

# 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 calidad 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



Comunidad de Madrid

**ACTUALIDAD**

# ¡Ya vienen los Reyes Magos!

## Sus Majestades de Oriente volverán a pasarse por Amavir Pozuelo

Como cada año en nuestra residencia, tendremos la visita ineludible de Sus Majestades los Reyes Magos de Oriente y sus respectivos pajés. Acudirán cargados de regalos para despertar sonrisas en los residentes y trabajadores del centro. Todo ello acompañado de música y diversión. Celebraremos el paso de otro año más y daremos comienzo a uno muy especial, que empieza con nuestros usuarios vacunados con la tercera dosis y ganas de volver a la normalidad tras este tiempo. Con el paso de estos Reyes Magos daremos por finalizada la Navidad, con esperanzas renovadas e ilusión por afrontar este 2022 que, sin duda, nos traerá grandes momentos que vivir y disfrutar. No dudéis que tendremos grandes actuaciones, excursiones, nuevas actividades y talleres durante este nuevo año. Es un placer para nosotros poder compartir con todos ustedes un año más haciendoles partícipe de todos y cada uno de los momentos tan especiales, emotivos y divertidos que vivimos en esta gran familia como es Amavir. Gracias por acompañarnos en este nuevo año.



A la espera de la llegada de los Reyes Magos.

# Fiesta de Carnaval en Amavir Pozuelo

## A finales de febrero los residentes disfrutarán del Carnaval y finalizarán la fiesta con el Entierro de la Sardina.

Como cada año en Carnaval, Amavir Pozuelo se rinde a la fiesta de disfraces en el que previamente nuestros residentes preparan todos los detalles con mucho cariño y alegría. Días previos a la celebración los usuarios realizan los preparativos de las distintas actividades en la sala animación. Nuestros mayores disfrutan mucho trabajando en caracterizar la ropa, pero se lo pasan mejor cuando llega el día de celebración donde se disfrazan y participan en un concurso al mejor disfraz. El día del carnaval se acompaña con música de la época y un piscolabis que lo hacen memorable. La fiesta finaliza con nuestro ya famoso Entierro de la Sardina donde los usuarios se implican mucho llorándola.



Nuestros mayores disfrutan los carnavales con mucha alegría.

## AGENDA

### ACT. ORDINARIAS

#### Lunes

10:00 h. Fisioterapia, terapia ocupacional. 11:00 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 12:00 Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 13:00 h. Supervisión alimentación. 16:30 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 17:30 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación.

#### Martes

10:00 h. Fisioterapia, terapia ocupacional. 11:00 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 12:00 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 13:00 h. Supervisión alimentación. 16:30 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 17:30 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación.

#### Miércoles

10:00 h. Fisioterapia, terapia ocupacional. 11:00 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 12:00 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 13:00 h. Supervisión alimentación. 16:30 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 17:30 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación.

#### Jueves

10:00 h. Fisioterapia, terapia ocupacional. 11:00 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 12:00 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 13:00 h. Supervisión alimentación. 16:30 h. Fisioterapia, psicología, te-

rapia ocupacional y animación. 17:30 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación.

#### Viernes

10:00 h. Fisioterapia, terapia ocupacional. 11:00 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 12:00 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 13:00 h. Supervisión alimentación. 16:30 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación. 17:30 h. Fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y animación.

### ACT. EXTRAORDINARIAS

Celebración del Día de la Almudena

Actividades navideñas

Teatro de Navidad

Nochebuena

Día de Navidad

Pre-uvas Fin de Año

Día de Año Nuevo

Día de Reyes

### SERVICIOS

#### Peluquería

**Lunes, martes, miércoles, jueves y viernes de 10:00 a 14:00 h.**

#### Podología

Lunes a las 14:00 h.

#### Misa

Viernes a las 17:00 h.

### HOY COMEMOS Rosa Quiroga

## Calamares en su tinta

#### INGREDIENTES

Cebolla, aceite de oliva, tomate frito, una hoja de laurel, coñac, calamares, agua y bolsas de tinta.

