

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

17 ° aniversario, un año más para Amavir Getafe

Olimpiadas por equipos, actuaciones musicales, películas y mucho más para celebrar el cumpleaños del centro.

El pasado 5 de octubre tuvimos el honor de volver a celebrar un nuevo año en la residencia. Llevamos 17 años juntos sumando nuevas experiencias y vivencias que nos siguen uniendo para superar las adversidades que se presenten. Comenzamos la semana haciendo unas olimpiadas por equipos, donde realizamos diferentes categorías como la petanca, el baloncesto, el paracaídas y los bolos. Pasamos una mañana agradable donde aparte de hacer gimnasia disfrutamos jugando en grupo. Por la tarde contamos con la actuación de Pedro Morales, quién

nos deleitó con su voz al son de la música que más nos gusta y nos hizo mover el esqueleto. Cabe destacar que, durante el baile, mencionamos y dimos un detalle a nuestros centenarios de este año: Concepción Pinillos, Teresa Domínguez, Milagros Rodríguez, Eustaquio Martín y Alejandra Gómez. El día siguiente, vimos una película que nos hizo viajar al pasado, un clásico de los clásicos: “Con faldas y a lo loco”, una comedia que nos hizo reír a carcajadas. Los dos días siguientes tuvimos nuestra ya habitual paella y sangría fresquita en el patio de la residencia, haciéndonos pasar una agradable velada. Y, para terminar la semana de celebración, hicimos un bingo por megafonía con una bingüera especial, nuestra compañera Mamen, que hizo que todos nuestros residentes disfrutaran como niños. ¡Sigamos sumando años juntos! ¡Feliz aniversario!



Celebrando el 17º aniversario de nuestro centro.

Vuelve el programa intergeneracional Duplos

Los alumnos de la universidad Carlos III retoman las actividades con los residentes.

Este curso académico volvemos a contar con los alumnos de la universidad Carlos III, que han retomado las actividades con los residentes en el marco del programa Duplos. Desde octubre hasta el verano de 2022, grupos reducidos de estudiantes llevarán a cabo dinámicas con los mayores con el fin de estimular sus capacidades, aprender cosas nuevas, crear lazos, mejorar el estado de ánimo, etc. Para los estudiantes también supone un aprendizaje a todos los niveles, pero sobre todo se dan cuenta de que cada persona mayor tiene sus inquietudes, valores, gustos y preferencias, como cualquier persona de otro grupo de edad. No son todos iguales.



El programa Duplos en acción.

AGENDA

ACT. ORDINARIAS

Terapia Ocupacional

Estimulación cognitiva, terapia funcional, entrenamiento en Actividades Básicas de la Vida Diaria (ABVD's), estimulación sensorial, psicomotricidad, laborterapia, donde realizamos diferentes talleres de costura, pintura, repostería; lectura de prensa, orientación a la realidad y programas intergeneracionales.

ACT. EXTRAORDINARIAS

Diciembre

Durante todo el mes: talleres preparando la Navidad.
Salida visita belén de Getafe.
Fiesta de cumpleaños.

Enero

Excursión fábrica de cerveza .
Fiesta de cumpleaños.

Febrero

Taller preparación Carnaval.
Fiesta de Carnaval y cumpleaños.
Aperitivo Día de la Sardina.

SERVICIOS

Peluquería

Lunes y miércoles de 9:30 a 13:30 y de 14:30 a 18:30 h. Viernes de 9:30 a 13:30 h.

Podología

Cada 15 días atendiendo las necesidades de nuestros residentes, ya sea por petición propia, familiar o de pauta médica.

Eucaristía

Todos los sábados por la tarde y en fechas especiales como Semana Santa y Navidades. Horario a las 10:00 en invierno y a las 11:00 en verano. Por petición de los familiares, el sacerdote también imparte servicios adicionales.



HOY COMEMOS Felisa Delgado

Guiso de ternera

INGREDIENTES

Ternera en dados, patatas, pimientos verdes, ajo, sal y perejil.

PREPARACIÓN

Doramos los tacos de ternera en la cazuela con un poco de aceite. Una vez listos, añadimos 2 dientes de ajo enteros machados con perejil y los pimientos verdes a tiras, dejamos que se ablanden unos minutos. Tras ello echamos el caldo de carne y dejamos cocinar 45 minutos. A mitad de la cocción, añadimos las patatas en dados, para que no queden demasiado blandas. Probamos y rectificamos de sal si fuera necesario.



CUMPLEAÑOS

Diciembre

- 03/12 Isabel Hernández
- 05/12 Carmen Osma
- 05/12 Rosa Teresa Garay
- 07/12 M.ª Concepción Atienza
- 07/12 Isabel Fernández
- 08/12 Rita Bravo
- 10/12 Filomena Aranda
- 10/12 Miguel Rodríguez
- 11/12 Pilar Martínez
- 11/12 Daniela Reyes
- 12/12 Dionisio Díaz
- 15/12 M.ª Dolores Rodríguez
- 17/12 M.ª Paz Moreno
- 17/12 Luis Alcalde
- 20/12 Julia García
- 29/12 Concepción Baños

Enero

- 01/01 M.ª Luisa Mayo
- 03/01 M.ª Francisca Muñoz
- 03/01 Celestina López
- 04/01 Carmen Sanz
- 07/01 Felisa Delgado
- 10/01 Ramona Neila
- 11/01 Elia García
- 14/01 Juliana Rubio
- 14/01 Victorina Monge
- 15/01 Conrado Villarreal
- 17/01 M.ª Ángeles Muñoz
- 20/01 Ángeles Cubillo
- 23/01 Víctor Oporto
- 23/01 Antonia Gálvez
- 26/01 Segundo Martín
- 26/01 Pilar Iba
- 31/01 Carmen Conejo

Febrero

- 02/02 Purificación París
- 04/02 Agustina Ortega
- 05/02 Gregoria Fernández
- 06/02 Antonia Yuste
- 07/02 Julia León
- 09/02 Alejandra Gómez
- 09/02 M.ª Petra García
- 11/02 Rosa Guzmán
- 11/02 María Villarubia
- 13/02 Pedro Jaut
- 15/02 José Luis Lora
- 22/02 Teresa Díez
- 22/02 Natividad Gómez
- 24/02 Emilio Conejo
- 25/02 Basilia Ramos
- 27/02 Alejandro Quintana
- 27/02 Catalina Moreno

SECRETOS DE MI TIERRA Remedios Chaves



Foto panorámica de Bonilla de la Sierra.

