

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.

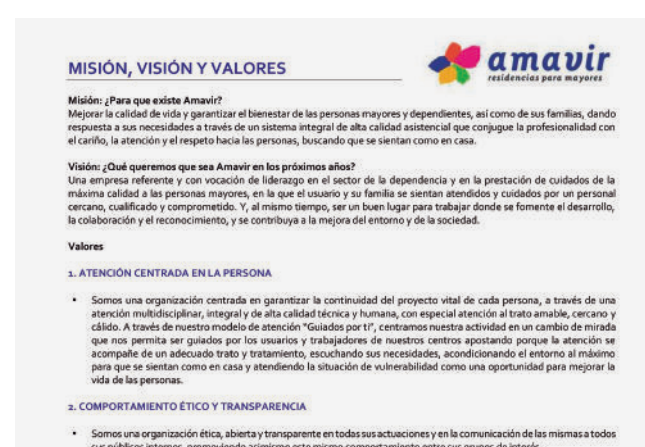
Aprobada la revisión de los documentos de “Misión, Visión y Valores” y la “Política Integrada” de Amavir

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 conJunta de
Castilla y León

ACTUALIDAD

Nuestros residentes: unos expertos en el arte de vendimiar

Una jornada de canto, baile, actuación del grupo “La Bien Pagá”, mosto y queso de la tierra.

Con las 5 Denominaciones de Origen y las tres Rutas Certificadas que posee Valladolid, desde El Encinar del Rey no podíamos dejar pasar nuestra tradicional fiesta de la vendimia. A mediados de octubre, desarrollamos un programa especial sobre la cosecha con distintas actividades. A través de un taller de viajes visitamos de manera virtual las rutas de las denominaciones de origen de nuestra provincia: Ribera del Duero, Cigales, Rueda, Toro y Tierras de León, donde aprendimos a diferenciar los distintos vinos. Además, los residentes pudieron pisar la uva de manera tradicional en unos lagares un poco “especiales”. Muchos de los participantes demostraron ser grandes expertos en el arte de vendimiar. Tras degustar el dulce mosto, acompañado de queso de la tierra, pasamos a la parte más festiva de esta completa jornada donde cantamos, bailamos y disfrutamos de la actuación del grupo de variedades “La Bien Pagá”.



Uno de los momentos de la celebración de nuestra fiesta de la vendimia.

Un vídeo solidario para el Día Internacional del Cáncer de Mama

Muchos ensayos y un gran trabajo de coordinación para celebrar este día.

El 19 de octubre se celebró el Día Internacional del Cáncer de Mama, una iniciativa de la Organización Mundial de la Salud en la que también quisimos formar parte. Los residentes de El Encinar del Rey son conscientes de la importancia de la detección precoz del cáncer de mama, por lo que realizaron un precioso vídeo que hemos colgado en redes sociales. Han ensayado durante varias sesiones de terapia ocupacional con mucha ilusión para dar su apoyo a las mujeres que luchan contra la enfermedad, pero también a las organizaciones de ayuda y, por supuesto, a los investigadores. Fue todo un reto y mucho trabajo para conseguir que la coordinación de todos los participantes fuese perfecta. El resultado mereció la pena.



Grabación del vídeo.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Taller de Buenos Días

Orientación a la realidad, taller de prensa y gerontogimnasia.

Terapia Ocupacional

Actividades de la vida diaria, estimulación sensorial y cognitiva, taller de memoria y motricidad.

Psicología

Reminiscencia, habilidades sociales, estimulación cognitiva y sensorial y terapias grupales.

Fisioterapia

Electroterapia, terapia respiratoria, mecanoterapia, cinesiterapia y reeducación de la marcha.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

Matanza castellana.
Celebraciones de Navidad.

Enero

Cotillón de Año Nuevo.
Cabalgata de Reyes.

Febrero

Águedas.
Carnaval.

SERVICIOS

Farmacia

De lunes a viernes de 10:00 a 14:00 h.

