

# 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)





# 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.





Centre amb places  
concertades ambGeneralitat  
de Catalunya

## ACTUALIDAD

# Día del Alzheimer: “Sigo siendo yo”

Coloquio sobre cómo superar los retos de esta enfermedad.

El pasado 21 de septiembre tuvo lugar el Día Mundial del Alzheimer. Una buena ocasión para ocuparnos de nuestra salud y crear conciencia sobre esta enfermedad. Es una de las enfermedades más duras que existen, también para los cuidadores y familiares. Bajo el lema “Sigo siendo yo” trabajamos con nuestros mayores la temática y tuvimos un coloquio sobre esta enfermedad, donde ellos también aportaron lo que conocían y desterraron muchos mitos sobre ella. La charla tuvo como soporte un póster donde se vieron reflejados de manera distorsionada. El objetivo fue mostrar que cada persona tiene su propia historia de vida pese a la dolencia y que tiene que ser respetada. El Alzheimer y las demencias se han convertido en una de las condiciones de salud que más preocupan a los españoles y se considera el principal problema al que se enfrentan las personas mayores. Por ello, este Día Mundial constituye un marco idóneo para poner de manifiesto la necesidad que hay de poner más esfuerzos para superar los retos que presenta el Alzheimer a nivel científico, médico y social, y conseguir la solidaridad y el compromiso de ciudadanos e instituciones. Gabriel García Márquez dijo: “La vida no es lo que uno vive, sino cómo lo recuerda, y cómo lo recuerda para contarlo”.



Momento de la actividad en el Día del Alzheimer con el lema “Sigo siendo yo”.

# Día del emoji: “conectar con la realidad”

Una actividad grupal enfocada a trabajar las nuevas tecnologías y las emociones.

Con motivo del “Día Mundial del Emoji” en Amavir Teià se creó un taller de educación emocional para trabajar tanto las emociones positivas como las negativas. Se elaboraron unas tarjetas con diferentes situaciones y se repartieron a cada residente. Tras leer la ficha, el participante debía transmitir cómo se sentiría ante una situación así y elaborar un emoji que manifestase su emoción. Fue una actividad muy positiva y beneficiosa trabajar los sentimientos de cada uno, fomentar el diálogo y poner sobre la mesa diferentes puntos de vista. Tuvo muy buena aceptación y un buen clima de trabajo colaborativo, además de ponerse al día con la comunicación actual y las nuevas tecnologías.



Los residentes posan con los emojis que realizaron ellos mismos.



AGENDA

ACTIVITATS ORDINÀRIES

Fisioteràpia

Reeducació de la marxa, tractament del dolor, manteniment, potenciació de la bipedestació i transferències, psicomotricitat, tractaments individualitzats, tractament d'enllitats, reforç muscular, equilibri i coordinació.

Psicologia

Psicoestimulació severa, psicoestimulació moderada, psicoestimulació lleu, taller de noves tecnologies, taller de bon dia, teràpia Montessori, relaxació, història de vida, estimulació sensorial, intervenció familiar i tractament individualitzat.

Teràpia Ocupacional

Taller funcional, gerontogimnàstica, estimulació sensorial, psicomotricitat, teràpia cognitiva i taller de diari.

Educació Social

Manualitats i orientació, activitats creatives, lectura de premsa, teràpia Montessori, cinema, gerontogimnàstica, animació musical, jocs de taula, bingo, estimulació cognitiva i sensorial.

ACT. EXTRAORDINÀRIES

Desembre

Taller de postals de Nadal, cantada de Nadal, festa del tió, aniversaris desembre i festa de Cap d'Any.

Gener

Benvinguda als Reis Mags, aniversaris de gener, Dia de la Pau.

Febrer

Festa de Carnestoltes, dia de Sant Valentí i aniversaris de febrer.

SERVEIS

Perruqueria

Dilluns.

Podologia

Divendres.



HOY COMEMOS Joaquina Giménez

Arroz con costra

INGREDIENTES

Arroz, caldo de pollo, pollo troceado, sal, garbanzos cocidos, butifarra blanca, butifarra negra, tomate, huevos, azafrán y aceite de oliva.