Bonilla de la Sierra

Situado en Ávila, en el Valle de Corneja y con unas majestuosas vistas a la Sierra de Gredos, se ubica el pueblo del que nos habla Remedios Chaves: Bonilla de la Sierra. Es un pueblo hecho con piedra donde huele a leña quemada, a judiones de Ávila bien guisados, a patatas revolconas y, por

supuesto, a campo. Los nidos de cigüeña flanquean los alrededores y el río Corneja serpentea la zona sur, aportando de fondo el sonido de sus aguas. En el centro del pueblo se levanta la Colegiata de San Martín de Tours, calificada como una auténtica obra maestra.

AYER Y HOY



Antes

Elia García tiene 84 años y nació en Los Navalmorales, Toledo. Como se suele decir en los pueblos de alrededor, es “chocolatera” y viene de la familia de “los Borregue”, una familia querida por todos. Elia vino a Madrid sobre los años 60 junto a sus padres. Durante su vida ha trabajado en una fábrica de antenas, ha sido modista y tintorera. Se casó y tiene una hija que se llama Eva. Elia lleva con nosotros un año. Es una persona muy amable a la que le encanta el baile y la música.



Después

CARTA DEL DIRECTOR

Alfredo Lobato



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Ya hemos dejado atrás el mes de octubre que ha sido un mes con muchas emociones. Llegó la fiesta del 17º aniversario de Amavir Getafe recuperando la alegría que el año pasado no pudimos disfrutar, con la actuación de Pedro Morales, un asiduo a nuestras fiestas aniversario. Desde nuestra apertura, han sido muchas las personas que han decidido vivir y trabajar con nosotros y estamos orgullosos de que todavía hoy, residentes y trabajadores que se incorporaron entonces, continúen en la residencia. Pero el mes de octubre no se quedó ahí, recibimos una visita muy especial, el de Sara Hernández, nuestra alcaldesa. La normalidad cada vez está más cerca, debemos seguir teniendo cuidado y manteniendo las medidas de seguridad, y seguir usando mascarillas en interior, pero cada vez está más cerca el fin de las mismas. La Navidad está ya muy cerca y quisiera desearos unas felices fiestas y unos maravillosos días junto a los que más queréis.

COSAS DE CASA

Tercera dosis de la vacuna para sentirnos más seguros

Después de seis meses de la segunda dosis, el pasado mes de octubre se administró la tercera dosis de refuerzo a la mayoría de los residentes.

Diferentes estudios demuestran que la tercera dosis de la vacuna frente a la COVID-19 aumenta la capacidad de producción de anticuerpos. Con este nuevo gran paso, podemos sentirnos un poquito más seguros y poco a poco ir creando nuestra nueva normalidad. Los residentes asumieron esta dosis como un chute de energía, y, aunque con algunos efectos secundarios, vieron esta nueva vacuna como algo positivo para su bienestar. De esta manera, siguen disfrutando de las visitas de sus familias y de actividades que, gracias a todo el esfuerzo realizado, podemos ir retomando en nuestro centro. Estamos muy contentos porque algunos residentes reticentes se han animado a ponerse la primera dosis. Esto supone que tenemos vacunados al 100 % de nuestros residentes. Aun así, este virus seguirá con nosotros un tiempo, por ello, y para que su casa sea segura para nuestros mayores, seguimos teniendo mucho cuidado y siguiendo las pautas que nos indican.



Vacuna frente a la COVID-19.

QUIÉN ES QUIÉN

Claudia Larco, médica

“Me gusta el trato con los residentes”.

Edad: 31 años.

En Amavir desde: 2021.

Lo mejor de Amavir: Poder conocer a los residentes.

Virtud: La empatía.

Defecto: Soy olvidadiza.

Aficiones: Leer.

Libro: Muchas vidas, muchos maestros.

Película: Lo imposible.

Grupo de música: Greeicy.

Comida favorita: Lomo saltado.



RECUERDOS Antonia López

Mis años en Suiza

“Mi marido y yo pasamos cinco años con sus cinco inviernos suizos trabajando en este país. Yo estuve en una fábrica de mermeladas y él como ajustador, más concretamente en el Cantón de Argovia. Como allí se hablan varios idiomas, pudimos elegir cuál aprender, así que mi marido se decantó por aprender alemán y yo por el italiano, que es más parecido al castellano y me resultaba mucho más fácil. Guardo muy buen recuerdo de estos años, entre otras cosas porque en esta época nacieron mis hijos, el mayor aquí en España y la pequeña en Suiza, ¡con solo once meses de diferencia!”.

¡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.



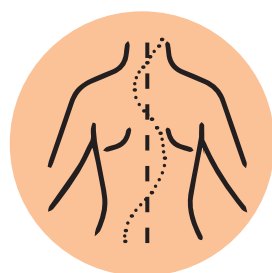
Beneficios de las salas multisensoriales



> 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.