

## 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)

**amavir**  
residencias para mayores

**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 “Guiados por ti”, centramos nuestra actividad en un cambio de mirada que nos permita ser guiados por los usuarios y trabajadores de nuestros centros apostando porque la atención se acompañe 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-

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



## ACTUALIDAD

# Las familias, de nuevo en el día a día de Amavir Oblatas

**El contacto y acompañamiento es fundamental para mantener el vínculo y el bienestar de los residentes.**

Desde el pasado mes de octubre Amavir Oblatas, nuestra residencia, vuelve a ser un centro abierto a las visitas, permitiendo a los seres queridos de los usuarios permanecer en las diferentes estancias de la planta baja o bien, en el interior de las habitaciones. Desde que comenzó la pandemia las limitaciones y restricciones realizadas, siempre pensando en la salud y bienestar de nuestros residentes, han sido duras y difíciles de sobrellevar. Pero por fin retomamos esa nueva normalidad tan ansiada. Las familias y amigos de nuestros mayores vuelven a estar entre nosotros formando parte de su día a día, abrazando, riendo y conversando. No puede haber mejor noticia, mejor terapia para nuestros mayores ni motivo de mayor alegría que el poder compartir todos estos encuentros aquí, en su hogar. Por eso, desde el centro, os damos la bienvenida, felices de que haya llegado este esperado momento.



Madre e hija juntas.

## Las Navidades en nuestro centro

**Celebraremos las fiestas con gran ilusión y muchas actividades.**

Diciembre llega cargado de diversas actividades para festejar la Navidad 2021-2022. Este tipo de iniciativas juegan un papel muy importante, ya que potencian la participación e integración de los residentes en la vida del centro, impulsan las relaciones interpersonales y ayudan a prevenir el deterioro físico y cognitivo. Además, fomentan el uso positivo del tiempo libre y promueven la autoestima del adulto mayor. También favorecen el desarrollo de la tolerancia y la comprensión. Con todo ello, se pretende hacer de estas Navidades lo más parecidas a las de años anteriores a la pandemia.



El rincón del Olentzero.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Fisioterapia

Programa de estimulación de la marcha, programa de reeducación de la marcha y equilibrio, programa de reeducación postural y programa de movilizaciones activo-asistidas.

#### Animación

Programa de ergoterapia, programa de ludoterapia, programa de intervención con la música, programa de ocio y tiempo libre.

#### Psicología

Programa de buenos días, programa de información y formación COVID a usuarios, programa de estimulación cognitiva, programa de habilidades sociales en el comedor, programa de alteraciones de conducta y programa de trastornos afectivos.

#### Terapia Ocupacional

Programa de buenos días, programa de rehabilitación y readiestramiento de actividades básicas de la vida diaria, programa de rehabilitación y readiestramiento de actividades instrumentales de la vida diaria y programa funcional.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

#### Diciembre

1/12-15/12 Decoración del centro.  
20/12-7/01 Programación navideña.

#### Enero

Exposición taller de punto.  
Videoconferencia con Paloma (club de lectura).  
28/01 Celebración de cumpleaños.  
Reyes Magos.

#### Febrero

14/02 Celebración de San Valentín.  
Conferencia con Paloma (club de lectura).  
25/02 Celebración de los cumpleaños.  
Carnavales.

### SERVICIOS

#### Peluquería

Martes y jueves.

#### Podología

Miércoles cada 15 días.

#### Misa

Domingos.



### HOY COMEMOS Anónimo

# Mazapán

#### INGREDIENTES

200 g de almendra cruda molida, 200 g de azúcar molido o azúcar glas y 1 huevo.

#### PREPARACIÓN

Mezclamos el azúcar con la almendra molida. Separamos la clara del huevo, la batimos ligeramente e incorporamos. Revolvemos con un tenedor hasta obtener una masa arenosa y sin grumos. Dividimos la masa en pequeños trozos de unos 15 gramos y le damos forma. Pintamos cada mazapán con la yema de huevo que tenemos reservada. Horneamos a 200 °C unos 2 o 3 minutos, grill fuerte. Sacamos y dejamos enfriar.



