

# 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)

**MISIÓN, VISIÓN Y VALORES**

**Misión:** ¿Para qué 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 “Guíados por ti”, centramos nuestra actividad en un cambio de mirada que nos permite ser guíados por los usuarios y trabajadores de nuestros centros apostando porque la atención se acompaña 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 cen-

tos 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**

# Celebramos el Día Mundial del Alzhéimer

## ¡Día repleto de actividades!

Como cada año, en el centro se celebra el Día Mundial del Alzhéimer. En esta ocasión decidimos realizar diferentes actividades adaptadas a las características de las unidades de convivencia. Pasamos un día repleto de acción mediante técnicas que nos ayudan a trabajar en el cuidado de las personas mayores a la vez que sensibilizamos y damos visibilidad a esta enfermedad. En "Rosas" realizamos un bingo musical, fomentando el ocio y la participación social. En "Olivos" encaminamos la intervención hacia una sesión multisensorial. En la unidad de convivencia de "Olmos" proyectamos una sesión de trabajo donde el foco estaba en la técnica de la reminiscencia, que favorece la evocación de recuerdos del pasado. En "Jazmines", durante la tarde, nos decantamos por una jornada de psicomotricidad en el jardín, aprovechando el buen tiempo que aún nos acompañaba. En la unidad de "Paseo del Mar" la celebración de este día fue a través de la "musicoterapia" como técnica encaminada a la evocación de recuerdos a través de la música.



Todo un placer verlos disfrutar así.

# Formamos parte del jurado del concurso "Cultivando el Huerto 2021"

## Nos convocaron como tribunal por resultar premiados la pasada edición.

Desde la Dirección General de Atención al Mayor y a la Dependencia nos ofrecieron formar parte del jurado para el concurso "Cultivando el Huerto" 2021, después de que resultásemos premiados en la anterior edición, algo de lo que nos sentimos muy orgullosos. Fue toda una responsabilidad la tarea encomendada, por ello, desde el centro organizamos una sesión de visualización de los huertos concursantes para elegir cual sería nuestra apuesta ganadora, así como el segundo, tercer puesto y menciones especiales. El 30 de septiembre, participamos en una sesión por videoconferencia con el resto de centros que conformaban el jurado y juntos tomamos las decisiones finales.



Juntos elegimos al ganador.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Animación

Se realizan actividades de lunes a viernes en horario de mañana. Sesiones de gerontogimnasia, bingo, juegos de mesa y celebración de cumpleaños.

#### Fisioterapia

Se realizan actividades de lunes a viernes en horario de mañana y tarde. Tratamientos de rehabilitación, reeducación de la marcha, equilibrio y fracturas.

#### Terapia Ocupacional

Se realizan actividades de lunes a viernes en horario de mañana y tarde. Psicomotricidad, estimulación cognitiva y sensorial, atención centrada en la persona, eliminación de sujeciones físicas y actividades significativas.

## SERVICIOS

#### Peluquería

De lunes a viernes de 9:00 a 13:00 h.

#### Podología

Una vez al mes y según necesidades.

#### Servicio religioso

Misa Dominical (actualmente por TV).

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Diciembre

Decoración del centro, celebración cumpleaños, merienda especial, comida de Navidad, entrega de obsequios, fiesta de fin de año, preuvas y actuación musical.

#### Enero

Vienen SS. MM. los Reyes Magos, celebración cumpleaños, merienda especial, celebración del Día Mundial del Abrazo (virtual) y taller de manualidades invernales.

#### Febrero

Celebración cumpleaños, merienda especial, taller/celebración Carnaval, taller/celebración San Valentín y celebración del Día Mundial de las Legumbres.



## HOY COMEMOS Beatriz Cuenca

# Flan a la taza

#### INGREDIENTES

15 ml de agua, 1 cucharadita de azúcar, 1 huevo, 3 cucharadas de leche condensada, esencia de vainilla y 120 ml de leche.

#### PREPARACIÓN

Ponemos el agua y el azúcar en una taza y metemos al microondas hasta caramelizar. En un bol vertemos los demás ingredientes, batimos y echamos a la taza. Ponemos en el microondas otros 3 minutos. Sacamos y cubrimos con un plástico, dejamos reposar por 10 minutos y lo metemos en la nevera 2 horas.



## CUMPLEAÑOS



#### Diciembre

03/12 Felipe Cortés

05/12 Julián Pastor

18/12 Avelina Díaz

27/12 Salvador Cerro

31/12 Petra Delgado

#### Enero

01/01 Antonia Fernández

04/01 María Josefa Salas

06/01 Adoración Luengo

07/01 Ana Rosado

13/01 M.ª Teresa Fernández

17/01 Ascensión Catalán

18/01 María Gutiérrez

19/01 Evangelina Camino

22/01 Enrique Gómez

22/01 M.ª Concepción Martín

29/01 Martina Criado de las Heras

31/01 José Calle

#### Febrero

02/02 Juan Prieto

04/02 Eusebia Ortega

05/02 Invención González

05/02 Antonia Latorre

06/02 Víctor Manuel Martínez

08/02 Virtudes Liñán

11/02 Dolores Pacheco

14/02 Mercedes Troches

15/02 Simona Valenciano

16/02 Elías Serrano

17/02 Juan Rojo

19/02 M.ª Pilar Garde

21/02 Consuelo Baladrón

21/02 Isabel Morcillo

22/02 M.ª Pilar Sierra

23/02 Pilar Díaz

23/02 Florencia Jiménez

24/02 Primitiva Álvarez

24/02 M.ª Luz Silva

27/02 Juana Molina

27/02 María Reguera

**SECRETOS DE MI TIERRA**

El yacimiento de Atapuerca.