PREPARACIÓN

Se prepara un sofrito con el pollo, posteriormente se añade el arroz y removemos hasta que se dore. Se incorporan la butifarra blanca y la negra, el azafrán, el caldo y la sal. Antes de que termine su cocción se cubre con huevo batido, para ser acabado en el horno durante 10 minutos, creando así la costra suave y esponjosa.



Plato típico de la zona de Levante.

ANIVERSARIS



Desembre

- 04/12 Josefa Calderón
- 04/12 Marina Fragoso
- 04/12 Christian Lagunilla
- 05/12 Elena Cebrián
- 05/12 Susana Gregory
- 07/12 Josefa García
- 08/12 Juana Linde
- 09/12 Conchita Barahona
- 10/12 Montserrat Farigola
- 15/12 Lucía Tauste
- 16/12 Carmen Bolant
- 19/12 María Milagros Sánchez
- 21/12 Encarnación Escalona
- 24/12 María Balletbó
- 25/12 Filomena Canterla
- 27/12 Francisca López
- 28/12 Joaquina Giménez
- 30/12 María Antonia Fuentes

Gener

- 06/01 Ventura Rodríguez
- 15/01 Antonio Olivo
- 16/01 Blas Sánchez
- 17/01 Elena Cañellas
- 20/01 Enriqueta de La Rubia
- 20/01 Ana Gil-Ortega
- 22/01 Teresa López
- 31/01 Rosa Figueras

Febrer

- 03/02 Antonio Beltrán
- 04/02 María González
- 06/02 Doroteo Arche
- 06/02 Consuelo Peña
- 06/02 María Solé
- 07/02 Teresa Morales
- 08/02 Purificación González
- 10/02 Ángeles Temprano
- 13/02 Carmen Santasusana
- 17/02 Julián Hernández
- 17/02 Vicenta Palmerín
- 17/02 Dolores Pérez
- 18/02 Ana Batlle
- 20/02 María Carmen Ramón
- 23/02 Marta Blasco

**SECRETOS DE MI TIERRA** Paquita Bazaga

El paseo marítimo de Nador en el año 1950.

# Paquita Bazaga nos habla de Nador, Marruecos

Paquita Bazaga nació en Nador, Marruecos, a unos 15 kilómetros al sur de la ciudad española de Melilla. Esta localidad está situada a orillas de la Mar Chica, la única laguna litoral en el Mediterráneo marroquí. Su población tiene el rifeño como lengua materna y el árabe, pero esta es una lengua más minoritaria. Y, actualmente, el uso del castellano está en aumento debido a la conexión con Melilla. Su población se dedica fundamentalmente al comercio interior y exterior, a la agricultura, a la pesca y a la industria. La población de la ciudad llega a duplicarse al acercarse el verano, ya que llegan

los migrantes de países europeos como Bélgica, Países Bajos, Alemania, España y Francia. La gastronomía de Nador reúne de un modo refinado verduras y frutos impregnados de sol, especias aromáticas, pescados y carnes sabrosas. Tiene una cocina famosa en el mundo entero con platos típicos como el cuscús (sémola hervida al vapor acompañada de verduras, carne, pollo o pescado), el tajine (ragout de carne, de pollo o pescado y legumbres estofadas), el mechui (carne de cordero asada) y la pastilla (hojaldre relleno de pichón y de almendras), que es un plato “dulce salado”.

**AYER Y HOY****Antes**

Rosa Nieto nació en Níjar, Almería, el mismo día que su madre y su único hijo, el 28 de agosto. Su familia se vino a Barcelona, donde se reencontró con su futuro marido, se conocían del pueblo. Trabajó en una fábrica textil y es una mujer independiente y activa. Vivió sola hasta hace pocos años. Era usuaria del centro de día hasta que ella le pidió a su hijo que quería quedarse a dormir. Rosa es nuestra residente más longeva con 108 años. Nos confiesa su secreto: “Siempre desayuno pan tostado con aceite y ajo”.