### CUMPLEAÑOS

#### Diciembre

08/12 Pura Zamora  
08/12 Aníbal González  
08/12 Arantxa Weyler  
09/12 Carmen Erro  
10/12 Concha Alegría  
11/12 Matilde Franco  
16/12 Eugenia Álvarez  
17/12 Esperanza Bermúdez  
22/12 Antonia Gracia  
24/12 Ascen Onieva  
25/12 M.<sup>a</sup> Jesús Lorca  
26/12 Rosa Garibello  
26/12 Teodoro Pastor

#### Enero

02/01 Ana M.<sup>a</sup> Oricáin  
04/01 Nieves Zabalza  
13/01 Carmen Díez  
16/01 Celia Domínguez  
18/01 Mario López  
24/01 Félix Martínez  
24/01 Antonia Moreno  
25/01 Margarita Izco  
25/01 Rosario Mesas  
29/01 María Vinagre  
31/01 Jeru Campistegui

#### Febrero

01/02 Rosario Ulzurrun  
02/02 Mariano Albistur  
02/02 Feliciano Gainza  
06/02 Deogracias Aceituno  
08/02 Rosalía Larumbe  
11/02 Corpus Extremado  
12/02 Eduardo Díaz  
14/02 Jesús San Miguel  
15/02 Lourdes Jiménez  
16/02 Juliana Ansó  
16/02 Fernando Estabolite  
19/02 Benilde Caro  
19/02 Florita Galindo  
20/02 M.<sup>a</sup> Jesús Arrizurieta  
24/02 Matías Miguel  
25/02 Toni Pascual  
25/02 Satur Mendive  
28/02 Víctor Aizpún  
28/02 Idelfonso Izquierdo

## SECRETOS DE MI TIERRA



Vista exterior y detalle de una de las vidrieras de la Colegiata de Santa María de Roncesvalles.

# Roncesvalles, lugar de paso de peregrinos y escenario de míticas batallas

Roncesvalles nació en la edad media como un hospital, lugar de acogida y protección para los peregrinos jacobeos. El complejo fue creciendo en importancia, formando una serie de edificaciones de arquitectura medieval con gran interés patrimonial. Bajo la protección de los Papas llegaron a repartirse en el siglo XVII 25.000 raciones anuales entre los peregrinos. El edificio más emblemático de Roncesvalles es la Colegiata de Santa María. Fue construida entre finales del siglo XII y principios del XIII. La explanada de acceso conduce hacia la casa prioral y el museo biblioteca y, a través de un

pequeño túnel, a la iglesia que está inspirada en el estilo gótico francés. Es del siglo XIII y cuenta con una torre defensiva del siglo XIV. Al lado de la iglesia se encuentra el claustro, edificado en el siglo XVII, el anterior se hundió por la nieve y en un lateral se puede admirar la tumba del rey Sancho el Fuerte. El edificio más antiguo de la localidad es la capilla del Espíritu Santo, o Silo de Carlomagno, del siglo XII y de estilo románico. Se cree que esta fue alzada por Carlomagno para enterrar a los francos muertos en la batalla de Roncesvalles y cuenta la leyenda que aquí están los restos de Roldán.

## AYER Y HOY



### Antes

Nos place presentaros a María Jesús Arrizurieta, María para nosotros. Natural de Isaba, es una mujer independiente, alegre y llena de energía. En esta foto la vemos con Jacinta, su inseparable hermana, con la que tantos viajes a Benidorm compartió y disfrutó. A María le gusta la música, una buena compañía y ayudar a los demás. Esperamos poder llenar de luz esta nueva etapa de su vida y devolverle parte de toda la felicidad que ella nos da.