#### PREPARACIÓN

Cortamos la cebolla y la sofreímos con el aceite. Cuando esté lista, añadimos el tomate frito, la hoja de laurel y la taza de coñac, lo dejamos unos 10 minutos en el fuego hasta que se evapore el coñac. A continuación, añadimos el calamar cortado en trocitos al sofrito preparado y una taza de agua. Dejamos cociendo a fuego medio 15/20 minutos y añadimos las bolsas de tinta de calamar. ¡Ya está listo para comer!



### CUMPLEAÑOS

#### Diciembre

02/12 Rosa Quiroga  
03/12 Francisca Rodríguez  
04/12 María Joaquina Rodrigues  
05/12 Antonia Rodríguez  
08/12 Herminia Agudo  
08/12 Concepción Utrilla  
09/12 José Antonio Más  
10/12 Pascual Ortiz  
15/12 Francisco de Paula Moreno  
20/12 Consuelo Renovales  
21/12 Manuel de Castro  
23/12 Saturnina Rubio  
24/12 Natividad Gonzalo  
24/12 Ángel Hernández  
26/12 Rosa Sendra  
27/12 Juana Senovilla  
30/12 Santiago García  
30/12 Margaretha Sparre  
31/12 Antonio Alcázar

#### Enero

01/01 Manuela Barba  
02/01 M.<sup>a</sup> del Pilar Ugalde  
05/01 Emiliana Alonso  
07/01 María del Carmen Rodríguez  
08/01 Evaristo Pérez  
09/01 Juan José López  
10/01 José Alonso-Carriazo  
13/01 Juana López  
16/01 Luisa García  
20/01 Evangelina de Francisco  
22/01 Román Agustín Pascual  
24/01 M.<sup>a</sup> Concepción Alcón  
28/01 Julián Asenjo  
28/01 Antonia Cortés  
29/01 Consuelo Mumbru  
31/01 Manuela Cantán

#### Febrero

01/02 Marcelina Francisco  
01/02 Dominica García  
01/02 Severina García  
04/02 Joaquín Gómez  
04/02 Marleny Santos  
09/02 Lucentina Prado  
12/02 Eulalia Rodríguez  
17/02 M.<sup>a</sup> Mercedes de Fonseca  
18/02 María del Carmen Martín  
22/02 Carmen Fernández  
23/02 Magdalena Luna  
24/02 Modesta Alonso  
24/02 Valentina Mayo  
24/02 José Rodríguez  
25/02 Cristina Lorente  
26/02 Ignacio Viada  
28/02 Manuela Sanguino

**SECRETOS DE MI TIERRA** Margarita Sandónis

Vista panorámica de Madrid y Pozuelo de Alarcón.

## Mi vida entre Madrid y Pozuelo de Alarcón

Desde que era muy pequeña siempre quise hacer costura y con 14 años conseguí ser modista cerca de donde yo vivía. Recuerdo que trabajábamos mucho, a veces hasta muy entrada la noche porque teníamos mucho trabajo. Una vez hicimos un vestido de novia precioso, que a la novia le costó muchísimo dinero. Me casé a los 23 años y rápido tuve a mis hijos. En el momento que me casé, dejé de trabajar. Mi marido tenía una tienda y al principio no teníamos una perra, pero la

tienda empezó a ir bien. Mi marido ganaba mucho dinero y vivíamos muy bien. Nosotros vivíamos en Madrid, pero una vez fuimos a Pozuelo donde vimos un terreno muy grande y mi marido dijo: "¡Qué bonito, es todo verde y lleno de flores!". El primer terreno que se compró por la zona fue el nuestro. Mi marido no dejaba de pensar en lo bonito que era el sitio. Finalmente, nos hicimos un chalet que es a donde nos mudamos. Es un chalet precioso al que voy cada domingo.