**Después****CARTA DEL DIRECTOR**

Ricard Buitrago



Benvolguts residents, familiars i treballadors,

Encarem el mes final de l'any, esperem que amb la “normalitat” que tanta falta fa i que tant de temps fa que esperem, i deixem definitivament enrere tot el que ha comportat la pandèmia. Es van suavitzant, a poc a poc, les mesures i esperem que aviat Amavir Teià pugui tornar a comptar amb la presència de familiars en la dinàmica del dia a dia. Encarem aquest 2022 amb molts reptes, entre d'altres, el de tornar a funcionar com abans de la pandèmia per donar al centre la vida que es mereix. Tornem a comptar amb la UCC, una unitat que s'ubica en un passadís sencer de la planta primera, que ja havia estat operativa fa un temps i que va dirigit als residents més fràgils que requereixen enllitament, atencions i cures molt específiques, així com un altre ritme en el seu dia a dia. També treballarem amb un punt ECAP conjuntament amb el nostre CAP de referència. Això ajudarà al manteniment i la posada al dia de manera conjunta de les històries clíniques, i millorarà els circuits de comunicació en benefici dels residents. A nivell personal, estan a punt de complir-se sis mesos en la direcció del centre i només m'agradaria dir-vos que és un plaer poder treballar conjuntament amb l'equip, els vostres familiars i vosaltes mateixos. Per acabar i amb una mica d'antelació, també voldria desitjar-vos, en nom de tot l'equip, una bona entrada d'any i els millors desitjos per a aquest 2022 que aviat començarà.



## COSAS DE CASA

# Homenaje de despedida a Vilma Borbor

Tras varios años en la empresa nuestra compañera de limpieza, Vilma Borbor se jubila. Le hicimos una despedida que ella no esperaba.

Los homenajes a las personas que se jubilan son para celebrar un importante cambio en la vida y recordarle a esa persona todo lo que le queda por delante. En esta sección queremos compartir con todos los lectores el homenaje sorpresa que le realizamos a una compañera del Departamento de Limpieza a quien, tras varios años trabajando en esta casa, le llegó el momento de celebrar la retirada del mundo laboral. Sus compañeras y todo el equipo de Amavir Teià la despidieron con mucho afecto, regalos y dedicatorias que la emocionaron mucho. Hay que reconocer el valor, el trabajo duro y la importancia que tiene el sector de limpieza en esta casa y, aún más, en estos momentos difíciles donde todos tenemos que hacer un doble esfuerzo. La desinfección ha asumido un papel importante en esta emergencia y ha sido esencial para combatir la propagación del virus.



Vilma acompañada del director del centro y en los laterales dos compañeras del equipo de limpieza.

## QUIÉN ES QUIÉN

## Francisco Juan, fisioterapeuta

**“Lo que más me gusta de mi trabajo es ver cómo mejora la calidad de vida del residente”.**

**Edad:** 34 años.

**En Amavir desde:** 2021.

**Lo mejor de Amavir:** El equipo humano.

**Virtud:** Confianza y fortaleza.

**Defecto:** Me cuesta mucho hablar en público.

**Aficiones:** Fútbol, nuevas tecnologías y ciclismo.

**Libro:** Villena Roja.

**Película:** Jurassic Park.

**Grupo de música:** Oques grasses.

**Comida favorita:** Paella de marisco.



## RECORDS

## Leyenda de San Martí, patrón de Teià

Cuenta la leyenda que Martí de Tours encontró cerca de la puerta de la ciudad a un mendigo temblando de frío a quien dio la mitad de su capa, pues la otra mitad pertenecía al ejército romano al que servía y no se podía desprender de ella. A la noche siguiente, Cristo se le apareció vestido con la media capa y diciendo a los ángeles: “aquí está Martí, el soldado romano que no está bautizado: él me ha vestido”. Martí encontró que la capa estaba entera y decidió bautizarse. Esta es la escena que iconográficamente se ha preferido para su representación.



# ¡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.



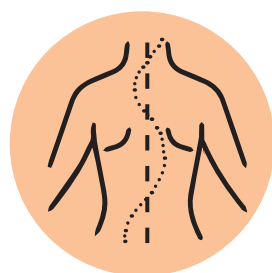
## Beneficios de las salas multisensoriales



> 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.