### Después

## CARTA DE LA DIRECTORA

Azucena Salvador



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Nuestro principal objetivo continúa en la atención centrada en la persona, con la finalidad de proporcionar al residente una atención integral, personal y de calidad. Por ello, desde el Departamento de Trabajo Social, Erkuden Trevejo es la encargada de realizar la acogida del residente y su familia, siendo así la persona de referencia que proporciona toda la información sobre el centro, servicios, horarios, actividades, etc. También asesora y orienta al residente y a sus familiares sobre ayudas sociales a las que se pueden acoger (Ley de Dependencia), y todas aquellas gestiones administrativas necesarias para garantizar sus derechos. Se encarga de realizar un estudio sobre aspectos sociales relativos a los residentes, para así poder efectuar la valoración personal, familiar y social y de participar, conjuntamente con el resto del equipo, en la elaboración del Plan de Atención Individualizada (PAI) de los residentes. Además, hace el seguimiento del estado del residente, como también realiza el seguimiento anual del plan. Informa de ello a los familiares de referencia. Como podéis observar, son muchas y variadas las funciones que realiza un trabajador social en una residencia de mayores, aunque también dependerá de cada centro. Pero está claro que todas ellas se llevan a cabo gracias a la coordinación de todo un equipo interdisciplinar implicado y cuyo fin último debe ser proporcionar la mejor atención y cuidado a los residentes. Gracias a todos. Un saludo.

## COSAS DE CASA

# Llega la tercera dosis a los centros residenciales

**La vacunación ha demostrado potenciar la inmunidad de las personas vulnerables frente a la COVID-19.**

Siguiendo las directrices del Ministerio de Sanidad, la vacunación con la tercera dosis para la COVID-19 llega a los centros residenciales de personas mayores. En el caso de Amavir Oblatas, el pasado día 24 de septiembre, se desplazó al centro un equipo de la Unidad Técnica de Vacunación para proceder a la inyección de esta tercera dosis a los residentes que cumplían los requisitos. El objetivo es proteger a la población más vulnerable, ya que se ha demostrado que la enfermedad por COVID-19, afecta con mayor gravedad a los pacientes de avanzada edad. Además, gracias al buen curso de la situación epidemiológica actual, los centros residenciales de personas mayores, como Amavir Oblatas, abren de nuevo sus puertas a las visitas con mayor libertad, desapareciendo muchas limitaciones y restricciones, y retomando la organización similar a la prepandemia. Aunque, eso sí, manteniendo algunas normas preventivas, que han demostrado ser eficaces para evitar la propagación del virus.



## QUIÉN ES QUIÉN

## Itziar Ara, farmacéutica

**“Hay que darles vida a los años”.**

**Edad:** 39 años.

**En Amavir desde:** 2021.

**Lo mejor de Amavir:** Formar parte del equipo de trabajo.

**Virtud:** Ordenada.

**Defecto:** Cabezonería.

**Aficiones:** Música.

**Libro:** Dime quién soy, de Julia Navarro.

**Película:** Intocable.

**Grupo de música:** Fito & Fitipaldis.

**Comida favorita:** Arroz.



## RECUERDOS

## Recuerdo y homenaje a las lavanderas

El lavado de la ropa es una práctica antiquísima que se hacía allá donde hubiese una vivienda habitada. De ello se ocupaban las mujeres y el río era el escenario habitual. Mujeres fuertes y duras que pasaban las horas frotando en el río, escurriendo prendas y retorciendo sábanas; mujeres cargadas con pesados baldes de ropa mojada; manos moradas por el frío o quemadas por la sosa del jabón. Se nos fueron para siempre aquellas generaciones de sufridas mujeres a las que hoy, desde la comodidad de la vida actual, admiramos y nos descubrimos ante su capacidad de sacrificio.

# ¡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 adhirió 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.



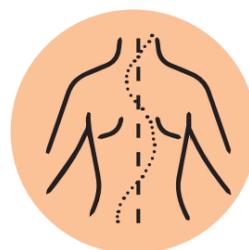
## Beneficios de las salas multisensoriales



> 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.