Peluquería

Martes, miércoles, jueves y viernes de 09:30 a 13:30 y de 16:30 a 19:00 h..

Podología

Martes, con frecuencia semanal.

Servicios religiosos

Sábados a las 12:00 h.

Cafetería

De lunes a sábado de 10:00 a 15:00 y de 17:30 a 20:30 h.

CUMPLEAÑOS

Diciembre

- 03/12 Lourdes Paraíso
- 04/12 Emma Noriega
- 05/12 Concepción Agüero
- 08/12 Purificación Blanco
- 08/12 Macario Romero
- 13/12 Mariano Cortés
- 15/12 África Santa Cruz
- 17/12 Benita Fajardo
- 18/12 Visitación Zamora
- 19/12 Felisa Hernández
- 19/12 José Luis García
- 22/12 Ángeles Costilla
- 23/12 Mercedes del Castillo
- 24/12 Lucía Pérez
- 25/12 María Momblanc

Enero

- 01/01 Baltasar Fernández
- 05/01 Piedad Rodríguez
- 11/01 Carlos Solís
- 13/01 Eduardo Alonso
- 13/01 Carmen Martín
- 16/01 Basilia Paunero
- 17/01 Antonia Cobos
- 21/01 Rosa González
- 24/01 Mariano de Juana
- 26/01 Pablo Martín
- 27/01 Eulalia Ávila
- 28/01 Francisca Concepción Arribas
- 28/01 Valentín Salvador
- 30/01 María Valín

Febrero

- 02/02 Teresa Redondo
- 02/02 María Villanueva
- 05/02 Ángeles Izquierdo
- 08/02 Teresa González
- 08/02 Abilia Herrero
- 11/02 Lourdes Yagüe
- 11/02 Petra Marchena
- 13/02 Ángel Cimarra
- 14/02 Amparo Vela
- 17/02 Ana M.ª Domínguez
- 19/02 Pilar Rodríguez
- 20/02 Asunción Reglero
- 22/02 Abilia Garabito
- 23/02 Mercedes Rivera
- 24/02 Julia Gutiérrez
- 26/02 Eusebia Martín
- 26/02 Juliana González

HOY COMEMOS Soledad del Barrio

Croquetas de jamón

INGREDIENTES

Leche, harina, sal, huevos, pan rallado, mantequilla y aceite.

PREPARACIÓN

Picamos el jamón en taquitos. Ponemos en la sartén mantequilla y harina, removemos y agregamos la mitad del jamón. Muy despacio, vamos añadiendo la leche a chorritos. Cocemos los huevos y los picamos muy finamente. Cuando la bechamel esté casi lista, añadimos el resto del jamón y el huevo duro picado. Hacemos las croquetas, las pasamos por huevo batido y pan rallado y las freímos.



SECRETOS DE MI TIERRA



La Plaza Mayor de Valladolid de noche.

La Plaza Mayor, protagonista de varios largometrajes y otras curiosidades

La Plaza Mayor de Valladolid es un lugar de encuentro. En sus inicios se llamaba Plaza del Mercado, ya que los diversos gremios y oficios se organizaban partiendo de este lugar. Su diseño pertenece a la arquitectura renacentista y fue reconstruida tras un incendio de 1561. En el centro encontramos un

monumento en honor al Conde Ansúrez. Por otro lado, en la fachada del Ayuntamiento se observan roturas y orificios de los disparos de la Guerra Civil. La plaza se ha convertido en protagonista de diversos largometrajes como ‘Soldados de plomo’, ‘Monseñor Quijote’ o ‘Un buen día lo tiene cualquiera’.

AYER Y HOY



Antes

Mercedes Pérez nació en Rubí de Bracamonte. Fue la segunda de seis hermanos. Se casó en 1959 con José Antonio y tuvo 6 hijos, dedicándose a ellos en cuerpo y alma y en especial al pequeño, Boni, que es quien más la necesitaba. Es una madre y abuela entregada con sus 9 nietos, y a la que nunca le falta la sonrisa ni las ganas de comer un poco de chocolate.