## Sanse y la ciencia están de luto

En octubre fallecía Emiliano Aguirre, “padre” de Atapuerca y vecino de Sanse desde que en 1981 fijase su residencia en esta localidad. Una eminencia de la ciencia y de la investigación. Un “Príncipe de Asturias” a la Investigación Científica en 1998, un ferrolano que situó a España en la era moderna y un vecino de Sanse ejemplar. Catedrático en Paleontología humana, comenzó a trabajar en Atapuerca en 1976 y, desde enton-

ces, trasladó la importancia de sus descubrimientos a nivel mundial. Con él se va el primer paleontólogo que reveló y supo ver la importancia del enclave burgalés de Atapuerca, convirtiéndolo en uno de los lugares más importantes para el estudio de la evolución humana. Pero era más que un paleontólogo, también era filósofo, teólogo y humanista. Un hombre de gran cultura y dedicado plenamente al trabajo.

**AYER Y HOY**

### Antes



### Después

Felicísima Canales nació el 18 de julio de 1934 en Sta. Cruz del Retamar, Toledo. Se vino a Madrid con 12 años y a los 15 conoció a su marido en un baile. Se casaron y fueron a vivir a Tres Cantos, que les dio el Canal de Isabel II, ya que su marido trabajaba ahí. Al no tener hijos se dedicaron a viajar y se han querido mucho. Se vinieron a S.S. de los Reyes para cuidar de su madre. Hace 14 años quedó viuda y, tras una operación, decidió venirse a la residencia en la que está muy a gusto.

**CARTA DE LA DIRECTORA**

María Bauzá Cortés



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

La normalidad que hace apenas unos meses nos parecía tan lejana ya no lo es tanto y, poco a poco, en el centro hemos comenzado a recuperar nuestras benditas rutinas, esas con las que tanto disfrutamos porque nos permiten compartir momentos de ocio en buena compañía. Además de las visitas de familiares y amigos, que era lo que más estábamos deseando recobrar, nos hemos sentido muy emocionados al volver a poder realizar actividades grupales. Entre las favoritas de todos nosotros, el taller de cocina con el que siempre conseguimos endulzarnos las mañanas al elegir elaboraciones un puntito golosas, los bingos de tarde que nos ilusionan con los regalos sorpresa, las salidas al exterior que nos han hecho muy felices y, por supuesto, las visitas de nuestros amigos peludos Risco y M.ª Carmen que, acompañados de su adiestrador, nos acompañaron el pasado mes de octubre para realizar una sesión de terapia sensorial adaptada a las diferentes unidades de convivencia, que fue todo un éxito. A punto ya de entrar en el último mes del año, seguimos con las mismas ganas de hacer cosas y con la vista puesta en la decoración del centro para elaborar bonitos detalles que adornen las próximas navidades que, a buen seguro, nos harán pasar momentos muy entrañables. Un abrazo.

**COSAS DE CASA**

# Tercera dosis de la vacuna de la COVID-19

El objetivo es prevenir y disminuir la gravedad del contagio.

La pandemia del Coronavirus ha sido una de las mayores crisis sanitarias registradas en la historia de la humanidad. Actualmente, se han realizado grandes esfuerzos para lograr inmunizar a la población mundial, gracias al rápido avance de la ciencia y la tecnología. El objetivo de la vacunación es prevenir la enfermedad y disminuir la gravedad y mortalidad de la misma, además de disminuir el impacto de la pandemia sobre el sistema asistencial y la economía, protegiendo especialmente a aquellos grupos que son más vulnerables. Nuestro centro ya ha cumplido las recomendaciones de la Agencia Europea del Medicamento (EMA) y ya se ha administrado la tercera dosis de la vacuna contra la COVID-19. Día a día se trabaja para cuidar, proteger y mejorar la salud de nuestros queridos mayores. Parece que se ve la luz al final del túnel. Esperemos que dentro de poco volvamos a poder realizar una vida como antes.



Nuestras residentes siendo vacunadas.

**QUIÉN ES QUIÉN**

## Nuria Nieto García, terapeuta ocupacional

**“Sin sentido del humor, la vida no tiene sentido”.**

**Edad:** 36 años.

**En Amavir desde:** 2019.

**Lo mejor de Amavir:** Las oportunidades.

**Virtud:** Capacidad de adaptación.

**Defecto:** Nerviosismo.

**Aficiones:** Leer, pasear, viajar y pintar.

**Libro:** Canción de hielo y fuego de R.R. Martin.

**Película:** E.T. el extraterrestre.

**Grupo de música:** Bon Jovi.

**Comida favorita:** Espaguetis con carne.

**RECUERDOS**

## Chistes

-Le dice una madre a su hijo: ¡Me ha dicho un pajarito que te drogas! ... La que se droga eres tú, que hablas con pajaritos...

-Una señora que está dando a luz le dice al ginecólogo: Doctor ¿mi marido podrá asistir al alumbramiento?... Es aconsejable, señora, que el padre esté presente en el parto... Entonces dejémoslo correr: el padre y mi marido no se pueden ver.

-Una señora va a ver a una adivina y ésta le dice: Su marido será alto, guapo y generoso...

Qué bien... ¿y qué hago con el que tengo?

-Una señora le dice a una amiga: ¿No sabes? Acabo de casarme... Enhorabuena ¿y qué edad tiene tu marido?... Entre los dos tenemos sesenta años... Entonces es un crío.

# ¡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.