, etc. La terrible pandemia nos ha llevado a implementar medidas higiénico-sanitarias que se han incorporado a nuestras rutinas, llegando para quedarse y siempre para lograr una mejor calidad de vida de las personas más vulnerables, nuestros mayores. De ahí que, aunque la incidencia de la COVID-19 disminuya, continuemos con algunas de estas medidas en la dinámica diaria con las que todos ustedes colaboran y lo agradecemos de todo corazón.



## COSAS DE CASA

# El servicio de lavandería, fundamental en la atención del paciente

**A diario se lavan 320 kg de ropa blanca y 94 kg de ropa de los residentes.**

En el servicio de lavandería, el lavado y planchado es muy importante en nuestra residencia. Este servicio es un apoyo indirecto a la atención del paciente, ya que la ropa puede ser uno de los principales focos de contaminación por el prolongado contacto con los usuarios y trabajadores del centro. El hecho de prestar una labor de estas características dentro del propio centro implica el cumplimiento de unos controles sanitarios muy estrictos para el lavado y desinfección de la ropa. Es por tanto imprescindible cumplir al máximo con las exigencias anteriormente expuestas. La ropa debe ser cómoda y estar higiénicamente limpia. En el centro residencial Don Quijote, disponemos de un Departamento de Lavandería, que consta de dos lavadoras de 40 kg, una de 7 kg, tres secadoras industriales, una calandra y una plancha industrial. A diario, se lavan en la residencia 320 kg de ropa blanca (sábanas, toallas, baberos y almohadas) y 94 kg de ropa de residentes. A estos hay que sumarle todos los extras que suelen surgir como colchas o edredones, cortinas o mantas. La lencería del cen-



La lavandería del centro.

tro está identificada por planta y la ropa de los residentes debe estar con el número asignado al ingreso mediante una etiqueta impresa o bordado en la prenda, ya que son los únicos métodos que resisten el lavado industrial.

## QUIÉN ES QUIÉN

## Ana Vanesa Nieves, peluquera

**“Es muy gratificante ver que con mi trabajo les saco una sonrisa a muchos residentes o me hacen alguna muestra de cariño”**

**Edad:** 40 años.

**En Don Quijote desde:** 2021.

**Lo mejor de Don Quijote:** Los residentes.

**Virtud:** Afectiva.

**Defecto:** Despistada.

**Aficiones:** Viajar, bailar, montar en bici y nadar.

**Libro:** El día que se perdió la cordura de Javier Castillo.

**Película:** Coco.

**Grupo de música:** David Bisbal.

**Comida favorita:** Mexicana.



## RECUERDOS

## La matanza

Antiguamente se compraba un lechón en verano para engordarlo y a partir de San Andrés, el 30 de noviembre, se podía sacrificar. Era lo que se conocía como “la matanza”. El precio del lechón dependía del tamaño, pero rondaba las 500 pesetas.

La matanza duraba un par de días y llevaba mucho trabajo. Se solía realizar en las propias casas y se reunía a toda la familia para ayudar en la faena.

Así, haciendo honor al refrán “Del cerdo, hasta los andares”, se aprovechaban todas las partes del animal, disponiendo de un buen surtido de carne, embutidos y jamones para mucho tiempo.



# ¡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.



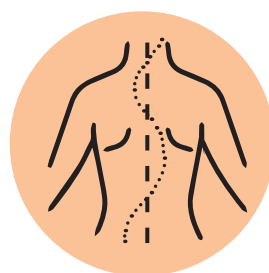
## Beneficios de las salas multisensoriales



> 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.