Después

CARTA DE LA DIRECTORA

Luz M.ª Pelayo



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Llegamos a la recta final del año con la tercera dosis de la vacuna puesta y con mayor apertura y flexibilidad en las visitas. Otro año más conviviendo con una pandemia que ha llegado para quedarse, pero en estas líneas quiero destacar el comportamiento ejemplar de uno de los sectores más castigados en todos los niveles: el de los residentes. Ellos han sufrido confinamientos más duros que el resto de la sociedad por la importancia de intentar protegerlos y, aun así, cuando el virus entró en la residencia fue inevitable que hubiera contagios. Todos hemos hecho un sobreesfuerzo; los que trabajamos aquí y nos vamos cada día a casa con miedo de qué pasará; las familias esperando noticias; pero en el caso de nuestros mayores, ellos lo vivieron desde sus habitaciones, sin poder ver a sus familias y con una rutina totalmente cambiada. Nos han demostrado que siempre sacan fuerzas que aún tienen ganas de darnos ánimos a los demás, de regalarnos una sonrisa y de hacernos más llevadera una situación en la que ellos fueron los más perjudicados. Dicen que la experiencia es un aprendizaje, y una vez más nuestros residentes nos han dado una lección de vida. Gracias.

COSAS DE CASA

La importancia del etiquetado para el servicio de lavandería

Todas las prendas y objetos deben estar correctamente identificados para evitar pérdidas.

Desde el comienzo de la estancia en la residencia insistimos en la importancia de que toda la ropa esté perfectamente marcada con el nombre y apellidos del residente, así evitamos pérdidas, ya que en esta casa somos muchos, y en la lavandería cada día se trabaja con cientos de prendas. Una ropa no etiquetada es una prenda perdida con el consiguiente disgusto y malestar del residente y las familias. Lo mismo ocurre con otros objetos como bastones, andadores, entre otros, que también deben llevar una pegatina identificativa. Cada prenda u objeto debe ir con una etiqueta en la que tenga el nombre y apellido debidamente cosida o pegada. De esta manera, tras su lavado y planchado, se coloca en una caja personalizada y se devuelve al armario correspondiente. Para más facilidades, la residencia cuenta con un servicio de etiquetado termosellado que facilita esta labor a las familias.



Etiquetas de la casa.

QUIÉN ES QUIÉN

Alberto Toribio, regente de la cafetería

“Me encanta escuchar las anécdotas de los residentes. De ellos aprendes que, ¡viva la vida!”

- Edad:** 46 años.
- En Amavir desde:** 2005.
- Lo mejor de Amavir:** Conoces a mucha gente interesante.
- Virtud:** Generosidad.
- Defecto:** Maniático.
- Aficiones:** Fútbol y cultura egipcia.
- Libro:** El código Da Vinci.
- Película:** Stargate.
- Grupo de música:** Celtas cortos.
- Comida favorita:** Arroz.



RECUERDOS Julia González

Curiosidades lingüísticas

- La palabra más extensa de la Real Academia Española contiene 23 letras y es “electroencefalografista”.
- “Reconocer” se lee igual de izquierda a derecha, que de derecha a izquierda.
- El término “estuve” contiene cuatro letras consecutivas por orden alfabético: s, t, u y v.
- Palabras con las 5 vocales: Murciélago, arquitecto, euforia, Aurelio, auténtico, abuelito, reticulado, arquetipo, reumático, repudiado, esquilado, enunciado, ecuación, encubridora, comunicante, adulterio, estimulador, peliagudo, irresoluta, jerárquica, meticulosa, educación y eucalipto.

¡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.



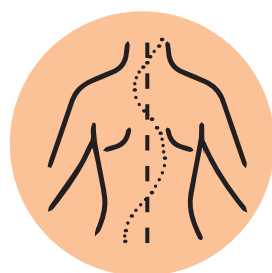
Beneficios de las salas multisensoriales



> 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 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.