**AYER Y HOY****Antes****Después**

José Antonio Más nació el 9 de diciembre de 1933 en Alicante. Era militar de profesión. Nos habla sobre el momento en el que conoció a su esposa, María Tomás, la cual también se encuentra en el centro. Pronto se fijó en ella, al principio se comunicaban por carta, hasta que María, viendo que la relación se enfriaba, le dijo que estaba enferma y que le necesitaba. Esta "mentira piadosa" hizo que José nunca más se separase de su lado. Se casaron el 19 de noviembre de 1963 y tuvieron un hijo.

**CARTA DE LA DIRECTORA**

Ana Belén Nicolás Martínez



Estimados residentes, familiares y trabajadores:

Ahora que la normalidad parece que ha llegado de nuevo a nuestras vidas, aunque siempre con precaución, esta Navidad queremos que sea especial en Amavir Pozuelo disfrutando de unos ratos entrañables en familia. El equipo del centro ha planificado las distintas actividades para que todos los residentes puedan saborear y exprimir las fiestas. Así, en el programa del centro hemos incluido actuaciones, el ya clásico teatro navideño y las visitas de varias agrupaciones locales. También realizaremos diversas excursiones navideñas a lugares de interés. Por otro lado, quisiera agradecer la visita de Sus Majestades los Reyes Magos de Oriente, que pondrán la guinda a unas Navidades memorables. Del mismo modo, quisiera agradecer el esfuerzo de todos los que os habéis acercado al centro a visitar a nuestros mayores. Seguiremos trabajando por la mejora diaria de nuestro servicio y por proporcionar a los residentes la atención que se merecen. Un abrazo.

**COSAS DE CASA**

# Se acerca la Navidad y unas fechas entrañables

**Esperamos estas fiestas con gran ilusión y muchas actividades.**

Se acerca la Navidad y, como siempre, en Amavir Pozuelo preparamos estas fiestas tan entrañables con la mayor ilusión, este año más si cabe, ya que poco a poco volvemos a la esperada normalidad. Tendremos nuestro teatro navideño donde los residentes disfrutan participando en él. Algo que también les encanta es la salida a ver los Belenes y, cómo no, la visita de Sus Majestades Los Reyes Magos, Melchor, Gaspar y Baltasar que vienen de Oriente a repartir regalos y mucha ilusión a cada uno de nuestros residentes. Contaremos con un menú especial para celebrar estas fiestas como se merecen, brindaremos para que el Año Nuevo llegue cargado de alegría y, sobre todo, salud para residentes, familiares y trabajadores, en definitiva, la gran familia que formamos en Amavir Pozuelo. Ojalá todos y cada uno de nuestros deseos se cumplan.



Disfrutemos de estas Navidades.

**QUIÉN ES QUIÉN**

## Blanca Nicolás, supervisora de enfermería

**“No eres lo que logras, eres lo que superas”.**

**Edad:** 31 años.

**En Amavir desde:** 2011.

**Lo mejor de Amavir:** Los compañeros.

**Virtud:** Soy alegre.

**Defecto:** Cabezota.

**Aficiones:** Viajar.

**Libro:** Los renglones torcidos de Dios.

**Película:** Primos.

**Grupo de música:** Bon Jovi.

**Comida favorita:** Queso y marisco.

**RECUERDOS Joaquín Gómez**

## Una carrera movidita

Soy de un pueblo llamado Moralzarzal y, siempre me han gustado mucho las motos. Un día, mi amigo Pepe, que por aquella época también era mi cuñado, me dijo a ver si nos apuntábamos a una competición de motos que iba a haber en el pueblo. En plena carrera, Pepe empezó a hacer gestos raros. Lo que pasó es que unas avispas, no sabemos cómo, se le metieron por dentro de la chaqueta y le empezaron a picar por todo el cuerpo. Paré mi moto para ayudarle y, aunque pudimos terminar la carrera, ninguno de los dos ganó. Hoy en día seguimos siendo amigos, recordándolo y riéndonos de aquella situación.

# ¡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.



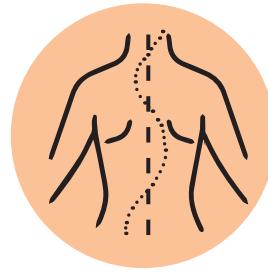
## Beneficios de las salas multisensoriales



> 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.